

Pengaruh Penggunaan Bahasa Indonesia dalam Pelatihan Olahraga di Era Digital

Muhammad Naufal Ramadhan¹, Muhammad Faiq Fadhlul Aziz², Sultan Shalahudin Hasan³, Zahra Nurazizah⁴, Muhammad Ikhwanudin⁵, Mochamad Whilky Rizkyanfi⁶

^{1,2,3,4,5,6} **Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia**

Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat, Indonesia
Email : naufalramadhan133@student.upi.edu

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam proses pelatihan olahraga, terutama dalam cara pelatih menyampaikan instruksi kepada atlet. Dalam konteks tersebut, penggunaan Bahasa Indonesia memiliki peran penting untuk memastikan komunikasi berjalan efektif, jelas, dan mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan pengaruh penggunaan Bahasa Indonesia dalam pelatihan olahraga di era digital melalui metode kajian literatur. Analisis dilakukan dengan meninjau berbagai penelitian terdahulu yang relevan untuk mengidentifikasi peran Bahasa Indonesia dalam meningkatkan kualitas pelatihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Bahasa Indonesia dapat meningkatkan motivasi atlet, memperkuat efektivitas komunikasi digital, memperluas aksesibilitas pelatihan, serta mengurangi kesalahan pemahaman yang sering terjadi akibat istilah asing. Selain itu, penggunaan Bahasa Indonesia terbukti mendukung interaksi yang lebih baik antara pelatih dan atlet, baik dalam sesi tatap muka maupun dalam pelatihan berbasis teknologi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa optimalisasi penggunaan Bahasa Indonesia berperan penting dalam meningkatkan efektivitas instruksi, kualitas komunikasi, serta hasil pelatihan olahraga di era digital.

Kata kunci: Bahasa Indonesia, pelatihan olahraga, komunikasi digital, motivasi atlet, era digital

ABSTRACT

The development of digital technology has brought significant changes to the sports training process, particularly in the way coaches deliver instructions to athletes. In this context, the use of the Indonesian language plays an important role in ensuring that communication is effective, clear, and easy to understand. This study aims to describe the influence of using the Indonesian language in sports training in the digital era through a literature review method. The analysis was conducted by examining various relevant previous studies to identify the role of the Indonesian language in improving training quality. The results show that the use of Indonesian can enhance athletes' motivation, strengthen the effectiveness of digital communication, expand training accessibility, and reduce misunderstandings that often occur due to foreign terminology. In addition, the use of Indonesian has been proven to support better interaction between coaches and athletes, both in face-to-face sessions and technology-based training. This study concludes that optimizing the use of the Indonesian language plays an essential role in improving the effectiveness of instruction, communication quality, and sports training outcomes in the digital era.

Keywords: Indonesian language, sports training, digital communication, athlete motivation, digital era

PENDAHULUAN

Sebagai bahasa utama dalam komunikasi, Bahasa Indonesia memiliki kemampuan untuk menyampaikan pengetahuan, membangun karakter, serta mendorong perkembangan intelektual, emosional, dan spiritual generasi muda. Peran tersebut pada akhirnya dapat berkontribusi dalam memajukan bangsa Indonesia ke arah yang lebih baik. (Febriana et al., 2024) Sebagai bahasa resmi sekaligus bahasa pemersatu, Bahasa Indonesia memegang peranan penting dalam menjembatani komunikasi antara berbagai pihak di dunia olahraga, mulai dari atlet, pelatih, hingga penggemar dan media. (Febrindo et al., 2024) Peran bahasa dalam dunia olahraga tidak hanya sebatas sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai pembentuk identitas serta penguat solidaritas tim. Hal ini turut berkontribusi pada kekuatan dan kekompakan sebuah tim. Sejumlah teori dan penelitian juga menegaskan keterkaitan yang kuat antara penggunaan bahasa dan keberhasilan performa di lapangan. (Ratu Fauzar et al., 2024)

Pelatih berperan besar dalam membina, mengarahkan, dan mengoptimalkan kemampuan atlet sehingga mereka dapat tampil maksimal di setiap cabang olahraga. Menurut Bryan (2024) mengungkapkan bahwa pelatih tidak hanya berperan sebagai pemberi instruksi, tetapi juga sebagai mentor yang mendampingi atlet dalam perkembangan pribadi maupun kemampuan olahraga. Mereka mampu memberikan arahan, berbagi pengalaman, serta menawarkan wawasan yang bermanfaat. Intinya, pelatih merupakan sosok yang memegang peranan penting dalam pembentukan dan keberhasilan seorang atlet.

Perkembangan teknologi yang semakin maju membawa pengaruh besar terhadap beragam sektor, termasuk bidang olahraga. Kondisi ini mengharuskan adanya penyesuaian dalam metode pelatihan serta cara penyampaian instruksi kepada para atlet. Menurut Yulianto (2025) mengungkapkan bahwa Kemajuan teknologi digital telah memicu transformasi penting dalam banyak sektor kehidupan, termasuk sektor olahraga. Perkembangan saat ini memperlihatkan bahwa teknologi digital mampu menghadirkan proses pembelajaran olahraga yang lebih menarik, interaktif, dan mudah dijangkau dari mana saja. Sebagai contoh, pelatih maupun instruktur dapat

memanfaatkan berbagai platform online untuk memberikan arahan, berkomunikasi dengan peserta, serta menyampaikan materi latihan secara lebih efisien.

Tidak jarang peserta pelatihan mengalami kendala dalam memahami instruksi pelatih karena adanya hambatan komunikasi. Penggunaan istilah teknis atau bahasa asing yang kurang dikenal membuat peserta bingung dan menafsirkan instruksi secara berbeda-beda. Akibatnya, proses pelatihan menjadi tidak optimal dan peserta pun kesulitan mengingat serta mengulangi gerakan yang telah diajarkan. (Ratu Fauzar et al., 2024)

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan fenomena penggunaan Bahasa Indonesia dalam proses pelatihan olahraga di era digital, menelaah pandangan pelatih dan atlet terkait efektivitas bahasa tersebut dalam penyampaian instruksi, serta melihat sejauh mana pengaruhnya terhadap pemahaman atlet dan kualitas komunikasi selama pelatihan berlangsung. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan baik secara teoretis maupun praktis bagi bidang pelatihan olahraga di Indonesia, terutama dalam upaya meningkatkan mutu interaksi antara pelatih dan atlet melalui pemilihan bahasa yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur atau tinjauan literatur yang bertujuan mengumpulkan, menganalisis, dan menyintesis berbagai sumber ilmiah yang berkaitan dengan penggunaan Bahasa Indonesia dalam pelatihan olahraga di era digital. Metode ini dipilih karena penelitian berfokus pada analisis terhadap hasil-hasil penelitian terdahulu tanpa melibatkan pengumpulan data langsung di lapangan. Pencarian literatur dilakukan di berbagai database ilmiah seperti SINTA, Jurnal, Google Scholar.

Penelitian kualitatif dilakukan dengan desain yang tidak mengandalkan prosedur statistik atau data berbentuk angka. Pendekatan ini bertujuan menggambarkan suatu fenomena secara menyeluruh dan sesuai konteks melalui pengumpulan data di lingkungan alami, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama. (Adlini et al., 2022)

Menurut Safrudin (2023) menyebutkan bahwa penelitian kualitatif menjadi salah satu pendekatan yang dapat memperdalam pemahaman, karena bertujuan menelaah secara menyeluruh berbagai fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan aspek-aspek lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebuah kajian pustaka menemukan 4 poin utama terkait Pengaruh Penggunaan Bahasa Indonesia dalam Pelatihan Olahraga di Era Digital, dalam tabel berikut.

Tabel 1. Pengaruh Penggunaan Bahasa Indonesia dalam Pelatihan Olahraga di Era Digital

No	Pengaruh Penggunaan Bahasa Indonesia dalam Pelatihan Olahraga di Era Digital	Sumber Referensi
1	Meningkatkan Keterlibatan dan Motivasi Atlet	(Pranata, 2023) <i>Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih dan Permainan Bola Basket. Innovative: Journal Of Social Science Research</i> , 3(5), 2040–2052.
2	Memperkuat Efektivitas Komunikasi Digital	(Yulianto et al., 2025) Perkembangan Komunikasi Pendidikan Olahraga di Era Transformasi Digital. <i>Athena: Physical Education and Sports Journal</i> , 3(1), 63-75. https://doi.org/10.56773/athena.v3i1.44
3	Mendorong Aksesibilitas Pelatihan	(Febrindo et al., 2024) Peran Bahasa Indonesia dalam Olahraga. <i>Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga</i> , 5(2), 551-559. https://doi.org/10.55081/jumper.v5i2.2987
4	Mengurangi Ketergantungan pada Istilah Asing	(Laksmana et al., 2025) Pentingnya Bahasa Indonesia dalam Edukasi Olahraga. <i>Jumper: Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga</i> , 5(3), 738-747. https://doi.org/10.55081/jumper.v5i3.3204

Pembahasan

Penggunaan Bahasa Indonesia diketahui dapat meningkatkan partisipasi dan motivasi atlet selama mengikuti pelatihan. Menurut Pranata (2023) mengungkapkan

bahwa peran pelatih sangat penting dalam meningkatkan motivasi siswa melalui aktivitas permainan bola basket di sekolah. Pelatih dituntut untuk membangun hubungan yang positif dengan siswa, memberikan umpan balik yang konstruktif, serta menyajikan tantangan yang sesuai dengan kemampuan mereka agar kepercayaan diri dan motivasi mereka dapat meningkat. Berdasarkan penelitian Maharani (2025) mengungkapkan bahwa Pelaksanaan kegiatan olahraga memberikan beragam manfaat. Aktivitas ini dapat meningkatkan rasa percaya diri serta memperbaiki suasana hati. Selain itu, siswa yang aktif dalam olahraga biasanya memiliki kemampuan pengendalian diri yang lebih baik, terutama dalam membagi waktu antara mengikuti kompetisi dan memenuhi tuntutan akademik.

Berdasarkan hasil di atas terdapat memperkuat efektivitas komunikasi digital dengan begitu dapat memudahkan komunikasi latihan. Menurut Yulianto (2025) mengungkapkan bahwa Perkembangan teknologi digital melalui pemanfaatan berbagai platform seperti aplikasi belajar, media sosial, dan software khusus olahraga telah mempermudah interaksi antara pendidik dan peserta didik, sekaligus memperluas dan memperkaya materi yang disampaikan dalam proses pembelajaran. Lebih lanjut, Sari (2021) menyebutkan bahwa Kemajuan teknologi yang semakin berkembang pesat telah memudahkan masyarakat dalam mengakses dan memenuhi berbagai kebutuhan informasi.

Sebagai bahasa nasional, Bahasa Indonesia berperan menyatukan keberagaman bahasa daerah, sehingga interaksi antar suku dapat berlangsung lebih lancar dan efisien, dengan begitu hal ini dapat mendorong aksebilitas pelatihan. Menurut Annas (2024) menyebutkan bahwa bahasa Indonesia memiliki peran yang sangat penting dalam membangun hubungan sosial. Karena itu, bangsa ini berkomitmen kuat untuk mewujudkan persatuan masyarakat dari Sabang sampai Merauke. Lebih lanjut, Ika Febriana (2024) menyebutkan bahwa walaupun terdapat beragam bahasa daerah, Bahasa Indonesia tetap berperan sebagai alat pemersatu yang utama di negara ini.

Banyak istilah bahasa asing yang masih sering digunakan sehingga atlet terkadang salah memahami intruksi yang di berikan oleh pelatih. Menurut Safitri (2025) mengungkapkan bahwa dalam proses belajar Bahasa Indonesia, teknologi berfungsi sebagai sarana pendukung yang membantu meningkatkan pemahaman siswa. Sementara itu, dalam pembelajaran olahraga, sering ditemukan penggunaan istilah asing yang kerap menyulitkan peserta didik untuk memahaminya. Penggunaan bahasa Indonesia yang

benar mampu meningkatkan pemahaman atlet terhadap instruksi pelatih, memperkuat kerja sama dalam tim, serta membangun citra positif atlet di mata publik. Selain itu, kemampuan berbahasa Indonesia yang baik juga membantu menumbuhkan kepercayaan diri dalam berkomunikasi, baik secara lisan maupun tulisan, termasuk ketika berhadapan dengan media. (Derojat et al., 2023)

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan Bahasa Indonesia memiliki pengaruh besar terhadap efektivitas pelatihan olahraga di era digital. Bahasa Indonesia berperan dalam meningkatkan motivasi dan keterlibatan atlet melalui penyampaian instruksi yang lebih jelas dan mudah dipahami. Penggunaan bahasa yang tepat juga memperkuat efektivitas komunikasi digital sehingga pelatih dan atlet dapat berinteraksi lebih efisien melalui berbagai platform teknologi. Selain itu, Bahasa Indonesia meningkatkan aksesibilitas pelatihan karena mampu menyatukan keberagaman bahasa daerah dan mengurangi hambatan komunikasi yang timbul akibat penggunaan istilah asing. Hal ini membuat proses pelatihan lebih inklusif dan mudah diterima oleh berbagai kalangan peserta. Penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan Bahasa Indonesia yang baik dan komunikatif dapat memperbaiki kualitas interaksi, memperkuat kerja sama tim, serta meningkatkan pemahaman instruksi selama pelatihan berlangsung. Optimalisasi Bahasa Indonesia dalam pelatihan digital sangat dianjurkan bagi para pelatih agar proses pembinaan dapat berlangsung lebih efektif dan menghasilkan peningkatan performa atlet.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Annas Darma Ahyan Tasita, Shofiyah, H., Lutfi Hakim Sofyan, Muhammad Herdi Maulana, Salsa Eka Saputri, Syahril Septian Gunawan Akbar, & Mochamad Whilky Rizkyanfi. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam Peningkatan Komunikasi dan Interaksi dalam Pembelajaran PJOK. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 4(2), 339–347. <https://doi.org/10.55081/jumper.v4i2.1770>
- Bryan, A., & Loisa, R. (2024). Komunikasi Antara Pelatih dengan Pemain dalam Membangun Prestasi Tim Olahraga. *Kiwari*, 3(2), 275–281. <https://doi.org/10.24912/ki.v3i2.30178>
- Derojat, A., Arifani, Y., & Ma'rifah, U. (2023). Argopuro: Jurnal Multidisiplin Ilmu Bahasa. *Argopuro: Jurnal Multidisiplin Ilmu Bahasa*, 1(4), 1–14. <https://ejournal.warunayama.org/index.php/argopuro/article/view/1107>

- Febriana, I., Rahmahani, A., Zai, E. B., Fadly, M. A., & Ramahsita, S. (2024). Komunikasi Efektif dalam Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi melalui Penggunaan Bahasa. *Jurnal Sadewa : Publikasi Ilmu Pendidikan, Pembelajaran Dan Ilmu Sosial*, 2(4), 181–187. <https://journal.aripi.or.id/index.php/Sadewa>
- Febrindo Gratama Purba, Ahmad Martua Pangidoan, Adam Juelham Baim, P. P. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam Olahraga. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 5(2), 551–559.
- Ika Febriana, Aqilah Ramadhani Parinduri, Fauziah Amanda Rambe, Maulana Ikhwan, D. G. (2024). Peran Bahasa Indonesia dalam Meningkatkan Pemahaman Materi. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(4), 249–255. <https://doi.org/10.62383/hardik.v1i4.815>
- Laksmiana, M. G., Ramadhan, M. R., & Wirawan, A. A. (2025). *Kata Kunci: Bahasa, Edukasi, Olahraga, Kesehatan*. 5(3), 819–826.
- Maharani, A. (2025). Pengembangan Kompetensi Pelatih dalam Kepelatihan Olahraga. *JPKO Jurnal Pendidikan Dan Kepelatihan Olahraga*, 3(1), 8–14. <https://journal.sabajayapublisher.com/index.php/jpko>
- Pranata, D. (2023). 2040-2052. *Peningkatan Motivasi Atlet Melalui Peran Pelatih Dan Permainan Bola Basket*, 3, 1–13.
- Ratu Fauzar Kusmawarti, Pauzi, M. P., Purnama Suparman, N. A., Sulastri Gulo, S. E., Riska Dwi Purwanti, & Mochamad Whilky Rizkyanfi. (2024). Analisis Peran Bahasa Indonesia Sebagai Media Komunikasi Dalam Intruksi Pelatih Olahraga. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 25(1), 27–33. <https://doi.org/10.36728/jis.v25i1.4305>
- Safitri, N., Nur, I., Rahmawati, K., & Rizkyanfi, M. W. (2025). *Kata kunci: Pembelajaran Bahasa Indonesia, Memahami istilah Bahasa asing, Olahraga*. 5(3), 795–802.
- Safrudin, R., Zulfamanna, Kustati, M., & Sepriyanti, N. (2023). Penelitian Kualitatif. *Journal Of Social Science Research*, 3(2), 1–15.
- Sari, R. P. (2021). Peran Media Komunikasi Digital Pada Pola Komunikasi Guru dan Murid. *Avant Garde*, 9(1), 100. <https://doi.org/10.36080/ag.v9i1.1326>
- Yulianto, E., Bayua, A. T., & Chan, A. A. S. (2025). Perkembangan Komunikasi Pendidikan Olahraga di Era Transformasi Digital. *Athena: Physical Education and Sports Journal*, 3(1), 63–75. <https://doi.org/10.56773/apesj/V3.i1.Abstrak>