

FENOMENA KOMUNIKASI ANGGOTA CALISTECHNIC DALAM MEMAKNAI TUBUH IDEAL DI KOTA PEKANBARU

Oleh : Nadiah Siregar

Pembimbing : Nova Yohana S. Sos, M. IKom

Email : nadia_siregar96@yahoo.com

*Department of Communication Studies Faculty of Social and Political Sciences
University Of Riau*

ABSTRACT

Members of Calistechnic which is becoming a unique phenomenon is a form positive lifestyle and modern which is many followed by many artist and communities who are very concerned about appearance and healthy. In the all gymnasium studio in Pekanbaru Calistechnic become the only one weight loss exercise in the Kencana gymnasium studio Pekanbaru and PACS (Pekanbaru Adicted Calistechnic & StreetWorkout) the official community. This research aims to figure out the motives members of Calistechnic in the expressing ideal body, define ideal body of members Calistechnic in the city of Pekanbaru and experiences members of Calistechnic for expressing ideal body in the city of Pekanbaru.

The research using qualitative methods within phenomenology approach. The informants are 10 members of Pekanbaru Calistechnic members who selected based on a purposive technique. The data collection techniques are in-depth interviews, participant observation and documentation. This research uses techniques of interactive data analysis that includes three phases, namely the reduction of the data, the presentation of the data and the withdrawal of the conclusion.

The result of this research show that motives of Pekanbaru Calistechnic members in expressing ideal body are motive the past (Because Motives) such as an existing hobby for a long time in the life Calistechnic members, and friends persuade for a followed Calistechnic and next motives of the future (in order to motive) Calistechnic members to get ideal body, as well communication media to invite the community for a healthy life and change the negative thoughts about Calistechnic members. The definition of Calistechnic members the definition is media to expressing hobby and Calistechnic as an effort to get an ideal body and healthy. The communication experiences of Pekanbaru Calistechnic members in expressing ideal body are fun experiences (positive) covers acceptance and support of the family, increase friendship, adding relationship, and confidence. The unpleasant experience (negative) covers has no achievements, shunned friend from other community, and considered disturbing the practice time.

Keyword : Calistechnic ,Experiences, Experiences Communication, Ideal body

PENDAHULUAN

Pada era globalisasi seperti sekarang ini gaya hidup modern sudah berkembang di kota-kota besar sebagai suatu ekspresi kaum muda terhadap lingkungan sekitarnya, salah satunya mengekspresikan dengan bermacam kegiatan positif termasuk dengan berolahraga.

Zaman sekarang olahraga telah menjadi suatu gaya hidup positif dan modern bagi masyarakat khususnya masyarakat Pekanbaru. Olahraga bukan menjadi beban yang harus dilakukan tetapi salah satu gaya hidup masa kini yang sering diabadikan di media sosial serta yang banyak dilakukan semua orang untuk mendapat tubuh ideal sesuai yang mereka inginkan dan juga mengekspresikan hobi serta tujuan lainnya. Olahraga di zaman masa kini banyak yang diminati jika memakai Instruktur, dari sekian banyak olahraga seperti zumba, yoga dan lainnya peneliti tertarik dengan salah satu olahraga yang asing kedengarannya yaitu olahraga *Calistehnic*.

Calistehnic merupakan salah satu olahraga yang langka, jika ingin mengikuti kelas ini bisa bergabung dengan Komunitas nya yaitu PACS (Pekanbaru Addicted *Calistehnic* & StreetWorkOut) serta bergabung di Sanggar Senam Kencana Pekanbaru.

Calistehnic merupakan suatu olahraga yang jarang didengar ditelinga masyarakat yang telah dimanfaatkan untuk kesehatan tubuh berserta tubuh ideal sebagai pelengkap penampilan. *Calistehnic* merupakan suatu fenomena yang unik yang membawanya di masyarakat yang kehadirannya tidak bisa dilepaskan dari peran anak muda yang membawanya berkembang di masyarakat kini

Penampilan fisik berupa tubuh ideal seorang individu menjadi hal yang penting untuk sebagian besar masyarakat dan membuat seseorang percaya diri dalam berkomunikasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Individu mempersentasikan dirinya untuk memperlihatkan satu visual atau identitas yang ingin disampaikan pada orang lain yaitu bagaimana individu ingin terlihat dari luar berhubungan erat dengan bagaimana perasaannya terhadap tubuhnya sendiri. Konsep tubuh ideal berkaitan juga dengan mitos - mitos kecantikan yang berlaku dalam masyarakat tersebut (Wolf, 1004).

Orang yang merasa dirinya gemuk atau yang dianggap gemuk oleh masyarakat di sekitarnya, bisa jadi akan dianggap normal atau bahkan terlalu kurus bagi kelompok masyarakat yang lain. Masing - masing individu, baik secara sadar maupun tidak, berkeinginan untuk memenuhi standar-standar tubuh ideal yang berlaku dalam lingkungan sosial dan budayanya (Kulick dan Meneley, 1004). Tubuh menjadi simbol utama diri, sekaligus masyarakat (Synnott, 1003). (jurnal-s1.fsr.ditb.ac.id)

Menurut Daniel Syafhan Ketua *Calistehnic* di Komunitas *Calistehnic* seindonesia *Calistehnic* bukanlah olahraga yang harus dijadikan beban karena para anggota menjadikan *Calistehnic* sebagai salah satu rutinitas dan kesenangan mereka yang sering mengisi kekosongan waktunya walaupun sedang padat pun tetap mengikuti olahraga *Calistehnic* ini, karena pada masa lalu yang ingin mendapatkan tubuh ideal banyak yang menjadikan olahraga suatu beban padahal olahraga merupakan suatu langkah baik untuk menerapkan gaya hidup sehat serta menjadi suatu gaya

modern.(Daniel,1014:<http://Calistehnic.org/web/ideal-city>)

Di Indonesia *Calistehnic* juga sudah mulai di gemari oleh kalangan remaja, dan juga sudah ada banyak komunitasnya. Contohnya adalah komunitas *Street Workout* yang dipelopori Daniel Syafhan dimana awalnya ia dan seorang temannya yang merupakan penggemar *Calistehnic* ingin membuat wadah bagi pecinta olahraga ini. Kemudian mereka juga akhirnya tidak sengaja bertemu dengan sesama penyuka *Calistehnic* melalui media sosial hingga akhirnya dengan komunikasi yang terbangun, dibuatlah twitter dengan nama @streetworkout. (<http://citizen6.liputan6.com/read/1057351/calisthetic-olahraga-yang-murah-namun-menyehatkan>).

Kota Pekanbaru sebagai kota berkembang juga tidak luput dari masyarakat yang peduli dengan penampilan apalagi penampilan fisik sehingga dengan olahraga fisiknya itu menghasilkan fisik yang sehat dan tubuh ideal.

Calistehnic yang anggotanya mempunyai tujuan untuk mendapatkan tubuh idaman seperti model - model diluar sana dengan mendapatkan tubuh yang ideal beserta badan yang sehat. Sebenarnya makna dari tubuh ideal itu sendiri tergantung dari masing - masing individu serta bagaimana kepuasan yang diharapkan seseorang terhadap tubuhnya.

Keberadaan *Calistehnic* di Pekanbaru menjadi suatu fenomena terbukti dengan banyaknya minat masyarakat yang bergabung di berbagai komunitas olahraga, Camp Fitness dan Sanggar Senam yang tujuannya tak lain untuk mendapatkan tubuh yang ideal serta buat kesehatan tubuh juga. Salah satunya

komunitas

PACS(PekanbaruAddicted*Calistehnic*& StreetWorkOut) dimana komunitas tanpa berbayar ini cukup dengan bergabung dalam komunitas PACS saja maka anggota bisa ikut latihan *Calistehnic* di lapangan pancasila Pekanbaru dan tempatnya kadang bisa berpindah karena tempat ini kurang kondusif tidak sepenuhnya digunakan oleh komunitas PACS saja, serta komunitas PACS untuk melihat segala kegiatannya dan informasi jam latihan bisa langsung dicek di media sosial Instagram @pacsPekanbaru.

Untuk mempererat silaturahmi sesama komunitas, PACS juga mempunyai event tertentu contohnya seperti merayakan ulang tahun PACS .(<http://pacs.Pekanbaru.blogspot.co.id/1015/10/sekilas-tentang-pacs.html>)

Selain komunitas PACS, di Sanggar Senam Kencana Pekanbaru juga membuka kelas khusus *Calistehnic* dari tahun 1014 dengan dipandu Instruktur khusus serta dengan harga yang terjangkau, serta peminatnya banyak. Di Sanggar Senam Kencana *Calistehnic* memang dikhususkan untuk penurunan berat badan karena hampir semua member *Calistehnic* mengikuti olahraga ini untuk mendapatkan tubuh ideal.

Untuk lebih lanjut banyak yang langsung mencari informasi tentang *Calistehnic* di media sosial instagram nya serta line official sanggar senam kencana serta jika ingin menanyakan price list dan jadwal akan dilayani oleh admin. Karena khusus penurunan badan *Calistehnic* ini juga ada beranggotakan yang berprofesi model, maka dengan itu dia harus olahraga yang teratur dan mengatur pola makan,

Beberapa tujuan dari anggota *Calistehnic* di Pekanbaru secara sekilas sama dengan komunitas lain yang

berkumpul atas dasar suatu tujuan dan hobi. Tapi karena aktivitas positif mereka, termasuk dalam golongan gaya hidup sehat, yaitu memaknai suatu tubuh yang ideal bukan saja untuk memperhatikan kesehatan tubuh saja, tetapi juga untuk dipuji mempunyai penampilan fisik yang bagus dan kelihatan lebih menawan di publik serta mengikuti gaya hidup modern dan itu menimbulkan suatu fenomena yang unik di masyarakat.

Fenomena lainnya dari para anggota *Calistehnic* mereka menjadi kegiatan olahraga ini menjadi suatu trend masa kini serta mengikuti para artis yang suka mengabadikan olahraga favoritnya di media sosial. Apalagi jika mereka berhasil menurunkan bobot tubuh dan mendapatkan tubuh sesuai target mereka sering berbagi informasi bukan hanya dengan yang satu anggota saja tetapi di media sosial juga mereka sering sharing dengan orang lain dan sering mengajak orang lain bergabung untuk menerapkan gaya hidup sehat.

Pengalaman peneliti dengan anggota *Calistehnic* Pekanbaru ini merupakan inti dari aktivitas di lapangan. Anggota *Calistehnic* di masing - masing komunitas yang solid dan rajin latihan dan menerapkan gaya hidup sehat mereka menanamkan makna tubuh ideal dengan berbagai macam tujuan. Banyak interaksi serta pengalaman komunikasi yang anggota *Calistehnic* ini lakukan yang tidak banyak diketahui orang lain. Komunitas ini merupakan suatu komunitas solid dan pergaulannya tidak hanya sekedar sebagai anggota *Calistehnic* saja tetapi sudah akrab layak seperti keluarga.

Teori fenomenologi dari Alfred Schutz merupakan teori yang paling relevan dalam memahami fenomena ini. Teori fenomenologi menyatakan bahwa

tindakan sosial didasari oleh pengalaman, makna, kesadaran sebagaimana tindakan anggota *Calistehnic* yang ada di Pekanbaru yang menurut penulis didasari oleh pengalaman mereka, makna tentang tubuh ideal dari anggota *Calistehnic* itu sendiri, dan kesadaran atau motif mereka untuk bergabung mengikuti olahraga *Calistehnic*.

Dari beberapa fenomena -fenomena yang terdapat pada anggota *Calistehnic* kota Pekanbaru makan akan timbul pertanyaan mengenai makna “tubuh ideal” bagi anggota *Calistehnic* sehingga saat ini mereka mengikuti *Calistehnic* yaitu yang merupakan suatu gaya hidup positif, apakah karena ingin sehat berserta mendapat tubuh ideal saja atau karena ingin sempurna dengan penampilan fisik agar terlihat seksi atau maco di dunia maya maupun dunia nyata sehingga membentuk identitas diri mereka untuk disampaikan ke orang lain, serta bagaimana kehidupan dan keseharian mereka selama mengikuti *Calistehnic* tersebut, apakah berbeda dengan masyarakat yang tidak ikut kelas *Calistehnic* atau kehidupannya sama dengan masyarakat lainnya dan juga bagaimana komunikasi yang terjalin antara anggota *Calistehnic* apa dengan mereka yang mengikuti kelas olahraga ini membuat mereka jadi berubah dalam dunia pergaulan dan cara bergaulnya.

Maka peneliti mencoba melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan fenomenologi yakni untuk mengetahui makna tubuh ideal bagi anggota *Calistehnic* serta apa motif mereka ikut bergabung dalam anggota *Calistehnic*.

Sesuai dari penjelasan di atas didukung oleh teori fenomenologi dan interaksi simbolik, serta teori kontruksi sosial yang sudah peneliti jelaskan maka

peneliti tertarik dan berusaha mengkaji penelitian ini mengenai **“Fenomena Komunikasi Anggota Calistechnic Dalam Memaknai Tubuh ideal Di Kota Pekanbaru”**.

TINJAUAN PUSTAKA

Fenomenologi

Fenomenologi berasal dari bahasa Yunani, *Phainoai*, yang berarti ‘menampak dan *phainomenon* merujuk pada ‘yang menampak’. Istilah fenomenologi diperkenalkan oleh Johann Heirinch. Meskipun demikian pelopor aliran fenomenologi adalah Edmund Husserl. Jika dikaji lagi Fenomenologi itu berasal dari *phenomenon* yang berarti realitas yang tampak. Dan *logos* yang berarti ilmu. Jadi fenomenologi adalah ilmu yang berorientasi untuk mendapatkan penjelasan dari realitas yang tampak.

The Oxford English Dictionary menjelaskan, yang dimaksud dengan fenomenologi adalah (a) the science of phenomena as distinct from being (ontology) , dan (b) division of any science which describes and classifies phenomena.

Jadi, fenomenologi adalah ilmu mengenai fenomena yang dibedakan dari sesuatu yang sudah menjadi, atau disiplin ilmu yang menjelaskan dan mengklarifikasikan phenomena, atau studi fenomena (Kuswarno,1009 :1)

Schutz juga menjelaskan, manusia yaitu adalah makhluk sosial, sehingga kesadaran akan dunia kehidupan sehari-hari adalah sebuah keserasan sosial. Dunia individu merupakan dunia intersubjektif dengan makna beraga,,dan perasaan bagi dari kelompok. Manusia dituntut untuk saling memahami satu sama lain,dan bertindak dalam kenyataan yang sama. Dengan demikian ada penerimaan timbal

balik, pemahaman atas dasar pengalaman bersama dan tipikasi atas dunia bersama. Melalui tipikasi inilah manusia belajar menyesuaikan diri ke dalam dunia yang lebih luas, dengan juga melihat diri kita sendiri sebagai orang yang memainkan peran dalam situasi tipikal (Kuswarno, 1009 : 81).

Inti dari pemikiran Schutz adalah bagaimana memahami tindakan sosial melalui penafsiran. Dimana tindakan sosial merupakan tindakan yang berorientasi pada perilaku orang atau orang lain pada masa lalu, sekarang dan akan datang. Schutz mengelompokkan keseluruhan tindakan seseorang dalam 1 fase yaitu :

a) Because-motives (Weil-motiv) yaitu tindakan yang merujuk pada masa lalu. Dimana, tindakan yang akan dilakukan oleh seseorang pasti memiliki alasan dari masa lalu ketika ia melakukannya dan ;

b) In-order-to-motive (Um-zu-motiv) yaitu motif yang merujuk pada tindakan dimana yang akan datang. Dimana, tindakan yang dilakukan oleh seseorang pasti memiliki tujuan yang telah ditetapkan (Kuswarno,1009 :111)

Bergabung dalam anggota Calistechnic dalam memaknai tubuh ideal dalam konteks kajian fenomenologis adalah aktor yang melakukan tindakan sosial sendiri (mengikuti Calistechnic dengan berinteraksi dengan lingkungan sosial) atau bersama aktor lainnya yang memiliki kesamaan dan kebersamaan dalam ikatan makna intersubjektif .

Berdasarkan pemikiran Alfred Schutz jika dikaitkan dengan penelitian ini, anggota Calistechnic dalam menyampaikan pesan dalam komunikasi langsung dan membentuk identitas dirinya untuk mengikuti Calistechnic sebagai aktor yang memiliki salah satu

dari dua faktor, yaitu motif yang berorientasi ke masa lalu (*Because Motives*), yaitu alasannya di masa lalu yang membuat mereka mengikuti *Calistehnic*, dan berorientasi pada masa datang (*in order motive*), yaitu apa yang diharapkan oleh mereka (anggota *Calistehnic*) untuk mencapai tubuh ideal di masa depan.

INTERAKSI SIMBOLIK

Selain menggunakan teori fenomenologi Alfred Schutz, dalam penelitian ini perilaku anggota *Calistehnic* juga dilihat dari sudut pandang teori interaksi simbolik. Teori interaksi simbolik pertama kali dicetuskan oleh George Herbert Mead (1863-1931).

Persepektif Interaksi simbolik berusaha memahami perilaku manusia dari sudut pandang subjek. Perspektif ini menyarankan bahwa perilaku manusia harus dilihat sebagai proses memungkinkan manusia membentuk dan mengatur perilaku mereka dengan mempertimbangkan ekspektasi dengan orang lain.

Mead menyebutkan, orang bertindak berdasarkan makna simbolik yang muncul dalam sebuah situasi tertentu. Sedangkan simbol adalah representasi dari sebuah fenomena, dimana simbol sebelumnya sudah disepakati bersama dalam sebuah kelompok dan digunakan untuk mencapai sebuah kesamaan makna bersama (West and Turner, 1009: 104)

Pemikiran interaksi simbolik ini menjadi dasar untuk menjelaskan bagaimana makna atas simbol - simbol yang dipahami dan dimaknai oleh anggota *Calistehnic* di Pekanbaru untuk menentukan tindakan mereka.

Makna atas simbol yang mereka pahami akan semakin sempurna karena

interaksi di antara sesama anggota *Calistehnic*, atau antara anggota *Calistehnic* di Pekanbaru dengan individu lain atau kelompok lain seperti masyarakat awam yang tidak menjadi anggota *Calistehnic*.

KONSEP MAKNA

Makna dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti arti, maksud pembicara atau peneliti. Arti kata "makna" menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, yaitu: (1) arti ; (1) ; maksud pembicaraan atau peneliti ; pengertian yang diberikan kepada suatu bentuk kebahasaan. Makna adalah hubungan antara subjek dengan lambangnya. Makna dasarnya terbentuk berdasarkan (simbol) akal budi. (Vandiansyah, 1004:70-71).

West dan Turner (1009:93) mengatakan bahwa memahami pesan adalah tujuan dari semua proses pemaknaan. Disamping itu West and Turner (1009 : 7) juga menambahkan bahwa mana adalah yang diambil dari orang dari suatu pesan yang dibutuhkan penafsiran. Dari pengertian para ahli bahasa di atas, dapat dikatakan bahwa batasan tentang pengertian makna sangat sulit ditentukan karena setiap pemakai bahasa memiliki kemampuan dan cara pandang yang berbeda dalam memaknai sebuah ujaran atau kata.

PENGALAMAN KOMUNIKASI

Pengalaman merupakan sesuatu yang dialami. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa All objects of knowledge nyst conform to experience (Moustakas dalam Wirman, 1011 :51). Pengetahuan kesadaran yang membentuk pemaknaan kesadaran dan pemaknaan inilah yang mendorong individu untuk melakukan tindakan atau perilaku tertentu, dengan

merujuk pada behavior is an experienc of consciousness that bestowsmeanin through spantananeous actocity(Schutz dalam Wirman, 1011 : 51).

Setiap peristiwa yang dialami akan menjadi sebuah pengalaman bagi individu. Informais ini akan diolah mejadi pengetahuan. Dengan demikian berbagai peristiwa yang dialami dapat menambah pengetahuan individu.

Salah satu peristiwa yang mengandung unsur komunikasi akan jadi pengalaman komunikasi tersendiri bagi individu, dan pengalaman komunikasi yang dianggap penting akan menjadi pengalaman yang paling diingat dan memiliki dampak khusu bagi individu untuk melakukan tindakan, adalah pengalaman yang melekat pada suatu people is retrieving a memory of a prior experience of phenomena (Radford dalam Wirman, 1011 : 53)

Pengalaman atas fenomena yang di maksud dalam penelitian ini adalah pengalaman atas makna. Komunikasi dapat didefenisikan sebagai “a systemic process in which individual interact with and through symbols to create and interpret meaning” (Wood dalam Wirman, 1011:53). Artinya komunikasi merujuk pada suatu proses yang bersifat sistemik diantara individu yang berinteraksi melalui symbol tertentu untuk menghasilkan dan mengiinterpersentasikan makna .

Pengalaman atas fenomena yang mengandung unsur komunikasi akan menjadi pengalaman komunikasi tersendiri bagi individu, dan berkaitan dengan aspek komunitas, meliputi proses, symbol maupun makna yang dihasilkan, serta dorongan pada tindakan. Dengan demikian pengalam komunikasi anggota *Calistechnic* di kota Pekanbaru menajdi salah satu focus dalam penelitian ini.

Selanjutnya pengalaman akan dikategorisasikan oleh individu melalui karakteristik pengalaman tersebut berdasarkan pemaknaan yang diperolehnya, hal ini merujuk pada every experiencing has is reference of direction toward what experienced, every experienced phenomena refers a made of experiencing to which it is present (dalam Wirman, 1011: 54).

Pengalaman komunikasi anggota *Calistechnic* di Pekanbaru akan dikategorisasi menjadi jenis-jenis pengalaman tertentu yang menjadi pengalaman positif (menyenangkan) dan pengalaman negative (tidak menyenangkan).

Dalam perspektif fenomenologi klasik,upaya untuk mendeskripsi kan tipe-tipe pengalaman dimasa lampau . Merleau Ponty menamakannya sebagai pure description of livedatau deskripsi murni yaitu dari pengalaman hidup (Koeswarno,dalam Wirman, 1011: 55). Heidgegger menamakannya sebagai hermenecut yaitu menginterpretasikan tipe - tipe pengalaman dengan menghubungkan dengan aspek - aspek istimewa dari konteks yang melatar belakang .

TUBUH IDEAL

Penelitian terbaru menyebutkan bahwa paham “tubuh langsing itu ideal” telah semakin meluas di berbagai negara, terutama di negara-negara yang telah mengadakan kontak dengan media dan budaya Barat, misalnya di Amerika Selatan, Korea Selatan, dan Jepang (Grogan, 1008)

Media Barat juga disebut-sebut sebagai pihak yang bertanggung jawab atas meningkatnya ketidakpuasan diri terhadap tubuh dan berbagai kasus eating disorder yang sebelumnya jarang terjadi di

negara-negara tersebut (Becker, 1004). Faktor-faktor sosial, ekonomi, ekologi, dan budaya memang sangat berpengaruh terhadap konsep tubuh ideal yang dianut oleh masyarakat (Bakhshi, 1008). Setiap kelompok masyarakat memiliki standar nilai yang berbeda untuk menentukan apa yang disebut menarik/tidak menarik, gemuk/kurus, tinggi/pendek, kuat/lemah, cantik/jelek.

Konsep tubuh ideal berkaitan juga dengan mitos-mitos kecantikan yang berlaku dalam masyarakat tersebut (Wolf, 1004). Orang yang merasa dirinya gemuk atau yang dianggap gemuk oleh masyarakat di sekitarnya, bisa jadi akan dianggap normal atau bahkan terlalu kurus bagi kelompok masyarakat yang lain. Masing-masing individu, baik secara sadar maupun tidak, berkeinginan untuk memenuhi standar-standar tubuh ideal yang berlaku dalam lingkungan sosial dan budayanya (Kulick dan Meneley, 1004). Tubuh menjadi simbol utama diri, sekaligus masyarakat (Synnott, 1003). (jurnal-s1.fsrđ.itb.ac.id)

Anggota *Calistehnic* di Pekanbaru mengikuti *Calistehnic* umumnya untuk mendapatkan tubuh ideal. Oleh karena itu mereka melakukan upaya untuk mendapatkan tubuh ideal dengan olahraga teratur, makan teratur dan lainnya. Jadi, setiap anggota *Calistehnic* memiliki pencapaian atau target tertentu untuk mencapai tubuh ideal yang mereka inginkan. Karena ideal menurut seseorang belum tentu ideal menurut orang lain.

CALISTECHNIC

Secara definisi, *Calistehnic* adalah macam-macam bentuk latihan fisik yang sering menggunakan gerakan berirama yang dilakukan tanpa menggunakan alat bantu olahraga. Kalistenik sendiri

bertujuan untuk meningkatkan kekuatan tubuh, kebugaran, dan kelenturan tubuh dengan berbagai gerakan seperti membungkuk, melompat, atau bahkan menendang. Biasanya *Calistehnic* dilakukan seperti layaknya peregangan otot tubuh.

Di sisi lain, latihan ini juga meningkatkan skill dan psikomotorik, yaitu seperti keseimbangan, ketepatan, dan koordinasi tiap bagian tubuh. Biasanya tentara sering menggunakan latihan ini karena sangat berpengaruh penting dalam meningkatkan latihan fisik mereka dan juga meningkatkan kohesi dan kedisiplinan mereka. Untuk tentara sendiri efeknya sangat maksimal karena mereka melakukan latihan ini berkala dan terus menerus. Ada juga di berbagai sekolah di tiap belahan dunia menggunakan metode ini dalam edukasi fisik.

Diberbagai kota *Calistehnic* mulai di kenal di kota Pekanbaru. Komunitas *Calistehnic* mulai muncul di kota Pekanbaru tanggal 15 Mei 1016. Street Workout sendiri memiliki induk komunitas yang bernama STREET WORK OUT INDONESIA yang juga telah terdaftar secara resmi sebagai anggota dari WSWCF yaitu organisasi dunia tentang Streetworkout dan *Calisthenic*. Anggota *Calistehnic* di Pekanbaru mempunyai suatu Komunitas yaitu Komunitas resmi yaitu PACS yang tidak dipungut biaya dan di Sanggar Senam Kencana Pekanbaru *Calisthenic* merupakan suatu olahraga khusus wanita yang khususnya penurunan berat badan .

KERANGKA PEMIKIRAN

Kerangka pemikiran yang telah digunakan merupakan hasil dari olahan peneliti. Diawali dengan memaparkan fenomena dan realita dalam penelitian,

adapun beberapa fenomena yang ditampilkan peneliti yaitu dalam penelitian adalah semakin banyaknya minat, baik pria dan wanita yang berlomba - lomba mengikuti kelas olahraga dan masuk dalam komunitas untuk mendapatkan penampilan fisik berupa tubuh ideal sesuai apa yang mereka inginkan. Zaman sekarang mengikuti kelas olahraga serta masuk dalam komunitas suatu olahraga termasuk *Calistehnic* sudah menjadi salah satu pilihan dari olahraga-olahraga lainnya untuk mendapatkan tubuh ideal dan sehat. Karena perkembangan zaman banyak yang memilih olahraga dengan diawasi Instruktur agar lebih terbimbing.

Yang peneliti lihat zaman sekarang baik pria maupun wanita yang sudah mendapati tubuh ideal lebih percaya diri berinteraksi di dunia maya dan karena memiliki penampilan fisik tubuh yang ideal karena merasa lebih percaya diri atas sesuatu yang sudah dia dapatkan. Olahraga juga merupakan gaya hidup yang positif dan berdampak baik. Kegiatan *Calistehnic* baik di Sanggar Senam Kencana yang khusus wanita sedangkan di lapangan pancasila komunitas PACS yang lebih banyak diikuti pria yang anggotanya memiliki motif tersendiri dalam mengikuti *Calistehnic*, yang kegiatan positif dan gaya hidup sehatnya berdampak baik sebagai contoh kemasyarakatan dan juga penyampai pesan kepada masyarakat. Oleh karena itu peneliti ingin melihat bagaimana fenomena komunikasi anggota *Calistehnic* dalam memaknai tubuh ideal di kota Pekanbaru

Selain itu anggota *Calistehnic* juga memiliki pengalaman komunikasi sendiri dalam rangka berinteraksi dengan lingkungannya baik dalam komunitas maupun dengan masyarakat di luar

komunitas mereka. Tentunya dari kedua komunitas memiliki komunikasi yang berbeda sesama kelas *Calistehnic*. Dengan hobi serta tujuan yang mereka punya apakah mereka memiliki mindset berbeda baik bergaul dari luar dunia olahraga serta apakah dengan mereka mengikuti kelas *Calistehnic* ini membuat perubahan cara bergaul mereka dalam dunia maya dan nyata. Mengacu pada ini dari pemikiran Schutz, yaitu bagaimana memahami tindakan sosial melalui penafsiran. Proses penafsiran dapat digunakan untuk memperjelas atau memeriksa suatu makna yang sesungguhnya dan sehingga dapat memberikan konsep kepekaan yang implisit. Schutz menyebutkan manusia yang berperilaku tersebut sebagai aktor, dia akan memahami (understand) makna dari tindakan tersebut. Dalam dunia sosial hal demikian disebut (interpretive reality).

Selain kajian fenomenologi oleh Alfred Schutz, penelitian ini juga didukung oleh teori interaktisi simbolik. Esensi interaksi simbolik adalah suatu aktivitas yang merupakan ciri manusia, yakni komunikasi atau pertukaran simbol yang diberi makna, pada penelitian ini makna yang ingin diteliti berupa makna tubuh ideal itu sendiri bagi anggota *Calistehnic*. Makna - makna yang telah diciptakan dalam bahasa, yang digunakan orang untuk berkomunikasi dengan orang lain, maupun dirinya sendiri, atau pikiran pribadinya. Interaksi yang terjadi pada pengguna body goals akan menghasilkan komunikasi antara anggota *Calistehnic* dengan anggota sekitar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan apa

yang terjadi pada penelitian ini. Adapun studi penelitian ini adalah secara fenomenologi. Fenomenologi merupakan pandangan berpikir yang menekankan pada fokus kapad pengalaman - pengalaman subjektif manusia dan interpertasi-interpertasi dunia. Fenomenologi menyelidiki pengalaman kesadaran, yang berkaitan dengan pertanyaan seperti: Bagaimana pembagian antara subjek (ego) dengan objek (dunia) muncul dan bagaimana suatu hal di dunia ini klasifikasi (Moleong,1011:15).

Dengan menggunakan subjek penelitian menggunakan teknik purposve sampling dengan 10 informan yang dipilih dengan kriteria tertentu, serta objek bagaimana fenomena *Calistech nic* dalam memaknai tubuh ideal di kota Pekanbaru .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Motif anggota *Calistechnic* dalam Mengikuti *Calistechnic* di kota Pekanbaru

Realitas yang ada dalam fenomena komunikasi anggota *Calistechnic* dalam memaknai tubuh ideal di kota Pekanbaru peneliti dapat melihat beberapa informan peneliti ditemukan beberapa fenomena komunikasi sehingga menarik untuk dibahas. Dari pemikiran teori fenomenologi Shutz peneliti menemui berbagai alasan kenapa anggota *Calistechnic* ingin mengikuti *Calistechnic*

Motif masa lalu (*because motives*) dari anggota *Calistechnic* yaitu karna hobi berolahraga sejak dulu, karena ajakan teman, serta untuk menurunkan berat badan sedangkan motif masa datang (*in order to motives*) yaitu untuk mendapatkan tubuh ideal, mengajak masyarakat untuk mementingkan kebugaran tubuh

PEMAKNAAN TUBUH IDEAL

Makna muncul dari hubungan khusus antara kata (sebagai symbol verbal) dan manusia. Odgens dan Richard (dalam Wirman, 1011:49) menjelaskan hubungan antara pikiran, symbol dan referen secara diagramatik dalam sebuah segituga. Makna muncul dari hubungan antara pikiran orang dengan symbol atau antar pikiran orang dengan referen. Antara referen dengan simbol tidak terdapat hubungan langsung atau alamiah diantara keduanya. Artinya bahwa tidak selalu satu kata mewakili sebuah objek. Teori Interaksional Simbolik yang dijadikan sebagai dasar dalam membahas fenomena komunikasi anggota *Calistechnic* dalam memaknai Tubuh Ideal di Kota Pekanbaru ini mengasumsi komunikasi berlangsung ketika orang-orang berbagi makna dalam bentuk simbol-simbol, seperti kata - kata gambar (Ardianto, 1010:158). Dari teori dan hasil wawancara yang peneliti observasi langsung pemaknaan tubuh ideal bagi anggota *Calistechnic* yaitu, tubuh ideal pemicu gaya hidup positif, tubuh ideal pemicu kepercayaan diri, tubuh ideal pemicu mengajak masyarakat untuk mementingkan kebugaran tubuh

PENGALAMAN KOMUNIKASI

Pengalaman terhubung pada sebuah fenomena. Fenomena dapat merujuk pada suatu peristiwa, termasuk peristiwa komunikasi. Peristiwa komunikasi yang dialami dapat diistilahkan dengan pengalaman komunikasi.

Pengalaman yang dijadikan landasan bagi individu untuk melakukan tindakan adalah pengalaman yang melekat pada suatu fenomena (Wood, 1004:17). Melalui rujukan tersebut, dapat dijelaskan bahwa pengalaman komunikasi yang

bermaksud dalam penelitian ini adalah sesuatu yang dialami anggota *Calistehnic* di Pekanbaru. Pengalaman komunikasi yang dialami anggota merupakan suatu pengalaman yang menyenangkan dan pengalaman komunikasi tidak menyenangkan.

Salah satu pengalaman komunikasi menyenangkan dari anggota yaitu berupa dukungan dari keluarga, dan mendapatkan tubuh ideal, menambah pergaulan sedangkan pada anggota *Calistehnic* mempunyai pengalaman tidak menyenangkan yaitu berupa dijauhi teman dari komunitas lama, dianggap tidak mempunyai prestasi dengan komunitas lain, ditawari obat-obat diet yang berbahaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian penelitian yang dilakukan dengan wawancara dilakukan oleh peneliti mengenai fenomena komunikasi anggota *Calistehnic* di Pekanbaru dalam memaknai *Calistehnic* di kota Pekanbaru maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Motif anggota *Calistehnic* di Pekanbaru dalam memaknai tubuh ideal terbagi 1 , pertama motif masa lalu (Because Motives) meliputi hobi yang sudah ada sejak lama dalam diri anggota *Calistehnic*, dan adanya ajakan teman untuk mengikuti *Calistehnic*, serta ingin menurunkan berat badan. Kedua, motif masa datang (in order to motive) anggota komunitas untuk mendapatkan tubuh yang ideal sesuai yang diinginkan, serta sebagai media komunikasi untuk menambah pergaulan serta menciptakan gaya hidup yang positif.
2. Pemakaian tubuh ideal bagi anggota *Calistehnic* yaitu dimaknai dengan tubuh ideal sebagai pemicu gaya hidup sehat, kepercayaan diri, serta pemicu untuk

mengajak masyarakat untuk mementingkan kebugaran tubuh.

3. Pengalaman komunikasi yang dialami anggota *Calistehnic* dalam memaknai tubuh ideal, yaitu pertama salah satunya pengalaman komunikasi menyenangkan berupa dukungan atau respon positif dari keluarga, menambah pertemanan dan menambah relasi. Kedua, Pengalaman komunikasi tidak menyenangkan yang dirasakan ya oleh anggota PACS yaitu karena kegiatan PACS ini di lapangan pancasila dimana bila bentrok dengan tim sepak bola dari tim lain jadi menimbulkan keributan belum lagi tim lain itu beranggapan bahwa komunitas PACS tidak resmi serta tidak pernah punya prestasi jadi mereka lebih andil dalam menguasai tempat karena mereka sering ikut perlombaan, sedangkan bagi anggota Sanggar Kencana ada anggota nya yang beralih ke *Calistehnic* kurang harmonis hubungannya dengan Instruktur olahraganya yang lama, serta dijauhi dari teman komunitas lama, dan mengalami hubungan kurang baik terhadap perkerja di sanggar yang menawarkan obat-obat pelangsing.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan yang peneliti sampaikan tersebut, adapun peneliti memiliki saran yaitu.

1. Bagi para anggota *Calistehnic*, dengan hasil penelitian ini dapat lebih meningkatkan gaya hidup positif serta gaya hidup sehat, serta masyarakat dapat mendapatkan informasi yang bermanfaat serta menjalankan kegiatan positif juga.
2. Bagi para anggota *Calistehnic*, melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi yang bisa bermanfaat serta untuk mengajak masyarakat untu

bergaya hidup positif di zaman modern sekarang.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Ahmadi. A. 1009. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta

Ardianto, Elvinaro. 1010. *Metode Penelitian untuk Public Relation Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung : Simbiosis Rekatama Media.

Basrowi dan Sukidin. 1001. *Metode Penelitian Penelitian Perspektif Mikro*, Surabaya : Insan Cendekia

Bungin, Burhan. 1005. *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Persada.

Berger Peter dan Luckman, Thomas. 1990. “*Tafsiran Sosial Atas Kenyataan Risalah Tentang Sosiologi Pengetahuan*”, LP3ES, Jakarta.

Kriyantono, Rahmat. 1014. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group.

Kuswarno, Engkus. 1009. *Metode Penelitian Komunikasi Fenomenologi. Konsepsi Pedoman, Dan Contoh Penelitian Fenomena Pengemis Kota Bandung*. Bandung : Widya Padjajaran.

Littlejohn W. Stephen dan Karen A. Foss. 1011. *Teori Komunikasi*, Jakarta: Salemba Humanika

Moleong, Lexy J. 1011. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.

Mulyana, Deddy & Solatun. 1008. *Metode Penelitian Komunikasi Contoh-Contoh Penelitian Kualitatif Dengan Pendekatan Praktis*. Bandung : Remaja Rosda Karya.

Prastowo, Andi. 1011. *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Perspektif Rancangan penelitian*. Yogyakarta : Arruzz Media

Ruslan, Rosady. 1010. *Metode Penelitian Public Relations dan Komunikasi*. Jakarta: Grafindo Persada.

Sobur, Alex. 1009. *Semiotika Komunikasi*. Bandung. PT. Remaja Rosdakarya

Spradley, James. 1007. *Metode Etnografi*. Jogjakarta : Tiara Wacan

Subagyo, Joko. 1011. *Metode Penelitian dalam Teori dan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.

Sugiono, 1011. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif dan R&f*. Bandung: Alfabeta

Sudjarwo, Basrowi. 1001. *Manajemen Penelitian Sosial*. Bandung : Mandar Maju.

Sukandarrumidi. 1011. *Metodologi Penelitian: Petunjuk Praktis Untuk Peneliti Pemula*. Gadjah Mada University Press

Vardiansyah, Dani. 1004. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Bogor: Ghalia Indonesia

Wood, J.T. 1004. *Communication Theories In Action: an introduction, 3rd ed.* California: Wadsworth

Skripsi :

Vialani, Greytha. *Pemaknaan Obesitas (Studi Deskriptif tentang pemaknaan tubuh ideal bagi komunitas XL'SO)*. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya, 1014.

Beshana, Desi. *Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswa FISIP Universitas Airlangga Surabaya*. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya, 1011.

Zuhdi, Andrian. *Makna Kustom Kulture bagi Anggota Komunitas Pecinta Motor Klasik*. Skripsi. Universitas Riau. Pekanbaru, 1016.

Sumber Lain:

Wirman, Welly. 1011. *Pengalaman Komunikasi dan Konsep diri perempuan*

gemuk, Journal of diacletics IJAD. Vol 1, No. 1. Bandung Pascasarjana UNPAD
Kendall, P (1999), *“The female Image Ideal : Yesterday, Today, and Tomorrow,”* Colorado State University, website www.Ext.colostate.edu/pubs/COLUMN/nm991006.html. Diakses 11 Juni 1011
<http://pacsPekanbaru.blogspot.co.id/1015/10/sekilas-tentang-pacs.html>
<http://citizen6.liputan6.com/read/1057351/calisthetic-olahraga-yang-murah-namun-menyehatkan>
http://Pekanbaru.tribunnews.com/1016/08/19/adakan-pertunjukan-di-mal-Pekanbaru-komunitas-pacs-perkenalkan-diri-pada-_masyarakat
<https://womantalk.com/health-fitness/articles>. Diakses pada pukul 11.00 WIB, 11 Agustus 1017
jurnal-s1.fsrđ.itb.ac.id
<http://inacara-sehatku.blogspot.co.id/1015/05/apa-itu-kalistenik.html>