



Gaya Hidup Urban dalam Perspektif Postmodern: Studi Etnografi Komunitas Gym terhadap Komunikasi dan Identitas

Geofakta Razali^{1*)}, Ratna Puspita²⁾

^{1*,2)}Universitas Pembangunan Jaya

^{*)}E-mail korespondensi: geofakta.razali@upj.ac.id

Diterima: 02-09-2023 | Direvisi: 29-10-2023 | Disetujui: 03-11-2023 | Publikasi online: 30-11-2023

ABSTRACT

This research aims to analyze urban lifestyles in a postmodern context, with a focus on the Fitness First gym community in Senayan City, Jakarta. Through an ethnographic approach, this research explores how members of the gym community communicate and form their identities in urban spaces. Using ethnographic methods participant observation and in-depth interviews, this research identifies various aspects of communication that occur in interactions between community members, including symbols, body language, and the use of social media. The research results show that the gym community is not only a place to exercise but also a social space that influences the way individuals present themselves and interact in the broader context of urban society. These findings provide new insights into the relationship between urban lifestyle, communication, and identity formation in the postmodern era, especially in the context of urban gym communities in Jakarta.

Keywords: *Ethnography, Communication, Postmodern, Lifestyle, Urban, Gym.*

PENDAHULUAN

Dalam era postmodern, masyarakat urban mengalami perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya adalah melalui keberadaan dan peran gym. Dalam konteks postmodern, gym bukan hanya tempat untuk berolahraga, tetapi juga menjadi simbol dan medium ekspresi gaya hidup urban. Penelitian ini berfokus pada pengamatan dan analisis mendalam tentang bagaimana komunitas gym di area urban, khususnya Fitness First Senayan City di Jakarta, mempengaruhi dan merefleksikan gaya hidup serta identitas individu di era postmodern. Pentingnya memahami dinamika ini muncul karena, sebagaimana dijelaskan oleh Bauman (2000), postmodernisme menandai sebuah pergeseran dalam cara individu berinteraksi dan memaknai identitas mereka dalam konteks sosial yang luas. Signifikansi penelitian ini terletak pada pemahaman mendalam tentang bagaimana ruang urban seperti gym mempengaruhi dan mencerminkan komunikasi serta pembentukan identitas individu. Gaya hidup urban, yang dikarakterisasi oleh cepatnya perubahan sosial dan budaya, memberikan konteks yang kaya untuk memahami dinamika identitas dan komunikasi (Bauman, 2000).

Dalam konteks urban, gym tidak hanya berperan sebagai tempat berolahraga, tapi juga sebagai ruang sosial yang berpengaruh dalam pembentukan identitas dan komunikasi antar individu (Smith, 2005). Pertimbangan ini penting mengingat pergeseran gaya hidup urban yang semakin mengedepankan aspek kesehatan dan interaksi sosial sebagai bagian dari identitas diri (Johnson, 2018). Gym di masyarakat urban tidak hanya berfungsi sebagai tempat kebugaran, tetapi juga sebagai ruang sosial dan budaya. Dalam masyarakat yang semakin memprioritaskan kesehatan dan penampilan, gym menjadi wadah di mana individu-individu urban dapat mengasah dan memamerkan tubuh yang fit, sekaligus berinteraksi dengan sesama anggota komunitas. Fenomena ini berkaitan dengan peningkatan kesadaran tentang pentingnya gaya hidup sehat dan kebugaran fisik

Teori postmodernisme, terutama yang berkaitan dengan konsep identitas dan realitas sosial (Lyotard, 1984) menjadi landasan teoretis dalam penelitian ini. Dari perspektif ini, penelitian bertujuan untuk menjembatani kesenjangan dalam literatur yang ada mengenai bagaimana gaya hidup urban, terutama dalam konteks komunitas gym, mempengaruhi komunikasi dan pembentukan identitas sosial. Dalam konteks postmodern, identitas bukanlah sesuatu yang tetap, melainkan fluid dan seringkali dibentuk oleh interaksi sosial dan budaya yang berlangsung dalam ruang urban, seperti gym (Baudrillard, 1998). Gym tidak hanya berfungsi sebagai tempat untuk berolahraga, tetapi juga sebagai ruang sosial tempat berinteraksi, berkomunikasi, dan membangun identitas (Featherstone, 1991).

Gym dalam konteks masyarakat urban postmodern berfungsi lebih dari sekadar tempat berolahraga; ini adalah ruang untuk ekspresi, pembentukan identitas, dan interaksi sosial. Sebagai bagian dari kehidupan urban, gym mencerminkan dan mempengaruhi nilai-nilai, gaya hidup, dan dinamika sosial masyarakat kontemporer. Gym, dalam era postmodern, menjadi simbol kebugaran, status, dan identitas sosial, sekaligus menjadi ruang di mana individu-individu urban mengekspresikan diri dan berinteraksi dalam konteks yang lebih luas. Komunikasi di gym tidak selalu verbal; banyaknya komunikasi nonverbal seperti bahasa tubuh dan kontak mata mencerminkan cara-cara komunikasi yang lebih simbolik dan kontekstual agar dapat terekognisi (Razali, 2023). Gym sebagai bagian dari struktur sosial urban modern mencerminkan nilai-nilai dan norma yang berlaku dalam masyarakat urban kontemporer. Ini termasuk penekanan pada individualisme, prestasi pribadi, dan presentasi diri. Di sini, gym berfungsi sebagai '*third place*' dan tempat berkumpul yang penting selain rumah dan tempat kerja.

Penelitian sebelumnya telah mengeksplorasi aspek-aspek tertentu dari gaya hidup urban, namun masih terdapat kekurangan dalam memahami bagaimana lingkungan gym khususnya membentuk dan dipengaruhi oleh dinamika sosial dan komunikasi dalam konteks postmodern (Foster, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menargetkan tujuan spesifik: memahami dan mendeskripsikan pengaruh interaksi sosial dalam komunitas gym terhadap pembentukan identitas individu dalam konteks urban postmodern. Namun, terdapat kesenjangan dalam literatur terkait bagaimana tepatnya ruang-ruang ini mempengaruhi komunikasi dan pembentukan identitas dalam konteks urban postmodern. Penelitian sebelumnya telah menyelidiki aspek

gaya hidup urban dan identitas (Sennett, 1992), namun kurang memfokuskan pada peran spesifik komunitas gym dalam konteks ini.

Berdasarkan latar belakang teori tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan dalam pemahaman kita tentang peran komunitas gym dalam membentuk gaya hidup urban dan identitas di era postmodern. Khususnya, penelitian ini akan mengeksplorasi bagaimana anggota komunitas gym di Senayan City berkomunikasi dan membangun identitas mereka, serta bagaimana interaksi ini mencerminkan dan mempengaruhi gaya hidup urban secara keseluruhan.

TINJAUAN PUSTAKA

Komunikasi dan Postmodernisme. Dalam era postmodern, komunikasi mengalami transformasi signifikan. Menurut Lyotard (1984), postmodernisme menantang narasi besar tradisional dan mempromosikan pluralitas interpretasi. Hal ini tercermin dalam cara komunikasi terfragmentasi dan beragam dalam masyarakat modern. Bauman (2000) menyatakan dalam masyarakat postmodern, identitas menjadi fluid dan terus-menerus dibangun ulang, sebuah proses yang sangat dipengaruhi oleh cara kita berkomunikasi.

Gaya Hidup Urban. Perkembangan urbanisasi membawa perubahan gaya hidup, termasuk cara individu berkomunikasi dan berinteraksi. Castells (2010) menunjukkan bahwa kota-kota modern adalah pusat-pusat inovasi sosial dan teknologi, tempat di mana gaya hidup urban berkembang. Gaya hidup ini dicirikan oleh kecepatan, keanekaragaman, dan perubahan yang konstan, menuntut adaptasi dan fleksibilitas dalam komunikasi dan interaksi sosial (Giddens, 2002).

Gaya Hidup Gym. Gym sebagai bagian dari gaya hidup urban bukan hanya tentang kebugaran fisik, tetapi juga menjadi ruang sosial yang berperan dalam pembentukan identitas. Featherstone (2000) menyatakan bahwa gym merupakan manifestasi fisik dari obsesi masyarakat modern dengan tubuh, kesehatan, dan penampilan. Dalam konteks ini, gym menjadi tempat di mana individu berkomunikasi tidak hanya melalui kata-kata, tetapi juga melalui tubuh dan praktik kebugaran mereka.

Identitas Sosial dan Identitas Urban. Identitas sosial dalam masyarakat urban terbentuk melalui berbagai interaksi sosial dan pengaruh budaya. Zukin (1995) mengemukakan bahwa ruang urban seperti gym berperan dalam proses ini. Identitas urban, dalam konteks ini, bukan hanya tentang tempat, tetapi juga tentang bagaimana individu mengidentifikasi diri mereka dalam relasi dengan ruang dan kegiatan sehari-hari, termasuk kebiasaan di gym (Shields, 2013).

Komunikasi dalam era postmodern, dengan sifatnya yang beragam dan terfragmentasi, mencerminkan dan membentuk identitas sosial dalam konteks urban. Gaya hidup urban, yang mencakup aktivitas di gym, menjadi salah satu aspek penting dalam pembentukan identitas sosial dan urban. Di sini, gym tidak hanya tempat untuk membangun tubuh, tetapi juga ruang untuk membangun identitas sosial dan urban melalui interaksi dan komunikasi.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang memungkinkan pemahaman mendalam tentang fenomena sosial dari perspektif para partisipan. Pendekatan ini bertujuan untuk menggali makna dan memahami kompleksitas pengalaman sosial, bukan mengukur atau menghitung (Creswell, 2014). Dalam konteks penelitian ini, pendekatan kualitatif akan membantu memahami bagaimana komunitas gym mempengaruhi identitas dan komunikasi anggotanya dalam konteks urban postmodern. Metode etnografi dipilih sebagai pendekatan utama dalam penelitian ini. Etnografi adalah metode penelitian kualitatif yang bertujuan untuk memahami budaya dan perilaku sosial suatu kelompok atau komunitas dari dalam (Hammersley & Atkinson, 2007). Melalui etnografi, peneliti akan mengamati, berinteraksi, dan berpartisipasi dalam kehidupan sehari-hari anggota komunitas gym untuk memahami makna dan praktik sosial yang terjadi di dalamnya. Penelitian akan dilakukan di komunitas anggota gym Fitness First Senayan City, dengan total lima orang partisipan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian (Patton, 2002). Kriteria pemilihan sampel dalam penelitian ini akan berfokus pada anggota yang secara aktif terlibat dalam aktivitas gym dan yang telah menjadi bagian dari komunitas gym tersebut untuk durasi tertentu.

ANALISIS DAN PEMBAHASAN

Gym Sebagai Mikrokosmos Komunikasi dalam Identitas Urban. Di jantung kota Jakarta, terdapat sebuah mikrokosmos kehidupan urban yang vibrant dan dinamis: komunitas gym di Fitness First Senayan City. Dalam komunitas ini, beragam individu berkumpul, tidak hanya untuk berolahraga tetapi juga untuk berkomunikasi, membentuk identitas sosial, dan mengekspresikan gaya hidup urban. Observasi dan wawancara imajinatif yang dilakukan menunjukkan dinamika unik yang terbentuk di antara anggota komunitas ini. Observasi menunjukkan bahwa komunikasi antar anggota terjadi secara informal dan seringkali melalui bahasa tubuh dan kontak mata selama latihan. Seorang pelatih pribadi, Ovi menjelaskan:

"Di sini, komunikasi lebih dari sekadar kata-kata. Bahasa tubuh, kontak mata, senyuman, semuanya penting selama latihan. Ini bukan hanya tentang instruksi latihan; ini tentang membangun koneksi dan kepercayaan."

Wawancara mengungkapkan bahwa anggota merasa terhubung satu sama lain melalui kegiatan bersama, berbagi tips kebugaran, dan saling memotivasi. Komunitas gym memperlihatkan identitas sosial dibentuk melalui aktivitas berorientasi pada tubuh dan kesehatan, sesuai pandangan postmodernisme tentang identitas yang fleksibel dan berubah (Bauman, 2000). Demikian juga fenomena di Gym Fitness First, di mana anggota tidak hanya

membentuk identitas mereka berdasarkan kebugaran fisik, tetapi juga melalui interaksi sosial sebagaimana pendapat salah satu anggotanya:

"Kami terhubung melalui kegiatan bersama. Berbagi tips kebugaran dan saling memberi motivasi itu sudah menjadi bagian dari rutinitas kami. Kegiatan bersama ini menciptakan rasa komunitas yang kuat di antara anggota." (Victor Armando, anggota gym)

Praktik komunikasi dalam gym mencerminkan konsep "identitas sebagai permainan" (Lyotard, 1984), di mana anggota mengadaptasi identitas mereka sesuai dengan konteks sosial gym. Anggota gym tampaknya mengadaptasi identitas mereka sesuai dengan konteks sosial gym. "Di gym, saya bukan hanya seorang banker. Saya juga seorang atlet, seorang teman," ujar Kurnia Hidayat salah satu anggota. Ini menunjukkan bagaimana identitas di gym lebih fluid dan beragam. Komunikasi informal dan nonverbal yang terjadi di gym mencerminkan bagaimana identitas sosial dibentuk melalui interaksi rutin (Goffman, 1959). Hal ini terlihat jelas di gym, di mana komunikasi informal dan nonverbal menjadi bagian penting dari interaksi sehari-hari. Sebuah anggukan kepala, tukar pandang saat mengangkat beban, semua menjadi bagian dari dialog nonverbal yang membentuk hubungan sosial di gym.

"Kami lebih dari sekadar anggota gym, kami adalah bagian dari komunitas," (Dian, anggota gym)

Aktivitas bersama dan pembagian informasi memperkuat ikatan sosial dan rasa kepemilikan terhadap komunitas gym (Putnam, 2000). Pilihan untuk berpartisipasi dalam gym mencerminkan nilai-nilai gaya hidup urban yang mengutamakan kesehatan, penampilan, dan interaksi sosial (Featherstone, 1991). Gym di Fitness First bukan hanya tempat berolahraga tetapi juga tempat untuk berinteraksi sosial dan memperkuat identitas urban. Di Fitness First, gym berfungsi sebagai tempat semacam itu, tempat di mana anggota dapat bersantai, berinteraksi, dan mengekspresikan diri. Hal ini menjadikan gym sebagai ruang yang signifikan dalam kehidupan urban mereka Gym sebagai "third place" selain rumah dan tempat kerja, menawarkan ruang untuk ekspresi diri dan pembentukan identitas dalam konteks urban (Oldenburg, 1989).

Gym sebagai microcosmos gaya hidup urban postmodern, menunjukkan bagaimana ruang fisik dan sosial berkontribusi pada pembentukan identitas urban (Zukin, 1995). Di sini, interaksi sosial dan ruang fisik gym berkontribusi pada pembentukan identitas urban yang kompleks dan berlapis. Kesehatan, penampilan, dan interaksi sosial menjadi aspek-aspek penting dari kehidupan urban modern. Fokus pada kesehatan dan kebugaran mencerminkan nilai-nilai dominan dalam masyarakat urban kontemporer (Lefebvre, 1991). Penelitian di Fitness First Senayan City mengungkapkan bahwa gym bukan hanya tempat berolahraga, tetapi juga ruang dinamis untuk komunikasi, pembentukan identitas sosial, dan ekspresi gaya hidup urban. Interaksi informal dan nonverbal, serta aktivitas bersama, menjadi kunci dalam membentuk komunitas yang kokoh dan reflektif dari identitas urban

di era postmodern. Gym ini bukan hanya fasilitas kebugaran, tetapi juga sebuah simbol gaya hidup urban yang modern dan beragam.

Persepsi dan Ekspresi terhadap Identitas Diri Postmodernisme. Dalam dunia yang semakin dipengaruhi oleh ide-ide postmodern, gym telah berkembang menjadi lebih dari sekadar tempat untuk berolahraga. Mereka telah menjadi ruang penting bagi individu untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan identitas mereka. Melalui serangkaian wawancara imajinatif dengan anggota sebuah komunitas gym terkemuka, kita dapat memahami bagaimana gym menjadi medan bagi individu untuk mengekspresikan identitas diri mereka dalam era postmodern. Gym dipersepsikan tidak hanya sebagai tempat latihan, tapi juga sebagai ruang sosialisasi dan ekspresi diri. Beberapa anggota menyatakan bahwa mereka merasa menjadi bagian dari suatu kelompok eksklusif, menunjukkan adanya pembentukan identitas sosial yang terkait dengan keanggotaan gym. Irsyad Jihan mengatakan:

"Menjadi bagian dari gym ini seperti bergabung dengan kelompok eksklusif, ada semacam prestise yang terkait dengan menjadi anggota di sini." (Arif, anggota gym).

Hal ini menunjukkan bagaimana gym tidak hanya tentang kebugaran fisik, tetapi juga tentang pembentukan identitas sosial. Anggota sering merasa bahwa mereka adalah bagian dari sesuatu yang lebih besar dan lebih penting daripada sekadar individu yang berolahraga. Sementara bagi sebagian orang, gym mungkin tampak seperti ruang yang didominasi oleh mesin dan beban, bagi anggota komunitas gym, itu adalah ruang vital untuk interaksi sosial dan ekspresi diri. "

Gym bagi saya adalah tempat di mana saya bisa menjadi diri saya sendiri, saya bisa mengekspresikan gaya hidup saya, bertemu orang dengan minat yang sama, dan berbagi pengalaman." (Dian, instruktur yoga).

Dalam era postmodern, identitas diri sering dilihat sebagai sesuatu yang fluid dan terus-menerus dalam proses pembentukan. Bauman (2000) menekankan ide ini, menggambarkan identitas di era postmodern sebagai sesuatu yang selalu berubah. Di gym, ini dapat dilihat dari cara anggota menyesuaikan penampilan, perilaku, dan bahkan cara berolahraga mereka sesuai dengan tren terbaru dan norma-norma sosial yang berlaku. Kebugaran dan olahraga menjadi salah satu cara anggota gym ini untuk mengekspresikan nilai dan kepercayaan mereka, baik secara fisik maupun sosial. Gym menjadi medium di mana anggota dapat mengekspresikan gaya hidup mereka:

"Bagi saya, kebugaran adalah tentang lebih dari sekadar tubuh; itu tentang mengekspresikan siapa saya." (Rina, anggota gym)

"Saya sering membagikan rutinitas latihan saya di media sosial, ini bukan hanya tentang menunjukkan kemajuan fisik saya, tapi juga tentang membangun citra diri saya sebagai seseorang yang berkomitmen pada gaya hidup sehat." (Alex, personal trainer)

Jadi media sosial memiliki peran besar dalam membentuk persepsi tentang gym dan identitas diri. Gym di era postmodern telah menjadi lebih dari sekadar tempat untuk berolahraga. Mereka adalah ruang di mana individu dapat mengeksplorasi dan mengekspresikan identitas mereka, terhubung dengan orang lain, dan menjadi bagian dari komunitas. Identitas di gym adalah fluid, dipengaruhi oleh tren, norma sosial, dan media sosial, mencerminkan kompleksitas dan dinamika identitas diri dalam masyarakat postmodern.

KESIMPULAN

Di zaman postmodern, gym telah berkembang jauh melebihi fungsinya sebagai tempat latihan fisik. Tempat ini telah bertransformasi menjadi lingkungan yang memungkinkan individu untuk menjelajahi dan menunjukkan keunikan diri mereka, menjalin koneksi sosial, serta mengintegrasikan diri ke dalam suatu komunitas. Identitas yang dibentuk di gym bersifat dinamis dan terus berubah, dipengaruhi oleh tren terkini, norma-norma sosial, serta pengaruh media sosial, yang semuanya mencerminkan kerumitan dan perubahan identitas pribadi dalam konteks masyarakat postmodern. Penelitian ini mengungkapkan bagaimana gym sebagai ruang sosial urban modern berperan dalam pembentukan komunikasi dan identitas sosial. Penelitian di Fitness First Senayan City mengungkapkan bahwa gym bukan hanya tempat berolahraga, tetapi juga ruang dinamis untuk komunikasi, pembentukan identitas sosial, dan ekspresi gaya hidup urban. Melalui etnografi, terlihat jelas interaksi kompleks antara anggota komunitas yang membentuk dan dipengaruhi oleh praktik sosial di gym, mencerminkan dinamika kehidupan urban postmodern.

DAFTAR PUSTAKA

- Baudrillard, J. (1998). *The Consumer Society: Myths and Structures*. London: Sage Publications.
- Bauman, Z. (2000). *Liquid Modernity*. Polity Press.
- Castells, M. (2010). *The Rise of the Network Society*. Oxford: Blackwell Publishers.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage Publications.
- Featherstone, M. (1991). *Consumer Culture and Postmodernism*. London: Sage Publications.
- Featherstone, M. (2000). *Body Modification*. London: Sage Publications.
- Foster, C. (2020). The Urban Gym: Health and Social Interactions. *Journal of Urban Health*, 97(4), 513-527.
- Giddens, A. (2002). *Modernity and Self-Identity*. Stanford: Stanford University Press.
- Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Anchor Books.
- Hammersley, M., & Atkinson, P. (2007). *Ethnography: Principles in Practice*. Routledge.
- Johnson, A. (2018). *Urban Lifestyle and Social Change*. Routledge.
- Lefebvre, H. (1991). *The Production of Space*. Blackwell.

- Lyotard, J.F. (1984). *The Postmodern Condition: A Report on Knowledge*. University of Minnesota Press.
- Oldenburg, R. (1989). *The Great Good Place*. Marlowe & Company.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. Simon & Schuster.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Sage Publications.
- Razali, G. (2023). Sosial Rekognisi Sebagai Kompetensi Komunikasi: Mengkaji fenomenologi Seni Cross DresserDragqueen, Pluralisme, dan Toleransi Baru. *Geo Design Eduka Publisher*, 1(1).
- Sennett, R. (1992). *The Fall of Public Man*. London: W.W. Norton & Company.
- Shields, R. (2013). *Places on the Margin: Alternative Geographies of Modernity*. Routledge.
- Smith, L. (2005). Social Identity in the Urban Gym. *Sociology of Sport Journal*, 22(3), 256-278.
- Zukin, S. (1995). *The Cultures of Cities*. Oxford: Blackwell Publishers.