

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1. 1. Gambaran Umum Objek Penelitian

RoccaSpace merupakan organisasi atau komunitas olahraga yang menjadi ruang bagi para penggiat olahraga untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, serta berolahraga bersama. RoccaSpace hadir pada tahun 2019 dan berlokasi di Jakarta. Sebagai komunitas olahraga RoccaSpace hadir dengan menawarkan berbagai pilihan aktivitas olahraga seperti Pound, Fat Loss Workout, Zumba, Yoga, Cardio, Muay Fit, dan Pilates yang dapat diikuti oleh seluruh kalangan, dan juga *gender*. Melalui banyaknya pilihan kelas olahraga yang ditawarkan, RoccaSpace hadir setiap hari dengan berbagai sesi yakni sesi pagi, sesi sore, dan sesi malam yang membebaskan para peminatnya untuk memilih kelas sesuai dengan ketersediaan kelas. Sebagai salah satu pioneer komunitas olahraga di Jakarta dan didukung antusiasme publik yang cukup besar saat ini venue olahraga yang dinaungi oleh RoccaSpace semakin tersebar luas. Tidak hanya hadir di Gelora Bung Karno, Jakarta. Kini RoccaSpace hadir di CIBIS Park, Jakarta International Equestrian Park, Urban Farm PIK 2, Kuningan City, AEON Mall Tanjung Barat, Central Park, Bellagio Function Hall, Mall Taman Anggrek, FX Sudirman, Sudirman Park, The Park Pejaten, Lotte Mart Fatmawati, Senayan Park. Tak hanya itu RoccaSpace juga melebarkan sayapnya untuk menghadirkan venue di wilayah lain seperti BOTANI Square, Bogor. Margo City, Depok, dan juga District 1 Meikarta, Cikarang. Selain lokasi yang dapat menjadi bentuk nyata perkembangan komunitas ini semakin pesat, RoccaSpace-pun kini marak bekerja sama dengan berbagai *brand*, maupun instansi dengan berperan sebagai *event promotor* olahraga. Selain itu, pada 25 September 2022 RoccaSpace mendapatkan penghargaan sebagai *largest pound class* dari Guinness World Records (Guinness World Records, 2022).

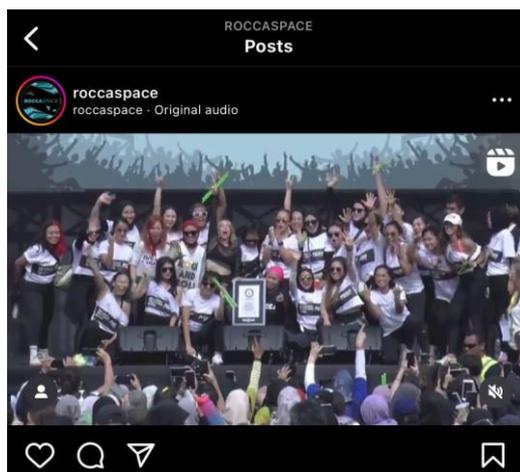
The logo for RoccaSpace features the word "ROCCASPACE" in a bold, teal-colored, sans-serif font. The letters are closely spaced, and the overall design is clean and modern.

Gambar 1. 1 Logo RoccaSpace  
Sumber: Google (2023)

Pound merupakan kelas yang paling banyak hadir di RoccaSpace, hal tersebut dikarenakan olahraga ini sedang naik daun dan menjadi pilihan olahraga baru yang banyak menarik antusias masyarakat. Kelas Pound yang ditawarkan oleh RoccaSpace hadir dengan menawarkan *instructor* atau *pound pro* yang berpengalaman juga telah memiliki lisensi seperti Hanny, Abi, Santika, Kirana, Jedy, Uchi, Ratna, Riris, Nisa, Okta, Zaza, Arya, Shella, Yuni, Santika, Ocie, Rina, Revi, Dije, Tita, Putri, Linda, Uty, Sita, Galuh, Fey, Fia, Ayu, Riana, Dian, dan Citra Nike. Setiap kelas Pound yang hadir di RoccaSpace dapat diakses langsung dilaman Instagram resmi @roccaspace yang akan menampilkan jadwal kelas yang hadir setiap minggunya dan dapat dipesan melalui website resmi RoccaSpace.co.id dengan tarif yang dibanderol seharga Rp. 45.000,- setiap kelasnya. Tarif yang ditetapkan akan dilengkapi dengan fasilitas seperti venue olahraga, dan juga alat olahraga yang disediakan oleh pihak RoccaSpace (RoccaSpace, 2019).

## **1. 2. Latar Belakang Penelitian**

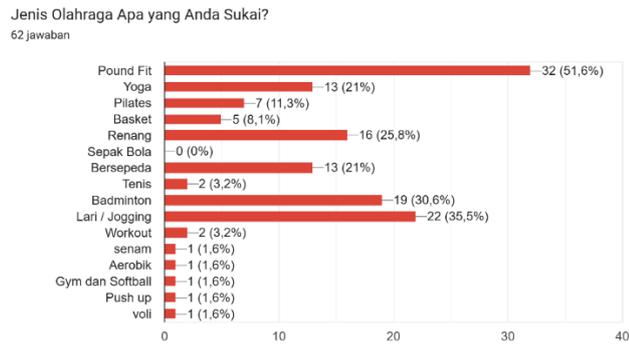
Tren olahraga Pound di Indonesia mencapai puncaknya pada tahun 2021. Olahraga ini semakin populer ketika masyarakat akhirnya bisa kembali melakukan aktivitas di luar ruangan setelah sebelumnya terhambat oleh pandemi Covid-19. Pound merupakan olahraga mencampurkan beberapa gabungan olahraga dan dilakukan dengan gaya baru ini berasal dari Amerika Serikat Melalui gerakan yang enerjik dan menyenangkan, Menurut Adhini (2023) Pound digambarkan sebagai jenis olahraga baru yang memadukan berbagai gerakan yoga dan kardio serta dilakukan dengan menggunakan komponen *ripxtix* yang diiringi oleh irama musik. Pound mendapatkan perhatian yang signifikan dari berbagai kalangan, mulai dari anak muda hingga orang dewasa. Antusiasme terhadap olahraga ini terlihat dari meningkatnya jumlah konten di media sosial yang membahas tentang Pound. Para *influencer* dan instruktur fitness aktif membagikan video dan tutorial di berbagai *platform*, menunjukkan betapa populernya olahraga ini di tengah masyarakat dan mendorong lebih banyak orang untuk mencobanya sebagai bagian dari gaya hidup sehat mereka.



**Gambar 1. 2 Indonesia sebagai tuan rumah event pound terbesar di dunia**  
Sumber: Instagram @roccaspace (2023)

Merujuk pada gambar diatas, di tahun 2022 Indonesia berhasil memecahkan rekor karena menjadi tuan rumah kelas Pound terbesar pertama di dunia. Rekor *the largest pound in the world* ini ditetapkan langsung oleh *Guinness World Records*. Rekor ini didapatkan Indonesia karena berhasil menciptakan kelas olahraga pound terbesar dengan jumlah lebih dari 1000 partisipan serta di pimpin langsung oleh Kristen Potenza dan Christin Preenboom. Dimana kedua orang asal Amerika tersebut merupakan *founder* dari olahraga Pound itu sendiri. Melalui perhelatan akbar yang dilaksanakan oleh kolaborasi antara @roccaspace dan pihak Gelora Bung Karno mampu menjadi bukti bahwa eksistensi Pound di Indonesia memang sangat besar, dan menjadi olahraga baru yang di gandrungi.

Untuk memperdalam mengenai fenomena olahraga Pound ini, penulis melakukan *screening question* melalui penyebaran kuesioner terkait minat olahraga yang dilakukan oleh masyarakat. *Pre-test* ini memiliki kriteria dan batasan penelitian, yakni hanya dilakukan oleh kelompok usia 19-34 tahun sebagai dewasa muda (Arnet, 2015) dan juga kelompok usia yang mendominasi penggunaan internet di Indonesia. Selain itu *screening question* hanya dapat dilanjutkan apabila partisipan merupakan orang yang suka berolahraga. Adapun batasan yang ditetapkan pada kuesioner menghasilkan 62 partisipan yang terdiri dari 58 partisipan dengan jenis kelamin perempuan, dan 4 partisipan dengan jenis kelamin laki laki. Kuesioner ini juga didominasi oleh partisipan diwilayah perkotaan yakni Jakarta, Bandung, Tangerang, Bekasi, dan Depok.

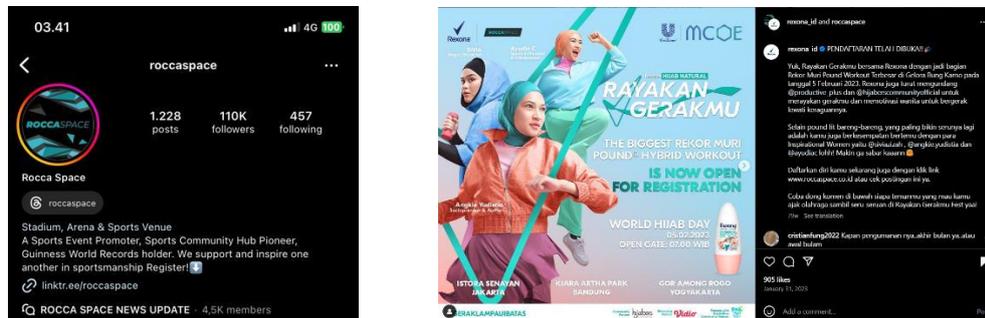


**Gambar 1. 3 Jenis olahraga yang disukai masyarakat perkotaan**  
Sumber: Olahan Peneliti (2023)

Merujuk pada gambar diatas, bahwa sebanyak 32 partisipan memilih Pound sebagai pilihan olahraga yang diminati saat ini. Hal ini dikarenakan Pound merupakan olahraga yang bukan hanya membuat tubuh menjadi sehat dan bugar namun juga olahraga yang memiliki ritme dinamis (terdiri dari banyak gerakan). Pound juga dinilai asik, seru dan menyenangkan. Menurut partisipan Pound, olahraga ini dapat menjadi salah satu sarana untuk menghilangkan stress karena dilakukan secara bersama-sama sambil di iringi irama musik yang *energic*, dapat dilakukan sambil berteriak, serta dilakukan dengan alat khusus yakni ripstix yang berbentuk seperti stik drum. Selain itu Pound dikatakan sebagai jenis olahraga kekinian dan menjadi pilihan gaya baru dalam berolahraga.

Hadirnya pound di Indonesia menjadi bentuk bahwa saat ini masifnya penyebaran informasi secara *online* yang dilakukan oleh masyarakat masyarakat Indonesia kini begitu tinggi, karena mampu dengan cepat menyerap dan menyebarkan tren dari fenomena terkini yang berada di berbagai belahan dunia. Masyarakat menilai Pound sendiri memiliki penggambaran yang unik dan khas bagi masyarakat Indonesia. Selain dapat ditemui pada hasil kuesioner diatas, hal ini juga dapat dilihat dari menjamurnya konten Pound yang hadir di media sosial. Kegiatan mengunggah konten olahraga ini pun mudah di temui pada akun Instagram @roccaspace. Sebagai komunitas olahraga akun Instagram @roccaspace yang telah hadir sejak 2019 dan telah memiliki 110.000 pengikut ini kerap kali membagikan ulang hasil unggahan para partisipan kelas Pound yang diadakan oleh Rocca Space. Umumnya partisipan membagikan cuplikan kegiatan olahraga Pound tersebut. Meski

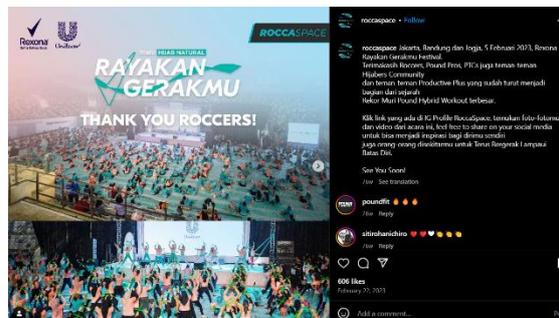
bukan pound professional, masyarakat dengan suka rela untuk tetap mem-*posting* atau mengunggah kegiatan olahraga Pound di media sosial.



**Gambar 1. 4 Akun Instagram @roccaspace**

Sumber: Instagram @roccaspace (diakses pada tanggal 07 Februari 2024)

Merujuk pada gambar diatas, Rocca Space merupakan salah satu pelopor hadirnya Pound di Indonesia. Rocca Space merupakan komunitas olahraga yang hadir di Jakarta pada tahun 2019 sebagai ruang untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, dan berolahraga bersama. Sebagai komunitas olahraga Rocca Space terdiri dengan berbagai pilihan olahraga seperti Pound, *Fat Loss Workout*, Zumba, Yoga, Cardio, Muay Fit, dan Pilates yang dapat diikuti oleh seluruh *gender* dari berbagai kalangan. Rocca Space hadir di berbagai pilihan waktu dan lokasi yang tersebar di wilayah Jabodetabek (Rocca Space, 2019).



**Gambar 1. 5 Aktivitas Pound pada komunitas Rocca Space**

Sumber: Olahan Peneliti (2024)

Seperti yang dapat dilihat pada gambar diatas. Pound merupakan kelas yang paling banyak hadir di Rocca Space, hal tersebut dikarenakan olahraga ini sedang naik daun dan menjadi pilihan olahraga baru yang mampu menarik antusias masyarakat. Tingginya antusias yang ada pada olahraga ini mampu membuat Sejarah tersendiri dimana pada bulan September tahun 2022 Indonesia yang diwakili oleh komunitas Rocca Space bersama Gelora Bung Karno membuat perhelatan pound akbar dan mendapatkan penghargaan sebagai *largest pound class in the world* dari

*Guinness World Records* (Guinness World Records, 2022). Hal ini menjadi unik karena Rocca Space merupakan satu-satunya komunitas olahraga pertama yang mampu mencetak rekor dunia pada kelas pound tersebut. Setelah ditelisik lebih lanjut berdasarkan akun *official Instagram*-nya diketahui bahwa Rocca Space kerap menjalin kerja sama dengan *brand* dan *company* terkemuka pada setiap penyelenggaraan *event* seperti Rexona, BRI dan Indomaret. Rocca Space juga dipilih menjadi pemandu *professional* pound pro pada *Indonesian Sport Facility Expo* (ISFEX) 2024. Selain itu Rocca Space juga kerap berkolaborasi bersama artis terkemuka di Indonesia seperti Ayudiac, Nia Ramadhani, Ardi Bakrie, Sivia Azizah, dan masih banyak lagi. Melihat penyebaran kelas pound yang aktif pada komunitas Rocca Space menjadi bentuk bahwa eksistensi Pound di media sosial khususnya Indonesia memang sangat besar.

Penggunaan media sosial secara masif yang mana umumnya digunakan sebagai tempat untuk mengakses informasi terbaru yang berujung menjadi sebuah tren, maupun berjejaring. Selain itu didukung dengan survei yang dikutip dari (GoodStat, 2022) dikatakan bahwa penggunaan internet untuk mengakses media sosial umumnya dilakukan untuk melihat informasi terbaru, seperti berita terkini yang diterbitkan melalui konten-konten digital. Media sosial seperti Instagram juga digunakan sebagai aktifitas untuk menghabiskan waktu dan juga alat komunikasi agar tetap terhubung, dan kerap kali menjadi jembatan untuk seseorang menemukan hingga mengikuti sebuah komunitas. Terlebih berkat media sosial masyarakat menjadi adaptif dengan adanya tren. Banyak hal-hal baru yang muncul dari ide maupun berita-berita yang hadir di media sosial seperti munculnya fenomena olahraga baru yang dahulu jarang ditemukan di Indonesia namun kini mulai hadir di Indonesia. Hal tersebut dapat ditemukan pada perkembangan Pound, olahraga yang berasal dari Amerika Serikat yang cepat berekspansi ke Indonesia pada tahun 2019.

Menurut (Farady & Monica, 2019) *posting* atau unggah merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan dengan mengunggah informasi berupa gambar atau video yang dipublikasikan pada *blog*. Selain itu kebiasaan gemar mengunggah konten berolahraga ini tentunya menciptakan sebuah kebiasaan dalam bermedia sosial. Pada definisinya sendiri kebiasaan dianggap sebagai komponen konatif dari motif sosiopskilogis seseorang, dimana terdapat perilaku manusia yang menetap, dan

dilakukan secara berulang (Rakhmat, 2022:42). Adapun *screening question* yang telah peneliti lakukan juga mencakup kebiasaan mengunggah konten, hal ini didapati sebanyak 85.5% atau 53 orang dari keseluruhan partisipan menyatakan bahwa memiliki kebiasaan dalam mengunggah momen ketika sedang berolahraga di media sosial. Kebiasaan ini umumnya diunggah pada 3 media *platform* terbesar yakni Instagram, WhatsApp, dan TikTok. *Platform* tersebut dipilih karena menjadi aplikasi yang sering digunakan oleh setiap partisipan.

Merujuk pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sihombing & Aninda, 2022) yang berjudul *Phenomenology of Using Instagram Close Friend Features for Self-Disclosure Improvement* mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial dengan fitur teman dekat dalam mengungkapkan diri mampu menciptakan rasa aman, dan mampu mengontrol situasi dimana informasi menjadi lebih mudah untuk dibagikan. Penelitian selanjutnya berasal dari (Habil et al., 2023) dengan judul *Instagram Stories Sebagai Media Pengungkapan Diri Mahasiswa Ilmu Komunikasi UNIB* yang mengungkapkan bahwa pengungkapan diri yang terjadi pada mahasiswa UNIB terkait penyampaian informasi banyak dilakukan secara tersembunyi, hal ini merujuk pada daerah tersembunyi pada model keterbukaan diri Johari Window selain itu penggunaan instagram story dalam mengungkapkan diri menciptakan dampak positif dan negatif pada mahasiswa tersebut. Penelitian terdahulu selanjutnya hadir dari (Sagiyanto et al., 2018) dengan judul penelitian *Self Disclosure melalui Media Sosial Instagram (Studi Kasus pada Anggota Galeri Quotes)* dimana penelitian ini menghasilkan bahwa penggunaan media sosial pada anggota galeri quotes dilakukan sebagai pemenuhan aktualisasi diri, dan menjadi ajang untuk mencurahkan pikiran juga pengalaman hidup anggota.

Tentunya hal ini menjadi fenomena baru yang menarik untuk diteliti, dimana penggunaan media sosial mampu memberikan stimuli dan merangsang serta memotivasi seseorang terkait kebiasaan dalam mengunggah sebuah konten aktivitas olahraganya. Sehingga peneliti ingin mendalami motivasi seseorang dalam melakukan pengungkapan diri melalui unggahan olahraga Pound pada akun Instagram @roccaspace, yang mana peneliti akan menggunakan teori *self-disclosure*. Hal ini dikarenakan teori ini mengedepankan kebutuhan sosiopsikologis manusia dalam membuka dirinya kepada khalayak luas.

### **1. 3. Perumusan Masalah**

Bagaimana pengungkapan diri yang terjadi pada penggiat pound melalui unggahan konten pada akun Instagram @roccaspace saat berolahraga?

### **1. 4. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengungkapan diri yang terjadi pada penggiat Pound @roccaspace melalui konten di Instagram saat berolahraga.

### **1. 5. Manfaat Penelitian**

#### **A. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini memberikan pandangan mengenai perilaku masyarakat dalam mengungkapkan dirinya di media sosial terkait kebiasaan yang menjadi rutinitas sehingga memberikan informasi terkait penggunaan teori *Self-Disclosure* dalam media sosial dikalangan masyarakat berolahraga.

#### **B. Manfaat Praktis**

Penelitian ini bermanfaat bagi organisasi olahraga dalam memahami konsumen untuk menciptakan peluang strategi pemasaran yang maksimal dikalangan masyarakat olahraga dilihat dari penerapan penggunaan media sosial melalui pendekatan teori *Self-Disclosure*.

### **1. 6. Sistematika Penulisan**

Berisi tentang sistematika dan penjelasan ringkas laporan penelitian karya ilmiah dari Bab I sampai Bab V.

#### **A. BAB I PENDAHULUAN**

Bab ini merupakan penjelasan secara umum, ringkas dan padat yang menggambarkan dengan tepat isi penelitian. Isi bab ini meliputi: Gambaran Umum Objek Penelitian, Latar Belakang Penelitian, Perumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian, dan Sistematika Penulisan Tugas Akhir.

#### **B. BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

Bab ini berisi teori dari umum sampai ke khusus, disertai penelitian terdahulu dan dilanjutkan dengan kerangka pemikiran penelitian yang diakhiri dengan hipotesis jika diperlukan.

#### **C. BAB III METODE PENELITIAN**

Bab ini menegaskan pendekatan, metode, dan teknik yang digunakan untuk mengumpulkan dan menganalisis temuan yang dapat menjawab masalah

penelitian. Bab ini meliputi uraian tentang: Jenis Penelitian, Operasionalisasi Variabel, Populasi dan Sampel, Pengumpulan Data, Uji Validitas, dan Reliabilitas, serta Teknik Analisis Data.

**D. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian dan pembahasan diuraikan secara sistematis sesuai dengan perumusan masalah serta tujuan penelitian dan disajikan dalam sub bab tersendiri. Bab ini berisi dua bagian: Bagian pertama menyajikan hasil penelitian dan bagian kedua menyajikan pembahasan atau analisis dari hasil penelitian. Setiap aspek pembahasan hendaknya dimulai dari hasil analisis data, kemudian diinterpretasikan dan selanjutnya diikuti oleh penarikan kesimpulan. Dalam pembahasan sebaiknya dibandingkan dengan penelitian sebelumnya atau landasan teoritis yang relevan.

**E. BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan merupakan jawaban dari pertanyaan penelitian, kemudian menjadi saran yang berkaitan dengan manfaat penelitian.

**1. 7. Waktu dan Periode Penelitian**

**Tabel 1. 1 Waktu dan Periode Penelitian**

No.	Tahapan Kegiatan	2023	2024						
		12	01	02	03	04	05	06	07
1	Penelitian Pendahuluan								
2	Seminar Judul								
3	Penyusunan Proposal								
4	Seminar Proposal								
5	Pengumpulan Data								
6	Pengolahan dan Analisis Data								
7	Sidang Tesis								

Sumber: Olahan Peneliti (2024)