

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Komunikasi merupakan salah satu aktivitas paling penting yang selalu dilakukan oleh seluruh manusia di dunia ini. Interaksi yang terjadi antara satu individu dengan individu lain menghasilkan sebuah informasi, cerita, tanda, penyesuaian pemikiran, dan lain sebagainya yang termasuk ke dalam komunikasi. Dapat dikatakan bahwa sebuah komunikasi dapat terjadi ketika adanya interaksi antara dua orang atau lebih untuk mencapai suatu pemahaman yang sama. Sejak dahulu komunikasi dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung. Komunikasi secara langsung dapat terjadi dalam kehidupan sehari-hari dimana komunikasi tersebut dilakukan antara komunikator dan komunikan secara langsung dengan bertatap muka tanpa perantara apapun.

Zaman dahulu sebelum teknologi semakin canggih, komunikasi tidak langsung dilakukan melalui beberapa perantara seperti surat, telegraf, merpati pos dan lonceng atau kentungan. Namun berbeda dengan saat ini yang dimana teknologi semakin canggih, komunikasi tidak langsung pun dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja salah satunya melakukan panggilan suara melalui telepon atau *handphone*. Tidak bisa dipungkiri memasuki tahun 2000an penemuan-penemuan baru, teknologi terbukti semakin canggih alat-alat atau pun benda-beda untuk melakukan sebuah komunikasi pun semakin bagus dan salah satu yang semakin berkembang dengan pesat adalah media elektronik *handphone*, namun tidak hanya

handphone saja media elektronik lainnya seperti radio yang saat ini bisa didengarkan secara *live streaming* tanpa terhalang wilayah.

Komunikasi menjadi kunci utama dari berjalannya sebuah kelompok. Kelompok atau komunitas tidak akan bisa berkembang jika komunikasi yang terjalin tidak baik, seperti sering kali terjadinya miskomunikasi. Namun bukan hanya komunikasi saja, individu yang ikut terlibat ke dalam sebuah kelompok biasanya dikarenakan adanya kebutuhan dalam dirinya yang belum terpenuhi. Bentuk kebutuhan-kebutuhan ini berbagai macam tergantung pada kebutuhan individu itu sendiri. Ketertarikan seorang individu terhadap sebuah kelompok sering kali dapat dilihat pada waktu pertama kali terjalinnya komunikasi dengan anggota-anggota yang sudah terlibat sebelumnya ataupun dari pendirinya sendiri, pada waktu inilah muncul keinginan, ketertarikan, kesadaran akan kebutuhan yang ingin di penuhi.

Sebagai makhluk sosial, setiap manusia tentu pasti membutuhkan manusia lainnya untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Manusia akan selalu memiliki banyak keinginan untuk berbicara dengan manusia lainnya, tukar-menukar sebuah pemikiran, menerima dan mengirim berbagai informasi, berbagi sebuah pengalaman, melakukan kerja sama dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan dan yang lain sebagainya. Keinginan-keinginan tersebut dapat terpenuhi dengan melalui kegiatan interaksi dengan orang lain dan tentu saja komunikasi memegang peranan yang sangat penting dalam sebuah hubungan antara satu individu dengan individu yang lainnya.

Berikaitan dengan kehidupan sosial, komunitas sendiri merupakan sekelompok orang yang tergabung menjadi satu yang berdasarkan adanya kesamaan pada kebutuhan atau tujuan didalam diri mereka atau diantara anggotanya yang lain. Komunitas sendiri mempunyai dua macam diantaranya ada komunitas kecil dan komunitas besar yang dimana keanggotaan pada komunitas yang kecil hanya terdiri dari beberapa anggota saja sedangkan komunitas besar keanggotaannya bisa ada yang mencapai hingga 1000 anggota. Namun, besar atau pun kecilnya anggota di dalam suatu komunitas tidak akan menjadi sebuah masalah, meskipun begitu komunitas yang dimiliki banyak anggota biasanya di bagi menjadi banyak bagian berdasarkan wilayah atau sub tertentu.

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) menyebutkan bahwa pola adalah sebuah gambar yang dipakai untuk contoh batik, corak batik atau tenun ragi atau suri, potongan kertas yang dipakai. Sedangkan pola yang dimaksudkan dalam penelitian ini merupakan sebuah sistem atau cara kerja yang terstruktur dan tetap. Pola untuk penelitian ini merupakan sebuah sistem atau cara kerja yang terstruktur dan tetap. Pola hidup sehat berarti cara agar manusia bisa menjaga dirinya sendiri agar tetap sehat, pola disini merupakan sebuah cara kerja atau sistem yang telah terstruktur dan disusun oleh seorang ahli atau orang yang paham.

Pola hidup sehat tidak selalu hanya tentang menjaga kebersihan atau berolahraga saja, namun dengan mengubah pola makan juga merupakan salah satu cara untuk menerapkan pola hidup sehat. pola-pola sederhana ini sebetulnya sangat gampang untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan sangat disayangkan sekali mengingat hal ini cenderung diabaikan dan kurang dipedulikan oleh

kebanyakan orang. Gaya hidup sehat sering kali kurang dipedulikan oleh kebanyakan orang di dunia ini, padahal menerapkan gaya hidup sehat merupakan salah satu cara terbaik agar tubuh manusia tetap burgar dan *fit* sepanjang hari. Menanamkan pola pikir seseorang agar menerapkan atau memiliki gaya hidup sehat terlihat sedikit sulit karena memang kurang dipedulikan, padahal tanpa disadari manfaat dari mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat sangatlah bagus. Jika dilihat atau diperhatikan memang terlihat sedikit sulit dan ribet, namun hasil yang akan didapat nantinya akan berdampak cukup panjang dan baik untuk tubuh dan kesehatan manusia di masa yang akan datang.

Segala sesuatu yang sedang atau akan dilakukan tentu memerlukan proses dan waktu, dalam kehidupan sehari-hari pun dapat terlihat efek samping terhadap gaya hidup yang tidak sehat. contoh kecilnya seperti saat kurang minum, karena ada baiknya jika manusia mengkonsumsi air putih atau air mineral delapan gelas per hari, efek samping untuk tubuh tentu saja ada salah satunya agar memiliki kulit yang tidak kusam dan kering. Kemudian, terlalu banyak mengkonsumsi makanan berminyak juga dapat menyebabkan kulit menjadi berjerawat, hal kecil seperti inilah yang sering kali diabaikan. Jika manusia menerapkan pola hidup sehat, tentu saja hal-hal seperti yang disebutkan sebelumnya tidak akan terjadi.

Zaman modern yang semakin canggih, saat ini tentu ilmu-ilmu pengetahuan semakin bebas dan cepat untuk diakses di internet salah satunya adalah cara mengetahui bagaimana menerapkan pola hidup sehat. Namun rasanya akan sangat sulit dan tampak tidak bersemangat jika hanya dijalani oleh seorang sendiri, karena biasanya setiap individu akan lebih semangat untuk melakukan sesuatu jika ada

dorongan semangat dari beberapa orang terdekat atau dilakukan secara berkelompok namun kembali lagi tergantung kepada individu tersebut, ada yang mengontrol dan memberikan pengetahuan yang lebih mendalam. Tepatnya di kota Bandung salah satu komunitas baru berdiri selama kurang lebih tiga tahun, yang merupakan salah satu komunitas pola hidup sehat yang ada pada saat ini.

Peneliti melakukan sebuah penelitian yang berjudul Komunikasi Komunitas Pola Hidup Sehat pada anggota *Happy Yaci Club*. Penelitian yang akan dikaji tidak hanya tentang bagaimana komunikasi yang terjalin di dalam komunitas tersebut saja tetapi juga meneliti bagaimana cara komunitas pola hidup sehat *Happy Yaci Club* berinteraksi dengan lingkungan yang baru, berinteraksi dengan orang banyak untuk menemukan motivasi didalam komunitas, cara anggota komunitas berinteraksi ketika memberikan sebuah bentuk dukungan dan mengontrol terhadap sesama. Setiap individu yang tergabung didalamnya tentu di dasari dengan kebutuhan apa yang ingin dipenuhinya, sebelum terlibat dengan sebuah kelompok ataupun komunitas biasanya masing-masing individu selalu memperhatikan proses komunikasi yang terjalin di dalamnya. Hal tersebut menjadi salah satu bentuk proses pembuatan keputusan untuk masing-masing anggota sebelum terlibat dengan sebuah kelompok atau komunitas.

Komunitas pola hidup sehat sendiri berdiri atas dasar tujuan untuk membantu orang-orang yang awalnya tidak peduli akan kesehatan dimasa mendatang menjadi akan peduli, tersadar dan khawatir lagi jika tidak dirubah mulai dari sekarang. Dalam Komunitas ini banyak sekali ilmu-ilmu dan pengetahuan tambahan baru yang didapatkan, contohnya seperti mengubah hal-hal atau kebiasaan

saat pagi hari yaitu sarapan pagi dengan makanan yang baik dan memiliki nutrisi yang cukup untuk tubuh kita. Komunitas Pola Hidup Sehat *Happy Yaci Club*, komunitas yang satu ini terbentuk pada tahun 2017 yang lalu. Berawal dari keinginan sang pendiri komunitas yang ingin mengubah pola hidupnya menjadi lebih sehat, hingga akhirnya berhasil menerapkan pola hidup sehat pada dirinya sendiri. Sejak saat itu, sang pendiri memutuskan untuk membuka *homeclub* atau rumah nutrisi untuk orang-orang yang mau berubah. Hingga akhirnya setelah berjalan beberapa bulan, *Happy Yaci Club* memiliki beberapa Anggota dengan keinginan untuk merubah pola hidupnya menjadi lebih sehat, bonus yang didapat dari merubah segala macam pola itu menarik seperti postur tubuh menjadi lebih bagus, *ideal* pada umumnya, menjadi lebih cantik, tampan dan terlihat awet muda.

Happy Yaci Club merupakan sebuah komunitas yang merangkul semua umur, tidak hanya ada anggota remaja dan dewasa saja, namun *Happy Yaci Club* juga merangkul orang-orang yang lanjut usia. Tidak hanya sekedar kumpul wara-wiri kesana dan kemari untuk berkumpul tapi juga selalu terselip ilmu-ilmu pengetahuan baru yang selalu disampaikan kepada anggotanya. Kegiatan-kegiatan positif yang sering kali dilakukan oleh ketua atau pendiri dan anggota *Happy Yaci Club* sendiri biasanya setiap pagi hari, seluruh anggota melakukan sarapan pagi bersama di *homeclub Happy Yaci Club*.

Banyaknya anggota yang dimiliki *Happy Yaci Club* hampir semuanya sama sekali tidak menerapkan pola hidup sehat, bahkan bisa dikatakan makan apa saja yang penting bisa membuat kenyang dan senang. Kenyataannya, setelah bergabung dalam komunitas ini tidak seperti itu, makan apa saja dengan porsi yang seenaknya

tidaklah baik. Pola makan asal asalan dan kebiasaan makan hingga kekenyangan tak selamanya membuat tubuh akan tetap sehat. Untuk menerapkan pola hidup sehat selain keyakinan dan kesadaran diri sendiri juga membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar kita. Untuk itulah diperlukan Komunitas Pola hidup sehat, sebagai salah satu bentuk dukungan untuk kita didalam kehidupan sehari-hari.

Anggota yang tergabung kedalam komunitas pun tidak terlepas dari kebutuhan akan pribadi masing-masing seperti diantaranya, kebutuhan akan keterlibatan seorang individu terhadap sebuah kelompok, kebutuhan individu akan sebuah kontrol atau pengawasan dan kebutuhan individu terhadap sebuah kasih sayang dan perhatian.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan Latar Belakang penelitian diatas, maka fokus penelitian sebagai berikut: bagaimana komunikasi komunitas pola hidup sehat dalam memenuhi kebutuhan anggotanya. Seperti kebutuhan inklusi, kebutuhan kontrol dan kebutuhan afeksi pada anggota *Happy Yaci Club*.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian diatas, maka pertanyaan penelitian yang peneliti susun sebagai berikut :

1. Bagaimana Kebutuhan Inklusi pada Anggota Komunitas Pola Hidup Sehat?
2. Bagaimana Kebutuhan Kontrol pada Anggota Komunitas Pola Hidup Sehat?
3. Bagaimana Kebutuhan Afeksi pada Anggota Komunitas Pola Hidup Sehat?

1.4 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.4.1 Maksud Penelitian

Adapun maksud diadakannya penelitian ini yaitu untuk menjawab fokus penelitian, yaitu: “Untuk Mengetahui komunikasi komunitas pola hidup sehat pada anggota *Happy Yaci Club*.”

1.4.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk menjawab pertanyaan penelitian yaitu:

1. Untuk mengetahui Kebutuhan Inklusi pada Komunitas Pola Hidup Sehat.
2. Untuk mengetahui Kebutuhan Kontrol pada Komunitas Pola Hidup Sehat.
3. Untuk mengetahui Kebutuhan Afeksi pada Komunitas Pola Hidup Sehat .

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah kajian dan pemahaman dalam bidang ilmu komunikasi terutama yang menggunakan metode deskriptif kualitatif. Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi ilmiah untuk penelitian-penelitian yang selanjutnya dengan masalah dan judul yang berbeda. Penelitian ini juga dapat dijadikan acuan dan masukan untuk mahasiswa, serta nasyarakat dalam memahami kehidupan berkelempok.

2. Manfaat Akademis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kajian dan pemahaman dalam bidang ilmu komunikasi, memberikan sumbangan pemikiran, yang berkaitan dengan komunikasi.

3. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan tentang bagaimana berkomunikasi dengan kelompok yang sehat dan positif. Bagaimana menjadikan sebuah kelompok tersebut menjadi kelompok yang bermanfaat untuk orang banyak.