

**POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF ANTARA
PERSONAL TRAINER DAN *MEMBERS GYM GOEDANG FITNESS*
YOGYAKARTA**



Disusun oleh:

Christofer Michael P.
19.96.1556

**PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI S1- ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL UNIVERSITAS AMIKOM
YOGYAKARTA**

2023

**POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF ANTARA
PERSONAL TRAINER DAN *MEMBERS GYM GOEDANG FITNESS*
YOGYAKARTA**

Untuk memenuhi sebagian persyaratan

Mencapai gelar Sarjana

Pada Program Studi Ilmu Komunikasi



Disusun Oleh

Christofer Michael

19.96.1556

**PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI S1- ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS EKONOMI DAN SOSIAL UNIVERSITAS AMIKOM
YOGYAKARTA**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF ANTARA
PERSONAL TRAINER DAN *MEMBERS* GYM GOEDANG FITNESS
YOGYAKARTA

yang diperstapkan dan disusun oleh

Christofer
Michael

NIM 19.96.1556

telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi

pada

Dosen Pembimbing,



Stara Asrita, S.I.Kom., M.A

NIK. 190302448

iii

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL YANG EFEKTIF
ANTARA PERSONAL TRAINER DAN MEMBERS GYM
GOEDANG FITNESS YOGYAKARTA**

yang dipersiapkan dan disusun oleh

Christofer Michael

NIM 19.96.1556

telah dipertahankan dihadapan Dewan
Penguji

Nama

Stara Asrita, S.I.Kom., M.A

NIK. 190302364

Kadek Kiki Astria, S.I.Kom., M.A

NIK. 190302445

Yulinda Erlisyanrini, S.I.Kom., M.Med.Kom

NIK. 190302485

Tanda



Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Tanggal bln tahun

Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial



Emha Taufiq Luthfi, S.T.,M.Kom.

NIK. 190302125

iv

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bahwa, skripsi ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu institusi pendidikan tinggi mana pun, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan/atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Segala sesuatu yang terkait dengan naskah dan karya yang telah dibuat adalah menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Yogyakarta, 1 Juni 2023



Christofer Michael Perangin-angin

NIM 19.96.1556

PERSEMBAHAN

Segala puji dan syukur penulis persembahkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunianya yang telah dilimpahkan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan penuh rasa tanggung jawab. Naskah skripsi ini penulis susun untuk memenuhi syarat dalam mencapai kelulusan dan mendapatkan gelar Sarjana Ilmu Komunikasi di Universitas Amikom Yogyakarta. Pada penulisan skripsi ini, tentunya penulis mendapatkan dukungan dari beberapa pihak yang senantiasa *Membersikan* dorongan semangat serta bantuan, maka penulis pun mengucapkan terima kasih dan mempersembahkan hasil penulisan skripsi ini kepada beberapa pihak:

1. Tuhan Yesus Kristus Yang Maha Esa karena atas izin-Nya yang telah Memberikan kemudahan serta kelancaran kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik.
2. Orang tua serta keluarga besar penulis yang telah Memberikan dukungan serta kasih sayang kepada penulis, selalu mendoakan penulis sehingga dapat kemudahan dan kelancaran dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
3. Dosen pembimbing Ibu Stara Asrita, S.I.Kom., M.A yang telah membimbing penulis sedari awal mengerjakan penulisan skripsi ini, tak hanya bimbingan berupa arahan yang telah ditujukan kepada penulis, namun juga perhatian serta dorongan semangat, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik dan bertanggungjawab atas bimbingannya.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur hanya bagi Tuhan Yesus Kristus, oleh karena anugerah-Nya yang melimpah, kemurahan dan kasih setia yang besar, akhirnya penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini guna memenuhi salah satu persyaratan dalam mencapai Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi di Universitas Amikom Yogyakarta

Tentunya penulisan skripsi ini berjalan lancar karena beberapa pihak yang membantu dan terlibat dalam penulisan skripsi ini, sehingga melalui tulisan ini, penulis menyampaikan terima kasih sebanyak-banyaknya atas segala bentuk dukungan yang telah diberikan kepada penulis. Ucapan terima kasih sebagai bentuk penghargaan ini penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. M. Suyanto, M.M., selaku Rektor di Universitas Amikom Yogyakarta.
2. Bapak Emha Taufiq Luthfi, S.T., M.Kom., selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Sosial di Universitas Amikom Yogyakarta.
3. Bapak Erik Hadi Saputra, S.Kom., M.Eng., selaku Kepala Program Studi Ilmu Komunikasi di Universitas Amikom Yogyakarta.
4. Ibu Stara Asrita, S.I.Kom., M.A selaku dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Goedang *Fitness* Yogyakarta, selaku tempat objek penelitian yang telah Membersikan izin untuk melakukan penelitian skripsi ini
6. Personal Trainer dan *Members gym* Goedang *Fitness* Yogyakarta, selaku informan penelitian yang telah Memberikan bantuan untuk melakukan penelitian skripsi ini
7. Bapak Tersayang, Diamond Perangin-angin yang selalu Memberikan dukungan untuk materil dan non-materil. Dorongan beliau berupa kata-kata semangat dan

doa-doa yang ia setiap hari dipanjatkan kepada penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan bertanggung jawab

8. Teman-teman seperjuangan yang telah menjadi *support system* dalam mendukung satu sama lain untuk menyelesaikan skripsi

9. Haidar dan Khofifah selaku sahabat saya, yang selalu mendukung saya dengan kondisi apapun yang saya alami.

10. Azka Azzahra selaku kekasih saya, yang telah Memberikan dukungan berupa materil dan non-materil, dan selalu ada saat saya membutuhkannya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena menyadari segala keterbatasan yang ada. Untuk itu demi sempurnanya skripsi ini, penulis sangat membutuhkan dukungan dan sumbangsih pikiran yang berupa kritik dan saran yang bersifat membangun.

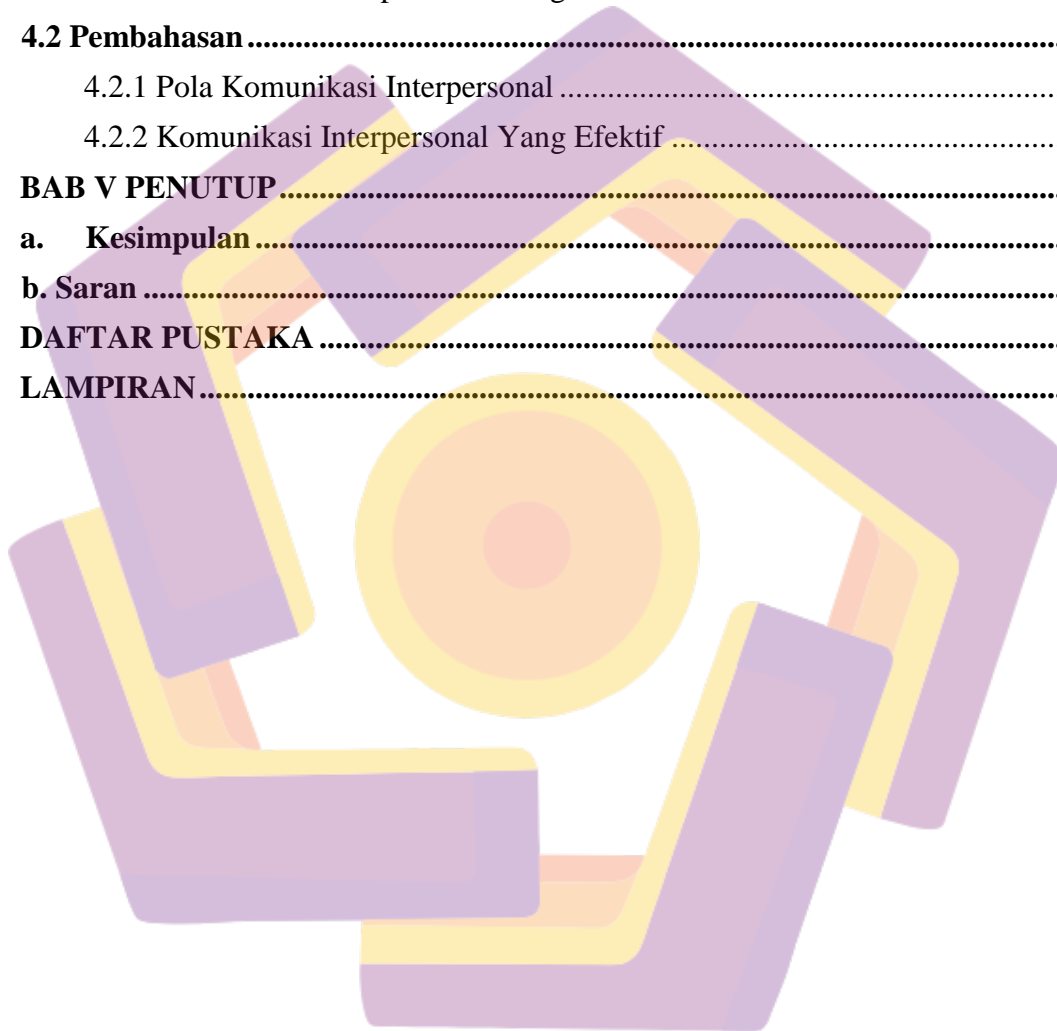
Penulis sangat menerima kritik dan saran yang ditunjukkan kepada penulis yang bertujuan untuk membangun sehingga dapat menjadi lebih baik lagi kedepannya. Semoga skripsi ini dapat menjadi manfaat, wawasan pada siapapun yang membaca, dan dapat menjadi berkat bagi banyak orang termasuk penulis sendiri

Yogyakarta, 11 July 2023

DAFTAR ISI

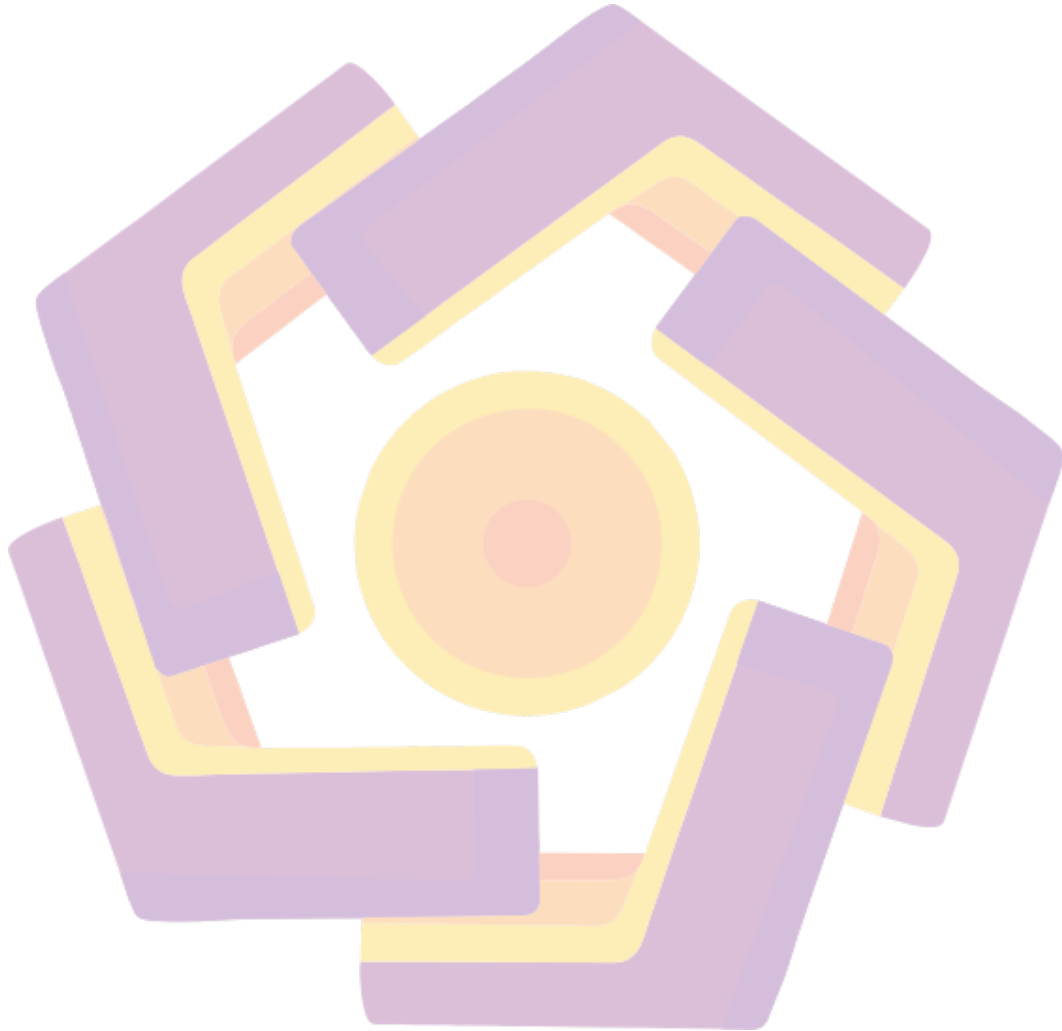
COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Landasan Teori	9
2.1.1 Pola Komunikasi.....	9
2.1.2 Komunikasi Interpersonal.....	10
2.1.2 Komunikasi Interpersonal yang Efektif.....	13
2.2 Penelitian Terdahulu	14
2.3 Kerangka Berfikir	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
3.1 Desain Penelitian	24
3.2 Objek Penelitian	24
3.3 Subjek Penelitian	25
3.4 Sumber Data	25
3.5 Teknik Penentuan Informan	25
3.6 Teknik Pengumpulan Data	26

3.7 Teknik Analisis Data.....	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1 Hasil penelitian.....	30
4.1.1 Komunikasi Interpersonal	30
4.1.2 Komunikasi Interpersonal Yang Efektif	36
4.2 Pembahasan	41
4.2.1 Pola Komunikasi Interpersonal	41
4.2.2 Komunikasi Interpersonal Yang Efektif	46
BAB V PENUTUP	48
a. Kesimpulan	48
b. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	52



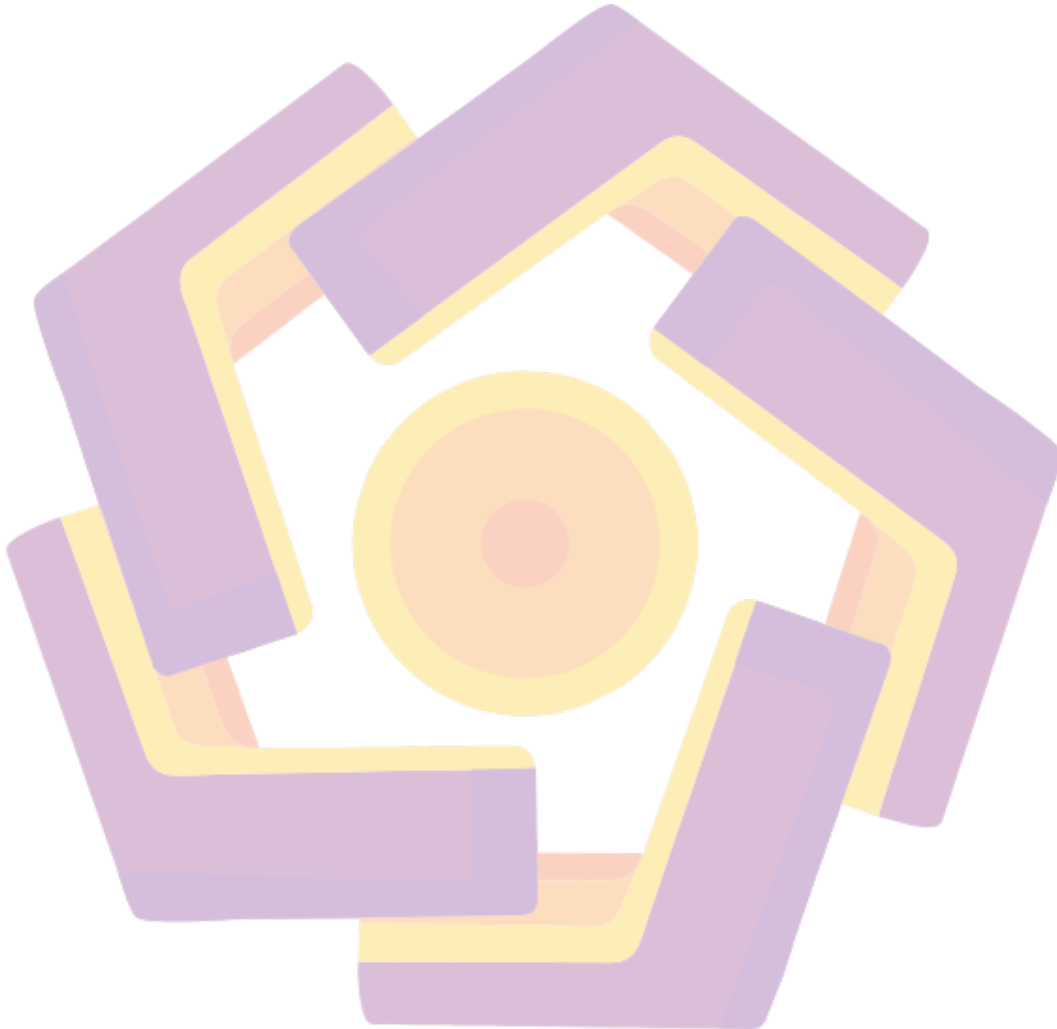
DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	14
Tabel 3.1 Kriteria Informan Penelitian	27



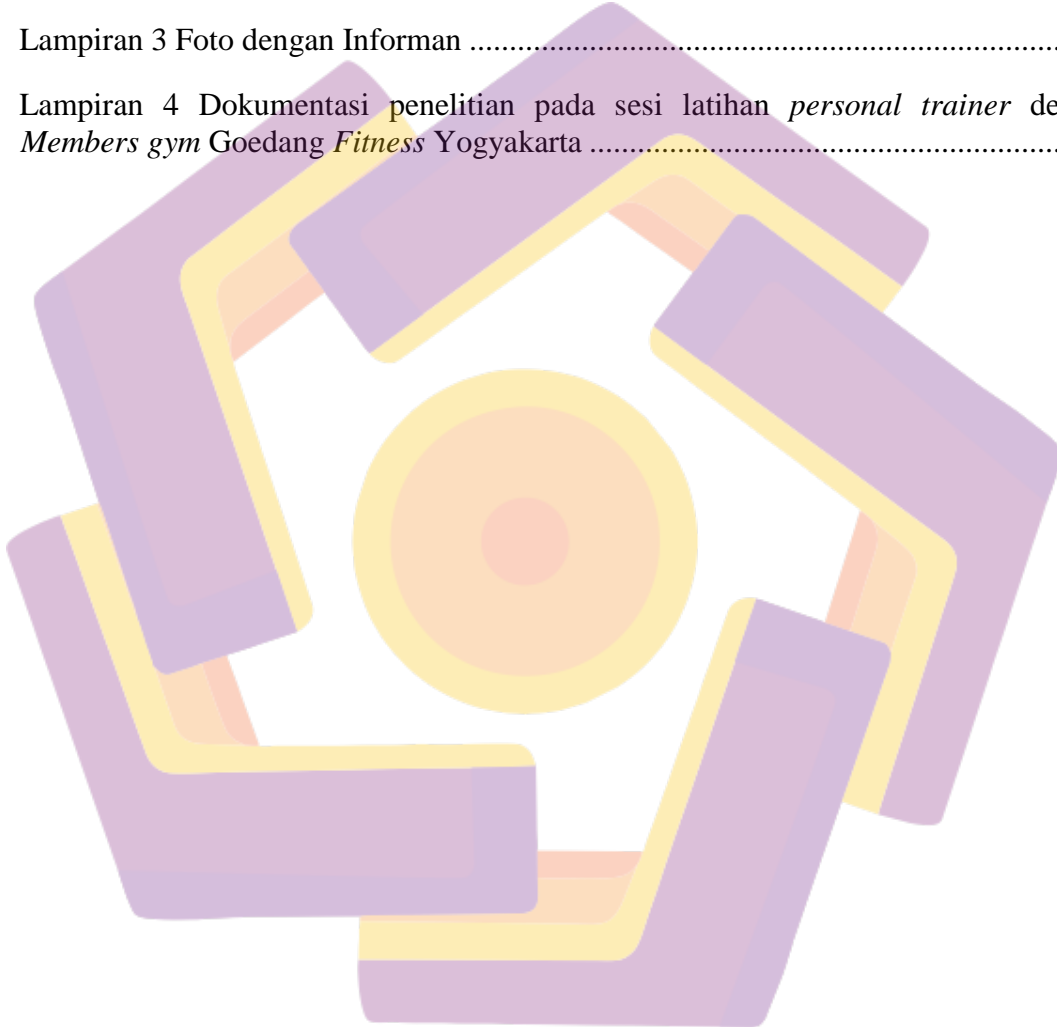
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Berita pelecehan sexual oleh <i>personal trainer</i> terhadap <i>Members gym</i> ..5	
Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	24



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Interview Guide Penelitian	53
Lampiran 2 Transkrip Wawancara dengan Informan	57
Lampiran 3 Foto dengan Informan	66
Lampiran 4 Dokumentasi penelitian pada sesi latihan <i>personal trainer</i> dengan <i>Members gym Goedang Fitness</i> Yogyakarta	67



INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pola komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh *personal trainer* kepada *Members gym* demi keberhasilan gaya hidup sehat dan tujuan berolahraga. Pola komunikasi interpersonal yang diberikan dapat berupa program latihan, konsultasi, dan motivasi, dan edukasi kepada *members gym*. Oleh sebab itu, pelatih harus bisa membangun hubungan melalui pola komunikasi interpersonal dengan tujuan penyampaian pesan dapat diterima baik oleh *members gym* Goedang *Fitness* Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Jumlah sampel yang dilibatkan pada penelitian ini sebanyak 3 orang yang dikumpulkan melalui teknik wawancara, observasi dan studi literature. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pola komunikasi interpersonal antara *personal trainer* dan *members gym* Goedang *Fitness* Yogyakarta berjalan dengan efektif. Hal ini ditunjukkan melalui aspek-aspek efektivitas komunikasi interpersonal dan pola komunikasi yang diciptakan oleh *personal trainer*. Efektivitas komunikasi seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, kepositifan, dan kesetaraan berjalan dengan baik yang menyebabkan hubungan antara *personal trainer* dan *members gym* Goedang *Fitness* Yogyakarta tercipta.

Kata Kunci : ***Personal Trainer, Komunikasi Interpersonal, Efektivitas komunikasi interpersonal, Goedang Fitness Yogyakarta***

ABSTRACT

This study aims to reveal patterns of interpersonal communication carried out by personal trainers to gym Members for the success of a healthy lifestyle and exercise goals. Interpersonal communication patterns provided can be in the form of training programs, consultations, and motivation, and education for gym Members. Therefore, trainers must be able to build relationships through interpersonal communication patterns with the aim of conveying messages that are well received by Members of the Goedang Fitness Yogyakarta gym. The method used in this research is a qualitative research method. The number of samples involved in this study were 3 people who were collected through interview techniques, observation and literature studies. In this study using descriptive qualitative data analysis techniques. The results of this study indicate that the pattern of interpersonal communication between personal trainers and members of the Goedang Fitness Yogyakarta gym runs effectively. This is shown through aspects of the effectiveness of interpersonal communication and communication patterns created by personal trainers. Communication effectiveness such as openness, empathy, supportive attitude, positivity, and equality goes well which causes the relationship between the personal trainer and the Members of the Goedang Fitness Yogyakarta gym to be created.

Keywords: *Personal Trainer, Interpersonal Communication, Effectiveness of interpersonal communication, Goedang Fit*