

**PESAN GESTURAL DAN POSTURAL DALAM PRAKTIK PELATIHAN
SELAM BEBAS (*FREEDIVING*) UNTUK PEMULA
(Studi Komunikasi Non Verbal pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung)**

(skripsi)

Oleh

Kusuma Elmi Rinakit



**JURUSAN ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

ABSTRACT

GESTURAL AND POSTURAL MESSAGES IN FREEDIVING PRACTICE FOR BEGINNERS (Non Verbal Study On X3X Freediving Lampung Community)

By

Kusuma Elmi Rinakit

One type of extreme sport is freediving is a kind of sport where diving activities carried out by not using a respirator. Nowadays the sport more and more attention from the public, but the training of the sport is still rare, especially in the area of Lampung. Those problems prompted researchers to educate the public about freediving training especially for beginners through kinesik message that could be a message gestural and postural message. Given that when doing the dives, dives needed to facilitate communication and the only one communication that can be used in the water is non-verbal communication. This study aims to identify, analyze and describe the messages gestural and postural and usefulness in freediving training for beginners at Community X3X Freediving Lampung.

In this study, informants have deliberately based on the criteria that have been determined and set based on objective research. Novan Jepe as chairman X3X Freediving community Lampung be the primary informant, while become secondary informants are three new members X3X Freediving Lampung community who participated in free diving training. As for the message to be conveyed coaches gestural consisting of hand gestures in the form of adaptation and modification of cues hand gestures international standards, as well as the message in the form of postural cues dives delivered using a whole body movement. Besides the basic diving techniques used in the practice of free diving training for beginners such as equalizing, dukcdive, apnea and rescue.

Keywords: non-verbal communication, gestural, postural, freediving.

ABSTRAK

PESAN GESTURAL DAN POSTURAL DALAM PRAKTIK PELATIHAN SELAM BEBAS (*FREEDIVING*) UNTUK PEMULA (Studi Komunikasi Nonverbal Pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung)

Oleh

Kusuma Elmi Rinakit

Salah satu jenis olahraga ekstrem yaitu selam bebas (*freediving*) merupakan jenis olahraga dimana kegiatan penyelaman dilakukan dengan tidak menggunakan alat bantu pernafasan. Saat ini olahraga tersebut makin banyak diminati masyarakat namun pelatihan terhadap olahraga tersebut masih jarang ditemukan khususnya di wilayah Lampung. Permasalahan tersebut mendorong peneliti untuk mengedukasi masyarakat tentang pelatihan selam bebas khususnya bagi para pemula melalui pesan kinesik yang berupa pesan gestural dan pesan postural. Mengingat bahwa ketika melakukan penyelaman, dibutuhkan komunikasi guna memperlancar penyelaman dan satu – satunya komunikasi yang dapat digunakan di dalam air adalah komunikasi non verbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, menganalisis dan mendeskripsikan pesan-pesan gestural dan postural serta kegunaannya dalam pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung.

Pada penelitian ini informan dipilih dengan sengaja berdasarkan kriteria-kriteria yang telah ditentukan dan ditetapkan berdasarkan tujuan penelitian. Novan Jepe selaku ketua komunitas X3X *Freediving* Lampung menjadi informan primer, sedangkan yang menjadi informan sekunder adalah 3 orang anggota baru komunitas X3X *Freediving* Lampung yang menjadi peserta pelatihan selam bebas. Adapun pesan gestural yang ingin disampaikan pelatih terdiri dari isyarat-isyarat tangan berupa adaptasi serta modifikasi dari isyarat-isyarat gerakan tangan standar internasional, serta pesan postural berupa isyarat penyelaman yang disampaikan menggunakan gerak keseluruhan tubuh. Selain itu teknik-teknik dasar penyelaman yang digunakan pada praktik pelatihan selam bebas untuk pemula berupa *equalizing*, *duckdive*, *apnea* dan *rescue*.

Kata Kunci : komunikasi non verbal, gestural, postural, selam bebas.

**PESAN GESTURAL DAN POSTURAL DALAM PRAKTIK PELATIHAN SELAM
BEBAS (*FREEDIVING*) UNTUK PEMULA
(Studi Komunikasi Non Verbal pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung)**

Oleh

Kusuma Elmi Rinakit

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA ILMU KOMUNIKASI**

Pada

**Jurusan Ilmu Komunikasi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Lampung**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2016**

Judul Skripsi

**: PESAN GESTURAL DAN POSTURAL DALAM
PRAKTIK PELATIHAN SELAM BEBAS (FREEDIVING)
UNTUK PEMULA
(Studi Komunikasi Non Verbal pada Komunitas X3X
Freediving Lampung)**

Nama Mahasiswa

: Kusuma Elmi Rinakiti

Nomor Pokok Mahasiswa : 1016031053

Jurusan

: Ilmu Komunikasi

Fakultas

: Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

MENYETUJUI

1. Komisi Pembimbing



**Dhanik S, S.Sos., MComn&MediaSt.
NIP 19760422 200012 2 001**

2. Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi

A handwritten signature in black ink, reading 'Dhanik', is written over the text of the second approver.

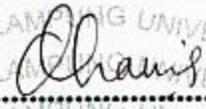
**Dhanik S, S.Sos., MComn&MediaSt.
NIP 19760422 200012 2 001**

MENGESAHKAN

1. **Tim Penguji**

Ketua

: Dhanik S, S.Sos., MComn&MediaSt.



Penguji Utama : Wulan Suciska, S.I.Kom., M.Si.



2. **Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**



Dr. Svarief Makhya

NIP. 19590803 198603 1 003



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 29 September 2016

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Kusuma Elmi Rinakit
NPM : 1016031053
Jurusan : Ilmu Komunikasi
Alamat : Jl. Imam Bonjol Gg. Persada 1 BKP
Kemiling Raya Bandar Lampung
No. HP : 082182817253

Dengan ini menyatakan, bahwa skripsi saya yang berjudul "Pesan Gestural dan Postural dalam Praktek Pelatihan Selam Bebas (*Freediving*) untuk Pemula (Studi Komunikasi Nonverbal pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung) adalah benar-benar hasil karya sendiri, bukan plagiat (milik orang lain) ataupun dibuat oleh orang lain.

Apabila dikemudian hari hasil penelitian/skripsi saya, ada pihak-pihak yang merasa keberatan maka saya akan bertanggung jawab sesuai dengan peraturan yang berlaku dan siap untuk dicabut gelar akademiknya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dalam tekanan pihak-pihak manapun.

Bandarlampung, 29 September 2016
Saya yang menyatakan,


Kusuma Elmi Rinakit
NPM. 1016031053

RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Peniangan, Kab. Lampung Timur pada tanggal 21 November 1992, sebagai anak pertama dari dua bersaudara, buah hati dari pasangan Bapak Arie Chusaini dan Ibu Wiwik Andarini.

Pendidikan formal yang pernah penulis tempuh adalah Pendidikan Dasar SDN 02 Mengandung Sari, Kab.

Lampung Timur yang diselesaikan pada tahun 2004, SMP N 11 Madiun Jawa Timur diselesaikan pada tahun 2007, SMA N 5 Madiun Jawa Timur diselesaikan pada tahun 2010. Pada tahun 2010 pula penulis diterima sebagai mahasiswi Ilmu Komunikasi melalui jalur ujian tulis SNMPTN (Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri) di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Selama menjadi mahasiswi Ilmu Komunikasi, penulis aktif di HMJ Ilmu Komunikasi sebagai sekretaris bidang Jurnalistik. Penulis melaksanakan KKN (Kuliah Kerja Nyata) pada Januari 2013 di Desa Batu Putuk, Kecamatan Teluk Betung Barat, Kota Bandarlampung. Kemudian pada Mei 2013 penulis melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di LPP TVRI Lampung Studio 2 Pahoman Bandar Lampung.

MOTTO

Never hold your head down, never say I can't, never cheat yourself, and never stop pushing yourself. It's your life you control it. (Scott Redding #45)

When life is sweet, say thank you and celebrate. And when life is bitter, say thank you and grow.

(Amanda Hendrick)

Don't wait for things to happen, go out and make them happen. (Red Bull)

Your hardest times often lead to the greatest moments of your life. Keep the faith. Stay focused. It will be worth it in the end. (Kusuma Elmi R.)

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan karya sederhanaku ini kepada:

Bapak Arie Chusaini dan Ibu Wiwik Andarini

Orang tua yang sangat luar biasa dalam

mendidik anak-anaknya, penuh cinta, kasih sayang dan pembelajaran hidup yang penuh kesederhanaan serta dukungan yang tiada henti mengiringi langkah penulis dalam menggapai cita-cita.

*Tak lupa kepada kedua adik-adik gembulku, **Dani Wikan Panganggit & Naufal Dwi Cahyo.***

Supporter terbawel namun paling setia memberi semangat kepada penulis hingga detik terakhir penyelesaian karya sederhana ini. Terimakasih, loveleeyyy!

*Teruntuk **the Big Family** yang telah sekian lama menanti dengan penuh harap-harap cemas.*

Karya ini sebagai pembuktian jika penulis akhirnya dapat membanggakan kalian 😊

*My better half, **Muhammad Rasyid** terima kasih atas segala support dalam berbagai bentuk.*

Things much better when i'm with you my dear..

SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim...

Puji syukur yang tiada terkira penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat, rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Pesan Gestural dan Postural dalam Praktik Pelatihan Selam Bebas (*Freediving*) untuk Pemula (Studi Komunikasi Nonverbal pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung)”**. Adapun maksud dari penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat dalam upaya untuk mencapai gelar Sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung .

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan kesulitan, namun dapat terselesaikan dengan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Syarief Makhya, selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.
2. Ibu Dhanik Sulistyarini, S.Sos, MComn&MediaSt, selaku Ketua Jurusan Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Lampung. Kemudian selaku Dosen Pembimbing, terimakasih atas segala bimbingan, masukan, saran, kesabaran dan waktunya yang telah diberikan kepada penulis selama penelitian dan

penyusunan skripsi ini. Serta selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah banyak membantu proses akademik penulis selama masa perkuliahan di jurusan Ilmu Komunikasi FISIP Universitas Lampung.

3. Ibu Wulan Suciska, S.I.Kom, M.Si selaku Dosen Pembahas yang telah meluangkan waktunya serta masukan, kritik dan saran perbaikan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen Ilmu Komunikasi Universitas Lampung, Ibu Nina, Ibu Nanda, Ibu Andi Windah, Ibu Tina, Ibu Hestin, Ibu Ana, Ibu Bangun, Pak Teguh, Pak Firman, Pak Rudi, Pak Agung, Pak Riza, Pak Andy, Pak Woko, Pak Ces, Bapak Toni yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis selama masa perkuliahan hingga nantinya berguna dalam menghadapi dunia kerja.
5. Mas Agus, Mas Endro, Pak Jou, Mbak Ria atas bantuannya dalam persiapan seminar hingga ujian skripsi.
6. Kedua orang tua, Bapak Arie Chusaini dan Ibu Wiwik Andarini yang senantiasa memberikan doa, semangat dan selalu arif serta sabar dalam mendidik dan membimbing baik moril, spiritual dan materiil, serta adik gembul-gembulku Dani Wikan Panganggit dan Naufal Dwi Cahyo yang telah memberikan motivasi dan mendoakan yang terbaik untuk penulis serta selalu menciptakan keceriaan didalam keluarga. Terimakasih keluargaku yang sudah menjadi alasan bagi penulis untuk bisa menggapai gelar sarjana yang dicita-citakan.
7. Muhammad Rasyid sebagai pemacu dan pendorong penulis untuk tetap dapat semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Tak henti-henti

mengingatkan untuk selalu mengejar revisian dan moment-moment pendaftaran wisuda yang beberapa kali terlewatkan. Perjalanan penulisan skripsi penulis sangat dibantu dengan penuh kesabaran sampai dengan tercapainya gelar S.Ikom. Terimakasih yang tak terhingga untukmu *my better half*.

8. Ibu mertua, Bu Murti. Terima kasih atas segala dorongan dan bimbingan yang penuh kelembutan dan kesabaran sehingga penulis dapat kembali termotivasi ketika sudah merasa jenuh dalam penyelesaian skripsi ini. Ayuk Diana terima kasih sudah menjadi teman berbagi berkeluh-kesah dalam penggarapan skripsi ini. Tak lupa keceriaan Aisyah dan Bima yang membangkitkan semangat penulis untuk meraih mimpi.
9. Teman-teman KKN Batu Putuk, Marchelly, Dwiaska, Mba Sita, Melly, Risa, Ami, Andhita, Pak'e Ganda, Nanda, Nuhada, Mas Bangkit, Wira, Gede, tak lupa ketua kelompok KKN Kelurahan Batu Putuk Enggi . Hari-hari KKN yang luar biasa menciptakan manusia-manusia kedot pada masa itu *and so unforgettable thanks for the great days*. Semoga nantinya kita bisa bertemu lagi lengkap anggota disaat kita sudah menjadi orang sukses.
10. Teman – teman Komunitas X3X *Freediving* Lampung, Novan, Jerry Jeliandra, Karim, Gea, Bang Deden dan yang lain-lain. Thanks udah siap *standby* selalu ngeladenin saya yang bawel nanya ini itu gak pernah liat-liat waktu ☺ pokoknya sekali lagi thanks atas kerjasama dan bantuannya guys..
Jelesviva Jayamahe!!
11. Teman-teman kost'an beberapa generasi, mbak Nia, mbak Sri Wahyuni, mbak Desye, mami Etha, Nanik, Eli, Elyta, Sifa yang pernah mengisi hari-

hari penulis dengan penuh keceriaan. Pertemanan kalian yang tulus yang tidak akan pernah terlupakan. Beruntung pernah tinggal bersebelahan kamar dengan kalian hehehehe..

12. Teman-teman seperjuangan Ilmu Komunikasi '10, Echa, Wahdya, Esy, Amel, Utum, Tita, Sinta, Eka, Putri Habiebah, Febrycha, Ata, Bela, Sayu, Yunai, Rina, Iin, Leni, dan seluruh teman-teman kuliah yang telah memberikan berbagai keceriaan dan cerita dalam perjalanan masa kuliah ini.
13. Teman-teman baru Teknik Sipil '11 di Kantin Emak, Holong, Fery, Ucok, Jepri, Bekti, Angga, Ikra dan yang lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terima kasih telah menginspirasi penulis untuk tetap rajin dan terus bertekad bulat dalam penyelesaian penggarapan skripsi ini. *You rock guys!*
14. Seluruh teman-teman Ilmu Komunikasi angkatan 2011 hingga 2015 yang tidak bisa disebutkan satu persatu, sukses buat semuanya dan selalu jaga nama baik Jurusan.
15. Kepada pembaca skripsi ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Seluruh pihak-pihak lain yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu-persatu. Semoga Allah S.W.T membalas seluruh ketulusan dan kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dan semoga skripsi ini bermanfaat.

Bandarlampung, 29 September 2016
Penulis,

Kusuma Elmi R.

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR ISI
DAFTAR TABEL
DAFTAR BAGAN
DAFTAR GAMBAR

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Kegunaan Penelitian.....	8

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu.....	9
2.2 Komunikasi Antarpribadi.....	11
2.2.1 Pengertian Komunikasi Antarpribadi.....	11
2.2.2 Proses Komunikasi Antarpribadi.....	13
2.2.3 Efek Komunikasi Antarpribadi.....	14
2.2.4 Keampuhan Komunikasi Antarpribadi.....	15
2.3 Komunikasi Non Verbal	17
2.3.1 Pengertian Komunikasi Nonverbal.....	17
2.3.2 Fungsi Komunikasi Nonverbal.....	18
2.3.3 Perilaku Nonverbal dalam Interaksi Sosial.....	19
2.3.4 Macam-macam Pesan Nonverbal.....	20
2.3.5 Kode Nonverbal pada Komunikasi nonverbal.....	22
2.3.6 Pesan Gestural.....	23
2.3.7 Pesan Postural.....	25
2.4 Selam Bebas (<i>Freediving</i>).....	26

2.4.1 Pengertian Selam Bebas (<i>Freediving</i>).....	26
2.4.2 Cabang Kegiatan Selam Bebas (<i>Freediving</i>).....	27
2.4.3 Teknik-teknik Selam Bebas (<i>Freediving</i>).....	28
2.4.4 Isyarat Penyelaman.....	30
2.5 Teori Kinesik dan Teori Interaksi Simbolik.....	34
2.6 Kerangka Pikir.....	40

III. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian	43
3.2 Definisi Konseptual.....	44
3.2 Fokus Penelitian.....	45
3.4 Informan.....	46
3.4.1 Penentuan Informan.....	46
3.4.2 Pendekatan Informan.....	48
3.5 Sumber Data.....	49
3.6 Teknik Pengumpulan Data	49
3.7 Teknik Analisis Data.....	51
3.8 Teknik Keabsahan Data.....	51

IV. GAMBARAN UMUM

4.1 Sejarah Berdirinya X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	55
4.2 Visi dan Misi X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	57
4.3 Struktur Kepengurusan X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	58
4.4 Event-Event X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	59

V. HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian.....	60
5.1.1 Profil Informan.....	61
5.1.1.1 Profil Informan Primer.....	62
5.1.1.2 Profil Informan Sekunder.....	64
5.1.2 Hasil Wawancara.....	66
5.1.2.1 Teknik – Teknik Dasar <i>Freediving</i>	66
5.1.2.1.1 Teknik <i>Equalizing</i>	66

5.1.2.1.2 Teknik <i>Duckdive</i>	68
5.1.2.1.3 Teknik <i>Static Apnea</i>	70
5.1.2.1.4 Teknik <i>Rescue</i>	72
5.1.2.2 Komunikasi Non verbal yang digunakan Komunitas X3X <i>Freediving</i> Lampung saat pelatihan untuk pemula..	76
5.1.2.3 Isyarat Tangan dalam Pelatihan Selam Bebas pada Komunitas X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	78
5.1.2.4 Hambatan dan Kesalahan yang terjadi dalam Pelatihan <i>Freedive</i> untuk Pemula.....	80
5.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	83
5.2.1 Teknik-teknik <i>Freediving</i> dalam Pelatihan <i>Freediving</i> untuk Pemula pada Komunitas X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	83
5.2.2 Komunikasi Non verbal yang digunakan Komunitas X3X <i>Freediving</i> Lampung saat Pelatihan <i>Freedive</i> untuk Pemula.....	85
5.2.3 Makna Pesan Gestural dan Postural serta Fungsinya.....	88
5.2.4 Hambatan dan Kesalahan yang dialami oleh Komunitas X3X <i>Freediving</i> Lampung pada saat Pelatihan untuk Pemula...	96
5.2.5 Pesan Gestural dan Postural Berdasarkan Teori Penunjang Penelitian.....	98

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan.....	103
6.2 Saran.....	105

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR BAGAN

Bagan 1: Kerangka Pikir.....	43
Bagan 2: Struktur Kepengurusan X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	60

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR NO.

2.1 Isyarat Tangan Penyelaman Standart.....	32
4.1 Logo X3X <i>Freediving</i> Lampung.....	55
5.1 Teknik <i>Equalizing</i>	66
5.2 Langkah-langkah melakukan <i>duckdive</i>	68
5.3 Langkah-langkah melakukan <i>static apnea</i>	70
5.4 Teknik <i>Rescue</i>	72
5.5 Isyarat Tangan <i>Duckdive</i>	89
5.6 Isyarat tangan <i>Stay</i> atau tetep bertahan didalam air.....	90
5.7 Isyarat tangan <i>end of dive and up</i>	90
5.8 Isyarat tangan <i>give up</i> atau menyerah.....	91
5.9 Isyarat tangan teknik <i>equalizing</i>	91
5.10 Isyarat tangan “OK”	91

DAFTAR TABEL

TABEL NO.

1. Penelitian Terdahulu.....	9
2. Identitas Informan Penelitian.....	61
3. Hasil Wawancara Informan Tentang Teknik <i>Equalizing</i>	67
4. Hasil Wawancara Informan Tentang Teknik <i>Duckdive</i>	68
5. Hasil Wawancara Informan Tentang Teknik <i>Static Apnea</i>	71
6. Hasil Wawancara Informan Tentang Teknik <i>Rescue</i>	72
7. Fungsi Komunikasi Non Verbal pada Teknik - teknik Penyelaman.....	74
8. Hasil Wawancara Informan Tentang Komunikasi yang dilakukan Pada saat Menyelam.....	76
9. Isyarat Tangan atau Pesan Gestural pada Pelatihan <i>Freediving</i> untuk Pemula.....	79
10. Hambatan dan Kesalahan pada Pelatihan <i>Freediving</i> untuk Pemula.....	81
11. Daftar Isyarat Tangan Standar Internasional dan Isyarat Tangan Hasil Pengembangan di Lapangan.....	92
12. Analisis Fungsi Komunikasi Non Verbal.....	94

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia dalam berkomunikasi selain menggunakan kode verbal (bahasa) juga menggunakan kode nonverbal. Kode nonverbal biasa disebut bahasa isyarat atau bahasa diam (*silent language*). Di dalam komunikasi yang terjadi, terdapat pesan yang ingin disampaikan. Hal ini sesuai dengan pendapat Effendy (2003:28) yang mengatakan bahwa komunikasi adalah proses penyampaian suatu pesan oleh seseorang kepada orang lain untuk memberitahu atau mengubah sikap, pendapat atau perilaku, baik secara verbal atau lisan maupun nonverbal yaitu lewat media.

Menurut studi Mahrabian (1971 dalam Cangara, 2009:99), sebelum bahasa verbal digunakan dalam komunikasi manusia menggunakan bahasa tubuh atau nonverbal sebagai alat komunikasi. Dapat dikatakan bahwa komunikasi nonverbal lebih dahulu dipergunakan dalam kehidupan sehari-hari sebelum adanya komunikasi verbal. Namun, pada saat ini komunikasi nonverbal tetap dipergunakan. Tingkat kepercayaan dari pembicaraan orang hanya 7 persen berasal dari komunikasi verbal, 38 persen dari vokal suara dan 55 persen dari ekspresi muka.

Banyak interaksi yang terjadi dalam masyarakat diwujudkan dalam simbol-simbol visual dan perkataan yang terucap. Terkadang juga manusia berinteraksi melalui perantara lambang atau simbol-simbol yang mengandung arti. Inilah yang disebut komunikasi nonverbal dimana dalam penyampaian pesan tidak menyertai

kehadiran simbol-simbol suara. Pada dasarnya pesan nonverbal berfungsi untuk menggantikan, menguatkan, atau menentang pesan verbal. Didalam penyelaman, pesan nonverbal yang terjadi di dalam air merupakan pesan nonverbal yang berfungsi untuk menggantikan pesan verbal (Mulyana, 2001:114).

Selam bebas (*freediving*) adalah salah satu jenis olahraga dimana kegiatan penyelaman dilakukan dengan tidak menggunakan alat bantu pernafasan. Sehingga kegiatan penyelaman dilakukan dengan satu tarikan nafas untuk menyelam di kedalaman tertentu atau hanya melakukan kegiatan selam permukaan diantara batu-batu karang. Hal ini berarti memaksa tubuh untuk melakukan hal yang tidak seharusnya atau tidak bernafas (Semple, 2011:5).

Penyelam membutuhkan komunikasi saat berada di dalam air, mereka melakukan komunikasi dengan cara melakukan gerakan-gerakan yang telah disepakati. Komunikasi nonverbal yang terjadi selama penyelaman berlangsung menjadi hal yang harus disadari pentingnya oleh penyelam selain mereka harus mahir melakukan penyelaman selama di dalam air. Hal ini dikarenakan ketika berada di dalam air atau saat melakukan penyelaman, kita tidak dimungkinkan untuk berkomunikasi secara lisan.

Isyarat sangat diperlukan dalam berkomunikasi di saat-saat tertentu, termasuk untuk dapat berkomunikasi ketika berada di dalam air. Macam-macam isyarat dalam berkomunikasi tersebut antara lain isyarat tangan, penglihatan, suara, sentuhan. Semua isyarat dapat dipergunakan disesuaikan dengan kondisinya. Isyarat sangat dibutuhkan dalam penyelaman. Pengetahuan tentang isyarat dalam penyelaman mempunyai tujuan untuk mempermudah komunikasi antar penyelam

sehingga kegiatan penyelaman akan mencapai kesuksesan, aman dan selamat. Untuk itu adakan kesepakatan berkomunikasi dengan mitra sebelum memulai penyelaman. Isyarat paling sederhana dan praktis adalah isyarat tangan, untuk itu setiap penyelam dianjurkan mengetahui arti dari isyarat tangan tersebut. Dengan demikian, komunikasi di dalam air menjadi mudah dan pesan dapat disampaikan dengan tepat (Septian, 2009:1).

Komunitas X3X *Freediving* Lampung, menggunakan isyarat tangan sebagai alat komunikasi ketika menyelam. Menurut hasil observasi peneliti pada awal tahun 2014, X3X *Freediving* Lampung menggunakan beberapa isyarat tangan internasional untuk berkomunikasi pada saat di dalam air. Selain itu, mereka juga memiliki isyarat tangan hasil modifikasi dari isyarat tangan internasional agar sesuai dengan teknik selam bebas (*freediving*). Isyarat tangan merupakan salah satu bentuk komunikasi non verbal dengan menggerakkan sebagian anggota tubuh seperti tangan atau jari-jari tangan untuk menyampaikan pesan antar penyelam ketika berada di dalam air. Dalam selam bebas (*freediving*) komunikasi yang paling efektif digunakan adalah menggunakan isyarat tangan, sebab di dalam air tidak memungkinkan terjadinya komunikasi dengan menggunakan bahasa atau vokal suara.

Freediving dapat dikategorikan sebagai olahraga ekstrem. Oleh sebab itu diperlukan adanya keahlian dasar agar tidak membahayakan keselamatan penyelam (*freediver*). Keahlian dasar tersebut, yakni: (1) Berenang. *Freediver* pemula bisa melakukan renang minimal sejauh 50 meter baik itu renang gaya bebas maupun renang gaya katak atau gaya dada. (2) Teknik gerakan kaki yang

baik dan efektif. *Freediver* sebaiknya bisa melakukan gerakan kaki dengan *fins* (kaki katak) yang baik dan efektif. Karena gerakan efektif dalam air sangat membantu untuk dapat menyelam lebih lama. (3) Relaksasi. *Freediver* sebelum melakukan penyelaman sebaiknya perasaan emosi, dan kondisi badan benar benar dalam kondisi tenang dan rileks. Oleh karena itu setiap akan memulai kegiatan *freediving* pada umumnya melakukan peregangan otot maupun yoga. (4) Kondisi penyelam. Penyelam diutamakan memiliki kondisi tubuh yang sehat. Namun apabila sedang mengalami sakit seperti flu, pelatihan tetap dapat dilakukan dengan menggunakan trik yakni melakukan *duckdive* dengan cara seperti merangkak pada tepian kolam renang. Selain itu, apabila penyelam memiliki riwayat sakit *asthma* dan alergi dingin kegiatan *freediving* justru dapat digunakan sebagai terapi penyembuhan. (Diolah dari hasil observasi, Februari 2014)

Praktik pelatihan *freediving* untuk pemula pada komunitas X3X *Freediving* Lampung terdiri dari tiga tahap. Yakni sebelum menyelam (*pra* penyelaman), saat menyelam dan sesudah (*pasca*) menyelam. Sebelum menyelam, pelatih dalam hal ini senior akan memberitahukan teknik-teknik dasar penyelaman dan isyarat-isyarat tangan yang digunakan untuk berkomunikasi saat di dalam air. Dalam tahap ini juga diajarkan cara untuk bertahan dipermukaan air setelah proses penyelaman. Semuanya disampaikan dengan bahasa non verbal disertai bahasa verbal untuk menjelaskan makna dari setiap isyarat yang diajarkan. Pada saat menyelam, pemula didampingi oleh pelatih (*buddy*) mencoba menyelam hingga kedalaman tertentu. Biasanya, penyelam pemula akan merasakan sakit di telinga sebagai dampak dari besarnya tekanan air di kedalaman tertentu. Selanjutnya, pelatih akan memberi evaluasi.

Evaluasi sendiri masuk kedalam tahap sesudah menyelam. Dalam evaluasi, dengan menggunakan bahasa verbal pelatih akan menjelaskan penyebab munculnya rasa sakit pada telinga saat menyelam dan cara untuk menghindari rasa sakit tersebut dengan mengaplikasikan teknik *equalizing*. Teknik *equalizing* merupakan gerakan menekan atau memencet hidung kemudian dilanjutkan dengan meniupkan udara ketelinga dengan posisi mulut tertutup. Setelah evaluasi, anggota baru atau pemula diminta untuk menyelam kembali dengan tetap didampingi oleh pelatih.

Pada tahap pelaksanaan penyelaman, komunikasi yang digunakan oleh penyelam yakni komunikasi non verbal atau isyarat. Berupa bahasa kode dengan menggunakan gerakan tangan. Ekspresi wajah tidak dapat terbaca atau tidak dapat berperan dalam komunikasi ini, sebab pada saat menyelam wajah para penyelam tertutup oleh masker (*mask*). Bahasa kode atau isyarat-isyarat tersebut digunakan sesuai dengan kondisi saat itu. Komunikasi non verbal dalam penyelaman mempunyai tujuan untuk mempermudah komunikasi antar penyelam, sehingga kegiatan penyelaman tetap berjalan lancar dan aman. Dalam komunikasi non verbal diperlukan adanya kesepakatan. Sehingga sebelum menyelam, para penyelam diwajibkan mengetahui arti dari isyarat gerakan tangan yang telah disepakati.

Isyarat gerakan tangan dalam komunikasi non verbal tergolong pada pesan kinesik dalam komponen pesan gestural. Sedangkan gerakan seluruh anggota tubuh saat melakukan penyelaman tergolong pada pesan postural. Menurut Rakhmat (2004:290), pesan gestural merupakan pesan yang menunjukkan sebagian anggota

badan seperti gerakan tangan untuk mengkomunikasikan berbagai makna. Pesan postural berkenaan dengan keseluruhan anggota badan. Pada praktik pelatihan selam bebas untuk pemula, pesan gestural yang akan menjadi fokus penelitian berupa isyarat-isyarat tangan yang digunakan untuk berkomunikasi saat berada di dalam air. Sedangkan pesan postural yang akan menjadi fokus penelitian yakni, pesan yang disampaikan pelatih kepada peserta pelatihan pada saat pra penyelaman yang berkenaan dengan gerak keseluruhan anggota badan. Hal ini dikarenakan, pada saat penyelaman komunikasi dilakukan hanya dengan menggerakkan sebagian anggota tubuh penyelam. Dalam penelitian ini, peneliti tidak mengikutsertakan komponen pesan kinesik lain yang berupa ekspresi wajah. Sebab dalam penyelaman, ekspresi wajah penyelam tidak dapat terbaca oleh penyelam lain karena tertutup oleh *mask*.

X3X *Freediving* Lampung merupakan satu-satunya komunitas *freediving* yang ada di Lampung. Komunitas ini juga mengadakan pelatihan di kolam renang Unila. Pelatihan dilakukan rutin setiap hari Kamis pukul 08:00-12:00 WIB. Awal mula terbentuk pada 2010, X3X *Freediving* Lampung hanya beranggotakan 5 orang, dan sekarang X3X *Freediving* Lampung telah beranggotakan 20 orang.

Dengan adanya penelitian ini dapat menjelaskan makna gestural dan postural *freediver* dalam selam bebas (*freediving*), yang pada umumnya kegiatan selam bebas hanya dijadikan salah satu olahraga atau hobi semata. Namun tanpa disadari bahwa dalam kegiatan *freediving* berisi makna-makna gestural dan postural yang dapat dijelaskan secara keilmuan.

Dalam penelitian ini, peneliti menentukan informan dengan cara *purposive sampling* dan yang menjadi informan primer dalam penelitian ini adalah Novan Jepe. Novan adalah ketua komunitas X3X *Freediving* Lampung dari pertama kali dibentuk hingga saat ini, serta merupakan salah satu pencetus dibentuknya komunitas X3X *Freediving* Lampung. Untuk memperkuat data yang diperoleh, maka informan sekunder dalam penelitian ini adalah peserta pelatihan *freediving*. Adapun penentuan informan sekunder ditentukan dengan kriteria tertentu. Peneliti juga menggunakan informan pengganti yang memiliki data serupa dengan informan primer untuk lebih memperkuat data yang diperoleh. Dalam hal ini informan pengantinya adalah sekretaris X3X *Freediving* Lampung, M Jerry Jeliandra Suja.

Peneliti memilih lokasi penelitian ini berdasarkan pertimbangan bahwa : (1) X3X *Freediving* Lampung merupakan satu-satunya komunitas *freediving* di Lampung yang memiliki stabilitas kinerja dan keaktifan sejak pertama didirikan (2) X3X *Freediving* Lampung sudah mengikuti kompetisi selam bebas (*freediving*) skala lokal maupun nasional. Berdasarkan fenomena yang terjadi diatas, maka peneliti mendeskripsikan, **“Pesan Gestural dan Postural dalam Praktik Pelatihan Selam Bebas (*Freediving*) untuk Pemula (Studi Komunikasi Nonverbal pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung)”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah makna dan fungsi pesan-pesan yang terdapat pada praktik pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah:

Untuk mengetahui, menganalisis dan mendeskripsikan makna serta fungsi pesan gestural dan postural dalam praktik pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung.

1.4 Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Secara Teoritis, penelitian diharapkan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dibidang komunikasi dalam organisasi dan dapat membantu penelitian lain yang berkaitan dengan Komunikasi Non verbal.
2. Secara Praktis, hasil penelitian ini dapat mengembangkan kemampuan penulis dalam berpikir ilmiah dan sistematis ketika mengamati fenomena yang ada disekitarnya dan dapat menambah wawasan dan berguna sebagai bahan masukan bagi sesama rekan mahasiswa. Serta dapat memberikan manfaat bagi peminat dunia selam bebas (*freediving*). Selain itu dapat menjadi rujukan bagi mahasiswa yang sudah berkecimpung di bidang selam bebas untuk memperhatikan masalah pelatihan khususnya di bidang selam bebas (*freediving*) untuk pemula.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Penelitian Terdahulu

Pada penelitian ini, penulis menggunakan penelitian terdahulu yang digunakan sebagai referensi dalam menyusun penelitian ini. Adapun penelitian terdahulu dijadikan penulis sebagai referensi untuk mempermudah penulis dalam penelitian.

Tabel.1 Penelitian Terdahulu.

Judul	Analisis Komunikasi Nonverbal Sesama Penyelam (Studi pada Klub Selam Anemon Jurusan Biologi FMIPA UNILA)	Analisis Makna Kinesik Pesulap Dalam Pertunjukan Sulap Klasik (Studi Komunikasi Non Verbal Pada Ray Antilogic dari <i>3Logic</i>)
Penulis	Bastian Verdi Pratama, Ilmu Komunikasi Universitas Lampung (2012)	Intan Putri, Ilmu Komunikasi Universitas Lampung (2014)
Hasil Penelitian	Hasil penelitian menunjukkan bahwa isyarat tangan nonverbal menggantikan komunikasi verbal dan merupakan satu-satunya metode komunikasi yang dapat digunakan ketika menyelam. Isyarat tangan juga efektif digunakan oleh penyelam. Hal ini dikarenakan isyarat tangan mudah untuk diingat dan digunakan oleh penyelam.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa seorang pesulap merangkai atau menyampaikan pesan kinesik kepada penonton saat pertunjukan sulap klasik. Pesan kinesik terutama makna pesan gestural dan postural lebih mudah ditangkap oleh penonton.
Kontribusi	Membantu penulis dalam memahami proses dan pelaksanaan Komunikasi Nonverbal serta teori Interaksi Simbolik	Memberikan tambahan pengetahuan kepada penulis mengenai teori kinesik
Perbedaan	Penelitian ini memfokuskan pada komunikasi nonverbal sesama penyelam <i>scuba diving</i> pada klub selam Anemon	Penelitian ini fokus pada makna kinesik dalam pertunjukan sulap klasik.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bastian Verdi Pratama (2012) dengan judul “*Analisis Komunikasi Nonverbal Sesama Penyelam (Studi pada Klub Selam Anemon Jurusan Biologi FMIPA UNILA)*”.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa isyarat tangan nonverbal menggantikan komunikasi verbal dan merupakan satu-satunya metode komunikasi yang dapat digunakan ketika menyelam. Serta isyarat tangan juga efektif digunakan oleh penyelam. Hal ini dikarenakan isyarat tangan mudah untuk diingat dan digunakan oleh penyelam.

Adapun yang membedakan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah subyek penelitiannya. Subyek penelitian Bastian Verdi Pratama adalah Klub selam Anemon FMIPA jurusan Biologi Universitas Lampung. Klub selam Anemon merupakan klub selam yang berfokus pada selam scuba (*scubadiving*).

Kontribusi dari penelitian Bastian Verdi Pratama terhadap penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah membantu penulis dalam memahami proses dan pelaksanaan komunikasi nonverbal. Serta pemahaman mengenai teori interaksi simbolik. Teori tersebut selanjutnya akan dijadikan pedoman penulis dalam melakukan penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Intan Putri (2014) dengan judul “*Analisis Makna Kinesik dalam Pertunjukkan Sulap Klasik (Studi Komunikasi Nonverbal pada Ray Antilogic dari 3Logic)*”.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seorang pesulap merangkai atau menyampaikan pesan kinesik kepada penonton saat pertunjukan sulap klasik.

Pesan kinesik terutama makna pesan gestural dan postural lebih mudah ditangkap oleh penonton.

Adapun yang membedakan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah objek penelitiannya. Yakni makna kinesik dalam pertunjukkan sulap klasik. Serta Ray Antilogic dari *3Logic* sebagai subyek penelitiannya.

Kontribusi dari penelitian Intan Putri terhadap penelitian yang akan dilakukan oleh penulis adalah penelitian Intan Putri memberikan tambahan pengetahuan kepada penulis mengenai teori kinesik. Teori kinesik merupakan teori milik Ray L. Birdwhistell. Teori tersebut selanjutnya akan dijadikan pedoman penulis dalam melakukan penelitian mengenai pesan gestural dan pesan postural.

2.2 Komunikasi Antarpribadi

2.2.1 Pengertian Komunikasi Antarpribadi

Menurut Barlund dalam Wiryanto (2006:13-14), komunikasi antarpribadi diartikan sebagai “Pertemuan antara dua, tiga, atau empat orang yang terjadi secara spontan dan tidak terstruktur.” Komunikasi antarpribadi (*Interpersonal Communication*) didefinisikan oleh Joseph A.Devito sebagai:

Proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang, atau diantara sekelompok kecil orang-orang, dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika.

(The process of sending and receiving messages between two persons, or among a small group of persons, with some effect and some immediate feedback) – (Devito, 1989:4).

Berdasarkan definisi Devito tersebut, komunikasi antarpribadi dapat berlangsung antara dua orang yang memang sedang berdua-duaan seperti pelatih *freedive* dengan salah satu anggota pelatihan yang sedang bercakap-cakap, atau antara dua orang dalam satu pertemuan, misalnya antara penyaji makalah dan mahasiswa pembahas dalam sebuah seminar proposal.

Sebuah definisi lain yang dibuat oleh kelompok sarjana komunikasi yang mengkhususkan diri pada studi komunikasi antarmanusia (*human communication*) disebutkan:

Komunikasi adalah suatu transaksi, proses simbolik yang menghendaki orang-orang mengatur lingkungannya dengan (1) membangun hubungan antarsesama manusia (2) melalui pertukaran informasi (3) untuk menguatkan sikap dan tingkah laku orang lain (4) serta berusaha mengubah sikap dan tingkah laku itu (Cangara, 2006:18-19).

Definisi tersebut sejalan dengan tujuan dari proses komunikasi yang dilakukan oleh pelatih selam bebas, kepada para peserta pelatihan dalam hal ini anggota komunitas *X3X Freediving Lampung* dimana komunikasi dilakukan untuk pertukaran informasi yang akan mengarah pada penguatan sikap dan tingkah laku serta mengubah sikap dan tingkah laku para peserta pelatihan. Penguatan sikap dan perilaku dari para peserta pelatihan selam bebas yakni, ketika para peserta pelatihan telah melaksanakan instruksi sesuai dengan apa yang diberikan oleh pelatih maka peserta diberi penguatan berupa pujian. Pujian tersebut ditujukan untuk menghargai secara langsung para peserta pelatihan yang telah mencoba dan melaksanakan instruksi sesuai dengan apa yang diinginkan pelatih. Sedangkan tujuan mengubah sikap yakni, pelatih berusaha mengubah sikap para peserta pelatihan untuk taat azas. Sebab apabila peserta pelatihan tidak taat azas akan

memungkinkan terjadinya kesalahan prosedur penyelaman yang membahayakan peserta pelatihan selam bebas itu sendiri.

2.2.2 Proses Komunikasi Antarpribadi

Proses komunikasi pada hakikatnya adalah proses penyampaian pikiran atau perasaan oleh seseorang (komunikator) kepada orang lain (komunikan) – (Effendy, 2005:11). Dalam proses komunikasi antarpribadi yang melibatkan dua orang dalam situasi interaksi, komunikator menjadikan suatu pesan, lalu menyampaikannya kepada komunikan, dan komunikan menafsirkan pesan tersebut. Sampai di situ komunikator menjadi *encoder* (penyandi pesan) dan komunikan menjadi *decoder* (penafsir pesan). Akan tetapi, karena komunikasi antarpribadi bersifat dialogis, maka ketika komunikan memberikan jawaban, ia akan menjadi *encoder* dan komunikator menjadi *decoder*. Singkatnya, dalam proses komunikasi, komunikator dapat menjadi komunikan dan komunikan dapat menjadi komunikator. Jawaban atau tanggapan yang diberikan komunikan kepada komunikator itu disebut umpan balik (*feedback*).

Umpan balik memainkan peran penting dalam komunikasi sebab ia menentukan berlanjut atau berhentinya komunikasi yang dilancarkan oleh komunikator. Oleh karena itu, umpan balik dapat bersifat positif, dapat pula bersifat negatif. Umpan balik positif adalah tanggapan atau respon komunikan yang menyenangkan komunikator sehingga komunikasi berjalan lancar. Sebaliknya umpan balik negatif adalah tanggapan komunikan yang tidak menyenangkan komunikatornya sehingga komunikator enggan untuk melanjutkan komunikasinya. Seperti halnya dengan penyampaian pesan secara verbal, yakni menggunakan bahasa dan secara

non-verbal, yaitu dengan menggunakan isyarat, gambar atau warna, umpan balik pun dapat disampaikan oleh komunikan secara verbal atau secara non-verbal.

Dalam komunikasi antarpribadi, karena situasinya tatap muka (*face-to-face communication*) tanggapan komunikan dapat segera diketahui. Umpan balik dalam komunikasi antarpribadi bersifat langsung; karena itu dinamakan umpan balik seketika (*immediate feedback*). Sedangkan dalam komunikasi bermedia, komunikator mengetahui tanggapan komunikan setelah komunikasi selesai, adakalanya umpan balik ini harus diciptakan mekanismenya. Umpan balik seperti ini disebut umpan balik tertunda (*delayed feedback*).

2.2.3 Efek Komunikasi Antarpribadi

Efek adalah hasil akhir dari suatu komunikasi, yakni sikap dan tingkah laku seseorang, sesuai atau tidak sesuai dengan yang kita inginkan. Apabila sikap dan tingkah lain orang itu sesuai, maka itu berarti komunikasi berhasil, demikian juga sebaliknya (Widjaja, 2003:38).

Efek komunikasi telah lama menjadi objek perhatian dan studi. Jangkauan efek bisa sangat kuat dan tidak berefek sama sekali (Cutlip, 2006:233). Menurut Effendy (2003: 22), efek komunikasi antarpribadi yang timbul pada komunikan sering diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Efek kognitif, adalah yang berkaitan dengan pikiran, nalar atau rasio, misalnya komunikan yang semula tidak tahu/tidak mengerti menjadi mengerti, atau tidak sadar menjadi sadar.
2. Efek efektif, adalah efek yang berkaitan dengan perasaan, misalnya komunikan yang merasa tidak senang menjadi senang, sedih menjadi gembira.

3. Efek konatif, adalah efek yang berkaitan dengan timbulnya keyakinan dalam diri komunikan melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki komunikator berdasarkan pesan yang ditransmisikan, sikap dan perilaku komunikan pasca proses komunikasi juga tercermin dalam efek konatif.

Ketiga jenis tersebut adalah hasil-hasil psikologis yang berkaitan satu sama lain secara terpadu dan tak mungkin dipilah-pilah, misalnya seorang komunikator mengharapkan komunikan berperilaku sesuai dengan harapannya. Harapan itu, tidak akan muncul jika komunikator sendiri tidak memberikan informasi atau menciptakan suasana perasaan senang bagi komunikan untuk berperilaku sesuai dengan harapannya. Sebaliknya, bila komunikan sudah mengerti dan merasa senang atau puas, maka ia akan berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan komunikator.

Apabila ketiga aspek tersebut dapat dicapai dengan baik maka akan tercipta hubungan sosial yang baik pula. Dalam arti kata, bahwa pesan yang disampaikan itu tidak hanya harus sampai pada komunikan tetapi pesan itu diterima dan dijadikan milik bersama antara komunikator dan komunikan.

2.2.4 Keampuhan Komunikasi Antarpribadi

Dibandingkan dengan bentuk komunikasi lainnya, komunikasi pribadi dinilai paling ampuh dalam mengubah sikap, kepercayaan, opini, dan perilaku komunikan. Alasannya adalah karena komunikasi antarpribadi umumnya berlangsung secara tatap muka (*face-to-face*). Oleh karena itu maka terjadilah kontak pribadi (*personal contact*); pribadi komunikator menyentuh pribadi komunikan. Ketika komunikator menyampaikan pesan, umpan balik berlangsung

seketika (*immediate feedback*); komunikator pun dapat langsung mengetahui tanggapan si komunikan sehingga dapat menjadi acuan untuk tetap mempertahankan gaya komunikasi awal (bila umpan balik positif) atau mengubah gaya komunikasi (bila umpan balik negatif). Disamping itu, karena dilakukan tatap muka maka komunikasi antarpribadi bisa mengandalkan hal lain selain ucapan verbal, seperti gesture, ekspresi wajah, intonasi bicara dan sebagainya (Effendy, 2003:61-62).

Johnson dalam Supratiknya (1993:9-10) menunjukkan beberapa peranan yang disumbangkan oleh komunikasi antarpribadi dalam rangka menciptakan kebahagiaan hidup manusia, yaitu:

1. Komunikasi antarpribadi membantu perkembangan intelektual dan sosial kita. Perkembangan kita sejak masa bayi sampai masa dewasa mengikuti pola semakin meluasnya ketergantungan kita kepada orang lain. Diawali dengan ketergantungan atau komunikasi yang intensif pada ibu pada masa bayi lingkaran ketergantungan atau komunikasi itu menjadi semakin luas dengan bertambahnya usia kita. Bersamaan dengan proses itu, perkembangan intelektual dan sosial kita sangat ditentukan oleh kualitas komunikasi kita dengan orang lain.
2. Identitas atau jati diri kita terbentuk dalam dan lewat komunikasi dengan orang lain. Selama berkomunikasi dengan orang lain, secara sadar maupun tidak sadar kita mengamati, memperhatikan dan mencatat dalam hati semua tanggapan yang diberikan oleh orang lain terhadap diri kita. Kita menjadi tahu pandangan orang lain terhadap diri kita. Berkat pertolongan komunikasi dengan orang lain kita dapat menemukan diri, yaitu mengetahui siapa diri kita sebenarnya.
3. Dalam rangka memahami realitas disekeliling kita serta menguji kebenaran kesan-kesan dan pengertian yang kita miliki tentang dunia disekitar kita, kita perlu membandingkan dengan kesan-kesan, dan pengertian orang lain tentang realitas yang sama. Tentu saja perbandingan sosial (*social comparison*) semacam itu hanya dapat kita lakukan lewat komunikasi dengan orang lain.
4. Kesehatan mental kita sebagian besar ditentukan oleh kualitas komunikasi atau hubungan kita dengan orang lain, lebih-lebih orang-orang yang merupakan tokoh-tokoh signifikan (*significant figures*) dalam hidup kita. Bila hubungan kita dengan orang lain diliputi berbagai masalah, maka tentu kita akan menderita, merasa sedih, cemas, frustrasi. Bila kemudian kita menarik diri dan menghindari dari orang lain, maka rasa sepi dan

terasing yang mungkin kita alami pun tentu akan menimbulkan penderitaan, bukan hanyapenderitaan emosional atau bathin, bahkan mungkin juga penderitaan fisik.

2.3 Komunikasi Nonverbal

2.3.1 Pengertian Komunikasi Nonverbal

Komunikasi nonverbal adalah setiap informasi atau emosi dikomunikasikan tanpa menggunakan kata-kata atau nonlinguistik (Budyatna dan Ganiem, 2012:110).

Komunikasi nonverbal menurut Samovar, Potter dan McDaniel (2010:294) meliputi semua stimulus nonverbal dalam sebuah situasi komunikasi yang dihasilkan, baik oleh sumbernya maupun penggunaanya dalam lingkungan dan yang memiliki nilai pesan yang potensial untuk menjadi sumber atau penerima.

Karakteristik komunikasi nonverbal menurut Weaver II (dalam Budyatna dan Ganiem, 2012: 111-114), terbagi menjadi enam yaitu:

1. Komunikasi nonverbal memiliki sifat berkesinambungan, kata-kata yang keluar dari mulut kita ada waktunya atau sewaktu-waktu, isyarat nonverbal kita keluar secara berkesinambungan. Hal ini didasari oleh pesan-pesan nonverbal yang dikirim maupun yang diterima oleh pelaku komunikasi nonverbal berada dalam arus yang tidak terputus dan terus-menerus.
2. Komunikasi nonverbal kaya akan makna, setiap gerak atau pesan dalam komunikasi nonverbal dapat ditafsirkan menjadi berbagai makna.
3. Komunikasi nonverbal dapat membingungkan, meskipun komunikasi nonverbal kaya akan makna tetapi dapat juga membingungkan. Isyarat-isyarat tertentu dapat berarti sesuatu yang secara keseluruhan berbeda dari apa yang kita bayangkan.

4. Komunikasi nonverbal menyampaikan emosi, isyarat-isyarat nonverbal terikat begitu dekat kepada emosi, sejauh mana pengertian kita mengenai pesan-pesan nonverbal bergantung kepada bagaimana empatiknya kita. Orang yang empatik dan tajam perhatiannya amat memahami isyarat-isyarat nonverbal.
5. Komunikasi nonverbal dikendalikan oleh norma-norma dan peraturan mengenai kepatutan, sebagai contoh menyentuh orang lain dibolehkan dalam situasi tertentu dan tidak pada situasi lainnya.
6. Komunikasi nonverbal terikat pada budaya, kebanyakan aspek budaya dipelajari melalui pengamatan dan mencontoh dan bukan melalui pengajaran verbal secara eksplisit. Perilaku nonverbal mengkomunikasikan keyakinan, sikap dan nilai-nilai budaya kepada pihak lainnya.

2.3.2 Fungsi Komunikasi Nonverbal

Pesan komunikasi non verbal merupakan penegasan, pelengkap ataupun pengganti dari pesan komunikasi verbal dapat berupa gerakan, *body language* ataupun isyarat yang telah disepakati oleh komunikator dan komunikan. Menurut Knapp (dalam Rakhmat, 2004:287) terdapat lima fungsi pesan non verbal yaitu :

1. Repetisi

Mengulang kembali gagasan yang sudah disajikan secara verbal.

2. Substitusi

Menggantikan lambang-lambang verbal.

3. *Kontradiksi*

Menolak pesan verbal atau memberikan makna yang lain terhadap pesan verbal.

4. *Komplemen*

Melengkapi atau memperkaya makna pesan non verbal.

5. *Aksentuasi*

Menegaskan pesan verbal atau menggaris bawahinya.

Pesan non verbal terbagi pada tiga kelompok besar yaitu pesan non verbal visual yang meliputi kinesik, prosemik dan artifaktual, pesan non verbal auditif meliputi paralinguistik, dan pesan non verbal non auditif meliputi penciuman dan sentuhan. (Leather (1976) dalam Rakhmat, 2004:287).

2.3.3 Perilaku Nonverbal dalam Interaksi Sosial

Komunikasi non verbal merupakan bagian dari perilaku non verbal dan terjadi hanya apabila perilaku-perilaku non verbal dapat ditafsirkan dalam konteks sosial mengenai bahasa yang berlaku. Ada dua cara utama bahwa perilaku non verbal berfungsi dalam komunikasi antarpribadi. Albert Scheflen (dalam Budyatna dan Ganiem, 2012: 119) membagi perilaku non verbal sebagai sudut pandang psikologis dan komunikatif:

Jika seorang pengamat memfokuskan diri pada seorang anggota dari sebuah kelompok dan mempertimbangkan pikiran atau maksud si anggota kelompok, pengamat akan melihat perilaku orang itu sebagai ekspresi mengenai keadaan psikologis. Tetapi apabila pengamat melihat pada perilaku ini dalam arti mengenai apa yang dilakukannya dalam kelompok yang lebih besar, maka ini merupakan sudut pandang komunikatif.

Secara psikologis, perilaku-perilaku nonverbal ditafsirkan sebagai ekspresi keadaan individu, seperti individu. Dalam komunikasi antarpribadi, para komunikator menginterpretasikan masing-masing perilaku nonverbal pihak lain sebagai “pesan-pesan” yang dikeluarkan atau disampaikan seseorang untuk memberitahukan kepada pihak lain apa yang ia rasakan.

Secara komunikatif, perilaku-perilaku nonverbal digunakan untuk mengatur hubungan-hubungan antarpribadi atas dasar apakah perilaku-perilaku nonverbal seseorang bisa cocok dengan perilaku-perilaku non verbal lainnya. Schefflen juga menunjukkan bagaimana, dengan hanya mengamati perilaku-perilaku kinesik non verbal, seseorang dapat membuat interpretasi bahwa hubungan antarpribadi yang dekat sedang berkembang atau gagal untuk berkembang.

Apabila komunikator menggunakan perilaku non verbal pihak lainnya untuk menyimpulkan keadaan emosional, maka perilaku non verbal merupakan bagian integral dari aspek intrapribadi komunikasi. Dalam hal ini perilaku non verbal dapat dikatakan bersifat informatif. Apabila perilaku kedua orang cocok satu sama lain dengan cara yang terorganisasi dan penuh arti, maka perilaku non verbal berfungsi di dalam antarpribadi atau bagian hubungan dari proses komunikasi. Dalam hal ini perilaku-perilaku non verbal dapat dikatakan komunikatif. Perilaku-perilaku non verbal yang bersifat informatif tidak harus komunikatif. Perilaku non verbal bersifat ekspresif maupun relasional, psikologis dan komunikatif kesemuanya terletak pada kedua tempat dalam model komunikasi antarpribadi.

2.3.4 Macam – macam Pesan Non verbal

Menurut Duncan (dalam Rakhmat, 2004: 289-290), pesan non verbal terbagi menjadi enam jenis; (1) kinesik atau gerak tubuh, (2) paralinguistik atau suara, (3) proksemik atau penggunaan ruangan personal dan sosial, (4) olfaksi atau penciuman, (5) sensitivitas kulit dan (6) artifaktual seperti pakaian dan kosmetik.

Pesan kinesik, merupakan seluruh gerakan tubuh. Terdiri dari pesan fasial, pesan gestural dan pesan postural. Pesan fasial menggunakan muka untuk menyampaikan makna tertentu. Leathers (1976:33) mengungkapkan bahwa wajah dapat: (1) mengkomunikasikan penilaian dengan ekspresi senang dan ekspresi tidak senang, yang menunjukkan apakah komunikator memandang objek penelitiannya baik atau jelek, (2) wajah mengkomunikasikan berminat atau tak berminat pada orang lain atau lingkungan, (3) wajah mengkomunikasikan intensitas keterlibatan dalam suatu situasi, (4) wajah mengkomunikasikan tingkat pengendalian individu terhadap pernyataannya sendiri, dan (5) wajah barangkali mengkomunikasikan adanya atau kurangnya pengertian.

Pesan gestural menunjukkan gerakan sebagian anggota badan seperti mata dan tangan untuk mengkomunikasikan berbagai makna. Menurut Galloway (dalam Rakhmat, 2004:290) pesan gestural digunakan untuk mengungkapkan: (1) mendorong atau membatasi, (2) menyesuaikan atau mempertentangkan, (3) responsif atau tak responsif, (4) perasaan positif atau negatif, (5) memperhatikan atau tidak memperhatikan, (6) melancarkan atau tidak reseptif, (7) menyetujui atau menolak. Pesan gestural yang mempertentangkan terjadi bila pesan gestural memberikan arti lain dari pesan verbal atau pesan lainnya. Pesan gestural tak responsif menunjukkan gestur yang tidak ada kaitannya dengan pesan yang diresponnya. Pesan gestural negatif mengungkapkan sikap dingin, merendahkan atau menolak. Pesan gestural tak responsif mengabaikan permintaan untuk bertindak.

Pesan postural berkenaan dengan seluruh anggota badan. Mehrabian (dalam Rakhmat, 2004: 290) menyebutkan tiga makna yang dapat disampaikan postur: *immediacy*, *power* dan *responsiveness*. *Immediacy* adalah ungkapan kesukaan atau ketidaksukaan terhadap individu lain. Postur yang condong kearah yang diajak bicara menunjukkan kesukaan dan penilaian positif. *Power* mengungkapkan status yang tinggi pada diri komunikator. Individu mengkomunikasikan *responsiveness* bila ia bereaksi secara emosional pada lingkungan, secara positif dan negatif.

Bentuk-bentuk lain dari pesan non verbal seperti proksemik, paralinguistik dan lain sebagainya, tidak menjadi fokus dalam penelitian ini. Sehingga penulis tidak menuliskan penjelasan secara lebih lanjut.

2.3.5 Kode Non verbal pada Komunikasi Non verbal

Pesan komunikasi non verbal memiliki kode non verbal. Kode non verbal adalah sejumlah perilaku yang digunakan untuk menyampaikan makna. Kode non verbal dikenal juga dengan bahasa isyarat atau bahasa diam (*silent language*). Pemberian makna atau arti dalam sebuah kode non verbal berbeda-beda dalam setiap budaya.

Burgoon dalam Morissan dan Wardhany (2009:93), menggambarkan sistem kode non verbal sebagai memiliki sejumlah perangkat struktural, yaitu :

1. Kode non verbal cenderung bersifat analog daripada digital.
2. Pada sebagian kode non verbal terdapat faktor yang disebut *iconicity*.
3. Beberapa kode non verbal menyampaikan makna universal.
4. Kode non verbal memungkinkan transmisi sejumlah pesan secara serentak: ekspresi wajah, tubuh, suara dan tanda lainnya serta beberapa pesan berbeda

lainnya dapat dikirimkan sekaligus.

5. Tanda non verbal sering kali menghasilkan tanggapan otomatis tanpa berpikir.
6. Tanda non verbal sering kali ditunjukkan secara spontan.

Dan menurut Burgoon dalam Morissan dan Wardhany (2009:93), kode non verbal memiliki tiga dimensi, yaitu :

1. Semantik : dimensi yang mengacu pada makna dari suatu tanda.
2. Sintaktik : dimensi yang mengacu pada cara tanda atau diorganisir dengan tanda lainnya di dalam sistem.
3. Pragmatik : dimensi yang mengacu pada efek atau perilaku yang ditunjukkan oleh tanda.

Sistem tanda non verbal sering dikelompokkan menurut tipe aktivitas atau kegiatan yang digunakan di dalam tanda tersebut, yang menurut Burgoon terdiri atas tujuh tipe, yaitu bahasa tubuh (*kinesics*), suara (*vocalics* atau *paralanguage*), tampilan fisik, sentuhan (*haptics*), ruang (*proxemics*), waktu (*chronemics*) dan objek (*artifacts*). (Burgoon dalam Morissan dan Wardhany, 2009:93).

Dari berbagai studi yang pernah dilakukan sebelumnya, kode non verbal dapat dikelompokkan dalam beberapa bentuk, antara lain: *kinesics* (gerakan badan), gerakan mata, sentuhan, *paralanguage* (irama suara), diam, postur tubuh, kedekatan dan ruang, warna, waktu, bunyi dan bau. (Cangara, 2006:101).

2.3.6 Pesan Gestural

Pesan gestural menurut Suranto (2010:159-161) menunjukkan gerakan sebagian anggota badan seperti mata, tangan, kaki untuk mengkomunikasi berbagai makna.

Bentuk perilaku yang termasuk dalam kategori isyarat gestural dapat dirinci sebagai berikut:

1. *Emblem*, adalah tanda-tanda yang dipakai untuk mengganti suatu kata-kata atau merupakan terjemahan yang melukiskan suatu makna.
2. *Illustrator*, ialah gerakan tubuh yang dilakukan sebagai upaya untuk menggambarkan atau melukiskan suatu pesan. Biasanya komunikasi nonverbal jenis ini lebih bersifat umum dibanding emblem.
3. *Regulator*, adalah gerakan tubuh yang berfungsi mengarahkan, mengawasi, menjaga dan mengkoordinasi suatu pembicaraan dengan orang lain.
4. *Adaptor*, adalah perilaku nonverbal baik yang disadari atau tidak yang bertujuan untuk menciptakan rasa nyaman atau rasa puas dalam memenuhi suatu kebutuhan. Dalam komunikasi non verbal, dikenal beberapa jenis adaptor yaitu:
 - a. *Self adaptor*, adalah gerakan yang dilakukan seseorang terhadap anggota badannya sendiri
 - b. *Alter adaptor*, adalah gerakan yang diarahkan kepada orang lain.
 - c. *Object adaptor*, adalah gerakan yang diarahkan kepada objek tertentu.

Menurut Galloway dalam Rakhmat (2004:290), pesan gestural untuk mengungkapkan :

1. Mendorong atau membatasi.
2. Menyesuaikan atau mempertentangkan.
3. Responsif atau tidak responsif.
4. Perasaan positif atau negatif.
5. Memperhatikan atau tidak memperhatikan.
6. Melancarkan atau tidak reseptif.
7. Menyetujui atau menolak.

Pesan gestural yang mempertentangkan terjadi bila pesan gestural memberikan arti lain dari pesan verbal atau pesan lainnya. Pesan gestural tak responsif menunjukkan *gesture* yang yang tidak ada kaitannya dengan pesan yang diresponnya. Pesan gestural negatif mengungkapkan sikap dingin, merendahkan,

atau menolak. Pesan gestural tak *responsive* mengabaikan permintaan untuk bertindak.

2.3.7 Pesan Postural

Berkenaan dengan keseluruhan anggota badan, Mehrabian dalam Rakhmat (2004:290) menyebutkan tiga makna yang dapat disampaikan dalam pesan postural, yaitu :

1. *Immediacy*

Ungkapan kesukaan dan ketidak sukaan terhadap individu yang lain. Postur yang condong ke arah yang diajak bicara menunjukkan kesukaan dan penilaian positif.

2. *Power*

Mengungkapkan status yang tinggi pada diri komunikator. Anda dapat membayangkan postur orang yang tinggi hati di depan anda, dan postur orang yang merendah.

3. *Responsiveness*

Individu dapat bereaksi secara emosional pada lingkungan secara positif dan negatif. Bila postur anda tidak berubah, anda mengungkapkan sikap yang tidak responsif.

Postur tubuh dapat mempengaruhi citra diri yang dimiliki seseorang. Gambaran tentang diri seseorang memegang peranan penting dalam komunikasi. Beberapa penelitian pernah dilakukan untuk mengetahui hubungan antara postur tubuh dan karakter seseorang. Sheldon (1954) (dalam Sihabudin, 2013:100), mengklasifikasikan postur tubuh menjadi tiga yaitu :

1. *Endomorph* (gemuk) dengan sifat malas dan tenang, Well dan Siegel (1961) (dalam Sihabudin, 2013:100), *endomorph* digambarkan sebagai pribadi yang humoris, simpatik, hangat, mudah sepakat dan lebih bergantung pada orang lain.

2. *Mesomorph* (atletis) dengan sifat percaya diri, dewasa dan memiliki jiwa berpetualang. Well dan Siegel (1961) dalam Sihabudin (2013:100), *mesomorph* digambarkan sebagai pribadi yang cerdas, bersahabat dan kompetitif.
3. *Ectomorph* (kurus) dengan sifat *introvert* yang lebih menyenangi aktivitas mental daripada aktivitas fisik. Well dan Siegel (1961) (dalam Sihabudin, 2013:100), *ectomorph* digambarkan sebagai pribadi yang ambisius, pencuriga, pesimistik, pendiam, pintar, kritis dan sedikit cemas atau gugup.

Kinesics ialah kode non verbal yang ditunjukkan oleh gerakan-gerakan badan. Gerakan-gerakan badan bisa dibedakan atas lima macam, yakni :

1. *Emblems*

Ialah isyarat yang punya arti langsung pada simbol yang dibuat oleh gerakan badan.

2. *Illustrators*

Ialah isyarat yang dibuat oleh gerakan-gerakan badan untuk menjelaskan sesuatu.

3. *Affect Displays*

Ialah isyarat yang terjadi karena adanya dorongan emosional sehingga berpengaruh pada ekspresi muka.

4. *Regulators*

Ialah gerakan-gerakan tubuh yang terjadi pada daerah kepala.

5. *Adaptory*

Ialah gerakan badan yang dilakukan sebagai tanda kejengkelan. (Cangara, 2006:101) .

2.4 Selam Bebas (*Freediving*)

2.4.1 Pengertian Selam Bebas (*Freediving*)

Menurut Maas (2000:4), selam bebas atau *freediving* berasal dari kata *apnea* yang berasal dari ungkapan Yunani yaitu; “a-pnoia” yang berarti “tanpa bernafas”. Secara harafiah, kata *apnea* tidak berhubungan dengan kegiatan air, namun dalam terminologi saat ini kata *apnea* digunakan untuk merujuk pada olahraga *freediving*. *Freediving* adalah penyelaman kedalam air tanpa melibatkan

menggunakan peralatan selam atau alat bantu pernapasan tetapi lebih bergantung pada kemampuan seorang penyelam untuk menahan nafasnya didalam air sampai penyelam tersebut kembali kepermukaan dengan selamat.

Association Internationale pour le Development de l'Apnee (AIDA) atau *Worldwide Federation for breath-hold diving* (dalam Pelizzari 2004:4) mengemukakan *freediving* adalah cara paling natural dan paling tenang untuk mengeksplor kedalaman lautan dengan dampak lingkungan yang paling rendah. Semua orang yang menahan nafasnya dibawah kedalaman air adalah seorang penyelam bebas. *Freediving* bukan berarti berapa lama menahan nafas atau seberapa dalam dapat bertahan pada satu tarikan nafas. *Freediver* juga perlu memperhatikan batas limit badan dan pikiran masing – masing.

Selam bebas adalah olahraga dengan tidak menggunakan alat bantu pernafasan, bukan berarti penyelam tidak menggunakan alat (*gear*) sama sekali. Alat yang biasa digunakan oleh penyelam bebas (*freediver*) disebut dengan *divegear*. Alat-alat ini terdiri dari *masker*, *fins* (kaki katak) dengan ukuran lebih panjang dari ukuran *fins* standar atau biasa disebut dengan *longfins*. Serta alat-alat pelengkap seperti *snorkel*, *wetsuit*, *weightbelt*, *gloves* (sarung tangan) dan *hood* (penutup kepala) (Maas, 2000:5).

2.4.2 Cabang Kegiatan Selam Bebas (*Freediving*)

Selam bebas (*freedive*) juga memiliki beberapa cabang kegiatan yaitu :

1. *Spearfishing* (menembak ikan)

Kegiatan ini pada mulanya dilakukan oleh para nelayan yang hendak mencari lauk untuk makan sehari-hari ketika mereka tidak sedang melaut. Seiring dengan perkembangan jaman, kegiatan *spearfishing* menjadi salah satu *art* yang dipilih oleh para *freediver*.

2. *Freedive Photography* (berfoto dalam air)

Berfoto dalam air biasanya dilakukan untuk sekedar mengabadikan moment menyelam pada suatu *dive-spot*. Serta menjadi bukti eksistensi dari seorang *freediver* atau suatu komunitas *freediving*.

3. *Apnea Competition* (kompetisi berenang dalam satu tarikan nafas)

Kompetisi ini biasanya diadakan di kolam renang dengan jarak tempuh 25 meter dalam satu tarikan nafas. Kompetisi ini dibagi menjadi dua kategori, yakni dengan menggunakan *fins* (kaki katak) dan tanpa menggunakan *fins*.

4. *Snorkling* (selam dangkal atau selam permukaan)

Selam dangkal atau snorkling adalah kegiatan menikmati terumbu karang atau ikan – ikan dilautan dengan cara berenang di atas permukaan laut. Semua orang dapat melakukan kegiatan ini meski tak dapat berenang sekalipun.

2.4.3 Teknik - teknik Selam Bebas (*Freediving*)

Kegiatan selam bebas (*freedive*) sering dikenal sebagai olahraga yang menantang, berbahaya dan penuh dengan resiko. Olahraga ini, membutuhkan teknik serta nyali yang cukup besar. Sebab tidak semua orang berani untuk menyelam pada kedalaman tertentu. Teknik-teknik dasar yang digunakan pada selam bebas yaitu :

1. *Equalizing*, merupakan teknik yang digunakan untuk menyeimbangkan tekanan

udara tubuh penyelam dengan tekanan air pada kedalaman tertentu. Caranya adalah dengan memencet hidung dan meniupkan udara ketelinga atau dengan menelan ludah. Hal ini juga berfungsi untuk mencegah terjadinya pecah selaput gendang telinga pada saat penyelaman.

2. *Duckdive*, merupakan teknik yang digunakan untuk menenggelamkan tubuh kedalam air. Caranya dengan meluruskan tubuh dengan kepala menghadap kedalam air, kemudian kepala didorong masuk kedalam air diikuti anggota tubuh yang lain. Teknik ini mengandalkan tenaga dorongan pinggul kebawah serta kayuhan kaki penyelam.

3. *Apnea*, merupakan latihan menahan udara dalam satu tarikan nafas. Semakin lama waktu penyelam untuk menahan nafas, maka semakin lama pula penyelam dapat berada di bawah air. Apnea terbagi menjadi dua jenis. Yakni *static apnea* dan *dynamic apnea*. *Static apnea* merupakan latihan menahan nafas di tempat. Kegiatan ini biasa dilakukan ditepian kolam renang. Berbeda halnya dengan *static apnea*, *dynamic apnea* merupakan latihan menahan nafas dengan tetap bergerak.

4. *Rescue*, merupakan latihan dasar prosedur penyelamatan terhadap penyelam yang mengalami kram pada bagian tubuh tertentu di dalam air atau yang mengalami pingsan (*blackout*) di dalam air.

Dalam pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada komunitas X3X *Freediving* Lampung, mula-mula pelatih atau anggota senior memberi wawasan mengenai *freediving*, teknik-teknik dasar *freediving*, kompetensi dasar yang harus dimiliki agar seseorang dapat dengan mudah mempelajari *freediving*, alat-alat yang digunakan, serta seni dalam *freediving*. Semua pesan yang disampaikan pada

pra pelatihan *freediving*, menggunakan kata-kata secara langsung atau bahasa verbal. Hal ini tidak menjadi fokus pada penelitian ini. Pada saat praktik pelatihan *freediving* dengan kondisi di dalam air, peserta pelatihan atau penyelam pemula mempraktekkan instruksi yang telah diberikan pelatih sebelum masuk kedalam air. Misalnya penyelam pemula diminta untuk melakukan *duckdive*. Kemudian saat didalam air, selanjutnya pelatih memberi instruksi untuk melakukan *equalizing* dengan menggunakan isyarat tangan yang telah disepakati bersama yakni dengan memencet hidung. Pesan-pesan yang disampaikan saat di dalam air secara keseluruhan menggunakan bahasa non verbal. Yakni dengan menggunakan isyarat tangan yang telah disepakati bersama.

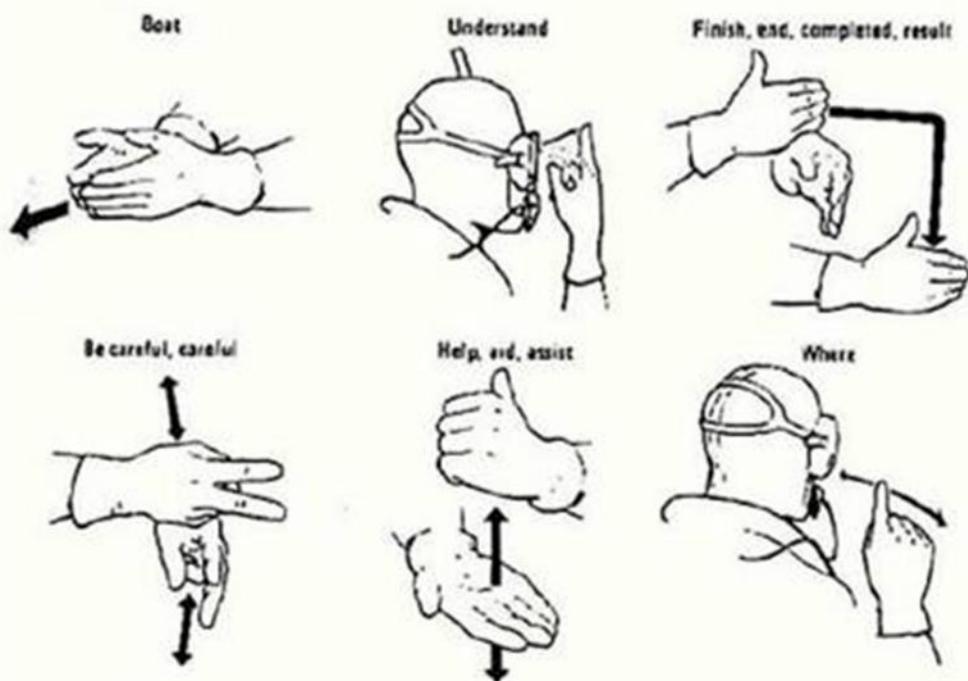
Sedangkan pasca pelatihan *freediving* pesan-pesan yang disampaikan menggunakan bahasa verbal, yakni berupa evaluasi oleh pelatih terhadap gerakan-gerakan yang dilakukan oleh peserta saat di dalam air. Peserta juga dapat mengkonsultasikan kepada pelatih jika menemui kesulitan-kesulitan saat mempraktekkan di dalam air. Pesan-pesan yang disampaikan pasca pelatihan *freediving* tidak menjadi fokus pada penelitian ini. Sebab pesan-pesan tersebut disampaikan dalam bentuk pesan verbal atau diutarakan menggunakan kata-kata secara langsung. (Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

2.4.4 Isyarat Penyelaman

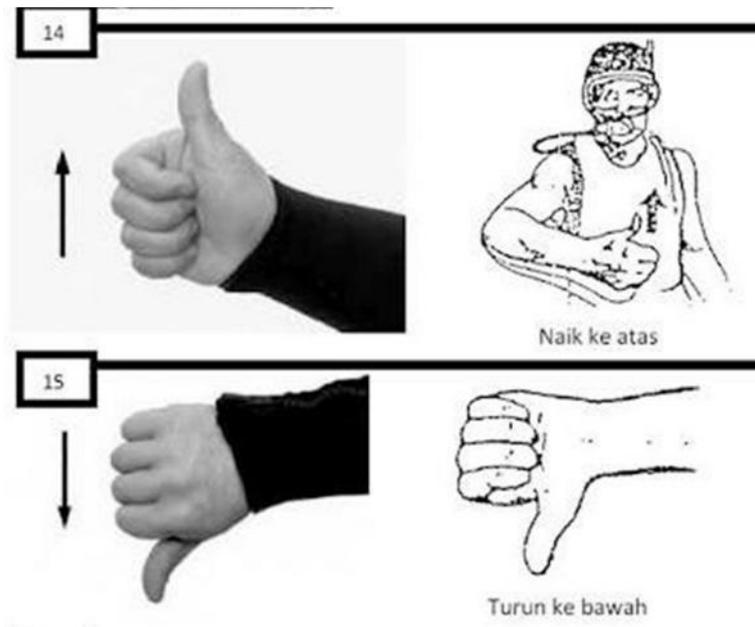
Isyarat atau kode sangat diperlukan untuk dapat berkomunikasi saat melakukan penyelaman. Isyarat yang paling sederhana yang digunakan dalam penyelaman

adalah isyarat tangan atau kode dengan menggunakan gerakan tangan. Agar penyelaman yang dilakukan berjalan dengan baik, maka setiap orang atau kelompok yang melakukan penyelaman harus dapat mengetahui dan memahami isyarat-isyarat atau kode-kode penyelaman yang sudah disepakati bersama.

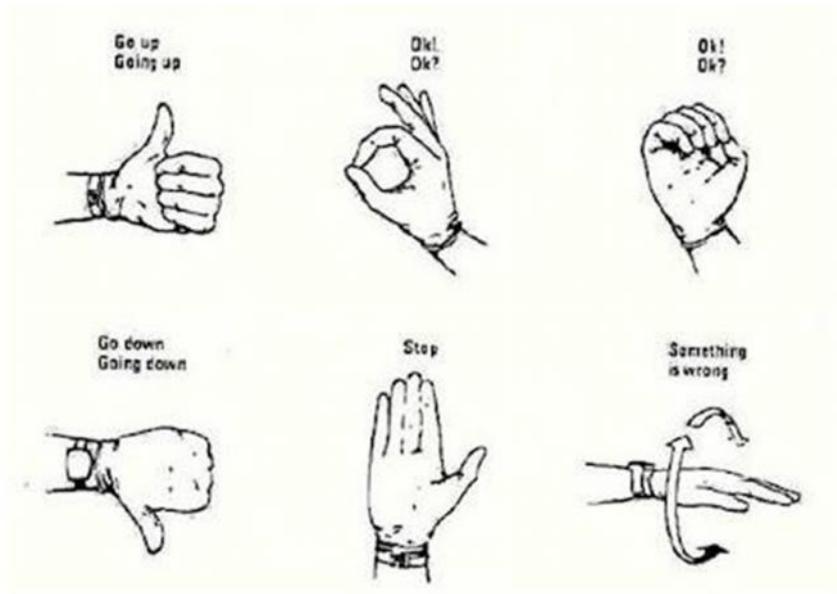
Menurut *Association Internationale pour le Development de l'Apnee* (AIDA) atau *Worldwide Federation for breath-hold diving* (dalam Pelizzari 2004:13) terdapat isyarat-isyarat atau kode-kode tangan yang baku atau lazim digunakan oleh penyelam, antara lain yaitu :



(Sumber : Pelizzari, Umberto. 2004. *Manual of Freediving, Underwater on a Single Breath*. England : Idelson Gnocchi Pub.)



(Sumber : Pelizzari, Umberto. 2004. *Manual of Freediving, Underwater on a Single Breath*. England : Idelson Gnocchi Pub.)



Gambar 2.1. Isyarat-isyarat Tangan Penyelaman Standart.
 (Sumber : Pelizzari, Umberto. 2004. *Manual of Freediving, Underwater on a Single Breath*. England : Idelson Gnocchi Pub.)

2.5 Teori Penunjang Penelitian

1. Teori Kinesik

Komunikasi non verbal adalah komunikasi yang paling sering digunakan dalam kehidupan sehari – hari. Bahkan, keberhasilan penyampaian pesan non verbal lebih tinggi dibanding komunikasi verbal. Komunikasi non verbal memiliki pesan non verbal. Dalam penelitian ini, penulis akan mengkaji pesan non verbal berupa pesan gestural (isyarat gerakan sebagian anggota tubuh) dengan menggunakan Teori Kinesik.

Pesan kinesik merupakan pesan non verbal yang ditunjukkan seseorang dengan isyarat tubuh atau gerakan badan. Kinesik adalah gerakan-gerakan tubuh atau badan berupa gerakan dari sebagian atau seluruh tubuh maupun benda-benda yang

digerakkan pelaku komunikasi, yang dimaksudkan dengan kinesik ialah studi yang mempelajari gerakan-gerakan anggota tubuh. Ray L. Birdwhistell dalam Mulyana (2010:351-353), berpendapat bahwa komunikasi non verbal merupakan suatu proses yang bersinambungan karena pada dasarnya tidak ada satu saluranpun yang digunakan secara tetap. Kegiatan komunikasi telah banyak menggunakan saluran sensoris manusia yaitu aktivitas tubuh.

Menurut Birdwhistell dalam Mulyana (2012:351-353), sebenarnya manusia dapat mengeluarkan ribuan suara vokal dan wajah manusia dapat menciptakan 250.000 ekspresi yang berbeda. seperti yang diungkapkan para pakar, manusia dapat menciptakan sebanyak 700.000 isyarat fisik yang terpisah. Penelitian terhadap berbagai komponen dari bentuk-bentuk gerakan tubuh yang sangat kompleks dapat menjadi lebih jelas, bahwa gerakan tubuh yang fungsinya berhubungan nyata dengan berbagai perkataan dalam bahasa sebagaimana ditunjukkan dalam kesederhanaan dan kerumitan kata-kata.

Menurut penelitian Birdwhistell (dalam Mulyana 2012:351-353), paling tidak ada 1000 gerakan tubuh yang dapat diamati selama periode komunikasi tertentu, ia memastikan semua gerakan itu mempunyai fungsi yang pasti dalam komunikasi. Lebih lanjut menurut Birdwhistell, 65 persen dari komunikasi tatap muka yang dilakukan manusia adalah non verbal atau kinesik. Semua gerakan kinesik yaitu gerakan tubuh atau anggota tubuh dalam konteks non verbal merupakan representasi dari kata-kata dalam struktur bahasa verbal. Hal ini juga didukung oleh Mehrabian, 93 persen dari semua makna sosial dalam komunikasi tatap muka diperoleh dari isyarat-isyarat nonverbal (dalam Cangara, 2006:103-104).

Bahasa tubuh adalah bagian dari komunikasi pesan non verbal (komunikasi tanpa kata-kata). Bahasa tubuh merupakan proses pertukaran ide, pikiran dan gagasan dimana pesan yang disampaikan dari komunikator kepada komunikan dapat berupa isyarat, ekspresi wajah, pandangan mata, sentuhan, artifak (lambang yang digunakan), diam dan suara serta postur tubuh. Kinesik adalah istilah yang digunakan pada studi non verbal Ray L. Birdwhistell (dalam Mulyana 2012:351-353). Kinesik adalah pesan non verbal yang dituangkan dalam bentuk bahasa isyarat tubuh dan anggota tubuh.

Ray L. Birdwhistell (dalam Mulyana 2012:351-353), menjelaskan lebih lanjut bahwa pada setiap anggota tubuh seperti wajah (termasuk senyuman dan kontak mata), tangan, kepala, kaki dan postur tubuh memiliki makna tersendiri. Dalam kajian pesan komunikasi non verbal dikenal beberapa jenis pesan kinesik yaitu :

1. Ekspresi Wajah

Berbagai penelitian mengungkapkan bahwa emosi pada diri dapat ditunjukkan melalui ekspresi wajah. Karena ekspresi wajah dianggap sangat kuat menampilkan 'keadaan dalam' pada seseorang yang membuat orang lain dapat menggambarkan apa yang sebenarnya terjadi. Sylvan S. Tomkins (dalam Cangara 2006: 103-104) menemukan sekurang-kurangnya ada delapan dasar emosi wajah yang menegangkan, yakni emosi yang menyatakan *surprise*, minat, gembira, gusar, takut, jijik, atau muak, malu dan kesedihan yang mendalam.

2. Kontak mata dan pandangan

Kontak mata atau cara pandang mata merupakan komunikasi non verbal yang dapat ditampilkan bersama dengan ekspresi wajah. Tak dapat diingkari bahwa kontak mata yang disampaikan komunikator akan menarik umpan balik dari komunikan.

3. Isyarat tangan

Isyarat tangan bisa disertakan dalam setiap komunikasi. Isyarat tangan sendiri mengisyaratkan apa yang ingin disampaikan. Isyarat tangan dapat mempertegas, memperjelas dan menggantikan pesan verbal yang ingin disampaikan.

4. Postur tubuh

Postur tubuh bersifat simbolik. Postur tubuh mempengaruhi citra diri. Terdapat beberapa penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara fisik dan karakter atau temperamen.

2. Teori Interaksi Simbolik

Bahasa atau komunikasi melalui simbol-simbol adalah merupakan isyarat yang mempunyai arti khusus yang muncul terhadap individu lain yang memiliki ide yang sama dengan isyarat-isyarat dan simbol-simbol akan terjadi pemikiran tindakannya dari kacamata orang lain. Hal ini menyebabkan manusia dapat membentuk perilakunya secara sengaja dengan maksud menghadirkan respon tertentu dari pihak lain.

Orang bergerak untuk bertindak berdasarkan makna yang diberikan pada orang , benda, dan peristiwa. Makna-makna ini diciptakan dalam bahasa yang digunakan orang baik untuk berkomunikasi dengan orang lain maupun dengan dirinya sendiri, atau pikiran pribadinya. Bahasa memungkinkan orang untuk mengembangkan perasaan mengenai diri dan untuk berinteraksi dengan orang lainnya dalam sebuah komunitas. Interaksi simbolik didasarkan pada ide-ide mengenai diri dan hubungannya dengan masyarakat.

Esensi interaksi simbolik adalah suatu aktivitas yang merupakan ciri manusia, yakni komunikasi atau pertukaran simbol yang diberi makna. Blumer (dalam Santoso dan Setiansah, 2012:20) mengintegrasikan gagasan-gagasan tentang interaksi simbolik melalui tulisan- tulisannya terutama pada tahun 1950an sampai 1960an. Perspektif interaksi simbolik berusaha memahami perilaku manusia dari sudut pandang subjek. Perspektif ini menyarankan bahwa perilaku manusia harus dilihat sebagai proses yang memungkinkan manusia membentuk dan mengatur perilaku mereka dengan mempertimbangkan ekspektasi orang lain yang menjadi mitra interaksi mereka. Definisi yang mereka berikan kepada orang lain, situasi, objek dan bahkan diri mereka sendirilah yang menentukan perilaku mereka. Perilaku mereka tidak dapat digolongkan sebagai kebutuhan, dorongan impuls, tuntutan budaya atau tuntutan peran. Manusia bertindak hanya berdasarkan definisi atau penafsiran mereka atas objek-objek di sekitar mereka.

Dalam pandangan interaksi simbolik, sebagaimana ditegaskan Blumer (dalam Santoso dan Setiansah, 2012:21), proses sosial dalam kehidupan kelompoklah yang menciptakan dan menegaskan aturan-aturan, bukan aturan-aturan yang

menciptakan dan menegakkan kehidupan kelompok. Menurut teori interaksi simbolik, kehidupan sosial pada dasarnya adalah interaksi manusia menggunakan simbol-simbol. Mereka tertarik pada cara manusia menggunakan simbol-simbol yang merepresentasikan apa yang mereka maksudkan untuk berkomunikasi dengan sesamanya dan juga pengaruh yang ditimbulkan penafsiran atas simbol-simbol ini terhadap perilaku pihak-pihak yang terlibat dalam interaksi sosial. Penganut interaksi simbolik berpandangan, perilaku manusia pada dasarnya adalah produk dari interpretasi mereka atas dunia disekeliling mereka, jadi tidak mengakui bahwa perilaku itu dipelajari atau ditentukan. George Ritzer (dalam Santoso dan Setiansah, 2012:22-23) meringkaskan teori interaksi simbolik kedalam prinsip prinsip, sebagai berikut :

1. Manusia, tidak seperti hewan mereka diberkahi dengan kemampuan berpikir.
2. Kemampuan berpikir itu dibentuk dengan interaksi sosial.
3. Dalam interaksi sosial orang belajar makna dan simbol yang memungkinkan mereka menerapkan kemampuan khas mereka sebagai manusia, yakni berpikir.
4. Makna dan simbol memungkinkan orang melanjutkan tindakan (*action*) dan interaksi khas manusia.
5. Orang mampu memodifikasi atau mengubah makna dan simbol yang mereka gunakan dalam tindakan dan interaksi berdasarkan interpretasi mereka atas situasi.
6. Orang mampu melakukan modifikasi dan perubahan ini karena kemampuan mereka berinteraksi dengan diri sendiri yang memungkinkan mereka

memeriksa tahapan tahapan tindakan, menilai keuntungan dan kerugian relatif dan kemudia memilih salah satunya.

7. Pola-pola tindakan dan interaksi yang jalin menjalin ini membentuk kelompok dan masyarakat.

Pelatihan selam bebas merupakan kegiatan yang banyak dihabiskan di air, maka tidak memungkinkan untuk menggunakan komunikasi verbal. Sehingga diperlukan komunikasi non verbal untuk menyampaikan pesan non verbal berupa pesan gestural yang terdiri dari isyarat-isyarat tangan atau kode dengan menggunakan gerakan tangan. Oleh sebab itu dalam penelitian ini, penulis menggunakan teori kinesik Ray L. Birdwhistell dan interaksi simbolik Blumer.

2.6 Kerangka Pikir

Selam bebas atau *freediving* merupakan salah satu olahraga ekstrem yang akan menjadi sangat berbahaya apabila tidak dilakukan dengan baik dan benar. Agar dapat tetap aman dalam penyelaman maka para pemula perlu mengetahui dan menguasai beberapa teknik dasar selam bebas. Teknik-teknik dasar tersebut antara lain *equalizing*, *duckdive*, *apnea* dan *rescue*.

Dalam pelaksanaan pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula 90% dilakukan di dalam air. Maka, satu-satunya komunikasi yang dapat dilakukan adalah menggunakan komunikasi non verbal. Komunikasi non verbal adalah komunikasi yang menggunakan pesan non verbal. Istilah non verbal biasanya mengacu pada komunikasi yang terjadi tanpa menggunakan kata-kata yang terucap maupun tertulis.

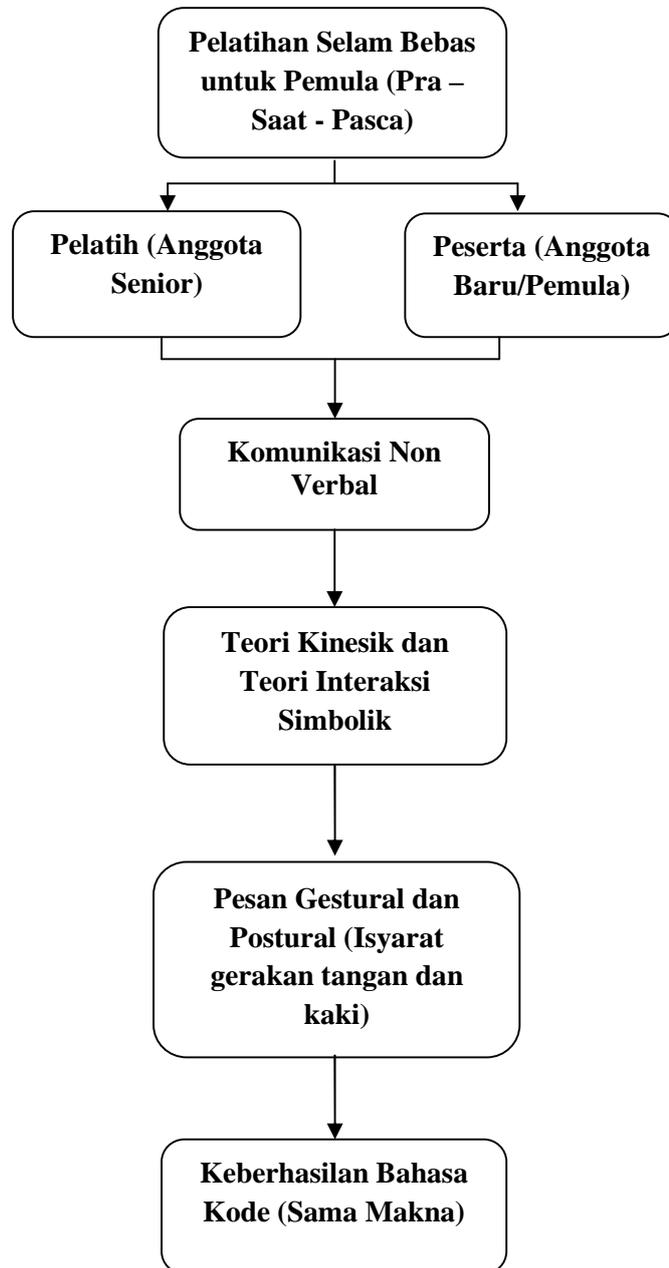
Pesan non verbal yang biasa digunakan dalam pelaksanaan pelatihan *freediving* untuk pemula biasanya berupa gerakan tangan dan gerakan kaki. Dalam hal ini mimik wajah dan gerakan mata tidak dapat teridentifikasi dengan jelas. Oleh sebab itu *freediver* hanya menggunakan isyarat gerakan sebagian anggota tubuh (pesan gestural) serta gerak seluruh anggota tubuh (pesan postural).

Penyampaian pesan gestural dan postural dalam penyelaman diperlukan adanya kesepakatan. Sehingga tidak terjadi gangguan yang berupa salah menafsirkan atau salah memaknai pesan gestural dan postural yang disampaikan. Maka, keberhasilan dari pesan gestural dan postural adalah terciptanya kesamaan makna dari komunikator kepada komunikan yang dalam hal ini adalah pelatih dan peserta pelatihan selam bebas (*freediving*).

Bila penelitian ini dikaitkan dengan teori kinesik dan teori interaksi simbolik, beberapa isyarat komunikasi nonverbal yang digunakan oleh penyelam saat berada di dalam air merupakan hasil dari pemikiran mereka sendiri. Isyarat-isyarat tersebut mereka diskusikan dan disepakati untuk dipakai. Hal tersebut didasari atas pengalaman dan kesepakatan bersama dari kelompok selam tersebut. Teori-teori tersebut juga mengatakan bahwa tindakan manusia didasarkan pada penafsiran mereka. Hal ini sesuai dengan yang terjadi pada komunitas selam atau kelompok orang yang melakukan penyelaman. Keberhasilan pelatihan juga dapat dilihat dari tercapainya kesamaan makna antara pelatih dan peserta pelatihan yang dalam hal ini adalah penyelam pemula.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka kerangka pikir penelitian ini dapat digambarkan dalam bagan penelitian sebagai berikut:

Bagan Kerangka Pikir



Bagan 1: Kerangka Pikir

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Penulis menggunakan metode kualitatif. Penulis memiliki tujuan untuk menganalisis suatu aspek dengan cara observasi, investigasi, eksplorasi terhadap suatu objek penelitian dan cenderung menggunakan data yang sifatnya subyektif. Realitas yang dipelajari berdasarkan fenomena kehidupan sehari-hari yang dikonstruksikan sebagai nilai sosial partisipan. Oleh karenanya pemaknaan realitas harus sesuai dengan pemahaman partisipan. Penelitian kualitatif ini juga memiliki jalinan variabel yang sulit diukur karena kondisi yang terdapat pada obyek penelitian dapat berubah-ubah.

Metode kualitatif atau studi kasus juga dapat diartikan sebagai suatu metode dalam penelitian status kelompok manusia, suatu obyek, suatu kondisi, satu sistem pemikiran, ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuannya yaitu untuk membuat deskripsi, gambaran, ataupun lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta, sifat, serta hubungan antara fenomena yang diteliti. Adapun tujuan digunakan metode kualitatif deskriptif ini, yaitu :

1. Peneliti hanya memiliki sedikit peluang untuk mengontrol peristiwa yang akan diselidiki. Dengan kata lain penelitian dengan cara kualitatif tidak hanya membutuhkan kontrol terhadap peristiwa perilaku yang diselidiki.

2. Fokus penelitiannya terletak pada fenomena kontemporer didalam konteks kehidupan nyata.

Menurut Bogdan dan Taylor (Moleong, 2000 : 3) metode penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata tertulis atau tulisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut mereka pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh).

Dengan pendekatan kualitatif yang digunakan pada penelitian ini, penulis dapat memperoleh gambaran yang lengkap dari permasalahan yang dirumuskan dengan memfokuskan pada proses pencarian dari setiap data yang ada di lapangan. Dengan harapan agar informasi yang dikaji lebih bersifat mendalam, alamiah dan rasional.

3.2 Definisi Konsep

Definisi konsep adalah pemaknaan dari konsep yang digunakan, sehingga memudahkan peneliti untuk mengoperasikan konsep tersebut di lapangan. (Singarimbun dan Effendi, 2001:121). Berdasarkan definisi diatas maka definisi konsep dalam penelitian ini yaitu :

1. Pelatihan selam bebas (*freedive*), merupakan latihan menyelam tanpa menggunakan alat bantu pernafasan dan hanya menggunakan kekuatan paru-paru penyelam serta menggunakan teknik tahan nafas yang baik.
2. Komunikasi non verbal, instruksi atau arahan yang diberikan oleh pelatih kepada peserta pelatihan selam bebas (*freediving*).

3. Pesan gestural, pesan non verbal dalam pelatihan selam bebas yang berupa isyarat gerakan sebagian anggota tubuh. Seperti gerakan tangan mengacungkan jempol tanda penyelaman telah berakhir.
4. Pesan postural, pesan non verbal dalam pelatihan selam bebas berupa gerakan seluruh anggota tubuh. Seperti gerakan tangan yang disertai gerak kaki dan kepala dalam menjelaskan teknik – teknik dasar selam bebas.
5. Kompetensi dasar, yakni kemampuan-kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh peserta pelatihan selam bebas sebelum mengikuti pelatihan selam bebas. Dalam hal ini kemampuan dasar tersebut berupa kemampuan berenang dan menguasai teknik dasar *freediving* yakni *equalizing*, *duckdive*, *apnea* dan *rescue*.
6. Umpan balik (*feedback*), dalam hal ini adalah pemahaman dan pelaksanaan atau keberhasilan praktek atas sebuah instruksi dari pelatih kepada para anggota baru X3X *Freediving* Lampung.

3.3 Fokus Penelitian

Dalam penelitian kualitatif, sangatlah penting adanya fokus penelitian. Hal ini dikarenakan fokus penelitian dapat membatasi ruang lingkup dari penelitian tersebut dan agar penelitian yang dilakukan dapat terarah serta terpandu sehingga apa yang diinginkan dalam penelitian tercapai. Fokus penelitian berperan dalam memandu atau sebagai pedoman agar penelitian tidak keluar dari fenomena yang sedang diteliti.

Penelitian ini difokuskan pada komunikasi non verbal pada pelaksanaan pelatihan selam bebas. Dalam hal ini penelitian lebih dikerucutkan lagi pada pesan gestural dan postural komunikasi non verbal dalam pelaksanaan pelatihan selam bebas (*freediving*). Pelatihan selam bebas didominasi pesan gestural dan postural berupa isyarat atau gerakan sebagian maupun keseluruhan anggota tubuh, sebab di dalam air tidak memungkinkan terjadinya komunikasi verbal. Serta, di dalam air ekspresi wajah dan kontak mata tidak dapat terlihat dengan jelas.

Adapun teknik dasar pelatihan yang difokuskan pada penelitian ini adalah *equalizing*, *duckdive*, *apnea* dan *rescue*. Teknik dasar *equalizing* adalah teknik dasar yang harus dikuasai oleh *freediver* untuk dapat tetap bertahan pada kedalaman tertentu dan menjaga agar telinga tidak sampai merasakan dengungan yang dapat berakibat pecahnya gendang telinga. *Duckdive* adalah gerakan dasar *freediving* untuk mendorong badan agar masuk kedalam air pada proses menyelam. *Apnea* adalah teknik dasar berupa menahan nafas dengan diam di sisi kolam renang (*static*) maupun berenang pada jarak tertentu dengan satu tarikan nafas (*dynamic*). Serta *rescue* merupakan latihan prosedur penyelamatan saat penyelaman.

3.4 Informan

3.4.1 Penentuan Informan

Menurut Sapardly dan Faisal (1990) dalam Moleong (2004:156), informan harus dapat memenuhi beberapa kriteria yang perlu dipertimbangkan yaitu:

1. Subjek telah lama dan intensif menyatu dengan suatu kegiatan atau medan aktifitas yang menjadi sasaran atau perhatian penelitian dan ini biasanya ditandai oleh kemampuan memberi informasi diluar kepala tentang sesuatu yang ditanyakan.
2. Subjek masih terikat secara penuh dan aktif pada lingkungan dan kegiatan yang menjadi sasaran penelitian.
3. Subjek mempunyai cukup banyak waktu dan kesempatan untuk dimintai informasi.
4. Subjek dalam memberi informasi tidak cenderung diskusi atau dikemas terlebih dahulu dan mereka relatif masih lugu dalam memberi informasi.

Penentuan informan dilakukan dengan *Purposive Sampling*. Dimana informan dipilih dengan sengaja berdasarkan kriteria – kriteria yang telah ditentukan dan ditetapkan berdasarkan tujuan penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menentukan yang menjadi informan primer dan informan sekunder adalah :

1) Informan Primer

Dalam penelitian ini yang menjadi informan primer adalah Novan Jepe. Hal ini dengan pertimbangan Novan Jepe merupakan salah satu pencetus terbentuknya *X3X Freediving Lampung* pada tahun 2010 serta ketua *X3X Freediving Lampung* dari awal terbentuk hingga sekarang. Selain itu untuk melengkapi data penelitian, peneliti menambahkan M Jerry Jeliandra sebagai informan primer kedua. Sebab ia merupakan salah satu pengurus *X3X Freediving* dan dalam struktur kepengurusan jabatannya adalah sebagai sekretaris *X3X Freediving Lampung*.

2) Informan Sekunder

Dalam penelitian ini yang menjadi informan sekunder adalah tiga anggota baru Komunitas *X3X Freediving Lampung*. Penentuan informan sekunder dilakukan dengan *Accidental Purposive Sampling*. Adapun kriteria anggota baru yang menjadi pertimbangan sebagai informan sekunder yaitu :

1. Baru bergabung dengan Komunitas *X3X Freediving Lampung* selama kurang dari atau sama dengan empat bulan hingga satu tahun.
2. Rutin mengikuti pelatihan yang diadakan setiap hari Kamis pukul 08:00-12:00.
3. Saat mengikuti pelatihan, peserta fokus mengikuti instruksi yang telah diberikan oleh pelatih dan memahaminya.
4. Peserta pelatihan memiliki cukup waktu untuk dimintai informasi.

3.4.2 Pendekatan informan

1. Institusi

Adapun metode pendekatan yang dilakukan peneliti dalam mengumpulkan data adalah bergabung atau menjadi anggota Komunitas *X3X Freediving Lampung* dimana sesuai dengan teknik pengumpulan data yaitu observasi partisipan. Disini peneliti terlibat langsung dalam kegiatan pelatihan selam bebas (*freediving*) Komunitas *X3X Freediving Lampung*.

2. Individu

Metode pendekatan yang dilakukan peneliti dalam mengumpulkan data secara individu adalah dengan menjadikan informan sebagai teman. Sesuai dengan

teknik pengumpulan data wawancara mendalam. Peneliti disini dituntut agar mampu membuat informan bersedia memberikan jawaban – jawaban atau informasi – informasi yang lengkap, mendalam dan tidak ada yang disembunyikan. Dengan melakukan pendekatan seperti ini, informan merasa nyaman dan peneliti mendapatkan informasi yang sesungguhnya.

3.5 Sumber Data

Sumber data dalam penelitian ini adalah :

1. Data Primer

Data ini berupa data utama yang digunakan dalam melakukan penelitian sumber data yaitu berupa wawancara dengan para pengurus inti.

2. Data Sekunder

Data ini berupa data-data lain yang sudah tersedia dan dapat diperoleh oleh peneliti dengan cara membaca, melihat atau mendengarkan yang dapat mendukung data primer.

- a. Data dalam bentuk teks, dokumen, jurnal, dll
- b. Data bentuk gambar, foto, video, dll

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Perolehan data penelitian yang luas serta mendalam, maka upaya yang dilakukan melalui :

1. Observasi Partisipan

Sebuah metode yang mana peneliti mengamati individu atau kelompok dalam situasi dan kondisi yang riil, tidak dikontrol atau diatur secara sistematis oleh peneliti. Dalam metode ini memungkinkan peneliti terjun langsung atau menjadi bagian dari yang diteliti bahkan dapat hidup bersama-sama di tengah-tengah individu atau kelompok yang diteliti dalam waktu yang lama agar peneliti dapat memahami apa yang terjadi, pola-pola dan interaksi yang terjadi.

2. Wawancara Mendalam

Cara pengumpulan data atau informasi secara langsung bertatap muka dengan informan untuk mendapatkan data atau informasi dengan lengkap dan mendalam. Wawancara ini dilakukan dengan berulang-ulang secara intensif. Dalam teknik ini peneliti relatif tidak memiliki kontrol atas *respons* informan, sehingga informan bersedia memberikan jawaban-jawaban atau informasi-informasi yang lengkap mendalam dan tidak ada yang disembunyikan.

3. Dokumentasi

Suatu teknik pengumpulan data yang digunakan untuk mencari atau mengumpulkan data-data sekunder yang berhubungan dengan masalah penelitian yang berkaitan dan untuk melengkapi data-data primer. Adapun dokumentasi yang dilakukan terhadap pelatihan *freediving* Komunitas X3X *Freediving* Lampung aslah dengan video dan foto.

3.7 Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah deskriptif naratif. Teknik ini menurut Miles dan Huberman (1990) dalam Mukhtar (2013:135), yaitu :

1. Reduksi Data

Merupakan bagian dari analisis data dengan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang data yang tidak diperlukan dan mengorganisasikan data sehingga kesimpulan final dapat diambil dan diverifikasi.

2. Penyajian dan Analisis Data

Pada tahap ini dimaksudkan agar lebih mempermudah bagi peneliti untuk dapat melihat gambaran secara keseluruhan atau bagian-bagian tertentu dari data penelitian. Setelah tahap penyajian data, maka data tersebut dianalisis sesuai dengan fokus kajian yang telah ditetapkan, melalui teknik analisis isi kualitatif.

3. Penarikan Kesimpulan/Verifikasi

Verifikasi data dilakukan secara terus menerus sepanjang proses penelitian dilakukan. Sejak pertama memasuki lapangan dan selama proses pengumpulan data, peneliti berusaha untuk menganalisis dan mencari makna dari data yang dikumpulkan. Yaitu mencari pola, hubungan, persamaan dan selanjutnya dituangkan dalam bentuk kesimpulan.

3.8 Teknik Keabsahan Data

Penelitian kualitatif menghadapi persoalan penting mengenai pengujian keabsahan data. Banyak hasil penelitian kualitatif yang diragukan kebenarannya.

Karena beberapa hal, seperti subjektivitas peneliti merupakan hal yang dominan dalam penelitian kualitatif dan alat penelitian yang diandalkan adalah wawancara dan observasi (apapun bentuknya) mengandung banyak kelemahan ketika dilakukan secara terbuka dan apalagi tanpa control (dalam observasi). Untuk itu perlu dibangun sebuah mekanisme untuk mengatasi keraguan terhadap hasil penelitian kualitatif (Bungin, 2007 :253).

Sehubungan dengan hal itu, Moleong (Bungin, 2007 : 254) mencoba membangun teknik pengujian keabsahan penelitian kualitatif yang ia beri nama teknik pemeriksaan. Teknik pemeriksaan tersebut meliputi :

1. Menemukan Siklus Kesamaan Data

Ketika peneliti mengatakan bahwa setiap hari ia menemukan data baru, maka artinya ia masih terus bekerja untuk menemukan data lainnya karena informasi yang ingin diperolehnya masih banyak. Akan tetapi, suatu hari ia menemukan informasi yang sama yang pernah didapatkan, begitu pula hari-hari berikutnya ia hanya memperoleh data yang pernah diberikan oleh informan sebelumnya. Dengan demikian, ia harus melakukan langkah akhir yaitu menguji keabsahan data penelitiannya dengan informasi yang baru saja ia peroleh dan apabila tetap sama maka ia sudah menemukan siklus kesamaan data atau dengan kata lain ia sudah berada dipenghujung aktivitas penelitiannya.

2. Ketekunan Pengamatan

Untuk memperoleh derajat keabsahan yang tinggi, maka jalan penting lainnya adalah dengan meningkatkan ketekunan dalam pengamatan di lapangan.

Pengamatan bukanlah suatu teknik pengumpulan data yang hanya mengandalkan beberapa kemampuan pancaindera namun juga menggunakan semua pancaindera termasuk pendengaran, penglihatandan insting peneliti. Dengan meningkatkan ketekunan pengamatan di lapangan, maka derajat keabsahan data telah ditingkatkan pula.

3. Pengecekan Melalui Diskusi

Diskusi dengan berbagai kalangan yang memahami masalah penelitian akan member informasi yang berarti kepada peneliti, sekaligus upaya untuk menguji keabsahan hasil penelitian. Cara ini dilakukan dengan mengekspos hasil sementara dan atau hasil akhir untuk didiskusikan secara analitis. Diskusi bertujuan untuk mencari titik-titik kekeliruan interpretasi dengan klarifikasi penafsiran dari pihak lain. Moleong mengatakan bahwa diskusi dengan kalangan sejawat akan menghasilkan pandangan kritis terhadap hasil penelitian, membantu mengembangkan langkah berikutnya dan menghasilkan pandangan lain sebagai pembanding.

4. Kecukupan Referensi

Keabsahan data hasil penelitian juga dapat dilakukan dengan memperbanyak referensi yang dapat menguji dan mengoreksi hasil penelitian yang telah dilakukan, baik referensi yang berasal dari orang lain maupun referensi yang diperoleh selama penelitian seperti gambar, video di lapangan, rekaman wawancara maupun catatan-catatan harian di lapangan.

5. Triangulasi Dengan Metode

Triangulasi ini dilakukan untuk melakukan pengecekan terhadap penggunaan metode pengumpulan data, apakah informasi yang didapat dengan metode interview sama dengan metode observasi, atau apakah hasil observasi sesuai dengan informasi yang diberikan ketika di interview. Tujuannya adalah untuk mencari kesamaan data dengan metode yang berbeda.

6. Uraian Rinci

Teknik ini adalah suatu upaya untuk memberikan penjelasan kepada pembaca dengan menjelaskan hasil penelitian dengan penjelasan yang serinci-rincinya. Suatu temuan yang baik akan dapat diterima orang apabila dijelaskan dengan penjelasan yang terperinci dan logis

BAB IV GAMBARAN UMUM

4.1 Sejarah Berdirinya X3X *Freediving* Lampung

X3X terbentuk pada tanggal 10 November 2010 di Bandarlampung. X3X dibentuk berdasarkan atas kesamaan hobi, yakni penggiat alam bebas. Sehingga tercetuslah sebuah ide untuk membuat komunitas agar memiliki kegiatan dan rutinitas yang terjadwalkan. Adapun pendiri X3X diprakarsai oleh Novan Jepe, Dino Agapha, Doni, Widi, Amrul dan Yudha. Pada saat itu X3X dibentuk bertujuan untuk mengenal dan menjaga kelestarian alam atau biota laut.



Gambar 4.1. Logo X3X
(Sumber: Instagram X3X *Freediving* Lampung)

Pada tanggal 14 Mei 2011 terjadi perombakan pada X3X, yang lebih terfokuskan pada kegiatan *freedive* (selam bebas). Sehingga berevolusi menjadi X3X *Freediving Community* Lampung. Novan Jepe ditunjuk menjadi ketua X3X pertama kalinya. (Diolah dari Laman Facebook X3X *Freediving* Lampung).

X3X merupakan akronim dari *Xtra Xtreme Xploration*, yang memiliki makna sebagai eksplorasi alam bawah laut dengan cara yang ekstra ekstrem atau super ekstrem dengan cara *freediving* atau selam bebas. Pada mulanya komunitas ini akan menggunakan nama XXX, namun penggunaan nama XXX dirasa akan menimbulkan sensasi dan kontroversi maka para pendiri memutuskan untuk mengganti huruf “X” ditengah menjadi angka 3. Sehingga nama XXX pun berubah menjadi X3X sebagai hasil keputusan bersama para pendiri. (Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

Saat ini X3X *Freediving* memiliki 20 orang anggota. Jumlah tersebut sudah mencakup anggota senior (anggota lama) maupun anggota junior (anggota baru). Jumlah ini belum bertambah lagi hingga peneliti selesai melakukan penelitian terhadap X3X *Freediving* Lampung. Anggota X3X *Freediving* Lampung terdiri dari berbagai macam usia dan latar belakang. Rata-rata dari mereka bergabung karena tergiur saat melihat anggota-anggota X3X *Freediving* Lampung yang sudah lebih dulu bergabung melakukan latihan di kolam renang Unila.

Seiring dengan perkembangan teknologi, komunitas X3X *Freediving* Lampung pun memiliki beberapa akun media sosial yang dapat diakses melalui gadget dengan mudah. Akun-akun tersebut antara lain *facebook*, *instagram* dan *twitter*. Media sosial yang dimiliki oleh komunitas X3X *Freediving* Lampung biasanya digunakan untuk saling berdiskusi dan bertukar informasi mengenai selam bebas (*freediving*) berupa jadwal latihan di kolam renang Unila maupun *open water* di laut, teknik *freediving*, *spot-spot freediving* maupun *spearfishing* serta informasi mengenai jual beli alat selam yang kini tidak lagi sulit untuk mendapatkannya di

Indonesia. Akun-akun media sosial X3X *Freediving* Lampung dapat diakses melalui alamat grup *facebook* yakni X3X (*freediving community*), *twitter* : @X3X_Freediving serta akun *instagram* : @x3xfreediving.

(Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

4.2 Visi dan Misi X3X *Freediving* Lampung

Adapun Visi dan Misi X3X *Freediving* Lampung yaitu:

Visi :

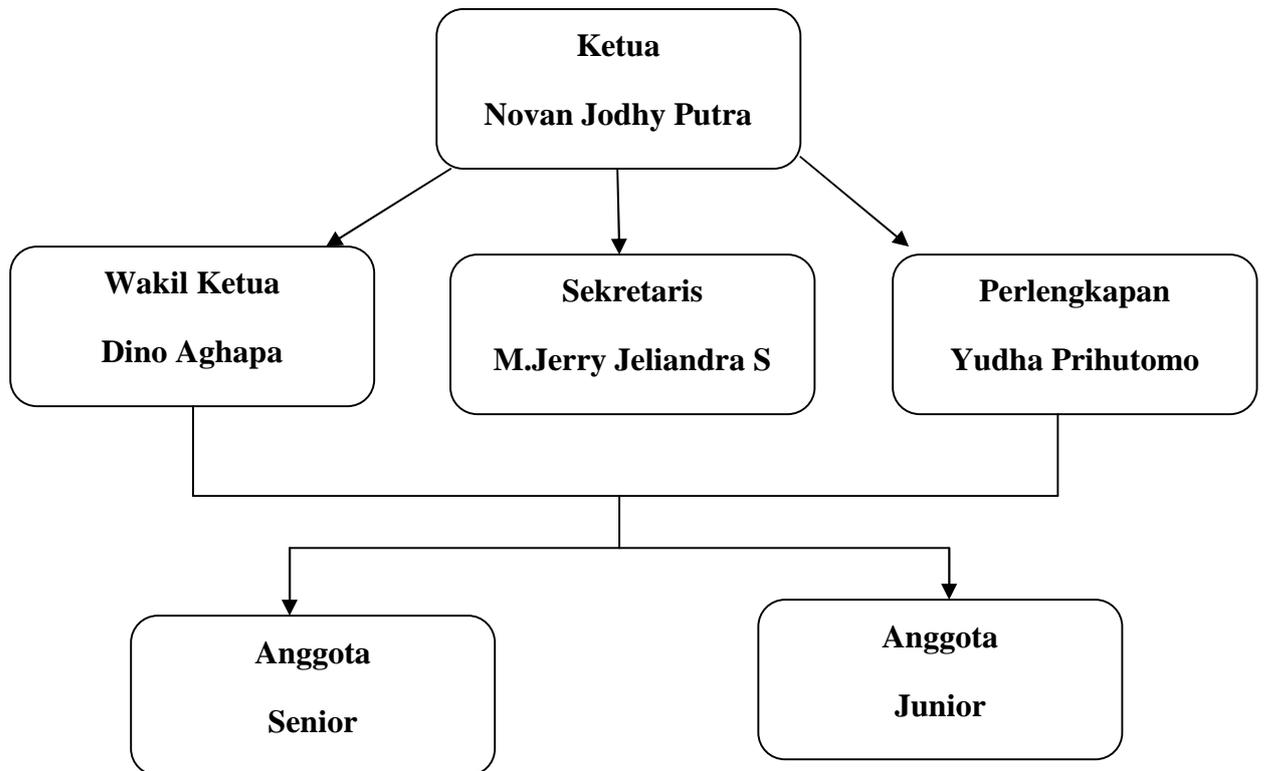
“Dive Deeper, Stay Longer, Become Safer and Never Freedive Alone.”

Misi :

- a. Memperkenalkan dan memajukan *freediving* khususnya di wilayah Lampung.
- b. Membagi ilmu mengenai teknik serta *rescue freediving* yang benar.
- c. Memberi pemahaman kepada masyarakat cara lain untuk menikmati kekayaan alam bawah laut di Lampung.
- d. Menjadi wadah generasi muda untuk mengekspresikan ide-ide pelestarian alam bawah laut di wilayah Lampung.

(Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

4.3 Struktur Kepengurusan X3X *Freediving* Lampung



Bagan 2. Struktur Kepengurusan X3X *Freediving* Lampung

(Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

4.4 Event X3X *Freediving* Lampung

Event di berbagai tempat yang pernah diikuti maupun diadakan oleh X3X

Freediving Lampung diantaranya :

1. The Jambore Of *Freediver* Indonesia at Pulau Melinjo
2. Festival Krakatau 2014 dan 2015
3. *Open Water* Satunafas Jakarta with X3X *Freediving* Lampung at Pahawang
4. *Open Water* at Tunda Island
5. *Open Water* and *Fun Trip* at kepulauan Andalas, dll.

(Sumber: Diolah dari hasil wawancara dengan informan penelitian tahun 2015)

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pesan gestural dan postural dalam pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung dapat disimpulkan bahwa pesan non verbal berupa pesan gestural dan postural merupakan satu-satunya alat komunikasi yang dapat digunakan pada saat praktik selam bebas (*freediving*). Sebab ketika berada di dalam air pesan verbal tidak memungkinkan untuk digunakan untuk berkomunikasi. Keberhasilan komunikasi dalam praktik pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula ditentukan oleh pemahaman isyarat-isyarat gerakan sebagian maupun keseluruhan anggota tubuh yang telah disepakati bersama serta pemahaman terhadap teknik-teknik dasar penyelaman.

Adapun yang tergolong pada pesan gestural dan postural dalam penelitian ini antara lain :

1. Pesan Gestural

Gerakan tangan dalam praktik selam bebas (*freediving*) mengacu pada isyarat-isyarat tangan untuk menyampaikan suatu pesan. Isyarat-isyarat tangan tersebut terdapat dua jenis yakni isyarat tangan standar internasional dan isyarat tangan hasil modifikasi yang disesuaikan dengan kondisi pada saat pelatihan selam bebas. Terdapat 4 isyarat tangan hasil pengembangan di lapangan serta terdapat 2

isyarat tangan baku internasional yang digunakan oleh komunitas X3X *Freediving* Lampung pada saat pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula. Hal ini dapat dikatakan bahwa gerakan tangan tersebut menggantikan pesan verbal yang disampaikan pelatih terhadap peserta dalam pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula. Pada pelatihan selam bebas untuk pemula, makna pesan gestural atau gerakan sebagian anggota tubuh berupa gerakan tangan yang disampaikan oleh pelatih dapat dimengerti dan dipahami dengan baik oleh peserta.

2. Pesan Postural

Pesan postural lebih berkenaan pada keseluruhan anggota badan. Dalam praktik pelatihan selam bebas pesan postural mengarah ke seluruh gerakan tubuh yang menjadi satu kesatuan makna, digunakan pelatih saat memberikan penjelasan pada pra dan pasca pelatihan. Gerakan-gerakan tersebut tidak mengarah pada pencitraan diri terhadap orang lain, namun berfungsi sebagai pengganti pesan verbal untuk menyampaikan suatu instruksi atau pesan. Sedangkan saat pelatihan seluruh praktik teknik – teknik dasar selam bebas yakni *equalizing*, *duckdive*, *static apnea* dan *rescue* yang dilakukan sepenuhnya di dalam air tergolong dalam pesan postural.

Secara umum praktik pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula di Komunitas X3X *Freediving* Lampung, pesan-pesan yang disampaikan menggunakan pesan verbal dan non verbal. Pesan verbal digunakan pada pra dan pasca pelatihan selam bebas. Namun, hal tersebut tidak menjadi fokus penelitian. Sehingga tidak dibahas lebih mendalam. Sedangkan pesan non verbal berupa gestural dan postural digunakan pada saat praktik pelatihan penyelaman dengan

kondisi di dalam air. Kurangnya pemahaman terhadap isyarat-isyarat tangan yang telah disepakati dapat menimbulkan kesalahan pemaknaan pada pesan yang disampaikan. Serta kurangnya pemahaman terhadap teknik-teknik dasar selam bebas yang terdiri dari *equalizing*, *duckdive*, *apnea* dan *rescue* dapat membahayakan keselamatan penyelam.

6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pesan gestural dalam pelatihan selam bebas (*freediving*) untuk pemula pada Komunitas X3X *Freediving* Lampung penulis ingin menyampaikan beberapa saran, yaitu :

1. Sebaiknya latihan *freediving* rutin Komunitas X3X *Freediving* Lampung ditingkatkan. Agar anggota baru dapat segera mengerti, memahami dan menguasai teknik-teknik dasar *freediving*. Serta menghindari kekecewaan anggota baru yang telah datang sesuai jadwal yang telah ditentukan, namun ternyata pada hari tersebut X3X tidak mengadakan latihan tanpa memberitahukan informasinya terlebih dahulu kepada para anggota baru.
2. Pelatihan selam bebas (*freediving*) dapat dijadikan salah satu media pembelajaran mahasiswa ilmu komunikasi yang lebih mendalam. Khususnya komunikasi nonverbal berupa pesan gestural dan pesan postural dengan lebih menyenangkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexis S.Tan. 1981. *Mass Communication Theories and Research*. Colombus. Ohio Grid Publishing Company
- Arifin, Anwar. 1984. *Strategi Komunikasi: Suatu Pengantar Ringkas*. Bandung: Armico
- Aw, Suranto. 2010. *Komunikasi Sosial Budaya*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Bales, Robert F. 1950. *Interaction Process Analysis: A Method for the Study of Small Groups*. Cambridge: Addison-Wesley
- Budyatna, Muhammad, Leila Mona Ganiem. 2012. *Teori Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Bungin, Burhan. 2007. *Penelitian Kualitatif*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Cangara, Hafied. 1998. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada
- Croskey, M.C. 1996. *Teori Komunikasi*. Gramedia. Jakarta.
- Cutlip, Scott M. et al. 2006. *Effective Public Relations*. Kencana. Jakarta.
- Devito, Joseph.A. 1989. *Communicology : An Introduction to the Study Of Communication*. Harper & Row, Publishing. New York-London.
- Devito, Joseph.A. 2011. *Komunikasi Antar Manusia*. Jakarta. Karisma Publishing Group.
- Djamaludin, Azwir. 2004. *Diktat Kuliah Komunikasi Antarpribadi*. Fakultas Ilmu Komunikasi. Universitas Maestopo. Jakarta.
- Effendy, Onong Uchjana. 2003. *Ilmu Komunikasi : Ilmu, Teori Dan Filsafat Komunikasi*. Bandung : PT. Citra Aditya Bakti.
- Littlejohn. 1999. *Theories of Human Communication*. Belmont. California: Wadsworth Publishing Company
- Maas, Terry. 2000. *Freedive! A Complete Guide to Breath-Hold Diving*. England : Technosports.

- Moleong, J.Lexy. 2000. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Morissan, M.A dan Wardhany A.C. 2009. *Teori Komunikasi*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Mukhtar. 2013. *Metode Praktis Penelitian Deskriptif Kualitatif*. Jakarta : Referensi (GP Press Group).
- Mulyana, Deddy. 2002. *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Pelizzari, Umberto. 2004. *Manual of Freediving, Underwater on a Single Breath*. England : Idelson Gnocchi Pub.
- Rakhmat, Jalaludin. 2004. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Rohim, Syaiful. 2009. *Teori Komunikasi Perspektif, Ragam dan Aplikasi*. PT. Rineka Cipta. Jakarta
- Santoso, Edi, Mite Setiansah. 2012. *Teori Komunikasi*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Schutz, W. D. 1966. *The Interpersonal Underworld*. Palo Alto: Science and Behavior Books
- Sihabudin, Ahmad. 2013. *Komunikasi Antarbudaya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Stewart, I.Tubbs. 2000. *Human Communication*. CV Rajawali. Jakarta.
- Supratiknya, A. 1993. *Komunikasi Antarpribadi (Tinjauan Psikologis)*. Komisisus. Yogyakarta.
- Widjaja, AW. 2000. *Ilmu Komunikasi Pengantar Studi*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Wiyanto. 2006. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. PT Grafindo. Jakarta.

Internet :

<http://www.diversoftheworld.com/2012/17/freedivingmenyelam-bebas-tanpa.html>
diakses pada 20 Januari 2013, pukul 11:19 WIB

<http://freedivingexplained.com/> diakses pada 16 Mei 2014, pukul 19:24 WIB

<http://www.freedivingworld.com> diakses pada 10 November 2013, pukul 12:04 WIB

<http://www.aidainternational.org/freediving> diakses pada 4 Juni 2015, pukul 18:30 WIB

Skripsi atau Jurnal :

Pratama, Bastian Verdi. 2012. *Analisis Komunikasi Nonverbal Sesama Penyelam (Studi pada Klub Selam Anemon Jurusan Biologi FMIPA Unila)*.

Putri, Intan. 2014. *Analisis Makna Kinesik Pesulap Dalam Pertunjukan Sulap Klasik (Studi Komunikasi Non Verbal Pada Ray Antilogic dari 3Logic)*.

Semple, Mike. 2011. *The World Of Freediving*.

Septian, Rahmad. *Menyelam*.

http://www.coremap.or.id/downloads/MENYELAM_1158562081.pdf. (Diunggah Pada September 2009. Diakses pada 25 April 2016, pukul 19:15 WIB)