

202210040311085
Mahesa Bima Putra
Prodi Ilmu Komunikasi

**Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari
(Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Program Studi Ilmu Komunikasi
Sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Ilmu Komunikasi



Mahesa Bima Putra
202210040311085

Dosen Pembimbing :
Sugeng Winarno, S. Sos, MA

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN POLITIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2026**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

SKRIPSI

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Mahesa Bima Putra
202210040311085

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
dan dinyatakan

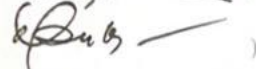
L U L U S

Sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana (SI) Ilmu Komunikasi

Rabu, 15 Juli 2026

Dihadapan Dewan Penguji

Dewan Penguji :

1. Widiya Yutanti, M.A (Hons) ()
2. Nasrullah, M.Si, Ph.D ()
3. Sugeng Winarno, S.Sos, MA ()

Mengetahui
Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari
(Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)

Diajukan Oleh :

MAHESA BIMA PUTRA

202210040311085

Telah disetujui
Rabu / 15 Juli 2026

Pembimbing I



Sugeng Winarno, S.Sos, MA

Wakil Dekan I



Novin Farid Styowibowo, M.Si.

Ketua Program Studi
Ilmu Komunikasi



Novin Farid Styowibowo, M.Si.

PERNYATAAN UNTUK PROSES IJAZAH S1 UMM



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



PERNYATAAN UNTUK PROSES IJAZAH S1 UMM

- | | |
|---|--|
| 1. Tahun ajar | : 2022 |
| 2. Semester Ajar | : 8 (VIII) |
| 3. No. Induk Mahasiswa | : 202210040311085 |
| 4. Nama Lengkap (sesuai Ijazah) | : Mahesa Bima Putra |
| 5. Jenis Kelamin | : Laki-Laki |
| 6. Tempat Lahir | : Tanjung Pandan |
| 7. Tanggal Lahir | : 3 Februari 2003 |
| 8. Nomer Induk Kependudukan (NIK) | : 1902010302030007 |
| 9. Nomor Handphone / WA | : 085190464799 |
| 10. e-mail adress | : bimaputra915@gmail.com |
| 11. Alamat Asal (<i>di isi sesuai KTP / KK</i>) | : JL. LETTU MAD DAUD RT 15 RW 08 |
| 12. Kota/Kabupaten Asal | : Belitung |
| 13. Nama Orang Tua | |
| Ayah | : Pius Agung Pranggono |
| Ibu | : Rina Oktiana (Alm) |
| 14. Judul Skripsi | : Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang) |
| 15. Nomer SK Pembimbing (kosongi) | : |
| 16. Tanggal SK Pembimbing (kosongi) | : |
| 17. Dosen Pembimbing 1 | : Sugeng Winarno, S. Sos, MA |
| Dosen Pembimbing 2 | : |

Biodata tersebut diisi dengan sebenar-benarnya sesuai data-data saya, dan saya tidak akan mengajukan perubahan terhadap data yang saya tulis di atas

Malang, 29 Juni 2026

Mahesa Bima Putra



Kampus I
Jl. Randung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Rendungan Sutami No 188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 582 080

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 248 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id

LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



PERATURAN REKTOR NOMOR 2 TAHUN 2017-11-29

TENTANG

PELAKSANAAN DETEKSI PLAGIASI PADA KARYA TULIS ILMIAH DOSEN DAN
MAHASISWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI

Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari
(Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)

Oleh:

Mahesa Bima Putra

Nama : Mahesa Bima Putra

NIM : 202210040311085

Telah memenuhi persyaratan untuk dilakukan deteksi plagiasi

Menyetujui,

Malang, 29 Juni 2026

Pembimbing I/Promotor

Sugeng Winarno, S. Sos, MA

NIP : 10399110354



Kampus I
Jl. Bawendang 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Hunting)
F. +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bawendang Sudani No. 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 140 (Hunting)
F. +62 341 562 080

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Hunting)
F. +62 341 460 435
E. webmaster@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN BEBAS KULIAH



*) Coret yang tidak perlu

UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



SURAT KETERANGAN

Nomor : E.6.e/ /FISIP-UMM/VI/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Malang, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa mahasiswa:

NAMA : Mahesa Bima Putra
NIM : 202210040311085
Program Studi : Ilmu Komunikasi

Adalah benar-benar telah menyelesaikan semua mata kuliah pada program S-1 pada semester 8(VII) tahun akademik 2025/2026 dan dinyatakan **BEBAS KULIAH**

Demikin surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan seperlunya.

Malang, 29 Juni 2026

Ketua Program Studi

Novin Farid Styo Wibowo, M.Si



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Hunting)
F. +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutani No 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 148 (Hunting)
F. +62 341 582 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Hunting)
F. +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id

SURAT PERNYATAAN



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG

SURAT PERNYATAAN



Yang Bertandatangan di bawah ini :

Nama : Mahesa Bima Putra

NIM : 202210040311085

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Malang



Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa

1. Tugas Akhir dengan Judul :

Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari
(Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)

adalah hasil karya saya dan dalam naskah tugas akhir ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian ataupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

2. Apabila ternyata di dalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, Saya bersedia TUGAS AKHIR INI DIGUGURKAN dan GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.

3. Tugas akhir ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 29 Juni 2026

Yang Menyatakan,

Mahesa Bima Putra



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Hunting)
F. +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 149 (Hunting)
F. +62 341 562 080

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Hunting)
F. +62 341 460 435
E. webmaster@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN SIAP DIUJI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



SURAT KETERANGAN

Nomor : E.6.e/ /FISIP-UMM/ VI/2026

Bersama ini kami sampaikan bahwa, mahasiswa:

Nama	: Mahesa Bima Putra
No. Induk Mahasiswa	: 202210040311085
Program Studi	: Ilmu Komunikasi
Judul Skripsi	: Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)

Telah melakukan bimbingan Tugas Akhir dan **Siap Diuji**. Demikian, atas perhatiannya kami ucapkan banyak terima kasih

Malang , 29 Juni 2026

Dosen Pembimbing

Sugeng Winarno, S. Sos, MA



Kampus I
Jl. Blandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No 188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 562 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



Lembar Persetujuan Skripsi

Nama : Mahesa Bima Putra
NIM : 202210040311085
Jurusan : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari
(Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)

Disetujui,
Pembimbing

Sugeng Winarno, S. Sos, MA

Mengetahui,
Ketua Prodi Ilmu Komunikasi

Novin Farid Styowibowo, M.Si



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Hunting)
F. +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No. 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 149 (Hunting)
F. +62 341 562 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Hunting)
F. +62 341 460 435
E. webmaster@umm.ac.id

BERITA ACARA SEMINAR HASIL SKRIPSI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



BERITA ACARA SEMINAR HASIL SKRIPSI

Pada hari Selasa, 23 Juni 2026

Pukul 19.00 WIB

Telah dilaksanakan Seminar Hasil oleh :

Nama Peneliti	Mahesa Bima Putra
NIM	202210040311085
Konsentrasi Studi	Ilmu Komunikasi
Fakultas	Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Judul Skripsi	Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)
Pembimbing	Sugeng Winarno, S. Sos, MA
Dosen Penguji 1	Dr. Nasrullah, M.Si., Ph.D.

Seminar Hasil dilakukan secara daring (*Online*) melalui *platform* Zoom Meeting
Dihadiri oleh Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji 1 dan sejumlah 20 Mahasiswa
(Daftar Hadir terlampir). Penyajian Seminar Hasil dinyatakan LULUS/ ~~TIDAK LULUS~~

Malang, 26 Juni 2026

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji

Sugeng Winarno, S. Sos, MA

Dr. Nasrullah, M.Si., Ph.D.

Mengetahui, Kaprodi/Sekprodi Ilmu
Komunikasi.

Novin Farid Styowibowo, M.Si



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutami No 188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 562 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 248 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 319 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id

DAFTAR HADIR PESERTA SEMINAR HASIL SKRIPSI



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



DAFTAR HADIR PESERTA SEMINAR HASIL SKRIPSI

No.	Nama Lengkap	NIM	Instansi	Program Studi
1	Chintya Adelia Supryadi	202210040311173	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
2	Bagas Wahyu Kurniawan	202210040311218	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
3	Mochamad Patra Maulana Hamzah	202210040311228	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
4	Milzam Wahyu Hisbu Adli	202210040311262	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
5	Auzan Qashmal Rahman Mahendra	202210040311185	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
6	Dara Ayu Novinda	202210040311332	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
7	Fachmy Fahd Amry	202210040311066	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
8	Hernando Yoga Pratama	202210040311170	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
9	Mohammad Rizky	202210040311203	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
10	Nicola Adi Saputra	202210040311093	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
11	Chairul Annam	202210040311030	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
12	Dhiyaul Haq Ridha	202210040311260	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
13	Aldy Febrian'syah Suherman	202210040311250	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
14	Caska Eka Saputra	202210040311180	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
15	Candra Ari Kusuma	202210040311265	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
16	Muhammad Maftuh Choiron	202210040311126	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
17	Verro Bhermadi Ichmawan	202210040311257	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
18	Muhammad Yovie Rizki Syahrini Fatah	202210040311063	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
19	Manzila Nurul Istiqomah	202210040311402	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi
20	Hafis Rahman	202210040311178	Universitas Muhammadiyah Malang	Ilmu Komunikasi

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI



Kampus I
 Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 551 253 (Hunting)
 F. +62 341 460 435

Kampus II
 Jl. Bendungan Sutarni No. 188 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 551 149 (Hunting)
 F. +62 341 582 060

Kampus III
 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 464 318 (Hunting)
 F. +62 341 460 435
 E. webmaster@umm.ac.id

BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI



UNIVERSITAS
 MUHAMMADIYAH
 MALANG



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

1. Nama : Mahesa Bima Putra
2. NIM : 202210040311085
3. Program Studi : Ilmu Komunikasi
4. Fakultas : Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
5. Judul Penelitian : Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)
6. Pembimbing : Sugeng Winarno, S. Sos, MA
7. Kronologi Bimbingan :

Tanggal	Keterangan	Paraf Pembimbing
28/11/2025	Seminar Proposal	
02/03/2026	Bimbingan pertama setelah Seminar Proposal	
05/03/2026	Konsultasi bab II	
20/04/2026	Konsultasi bab II, III	
27/04/2026	Konsultasi bab III	
25/05/2026	Konsultasi bab IV,V	
11/06/2026	Konsultasi bab VI	
12/06/2026	ACC untuk Seminar Hasil	
23/06/2026	Seminar Hasil	

Malang, 26 Juni 2026

Sugeng Winarno, S. Sos, MA



Kampus I
 Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 551 253 (Hunting)
 F: +62 341 460 435

Kampus II
 Jl. Bendungan Sutani No. 188 Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 551 149 (Hunting)
 F: +62 341 582 060

Kampus III
 Jl. Raya Tlogomas No. 246 Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 464 318 (Hunting)
 F: +62 341 460 435
 E: webmaster@umm.ac.id

TANDA TERIMA PLAGIASI



PROGRAM STUDI
ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Tanda Terima
Plagiasi

Nama : Mahesa Bima Putra
NIM : 202210040311085

Hasil Plagiasi : 29/6

BAB I	6			
BAB II	0			
BAB III	13			

BAB IV	8			
BAB V	18			
BAB VI	17			

Malang, 29 Juni 2026
Admin Plagiasi Prodi,

PROGRAM STUDI
ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG



ABSTRAK

ABSTRAK

Mahesa Bima Putra. NIM. 202210040311085. Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi pada Anggota Komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang). Skripsi.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Penggunaan Strava dikaji menggunakan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) yang mencakup empat dimensi *affordances*, yaitu *visibility*, *persistence*, *editability*, dan *association*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif eksplanatori dan desain *cross-sectional*. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Krejcie & Morgan berdasarkan jumlah populasi penelitian, sedangkan teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Penelitian melibatkan 213 responden yang merupakan anggota komunitas Me Against Me (MAM). Data dikumpulkan melalui kuesioner berskala Likert 1–5 dan dianalisis menggunakan regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS versi 27.

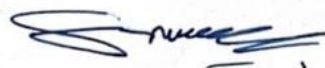
Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari, dengan nilai korelasi Pearson sebesar 0,910 ($p = 0,001$) yang menunjukkan hubungan sangat kuat antara kedua variabel. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,827 menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava mampu menjelaskan 82,7% variasi partisipasi olahraga lari, sedangkan sisanya sebesar 17,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Selain itu, koefisien regresi sebesar 0,852 dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa setiap peningkatan penggunaan aplikasi Strava diikuti oleh peningkatan partisipasi olahraga lari, sehingga hipotesis penelitian (H_1) diterima. Dimensi *association* dan *persistence* merupakan dimensi yang paling dominan dirasakan manfaatnya oleh anggota komunitas berdasarkan data dari kuesioner. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Strava tidak hanya berfungsi sebagai aplikasi pelacak aktivitas olahraga, tetapi juga sebagai media komunikasi digital yang mendukung interaksi sosial, motivasi, dan keterlibatan anggota komunitas dalam aktivitas olahraga lari.

Kata kunci: Strava, partisipasi olahraga lari, *Social Media Affordances Theory*, komunikasi digital, komunitas lari.

Malang, (12 Juni 2026)

Dosen Pembimbing

Penulis



(Sugeng Winarno, S.Sos, MA)



(Mahesa Bima Putra)

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil ‘alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, kesehatan, kekuatan, serta kemudahan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava Terhadap Partisipasi Olahraga Lari (Studi Pada Anggota Komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang)” dengan baik. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju zaman yang penuh ilmu pengetahuan dan keberkahan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Hal tersebut tidak terlepas dari keterbatasan pengetahuan, pengalaman, serta kemampuan yang dimiliki oleh penulis. Namun demikian, dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis memperoleh banyak bantuan, dukungan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala rahmat, kasih sayang, kesehatan, kemudahan, dan pertolongan-Nya yang tidak pernah putus. Di setiap proses, kesulitan, keraguan, hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan, penulis meyakini bahwa semua terjadi atas izin dan kehendak-Nya.
2. Bapak Sugeng Winarno, S. Sos, MA selaku dosen pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan arahan, masukan, bimbingan, serta motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, dan ilmu yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Setiap saran dan kritik yang diberikan menjadi bekal yang sangat berharga dalam penyempurnaan skripsi ini maupun dalam proses belajar penulis sebagai seorang mahasiswa.
3. Kedua orang tua serta seluruh keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, serta semangat yang tidak pernah berhenti kepada penulis. Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih kepada Mbah Putri, Mbah Kung, Paklek Bambang, dan Bulek Retno yang selalu memberikan perhatian, motivasi, dan doa terbaik sehingga penulis mampu menyelesaikan perjalanan akademik ini.

4. Seseorang yang sangat berarti dalam perjalanan penyusunan skripsi ini, Dinda Putri Astrilia, yang selalu hadir memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta dorongan kepada penulis untuk terus bangkit ketika merasa lelah dan ingin menyerah. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, mendengarkan setiap keluh kesah, serta selalu percaya bahwa penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Kehadiranmu menjadi salah satu alasan penulis dapat terus melangkah hingga titik ini.
5. Seluruh sahabat dan teman-teman yang telah menemani perjalanan penulis selama kurang lebih empat tahun masa perkuliahan. Terima kasih kepada Fachmy dan Yovie, serta keluarga HIKAM yang terdiri dari Alif, Irfan, Boy, Baim, Gathfan, Irsyad, Naufal, Daffa, Nicola, Candra, Aska, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu. Terima kasih atas kebersamaan, canda tawa, pengalaman, dukungan, serta berbagai kenangan yang telah menjadi bagian berharga selama menjalani kehidupan di bangku perkuliahan. Semoga persahabatan ini tetap terjaga dan kita semua diberikan kesuksesan di jalan masing-masing.
6. Terakhir, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri. Terima kasih karena telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah meskipun ada banyak rasa lelah, keraguan, tekanan, dan berbagai tantangan yang datang selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena selalu berusaha bangkit setiap kali merasa gagal, terus belajar ketika merasa belum mampu, dan tetap melangkah meskipun terkadang harus berjalan pelan. Perjalanan ini bukanlah perjalanan yang mudah, tetapi setiap proses telah membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih kuat, lebih sabar, dan lebih menghargai setiap pencapaian sekecil apa pun. Semoga keberanian untuk terus berjuang ini menjadi awal dari langkah-langkah besar berikutnya dalam kehidupan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ilmiah ini di masa mendatang. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Ilmu Komunikasi, maupun bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

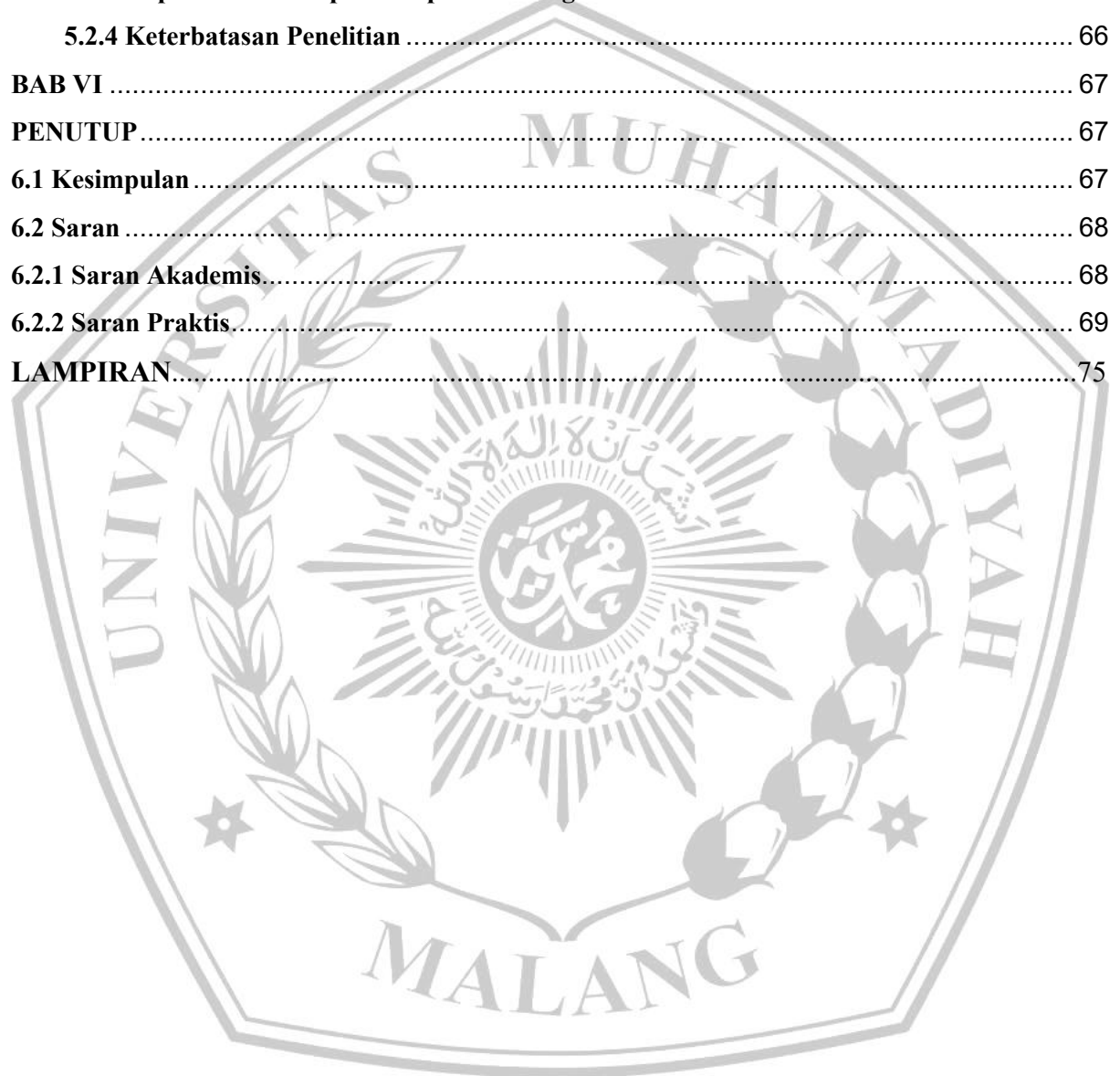
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatu

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN UNTUK PROSES IJAZAH S1 UMM.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN DETEKSI PLAGIASI.....	v
SURAT KETERANGAN BEBAS KULIAH.....	vi
SURAT PERNYATAAN.....	vii
SURAT KETERANGAN SIAP DIUJI.....	viii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ix
BERITA ACARA SEMINAR HASIL SKRIPSI.....	x
DAFTAR HADIR PESERTA SEMINAR HASIL SKRIPSI.....	xi
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI.....	xii
TANDA TERIMA PLAGIASI.....	xiii
KATA PENGANTAR.....	xv
DAFTAR ISI.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR.....	xxi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxii
DAFTAR PUSTAKA.....	xxiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Landasan Teori.....	6
2.1.1 Social Media Affordances Theory.....	6
2.1.2 Aplikasi Strava.....	8
2.1.3 Komunitas Olahraga Lari.....	12
2.2 Penelitian Terdahulu.....	21
2.3 Definisi Operasional Variabel.....	23
2.4 Kerangka Konseptual.....	25

2.5 Hipotesis.....	26
BAB III	27
METODE PENELITIAN	27
3.1 Pendekatan Penelitian.....	27
3.2 Tipe/ Jenis dan dasar penelitian.....	27
3.3 Tempat dan waktu penelitian	27
3.4 Populasi dan sampel.....	28
3.4.1 Populasi.....	28
3.4.2 Sampel	28
3.6 Teknik pengumpulan data.....	31
3.7 Teknis analisis data.....	33
3.7.3 Uji Hipotesis 1	35
c. Kriteria Pengambilan Keputusan.....	35
3.7.4 Uji Hipotesis 2	36
3.8 Keabsahan Data.....	37
BAB IV	38
GAMBARAN OBJEK PENELITIAN.....	38
4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian	38
4.1.1 Profil Umum Objek Penelitian	38
4.1.2 Gambaran Umum Penggunaan Aplikasi Strava pada Komunitas Me Against Me (MAM)	39
4.1.3 Karakteristik Responden.....	40
4.2 Gambaran Aktivitas Komunitas Me Against Me (MAM)	40
4.3 Gambaran Hubungan Komunitas dan Media Digital	41
BAB V.....	42
5.1 Hasil Penelitian	42
5.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	42
5.1.2 Karakteristik Responden	42
5.1.3 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Penggunaan Aplikasi Strava (X).....	45
A. Visibility	45
B. Persistence.....	47
C. Editability.....	48
D. Association	49
5.1.4 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Partisipasi Olahraga Lari (Y).....	51
5.1.5 Uji Validitas	54
5.1.6 Uji Reliabilitas	55

5.1.7 Uji Asumsi Klasik	56
A. Uji Normalitas.....	56
B. Uji Linearitas.....	58
5.1.8 Uji Hipotesis	60
5.2.1 Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava terhadap Partisipasi Olahraga Lari.....	63
5.2.2 Makna Affordances Strava dalam Konteks Komunitas MAM	64
5.2.3 Implikasi terhadap Partisipasi Olahraga Lari.....	65
5.2.4 Keterbatasan Penelitian	66
BAB VI	67
PENUTUP	67
6.1 Kesimpulan	67
6.2 Saran	68
6.2.1 Saran Akademis.....	68
6.2.2 Saran Praktis.....	69
LAMPIRAN	75



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu	21
Tabel 3.1 Interpretasi Nilai Korelasi	35
Tabel 3.2 Keputusan dan Syarat	36
Tabel 5.1 Karakteristik Responden	42
Tabel 5.2 Item Pertanyaan Visibility	45
Tabel 5.3 Item Pertanyaan Persistence	47
Tabel 5.4 Item Pertanyaan Editability	48
Tabel 5.5 Item Pertanyaan Association	49
Tabel 5.6 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Partisipan Olahraga Lari (Y)	51
Tabel 5.7 Uji Validitas Variabel X (Penggunaan Aplikasi Strava)	54
Tabel 5.8 Uji Validitas Variabel Y (Partisipasi Olahraga Lari)	55
Tabel 5.9 Uji Reliabilitas	56
Tabel 5.10 Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov	57
Tabel 5.11 ANOVA Uji Linearitas	59
Tabel 5.12 Uji Heteroskedastisitas (Uji Glejser)	60
Tabel 5.13 Uji Korelasi Pearson	61
Tabel 5.14 Model Summary (Koefisien Determinasi)	62
Tabel 5.15 Uji t (Coefficients)	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	26
Gambar 3.1 Rumus Korelasi Pearson	35
Gambar 5.1 Grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual.....	58



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Jawaban Kuesioner.....	75
Lampiran B Pedoman Wawancara.....	85
Lampiran C Transkrips Wawancara.....	87
Lampiran D Dokumentasi Wawancara.....	91
Lampiran E Dokumentasi Komunitas.....	92
Lampiran F Dokumentasi Kegiatan.....	96



DAFTAR PUSTAKA

- Alshawmar, M., et al. (2025). Affordance actualization and post-adoption perceived usefulness: An investigation of the continued use of fitness apps. *Systems*, 13(8), 652. <https://www.mdpi.com/2079-8954/13/8/652>
- Andersen, J. J. (2019). Marathon statistics 2019 worldwide. RunRepeat. <https://runrepeat.com/research-marathon-performance-across-nations>
- Antoro, B. T. B., & Putro, A. B. (2024). Overview of the runners at the 2022 Pocari Sweat Run. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.26740/ijok.v4n1.p1-7>
- Badan Pusat Statistik. (2025). Persentase penduduk usia muda (15–24 tahun) yang tidak bersekolah, tidak bekerja, dan tidak mengikuti pelatihan (NEET) – Februari 2025. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTE4NiMy/percentage-of-youth--aged-15-24-years--not-in-education--employment-or-training--neet-.html>
- Badan Pusat Statistik Kota Malang. (2025). Persentase penduduk usia muda (15–24) yang tidak bersekolah, tidak bekerja, dan tidak mengikuti pelatihan (NEET) Kota Malang. Diakses dari <https://malangkota.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTE5IzI=/persentase-penduduk-usia-muda-15-24-yang-tidak-bersekolah-tidak-bekerja-dan-tidak-mengikuti-pelatihan-neet-kota-malang-jawa-timur-dan-indonesia.html>
- Business of Apps. (2026). Strava revenue and usage statistics. <https://www.businessofapps.com/data/strava-statistics/>
- Chen, X., et al. (2024). Being there and being with them: The effects of visibility affordance of online short fitness video on users' intention to cloud fitness. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1267502/full>
- De La Cruz, E., Zarate, A., Zamarripa, J., Castillo, I., Borbon, C., Duarte, H., & Valenzuela, A. (2021). Grit, self-efficacy, motivation and the readiness to change index toward exercise in the adult population. *Frontiers in Psychology*, 12, 732325. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732325>
- Electroiq. (2024). Strava statistics by revenue, users and region. <https://electroiq.com/stats/strava-statistics/>
- Equal Measures 2030. (2024). 2024 SDG Gender Index. <https://www.equalmeasures2030.org/2024-sdg-gender-index/>

Evans, M. B., McLaren, C., Budziszewski, R., & Gilchrist, J. (2019). When a sense of "we" shapes the sense of "me": Exploring how groups impact running identity and behavior. *Self and Identity*, 18(3), 227-246. <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1436084>

Evans, S. K., Pearce, K. E., Vitak, J., & Treem, J. W. (2017). Explicating affordances: A conceptual framework for understanding affordances in communication research. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 22(1), 35-52. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12180>

Fong, P., Cruwys, T., Robinson, S. L., Haslam, S. A., Haslam, C., Mance, P. L., & Fisher, C. L. (2021). Evidence that loneliness can be reduced by a whole-of-community intervention to increase neighbourhood identification. *Social Science & Medicine*, 277, 113909. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113909>

Franken, R., Bekhuis, H., & Tolsma, J. (2023). Kudos make you run! How runners influence each other on the online social network Strava. *Social Networks*, 72, 151-164. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2022.10.001>

Franken, R., & Wijnhoven, F. (2022). Kudos make you run! How runners influence each other on the online social network Strava. *Social Networks*, 71, 195-209. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2022.09.003>

Haake, S., Quirk, H., & Bullas, A. (2024). The impact of parkrun on life satisfaction and its cost-effectiveness: A six-month study of parkrunners in the United Kingdom. *PLOS Global Public Health*, 4(10), e0003580. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003580>

Hamari, J., & Koivisto, J. (2015). Why do people use gamification services? *International Journal of Information Management*, 35(4), 419-431. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2015.04.006>

Haslam, C., Jetten, J., Cruwys, T., Dingle, G., & Haslam, S. A. (2018). *The new psychology of health: Unlocking the social cure*. Routledge.

IMARC Group. (2026). Indonesia running gear market size, share, trends and forecast by product, gender, distribution channel, and region, 2026-2034. <https://www.imarcgroup.com/indonesia-running-gear-market>

Indo Buddies. (2024). Marathons in Indonesia: Running races 2024-2025. <https://indobuddies.com/java/marathons-in-indonesia-running-races/>

ITDP Indonesia. (2024). Comprehensive planning is a game-changer for walking and cycling in Jakarta. <https://itdp-indonesia.org/2024/01/comprehensive-planning-is-a-game-changer-for-walking-and-cycling-in-jakarta/>

JadwalLari.id. (2025). Malang Night Run 2025. Diakses dari <https://jadwallari.id/events/malang-night-run>

KalenderLari.com. (2025). Jadwal Event Lari Indonesia 2025. Diakses dari <https://kalenderlari.com/jadwal-event-lari-indonesia-2025>

MAM Running Club. (2025). Siksorogo Lawu Ultra: Me Against Me Trail Division. Diakses dari <https://www.instagram.com/mam.clvb> (posting Desember 2025).

Pemerintah Kota Malang. (2024). 1.100 runners enliven Ngalam Heritage Run 2024. <https://malangkota.go.id/en/2024/11/17/1-100-pelari-ramaikan-ngalam-heritage-run-2024/>

Quirk, H., Bullas, A., Haake, S., Goyder, E., Graney, M., Wellington, C., Copeland, R., Reece, L., & Stevinson, C. (2021). Exploring the benefits of participation in community-based running and walking events: A cross-sectional survey of parkrun participants. BMC Public Health, 21(1), 1978. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11986-0>

Rivers, D. J. (2020). Strava as a discursive field of practice: Technological affordances and mediated cycling motivations. Journal of Sport & Social Issues, 44(5), 422–440. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2211695819301576>

Ronzhyn, A., Cardenal, A. S., & Batlle Rubio, A. (2022). Defining affordances in social media research: A literature review. New Media & Society, 25(11), 1–24. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/14614448221135187>

Russell, H. C., Potts, C., & Nelson, E. (2023). "If it's not on Strava it didn't happen": Perceived psychosocial implications of Strava use in collegiate club runners. Recreational Sports Journal, 47(1), 15-25. <https://doi.org/10.1177/15588661221148170>

Sacra. (2023). Strava: The \$265M/year Whole Foods of social networks. <https://sacra.com/research/the-whole-foods-of-social-networks/>

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. Contemporary Educational Psychology, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>

Solidarity Run. (2025). Solidarity Run 2025. Diakses dari <https://solidarityrun.id>

Start.io. (2024). Running enthusiasts in Indonesia audience. <https://www.start.io/audience/running-enthusiasts-in-indonesia>

Statista. (2025). Running equipment market in Indonesia: Market forecast 2025-2029. Statista Market Insights. <https://www.statista.com/outlook/cmo/footwear/running/indonesia>

Stevinson, C., Hickson, M., & Deslandes, A. C. (2022). Outcomes of participation in parkrun, and factors influencing why and how often individuals participate: A systematic review of quantitative studies. BMC Public Health, 22(1), 1303. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13497-w>

Strava. (2025). Year in Sport: Trend Report 2025. Diakses dari <https://press.strava.com/articles/strava-releases-12th-annual-year-in-sport-trend-report-2025>

Sugiyono. (2023). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta. https://uninus.perpust.id/index.php?id=11698&p=show_detail&utm

Times Indonesia. (2026). Buruan Daftar: MAM Running Club Malang Gelar “30 KM TO M.A.R.S”. Diakses dari <https://timesindonesia.co.id/olahraga/577911/buruan-daftar-mam-running-club-malang-gelar-30-km-to-mars-lari-30-km-dari-malang-ke-batu>

Treem, J. W., & Leonardi, P. M. (2013). Social media use in organizations: Exploring the affordances of visibility, editability, persistence, and association. *Annals of the International Communication Association*, 36(1), 143-189. <https://doi.org/10.1080/23808985.2013.11679130>

Yusuf, H., Rachmawati, R., & Sulistyowati, N. (2021). Trends in physical activity among Indonesian adolescents: Results from repeated cross-sectional surveys. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 33(8), 893-898. <https://doi.org/10.1177/10105395211036504>



BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berlari telah menjadi salah satu olahraga paling populer di wilayah perkotaan Indonesia. Seiring meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan fisik dan mental, budaya lari pun berkembang pesat dan melahirkan berbagai komunitas lari yang aktif di berbagai kota besar, termasuk Malang. Pertumbuhan ini juga tercermin dari data pasar: menurut riset yang dipublikasikan oleh *International Market Analysis Research and Consulting* (IMARC) Group (2026), pasar perlengkapan lari Indonesia bernilai USD 561,76 juta pada tahun 2025 dan diproyeksikan mencapai USD 926,88 juta pada tahun 2034, dengan *Compound Annual Growth Rate* (CAGR) sebesar 5,74% per tahun untuk periode 2026–2034.

Pertumbuhan tersebut didorong oleh ekspansi *platform e-commerce*, meningkatnya popularitas event lari, dan kuatnya budaya kebugaran perkotaan yang berorientasi pada gaya hidup sehat. Faktor lain yang tak kalah penting adalah tingginya penetrasi media sosial di Indonesia laporan IMARC Group (2026) mencatat Indonesia sebagai salah satu negara dengan penetrasi media sosial tertinggi di dunia, di mana 92% pengguna mengaku menganggap saran kebugaran dari influencer media sosial sangat bermanfaat.

Salah satu kota yang mencerminkan tren ini secara nyata adalah Malang. Dengan iklim sejuk dan topografi yang kondusif, Malang menjadi tempat tumbuhnya komunitas lari yang hidup dan beragam. Komunitas-komunitas ini hadir dengan orientasi yang berbeda-beda, mulai dari yang berfokus pada kesehatan, persahabatan, hingga kompetisi. Salah satu yang menonjol adalah komunitas *Me Against Me* (MAM), yang mengusung filosofi "bersaing dengan diri sendiri" sebagai motivasi utama anggotanya.

MAM terbukti bukan sekadar komunitas lokal biasa. Divisi Trail MAM berpartisipasi dalam *SikSOROGO Lawu Ultra 2025* (5-7 Desember 2025), di mana anggotanya menaklukkan jalur ekstrem mulai dari 30 KM hingga 120 KM di tengah medan berlumpur dan musim hujan (Instagram @mam.clvb, 2025). Komunitas ini juga menyelenggarakan event internal "30 KM TO M.A.R.S" lari sejauh 30 km dari pusat Kota Malang menuju Kota Batu yang konsepnya dirancang sebagai fun race sekaligus uji mental sesuai filosofi *me against me* (TIMES Indonesia, 2026; Instagram @mam.clvb).

Pertumbuhan komunitas lari di Malang juga didukung oleh berbagai event yang rutin digelar, seperti Malang Night Run 2025 (14 Februari, Lapangan Rampal), EMBA Jetbus Run Malang 10K 2025, Solidarity Run 2025, dan UM Run 2025. Event-event ini berhasil menarik peserta dari luar Malang Raya, termasuk dari Surabaya, Sidoarjo, dan berbagai daerah lain di Jawa Timur (JadwalLari.id, 2025; SolidarityRun.id, 2025). Selain itu, Pemerintah Kota Malang aktif mendukung aktivitas ini melalui penyelenggaraan sekitar 1.000 acara per tahun, menjadikan Malang sebagai kota yang tidak hanya sehat dan kreatif, tetapi juga semakin ramah wisatawan.

Di balik pertumbuhan komunitas lari ini, teknologi digital memainkan peran yang semakin signifikan. Aplikasi pelacak aktivitas berbasis GPS seperti Strava telah mengintegrasikan dunia olahraga, media sosial, dan teknologi dalam satu platform. Diluncurkan pada 2009, Strava kini memiliki lebih dari 180 juta pengguna di lebih dari 185 negara (Strava Press, 2025).

Laporan Strava Year in Sport: Trend Report 2025 menunjukkan bahwa tahun 2025 menjadi tahun rekor untuk gerakan sosial berbasis olahraga. Sepanjang tahun tersebut, tercatat 14 miliar kudos diberikan naik 20% dari tahun sebelumnya dan jumlah klub baru hampir berlipat empat, mencapai total 1 juta klub, dengan running clubs meningkat 3,5 kali lipat. Aktivitas kelompok terbukti mendapatkan engagement jauh lebih tinggi: grouped runs memperoleh dua kali lebih banyak kudos dibandingkan lari solo, dan pelari berlari 40% lebih lama saat bersama kelompok. Tren ini menunjukkan bahwa run club telah menjadi "social hub" baru, terutama bagi Generasi Z (Strava, 2025).

Fenomena ini diperkuat oleh temuan Franken, Bekhuis, dan Tolsma (2023), yang dalam studi terhadap 329 pelari dari lima klub lari virtual di Strava menemukan bahwa pelari yang menerima kudos cenderung berlari lebih banyak dan lebih sering, serta pola berlari antara sesama anggota klub mulai menyerupai satu sama lain dari waktu ke waktu. Ini menunjukkan bahwa Strava bukan hanya alat pelacak kinerja, melainkan juga media komunikasi sosial yang secara nyata memengaruhi perilaku olahraga penggunanya.

Konteks Indonesia memberikan dimensi tersendiri pada fenomena ini. Data dari Start.io (2024) menunjukkan bahwa 62% pelari di Indonesia berusia 18–24 tahun—jauh lebih muda dibanding demografi serupa di Eropa atau Amerika. Sebagai generasi digital native, kelompok usia ini mengadopsi aplikasi seperti Strava secara lebih natural. Hal ini juga sejalan dengan laporan Strava (2025) yang mencatat bahwa Gen Z 75% lebih mungkin dibandingkan Gen X

untuk menyebut race atau event sebagai motivasi utama berolahraga, dengan partisipasi mereka meningkat signifikan di berbagai kategori jarak: 28% di 5K, 39% di 10K, 31% di half-marathon, dan 33% di full marathon.

Meski demikian, terdapat tantangan struktural yang perlu diperhatikan. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat tingkat NEET (Not in Education, Employment, or Training) pemuda usia 15–24 tahun di Jawa Timur pada Februari 2025 sebesar 16,76%, sementara di Kota Malang angkanya mencapai 12,50% pada 2024 (BPS Indonesia, 2025; BPS Kota Malang, 2025). Kondisi ini berimplikasi pada kurangnya keterlibatan pemuda dalam kegiatan positif, termasuk olahraga dan di sinilah komunitas seperti MAM dapat berperan sebagai alternatif yang mendorong keterlibatan aktif generasi muda.

Dalam komunitas MAM, Strava difungsikan sebagai media komunikasi yang memungkinkan anggota memposting hasil latihan, saling memberikan dukungan melalui kudos, memantau perkembangan sesama anggota, dan mengoordinasikan kegiatan lari kelompok. Fitur papan peringkat dan segmen di Strava juga mendorong persaingan sehat yang sejalan dengan filosofi "me against me".

Dari perspektif teori komunikasi, penggunaan Strava dapat dianalisis melalui Social Media Affordances Theory yang dikemukakan oleh Evans, Pearce, Vitak, dan Treem (2017). Teori ini mengidentifikasi empat affordances fundamental platform media sosial, yaitu: visibility (aktivitas anggota terlihat oleh komunitas, menciptakan akuntabilitas sosial), persistence (riwayat aktivitas tersimpan permanen untuk pelacakan progres jangka panjang), editability (pengguna dapat mengelola presentasi diri melalui modifikasi konten), dan association (pembentukan jaringan sosial melalui fitur follow, clubs, dan challenges). Keempat affordances ini secara kolektif membentuk cara anggota komunitas berinteraksi dan termotivasi untuk terus berpartisipasi dalam olahraga lari.

Meskipun penggunaan Strava dalam komunitas lari sudah menjadi hal yang umum, penelitian akademis yang secara khusus mengkaji Strava sebagai media komunikasi komunitas terutama dalam konteks Indonesia masih sangat terbatas. Sebagian besar literatur yang ada lebih berfokus pada aspek pelacakan kinerja atletik, tanpa menyentuh dimensi komunikasi dan pengaruhnya terhadap keterlibatan olahraga dalam lingkungan komunitas lokal. Penelitian sebelumnya, seperti Franken et al. (2023) di Belanda dan Russell, Potts, dan Nelson (2023) di Amerika Serikat, memberikan landasan yang berharga, namun dilakukan di konteks budaya yang berbeda dari Indonesia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis seberapa besar pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Penelitian ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan pengetahuan tentang peran teknologi digital dalam komunikasi komunitas olahraga di Indonesia, sekaligus memberikan rekomendasi praktis bagi pengembangan komunitas lari yang berkelanjutan di era digital.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang?
2. Seberapa besar pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis adakah pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap tingkat partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang, sekaligus memperkaya referensi kajian komunikasi digital mengenai pembentukan komunitas virtual di platform olahraga serta implikasinya terhadap kebiasaan berolahraga masyarakat Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

- **Manfaat Akademis** : Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) dalam konteks aplikasi olahraga digital di Indonesia. Hasil penelitian ini dapat memperkaya pemahaman tentang bagaimana affordances platform media sosial.
- **Manfaat Praktis**,
 1. **Bagi Komunitas Me Against Me (MAM)** : hasil penelitian ini memberikan gambaran fitur Strava yang paling sering dipakai untuk berinteraksi, sehingga komunitas bisa lebih optimal memanfaatkan aplikasi tersebut agar anggota semakin aktif dan saling terhubung.

2. **Bagi Pengembang Strava:** masukan dari pengguna lokal ini bisa jadi evaluasi untuk memperbaiki atau menambah fitur yang sesuai dengan kebiasaan dan kebutuhan pelari Indonesia.
3. **Bagi Pengelola Komunitas:** penelitian ini menyajikan beberapa pola komunikasi yang terbukti efektif di Strava, yang bisa langsung diterapkan untuk meningkatkan engagement dan menarik anggota baru.

1.5 Ruang Lingkup dan Batasan Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini terbatas pada anggota aktif Strava Club komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang, Jawa Timur. Penelitian ini tidak mencakup anggota komunitas lari lain di Kota Malang atau pengguna Strava di luar MAM.

Batasan penelitian meliputi :

- Ukuran sampel yang relatif terbatas karena hanya menargetkan anggota Strava Club Me Against Me (MAM) yang berjumlah 478 orang, sehingga hasil tidak dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi pelari di Kota Malang atau pengguna Strava secara nasional.
- Data partisipasi olahraga lari dan penggunaan Strava sepenuhnya bersumber dari laporan diri responden (self-reported data), yang berpotensi mengandung bias subjektif atau ketidakakuratan ingatan.
- Penelitian bersifat cross-sectional (pengumpulan data pada satu periode waktu tertentu, April 2026 - Mei 2026), sehingga tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat jangka panjang atau perubahan perilaku seiring waktu.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Social Media Affordances Theory

Teori Social Media Affordances dikembangkan oleh (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) sebagai kerangka konseptual untuk memahami bagaimana fitur-fitur platform media sosial mempengaruhi perilaku komunikasi pengguna. Teori ini muncul sebagai respons terhadap inkonsistensi penggunaan konsep *affordances* dalam penelitian komunikasi dan teknologi, dengan tujuan memberikan kerangka kerja yang lebih jelas dan sistematis untuk menganalisis media sosial.

Dalam teori ini, *affordances* dipahami sebagai kemungkinan aksi yang muncul dari hubungan antara pengguna atau kelompok pengguna dengan fitur-fitur teknologi dari suatu platform, dalam konteks tertentu (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017). Berbeda dengan pendekatan teknologi deterministik yang melihat fitur teknologi sebagai penentu perilaku, teori *affordances* justru menekankan bahwa kemungkinan aksi muncul dari relasi dinamis antara pengguna dengan fitur teknologi dalam konteks tertentu. Lebih lanjut dijelaskan bahwa *affordances* bukanlah properti yang melekat pada suatu objek, dan juga bukan sekadar perseptual, melainkan terbentuk dalam relasi antara manusia dengan materialitas dari hal-hal yang mereka temui (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017).

Berdasarkan kerangka Treem dan Leonardi pada tahun 2013 yang kemudian dikembangkan oleh (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017), terdapat empat *affordances* fundamental dalam platform media sosial yaitu *visibility* atau visibilitas, *persistence* atau persistensi, *editability* atau kemampuan edit, dan *association* atau asosiasi.

Visibilitas adalah kemampuan membuat perilaku, pengetahuan, preferensi, dan komunikasi pengguna terlihat oleh orang lain yang sebelumnya tidak terlihat atau sulit diakses. (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) menjelaskan bahwa visibilitas memungkinkan informasi yang sebelumnya tidak terlihat atau sulit dilihat menjadi terlihat oleh audiens yang lebih luas. Dalam konteks platform olahraga digital, visibilitas aktivitas fisik menciptakan kesadaran dan akuntabilitas sosial.

Persistensi adalah kemampuan komunikasi dan konten untuk tetap tersedia dan dapat diakses dalam bentuk yang sama setelah dipublikasikan. Menurut (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017), persistensi berarti bahwa ekspresi online secara otomatis direkam dan diarsipkan. Persistensi memungkinkan pengguna melacak progres historis dan membangun narasi personal dari waktu ke waktu.

Editability atau kemampuan edit adalah kemampuan untuk memodifikasi atau merevisi konten komunikasi sebelum dan sesudah dipublikasikan. (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) menyatakan bahwa kemampuan edit memberikan pengguna kesempatan untuk menghabiskan waktu sebanyak yang mereka inginkan untuk menyusun dan menyusun ulang tindakan komunikatif sebelum membagikannya kepada orang lain. Fitur ini memungkinkan manajemen impresi dan presentasi diri yang lebih terkontrol.

Association atau asosiasi adalah kemampuan untuk membuat koneksi antara individu, antara konten, dan antara individu dengan konten. Treem dan Leonardi (2013) menjelaskan bahwa asosiasi memungkinkan orang untuk membangun koneksi antara diri mereka sendiri, antara diri mereka dengan konten, dan antara konten satu dengan lainnya yang menciptakan jaringan sosial dan jaringan pengetahuan.

Dalam konteks aplikasi Strava, keempat *affordances* ini beroperasi secara simultan untuk mempengaruhi partisipasi olahraga lari. Visibility atau visibilitas berarti aktivitas lari setiap anggota *Me Against Me* terlihat di *activity feed* komunitas, menciptakan kesadaran sosial dan pemantauan dari rekan.

Visibilitas ini menghasilkan perasaan takut ketinggalan dan motivasi untuk tidak tertinggal dari anggota komunitas lain. *Persistence* atau persistensi berarti seluruh riwayat aktivitas lari tersimpan permanen dan dapat diakses kapan saja, memungkinkan pengguna melihat progres jangka panjang. Persistensi data menciptakan bukti nyata dari konsistensi yang memperkuat motivasi intrinsik. *Editability* atau kemampuan edit berarti pengguna dapat mengedit *caption*, menambahkan foto, atau memodifikasi deskripsi aktivitas untuk mempresentasikan diri mereka dengan cara yang diinginkan. Kemampuan ini mendukung konstruksi identitas sebagai pelari yang berkomitmen dan disiplin. *Association* atau asosiasi berarti fitur *follow*, *clubs*, dan *challenges* memungkinkan anggota *Me Against Me* terhubung dengan pelari lain, bergabung dalam kelompok lari, dan berpartisipasi dalam tantangan bersama. Asosiasi ini menciptakan rasa kebersamaan dalam komunitas dan jaringan dukungan sosial.

2.1.2 Aplikasi Strava

Strava adalah situs kebugaran pintar yang menggabungkan teknologi pelacakan kebugaran dengan fitur sosial dan memungkinkan orang untuk melacak, menganalisis, dan berbagi latihan mereka. Strava didirikan pada tahun 2009 oleh Michael Horvath dan Mark Gainey, awalnya sebagai aplikasi khusus untuk pesepeda, namun kini telah bertransformasi menjadi platform multi-olahraga yang menawarkan fitur pelacakan untuk lebih dari 30 jenis olahraga di seluruh dunia (Business of Apps, 2024). Pada tahun 2025, Strava memiliki lebih dari 180 juta pengguna aktif di lebih dari 185 negara, sehingga menjadi salah satu jaringan sosial terbesar untuk atlet di seluruh dunia (Strava Year In Sport, 2025). Karena pembatasan sosial dan penutupan gym selama pandemi COVID-19 mendorong orang untuk beralih ke aktivitas olahraga luar ruangan, Strava mengalami pertumbuhan pesat, mencapai peningkatan aktivitas mingguan sebesar 38% dari tahun ke tahun 2021 (Sacra, 2023).

Strava menggunakan teknologi *Global Positioning System (GPS)* untuk melacak berbagai metrik kinerja secara terus-menerus, seperti jarak, kecepatan, elevasi, dan detak jantung pengguna. Selain itu, platform ini terhubung dengan berbagai perangkat *wearable*, termasuk *Garmin*, *Apple Watch*, *Fitbit*, dan *Polar*, memastikan

sinkronisasi data otomatis di antara perangkat-perangkat ini (Business of Apps, 2024), memungkinkan pengguna untuk dengan mulus mengalirkan pengalaman mereka dari pelacakan hingga analisis data. Menurut laporan Sacra (2023), pada tahun 2023 Strava mengakuisisi *Fatmap*, sebuah platform pemetaan 3D skala halus yang membawa visualisasi rute ke tingkat berikutnya dan menawarkan detail topografi yang lebih komprehensif bagi pengguna yang ingin merencanakan rute secara lebih rinci. Ini menampilkan banyak fitur sosial dan gamifikasi yang membedakannya dari aplikasi pelacakan kebugaran tradisional. Elemen *kudos* sederhana mereka memungkinkan pengguna untuk merespons secara positif tindakan satu sama lain secara instan (Franken, Bekhuis, & Tolsma, 2023) sehingga membuat sistem penghargaan sosial menjadi sederhana namun efektif. Dengan segmennya, pengguna dapat bersaing di bagian-bagian sepanjang rute dengan papan peringkat (menampilkan peringkat berdasarkan waktu tercepat), yang memberi pengguna kesempatan untuk mendapatkan gelar KOM/QOM (Russell, Potts, & Nelson, 2023). Ada juga fitur klub untuk membentuk kelompok berdasarkan minat, lokasi, atau afiliasi untuk berbagi informasi tentang rute, merencanakan kegiatan kelompok, dan membangun koneksi jangka panjang (Strava Press, 2024). Selain itu, komponen gamifikasi Strava adalah berbagai tantangan dan lencana, untuk mencoba memotivasi pengguna dalam mencapai target kebugaran mereka (Hamari & Koivisto, 2015).

Strava dimodelkan setelah umpan aktivitas media sosial yang dimiliki pengguna dalam aplikasi, memungkinkan untuk memeriksa, mengomentari, dan menghargai aktivitas teman. Menurut Franken, Bekhuis & Tolsma (2023), *kudos* sebagai interaksi sosial sangat mempengaruhi perilaku kinerja, sehingga pelari yang menerima kudos pada aktivitas cenderung berlari lebih sering. Penelitian juga mengungkapkan bahwa perilaku berlari di antara anggota klub yang saling memberikan *kudos* cenderung menjadi lebih terkait erat seiring berjalannya waktu, menunjukkan pengaruh sosial yang signifikan pada platform. Laporan Strava Year in Sport 2024 menemukan tingkat interaksi yang jauh lebih tinggi dengan aktivitas kelompok daripada dengan aktivitas solo ketika semuanya bersama-sama (4 orang atau lebih) menerima tingkat umpan balik positif hingga 95% (ElectroiQ, 2024).

Aspek sosial Strava dapat menciptakan solidaritas dan akuntabilitas kelompok di antara komunitas, berbagi narasi peserta melalui foto, keterangan, dan tag lokasi.

(Russell, Potts, & Nelson, 2023), melakukan studi di antara pelari klub perguruan tinggi, menemukan bahwa meskipun Strava memiliki dampak psikososial berdasarkan penggunaannya, mereka dapat diorganisir menjadi tiga tema utama yaitu: presentasi diri, tekanan sosial, dan motivasi. Strava bekerja dengan baik untuk menghubungkan pelari dan mempromosikan motivasi tetapi ada risiko tekanan sosial, serta kecemasan kinerja semua masalah dampak mental negatif pada pengguna. Strava mendorong motivasi internal dengan memvisualisasikan kemajuan pribadi dan membangun komunitas. Dengan analisis kinerja yang terperinci, seperti grafik elevasi, zona kecepatan, dan perbandingan dengan kinerja sebelumnya, ini memungkinkan pengguna untuk secara objektif mengamati kinerja mereka, (Business of Apps, 2024). Dengan berbagai tantangan yang didukung oleh merek olahraga populer setiap bulan, tantangan tersebut mempromosikan pendekatan yang lebih metodis untuk pelatihan dengan beberapa tujuan penetapan waktu dan jarak (Strava Press, 2024).

Sistem apresiasi seperti *kudos* dan fitur klub di Strava membantu pengguna mempraktikkan akuntabilitas sosial serta merasa lebih terhubung dengan tujuan mereka. Menurut laporan Strava Year in Sport: Trend Report 2025, koneksi sosial menjadi motivator utama berolahraga bersama orang lain, dengan run clubs menjadi '*new social hub*' untuk membangun komunitas dan ketahanan emosional. Platform ini mempromosikan gaya hidup aktif dan keterlibatan jangka panjang melalui 'komunitas atlet terbesar di dunia', di mana aktivitas kelompok mendapatkan engagement lebih tinggi dan mendorong partisipasi berkelanjutan (Strava, 2025).

Strava menyediakan sejumlah keuntungan; namun, platform ini memiliki beberapa tantangan dan masalah yang harus kita tangani. Yang pertama berkaitan dengan privasi dan keamanan data. Karena data lokasi *GPS* tertanam dalam setiap aktivitas, mereka dapat mengungkapkan perilaku perjalanan dan rutinitas harian pengguna, menyebabkan risiko pelanggaran privasi dan keamanan pribadi (Russell, Potts, & Nelson, 2023). Pada tahun 2018, Strava secara kontroversial mengungkapkan lokasi pangkalan militer rahasia di beberapa negara melalui fitur peta panas, mendorong perusahaan untuk meningkatkan perlindungan privasi pengguna (Outside Online, 2019).

Dan kedua, ada juga tekanan sosial untuk membandingkan diri Anda dengan orang lain di papan peringkat dan merasa tidak memadai atau terlalu berlatih karenanya. Russell, Potts, & Nelson, (2023) telah mengungkapkan bahwa beberapa pelari terdorong untuk selalu mempublikasikan pekerjaan mereka dan terkadang menyembunyikan yang tidak menguntungkan (misalnya, detak jantung tinggi selama lari lambat), untuk citra yang tidak mereka sukai di platform. Studi yang sama juga menemukan bahwa paparan terus-menerus terhadap kesuksesan orang lain mengarah pada ekspektasi yang tidak realistis dan dapat mengganggu rasio pelatihan-pemulihan.

Ketiga, basis pengguna Strava memiliki bias demografis. Platform ini terutama digunakan oleh pria yang melek teknologi dan juga atlet menengah hingga elit, serta pengguna perkotaan (Antoro & Putro, 2024). Antoro dan Putro (2024) melakukan studi tentang profil pelari di Indonesia juga, yang mengonfirmasi bahwa peserta lari tetap didominasi oleh laki-laki dan individu di bawah usia 40 tahun, peserta perempuan terus menempati pertimbangan khusus. Ini menunjukkan bahwa meskipun Strava mungkin dapat memperluas jangkauan (yaitu, menjangkau lebih banyak pengguna), aksesibilitas dan inklusivitasnya tetap menjadi hambatan terutama dalam menjangkau perempuan dan kelompok usia yang lebih tua serta komunitas pedesaan yang mungkin tidak memiliki akses siap ke teknologi dan infrastruktur olahraga.

Keempat, model bisnis *premium* Strava meninggalkan kesenjangan fitur antara pengguna gratis dan pengguna *premium*. Ada beberapa fitur analitik lanjutan, termasuk metrik beban pelatihan, kebugaran dan kesegaran, papan peringkat segmen tambahan dan tampilan penuh, yang hanya dapat diakses oleh pengguna berbayar (Sacra, 2023). Ini adalah model bisnis yang beralasan baik dan akan layak untuk kita adaptasi tetapi dalam situasi yang tidak menguntungkan akan menyebabkan kurangnya kesempatan yang setara bagi pengguna dan nilai yang lebih rendah dari komunitas yang inklusif.

Dengan mempertimbangkan kekhawatiran ini, Strava tidak diragukan lagi adalah pemain kebugaran digital utama yang secara teratur tumbuh dan semakin populer. Ini adalah perpaduan cerdas yang memungkinkan pengguna melacak kemajuan mereka sendiri dan berinteraksi dengan teman - senjata ampuh tidak hanya dalam pelacakan kinerja pribadi, tetapi dalam pembangunan dan pemeliharaan komunitas olahraga (dan jaringan) di era digital.

2.1.3 Komunitas Olahraga Lari

Komunitas lari adalah kelompok dengan minat dan semangat yang sama dalam berlari, baik itu melibatkan aktivitas rekreasi, kompetisi, atau peningkatan kesehatan, bersama-sama, di bawah kerangka minat bersama, dalam mengejar kesehatan fisik dan kesejahteraan mental yang optimal. Anggota komunitas ini bersatu melalui pembentukan identitas yang didasarkan pada hubungan sosial dan dibangun melalui ikatan yang diterima dan didukung. Menurut Teori Identitas Sosial yang dikemukakan oleh Haslam et al. (2018), proses identifikasi sosial dapat memperkuat kohesi kelompok dan oleh karena itu dapat memotivasi peserta untuk berpartisipasi dalam budaya lari saat mereka menginternalisasi norma kolektif. Penelitian mengungkapkan bahwa identifikasi dengan kelompok memprediksi hasil kesehatan yang baik; rasa "kami" mendefinisikan rasa "saya." Ini pada gilirannya penting untuk membentuk identitas dan perilaku lari Benjanefitness (Evans et al., 2019).

Identitas sosial dalam komunitas memberikan anggota akses ke sumber daya psikologis yang sangat penting: dukungan sosial, pembentukan makna dan tujuan, dan pengendalian diri yang mendukung kesejahteraan mental dan fisik PubMed Central (Fong et al., 2021). Pendekatan Communities of Practice menekankan pembelajaran bersama sebagai lingkaran pembelajaran dan menumbuhkan anggota dalam konteks spesifik aktivitas mereka sendiri. Komunitas: Ada tiga karakteristik dari komunitas praktik.

- Domain anggota memiliki domain minat, kompetensi, dan komitmen bersama, yang membedakan mereka dari yang lain,
- Komunitas anggota mengejar minat ini melalui kegiatan bersama, diskusi, pemecahan masalah, berbagi informasi, dan membangun hubungan, dan
- Praktik anggota adalah praktisi sejati dalam domain minat ini dan mengembangkan serangkaian sumber daya dan ide kolektif yang mereka bagikan dan bawa kembali ke praktik *Columbus College*. Sebagai bagian dari komunitas lari, praktik bersama ini mencakup pertemuan pelatihan rutin, bertukar pengalaman, teknik pelatihan, dan inspirasi di antara anggota.

Ada banyak cara untuk mengkategorikan komunitas lari Struktur Organisasi-
Untuk Mengatur:

- Formal: Keanggotaan bersifat formal: Mereka memiliki pertemuan pelatihan rutin (pelatihan), sistem pendaftaran resmi, dan hierarki organisasi dengan staf administrasi dan koordinator.
- Informal: Organisasi Informal di mana struktur yang cair adalah norma, tetapi anggota memiliki asosiasi terbuka dan program yang longgar atau tidak ada keanggotaan formal, tidak memiliki proses yang ditetapkan atau kebutuhan struktur formal dan penggunaan prosedur.

Berdasarkan Orientasi Tujuan:

- Rekreasi: Berfokus pada kesenangan, sosialisasi, pengurangan stres, dan menjadikan lari sebagai aktivitas rekreasi tanpa target kinerja spesifik.
- Kompetitif: Berorientasi pada tujuan kinerja, berorientasi pada tujuan dengan fokus pada peningkatan jadwal waktu, persiapan balapan dan kompetisi lokal dan nasional.
- Hibrida: Cocok pada berbagai tingkat untuk semua peserta tanpa prasangka atau bias.

Berdasarkan platform interaksi:

- **Komunitas Virtual:** Menggunakan teknologi digital seperti Strava, Nike Run Club, dan platform media sosial untuk berbagi informasi, data tentang pelatihan setiap atlet dari jarak jauh, serta menawarkan beberapa motivasi kepada anggota yang tinggal jauh. Penelitian menggunakan data longitudinal dari Strava menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan "kudos" (sejenis apresiasi digital) semakin banyak berlari, dan pelari cenderung menyesuaikan perilaku lari mereka dengan "teman kudos" mereka (mereka yang diberi kudos) ScienceDirect (Franken & Wijnhoven, 2022). Menurut data global Strava 2024, aktivitas kelompok meningkat secara global sebesar 59% pada tahun 2024, dengan tingkat partisipasi global sebesar 59% untuk klub lari dan 18% jumlah lari kelompok global dengan lebih dari 10 orang. Hasil ini menunjukkan bahwa 'membangun koneksi sosial' adalah yang membantu orang berolahraga dan semakin memotivasi mereka untuk berpartisipasi bersama, dengan 'membangun

koneksi sosial' menjadi alasan utama orang keluar dan berolahraga. Mereka sekarang 4x lebih mungkin ingin bertemu teman baru dalam pertemuan berbasis kelompok kebugaran daripada di bar, menurut data ini dari Strava.

- **Komunitas Hibrida (*Online-Offline*):** menggabungkan komunikasi online dan pertemuan rutin di lokasi fisik menggunakan platform digital untuk mengoordinasikan, berkorespondensi dan melacak latihan orang lain, dan menggunakan sumber daya online untuk mempertahankan pertemuan fisik rutin untuk pelatihan bersama dan bersosialisasi. Model hibrida ini telah mendapatkan daya tarik di dunia pasca-pandemi COVID-19, karena memberikan fleksibilitas dan memperluas komunitas.
- **Komunitas *Non-Virtual* (*Tradisional*):** Berdasarkan pertemuan tatap muka reguler yang diketahui bahwa kehadiran sangat mudah bagi mereka untuk bertemu secara langsung. BMC Public Health melaporkan (Quirk et al., 2021) bahwa sekelompok 2.318.135 peserta parkrun di Inggris menyelesaikan survei cross-sectional tentang pengalaman mereka dalam komunitas perkotaan, menentukan bahwa lingkungan yang mendukung, suasana positif, dan rasa memiliki adalah faktor utama di balik partisipasi berkelanjutan dalam parkrun. Selama periode penelitian enam bulan, parkrun mengembangkan rasio BCA-R yang berkisar dari 16,7 hingga 98,5 banding 1, rasio manfaat-biaya adalah 2,8 hingga 16,7 kali lebih tinggi daripada intervensi aktivitas fisik berbasis populasi PLOS (Haake et al., 2024).

Indonesia memiliki ekosistem komunitas lari yang berkembang saat ini di sebagian besar negara. Jakarta International Marathon sekarang menjadi salah satu acara lari paling populer di Indonesia, karena membawa negara ini ke pusatnya, menghadirkan kategori dari maraton penuh, setengah maraton, lomba 10km, dan 5km (Indo Buddies, 2024). Kegiatan regional lainnya yang juga menunjukkan pertumbuhan budaya lari adalah Bandung dengan acara Pocari Sweat Run yang telah berjalan selama 11 tahun, Surakarta dengan Mangkunegaran Run, dan Makassar dengan acara Makassar Half Marathon yang diperkenalkan pada tahun 2022.

Selama periode dari 2008 hingga 2018, jumlah pelari di acara maraton *global* meningkat hingga 49,43%, dengan peningkatan dramatis sebesar 262,89% di Asia menurut RunRepeat (Andersen, 2019). Fenomena "demam maraton" di China

mencapai puncaknya pada April 2024, yang menyaksikan lebih dari 50 maraton, hampir 500.000 pelari memulai pada hari yang sama seperti yang dilaporkan oleh Global Times, dan meningkatnya popularitas lari di kawasan Asia.

Sebagai salah satu kota terbesar di Jawa Timur, Kota Malang memiliki ekosistem komunitas lari yang dinamis dan bersemangat. Ngalam Heritage Run 2024, acara tahunan ketiga dari Dinas Pemuda, Olahraga, dan Pariwisata (Disporapar) Kota Malang, juga sukses, dengan 1.100 pelari (dari lomba lintasan lokal, nasional, dan internasional) melewati situs dengan jarak lari 10 km di kawasan warisan Kota Malang Portal, Kota Malang (Pemerintah Kota Malang, 2024).

Acara SIWO PWI (Seksi Wartawan Olahraga - Persatuan Wartawan Indonesia) Malang Night Run 2024 diadakan untuk memenuhi permintaan tinggi dari komunitas lari di Malang dan sekitarnya dengan hampir 85 persen tiket terjual dalam acara tersebut, serta dari wilayah yang lebih luas di luar Malang Raya mulai dari Sidoarjo, Surabaya, Purwakarta, hingga Bali dan Sumatra Malang Pariwara (Malang Pariwara, 2024). Acara ini mengusung konsep Sport Tourism yang sesuai dengan visi KONI Kota Malang dalam memanfaatkan Sport City.

Komunitas lari di Kota Malang sangat beragam, dengan komunitas besar seperti Me Against Me, komunitas dengan lebih dari 5.000 pengikut di Instagram dan termasuk dalam Komunitas Indo Runners, serta komunitas yang lebih kecil seperti Malang Trail Runners, yang berorientasi pada lari lintas alam di daerah pegunungan sekitar Malang. Sesi lari rutin seperti Malang 10K, Emba Run Malang, The Malang Marathon dan banyak acara lari lainnya menunjukkan tingkat keterlibatan dan antusiasme yang tinggi dari komunitas Malang dalam olahraga lari.

Peran dukungan sosial dalam inisiasi dan kelanjutan keterlibatan dalam olahraga semakin diakui, serta bagaimana lingkungan yang mendukung, lingkungan positif, dan identitas kebersamaan adalah kunci untuk partisipasi jangka panjang, dari mereka yang sebelumnya tidak aktif PubMed Central. Penguatan positif, akuntabilitas sosial, dan dorongan kolektif memberikan sistem keamanan yang dapat dimanfaatkan anggota untuk berlatih secara konsisten dalam komunitas. Dukungan sosial dalam komunitas hibrida yang memanfaatkan platform digital seperti Strava meluas ke

anggota di luar pertemuan tatap muka ke kontak virtual seperti komentar, kudos, dan berbagi pencapaian

Mengidentifikasi sebagai bagian dari komunitas maka komunitas akan membimbing untuk menemukan norma perilaku, tujuan, dan budaya mereka yang sangat sesuai dengan teori identitas sosial di mana individu lebih mungkin terlibat untuk membantu komunitas karena berkontribusi terhadap Benjanefitness. Identitas pelari atau menjadi bagian dari komunitas membentuk bagian dari konsep diri seseorang, yang membangun komitmen dan partisipasi berkelanjutan. Acara berbasis komunitas lokal seperti pelatihan bersama antar orang, acara bersama, dan hal-hal lain menciptakan identitas komunitas yang unik dan kuat (Sebastian et al., 2022).

Dalam komunitas praktik, pembelajaran dan pengetahuan yang dibagikan terjadi melalui kolaborasi dalam praktik bersama di mana peserta memiliki kosakata kata dan alat yang sama, bersama dengan cerita, simbol, dan sumber daya lain yang memberikan anggota komunitas 'pengalaman identitas dalam praktik sebagai cara berada di dunia' ResearchGate. Anggota komunitas lari berbagi teknik lari mereka, program pelatihan, metode manajemen cedera, trik nutrisi, tips kesiapan lomba dan banyak lagi. Platform digital memungkinkan dokumentasi dan penerjemahan pengetahuan ini secara berkelanjutan.

Studi prospektif memberikan bukti bahwa keterlibatan dalam komunitas lari mengarah pada peningkatan kebugaran, indeks massa tubuh, tingkat aktivitas fisik, suasana hati, dan kesejahteraan pribadi PubMed (Stevinson et al., 2022). *World Health Organization (WHO)* dalam Rencana Aksi Global tentang Aktivitas Fisik menganjurkan bahwa negara-negara harus mengembangkan program partisipasi massal dan partisipatif untuk kegiatan publik reguler sehingga mereka yang berpartisipasi dapat berpartisipasi dalam kegiatan yang mudah diakses dan murah PLOS, komunitas lari adalah salah satu contoh rekomendasi ini yang dapat diimplementasikan dengan sukses.

Berdasarkan survei terhadap 391 orang dewasa, motivasi otonom memprediksi efikasi diri yang baik pada saat yang sama ketika amotivasi memprediksi kesiapan yang buruk untuk berubah terkait olahraga PubMed Central (De La Cruz et al., 2021). Terkait

dengan tim lari, motivasi intrinsik mencakup kesenangan dari berlari itu sendiri, kebanggaan dalam meningkatkan kemampuan atau mencapai tujuan pribadi. Pengakuan sosial dari komunitas, rencana atau pencapaian dalam aplikasi, dan hadiah dengan menghadiri acara juga merupakan motivator ekstrinsik.

Efikasi diri adalah konstruksi psikologis di mana seseorang mempertimbangkan kemampuan yang dirasakan untuk belajar atau melakukan tindakan pada tingkat tertentu (Schunk & DiBenedetto, 2020). Efikasi diri dalam komunitas lari meningkat dengan lebih banyak dukungan sosial dan dukungan dari teman, umpan balik positif dari sesama anggota, dan pencapaian progresif yang terlihat pada aplikasi untuk mencatat kemajuan seperti Strava. Ada bukti bahwa ketika rasa "kami" membentuk rasa "saya", kelompok tersebut memodifikasi identitas dan perilaku lari di Benjanefitness (Evans, M. B., McLaren, C., Budziszewski, R., & Gilchrist, J. (2019). Peran identitas sebagai "pelari" dalam identitas diri juga dapat meningkatkan usaha, keterlibatan, dan ketahanan terhadap tantangan aktivitas. Komunitas memperkuat identitas tersebut melalui ritual kolektif, simbol (seperti jersey komunitas), dan cerita.

Generasi Z, sebagai penduduk asli digital yang mahir teknologi dan media sosial, membuat adopsi aplikasi seperti Strava terasa lebih alami. Menurut laporan Strava Year in Sport: Trend Report 2025, Generasi Z semakin memprioritaskan koneksi sosial dan partisipasi race/event sebagai motivasi utama berolahraga, dengan run clubs menjadi 'new social hub' untuk menemukan teman dan motivasi (Strava, 2025).

Penyediaan rute yang aman, nyaman, dan mudah diakses adalah aspek yang sangat penting yang berkontribusi pada partisipasi. Tahun lalu, Jakarta membangun 214,64 km trotoar dan 301,71 km jalur sepeda. Namun untuk menghindari jaringan yang terputus dan pemborosan sumber daya, pemerintah seharusnya memiliki rencana tunggal untuk menciptakan jaringan pejalan kaki dan sepeda di seluruh Jakarta dikutip dari data Institute for Transportation and Development Policy (ITDP Indonesia, 2024)

Di Kota Malang, kegiatan lari lebih kondusif karena infrastrukturnya: topografi bervariasi; udara sejuk dan segar; dan ruang publik seperti Alun-Alun Tugu, Hari Bebas Kendaraan di berbagai jalan utama dan rute warisan yang populer untuk latihan lari. Namun studi di Jakarta menemukan bahwa jalur harus dilindungi atau

dipisahkan oleh publik karena hal terakhir yang diinginkan dari penggunaan, dan jalan yang buruk, pengemudi berat serta kecepatan kendaraan yang tinggi dan pemeliharaan yang buruk adalah masalah utama bagi lembaga transportasi (ITDP, 2023); sentimen ini akan cocok dengan kota-kota Indonesia seperti Malang.

Dukungan sosial adalah faktor penting dalam permulaan dan pemeliharaan olahraga. Untuk dukungan sosial berbasis platform digital, dukungan sosial yang kuat dapat berupa komunikasi virtual yang teratur, waktu respons untuk latihan bersama, dan koordinasi pelatihan bersama. Komunitas adalah rasa tanggung jawab yang pada gilirannya membuat lebih banyak pengikut berkomitmen untuk mematuhi di masa depan. "Aktivitas fisik hijau" di hutan atau di alam lainnya, secara positif terkait dengan kesehatan dan kesejahteraan dibandingkan dengan berolahraga di dalam ruangan atau di gedung. Kota Malang, kota dengan cuaca yang relatif sejuk, medan yang beragam, dikombinasikan dengan peluang hijau seperti Coban Rondo, area Batu, dan jalur warisan, adalah basis yang cocok untuk berlari. Tingkat ketidakaktifan fisik yang berlebihan di kalangan anak-anak di Indonesia adalah tantangan, terutama karena ada eksploitasi berlebihan terhadap ruang fisik dan bentuk aktivitas fisik lainnya dalam ekonomi, menurut PubMed Central. Untuk tinjauan sekunder dari Survei Kesehatan Berbasis Sekolah Global di Indonesia oleh Yusuf, Rachmawati, Sulistyowati, (2021) diperoleh bahwa prevalensi aktivitas fisik anak perempuan menurun dari 22,9% (2007) menjadi 15,4% (2015) dan untuk anak laki-laki dari 26% (2007) menjadi 17,6% (2015), mungkin terkait dengan berkurangnya waktu paparan ke sekolah dari 7 jam pada 2007 menjadi 8-10 jam pada 2015 PubMed Central.

Karakteristik dari kelompok komunitas yang sukses adalah dukungan sosial yang kuat, inklusivitas di semua usia dan tingkat, rasa kebersamaan, suasana positif, dan aksesibilitas tanpa biaya PubMed. Namun, banyak komunitas belum sepenuhnya ramah terhadap disabilitas, lansia, atau pemula kebugaran. Memiliki hambatan masuk yang tinggi dapat menjadi penghalang bagi keragaman dan pertumbuhan komunitas.

Sementara penelitian telah menunjukkan bahwa atlet tertentu membandingkan diri mereka dengan pelari lain sebagai motivasi dan inspirasi, banyak yang mengalami pengalaman negatif pelari berbicara tentang teman yang mengalami cedera dan harus menjauh dari Strava, karena mereka merasa sedih dan cemas ketika mereka tidak bisa

berlari Substack. Dan ini dapat mendorong pengguna yang memiliki akses internet yang buruk, literasi digital rendah, dan ketidakmampuan ekonomi untuk membeli perangkat atau koneksi untuk meninggalkan aplikasi dan platform digital. Ketidaksetaraan algoritmik dalam aplikasi seperti Strava menciptakan dan memperkuat hierarki baru dalam komunitas virtual, di mana sistem peringkat, papan peringkat segmen, dan rencana disusun sedemikian rupa sehingga memberikan keuntungan kepada pelari yang berkinerja lebih baik atau secara teknis lebih baik yang memiliki lebih banyak waktu untuk didedikasikan pada permainan mereka. Ini dapat membuat demotivasi pelari pemula atau amatir yang tidak dapat bersaing pada tingkat yang sama.

Model kerja parkrun yang menggunakan sedikit atau tanpa infrastruktur dan sepenuhnya didasarkan pada relawan untuk menjalankan lomba, berarti bahwa setiap acara akan menelan biaya sangat sedikit, sekitar £200 hingga £300 per tahun per lokasi untuk peralatan dasar dan biaya administrasi di Inggris Grokipedia. Di sisi lain, komersialisasi yang berkembang dari komunitas lari dan acara lari yang memiliki biaya pendaftaran yang tinggi menyebabkan banyak pelari berfokus keluar dari kesehatan dan kebersamaan, menuju konsumerisme dan persaingan pribadi dengan peluang ekonomi minimal, yang dapat menyebabkan keterasingan pelari. Komunitas lari berjuang dengan mempertahankan keanggotaan jangka panjang dan regenerasi kepemimpinan adalah tantangan. Masalah pergantian anggota yang tinggi, kelelahan penyelenggara, bersama dengan tantangan dalam menumbuhkan anggota yang berkomitmen (terutama anggota yang berkomitmen dan keanggotaan aktif mereka) berarti bahwa manajemen komunitas yang efektif sangat diperlukan.

Saat ini, platform komunikasi digital seperti Strava, WhatsApp, Instagram, dan aplikasi pelacak lainnya telah mengubah cara bisnis menjalankan komunitas mereka sepenuhnya, cara kita perlu memastikan komunitas kita beroperasi, dan itu berarti mengikuti perkembangan. Menggunakan SIENA (Simulation Investigation for Empirical Network Analysis), sebuah studi longitudinal dari lima klub virtual Strava dengan 329 anggota menemukan bahwa kudos memotivasi pelari untuk berlari, dan atlet menyesuaikan perilaku mereka dengan "teman kudos" mereka (misalnya, ScienceDirect) (Franken & Wijnhoven, 2022).

Media komunikasi digital memainkan sejumlah peran penting dalam komunitas

lari:

- Koordinasi & Penjadwalan: Memudahkan untuk menyinkronkan sesi pelatihan, mengumumkan acara yang akan datang dan mendistribusikan informasi yang diperlukan kepada semua mitra secara efektif dan tepat waktu.
- Dokumentasi dan Pelacakan: Alat seperti Strava untuk melacak kemajuan, menetapkan tujuan dan memantau kemajuan secara sistematis. Format data yang didokumentasikan ini juga memungkinkan refleksi diri dan penetapan tujuan yang lebih terukur.
- Perbandingan Sosial dan Motivasi: Papan peringkat, kompetisi segmen, dan umpan aktivitas memfasilitasi perbandingan sosial, motivator intrinsik. Strava 2024 melaporkan 43% pelari bergabung dalam kegiatan kelompok sebagai upaya untuk meningkatkan kinerja mereka sementara 34% menyebutkan akuntabilitas kelompok sebagai faktor motivasi dalam kepatuhan terhadap rencana pelatihan Strava.
- Pembangunan Dinamika Sosial & Dukungan Sosial: Komentar, kudos, dan cerita membangun koneksi sosial yang kuat meskipun kontak fisik bukanlah norma karena interaksi virtual melanjutkan siklus. Hal ini terutama benar setelah pandemi COVID-19 ketika orang tidak dapat berinteraksi secara fisik.
- Ekspansi Komunitas: Media digital membantu komunitas memperluas cakupan keanggotaan potensial mereka di luar area geografis langsung mereka, menghasilkan pengembangan komunitas yang positif melalui efek jaringan. Namun, penggunaan media digital juga memiliki tantangannya, seperti yang telah dibahas, seperti kesenjangan digital, ketidaksetaraan algoritmik dan kemungkinan efek buruk pada kesehatan mental dari perbandingan sosial yang berlebihan.

2.2 Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang relevan dengan topik ini umumnya menggunakan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) atau konsep affordances untuk menganalisis bagaimana fitur platform digital memengaruhi perilaku dan keterlibatan pengguna. Teori ini menekankan bahwa affordances bukan sekadar fitur teknis, melainkan properti relasional antara teknologi dan pengguna yang memungkinkan atau membatasi tindakan tertentu. Berikut adalah beberapa penelitian terdahulu yang fokus pada pendekatan affordances:

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu

No	Penelitian	Fokus Utama	Temuan Relevan	Kesenjangan dengan Studi Ini
1	Evans, Pearce, Vitak, dan Treem (2017)	Pengembangan kerangka konseptual affordances dalam penelitian komunikasi dan teknologi	Affordances terdiri dari empat dimensi utama: visibility (konten terlihat oleh orang lain), persistence (konten tersimpan permanen), editability (konten dapat dimodifikasi), dan association (pembentukan hubungan antar pengguna/konten). Teori ini menjelaskan bagaimana affordances memengaruhi perilaku komunikasi di media sosial.	Belum diterapkan pada platform olahraga seperti Strava di konteks komunitas lari Indonesia, khususnya komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang.
2	Ronzhy, Cardenal, dan Batlle Rubio	Review literatur komprehensif tentang definisi dan penggunaan	Affordances sering didefinisikan secara bervariasi; area dominan meliputi interaksi sosial, identitas diri,	Bersifat umum pada media sosial; belum ada aplikasi spesifik pada platform

	(2022)	affordances di penelitian media sosial	dan keterlibatan pengguna. Diperlukan definisi yang lebih konsisten untuk penelitian mendatang.	kebugaran/olahraga seperti Strava, apalagi pada komunitas lari lokal di Indonesia.
3	Rivers (2020)	Penerapan affordances pada Strava sebagai platform fitness sosial untuk motivasi bersepeda	Affordances Strava menciptakan diskursus self-tracking, data, komunitas, dan ketergantungan; fitur kudos dan klub virtual memotivasi melalui interaksi sosial dan akuntabilitas.	Fokus pada aktivitas bersepeda (bukan lari); sampel dari negara Barat; belum meneliti pengaruh terhadap partisipasi olahraga lari di komunitas Indonesia.
4	Chen et al. (2024)	Affordance visibility pada video fitness pendek online terhadap niat berpartisipasi dalam cloud fitness	Visibility affordance (kehadiran dan interaksi dengan influencer) meningkatkan niat berpartisipasi melalui rasa "being there" dan "being with them".	Fokus pada video pendek (bukan aplikasi pelacak aktivitas seperti Strava); belum mengeksplorasi affordances lain seperti persistence atau association dalam komunitas lari virtual.
5	Alshawmar et al. (2025)	Actualized affordances pada aplikasi fitness dan pengaruh terhadap perceived usefulness serta	Affordances seperti update status latihan, pengingat, dan panduan latihan diaktualisasikan oleh pengguna; semakin banyak affordances yang	Fokus pada aplikasi fitness tracker umum (contoh Fitbit); belum spesifik pada Strava atau komunitas lari, serta belum meneliti konteks

		continuance intention	diaktualisasikan, semakin tinggi perceived usefulness dan niat melanjutkan penggunaan.	sosial-budaya Indonesia.
--	--	-----------------------	--	--------------------------

Sumber: Diolah dari Evans, Pearce, Vitak, dan Treem (2017); Ronzhyn, Cardenal, dan Batlle Rubio (2022); Rivers (2020); Chen et al. (2024); Alshawmar et al. (2025)

Penelitian ini mengisi kesenjangan yang ada dengan menerapkan *Social Media Affordances Theory* (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) secara empiris pada penggunaan aplikasi Strava dalam komunitas lari Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Studi ini tidak hanya menguji pengaruh affordances terhadap partisipasi olahraga lari, tetapi juga mengaplikasikannya pada konteks budaya dan komunitas lokal Indonesia yang belum banyak dieksplorasi oleh penelitian sebelumnya.

2.3 Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini dibuat untuk mengukur secara konkret dan terukur konsep-konsep abstrak dari Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017). Definisi ini meliputi variabel independen (X) yaitu penggunaan aplikasi Strava, dan variabel dependen (Y) yaitu partisipasi olahraga lari. Selain itu, penjelasan hubungan antar variabel disajikan untuk menunjukkan bagaimana dimensi affordances memengaruhi indikator partisipasi lari.

Variabel Independen (X): Penggunaan Aplikasi Strava

Definisi konseptual: Penggunaan aplikasi Strava didefinisikan sebagai tingkat pemanfaatan fitur-fitur platform oleh responden melalui empat dimensi affordances dalam konteks komunitas lari Me Against Me (MAM).

Definisi operasional: Variabel ini diukur melalui empat dimensi affordances dari Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017), dengan pengukuran

menggunakan skala Likert 1–5 (1 = Sangat Tidak Setuju, 5 = Sangat Setuju) pada 12 item (3 item per dimensi).

- **Visibility:** Kemampuan aktivitas lari untuk terlihat oleh komunitas (misalnya melalui *feed*, *kudos*, segmen, dan *leaderboard*). Indikator: Tingkat eksposur dan respons sosial terhadap aktivitas responden.
- **Persistence:** Kemampuan riwayat aktivitas untuk tersimpan permanen (misalnya log lari, progres jangka panjang). Indikator: Tingkat pemantauan dan pemanfaatan riwayat untuk motivasi pribadi.
- **Editability:** Kemampuan untuk mengedit atau menyesuaikan konten (misalnya caption, foto, pengaturan privasi). Indikator: Tingkat kenyamanan dan penyesuaian presentasi diri dalam komunitas.
- **Association:** Kemampuan pembentukan jaringan sosial (misalnya melalui follow, klub MAM, dan challenges). Indikator: Tingkat interaksi dan dukungan sosial antar anggota.

Variabel Dependen (Y): Partisipasi Olahraga Lari

Variabel dependen (Y) dalam penelitian ini adalah partisipasi olahraga lari yang diukur berdasarkan persepsi responden terhadap perubahan aktivitas lari setelah menggunakan aplikasi Strava. Pengukuran dilakukan menggunakan skala Likert (1–5), yang mencerminkan tingkat persetujuan responden terhadap peningkatan frekuensi, konsistensi, intensitas (durasi, jarak, dan performa), serta keterlibatan dalam komunitas lari.

Hubungan Antar Variabel

Hubungan antar variabel dalam penelitian ini dijelaskan berdasarkan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017), di mana keempat dimensi affordances pada aplikasi Strava, yaitu visibility, persistence, editability, dan association, memfasilitasi perilaku pengguna dalam beraktivitas. Visibility memungkinkan aktivitas lari pengguna terlihat oleh anggota komunitas, sehingga menciptakan akuntabilitas sosial yang dapat mendorong motivasi dan konsistensi dalam berlari. Persistence memungkinkan data aktivitas tersimpan dan dapat diakses kembali, sehingga mendukung pemantauan progres dan peningkatan performa. Editability memberikan kontrol terhadap informasi yang dibagikan, sehingga meningkatkan kenyamanan dan keterlibatan pengguna dalam platform. Association memungkinkan terbentuknya koneksi sosial antar pengguna, sehingga memperkuat dukungan

sosial dan partisipasi dalam aktivitas komunitas. Keempat dimensi tersebut secara keseluruhan berperan dalam meningkatkan partisipasi olahraga lari, yang diukur berdasarkan persepsi responden terhadap perubahan frekuensi, konsistensi, intensitas, serta keterlibatan dalam komunitas. Hubungan ini selanjutnya diuji menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui pengaruh affordances Strava terhadap partisipasi olahraga lari.

2.4 Kerangka Konseptual

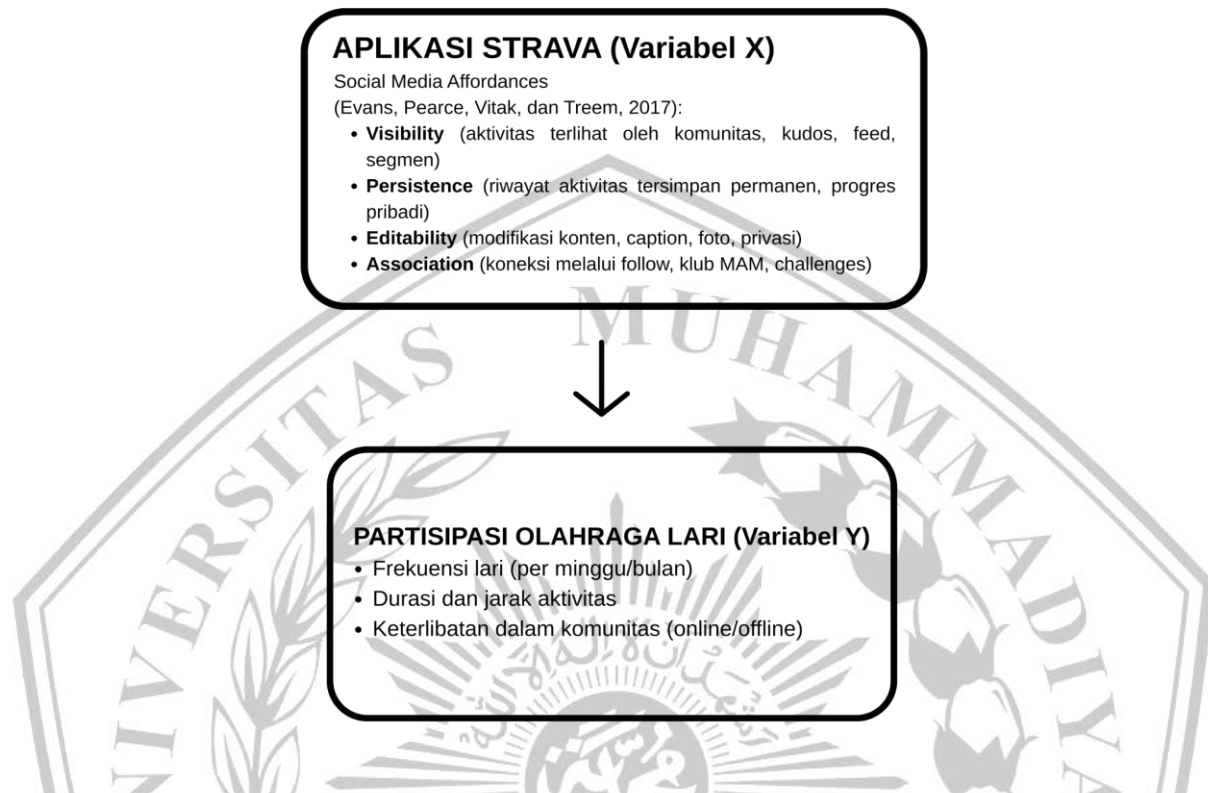
Kerangka konseptual penelitian ini dibangun berdasarkan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017) yang menjelaskan bahwa platform media sosial memiliki empat affordances fundamental visibility, persistence, editability, dan association yang muncul dari interaksi relasional antara fitur teknologi dan persepsi pengguna. Affordances ini memungkinkan atau membatasi tindakan pengguna dalam konteks komunikasi digital.

Variabel independen (X) adalah penggunaan aplikasi Strava, yang dioperasionalkan melalui keempat dimensi affordances tersebut. Variabel dependen (Y) adalah partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang, yang diukur melalui indikator frekuensi latihan, durasi dan jarak lari, serta keterlibatan dalam kegiatan komunitas (*online/offline*).

Kerangka konseptual mengasumsikan pengaruh positif: semakin tinggi pemanfaatan affordances Strava oleh anggota MAM, semakin tinggi pula tingkat partisipasi olahraga lari mereka. Hal ini terjadi karena:

- Visibility menciptakan akuntabilitas sosial melalui kudos dan feed komunitas.
- Persistence memungkinkan pelacakan progres pribadi yang selaras dengan filosofi "me against me".
- Editability mendukung pengelolaan presentasi diri untuk meningkatkan motivasi intrinsik.
- Association memperkuat jaringan sosial melalui klub dan challenges, sehingga mendorong keterlibatan berkelanjutan.

Hubungan ini digambarkan pada Gambar 1.1 berikut, dengan alur pengaruh langsung dari penggunaan Strava melalui affordances menuju partisipasi olahraga lari



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Sumber: Diolah oleh Peneliti berdasarkan Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce,

2.5 Hipotesis

Berdasarkan analisis literatur yang telah diuraikan sebelumnya, hipotesis penelitian ini dirumuskan untuk menguji pengaruh terhadap variabel variabel yang relevan dalam konteks pengaruh aplikasi strava sebagai media komunikasi komunitas terhadap partisipasi olahraga lari di Kota Malang. Berikut adalah hipotesis penelitian :

H0 : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang.

H1 : Terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Penelitian

Studi ini mewakili paradigma positivis dalam pendekatan kuantitatif dengan tujuan menemukan dan menganalisis pengaruh platform Strava sebagai media komunikasi komunitas dalam meningkatkan keterlibatan komunitas dalam aktivitas lari di wilayah Kota Malang. Metode kuantitatif ini dipilih karena dapat menghitung variabel menggunakan angka secara terstruktur dan empiris serta dapat diproses secara statistik untuk mengkonfirmasi proposal peneliti. Ini memfasilitasi generalisasi hasil dari sampel ke populasi yang lebih besar dan dapat mengidentifikasi pengaruh yang muncul dari variabel yang diteliti.

3.2 Tipe/ Jenis dan dasar penelitian

Penelitian ini adalah studi deskriptif eksplanatori untuk mengidentifikasi pengaruh antara variabel independen (Strava sebagai Media Komunikasi Komunitas) dan variabel dependen (Partisipasi Olahraga Lari). Dalam penelitian korelasional kausal seperti yang disebutkan di atas, tidak ada intervensi pada variabel, namun pengukuran hubungan dilakukan sebagai metode ilmiah dalam penelitian. Penelitian ini adalah penelitian cross-sectional yang dapat memperoleh data dari pengguna Strava di Kota Malang selama periode tertentu pada tahun 2025-2026.

3.3 Tempat dan waktu penelitian

Penelitian ini merupakan studi cross-sectional yang menargetkan hanya anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang, Jawa Timur, sebagai subjek penelitian. MAM merupakan komunitas lari aktif yang menggunakan aplikasi Strava sebagai platform pendukung utama untuk pelacakan aktivitas, pencatatan progres pribadi, kudos, dan interaksi klub virtual yang selaras dengan filosofi “me against me”. Kota Malang dipilih sebagai lokasi penelitian karena menjadi basis utama komunitas MAM, memiliki iklim sejuk serta topografi yang mendukung aktivitas lari, serta menunjukkan pertumbuhan komunitas olahraga yang signifikan di kalangan generasi muda. Penelitian ini diperkirakan akan dilaksanakan selama periode 3 bulan, mulai dari April 2026 hingga Mei 2026, dan akan mencakup detail-detail berikut:

- April 2026 : Persiapan instrumen penelitian , Uji validitas- reliabilitas, Pengumpulan data melalui survei secara online dan offline
- Mei 2026 : Tabulasi cleaning data, analisis data menggunakan software statistik
- Juni 2026 : Penyusunan laporan Hasil Penelitian.

Periode waktu ini dipilih untuk menghindari bias musiman, karena mencakup musim kemarau dan awal musim penghujan, sehingga dapat menangkap variasi partisipasi lari dalam kondisi cuaca yang berbeda.

3.4 Populasi dan sampel

3.4.1 Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota aktif Strava Club Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Komunitas MAM merupakan komunitas lari yang aktif memanfaatkan aplikasi Strava sebagai sarana pencatatan aktivitas olahraga, pemantauan progres latihan, pemberian kudos, serta interaksi melalui fitur klub virtual. Berdasarkan data keanggotaan Strava Club Me Against Me (MAM) tahun 2026, jumlah anggota yang terdaftar mencapai sekitar **478 anggota**. Populasi ini dipilih karena seluruh anggota memiliki pengalaman dalam menggunakan aplikasi Strava sehingga relevan dengan tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari.

3.4.2 Sampel

Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *accidental sampling*. Menurut Sugiyono (2023), *accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan ditemui atau bersedia menjadi responden dan memenuhi kebutuhan penelitian. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini mengacu pada rumus Krejcie dan Morgan (1970) yang digunakan untuk menentukan ukuran sampel pada populasi yang telah diketahui jumlahnya dengan tingkat kepercayaan 95% dan margin of error sebesar 5%. Rumus ini banyak digunakan dalam penelitian sosial untuk memperoleh jumlah sampel yang representatif terhadap populasi. Dalam penelitian ini, responden merupakan anggota Strava Club Me Against Me (MAM) yang secara sukarela mengisi kuesioner yang disebarakan melalui media komunikasi komunitas seperti Strava Club, WhatsApp, dan Instagram komunitas.

Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Krejcie dan Morgan :

$$S = (X^2 \times N \times P(1 - P)) / (d^2(N - 1) + X^2 \times P(1 - P))$$

Di mana :

- S = Jumlah sampel
- X^2 = Nilai Chi-Square pada derajat kebebasan (df) = 1 dengan tingkat kepercayaan 95% (3,841)
- N = Jumlah populasi
- P = Proporsi populasi (0,50)
- d = Margin of error (0,05)

Berdasarkan Perhitungan :

Diketahui :

- N = 478

- $X^2 = 3,841$

- P = 0,50

- d = 0,05

$$S = (3,841 \times 478 \times 0,50 \times (1 - 0,50)) / ((0,05^2 \times (478 - 1)) + (3,841 \times 0,50 \times (1 - 0,50)))$$

$$S = (3,841 \times 478 \times 0,25) / ((0,0025 \times 477) + (3,841 \times 0,25))$$

$$S = 458,4995 / 2,15275$$

$S \approx 213$ responden

Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Krejcie dan Morgan (1970) dengan jumlah populasi sebanyak 478 anggota Strava Club Me Against Me (MAM), diperoleh jumlah sampel yang direkomendasikan sebanyak **213 responden**. Oleh karena itu, penelitian ini menetapkan jumlah sampel sebanyak **213 responden** sebagai jumlah sampel yang akan digunakan dalam penelitian.

3.5 Ruang Lingkup dan Objek Penelitian

Penelitian ini berfokus pada peran aplikasi Strava sebagai media komunikasi komunitas terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang pada tahun 2025–2026. Variabel utama dalam penelitian ini adalah penggunaan aplikasi Strava (sebagai variabel independen) yang dianalisis melalui Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017). Teori ini menjelaskan bahwa platform media sosial memiliki empat affordances fundamental yang memengaruhi perilaku pengguna, yaitu:

- Visibility (aktivitas lari terlihat oleh komunitas melalui feed, kudos, segmen, dan leaderboard),
- Persistence (riwayat aktivitas tersimpan permanen untuk pelacakan progres pribadi),
- Editability (pengguna dapat mengedit atau menyesuaikan postingan seperti caption, foto, dan pengaturan privasi),
- Association (pembentukan jaringan sosial melalui follow, klub MAM, dan challenges).

Pengukuran variabel independen dilakukan dengan menggunakan skala Likert 1–5 untuk menilai sikap dan perilaku responden terhadap keempat dimensi affordances tersebut. Variabel dependen yaitu partisipasi olahraga lari diukur melalui data kuantitatif dan sikap responden, meliputi:

- Frekuensi lari ,
- Durasi dan jarak aktivitas,
- Keterlibatan dalam komunitas MAM (baik online melalui Strava maupun offline melalui event dan latihan bersama).

Pengukuran keempat dimensi affordances ini menggunakan skala Likert 1–5 untuk menilai tingkat pemanfaatan fitur Strava oleh responden

3.6 Teknik pengumpulan data

Pengumpulan data online dilakukan menggunakan instrumen survei berbasis kuesioner terstruktur yang disebarluaskan secara digital melalui Google Forms. Metode ini dipilih karena efisien, mudah diakses, dan mampu menjangkau anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Selain kuesioner sebagai sumber data utama penelitian, peneliti juga melakukan wawancara dengan pengurus dan anggota komunitas MAM untuk memperoleh informasi pendukung mengenai profil komunitas dan penggunaan aplikasi Strava dalam aktivitas komunitas.

Data dikumpulkan dengan:

1. Tautan survei dibagikan melalui Strava Club MAM (klub virtual resmi komunitas di platform Strava), ditempatkan pada postingan aktivitas klub atau fitur pengumuman yang dapat diakses oleh anggota aktif.
2. Tautan kuesioner disebarluaskan melalui Strava Club MAM, grup WhatsApp komunitas, serta Instagram resmi komunitas (@mam.clvb). Anggota komunitas yang bersedia mengisi kuesioner secara sukarela menjadi responden penelitian.
3. Distribusi tambahan dilakukan melalui Instagram komunitas (@mam.clvb) dengan sistem give away sebagai bentuk feedback kepada pihak komunitas dan menggunakan tagar relevan seperti #MAMGiveaway untuk menjangkau anggota komunitas Me Against Me (MAM) yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian.
4. Pengumpulan data dilakukan selama April–Mei 2026 dan menghasilkan 213 responden yang memenuhi kebutuhan jumlah sampel berdasarkan perhitungan Krejcie dan Morgan (1970).

Pengumpulan data dilakukan selama April–Mei 2026 dan menghasilkan 213 responden yang memenuhi kebutuhan jumlah sampel berdasarkan perhitungan rumus Krejcie dan Morgan (1970). Dengan mengidentifikasi peserta menggunakan nama lengkap / panggilan unik responden, semua data yang dikumpulkan akan dianalisis. Kerahasiaan data dijamin, dan data hanya akan digunakan untuk penelitian berdasarkan persetujuan yang diinformasikan.

Kuesioner penelitian mencakup:

- **Bagian I : Informasi Demografi dan Identitas Responden**

Informasi Kuesioner, Identitas (D), termasuk nama peserta, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan tertinggi, pekerjaan, durasi penggunaan Strava, dan konfirmasi keanggotaan aktif di komunitas MAM.

- **Bagian II : Penggunaan Aplikasi Strava (Variabel Independen – X)**

Bagian ini mengukur pemanfaatan Strava melalui empat dimensi Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017). Setiap dimensi diukur dengan item-item pertanyaan menggunakan skala Likert 1–5 (1 = sangat tidak setuju, 5 = sangat setuju). Item-item mencakup:

- Visibility (Visibilitas), yang mengukur sejauh mana aktivitas lari pengguna dapat dilihat, diperhatikan, dan memperoleh respons dari anggota komunitas melalui fitur-fitur yang tersedia di Strava.
- Persistence (Persistensi), yang mengukur sejauh mana riwayat aktivitas olahraga tersimpan dan dapat diakses kembali untuk memantau perkembangan serta konsistensi aktivitas lari pengguna.
- Editability (Kemampuan Mengedit), yang mengukur kemampuan pengguna dalam mengelola, menyesuaikan, dan mengendalikan informasi aktivitas yang ditampilkan pada platform Strava.
- Association (Asosiasi), yang mengukur kemampuan Strava dalam memfasilitasi pembentukan hubungan sosial, interaksi antaranggota komunitas, serta keterhubungan pengguna melalui berbagai fitur komunitas yang tersedia.

(Total item: 12 pertanyaan, 3 item per dimensi affordances, untuk menjaga reliabilitas dan validitas.

- **Bagian III : Partisipasi Olahraga Lari (Variabel Dependen – Y)**

Bagian ini mengukur tingkat partisipasi lari dengan kombinasi data kuantitatif dan sikap responden menggunakan skala Likert 1–5 (total 12 pertanyaan), meliputi:

- Frekuensi dan konsistensi aktivitas lari, yang mencakup keteraturan, kedisiplinan, dan peningkatan intensitas aktivitas lari responden.
- Durasi dan performa aktivitas lari, yang mencakup peningkatan durasi, jarak tempuh, kemampuan mencapai target lari, serta perkembangan performa olahraga lari.

- Motivasi dan keterlibatan dalam komunitas lari, yang mencakup motivasi berolahraga secara teratur, partisipasi dalam kegiatan komunitas, serta keterlibatan dalam aktivitas lari bersama anggota komunitas.

Data sekunder dari literatur ilmiah (jurnal terindeks seperti Frontiers, Springer, laporan Strava Year in Sport 2025, dan publikasi BPS Kota Malang) digunakan untuk memverifikasi instrumen dan memperkuat landasan teori. Validasi konten kuesioner dilakukan oleh dosen pembimbing, diikuti dengan uji coba awal pada 63 responden untuk mengevaluasi kejelasan bahasa, relevansi item, dan reliabilitas awal sebelum distribusi skala besar.

Pengumpulan data dilakukan secara etis sesuai ketentuan persetujuan yang diinformasikan. Responden diberitahu tentang tujuan penelitian, manfaat partisipasi, kerahasiaan data, dan hak untuk menghentikan pengisian kapan saja. Anonimitas dijaga dengan tidak menyertakan identitas pribadi yang dapat melacak responden secara individu, sehingga mengurangi bias respons dan meningkatkan kejujuran. Pendekatan ini juga memanfaatkan kehadiran digital anggota MAM melalui Strava dan Instagram, sehingga menghasilkan sampel yang representatif dari keragaman komunitas lari lokal.

3.7 Teknis analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan landasan dari **Social Media Affordances Theory** (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017). Variabel independen (X) yaitu penggunaan aplikasi Strava dijabarkan ke dalam empat dimensi affordances utama, yaitu visibility, persistence, editability, dan association. Keempat dimensi ini digunakan untuk mengukur bagaimana responden menilai fitur-fitur Strava dalam mendukung interaksi dan perilaku mereka di komunitas lari Me Against Me (MAM).

Studi ini memberikan validasi terhadap hipotesis yang dirumuskan dengan metode analisis data kuantitatif melalui uji regresi linier sederhana. Analisis data dilakukan secara sistematis menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 27.0. Langkah-langkah analisis data dalam studi ini adalah sebagai berikut:

3.7.1 Uji Asumsi Klasik

Sebelum menjalankan model regresi linier sederhana, data harus memenuhi asumsi klasik yang relevan. Karena hanya ada satu variabel independen, tidak perlu melakukan uji multikolinearitas. Uji asumsi yang dilakukan:

a. Uji Normalitas

1) Uji Kolmogorov-Smirnov

Kriteria uji:

- Jika nilai signifikansi (Asymp. Sig.) $> 0,05$, maka data terdistribusi normal
- Jika nilai signifikansi (Asymp. Sig.) $< 0,05$, maka data tidak terdistribusi secara normal

2) Analisis Grafik Normal P-P Plot

Data dikatakan terdistribusi secara normal jika titik-titik pada grafik mengikuti garis diagonal dan tidak menyebar jauh dari garis diagonal. Metode grafis ini digunakan sebagai metode pelengkap untuk memperkuat hasil uji Kolmogorov-Smirnov.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear atau tidak. Uji linearitas menggunakan Uji Linearitas dengan membandingkan nilai F yang dihitung dengan tabel F pada tingkat signifikansi 5%.

Kriteria uji:

- Jika nilai signifikansi linearitas $< 0,05$, maka hubungan antara variabel bersifat linear
- Jika nilai signifikansi penyimpangan dari linearitas $> 0,05$, maka model linear sesuai.

c. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah terdapat ketidaksetaraan varians dari satu pengamatan ke pengamatan lain dalam model regresi. Model regresi yang baik adalah model yang tidak memiliki heteroskedastisitas (homoskedastisitas). Uji heteroskedastisitas menggunakan dua metode:

1) Uji Glejser

Kriteria uji:

- Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada heteroskedastisitas.
- Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka ada heteroskedastisitas.

3.7.3 Uji Hipotesis 1

Uji korelasi dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara penggunaan aplikasi Strava (X) dengan partisipasi olahraga lari (Y). Pada bagian ini peneliti menggunakan **korelasi Pearson**, karena kedua variabel memiliki data berskala Likert dan sudah melalui uji normalitas serta linearitas.

Korelasi Pearson akan menunjukkan seberapa kuat hubungan kedua variabel, dan apakah hubungan tersebut bersifat positif atau negatif.

a. Rumus Korelasi Pearson

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Gambar 3.1 Rumus Korelasi Pearson

Sumber : Sugiyono (2023) ; diadaptasi dalam perhitungan SPSS versi 27

Rumus ini adalah dasar perhitungan koefisien korelasi yang digunakan oleh SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*).

b. Interpretasi Nilai Korelasi

Nilai r berada pada rentang -1 sampai +1. Pedoman yang digunakan:

Tabel 3.1 Interpretasi Nilai Korelasi

Nilai r	Interpretasi
0.00 – 0.19	Hubungan sangat lemah / hampir tidak ada
0.20 – 0.39	Hubungan lemah
0.40 – 0.59	Hubungan sedang
0.60 – 0.79	Hubungan kuat
0.80 – 1.00	Hubungan sangat kuat

Sumber : Diolah oleh peneliti (2026)

c. Kriteria Pengambilan Keputusan

Keputusan didasarkan pada nilai signifikansi (Sig. 2-tailed):

- **p < 0.05** → hubungan dinyatakan signifikan

- $p \geq 0.05 \rightarrow$ hubungan dinyatakan tidak signifikan

Jika hasilnya signifikan, maka uji pengaruh (regresi) dapat dilanjutkan.

d. Syarat Penggunaan Korelasi Pearson

1. Data dinyatakan normal.
2. Hubungan antara X dan Y linear.
3. Tidak ada outlier yang mengganggu pola data.
4. Skala data minimal interval (skala Likert diperbolehkan).

3.7.4 Uji Hipotesis 2

Uji hipotesis menggunakan regresi linier sederhana untuk menguji pengaruh X (Strava sebagai Media Komunikasi Komunitas) terhadap Y (Partisipasi Olahraga Lari).

Tabel 3.2 Keputusan dan Syarat

Hipotesis	Rumus
H0	Tidak ada pengaruh
H1	Ada pengaruh & signifikan

Kriteria ($\alpha = 0,05$)

Keputusan	Syarat
H1 Diterima	$b > 0$ dan Sig. $t < 0,05$
H1 Ditolak	$b \leq 0$ atau Sig. $t \geq 0,05$

Sumber : Diolah oleh peneliti (2026)

contoh:

Jika $b = 0,78$ dan Sig. $t = 0,000 \rightarrow H_1$ diterima

Jika $b = 0,12$ dan Sig. $t = 0,214 \rightarrow H_1$ ditolak

Semua pengujian hipotesis menggunakan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ (5%), yang merupakan standar dalam penelitian sosial. Tingkat signifikansi ini menunjukkan bahwa peneliti bersedia menerima peluang kesalahan sebesar 5% dalam menolak hipotesis nol.

Seluruh proses analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 27.0 untuk memastikan akurasi perhitungan dan efisiensi waktu. Data mentah yang dikumpulkan melalui Google Forms diekspor ke format Excel, kemudian dilakukan pembersihan data untuk memastikan tidak ada data yang hilang, duplikat, atau tidak sesuai. Setelah data dibersihkan, data dimasukkan ke SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) untuk pengkodean dan analisis sesuai dengan langkah-langkah yang dijelaskan di atas.

Dengan menggunakan teknik analisis data yang sistematis dan komprehensif ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan hasil yang valid, reliabel, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

3.8 Keabsahan Data

Validitas data dalam penelitian ini dapat dikendalikan dan dievaluasi menggunakan sejumlah pemeriksaan kualitas untuk memastikan bahwa data yang diperoleh akurat, valid, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah. Survei terdiri dari bahasa yang jelas dan mudah dipahami, tanpa pertanyaan yang samar atau menggiring, dan responden bersifat anonim tidak ada identitas pribadi yang dapat menunjukkan pengguna sebenarnya dalam survei, sehingga orang-orang dapat merespons secara objektif dan tanpa tekanan sosial.

Pembersihan data diterapkan untuk memastikan integritas dan akurasi data, termasuk menghapus kuesioner yang tidak lengkap, yang memiliki pola jawaban yang tidak konsisten (semua jawaban sama), dan/atau menunjukkan bahwa responden menjawab pertanyaan survei dengan sembarangan. Setelah data diperoleh, data tersebut disaring untuk menemukan pencilan dan nilai ekstrem yang dapat mempengaruhi analisis secara negatif. Semua pengumpulan dan analisis data untuk studi ini dilakukan untuk mengikuti prinsip objektivitas (tidak ada yang mengganggu atau memalsukan jawaban yang diberikan oleh responden), sementara analisis statistik standar dilakukan pada data menggunakan perangkat lunak SPSS versi 27.0 untuk mengurangi kesalahan perhitungan dan memberikan hasil yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

BAB IV

GAMBARAN OBJEK PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Objek Penelitian

4.1.1 Profil Umum Objek Penelitian

Komunitas Me Against Me (MAM) merupakan salah satu komunitas lari yang berkembang di Kota Malang. Berdasarkan hasil wawancara dengan Riza selaku salah satu founder sekaligus pengelola keuangan komunitas pada tanggal 4 Juni 2026, komunitas ini didirikan pada sekitar bulan Agustus-September 2024. Awal pembentukan komunitas berangkat dari sekelompok teman yang sering berkumpul bersama dan memiliki keresahan mengenai pentingnya menjaga kesehatan. Dari kegiatan pertemanan tersebut kemudian muncul inisiatif untuk membentuk komunitas lari sebagai wadah berolahraga bersama yang pada awalnya hanya diikuti oleh lingkaran pertemanan terdekat.

Nama “Me Against Me” memiliki filosofi utama yaitu melawan diri sendiri. Filosofi tersebut menekankan bahwa setiap individu berupaya menjadi versi terbaik dari dirinya melalui proses disiplin, konsistensi, dan pengembangan diri dalam aktivitas olahraga. Menurut narasumber, tujuan utama pembentukan komunitas ini adalah menyediakan wadah bagi masyarakat yang ingin berolahraga bersama, khususnya olahraga lari. Seiring berjalannya waktu, jumlah anggota komunitas terus bertambah dan aktivitas komunitas semakin berkembang.

Berdasarkan data Strava Club Me Against Me (MAM) yang diakses pada Mei 2026, jumlah anggota yang terdaftar mencapai 478 akun pengguna. Keanggotaan komunitas bersifat terbuka dan tidak memiliki persyaratan khusus. Masyarakat yang tertarik untuk bergabung dapat mengikuti informasi kegiatan yang diumumkan melalui media komunikasi komunitas dan berpartisipasi dalam kegiatan yang diselenggarakan.

Dalam pelaksanaannya, komunitas MAM secara rutin menyelenggarakan berbagai kegiatan olahraga lari. Kegiatan yang dilakukan secara berkala antara lain Miles-Miles yang diselenggarakan setiap Kamis malam serta Minggu pagi. Selain itu, komunitas juga menyelenggarakan kegiatan Highway to Hill sebagai program persiapan bagi anggota yang akan mengikuti event trail run maupun kompetisi lari tertentu.

Selain kegiatan olahraga lari, anggota komunitas juga sering melakukan kegiatan sosial informal seperti berkumpul dan berdiskusi bersama setelah berolahraga. Aktivitas tersebut turut mendukung terbentuknya hubungan sosial yang lebih erat antaranggota komunitas.

Dalam satu tahun terakhir, komunitas MAM aktif mengikuti berbagai event lari tingkat lokal maupun nasional. Beberapa event yang diikuti antara lain Mantra Series, Broder, Lelono, Siksorogo Lawu Ultra, Bali Trail Run, dan Alas Trail Run. Selain berpartisipasi dalam event yang diselenggarakan pihak eksternal, komunitas juga menyelenggarakan kegiatan kolaboratif seperti Whispers of The Waves serta event internal bertajuk 30 KM TO M.A.R.S. Keikutsertaan dalam berbagai event tersebut menunjukkan tingginya keterlibatan komunitas dalam aktivitas olahraga lari dan pengembangan jejaring komunitas lari di Indonesia.

4.1.2 Gambaran Umum Penggunaan Aplikasi Strava pada Komunitas Me Against Me (MAM)

Berdasarkan hasil wawancara dengan Wildan Makara selaku anggota inti sekaligus atlet komunitas Me Against Me (MAM) pada tanggal 6 Juni 2026, aplikasi Strava menjadi salah satu platform yang digunakan secara aktif oleh anggota komunitas dalam mendukung aktivitas olahraga lari. Menurut narasumber, penggunaan Strava tidak hanya berfungsi sebagai alat pencatat aktivitas olahraga, tetapi juga sebagai media yang mendukung interaksi dan komunikasi antaranggota komunitas.

Salah satu fitur yang paling sering digunakan adalah activity tracking. Fitur ini digunakan untuk merekam berbagai data aktivitas olahraga seperti jarak tempuh, durasi, pace, elevasi, dan berbagai indikator performa lainnya. Menurut narasumber, fitur tersebut membantu pengguna memantau perkembangan latihan secara lebih detail melalui data statistik dan grafik perkembangan yang tersedia pada aplikasi.

Selain activity tracking, fitur kudos juga menjadi salah satu fitur yang sering digunakan anggota komunitas. Pemberian kudos dilakukan sebagai bentuk apresiasi dan dukungan terhadap aktivitas olahraga yang dilakukan anggota lain. Interaksi tersebut menciptakan dukungan sosial digital yang mendorong anggota untuk tetap aktif berolahraga.

Anggota komunitas juga memanfaatkan activity feed untuk melihat aktivitas olahraga anggota lainnya. Melalui fitur tersebut, anggota dapat mengetahui lokasi, jarak tempuh,

maupun aktivitas olahraga yang dilakukan anggota lain sehingga memunculkan interaksi berupa komentar dan diskusi terkait aktivitas lari yang dilakukan.

Fitur challenges juga cukup sering digunakan oleh anggota komunitas. Menurut narasumber, tantangan bulanan yang disediakan Strava membantu meningkatkan motivasi berlari karena mendorong pengguna untuk mencapai target tertentu dalam periode waktu tertentu. Selain itu, komunitas MAM juga memanfaatkan fitur club yang memungkinkan anggota melihat leaderboard aktivitas anggota lainnya berdasarkan total jarak maupun frekuensi aktivitas olahraga.

Berdasarkan hasil wawancara, penggunaan Strava dalam komunitas MAM tidak hanya berfungsi sebagai media pencatatan aktivitas olahraga, tetapi juga sebagai sarana komunikasi digital, pemberian dukungan sosial, serta peningkatan motivasi dan konsistensi latihan anggota komunitas.

4.1.3 Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini merupakan anggota aktif komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang yang menggunakan aplikasi Strava dalam aktivitas olahraga lari.

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi :

- Jenis kelamin
- Usia
- Tingkat pendidikan tertinggi
- Pekerjaan
- Sudah berapa lama menggunakan aplikasi Strava

4.2 Gambaran Aktivitas Komunitas Me Against Me (MAM)

Berdasarkan hasil wawancara dengan Riza selaku salah satu founder sekaligus pengelola keuangan komunitas Me Against Me (MAM) pada tanggal 4 Juni 2026, komunitas MAM secara rutin melaksanakan berbagai aktivitas olahraga lari yang bertujuan tidak hanya untuk meningkatkan kebugaran fisik anggota, tetapi juga memperkuat hubungan sosial dan kebersamaan dalam komunitas.

Kegiatan rutin yang diselenggarakan komunitas meliputi Miles-Miles yang dilaksanakan setiap Kamis malam serta Minggu pagi. Selain kegiatan rutin tersebut, komunitas

juga menyelenggarakan program Highway to Hill sebagai bentuk persiapan bagi anggota yang akan mengikuti event trail run maupun kompetisi lari tertentu.

Selain aktivitas olahraga, anggota komunitas juga sering melakukan kegiatan berkumpul bersama secara informal setelah berolahraga. Menurut narasumber, kegiatan tersebut menjadi sarana untuk mempererat hubungan antaranggota komunitas dan membangun rasa kebersamaan di luar aktivitas lari.

Dalam satu tahun terakhir, komunitas MAM juga aktif berpartisipasi dalam berbagai event lari tingkat lokal maupun nasional. Beberapa event yang pernah diikuti antara lain Mantra Series, Broder, Lelono, Siksorogo Lawu Ultra, Bali Trail Run, dan Alas Trail Run. Selain mengikuti event yang diselenggarakan pihak eksternal, komunitas juga menyelenggarakan kegiatan kolaboratif seperti Whispers of The Waves serta event internal yaitu 30 KM TO M.A.R.S.

Berbagai aktivitas komunitas tersebut menunjukkan bahwa MAM tidak hanya berfungsi sebagai wadah olahraga lari, tetapi juga sebagai ruang interaksi sosial yang mendukung pengembangan komunitas dan partisipasi anggota dalam aktivitas olahraga secara berkelanjutan.

4.3 Gambaran Hubungan Komunitas dan Media Digital

Menurut Wildan Makara selaku anggota inti dan atlet komunitas MAM, Strava tidak hanya digunakan untuk mencatat aktivitas olahraga, tetapi juga menjadi sarana komunikasi antaranggota komunitas. Aktivitas yang muncul pada activity feed memungkinkan anggota saling memberikan komentar, bertanya mengenai aktivitas olahraga yang dilakukan, serta memberikan dukungan melalui fitur kudos. Selain itu, fitur club dan leaderboard memungkinkan anggota memantau aktivitas sesama anggota sehingga menciptakan interaksi dan motivasi bersama dalam komunitas. Temuan ini menunjukkan bahwa Strava memiliki peran sebagai media komunikasi digital yang mendukung interaksi sosial dalam komunitas olahraga lari.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Deskripsi Hasil Penelitian

Pada bagian ini peneliti memaparkan hasil pengolahan data penelitian yang diperoleh dari penyebaran kuesioner kepada anggota komunitas Me Against Me (MAM) pengguna aplikasi Strava. Data penelitian diolah menggunakan aplikasi SPSS versi 27 dengan jumlah responden sebanyak 213 responden.

5.1.2 Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai profil responden yang menjadi objek penelitian. Responden dalam penelitian ini berjumlah 213 orang yang merupakan anggota aktif komunitas Me Against Me yang bersedia mengisi secara sukarela. Karakteristik responden disajikan berdasarkan jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, pekerjaan dan seberapa lama menggunakan aplikasi strava

Tabel 5.1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	172	80,8 %
		Perempuan	41	19,2 %
	Total		213	100 %
2	Usia	18 - 24 tahun	112	52,6 %
		25 - 30 tahun	81	38 %
		31 - 35 tahun	18	8,5 %
		> 35 tahun	2	0,9 %

	Total		213	100 %
3	Tingkat Pendidikan Tertinggi	SMA/Sederajat	144	67,6 %
		Diploma	11	5,2 %
		Sarjana (S1)	58	27,2 %
		Pascasarjana (S2/S3)	0	0 %
	Total		213	100 %
4	Pekerjaan	Mahasiswa	84	39,4 %
		Pegawai Swasta	67	31,4 %
		Pegawai Negeri	12	5,6 %
		Wirausaha	42	19,7 %
		Siswa	1	0,5 %
		Mencari pekerjaan	1	0,5 %
		Masih pelajar mas	1	0,5 %
		Pelajar	1	0,5 %
		Barista	1	0,5 %
		Pelajar	1	0,5 %
		Freelance	1	0,5 %
		Frelance	1	0,5 %
	Total		213	100 %

5	Sudah berapa lama menggunakan aplikasi Strava	< 3 bulan	1	0,5 %
		3-6 bulan	111	52,1 %
		7-12 bulan	44	20,6 %
		> 1 tahun	57	26,8 %
	Total		213	100 %

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel karakteristik responden, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki sebanyak 172 orang atau 80,8%, sedangkan responden perempuan berjumlah 41 orang atau 19,2%. Hal ini menunjukkan bahwa pengguna aplikasi Strava dalam penelitian ini didominasi oleh laki-laki.

Berdasarkan usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia 18–24 tahun yaitu sebanyak 112 orang atau 52,6%, diikuti usia 25–30 tahun sebanyak 81 orang atau 38%. Sementara itu, responden usia 31–35 tahun berjumlah 18 orang atau 8,5%, dan usia di atas 35 tahun hanya sebanyak 2 orang atau 0,9%. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas pengguna Strava dalam penelitian ini berasal dari kelompok usia produktif muda.

Dari sisi tingkat pendidikan/pekerjaan, mayoritas responden merupakan mahasiswa sebanyak 84 orang atau 39,4%, diikuti pegawai swasta sebanyak 67 orang atau 31,5%, wirausaha sebanyak 42 orang atau 19,7%, dan pegawai negeri sebanyak 12 orang atau 5,6%. Selain itu terdapat beberapa kategori pekerjaan lain dengan jumlah yang sangat sedikit seperti siswa, pelajar, freelance, barista, dan pencari kerja yang masing-masing hanya sebesar 0,5%.

Berdasarkan lama penggunaan aplikasi Strava, mayoritas responden telah menggunakan Strava selama 3–6 bulan yaitu sebanyak 111 orang atau 52,1%. Selanjutnya responden yang telah menggunakan Strava lebih dari 1 tahun berjumlah 57 orang atau 26,8%, sedangkan pengguna selama 7–12 bulan sebanyak 44 orang atau 20,7%. Responden yang baru menggunakan Strava kurang dari 3 bulan hanya sebanyak 1 orang atau 0,5%.

Secara keseluruhan, penelitian ini didominasi oleh responden laki-laki dengan rentang usia 18–

24 tahun, berstatus sebagai mahasiswa, dan telah menggunakan aplikasi Strava selama 3–6 bulan. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Strava lebih banyak digunakan oleh kelompok usia muda yang aktif dan memiliki ketertarikan terhadap aktivitas olahraga lari serta teknologi pendukung aktivitas olahraga.

5.1.3 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Penggunaan Aplikasi Strava (X)

Variabel penggunaan aplikasi Strava terdiri dari beberapa indikator yang mengacu pada konsep Social Media Affordances Theory, yaitu:

- visibility,
- persistence,
- editability,
- association.

Berikut merupakan hasil deskripsi jawaban responden terhadap variabel penggunaan aplikasi Strava.

A. Visibility

Tabel 5.2 Item Pertanyaan Visibility

Kode	Item Pernyataan	STS		TS		Netral		S		SS		Mean
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
X1	Aktifitas lari saya dapat dilihat oleh anggota komunitas di strava	5	2,3	26	12,2	25	11,7	75	35,2	82	38,5	3,95
X2	Aktivitas lari saya mendapatkan respon (kudos/komentar) dari anggota komunitas	17	8%	22	10,3	27	12,7	73	34,3	74	34,7	3,77
X3	Saya merasa aktivitas lari saya diperhatikan oleh anggota komunitas	9	4,2	34	16	41	19,2	67	31,5	62	29,1	3,65

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel indikator **Visibility**, mayoritas responden memberikan jawaban **setuju (S)** dan **sangat setuju (SS)** terhadap seluruh item pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa aktivitas lari mereka pada aplikasi Strava dapat terlihat, memperoleh respons, dan diperhatikan oleh anggota komunitas lainnya. Selain itu, nilai mean pada setiap item juga menunjukkan kategori tinggi, sehingga indikator visibility pada aplikasi Strava dinilai baik oleh responden.

Pada pernyataan **X1** mengenai “*Aktivitas lari saya dapat dilihat oleh anggota komunitas di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 38,5% dan setuju sebesar 35,2%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,95**, yang menunjukkan bahwa responden merasa aktivitas lari mereka mudah terlihat oleh anggota komunitas di Strava.

Pada pernyataan **X2** mengenai “*Aktivitas lari saya mendapatkan respon (kudos/komentar) dari anggota komunitas*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 34,7% dan setuju sebesar 34,3%. Nilai mean pada item ini sebesar **3,77**, yang menunjukkan bahwa responden cukup sering mendapatkan interaksi berupa kudos maupun komentar dari anggota komunitas lainnya.

Selanjutnya pada pernyataan **X3** mengenai “*Saya merasa aktivitas lari saya diperhatikan oleh anggota komunitas*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 31,5% dan sangat setuju sebesar 29,1%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,65**, yang menunjukkan bahwa responden merasa aktivitas lari mereka mendapatkan perhatian dari anggota komunitas di Strava.

Secara keseluruhan, indikator **Visibility** memperoleh nilai mean rata-rata sebesar **3,79** yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Strava mampu memberikan visibilitas sosial yang baik bagi penggunaanya, sehingga aktivitas lari yang dibagikan dapat terlihat, memperoleh respons, dan diperhatikan oleh anggota komunitas lainnya.

Tabel 5.3 Item Pertanyaan Persistence

Kode	Item Pernyataan	STS		TS		Netral		S		SS		Mean
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
X4	Saya dapat melihat riwayat aktivitas lari saya kapan saja di Strava	11	5,2	29	13,6	25	11,7	60	28,2	88	41,3	3,87
X5	Riwayat aktivitas di Strava membantu saya memantau perkembangan lari	16	7,5	23	10,8	33	15,5	55	25,8	86	40,4	3,81
X6	Data aktivitas lari saya tersimpan dengan baik di Strava	14	6,6	24	11,3	31	14,6	59	27,7	85	39,9	3,83

Sumber :Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel indikator **Persistence**, mayoritas responden memberikan jawaban **setuju (S)** dan **sangat setuju (SS)** terhadap seluruh item pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa aplikasi Strava mampu menyimpan riwayat aktivitas lari dengan baik, memudahkan pengguna untuk melihat kembali aktivitas sebelumnya, serta membantu dalam memantau perkembangan olahraga lari dari waktu ke waktu. Nilai mean pada setiap item juga menunjukkan kategori tinggi, sehingga indikator persistence pada aplikasi Strava dinilai baik oleh responden.

Pada pernyataan **X4** mengenai “*Saya dapat melihat riwayat aktivitas lari saya kapan saja di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 41,3% dan setuju sebesar 28,2%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,87**, yang menunjukkan bahwa responden merasa fitur riwayat aktivitas di Strava mudah diakses kapan saja. Pada pernyataan **X5** mengenai “*Riwayat aktivitas di Strava membantu saya memantau perkembangan lari*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 40,4% dan setuju sebesar 25,8%. Nilai mean pada item ini sebesar **3,81**, yang menunjukkan bahwa responden merasa fitur riwayat aktivitas pada Strava membantu mereka dalam memantau perkembangan performa lari secara berkala.

Selanjutnya pada pernyataan **X6** mengenai “*Data aktivitas lari saya tersimpan dengan baik di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 39,9% dan setuju sebesar 27,7%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,83**, yang menunjukkan bahwa responden merasa data aktivitas lari mereka tersimpan dengan baik dan aman pada aplikasi Strava.

Secara keseluruhan, indikator **Persistence** memperoleh nilai mean rata-rata sebesar **3,84** yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Strava mampu menyediakan penyimpanan data aktivitas yang baik, memudahkan pengguna untuk mengakses riwayat aktivitas, serta membantu pengguna dalam memantau perkembangan aktivitas olahraga lari mereka.

C. Editability

Tabel 5.4 Item Pertanyaan Editability

Kode	Item Pernyataan	STS		TS		Netral		S		SS		Mean
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
X7	Saya dapat mengubah atau menyesuaikan informasi aktivitas lari sebelum dibagikan	19	8,9	29	13,6	27	12,7	57	26,8	81	38	3,71
X8	Saya dapat mengatur tampilan aktivitas lari yang saya bagikan di Strava	18	8,5	25	11,7	21	9,9	74	34,7	75	35,2	3,77
X9	Saya memiliki kendali terhadap informasi aktivitas lari yang ditampilkan di Strava	8	3,8	32	15	28	13,1	62	29,1	83	39%	3,85

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel indikator **Editability**, mayoritas responden memberikan jawaban **setuju (S)** dan **sangat setuju (SS)** terhadap seluruh item pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa aplikasi Strava memberikan kemudahan kepada pengguna dalam mengatur, mengubah, dan mengendalikan informasi aktivitas lari yang akan dibagikan kepada anggota komunitas lainnya. Nilai mean pada setiap item juga menunjukkan kategori tinggi, sehingga indikator editability pada aplikasi Strava dinilai baik oleh responden.

Pada pernyataan **X7** mengenai “*Saya dapat mengubah atau menyesuaikan informasi aktivitas lari sebelum dibagikan*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 38% dan setuju sebesar 26,8%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,71**, yang menunjukkan bahwa responden merasa fitur pengeditan informasi aktivitas pada Strava cukup mudah digunakan sebelum aktivitas dibagikan.

Pada pernyataan **X8** mengenai “*Saya dapat mengatur tampilan aktivitas lari yang saya bagikan di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 35,2% dan setuju sebesar 34,7%. Nilai mean pada item ini sebesar **3,77**, yang menunjukkan bahwa responden merasa Strava memberikan fleksibilitas dalam mengatur tampilan aktivitas lari yang dibagikan kepada komunitas.

Selanjutnya pada pernyataan **X9** mengenai “*Saya memiliki kendali terhadap informasi aktivitas lari yang ditampilkan di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 39% dan setuju sebesar 29,1%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar **3,85**, yang menunjukkan bahwa responden merasa memiliki kendali yang baik terhadap informasi aktivitas lari yang ditampilkan pada aplikasi Strava.

Secara keseluruhan, indikator **Editability** memperoleh nilai mean rata-rata sebesar **3,78** yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Strava mampu memberikan kebebasan dan kemudahan bagi pengguna dalam mengatur, mengedit, serta mengendalikan informasi aktivitas lari yang akan dibagikan kepada anggota komunitas lainnya.

D. Association

Tabel 5.5 Item Pertanyaan Association

Kode	Item Pernyataan	STS		TS		Netral		S		SS		Mean
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
X10	Saya terhubung dengan anggota komunitas melalui fitur di Strava	13	6,1	25	11,7	32	15	65	30,5	78	36,6	3,80
X11	Saya dapat melihat aktivitas lari anggota komunitas lainnya di Strava	9	4,2	23	10,8	25	11,7	69	32,4	87	40,8	3,95

X12	Saya dapat berinteraksi dengan anggota komunitas melalui Strava	8	3,8	25	11,7	33	15,5	66	31	81	38	3,88
-----	---	---	-----	----	------	----	------	----	----	----	----	------

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel indikator Association, mayoritas responden memberikan jawaban setuju (S) dan sangat setuju (SS) terhadap seluruh item pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa aplikasi Strava mampu membangun hubungan, interaksi, serta keterhubungan antaranggota komunitas melalui berbagai fitur yang tersedia. Nilai mean pada setiap item juga menunjukkan kategori tinggi, sehingga indikator association pada aplikasi Strava dinilai baik oleh responden.

Pada pernyataan X10 mengenai “*Saya terhubung dengan anggota komunitas melalui fitur di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 36,6% dan setuju sebesar 30,5%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar 3,80, yang menunjukkan bahwa responden merasa fitur pada aplikasi Strava membantu mereka untuk terhubung dengan anggota komunitas lainnya.

Pada pernyataan X11 mengenai “*Saya dapat melihat aktivitas lari anggota komunitas lainnya di Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 40,8% dan setuju sebesar 32,4%. Nilai mean pada item ini sebesar 3,95, yang menunjukkan bahwa responden merasa Strava memudahkan pengguna untuk melihat aktivitas lari anggota komunitas lainnya secara aktif.

Selanjutnya pada pernyataan X12 mengenai “*Saya dapat berinteraksi dengan anggota komunitas melalui Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 38% dan setuju sebesar 31%. Pernyataan ini memperoleh nilai mean sebesar 3,88, yang menunjukkan bahwa responden merasa aplikasi Strava mendukung interaksi sosial antaranggota komunitas dengan baik.

Secara keseluruhan, indikator Association memperoleh nilai mean rata-rata sebesar 3,88 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi Strava mampu menciptakan keterhubungan dan interaksi sosial yang baik antaranggota komunitas, sehingga

pengguna dapat saling melihat aktivitas, berinteraksi, dan membangun hubungan melalui platform Strava.

5.1.4 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Partisipasi Olahraga Lari (Y)

Variabel partisipasi olahraga lari terdiri dari beberapa indikator yang berkaitan dengan keterlibatan responden dalam aktivitas olahraga lari.

Tabel 5.6 Deskripsi Jawaban Responden Variabel Partisipan Olahraga Lari (Y)

Kode	Item Pernyataan	STS		TS		Netral		S		SS		Mean
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
Y1	Frekuensi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava	9	4,2	32	15	17	8	75	35,2	80	37,6	3,87
Y2	Saya lebih rutin berlari dibandingkan sebelumnya	11	5,2	22	10,3	26	12,2	72	33,8	82	38,5	3,90
Y3	Saya lebih konsisten dalam menjaga jadwal lari	14	6,6	18	8,5	34	16	74	34,7	73	34,3	3,82
Y4	Saya lebih disiplin dalam menjalankan aktivitas lari	9	4,2	27	12,7	34	16	77	36,2	66	31	3,77
Y5	Durasi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava	13	6,1	26	12,2	23	10,8	85	39,9	66	31	3,82
Y6	Jarak lari saya meningkat sejak menggunakan Strava	11	5,2	20	9,4	28	13,1	76	35,7	78	36,6	3,91
Y7	Performa lari saya meningkat sejak menggunakan Strava	6	2,8	24	11,3	34	16	83	39	66	31	3,84
Y8	Saya mampu mencapai target lari yang lebih tinggi dari sebelumnya	13	6,1	20	9,4	31	14,6	77	36,2	72	33,8	3,82
Y9	Saya lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur	11	5,2	19	8,9	26	12,2	70	32,9	87	40,8	4,01
Y10	Saya mengikuti kegiatan lari komunitas	9	4,2	22	10,3	18	8,5	70	32,9	94	44,1	4,06

Y11	Partisipasi saya dalam komunitas meningkat sejak menggunakan Strava	9	4,2	23	10,8	33	15,5	72	33,8	76	35,7	3,88
Y12	Saya lebih aktif berinteraksi dengan anggota komunitas dalam kegiatan lari	16	7,5	23	10,8	28	13,1	67	31,5	79	37,1	3,72

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan tabel variabel **Partisipasi Olahraga Lari (Y)**, mayoritas responden memberikan jawaban **setuju (S)** dan **sangat setuju (SS)** terhadap seluruh item pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan partisipasi responden dalam aktivitas olahraga lari, baik dari segi frekuensi, konsistensi, motivasi, maupun keterlibatan dalam komunitas lari. Nilai mean pada setiap item juga menunjukkan kategori tinggi, sehingga variabel partisipasi olahraga lari dinilai baik oleh responden.

Pada pernyataan **Y1** mengenai “*Frekuensi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 37,6% dan setuju sebesar 35,2%, dengan nilai mean sebesar **3,87**. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki persepsi bahwa Strava membantu meningkatkan frekuensi olahraga lari responden.

Pada pernyataan **Y2** mengenai “*Saya lebih rutin berlari dibandingkan sebelumnya*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 38,5% dan setuju sebesar 33,8%, dengan nilai mean sebesar **3,90**. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa lebih rutin melakukan aktivitas lari setelah menggunakan Strava.

Pada pernyataan **Y3** mengenai “*Saya lebih konsisten dalam menjaga jadwal lari*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 34,7% dan sangat setuju sebesar 34,3%, dengan nilai mean sebesar **3,82**. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merasa Strava membantu menjaga konsistensi dalam berolahraga lari.

Pada pernyataan **Y4** mengenai “*Saya lebih disiplin dalam menjalankan aktivitas lari*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 36,2% dan sangat setuju sebesar

31%, dengan nilai mean sebesar **3,77**. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan Strava meningkatkan kedisiplinan responden dalam berolahraga.

Pada pernyataan **Y5** mengenai “*Durasi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 39,9% dan sangat setuju sebesar 31%, dengan nilai mean sebesar **3,82**. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa durasi aktivitas lari mereka meningkat setelah menggunakan Strava.

Pada pernyataan **Y6** mengenai “*Jarak lari saya meningkat sejak menggunakan Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 36,6% dan setuju sebesar 35,7%, dengan nilai mean sebesar **3,91**. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan Strava membantu meningkatkan jarak tempuh lari responden.

Pada pernyataan **Y7** mengenai “*Performa lari saya meningkat sejak menggunakan Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 39% dan sangat setuju sebesar 31%, dengan nilai mean sebesar **3,84**. Hal ini menunjukkan bahwa responden merasa performa lari mereka mengalami peningkatan setelah menggunakan Strava.

Pada pernyataan **Y8** mengenai “*Saya mampu mencapai target lari yang lebih tinggi dari sebelumnya*”, mayoritas responden memberikan jawaban setuju sebesar 36,2% dan sangat setuju sebesar 33,8%, dengan nilai mean sebesar **3,82**. Hal ini menunjukkan bahwa Strava membantu responden mencapai target olahraga yang lebih tinggi.

Pada pernyataan **Y9** mengenai “*Saya lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 40,8% dan setuju sebesar 32,9%, dengan nilai mean sebesar **4,01**. Hal ini menunjukkan bahwa Strava mampu meningkatkan motivasi responden untuk berolahraga secara rutin.

Pada pernyataan **Y10** mengenai “*Saya mengikuti kegiatan lari komunitas*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 44,1% dan setuju sebesar 32,9%, dengan nilai mean sebesar **4,06**. Pernyataan ini memperoleh nilai mean tertinggi, yang menunjukkan bahwa penggunaan Strava mendorong responden untuk lebih aktif mengikuti kegiatan komunitas lari.

Pada pernyataan **Y11** mengenai “*Partisipasi saya dalam komunitas meningkat sejak menggunakan Strava*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 35,7%

dan setuju sebesar 33,8%, dengan nilai mean sebesar **3,88**. Hal ini menunjukkan bahwa Strava membantu meningkatkan keterlibatan responden dalam komunitas lari.

Selanjutnya pada pernyataan **Y12** mengenai “*Saya lebih aktif berinteraksi dengan anggota komunitas dalam kegiatan lari*”, mayoritas responden memberikan jawaban sangat setuju sebesar 37,1% dan setuju sebesar 31,5%, dengan nilai mean sebesar **3,72**. Hal ini menunjukkan bahwa Strava membantu meningkatkan interaksi sosial responden dalam komunitas olahraga lari.

Secara keseluruhan, variabel **Partisipasi Olahraga Lari (Y)** memperoleh nilai mean rata-rata sebesar **3,86** yang termasuk dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan partisipasi olahraga lari, baik dalam aspek aktivitas olahraga, motivasi, performa, maupun keterlibatan sosial dalam komunitas lari.

5.1.5 Uji Validitas

Dasar pengambilan keputusan:

- Butir pertanyaan dinyatakan valid apabila nilai r hitung $> r$ tabel dan $\text{Sig.} < 0,05$. Adapun r tabel untuk $n = 63$ adalah 0,248 ($df = 61$, $\alpha = 0,05$) - (Pilot Test)

Tabel 5.7 Uji Validitas Variabel X (Penggunaan Aplikasi Strava)

Butir Pertanyaan	R hitung	Sig,	Keterangan Hasil Uji
X.1	0,732	0,000	VALID
X.2	0,824	0,000	VALID
X.3	0,565	0,000	VALID
X.4	0,752	0,000	VALID
X.5	0,739	0,000	VALID
X.6	0,755	0,000	VALID
X.7	0,699	0,000	VALID
X.8	0,520	0,000	VALID
X.9	0,690	0,000	VALID

X.10	0,720	0,000	VALID
X.11	0,722	0,000	VALID
X.12	0,566	0,000	VALID

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026); Pilot Test $n = 63$, r tabel = 0,248

Tabel 5.8 Uji Validitas Variabel Y (Partisipasi Olahraga Lari)

Butir Pertanyaan	R hitung	Sig,	Keterangan Hasil Uji
Y.1	0,745	0,000	VALID
Y.2	0,765	0,000	VALID
Y.3	0,650	0,000	VALID
Y.4	0,689	0,000	VALID
Y.5	0,710	0,000	VALID
Y.6	0,704	0,000	VALID
Y.7	0,772	0,000	VALID
Y.8	0,577	0,000	VALID
Y.9	0,714	0,000	VALID
Y.10	0,529	0,000	VALID
Y.11	0,749	0,000	VALID
Y.12	0,589	0,000	VALID

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026); Pilot Test $n = 63$, r tabel = 0,248

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh item pertanyaan pada variabel penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari memiliki nilai r hitung lebih besar dibandingkan r tabel sehingga seluruh item dinyatakan valid.

5.1.6 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi jawaban responden terhadap item pertanyaan penelitian.

Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach Alpha dengan bantuan aplikasi SPSS versi 27

Dasar pengambilan keputusan:

- Kuesioner dinyatakan reliabel apabila koefisien cronbach's alpha bernilai $> 0,7$

Tabel 5.9 Uji Reliabilitas

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan Hasil Uji
Penggunaan Aplikasi Strava	0,897	RELIABEL
Partisipasi Olahraga Lari	0,895	RELIABEL

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan hasil uji reliabilitas, seluruh variabel penelitian memiliki nilai Cronbach Alpha di atas 0,7 sehingga seluruh variabel dinyatakan reliabel.

5.1.7 Uji Asumsi Klasik

A. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data residual dalam penelitian berdistribusi normal. Pengujian dilakukan menggunakan One Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Dasar pengambilan keputusan:

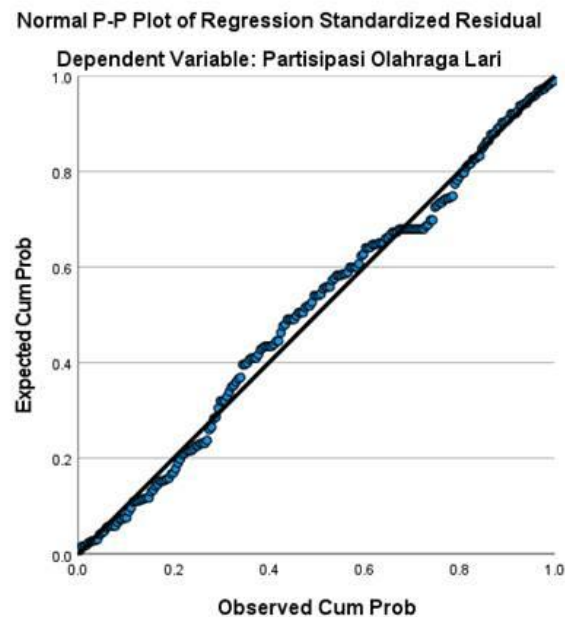
- Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data berdistribusi normal.
- Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal.

Tabel 5.10 Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov

				Unstandar dized Residual
N				213
Normal Parameters ^{a,b}		Mean		.0000000
		Std. Deviation		4.1542996 4
Most Extreme Differences	Extreme	Absolute		.054
		Positive		.048
		Negative		-.054
Test Statistic				.054
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c				.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2- tailed) ^e		Sig.		.131
		99% Confidence Interval	Lower Bound	.122
			Upper Bound	.139

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.
- e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 299883525.



Gambar 5.1 Grafik Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

Sumber : Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Berdasarkan uji Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,200 > 0,05$, sehingga data residual berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas. Selain itu, pada grafik Normal P-Plot titik-titik residual menyebar di sekitar garis diagonal dan mengikuti arah garis diagonal, sehingga menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

B. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari bersifat linear.

Dasar pengambilan keputusan:

- Jika nilai signifikansi deviation from linearity $> 0,05$ maka hubungan dinyatakan linear.

Tabel 5.11 ANOVA Uji Linearitas

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Partisipasi Olahraga Lari * Penggunaan Aplikasi Strava	Betwe (Combined)	18363.004	39	470.846	28.836	.000
	Linearity	17529.091	1	17529.091	1073.529	.000
	Deviation from Linearity	833.912	38	21.945	1.344	.105
	Within Groups	2824.827	173	16.328		
	Total	21187.831	212			

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi pada Linearity sebesar $< 0,001$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan linear antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari. Selain itu, nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar $0,105 > 0,05$ menunjukkan bahwa tidak terdapat penyimpangan dari linearitas, sehingga hubungan kedua variabel dinyatakan linear.

C. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah terdapat ketidaksetaraan varians dari satu pengamatan ke pengamatan lain dalam model regresi. Model regresi yang baik adalah model yang tidak memiliki heteroskedastisitas (homoskedastisitas).

Dasar pengambilan keputusan :

- Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada heteroskedastisitas.
- Jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka ada heteroskedastisitas.

Tabel 5.12 Uji Heteroskedastisitas (Uji Glejser)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4.642	.749		6.201	.000
	Penggunaan Aplikasi Strava	-.029	.016	-.124	-1.813	.071

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,071 > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada model regresi.

5.1.8 Uji Hipotesis

A. Uji Korelasi

Uji korelasi dilakukan untuk melihat apakah ada hubungan antara penggunaan aplikasi Strava (X) dengan partisipasi olahraga lari (Y). Pada bagian ini peneliti menggunakan **korelasi Pearson**, karena kedua variabel memiliki data berskala Likert dan sudah melalui uji normalitas serta linearitas. Korelasi Pearson akan menunjukkan seberapa kuat hubungan kedua variabel, dan apakah hubungan tersebut bersifat positif atau negatif.

Dasar pengambilan keputusan :

Keputusan didasarkan pada nilai signifikansi (Sig. 2-tailed):

- $p < 0.05 \rightarrow$ hubungan dinyatakan **signifikan**
- $p \geq 0.05 \rightarrow$ **hubungan dinyatakan tidak signifikan**

Tabel 5.13 Uji Korelasi Pearson

			Penggunaan Aplikasi Strava	Partisipasi Olahraga Lari
Penggunaan Strava	Aplikasi	Pearson Correlation	1	.910
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	213	213
Partisipasi Lari	Olahraga	Pearson Correlation	.910	1
		Sig. (2-tailed)	.000	
		N	213	213

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,910 dengan signifikansi $<0,001$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari.

B. Analisis Regresi

1. Koefisien determinasi

Tabel 5.14 Model Summary (Koefisien Determinasi)

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.910 ^a	.827	.827	4.16413

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

a. Predictors: (Constant), Penggunaan Aplikasi Strava

b. Dependent Variable: Partisipasi Olahraga Lari

Nilai R Square sebesar 0,827 menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava mampu menjelaskan pengaruh terhadap partisipasi olahraga lari sebesar 82,7%, sedangkan sisanya 17,3% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian.

2. Uji t

Tabel 5.15 Uji t (Coefficients)

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	6.934	1.261		5.501	.000
	Penggunaan Aplikasi Strava	.852	.027	.910	31.795	.000

Sumber: Data Primer, diolah menggunakan SPSS versi 27 (2026)

a. Dependent Variable: Partisipasi Olahraga Lari

Hasil uji t menunjukkan nilai signifikansi sebesar $< 0,001$ ($p < 0,05$) dengan koefisien regresi bernilai positif sebesar 0,852, sehingga penggunaan aplikasi Strava berpengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi olahraga lari.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Pengaruh Penggunaan Aplikasi Strava terhadap Partisipasi Olahraga Lari

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava memiliki hubungan positif dan pengaruh yang signifikan terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Hal ini ditunjukkan oleh hasil uji regresi linier sederhana yang menghasilkan koefisien regresi sebesar 0,852 dengan nilai signifikansi $< 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima.

Selain itu, hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,910 yang termasuk dalam kategori hubungan sangat kuat. Nilai tersebut menunjukkan bahwa dalam sampel penelitian ini terdapat hubungan yang erat antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari. Namun, kekuatan hubungan tersebut perlu dipahami sesuai dengan karakteristik responden penelitian yang relatif homogen, yaitu seluruh responden merupakan anggota Strava Club Me Against Me (MAM) yang memiliki ketertarikan terhadap aktivitas olahraga lari serta aktif memanfaatkan aplikasi Strava sebagai media pendukung aktivitas komunitas.

Hasil uji koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,827 menunjukkan bahwa variasi partisipasi olahraga lari pada responden dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebesar 82,7% oleh variasi skor penggunaan aplikasi Strava pada responden dalam penelitian ini, sedangkan sisanya sebesar 17,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Nilai koefisien determinasi yang tinggi tidak serta-merta menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi Strava merupakan satu-satunya faktor yang menentukan partisipasi olahraga lari, melainkan menggambarkan kuatnya hubungan kedua variabel pada konteks responden yang diteliti.

Di samping itu, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena desain penelitian yang digunakan bersifat cross-sectional. Dengan desain tersebut, penelitian ini mampu menunjukkan adanya hubungan dan pengaruh statistik antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari, namun belum dapat memastikan arah hubungan kausal secara mutlak. Terdapat kemungkinan bahwa individu yang sejak awal memiliki tingkat partisipasi olahraga lari yang tinggi lebih terdorong menggunakan aplikasi Strava untuk mendokumentasikan aktivitas, memantau perkembangan performa, serta berinteraksi dengan

anggota komunitas. Sebaliknya, penggunaan aplikasi Strava melalui berbagai affordance yang dimilikinya juga berpotensi memperkuat motivasi dan konsistensi individu dalam berpartisipasi pada olahraga lari. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dipahami sebagai hubungan yang saling berkaitan dalam konteks komunitas Me Against Me (MAM), bukan sebagai hubungan sebab-akibat yang bersifat absolut.

Hasil temuan ini memperkuat konsep Social Media Affordances Theory yang menjelaskan bahwa teknologi tidak secara langsung mengubah perilaku pengguna, tetapi menyediakan affordance atau peluang tindakan yang dimanfaatkan oleh pengguna sesuai kebutuhan dan konteks sosialnya. Dalam konteks komunitas MAM, affordance berupa visibility, persistence, editability, dan association memungkinkan anggota memperoleh dukungan sosial, mendokumentasikan perkembangan latihan, serta membangun interaksi dengan sesama anggota komunitas sehingga berkontribusi terhadap meningkatnya partisipasi olahraga lari.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Franken, Bekhuis, dan Tolsma (2023) yang menemukan bahwa interaksi sosial melalui fitur kudos di Strava secara signifikan meningkatkan frekuensi dan intensitas lari pengguna. Selain itu, hasil ini juga mendukung laporan Strava Year in Sport: Trend Report 2025 yang mencatat bahwa aktivitas kelompok melalui platform digital mendapatkan engagement dua kali lebih tinggi dibandingkan aktivitas solo, dan pelari berlari 40% lebih lama ketika bersama komunitas.

5.2.2 Makna Affordances Strava dalam Konteks Komunitas MAM

Hasil deskripsi variabel penggunaan aplikasi Strava menunjukkan bahwa keempat dimensi affordances memperoleh nilai mean yang tinggi, dengan urutan dari tertinggi ke terendah: association (3,88), persistence (3,84), editability (3,78), dan visibility (3,79). Pola ini dapat dimaknai melalui kerangka Social Media Affordances Theory (Evans, Pearce, Vitak, dan Treem, 2017).

Pertama, dimensi association yang memperoleh nilai mean tertinggi (3,88) menunjukkan bahwa kemampuan Strava dalam membangun jaringan sosial melalui fitur follow, clubs, dan challenges merupakan affordance yang paling dirasakan manfaatnya oleh anggota MAM. Hal ini sesuai dengan filosofi komunitas MAM yang menekankan solidaritas dan dorongan bersama: meskipun setiap anggota bersaing dengan dirinya sendiri, keberadaan komunitas digital di Strava memperkuat rasa kebersamaan yang mendorong konsistensi berlari.

Kedua, dimensi persistence (3,84) menunjukkan bahwa kemampuan Strava menyimpan seluruh riwayat aktivitas secara permanen sangat dihargai pengguna. Fitur ini memungkinkan setiap anggota MAM untuk memantau progres pribadi dari waktu ke waktu sebuah mekanisme yang secara langsung selaras dengan filosofi 'me against me', di mana tolok ukur keberhasilan bukan orang lain melainkan pencapaian diri sebelumnya.

Ketiga, dimensi visibility (3,79) menunjukkan bahwa keterbacaan aktivitas lari oleh anggota komunitas lain menciptakan akuntabilitas sosial yang mendorong partisipasi. Ketika aktivitas lari seseorang terlihat dan mendapat kudos dari rekan, terjadi penguatan positif (positive reinforcement) yang meningkatkan motivasi untuk terus berlari. Hal ini konsisten dengan temuan Russell, Potts, dan Nelson (2023) yang mengidentifikasi motivasi sebagai salah satu dari tiga implikasi psikososial utama penggunaan Strava.

Keempat, dimensi editability (3,78) meskipun memperoleh nilai mean terendah di antara keempat dimensi, tetap berada dalam kategori tinggi. Kemampuan mengedit caption, foto, dan pengaturan privasi memberikan kendali kepada pengguna dalam mengelola presentasi diri di platform, yang berkontribusi pada kenyamanan berbagi aktivitas dalam komunitas.

5.2.3 Implikasi terhadap Partisipasi Olahraga Lari

Dari sisi variabel dependen, item Y10 ('Saya mengikuti kegiatan lari komunitas') memperoleh nilai mean tertinggi sebesar 4,06, diikuti Y9 ('Saya lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur') sebesar 4,01. Pola ini mengindikasikan bahwa pengaruh Strava paling kuat dirasakan pada dimensi keterlibatan komunitas dan motivasi, dibandingkan aspek teknis seperti peningkatan durasi atau jarak. Hal ini memperkuat argumen bahwa Strava berfungsi bukan sekadar sebagai alat pelacak kinerja, melainkan sebagai media komunikasi komunitas yang secara aktif membangun motivasi olahraga melalui interaksi sosial digital.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengelolaan komunitas lari di era digital. Komunitas MAM dapat memaksimalkan pemanfaatan fitur clubs dan challenges di Strava untuk meningkatkan engagement anggota, terutama dalam konteks perencanaan event dan koordinasi latihan bersama. Selain itu, hasil penelitian ini memberikan bukti empiris bahwa platform media sosial olahraga seperti Strava mampu menjadi jembatan antara motivasi intrinsik individu dan dukungan sosial komunitas, sebuah kombinasi yang terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi olahraga secara berkelanjutan.

5.2.4 Keterbatasan Penelitian

Meskipun hasil penelitian ini cukup kuat secara statistik, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, desain penelitian bersifat cross-sectional sehingga tidak dapat menggambarkan perubahan perilaku olahraga secara longitudinal. Kedua, data sepenuhnya bersumber dari self-report responden, yang berpotensi mengandung bias sosial-desirabilitas, terutama mengingat tingginya nilai R Square (0,827) yang mungkin mencerminkan kemiripan persepsi antar item instrumen. Ketiga, sampel terbatas pada satu komunitas lari di Kota Malang sehingga generalisasi ke populasi pelari Indonesia secara keseluruhan perlu dilakukan dengan hati-hati, selain itu terdapat satu responden yang lolos screening karena keterbatasan teknis Google Form, namun proporsinya kurang dari 0,5% sehingga tidak signifikan mempengaruhi hasil. Keempat, penelitian ini belum dapat memastikan arah hubungan kausal secara mutlak antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari. Terdapat kemungkinan bahwa individu yang telah memiliki tingkat partisipasi olahraga lari yang tinggi cenderung menggunakan aplikasi Strava sebagai media untuk mendokumentasikan aktivitas dan berinteraksi dengan komunitas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimen agar hubungan sebab-akibat dapat diuji secara lebih komprehensif.

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah ditetapkan, penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan aplikasi Strava terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM) di Kota Malang. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Pengaruh tersebut bersifat positif, yang berarti semakin tinggi pemanfaatan aplikasi Strava oleh anggota komunitas, semakin tinggi pula tingkat partisipasi mereka dalam olahraga lari.

Penggunaan aplikasi Strava menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan terhadap partisipasi olahraga lari pada anggota komunitas Me Against Me (MAM), dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,827. Hal ini berarti variasi skor penggunaan aplikasi Strava dalam penelitian ini mampu menjelaskan 82,7% variasi partisipasi olahraga lari, sementara sisanya sebesar 17,3% ditentukan oleh faktor lain di luar cakupan penelitian. Namun demikian, tingginya nilai koefisien korelasi dan koefisien determinasi pada penelitian ini juga perlu dipahami dalam konteks karakteristik sampel penelitian. Seluruh responden berasal dari komunitas lari yang secara aktif menggunakan aplikasi Strava sehingga memiliki karakteristik yang relatif homogen. Kondisi tersebut memungkinkan hubungan antarvariabel tampak lebih kuat dibandingkan apabila penelitian dilakukan pada populasi yang lebih heterogen.

Penelitian ini juga tidak menutup kemungkinan adanya hubungan timbal balik (*reverse causality*) antara kedua variabel. Individu yang telah memiliki tingkat partisipasi olahraga lari yang tinggi dapat terdorong menggunakan aplikasi Strava untuk mendokumentasikan aktivitas, memantau performa, dan memperluas interaksi sosial dalam komunitas. Sebaliknya, affordances yang dimiliki aplikasi Strava juga berpotensi memperkuat motivasi dan konsistensi individu untuk tetap aktif berlari. Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu dipahami sebagai hubungan yang signifikan dalam konteks penelitian, namun belum dapat dipastikan sebagai hubungan sebab-akibat yang bersifat mutlak.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Strava tidak hanya berfungsi sebagai aplikasi pencatat aktivitas olahraga, tetapi juga sebagai media komunikasi digital yang mendukung interaksi sosial, motivasi, dan keterlibatan anggota komunitas. Hal ini tercermin dari tingginya respons pada dimensi interaksi komunitas, baik pada penilaian terhadap fitur Strava maupun pada partisipasi anggota dalam kegiatan lari bersama. Hasil penelitian ini sekaligus mendukung relevansi Social Media Affordances Theory dalam menjelaskan peran fitur-fitur Strava terhadap partisipasi olahraga lari, dengan dimensi association dan persistence sebagai dimensi yang paling menonjol berdasarkan penilaian responden.

6.2 Saran

6.2.1 Saran Akademis

1. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau experimental sehingga arah hubungan antara penggunaan aplikasi Strava dan partisipasi olahraga lari dapat diuji secara lebih kuat. Selain itu, penelitian dapat menggunakan probability sampling atau melibatkan beberapa komunitas lari agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih tinggi. Pendekatan tersebut diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai arah hubungan antarvariabel, termasuk kemungkinan bahwa individu yang telah memiliki kebiasaan berolahraga sebelumnya justru terdorong menggunakan aplikasi Strava sebagai media pencatatan aktivitas olahraga.
2. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menganalisis masing-masing dimensi affordances secara terpisah sehingga dapat diketahui dimensi yang paling dominan dalam mempengaruhi partisipasi olahraga lari.
3. Penelitian selanjutnya juga diharapkan dapat menggunakan objek penelitian yang lebih luas, tidak hanya pada satu komunitas lari tertentu sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas.
4. Penelitian mengenai media digital olahraga masih memiliki peluang yang besar untuk dikembangkan dalam kajian ilmu komunikasi, khususnya komunikasi digital dan media sosial.
5. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan pengukuran variabel partisipasi olahraga lari dengan menambahkan indikator *achievement* atau pencapaian

olahraga. Indikator tersebut dapat mencakup aspek seperti keikutsertaan dalam event atau kompetisi lari, pencapaian *personal best*, maupun keberhasilan memperoleh prestasi dalam kegiatan olahraga. Penambahan indikator tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai tingkat partisipasi olahraga, tidak hanya dari aspek frekuensi, intensitas, dan keterlibatan dalam komunitas, tetapi juga dari aspek pencapaian yang diperoleh oleh individu.

6. Penelitian selanjutnya juga dapat mengkaji penggunaan aplikasi Strava dari perspektif yang berbeda, khususnya terkait motivasi pengguna dalam membagikan aktivitas olahraga di media sosial. Fenomena seperti kecenderungan pengguna untuk melakukan *self-presentation*, mencari pengakuan sosial (*social recognition*), atau melakukan *flexing* terhadap aktivitas olahraga melalui Strava merupakan isu yang menarik untuk diteliti dalam perspektif Ilmu Komunikasi maupun komunikasi digital. Penelitian mengenai fenomena tersebut diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi perilaku pengguna dalam memanfaatkan media sosial olahraga.
7. Penelitian selanjutnya juga dapat mengangkat fenomena penggunaan jasa joki Strava yang mulai berkembang di kalangan pengguna aplikasi. Fenomena ini menarik untuk dikaji karena berkaitan dengan pembentukan identitas digital, pencitraan diri (*self-presentation*), serta kredibilitas aktivitas yang ditampilkan di media sosial. Penelitian mengenai fenomena tersebut diharapkan dapat memperkaya kajian komunikasi digital dengan melihat bagaimana pengguna membangun citra diri melalui aktivitas olahraga yang ditampilkan di platform digital.

6.2.2 Saran Praktis

1. Komunitas Me Against Me (MAM) diharapkan dapat terus memanfaatkan aplikasi Strava sebagai media pendukung aktivitas komunitas dan interaksi antaranggota.
2. Penggunaan fitur-fitur dalam aplikasi Strava seperti clubs, challenges, dan activity feed dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterlibatan anggota komunitas dalam aktivitas olahraga lari.
3. Pengguna aplikasi Strava diharapkan dapat memanfaatkan media digital olahraga secara positif sebagai sarana membangun motivasi olahraga dan menjaga konsistensi aktivitas fisik.

4. Pengembang aplikasi olahraga digital diharapkan dapat terus menghadirkan fitur-fitur yang mendukung interaksi sosial dan pengalaman pengguna dalam aktivitas olahraga komunitas.



DAFTAR PUSTAKA

- Alshawmar, M., et al. (2025). Affordance actualization and post-adoption perceived usefulness: An investigation of the continued use of fitness apps. *Systems*, 13(8), 652. <https://www.mdpi.com/2079-8954/13/8/652>
- Andersen, J. J. (2019). Marathon statistics 2019 worldwide. RunRepeat. <https://runrepeat.com/research-marathon-performance-across-nations>
- Antoro, B. T. B., & Putro, A. B. (2024). Overview of the runners at the 2022 Pocari Sweat Run. *Indonesian Journal of Kinanthropology (IJOK)*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.26740/ijok.v4n1.p1-7>
- Badan Pusat Statistik. (2025). Persentase penduduk usia muda (15–24 tahun) yang tidak bersekolah, tidak bekerja, dan tidak mengikuti pelatihan (NEET) – Februari 2025. Diakses dari <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTE4NiMy/percentage-of-youth--aged-15-24-years--not-in-education--employment-or-training--neet-.html>
- Badan Pusat Statistik Kota Malang. (2025). Persentase penduduk usia muda (15–24) yang tidak bersekolah, tidak bekerja, dan tidak mengikuti pelatihan (NEET) Kota Malang. Diakses dari <https://malangkota.bps.go.id/id/statistics-table/2/NTE5IzI=/persentase-penduduk-usia-muda-15-24-yang-tidak-bersekolah-tidak-bekerja-dan-tidak-mengikuti-pelatihan-neet-kota-malang-jawa-timur-dan-indonesia.html>
- Business of Apps. (2026). Strava revenue and usage statistics. <https://www.businessofapps.com/data/strava-statistics/>
- Chen, X., et al. (2024). Being there and being with them: The effects of visibility affordance of online short fitness video on users' intention to cloud fitness. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1267502/full>
- De La Cruz, E., Zarate, A., Zamarripa, J., Castillo, I., Borbon, C., Duarte, H., & Valenzuela, A. (2021). Grit, self-efficacy, motivation and the readiness to change index toward exercise in the adult population. *Frontiers in Psychology*, 12, 732325. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.732325>
- ElectroiQ. (2024). Strava statistics by revenue, users and region. <https://electroiQ.com/stats/strava-statistics/>
- Equal Measures 2030. (2024). 2024 SDG Gender Index. <https://www.equalmeasures2030.org/2024-sdg-gender-index/>

Evans, M. B., McLaren, C., Budziszewski, R., & Gilchrist, J. (2019). When a sense of "we" shapes the sense of "me": Exploring how groups impact running identity and behavior. *Self and Identity*, 18(3), 227-246. <https://doi.org/10.1080/15298868.2018.1436084>

Evans, S. K., Pearce, K. E., Vitak, J., & Treem, J. W. (2017). Explicating affordances: A conceptual framework for understanding affordances in communication research. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 22(1), 35-52. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12180>

Fong, P., Cruwys, T., Robinson, S. L., Haslam, S. A., Haslam, C., Mance, P. L., & Fisher, C. L. (2021). Evidence that loneliness can be reduced by a whole-of-community intervention to increase neighbourhood identification. *Social Science & Medicine*, 277, 113909. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.113909>

Franken, R., Bekhuis, H., & Tolsma, J. (2023). Kudos make you run! How runners influence each other on the online social network Strava. *Social Networks*, 72, 151-164. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2022.10.001>

Franken, R., & Wijnhoven, F. (2022). Kudos make you run! How runners influence each other on the online social network Strava. *Social Networks*, 71, 195-209. <https://doi.org/10.1016/j.socnet.2022.09.003>

Haake, S., Quirk, H., & Bullas, A. (2024). The impact of parkrun on life satisfaction and its cost-effectiveness: A six-month study of parkrunners in the United Kingdom. *PLOS Global Public Health*, 4(10), e0003580. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0003580>

Hamari, J., & Koivisto, J. (2015). Why do people use gamification services? *International Journal of Information Management*, 35(4), 419-431. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2015.04.006>

Haslam, C., Jetten, J., Cruwys, T., Dingle, G., & Haslam, S. A. (2018). *The new psychology of health: Unlocking the social cure*. Routledge.

IMARC Group. (2026). Indonesia running gear market size, share, trends and forecast by product, gender, distribution channel, and region, 2026-2034. <https://www.imarcgroup.com/indonesia-running-gear-market>

Indo Buddies. (2024). Marathons in Indonesia: Running races 2024-2025. <https://indobuddies.com/java/marathons-in-indonesia-running-races/>

ITDP Indonesia. (2024). Comprehensive planning is a game-changer for walking and cycling in Jakarta. <https://itdp-indonesia.org/2024/01/comprehensive-planning-is-a-game-changer-for-walking-and-cycling-in-jakarta/>

JadwalLari.id. (2025). Malang Night Run 2025. Diakses dari <https://jadwallari.id/events/malang-night-run>

KalenderLari.com. (2025). Jadwal Event Lari Indonesia 2025. Diakses dari <https://kalenderlari.com/jadwal-event-lari-indonesia-2025>

MAM Running Club. (2025). Siksorogo Lawu Ultra: Me Against Me Trail Division. Diakses dari <https://www.instagram.com/mam.clvb> (posting Desember 2025).

Pemerintah Kota Malang. (2024). 1.100 runners enliven Ngalam Heritage Run 2024. <https://malangkota.go.id/en/2024/11/17/1-100-pelari-ramaikan-ngalam-heritage-run-2024/>

Quirk, H., Bullas, A., Haake, S., Goyder, E., Graney, M., Wellington, C., Copeland, R., Reece, L., & Stevinson, C. (2021). Exploring the benefits of participation in community-based running and walking events: A cross-sectional survey of parkrun participants. *BMC Public Health*, 21(1), 1978. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11986-0>

Rivers, D. J. (2020). Strava as a discursive field of practice: Technological affordances and mediated cycling motivations. *Journal of Sport & Social Issues*, 44(5), 422–440. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S2211695819301576>

Ronzhy, A., Cardenal, A. S., & Batlle Rubio, A. (2022). Defining affordances in social media research: A literature review. *New Media & Society*, 25(11), 1–24. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/14614448221135187>

Russell, H. C., Potts, C., & Nelson, E. (2023). "If it's not on Strava it didn't happen": Perceived psychosocial implications of Strava use in collegiate club runners. *Recreational Sports Journal*, 47(1), 15-25. <https://doi.org/10.1177/15588661221148170>

Sacra. (2023). Strava: The \$265M/year Whole Foods of social networks. <https://sacra.com/research/the-whole-foods-of-social-networks/>

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology*, 60, 101832. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>

Solidarity Run. (2025). Solidarity Run 2025. Diakses dari <https://solidarityrun.id>

Start.io. (2024). Running enthusiasts in Indonesia audience. <https://www.start.io/audience/running-enthusiasts-in-indonesia>

Statista. (2025). Running equipment market in Indonesia: Market forecast 2025-2029. Statista Market Insights. <https://www.statista.com/outlook/cmo/footwear/running/indonesia>

Stevinson, C., Hickson, M., & Deslandes, A. C. (2022). Outcomes of participation in parkrun, and factors influencing why and how often individuals participate: A systematic review of quantitative studies. *BMC Public Health*, 22(1), 1303. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-13497-w>

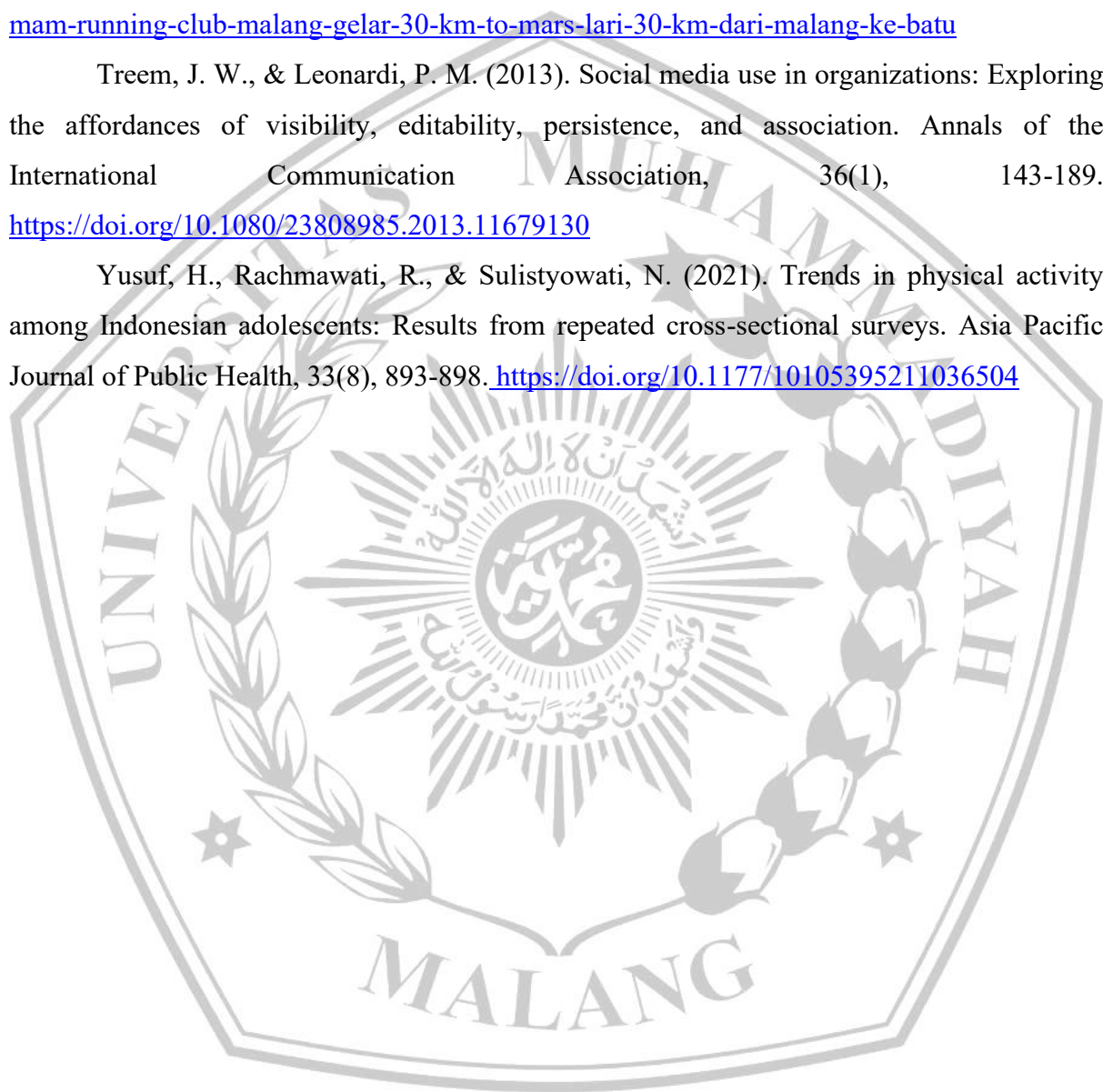
Strava. (2025). Year in Sport: Trend Report 2025. Diakses dari <https://press.strava.com/articles/strava-releases-12th-annual-year-in-sport-trend-report-2025>

Sugiyono. (2023). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta. https://uninus.perpust.id/index.php?id=11698&p=show_detail&utm

Times Indonesia. (2026). Buruan Daftar: MAM Running Club Malang Gelar “30 KM TO M.A.R.S”. Diakses dari <https://timesindonesia.co.id/olahraga/577911/buruan-daftar-mam-running-club-malang-gelar-30-km-to-mars-lari-30-km-dari-malang-ke-batu>

Treem, J. W., & Leonardi, P. M. (2013). Social media use in organizations: Exploring the affordances of visibility, editability, persistence, and association. *Annals of the International Communication Association*, 36(1), 143-189. <https://doi.org/10.1080/23808985.2013.11679130>

Yusuf, H., Rachmawati, R., & Sulistyowati, N. (2021). Trends in physical activity among Indonesian adolescents: Results from repeated cross-sectional surveys. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 33(8), 893-898. <https://doi.org/10.1177/10105395211036504>



LAMPIRAN

A. Jawaban Kuesioner

Bagian I: Data Demografi dan Identitas Responden

Nama Lengkap / Panggilan Unik

213 jawaban

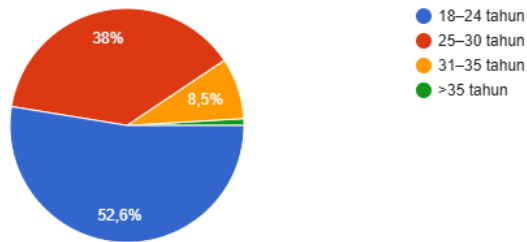
Dimas Boy Juniet
Hilton Morera
Oktorio
AVA
Zulfikar
Annisa Aulia
Daffa putra
Renata
ihsan



Usia Anda saat ini:

 Salin diagram

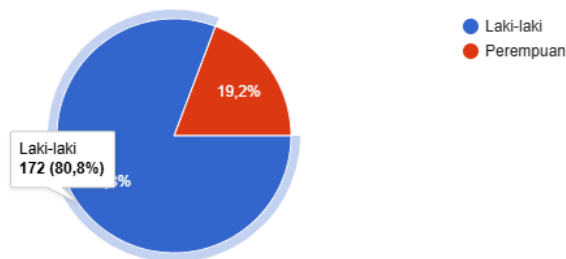
213 jawaban



Jenis Kelamin:

 Salin diagram

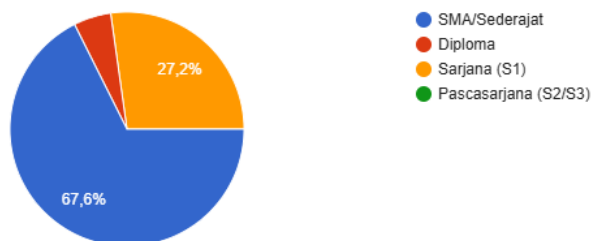
213 jawaban



Tingkat Pendidikan Tertinggi:

 Salin diagram

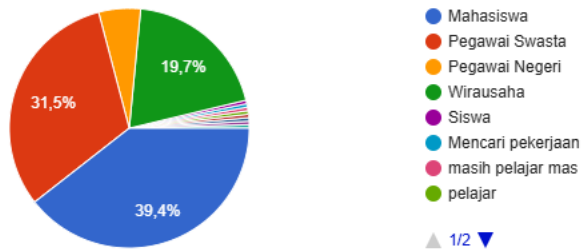
213 jawaban



Pekerjaan Saat Ini:

[Salin diagram](#)

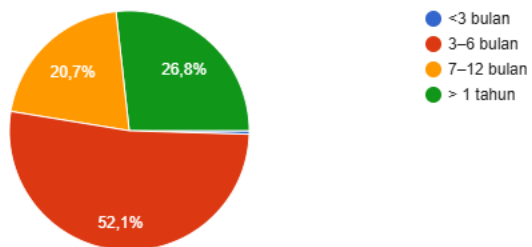
213 jawaban



Sudah berapa lama Anda menggunakan aplikasi Strava?

[Salin diagram](#)

213 jawaban

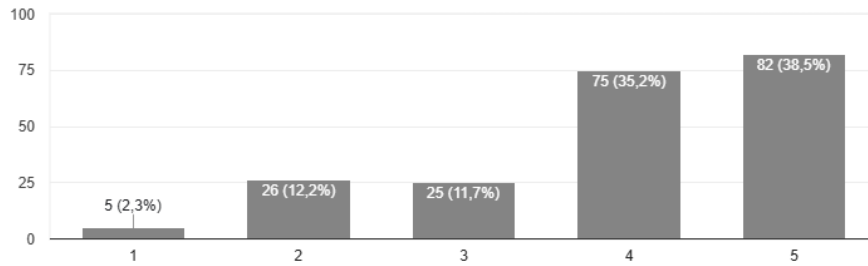


Bagian II: Penggunaan Aplikasi Strava

Aktivitas lari saya dapat dilihat oleh anggota komunitas di Strava

[Salin diagram](#)

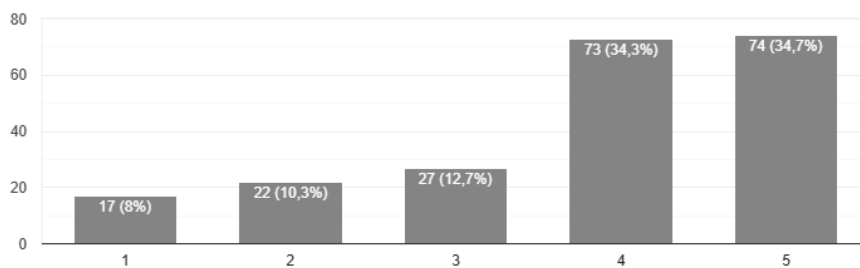
213 jawaban



Aktivitas lari saya mendapatkan respon (kudos/komentar) dari anggota komunitas

[Salin diagram](#)

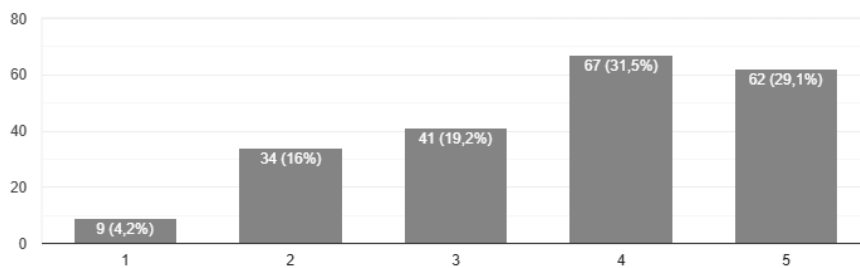
213 jawaban



Saya merasa aktivitas lari saya diperhatikan oleh anggota komunitas

[Salin diagram](#)

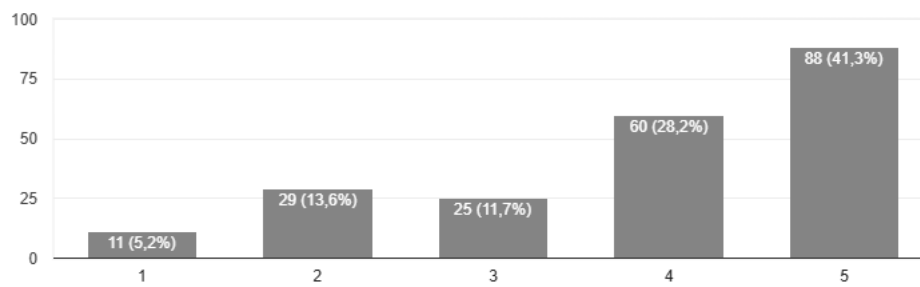
213 jawaban



Saya dapat melihat riwayat aktivitas lari saya kapan saja di Strava

 Salin diagram

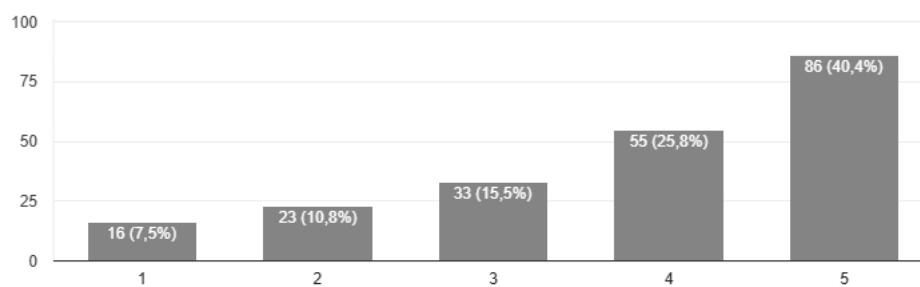
213 jawaban



Riwayat aktivitas di Strava membantu saya memantau perkembangan lari

 Salin diagram

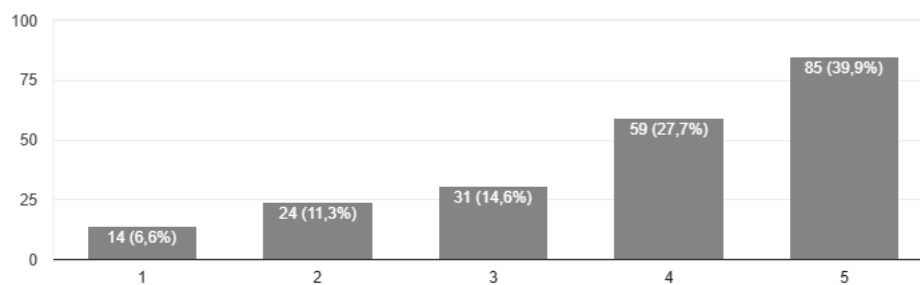
213 jawaban



Data aktivitas lari saya tersimpan dengan baik di Strava

 Salin diagram

213 jawaban

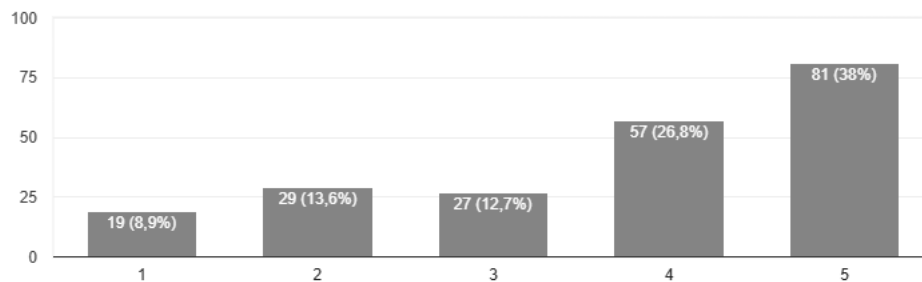


 Salin diagram

Saya dapat mengubah atau menyesuaikan informasi aktivitas lari sebelum dibagikan

seperti : mengedit caption dan perlengkapan yang dipakai

213 jawaban

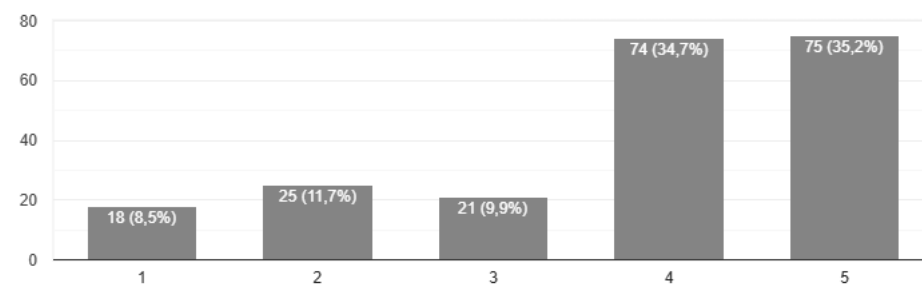


 Salin diagram

Saya dapat mengatur tampilan aktivitas lari yang saya bagikan di Strava

seperti : menambahkan foto atau vidio

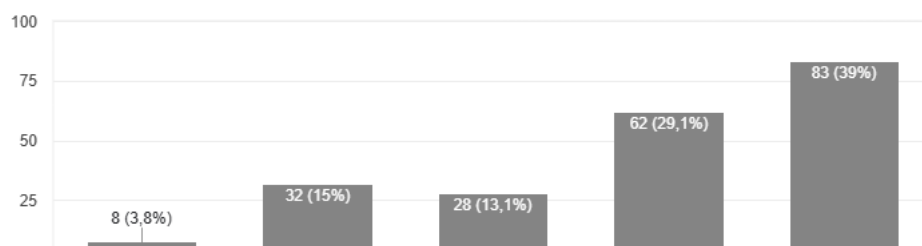
213 jawaban



 Salin diagram

Saya memiliki kendali terhadap informasi aktivitas lari yang ditampilkan di Strava

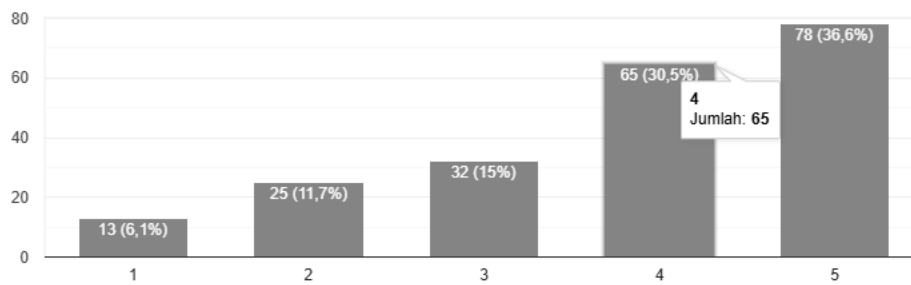
213 jawaban



Saya terhubung dengan anggota komunitas melalui fitur di Strava

 Salin diagram

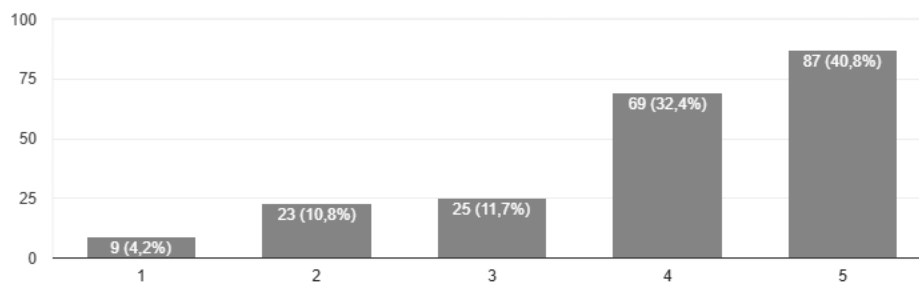
213 jawaban



Saya dapat melihat aktivitas lari anggota komunitas lainnya di Strava

 Salin diagram

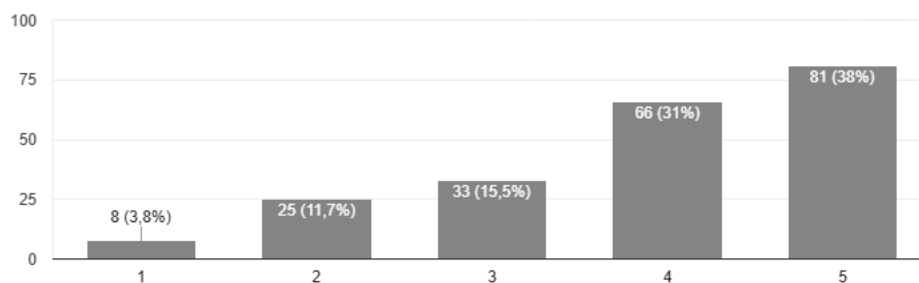
213 jawaban



Saya dapat berinteraksi dengan anggota komunitas melalui Strava

 Salin diagram

213 jawaban

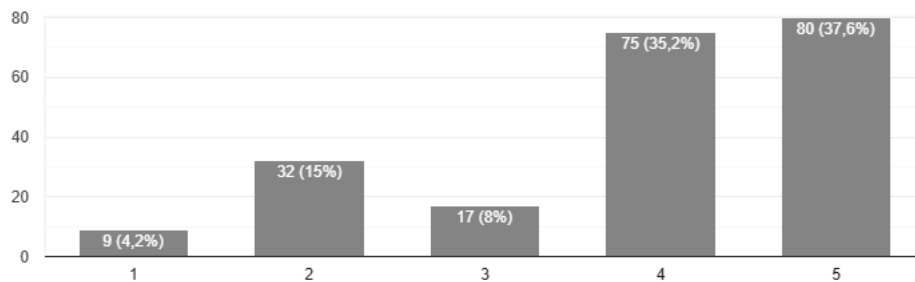


Bagian III: Partisipasi Olahraga Lari

Frekuensi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava

[Salin diagram](#)

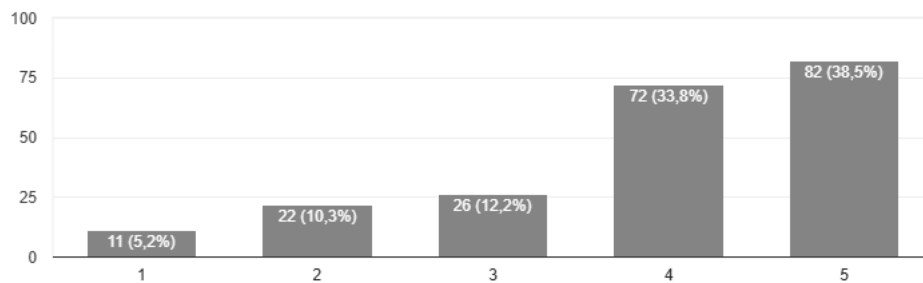
213 jawaban



Saya lebih rutin berlari dibandingkan sebelumnya

[Salin diagram](#)

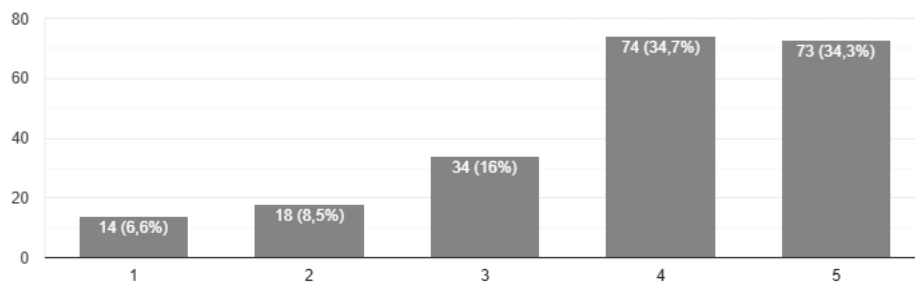
213 jawaban



Saya lebih konsisten dalam menjaga jadwal lari

[Salin diagram](#)

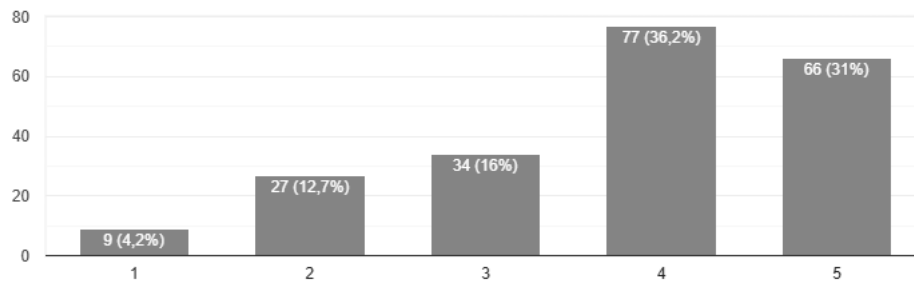
213 jawaban



Saya lebih disiplin dalam menjalankan aktivitas lari

 Salin diagram

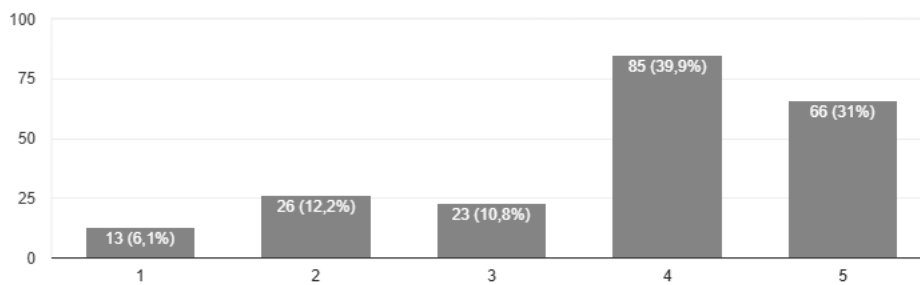
213 jawaban



Durasi lari saya meningkat sejak menggunakan Strava

 Salin diagram

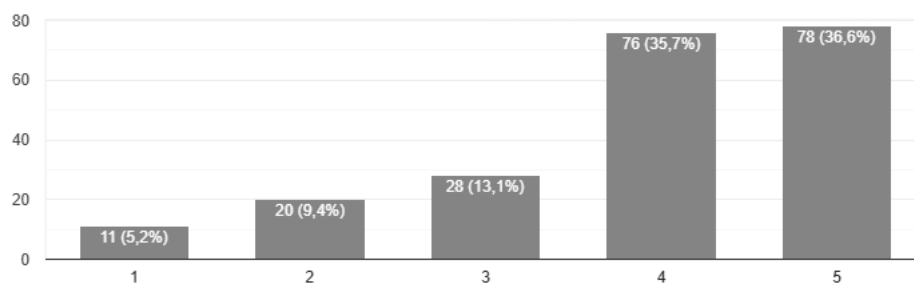
213 jawaban



Jarak lari saya meningkat sejak menggunakan Strava

 Salin diagram

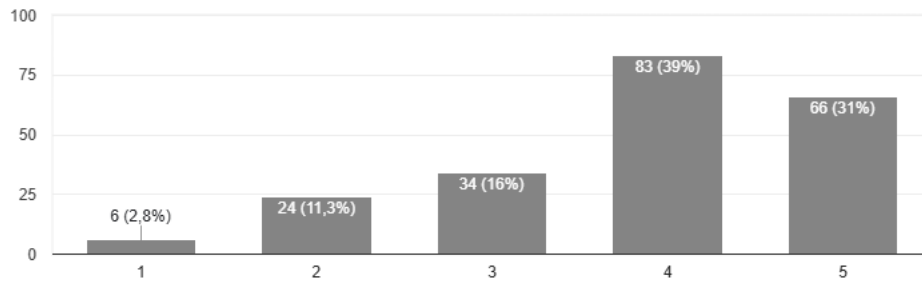
213 jawaban



Performa lari saya meningkat sejak menggunakan Strava

 Salin diagram

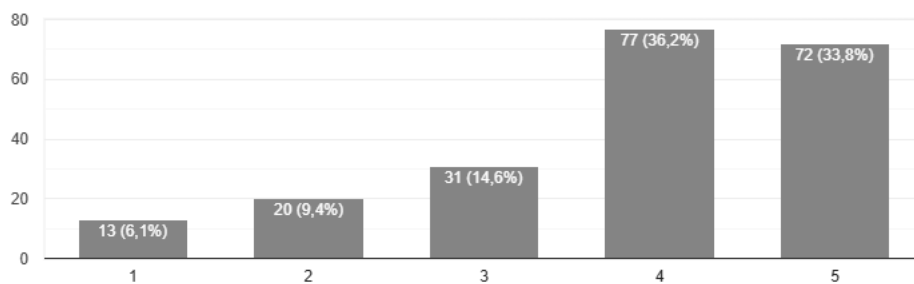
213 jawaban



Saya mampu mencapai target lari yang lebih tinggi dari sebelumnya

 Salin diagram

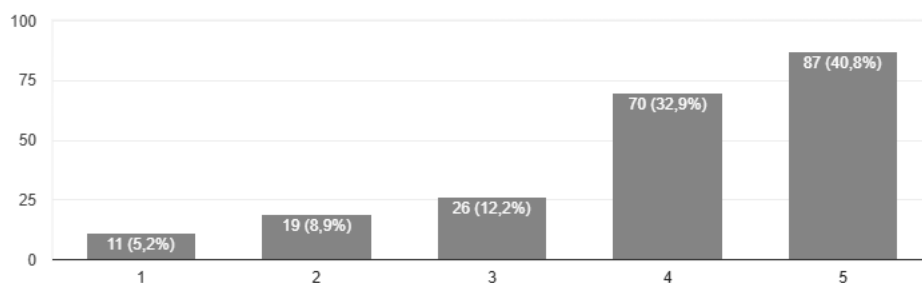
213 jawaban



Saya lebih termotivasi untuk berolahraga secara teratur

 Salin diagram

213 jawaban





B. Pedoman Wawancara

Narasumber : Riza

Jabatan : Founder dan Pengelola Keuangan Komunitas Me Against Me (MAM)

Tujuan Wawancara:

Memperoleh informasi mengenai profil komunitas, sejarah komunitas, aktivitas komunitas, dan penggunaan aplikasi Strava dalam komunitas Me Against Me (MAM).

A. Profil Komunitas MAM

1. Kapan komunitas Me Against Me (MAM) didirikan?
2. Apa latar belakang dibentuknya komunitas MAM?
3. Apa makna filosofi "Me Against Me" bagi komunitas?
4. Apa visi atau tujuan utama komunitas MAM?

B. Keanggotaan Komunitas

5. Berdasarkan data Strava Club MAM, jumlah anggota yang terdaftar mencapai 478 akun. Bagaimana proses seseorang dapat bergabung menjadi anggota MAM?
6. Apakah terdapat kriteria atau persyaratan tertentu untuk menjadi anggota komunitas?

C. Aktivitas Komunitas

8. Kegiatan rutin apa saja yang diselenggarakan oleh komunitas MAM?
9. Seberapa sering kegiatan tersebut dilaksanakan?
10. Selain kegiatan lari bersama, aktivitas apa saja yang biasanya dilakukan komunitas?
11. Apakah komunitas MAM aktif mengikuti event lari tingkat lokal maupun nasional?
12. Event apa saja yang pernah diikuti komunitas dalam satu tahun terakhir?

Nama Narasumber : Wildan Makara

Jabatan : Anggota Inti sekaligus Atlet Komunitas Me Against Me (MAM)

Tujuan Wawancara :

Memperoleh informasi mengenai penggunaan aplikasi Strava, fitur yang digunakan, interaksi komunitas, serta pengalaman pengguna dalam aktivitas olahraga lari.

A. Penggunaan Strava

1. Sudah berapa lama menggunakan aplikasi Strava?
2. Seberapa sering menggunakan Strava dalam aktivitas olahraga lari?

B. Pemanfaatan Fitur Strava

3. Fitur Strava apa yang paling sering digunakan?
4. Mengapa fitur tersebut sering digunakan?
5. Apakah sering menggunakan fitur kudos?
6. Apakah sering melihat activity feed anggota lain?
7. Apakah mengikuti challenges yang tersedia di Strava?

C. Komunikasi dan Interaksi

8. Apakah Strava membantu berinteraksi dengan anggota komunitas?
9. Bagaimana biasanya interaksi dilakukan melalui Strava?
10. Apakah sering memberikan kudos atau komentar kepada anggota lain?

D. Motivasi dan Konsistensi

11. Apakah Strava membuat Anda lebih termotivasi untuk berlari?
12. Apakah Strava membantu menjaga konsistensi latihan?
13. Apakah melihat aktivitas anggota lain membuat Anda lebih aktif berlari?

E. Peran Strava dalam Komunitas

14. Apakah komunitas MAM memanfaatkan Strava sebagai media komunikasi komunitas?

C. Transkrip Wawancara

Nama Narasumber : Riza

Jabatan : Founder sekaligus Pengelola Keuangan Komunitas Me Against Me (MAM)

Tanggal Wawancara : 4 Juni 2026

Metode : Wawancara langsung

Peneliti :

Kapan komunitas Me Against Me (MAM) didirikan?

Narasumber :

Komunitas Me Against Me (MAM) didirikan pada sekitar bulan Agustus–September tahun 2024.

Peneliti :

Apa latar belakang dibentuknya komunitas MAM?

Narasumber :

Awalnya berangkat dari teman-teman yang sering berkumpul bersama. Saat itu mulai muncul kesadaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan sehingga muncul ide untuk membuat komunitas lari kecil-kecilan. Pada awalnya anggota komunitas hanya terdiri dari teman-teman dekat yang sering berkumpul bersama.

Peneliti :

Apa makna filosofi "Me Against Me" bagi komunitas?

Narasumber :

Makna dari Me Against Me adalah melawan diri sendiri. Filosofi tersebut menjadi semangat bagi anggota untuk terus berkembang dan menjadi lebih baik dari diri mereka sebelumnya.

Peneliti :

Apa tujuan utama dibentuknya komunitas MAM?

Awalnya hanya ingin memiliki wadah untuk berolahraga bersama. Seiring berjalannya waktu, komunitas berkembang dan jumlah anggota semakin bertambah.

Peneliti :

Bagaimana proses seseorang dapat bergabung menjadi anggota MAM?

Narasumber :

Pada dasarnya terbuka untuk siapa saja. Informasi mengenai kegiatan biasanya dibagikan melalui media komunikasi komunitas dan masyarakat dapat langsung bergabung tanpa dipungut biaya.

Peneliti :

Apakah terdapat kriteria tertentu untuk menjadi anggota komunitas?

Narasumber :

Tidak ada persyaratan khusus untuk bergabung dengan komunitas MAM.

Peneliti :

Kegiatan rutin apa saja yang diselenggarakan oleh komunitas MAM?

Narasumber :

Kegiatan rutin yang dilaksanakan antara lain Miles-Miles yang diselenggarakan setiap Kamis malam dan setiap Minggu pagi atau bisa disebut morning run.

Peneliti :

Apakah terdapat kegiatan lain selain kegiatan rutin tersebut?

Narasumber :

Ketika mendekati event tertentu, komunitas juga mengadakan kegiatan Highway to Hill sebagai persiapan untuk event trail run maupun kompetisi lari lainnya.

Peneliti :

Selain kegiatan lari bersama, aktivitas apa lagi yang dilakukan komunitas?

Narasumber :

Selain berlari, anggota komunitas juga sering berkumpul bersama secara informal, misalnya di New Order Cafe yang menjadi salah satu tempat berkumpul anggota komunitas.

Peneliti :

Event apa saja yang pernah diikuti komunitas dalam satu tahun terakhir?

Narasumber :

Dalam satu tahun terakhir komunitas aktif mengikuti berbagai event lokal maupun nasional seperti Mantra Series, Broder, Lelono, Siksorogo Lawu Ultra, Bali Trail Run, dan Alas Trail

Run. Selain itu komunitas juga menyelenggarakan event kolaboratif Whispers of The Waves serta event internal 30 KM TO M.A.R.S.

Nama Narasumber : Wildan Makara

Jabatan : Anggota Inti sekaligus Atlet Komunitas Me Against Me (MAM)

Tanggal Wawancara : 6 Juni 2026

Metode : Wawancara langsung

Peneliti :

Sudah berapa lama menggunakan aplikasi Strava?

Narasumber :

Saya mulai menggunakan Strava sejak tahun 2017, tetapi mulai aktif dan rutin menggunakannya sejak tahun 2023.

Peneliti :

Seberapa sering menggunakan Strava dalam aktivitas lari?

Narasumber :

Karena saya hampir setiap hari berlari, maka saya juga hampir setiap hari menggunakan Strava.

Peneliti :

Fitur Strava apa yang paling sering digunakan?

Narasumber :

Fitur yang paling sering saya gunakan adalah Activity Tracking, terutama fitur premium karena data yang ditampilkan lebih lengkap dan detail.

Peneliti :

Mengapa fitur tersebut sering digunakan?

Narasumber :

Karena fitur tersebut menampilkan berbagai data performa seperti fitness score dan perkembangan latihan yang dapat dipantau secara berkala.

Peneliti :

Apakah sering menggunakan fitur kudos?

Narasumber :

Ya, sangat sering. Hampir setiap hari saya memberikan maupun menerima kudos dari teman-teman.

Peneliti :

Apakah sering melihat activity feed anggota lain?

202210040311085
Mahesa Bima Putra
Prodi Ilmu Komunikasi
Narasumber :

Sering, terutama aktivitas teman-teman yang sering berlari bersama dan tergabung dalam komunitas MAM.

Peneliti :

Apakah mengikuti challenge yang ada di Strava?

Narasumber :

Ya, saya sering mengikuti challenge bulanan karena membuat saya lebih tertantang untuk meningkatkan jarak tempuh dan total aktivitas lari.

Peneliti :

Apakah Strava membantu berinteraksi dengan anggota MAM?

Narasumber :

Ya. Selain berkomunikasi melalui grup atau aplikasi lain, Strava juga membantu interaksi melalui aktivitas yang muncul di activity feed.

Peneliti :

Bagaimana biasanya interaksi dilakukan melalui Strava?

Narasumber :

Biasanya melalui komentar pada aktivitas yang muncul di feed, misalnya menanyakan lokasi lari atau memberikan tanggapan terhadap aktivitas yang dilakukan.

Peneliti :

Apakah sering memberikan kudos atau komentar kepada anggota lain?

Narasumber :

Ya, cukup sering. Terutama ketika melihat teman-teman menyelesaikan aktivitas lari dengan jarak yang cukup jauh atau pencapaian tertentu.

Peneliti :

Apakah Strava membuat Anda lebih termotivasi untuk berlari?

Narasumber :

Ya. Data performa yang tersedia seperti race predictor membuat saya lebih termotivasi untuk meningkatkan kemampuan dan mencapai target tertentu.

Peneliti :

Apakah Strava membantu menjaga konsistensi latihan?

Narasumber :

Ya. Grafik perkembangan aktivitas yang tersedia membantu saya memantau konsistensi latihan sehingga lebih termotivasi untuk menjaga pola latihan.

202210040311085
Mahesa Bima Putra
Prodi Ilmu Komunikasi
Peneliti :

Apakah melihat aktivitas anggota lain membuat Anda lebih aktif berlari?

Narasumber :

Secara tidak langsung iya. Melihat aktivitas teman-teman membuat saya lebih termotivasi untuk berlatih dan meningkatkan performa.

Peneliti :

Apakah komunitas MAM memanfaatkan Strava sebagai media komunikasi komunitas?

Narasumber :

Ya. Melalui fitur Club dan Leaderboard, anggota dapat melihat aktivitas anggota lain, membandingkan capaian aktivitas, serta berinteraksi sehingga Strava dapat menjadi salah satu media komunikasi dalam komunitas.

D. Dokumentasi Wawancara



Wawancara Riza (salah satu pendiri Me Against Me)

Sumber : Dokumentasi Penulis.



• Wawancara Wildan Makara (atlet me against me)

Sumber : Dokumentasi Penulis.

E. Dokumentasi Komunitas



• Screenshot Strava Club MAM (478 anggota)

Sumber : Strava Club Me Against Me diakses pada tanggal 3 Juni 2026



Poster Miles-Miles Kamis Malam

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



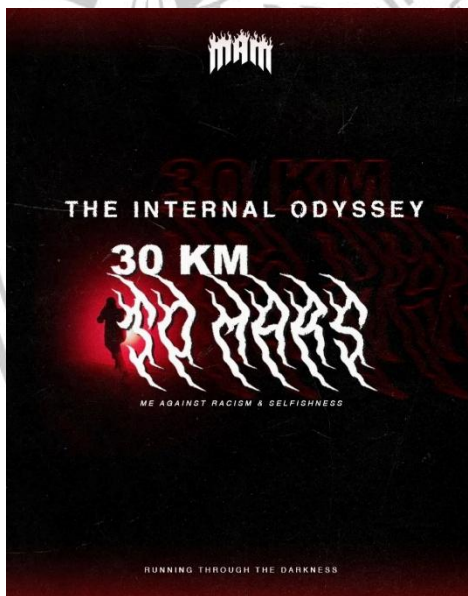
Poster Miles-Miles Minggu Pagi

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Poster Whispers Of The Waves 2025

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



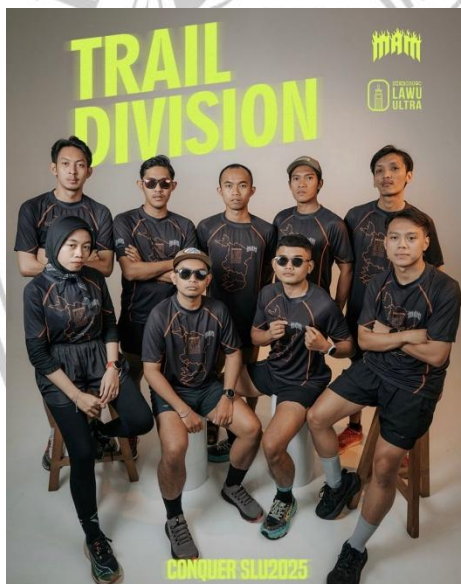
Poster 30 KM TO M.A.R.S 2026

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Poster Anggota Komunitas Me Against Me Yang Mengikuti Event Broder50 2025

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Poster Anggota Komunitas Me Against Me Yang Mengikuti Event Siksorogo Lawu Ultra 2025

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Poster Anggota Komunitas Me Against Me Yang Mengikuti Event Lelono 2026

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me

F. Dokumentasi Kegiatan



Dokumentasi Miles-Miles Kamis Malam

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Dokumentasi Miles-Miles Minggu Pagi

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me



Dokumentasi Event 30 KM TO M.A.R.S

Sumber : Admin Komunitas Me Against Me