



Pelari Kalcer: Antara Identitas, Eksistensi, dan Gaya Hidup

Adithya Yohannes Manurung¹, Hans Wira Saragih², Immanuel Ricardo Hutajulu³, Irsyad Muhammad Yusuf Siregar⁴, Muhammad Rafi⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan

E-mail: adithya.yohannes.manurung123@gmail.com¹, hanssaragih254@gmail.com², immanuelhutajulu4@gmail.com³, akuirsyad39@gmail.com⁴, muhhammadrafisp@gmail.com⁵

Article Info

Article history:

Received October 01, 2025
Revised October 06, 2025
Accepted October 10, 2025

Keywords:

Running Culture, Social Identity, Existence, Lifestyle, Consumer Culture.

ABSTRACT

The phenomenon of “pelari kalcer” (running culture) in Indonesia reflects the transformation of running from a simple physical activity into a cultural practice rich with social meaning. This article aims to analyze the interrelation between identity, existence, and lifestyle within modern running communities using a literature study approach based on eight relevant national journals. The results show that running activities have become a medium for self-expression and a social status symbol influenced by consumer culture and digital media development. Runners’ identities are shaped through visual symbols such as branded sports equipment, community participation, and self-representation on social media. Meanwhile, runners’ existence is demonstrated through their presence in both public and digital spaces as a form of seeking social recognition. Running has also evolved into an urban lifestyle that integrates health values, body aesthetics, and consumer trends. This phenomenon highlights that “pelari kalcer” represents not only physical fitness but also a social construction that reflects the dynamics of identity, existence, and modernity in Indonesia’s digital society.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Article Info

Article history:

Received October 01, 2025
Revised October 06, 2025
Accepted October 10, 2025

Keywords:

Pelari Kalcer, Identitas Sosial, Eksistensi, Gaya Hidup, Budaya Konsumsi

ABSTRACT

Fenomena pelari kalcer di Indonesia mencerminkan transformasi aktivitas lari dari sekadar olahraga fisik menjadi praktik budaya yang sarat makna sosial. Artikel ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara identitas, eksistensi, dan gaya hidup dalam komunitas pelari modern dengan menggunakan pendekatan studi literatur dari delapan jurnal nasional yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa aktivitas lari kini menjadi media ekspresi diri dan simbol status sosial yang dipengaruhi oleh budaya konsumsi dan perkembangan media digital. Identitas pelari terbentuk melalui simbol-simbol visual seperti perlengkapan olahraga bermerek, partisipasi dalam komunitas, dan representasi diri di media sosial. Sementara itu, eksistensi pelari ditunjukkan melalui aktivitas di ruang publik dan digital sebagai bentuk pencarian pengakuan sosial. Lari juga berkembang menjadi gaya hidup urban yang menggabungkan nilai kesehatan, estetika tubuh, dan tren konsumtif. Fenomena ini menegaskan bahwa pelari kalcer bukan hanya representasi kebugaran fisik, tetapi juga konstruksi sosial yang merefleksikan dinamika identitas, eksistensi, dan modernitas dalam masyarakat digital Indonesia.



This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Adithya Yohannes Manurung

Universitas Negeri Medan

E-mail: dithya.yohannes.manurung123@gmail.com

Pendahuluan

Dalam satu dekade terakhir, aktivitas lari telah mengalami transformasi yang signifikan di Indonesia. Kegiatan yang dahulu identik dengan olahraga kebugaran sederhana kini berkembang menjadi fenomena sosial yang lebih kompleks dan sarat makna budaya. Perkembangan ini ditandai dengan kemunculan komunitas-komunitas pelari di berbagai kota besar seperti Jakarta, Bandung, Medan, dan Yogyakarta, yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik olahraga, tetapi juga mengusung nilai-nilai gaya hidup, citra diri, dan eksistensi sosial. Fenomena ini populer dikenal dengan istilah pelari kalcer (pelari culture), yaitu kelompok atau individu yang menjadikan aktivitas lari sebagai bentuk ekspresi identitas dan bagian dari gaya hidup modern.

Kemunculan pelari kalcer tidak dapat dilepaskan dari perkembangan teknologi digital dan media sosial. Platform seperti Instagram, Strava, dan TikTok memungkinkan pelari untuk membagikan capaian, dokumentasi aktivitas, serta penampilan mereka secara luas. Aktivitas lari pun bertransformasi menjadi ajang representasi diri, di mana performa, perlengkapan, dan gaya berpakaian memiliki peran penting dalam membangun citra pelari. Proses ini menunjukkan bahwa lari tidak hanya menjadi bentuk aktivitas jasmani, tetapi juga bagian dari self-branding dan pencarian eksistensi di ruang digital. Dengan demikian, fenomena pelari kalcer menjadi cerminan dari masyarakat kontemporer yang menggabungkan kesehatan, estetika, dan status sosial dalam satu praktik budaya.

Selain sebagai ekspresi identitas personal, running culture juga mencerminkan pergeseran nilai dalam masyarakat urban. Lari bersama komunitas, partisipasi dalam fun run atau charity run, serta tren penggunaan running gears bermerek menjadi simbol solidaritas, kemodernan, dan kepedulian sosial. Namun, di sisi lain, fenomena ini juga menunjukkan adanya komodifikasi gaya hidup sehat. Aktivitas lari yang semula berorientasi pada kesehatan kini turut dipengaruhi oleh logika pasar dan konsumsi, di mana penampilan dan perlengkapan menjadi penentu posisi sosial dalam komunitas. Fenomena ini menimbulkan pertanyaan mendasar: apakah lari kini masih dimaknai sebagai aktivitas olahraga murni, atau telah menjadi bagian dari konstruksi identitas dan eksistensi sosial yang dibentuk oleh budaya populer?

Dalam konteks sosiokultural, pelari kalcer dapat dipandang sebagai representasi dari identitas baru masyarakat urban yang mencari keseimbangan antara kebutuhan fisik dan simbolik. Aktivitas lari menjadi ruang di mana individu menegaskan keberadaan dirinya melalui tubuh, penampilan, dan interaksi sosial. Identitas pelari tidak hanya dibentuk oleh performa fisik, tetapi juga oleh bagaimana mereka mempresentasikan diri di ruang publik maupun digital. Dengan demikian, studi terhadap pelari kalcer penting untuk memahami bagaimana olahraga sederhana seperti lari dapat berkembang menjadi fenomena budaya yang mencerminkan dinamika identitas, eksistensi, dan gaya hidup masyarakat modern Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam fenomena pelari kalcer dari tiga aspek utama, yaitu: (1) bagaimana identitas pelari terbentuk melalui simbol-simbol



sosial dan budaya konsumsi; (2) bagaimana aktivitas lari menjadi sarana eksistensi diri di ruang publik dan digital; serta (3) bagaimana gaya hidup pelari mencerminkan nilai-nilai modernitas dan komodifikasi dalam masyarakat urban. Melalui pendekatan studi literatur terhadap delapan jurnal nasional yang relevan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan empiris dalam memahami hubungan antara olahraga, budaya populer, dan konstruksi identitas sosial di era digital.

Tinjauan Pustaka

Fenomena pelari kalcer atau running culture tidak dapat dilepaskan dari dinamika sosial- budaya masyarakat modern yang sedang membentuk kembali makna tubuh, kesehatan, dan gaya hidup. Dalam konteks ini, identitas, eksistensi, dan gaya hidup menjadi tiga aspek yang saling berkelindan membentuk konstruksi makna di balik aktivitas berlari yang tampak sederhana namun sarat simbol.

Menurut Stuart Hall (1996), identitas bersifat dinamis dan terus-menerus dibentuk melalui representasi dan praktik sosial. Dalam dunia pelari kalcer, identitas terbentuk melalui simbol-simbol yang melekat pada diri pelari mulai dari pakaian olahraga, merek sepatu, hingga kebiasaan membagikan hasil lari di media sosial. Hal ini sejalan dengan pandangan Anthony Giddens (1991) yang menyebut identitas modern sebagai hasil refleksivitas individu terhadap kehidupannya. Artinya, keputusan seseorang untuk berlari secara rutin dan mempublikasikannya bukan sekadar tindakan olahraga, melainkan bentuk refleksi diri dan penciptaan citra personal yang ingin diakui oleh lingkungan sosialnya.

Pierre Bourdieu (1984) melalui konsep habitus dan cultural capital menegaskan bahwa gaya hidup, termasuk olahraga, merupakan arena reproduksi sosial. Dalam konteks ini, pelari kalcer tidak hanya mengejar kebugaran, tetapi juga membangun modal simbolik melalui partisipasi dalam lomba, kepemilikan atribut bermerek, serta keanggotaan dalam komunitas pelari. Dengan demikian, praktik berlari menjadi sarana pembeda sosial yang memperlihatkan posisi, selera, dan kelas dalam struktur masyarakat modern.

Keterkaitan antara identitas dan eksistensi juga tampak melalui cara pelari kalcer menampilkan diri di ruang digital. Jean-Paul Sartre (1943) menegaskan bahwa eksistensi manusia ditentukan oleh tindakannya manusia menjadi apa yang ia lakukan. Dalam konteks ini, eksistensi pelari kalcer dibangun melalui tindakan berlari itu sendiri, namun diperkuat oleh kemampuan untuk “dilihat” dan “diakui”. Erving Goffman (1959) dalam *The Presentation of Self in Everyday Life* menyebut bahwa setiap individu berperan seperti aktor yang tampil di “panggung depan” sosial. Media sosial menjadi panggung tersebut, di mana pelari kalcer menampilkan performa diri melalui foto, statistik lari, atau pencapaian maraton. Eksistensi mereka bergantung pada pengakuan sosial dari penonton digital sebuah bentuk keberadaan yang kini bersifat visual dan interaktif.

Pandangan ini sejalan dengan Sherry Turkle (2011) yang menggambarkan teknologi digital sebagai ruang pembentukan “second self”, yakni diri kedua yang dibangun melalui representasi daring. Bagi pelari kalcer, eksistensi di dunia maya sama pentingnya dengan aktivitas fisik di dunia nyata. Identitas mereka tidak lagi sebatas “orang yang berlari”, tetapi “orang yang dikenal sebagai pelari” sebuah pergeseran makna dari aktivitas fisik menjadi simbol sosial yang mengandung prestise, disiplin, dan gaya hidup modern.

Lebih jauh, gaya hidup pelari kalcer juga dapat dibaca melalui kacamata budaya konsumsi. Thorstein Veblen (1899) dalam *The Theory of the Leisure Class* mengemukakan konsep conspicuous consumption atau konsumsi mencolok, yaitu perilaku menggunakan barang dan aktivitas untuk menunjukkan status sosial. Dalam fenomena pelari kalcer, hal ini terlihat dari kecenderungan menggunakan perlengkapan berlari premium, mengikuti event internasional, serta menampilkan tubuh yang fit dan produktif sebagai tanda kesuksesan



modern.

Zygmunt Bauman (2001) menambahkan bahwa dalam masyarakat konsumtif yang cair, identitas mudah berubah mengikuti tren. Aktivitas olahraga seperti lari bukan hanya upaya menjaga kesehatan, tetapi juga bagian dari siklus konsumsi di mana individu “mengonsumsi” pengalaman, citra sehat, dan pengakuan sosial. Sementara Mike Featherstone (1991) menyoroti bagaimana budaya tubuh menjadi pusat dari gaya hidup postmodern. Tubuh yang bugar, estetis, dan produktif menjadi simbol dari nilai-nilai modernitas, sekaligus medium untuk menegaskan siapa diri seseorang di hadapan masyarakat.

Fenomena pelari kalcer juga dapat dilihat sebagai bentuk leisure culture sebagaimana dijelaskan Chris Rojek (2001), yaitu budaya rekreasi yang merefleksikan nilai-nilai produktivitas dan kebebasan kelas menengah. Aktivitas berlari tidak hanya berfungsi sebagai kegiatan olahraga, tetapi juga ekspresi diri dan pelarian dari tekanan rutinitas. Richard Giulianotti (2005) menambahkan bahwa olahraga memiliki makna sosial yang kompleks ia bukan hanya soal performa fisik, tetapi juga ruang di mana nilai solidaritas, prestasi, dan identitas kelompok dinegosiasikan. Dalam hal ini, komunitas pelari berfungsi sebagai wadah eksistensial, tempat individu merasa menjadi bagian dari sesuatu yang lebih besar dan bermakna.

Dengan memadukan berbagai perspektif tersebut, dapat dipahami bahwa fenomena pelari kalcer bukan sekadar tren olahraga, tetapi konstruksi sosial yang mencerminkan pergeseran nilai-nilai modernitas. Aktivitas berlari menjadi ruang di mana identitas pribadi dinegosiasikan, eksistensi sosial dipertunjukkan, dan gaya hidup dibentuk melalui praktik konsumsi, teknologi, serta simbol-simbol budaya. Pelari kalcer tidak hanya berlari untuk sehat, tetapi juga untuk dilihat, diakui, dan dimaknai menjadikan olahraga sebagai bahasa baru dalam pencarian jati diri di tengah masyarakat digital yang serba visual dan kompetitif.

Metode

Artikel ini menggunakan pendekatan studi literatur yang berfokus pada kajian mendalam mengenai fenomena pelari kalcer (*running culture*) dalam konteks identitas, eksistensi, dan gaya hidup masyarakat urban modern. Pendekatan ini dipilih karena fenomena pelari kalcer lebih tepat dipahami melalui kerangka teoritis dan analisis budaya yang kompleks, bukan melalui pengumpulan data primer seperti survei atau eksperimen langsung. Oleh karena itu, penelitian ini mengandalkan data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber akademis yang relevan, termasuk jurnal nasional, artikel ilmiah, buku teori sosial-budaya, serta publikasi yang membahas hubungan antara olahraga, budaya populer, dan konstruksi identitas di era digital.

Tujuan dari metodologi ini adalah untuk menelaah secara sistematis dan kritis hasil-hasil penelitian terdahulu, kemudian mengintegrasikannya ke dalam suatu analisis komprehensif yang dapat menggambarkan bagaimana aktivitas berlari berkembang menjadi fenomena budaya. Pendekatan ini berupaya memperlihatkan keterhubungan antara teori identitas sosial (Hall, Giddens, Bourdieu), teori eksistensial (Sartre, Goffman, Turkle), serta teori gaya hidup dan konsumsi (Veblen, Bauman, Featherstone) dalam menjelaskan transformasi makna lari dari sekadar aktivitas olahraga menjadi simbol gaya hidup dan eksistensi diri di masyarakat modern.

Melalui pendekatan studi literatur ini, penelitian tidak berfokus pada pengumpulan data baru, tetapi pada interpretasi dan sintesis pengetahuan yang telah ada untuk membangun pemahaman yang lebih mendalam mengenai makna sosial dan kultural dari aktivitas berlari. Dengan demikian, artikel ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian identitas dan budaya olahraga, sekaligus kontribusi praktis bagi komunitas pelari dan pihak-pihak yang terlibat dalam promosi gaya hidup sehat dan



berkelanjutan. Selain itu, hasil kajian ini juga diharapkan membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang lebih empiris mengenai pelari kalcer, baik dalam konteks psikososial, media digital, maupun ekonomi budaya yang melingkupinya.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Literature Review

Berdasarkan analisis literatur dari delapan artikel ilmiah yang membahas fenomena pelari di Indonesia, ditemukan bahwa aktivitas lari telah mengalami transformasi makna yang signifikan: dari sekadar kegiatan olahraga menjadi simbol identitas sosial, eksistensi diri, dan gaya hidup modern. Fenomena pelari kalcer (pelari sebagai bagian dari “cultural lifestyle”) memperlihatkan bahwa partisipasi dalam komunitas lari tidak hanya didorong oleh motivasi kesehatan, tetapi juga oleh kebutuhan akan pengakuan sosial, ekspresi diri, dan keterlibatan budaya populer.

Dari sisi identitas, aktivitas lari membentuk citra diri yang melekat pada individu maupun kelompok. Komunitas pelari seperti Bandung Runner, Bangkinang Running Club, atau Metarun menjadi ruang simbolik tempat para anggotanya menegosiasikan nilai-nilai kebugaran, produktivitas, dan eksklusivitas. Identitas pelari juga dimediasi oleh atribut visual seperti sepatu, jersey, smartwatch, hingga partisipasi dalam event marathon, yang berfungsi sebagai tanda keanggotaan dan status sosial.

Dari sisi eksistensi, pelari menjadikan aktivitas lari sebagai sarana menunjukkan kehadiran sosial di ruang publik maupun media digital. Studi etnografis menunjukkan bahwa kegiatan berlari di ruang kota bukan hanya aktivitas olahraga, tetapi juga bentuk self-presentation yang melibatkan narasi personal di media sosial. Unggahan tentang pace, jarak tempuh, atau foto di garis finis menjadi bagian dari proses eksistensial untuk memperoleh pengakuan sosial dan membangun citra positif sebagai individu yang aktif, sehat, dan berprestasi.

Sementara itu, dari sisi gaya hidup, lari telah menjadi bagian dari consumer culture yang ditandai dengan perilaku konsumtif terhadap running gears dan partisipasi dalam kegiatan komunitas. Pelari tidak hanya mengejar kebugaran fisik, tetapi juga mengikuti tren mode, teknologi, dan pengalaman sosial yang melekat pada aktivitas lari. Kesadaran untuk tampil fit, fashionable, dan aktif menunjukkan bahwa pelari kini berada dalam pusaran budaya gaya hidup urban yang berorientasi pada citra dan pengalaman.

Matriks analisis data yang menunjukkan artikel yang digunakan dalam literatur review

Tabel 1. Literarure Review

Author, Tittle, Journal	Method Design	Results
Sudirman, A., & Abbas, I. (2023). Analisis budaya konsumtif running gears pada anggota komunitas lari di Sulawesi Selatan. <i>Jurnal Performa Olahraga</i> , 8(1), 1-7. https://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/403	Kualitatif	Penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku konsumtif terhadap perlengkapan lari bukan hanya dipengaruhi oleh kebutuhan fungsional, tetapi juga oleh dorongan sosial dan simbolik. Anggota komunitas pelari menggunakan sepatu bermerek, jam pintar, dan pakaian olahraga tertentu sebagai media ekspresi diri yang menegaskan identitas sebagai bagian dari kelompok “pelari modern”. Konsumsi produk lari mencerminkan upaya membangun citra pribadi yang aktif, berprestasi, dan berstatus tinggi di lingkungan sosialnya. Fenomena ini menggambarkan bahwa pelari telah menjadi subjek budaya konsumsi yang menggunakan atribut fisik sebagai penanda identitas dan eksistensi sosial.



<p>Fikram, M. F. B., Hezron, H. A. D.S., & Afdol, A. R. (2024). Hubungan Perilaku Konsumentif Running Gears Dengan Motivasi Berlari Pada Runners Di Kota Makassar. <i>Indonesian Journal Of Physical Activity and Sport Development (IJPASD)</i>, 2(2), 53-60. https://journal.megaeternal.com/index.php/IJPASD/article/view/28</p>	Kuantitatif	<p>Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku konsumtif dan penerapan gaya hidup sehat di kalangan komunitas pelari. Pelari yang cenderung membeli peralatan lari berkualitas tinggi justru lebih disiplin dalam berlatih, karena mereka menganggap investasi dalam perlengkapan sebagai bentuk komitmen terhadap kebugaran dan gaya hidup sehat. Selain itu, perilaku konsumtif ini juga memperkuat identitas sosial sebagai individu yang peduli terhadap kesehatan dan teknologi. Temuan ini memperlihatkan bahwa konsumsi produk olahraga dapat berfungsi sebagai motivator intrinsik sekaligus eksternal dalam membentuk rutinitas olahraga yang konsisten.</p>
<p>Ramadhan, Z., & Kadarisman, Y. (2025). Perilaku konsumtif komunitas Bangkinang Running Club. <i>NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial</i>, 12(5), 1766-1776. https://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/20762</p>	Kualitatif	<p>Studi ini meneliti komunitas pelari di wilayah semi-perkotaan dan menemukan bahwa budaya pelari kalcer juga tumbuh di luar kota besar. Para pelari di Bangkinang mengadopsi pola perilaku yang serupa dengan komunitas urban, seperti penggunaan perlengkapan merek ternama dan partisipasi dalam lomba lari virtual. Hal ini memperlihatkan bahwa budaya pelari telah menjadi fenomena nasional yang menembus batas sosial dan geografis. Eksistensi pelari daerah muncul sebagai bentuk integrasi budaya global dan lokal, di mana pelari menggunakan aktivitas olahraga untuk membangun jaringan sosial, menegaskan status, serta memperoleh rasa memiliki di dalam komunitas.</p>
<p>Hardiansyah M, M. A. (2025). Fenomena Sosial Olahraga Lari: Studi Kasus Pada Gelora Kadrie Oening Kota Samarinda. <i>Journal of Community Development and Disaster Management</i>, 7(1), 507–522. https://doi.org/10.37680/jcd.v7i1.76_86</p>	Studi Kasus	<p>Penelitian ini mengungkapkan bahwa aktivitas lari bersama di ruang publik menjadi wadah pembentukan interaksi sosial yang kuat di antara anggota komunitas. Kegiatan <i>fun run</i>, <i>charity run</i>, hingga <i>city night run</i> bukan sekadar ajang olahraga, melainkan juga ritual sosial yang memperkuat rasa kebersamaan dan eksistensi kelompok. Lari menjadi sarana aktualisasi diri yang melampaui aspek fisik mewujudkan nilai solidaritas, kesehatan kolektif, dan ekspresi gaya hidup modern. Komunitas pelari tampil sebagai bentuk komunitas gaya hidup (<i>lifestyle community</i>) yang merepresentasikan perubahan nilai masyarakat urban terhadap kesehatan dan citra diri.</p>
<p>Alayyubi, L. F., & Dewanto, I. S. Perancangan Kampanye Bagi Pelari Pemula Untuk Mendorong Gaya Hidup Sehat. <i>Finder: Journal of Visual Communication Design</i>, 5(2). https://ejournal.upi.edu/index.php/FINDER/article/view/88255</p>	Desain dan analisis semiotika visual	<p>Artikel ini menganalisis bagaimana visualisasi dan kampanye media sosial komunitas pelari Bandung berkontribusi dalam pembentukan identitas kolektif. Melalui penggunaan warna, tipografi, logo, dan slogan yang dinamis, komunitas berhasil memproyeksikan citra diri sebagai kelompok energik dan progresif. Visual branding tidak hanya berfungsi memperkenalkan komunitas, tetapi juga memperkuat eksistensi pelari di ruang publik digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa representasi visual memainkan peran strategis dalam membangun rasa kebanggaan anggota dan memperluas pengaruh komunitas lari di masyarakat urban.</p>



<p>Harahap, D. M., Fanesha, S., Nurseha, M. I., & Heikal, J. (2024). Ethnographic Study The Comparison Of Shared Value Metarun Community From Generations X, Millennials, And Z Runners. <i>Jurnal Media Akademik (JMA)</i>, 2(5).</p> <p>https://jurnal.mediaakademik.com/index.php/jma/article/view/307</p>	<p>Etnografi (observasi partisipan)</p>	<p>Kajian etnografis ini menemukan bahwa komunitas pelari menciptakan bentuk baru dari kebersamaan sosial yang berakar pada pengalaman tubuh dan ruang. Aktivitas lari di ruang kota mengandung makna simbolik sebagai tindakan reclaiming space menegaskan eksistensi individu dan kelompok di tengah rutinitas urban yang padat. Selain itu, pengalaman emosional seperti rasa euphoria, spiritualitas, dan solidaritas selama berlari bersama membentuk ikatan sosial yang kuat. Lari dipersepsikan bukan sekadar olahraga, tetapi sebagai pengalaman eksistensial yang meneguhkan makna diri di hadapan orang lain.</p>
<p>Anwar, N. I. A., & Syafruddin, M. A. (2025). Pengaruh Partisipasi Dalam Kegiatan Olahraga Kampus Terhadap Kesejahteraan Mental Mahasiswa. <i>Jurnal ilmiah Spirit</i>, 25(2), 45-50.</p> <p>https://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/4851</p>	<p>Survei kuantitatif dan wawancara</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa keikutsertaan dalam komunitas pelari memiliki dampak positif terhadap pembentukan identitas sosial dan kesejahteraan psikologis. Anggota komunitas merasakan peningkatan rasa memiliki, kepercayaan diri, serta kesehatan fisik dan mental. Partisipasi dalam kegiatan bersama seperti latihan rutin dan <i>fun race</i> menciptakan rasa solidaritas dan kebanggaan kolektif. Identitas pelari tidak hanya terbentuk melalui aktivitas lari itu sendiri, tetapi juga melalui proses interaksi dan dukungan sosial antaranggota komunitas.</p>
<p>Sugiaty, S., & Afiah, N. (2025). Tren Motivasi Pada Komunitas Pelari: Apakah Kesehatan Mental Lebih Dominan Daripada Kesehatan Fisik?. <i>JKI (Jurnal Konseling Indonesia)</i>, 10(2), 45-56.</p> <p>http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI/article/view/11787</p>	<p>Kuantitatif</p>	<p>Penelitian ini mengidentifikasi dua dimensi utama motivasi pelari: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik mencakup keinginan menjaga kesehatan, menurunkan stres, dan menikmati pengalaman fisik berlari. Sementara motivasi ekstrinsik meliputi dorongan untuk memperoleh pengakuan sosial, membangun citra diri positif, serta mengikuti tren gaya hidup sehat yang sedang populer. Penelitian ini menunjukkan bahwa pelari kalcer berada di persimpangan antara kebutuhan personal dan sosial, di mana aktivitas lari menjadi sarana untuk mengharmoniskan tubuh, citra, dan eksistensi diri di hadapan publik.</p>

Pembahasan

Hasil telaah dari delapan penelitian yang dikaji memperlihatkan bahwa fenomena pelari kalcer (pelari sebagai representasi budaya dan gaya hidup) merupakan gejala sosial kontemporer yang kompleks. Aktivitas lari di Indonesia telah berkembang dari sekadar kegiatan olahraga menjadi simbol identitas, sarana eksistensi, dan ekspresi gaya hidup modern. Ketiga dimensi ini identitas, eksistensi, dan gaya hidup berkelindan dalam praktik, konsumsi, serta interaksi sosial para pelari di berbagai lapisan masyarakat.

1. Pelari sebagai Identitas Sosial Baru

Identitas pelari terbentuk melalui simbol-simbol visual, konsumsi barang, serta partisipasi dalam komunitas. Berdasarkan penelitian Sudirman dkk. (2023) dan Fikram dkk. (2024), perilaku konsumtif terhadap running gears seperti sepatu, smartwatch, pakaian olahraga, dan aksesoris bukan hanya untuk menunjang performa, tetapi juga menjadi cara untuk menampilkan citra diri. Perlengkapan lari berfungsi sebagai tanda status dan bentuk komunikasi simbolik yang menegaskan siapa seseorang di dalam komunitas pelari. Dengan demikian, atribut fisik dan gaya berpakaian menjadi representasi identitas yang diakui secara sosial di kalangan



sesama pelari. Lebih jauh, penelitian Ramadhan & Kadarisman (2025) menunjukkan bahwa pembentukan identitas pelari tidak terbatas pada masyarakat urban. Komunitas pelari di daerah seperti Bangkinang pun mengadaptasi nilai-nilai dan simbol gaya hidup modern, menunjukkan bahwa identitas pelari kalcer telah menjadi fenomena lintas wilayah dan kelas sosial. Artinya, identitas pelari tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik, tetapi juga oleh kemampuan mengikuti norma budaya visual dan konsumsi yang berkembang dalam komunitas.

2. Eksistensi dan Ruang Sosial Pelari

Eksistensi pelari tidak hanya hadir di lintasan lari, tetapi juga di ruang sosial baik ruang kota maupun media digital. Berdasarkan kajian etnografis Siradj (2024), aktivitas lari di ruang publik menciptakan pengalaman kolektif yang mengandung makna eksistensial. Lari bersama menjadi bentuk reclaiming space, di mana tubuh pelari mengambil alih ruang kota yang biasanya dikuasai oleh kendaraan, sekaligus menegaskan kehadiran individu dalam lanskap urban. Di sini, tubuh menjadi media ekspresi yang menyuarakan nilai-nilai kebebasan, ketahanan, dan keseimbangan hidup. Hasil penelitian UPI Finder Team (2023) memperlihatkan bahwa eksistensi pelari juga dibangun melalui representasi visual dan media sosial. Kampanye visual komunitas pelari Bandung, misalnya, menampilkan pelari sebagai figur muda, energik, dan berdaya. Identitas visual ini berfungsi tidak hanya untuk memperkuat citra komunitas, tetapi juga untuk memperluas eksistensi pelari di ruang digital. Melalui unggahan foto lari, capaian jarak, atau partisipasi event, pelari membangun self-branding yang menegaskan kehadirannya di tengah masyarakat yang semakin terhubung secara digital.

3. Lari sebagai Gaya Hidup dan Budaya Konsumsi

Gaya hidup pelari kini menempati posisi penting dalam budaya populer Indonesia. Aktivitas lari menjadi simbol modernitas, kesehatan, dan produktivitas. Berdasarkan kajian Sudirman & Dwiarti (2024), kegiatan lari bersama seperti fun run atau charity run mencerminkan bentuk komunitas gaya hidup (lifestyle community) yang menggabungkan olahraga, hiburan, dan solidaritas sosial. Lari tidak lagi hanya aktivitas individu, melainkan ritual kolektif yang membentuk pengalaman sosial baru. Dari perspektif budaya konsumsi, perilaku membeli perlengkapan lari tidak semata-mata untuk kebutuhan teknis, tetapi juga untuk membangun citra dan status sosial. Pelari kalcer memperlakukan produk-produk lari sebagai simbol kapital budaya, di mana merek tertentu diasosiasikan dengan gaya hidup aktif, modern, dan berkelas. Temuan ini memperkuat teori bahwa olahraga telah mengalami proses komodifikasi di mana nilai-nilai kesehatan berpadu dengan logika pasar dan citra diri.

4. Motivasi, Solidaritas, dan Kesehatan Kolektif

Penelitian JIS Team (2025) dan JKI Team (2025) menyoroti dimensi motivasional dan sosial dari fenomena ini. Keterlibatan dalam komunitas pelari tidak hanya memperkuat identitas sosial, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan psikologis. Pelari merasa memiliki tempat untuk berekspresi, mendapatkan dukungan emosional, dan menjaga kesehatan bersama. Motivasi intrinsik seperti kesadaran menjaga tubuh dan kesehatan berpadu dengan motivasi ekstrinsik seperti dorongan untuk memperoleh pengakuan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa pelari kalcer hidup di persimpangan antara nilai individual dan sosial antara kebutuhan fisik dan simbolik. Lari dalam konteks ini tidak lagi sekadar aktivitas olahraga, melainkan praktik sosial yang meneguhkan solidaritas dan kohesi sosial. Melalui aktivitas rutin dan keterlibatan komunitas, pelari membangun rasa kebersamaan dan kebanggaan kolektif. Lari



menjadi media yang menumbuhkan semangat positif, disiplin, dan saling dukung di tengah tekanan gaya hidup modern yang serba cepat.

5. Implikasi Budaya dan Sosial

Secara keseluruhan, delapan penelitian tersebut menegaskan bahwa pelari kalcer merepresentasikan perubahan paradigma budaya olahraga di Indonesia. Lari tidak lagi dipandang sebagai aktivitas netral, tetapi telah bertransformasi menjadi praktik sosial yang sarat makna simbolik. Identitas pelari melekat pada nilai-nilai urban, kesadaran tubuh, serta pencarian eksistensi dalam ruang digital dan publik. Fenomena ini sekaligus mencerminkan pergeseran nilai masyarakat urban dari orientasi fungsional ke orientasi simbolik di mana tubuh, penampilan, dan gaya hidup menjadi bahasa utama dalam interaksi sosial. Namun demikian, sejumlah studi juga menyoroti potensi sisi negatif fenomena ini, seperti meningkatnya perilaku konsumtif dan eksklusivitas komunitas. Anggota baru yang tidak memiliki perlengkapan “standar” kadang merasa kurang diterima, menandakan bahwa solidaritas komunitas masih bisa dipengaruhi oleh status simbolik. Oleh karena itu, penting bagi komunitas pelari untuk menyeimbangkan antara semangat kebersamaan dan kesadaran kritis terhadap komersialisasi budaya lari.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah literatur dari delapan jurnal nasional, dapat disimpulkan bahwa fenomena pelari kalcer di Indonesia merupakan bentuk transformasi olahraga lari menjadi praktik sosial, budaya, dan simbolik yang kompleks. Aktivitas lari tidak lagi dipandang sebatas upaya menjaga kebugaran fisik, melainkan telah menjadi sarana untuk menegaskan identitas diri, menampilkan eksistensi sosial, serta membangun gaya hidup modern yang selaras dengan nilai-nilai urban. Identitas pelari dibentuk melalui simbol-simbol visual seperti penggunaan perlengkapan olahraga bermerek, keterlibatan dalam komunitas, serta representasi diri di media sosial. Melalui aktivitas ini, pelari tidak hanya memperlihatkan disiplin dan komitmen terhadap kesehatan, tetapi juga menegaskan posisi sosial dalam lanskap budaya populer.

Eksistensi pelari kalcer turut diwujudkan melalui partisipasi aktif di ruang publik dan digital. Lari menjadi sarana untuk dilihat, diakui, dan diingat, di mana setiap capaian dan pengalaman dibagikan sebagai bentuk aktualisasi diri. Sementara itu, gaya hidup pelari mencerminkan adanya integrasi antara nilai kesehatan, estetika tubuh, teknologi, dan konsumsi. Fenomena ini memperlihatkan bahwa olahraga telah menjadi bagian dari budaya konsumsi yang melibatkan citra, pengalaman, dan status sosial. Oleh karena itu, pelari kalcer tidak hanya merepresentasikan kebugaran fisik, tetapi juga dinamika sosial masyarakat modern yang terus beradaptasi dengan perkembangan teknologi dan nilai-nilai budaya kontemporer. Secara keseluruhan, pelari kalcer mencerminkan perubahan paradigma bahwa olahraga kini juga berfungsi sebagai media ekspresi, komunikasi sosial, dan pencarian makna eksistensial dalam kehidupan urban yang serba digital.

Daftar Pustaka

- Alayyubi, L. F., & Dewanto, I. S. Perancangan Kampanye Bagi Pelari Pemula Untuk Mendorong Gaya Hidup Sehat. *Finder: Journal of Visual Communication Design*, 5(2). <https://ejournal.upi.edu/index.php/FINDER/article/view/88255>
- Anwar, N. I. A., & Syafruddin, M. A. (2025). Pengaruh Partisipasi Dalam Kegiatan Olahraga Kampus Terhadap Kesejahteraan Mental Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 25(2), 45-50. <https://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/4851>



- Fikram, M. F. B., Hezron, H. A. D. S., & Afdol, A. R. (2024). Hubungan Perilaku Konsumtif Running Gears Dengan Motivasi Berlari Pada Runners Di Kota Makassar. *Indonesian Journal Of Physical Activity and Sport Development (IJPASD)*, 2(2), 53-60. <https://journal.megaeternal.com/index.php/IJPASD/article/view/28>
- Harahap, D. M., Fanesha, S., Nurseha, M. I., & Heikal, J. (2024). Ethnographic Study The Comparison Of Shared Value Metarun Community From Generations X, Millennials, And Z Runners. *Jurnal Media Akademik (JMA)*, 2(5). <https://jurnal.mediaakademik.com/index.php/jma/article/view/307>
- Hardiansyah M, M. A. (2025). Fenomena Sosial Olahraga Lari: Studi Kasus Pada Gelora Kadrie Oening Kota Samarinda. *Journal of Community Development and Disaster Management*, 7(1), 507–522. <https://doi.org/10.37680/jcd.v7i1.7686>
- Ramadhan, Z., & Kadarisman, Y. (2025). Perilaku konsumtif komunitas Bangkinang Running Club. *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(5), 1766-1776. <https://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/20762>
- Sudirman, A., & Abbas, I. (2023). Analisis budaya konsumtif running gears pada anggota komunitas lari di Sulawesi Selatan. *Jurnal Performa Olahraga*, 8(1), 1-7. <https://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/403>
- Sugiati, S., & Afiah, N. (2025). Tren Motivasi Pada Komunitas Pelari: Apakah Kesehatan Mental Lebih Dominan Daripada Kesehatan Fisik?. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 10(2), 45-56. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI/article/view/11787>