

## FENOMENA SPORT LIFE CULTURE DALAM KEHIDUPAN GENERASI AKTIF MASYARAKAT KOTA MAKASSAR

**Muhammad Sadzali<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Negeri Makassar

[<sup>1</sup>muhammad.sadzali@unm.ac.id](mailto:muhammad.sadzali@unm.ac.id)

**Abstract**

*The sports culture phenomenon is growing rapidly in various major cities across Indonesia, including Makassar. Sporting activities are no longer viewed merely as a health necessity, but have become part of the lifestyle of urban communities, particularly the younger generation. This study aims to analyse the sports culture phenomenon in the lives of the younger generation in Makassar, the factors influencing it, and its impact on the social and cultural patterns of urban society. The research method employed is a descriptive qualitative approach using data collection techniques such as observation, interviews, and literature review. The results of the study indicate that sports culture in Makassar is influenced by increasing health awareness, the development of social media, modern lifestyle trends, and the availability of public sports facilities. Sports activities such as running, cycling, gym workouts, and community sports have become symbols of social identity for the urban youth. In addition to having a positive impact on physical and mental health, this phenomenon also encourages the formation of new social communities and the growth of a sports-based creative economy. However, sports culture also has the potential to foster certain patterns of consumerism and social exclusivity within urban communities.*

**Keywords:** Sport, Life, and Culture, Active Generation, Makassar City Community.

**Abstrak**

Fenomena *sport life culture* berkembang pesat di berbagai kota besar di Indonesia, termasuk Kota Makassar. Aktivitas olahraga tidak lagi dipandang sekadar sebagai kebutuhan kesehatan, tetapi telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat urban, khususnya generasi aktif. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar, faktor-faktor yang memengaruhinya, serta dampaknya terhadap pola sosial dan budaya masyarakat perkotaan. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan studi literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa budaya olahraga di Kota Makassar dipengaruhi oleh meningkatnya kesadaran kesehatan, perkembangan media sosial, tren gaya hidup modern, serta tersedianya fasilitas publik olahraga. Aktivitas olahraga seperti lari, sepeda, gym, dan olahraga komunitas menjadi simbol identitas sosial generasi muda perkotaan. Selain memberikan dampak positif terhadap kesehatan fisik dan mental, fenomena ini juga mendorong terbentuknya komunitas sosial baru dan pertumbuhan ekonomi kreatif berbasis olahraga. Namun demikian, budaya olahraga juga berpotensi menciptakan pola konsumtif dan eksklusivitas sosial tertentu di kalangan masyarakat urban.

**Kata kunci:** Sport Life Culture, Generasi Aktif, Masyarakat Kota Makassar.

Submitted: 2026-05-10	Revised: 2026-05-19	Accepted: 2026-05-29
-----------------------	---------------------	----------------------

**PENDAHULUAN**

Perkembangan masyarakat perkotaan di era modern telah membawa perubahan yang sangat signifikan terhadap pola hidup generasi muda dan kelompok usia produktif, terutama dalam aspek gaya hidup sehat, aktivitas fisik, dan budaya olahraga. Kota Makassar sebagai salah satu kota metropolitan terbesar di kawasan Indonesia Timur mengalami transformasi sosial yang cukup pesat akibat pengaruh globalisasi, perkembangan teknologi digital, urbanisasi, serta meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan fisik dan mental. Kondisi tersebut melahirkan fenomena *sport life culture*, yaitu budaya hidup yang menjadikan olahraga tidak hanya sebagai aktivitas menjaga kebugaran tubuh, tetapi juga sebagai bagian dari identitas sosial, gaya hidup modern, media hiburan, serta sarana aktualisasi diri dalam kehidupan masyarakat urban. Fenomena ini dapat dilihat dari meningkatnya partisipasi masyarakat Kota Makassar dalam berbagai aktivitas olahraga seperti lari, gym, bersepeda, tenis, futsal, hingga olahraga komunitas yang rutin dilakukan di ruang-ruang publik kota seperti kawasan Pantai Losari, Car Free Day, dan pusat kebugaran modern yang terus berkembang di Kota Makassar.

Fenomena *sport life culture* menunjukkan adanya perubahan orientasi masyarakat modern terhadap olahraga. Jika sebelumnya olahraga dipandang hanya sebagai kebutuhan kesehatan, saat ini olahraga telah berkembang menjadi bagian dari gaya hidup dan budaya populer masyarakat perkotaan. Menurut Giddens (1991), gaya hidup modern merupakan bentuk ekspresi identitas individu yang dibangun melalui pola konsumsi, aktivitas sosial, dan kebiasaan sehari-hari yang dipengaruhi oleh perkembangan budaya modern. Dalam konteks masyarakat urban, olahraga menjadi salah satu simbol gaya hidup aktif yang merepresentasikan kesadaran kesehatan, produktivitas, serta status sosial individu di tengah kehidupan kota yang kompetitif.

Perkembangan budaya olahraga di Kota Makassar juga didukung oleh meningkatnya jumlah komunitas olahraga yang aktif di berbagai kalangan masyarakat. Komunitas lari, sepeda, fitness, hingga olahraga rekreasi berkembang pesat dan menjadi ruang sosial baru bagi generasi muda untuk membangun relasi sosial, solidaritas kelompok, serta identitas komunitas. Penelitian yang dilakukan oleh Rahman dan Yusuf (2024) menjelaskan bahwa komunitas olahraga urban di Makassar tidak hanya berfungsi sebagai wadah aktivitas fisik, tetapi juga menjadi media pembentukan identitas sosial masyarakat digital yang aktif menampilkan eksistensinya melalui media sosial dan ruang publik. Aktivitas olahraga kemudian mengalami pergeseran makna menjadi bagian dari budaya populer perkotaan yang berkaitan erat dengan citra diri, gaya hidup sehat, dan kebutuhan aktualisasi sosial.

Selain itu, perkembangan media sosial turut memperkuat fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Platform digital seperti Instagram, TikTok, dan Strava menjadikan aktivitas olahraga lebih mudah dipublikasikan dan dikonsumsi sebagai bagian dari tren gaya hidup modern. Menurut Baudrillard (1998), masyarakat modern cenderung membangun realitas sosial melalui simbol, citra, dan konsumsi budaya populer yang dipertontonkan di ruang publik maupun media digital. Dalam konteks ini, olahraga tidak hanya dipraktikkan untuk menjaga kesehatan, tetapi juga menjadi simbol produktivitas, disiplin, dan pencitraan sosial yang mendapat pengakuan dalam lingkungan masyarakat digital.

Fenomena meningkatnya budaya olahraga juga terlihat dari dukungan pemerintah Kota Makassar dalam mengembangkan berbagai kegiatan dan event olahraga berskala lokal maupun nasional. Pemerintah Kota Makassar secara aktif menyelenggarakan kegiatan seperti Makassar Half Marathon, sport festival, dan berbagai program olahraga masyarakat sebagai bagian dari upaya membangun budaya hidup sehat sekaligus memperkuat citra Makassar sebagai kota olahraga. Menurut data Pemerintah Kota Makassar (2024), peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan olahraga menunjukkan bahwa olahraga telah berkembang menjadi budaya sosial yang melibatkan berbagai kelompok usia dan lapisan masyarakat. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa olahraga tidak lagi dipandang sebagai aktivitas individu semata, melainkan telah menjadi bagian dari dinamika sosial masyarakat urban modern.

Di sisi lain, tingginya aktivitas kerja, tekanan sosial, serta gaya hidup sedentari akibat penggunaan teknologi digital yang berlebihan mendorong masyarakat perkotaan untuk mencari keseimbangan hidup melalui aktivitas olahraga. World Health Organization (WHO) (2023) menjelaskan bahwa aktivitas fisik secara rutin memiliki pengaruh besar terhadap kesehatan fisik dan mental masyarakat modern, terutama dalam mengurangi risiko stres, depresi, dan penyakit tidak menular. Oleh karena itu, olahraga menjadi salah satu alternatif gaya hidup sehat yang semakin diminati oleh masyarakat perkotaan, termasuk generasi aktif di Kota Makassar.

Berdasarkan fenomena tersebut, kajian mengenai *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar menjadi penting untuk dilakukan karena dapat memberikan gambaran mengenai perubahan budaya masyarakat urban modern yang semakin menjadikan olahraga sebagai bagian dari identitas sosial dan gaya hidup sehari-hari. Penelitian ini diharapkan mampu menjelaskan bagaimana budaya olahraga berkembang di tengah masyarakat Kota Makassar, faktor-faktor yang memengaruhi terbentuknya *sport life culture*, serta dampaknya terhadap kehidupan sosial generasi aktif di lingkungan perkotaan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pemahaman terhadap realitas sosial, pola perilaku, gaya hidup, serta makna budaya olahraga yang berkembang di tengah masyarakat urban. Menurut Creswell (2018), penelitian kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna individu atau kelompok terhadap suatu fenomena sosial yang terjadi dalam kehidupan masyarakat.

Lokasi penelitian dilakukan di Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan, dengan fokus pada beberapa ruang publik dan pusat aktivitas olahraga yang menjadi tempat berkembangnya budaya olahraga masyarakat, seperti kawasan Pantai Losari, Center Point Indonesia, Car Free Day Boulevard, pusat kebugaran (*fitness center*), komunitas lari, komunitas sepeda, dan fasilitas olahraga lainnya yang aktif digunakan oleh generasi muda dan kelompok usia produktif. Pemilihan lokasi tersebut didasarkan pada tingginya aktivitas olahraga masyarakat yang menunjukkan berkembangnya fenomena *sport life culture* di Kota Makassar. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah generasi aktif masyarakat Kota Makassar yang secara rutin terlibat dalam aktivitas olahraga dan komunitas olahraga. Informan penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap mampu memberikan informasi sesuai dengan kebutuhan penelitian. Adapun kriteria informan meliputi: (1) masyarakat berusia produktif antara 18–40 tahun, (2) aktif mengikuti kegiatan olahraga minimal dua kali dalam seminggu, (3) tergabung dalam komunitas olahraga atau aktif membagikan aktivitas olahraga di media sosial, dan (4) berdomisili di Kota Makassar. Teknik ini digunakan agar data yang diperoleh lebih relevan dan mendalam sesuai fokus penelitian (Sugiyono, 2022).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan dengan mengamati secara langsung aktivitas olahraga masyarakat di berbagai ruang publik Kota Makassar untuk melihat bentuk perilaku, interaksi sosial, serta budaya olahraga yang berkembang. Wawancara mendalam dilakukan kepada informan penelitian untuk memperoleh data mengenai motivasi, pola gaya hidup, pengaruh media sosial, serta makna olahraga dalam kehidupan mereka sehari-hari. Sementara itu, dokumentasi dilakukan melalui pengumpulan foto kegiatan olahraga, unggahan media sosial komunitas olahraga, serta data pendukung lainnya yang berkaitan dengan fenomena *sport life culture* di Kota Makassar.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman (2014) yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih dan menyederhanakan data yang relevan dengan fokus penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif agar fenomena yang diteliti dapat dipahami secara sistematis. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan dengan menginterpretasikan hasil penelitian berdasarkan temuan di lapangan untuk memperoleh gambaran mengenai fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari beberapa informan berbeda, sedangkan triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik tersebut digunakan agar data yang diperoleh memiliki tingkat validitas dan kredibilitas yang tinggi (Moleong, 2017).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena *sport life culture* telah menjadi bagian dari kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar, khususnya pada kelompok usia produktif yang aktif menggunakan media sosial dan terlibat dalam komunitas olahraga. Fenomena ini terlihat dari meningkatnya aktivitas olahraga masyarakat di berbagai ruang publik kota seperti kawasan

Pantai Losari, Center Point Indonesia, Car Free Day Boulevard, pusat kebugaran (*fitness center*), hingga komunitas olahraga yang berkembang di lingkungan perkotaan.

Berdasarkan hasil observasi lapangan, aktivitas olahraga paling ramai dilakukan pada pagi dan sore hari, terutama pada akhir pekan. Masyarakat terlihat aktif melakukan olahraga lari, bersepeda, senam, gym, futsal, dan tenis secara individu maupun berkelompok. Penelitian menemukan bahwa olahraga tidak lagi dilakukan hanya untuk menjaga kesehatan, tetapi telah berkembang menjadi bagian dari gaya hidup modern masyarakat urban Kota Makassar.

1. Karakteristik Informan Penelitian.

Penelitian ini melibatkan 10 informan yang merupakan generasi aktif masyarakat Kota Makassar dengan rentang usia 21–32 tahun. Informan dipilih berdasarkan intensitas aktivitas olahraga dan keterlibatan dalam komunitas olahraga maupun media sosial.

Tabel 1. Karakteristik Informan Penelitian

No	Usia	Jenis Kelamin	Jenis Olahraga yang Diikuti	Intensitas Olahraga	Media Sosial yang Digunakan
1	22 Tahun	Laki-laki	Lari	4 kali/minggu	Instagram, Strava
2	25 Tahun	Perempuan	Gym	5 kali/minggu	Instagram, TikTok
3	28 Tahun	Laki-laki	Bersepeda	3 kali/minggu	Instagram
4	21 Tahun	Perempuan	Senam	4 kali/minggu	TikTok
5	30 Tahun	Laki-laki	Futsal dan Gym	3 kali/minggu	Instagram
6	27 Tahun	Perempuan	Lari	5 kali/minggu	Strava, Instagram
7	24 Tahun	Laki-laki	Tenis	2 kali/minggu	Instagram
8	29 Tahun	Perempuan	Yoga dan Gym	4 kali/minggu	TikTok, Instagram
9	32 Tahun	Laki-laki	Bersepeda	3 kali/minggu	Facebook, Instagram
10	26 Tahun	Perempuan	Lari dan Gym	5 kali/minggu	Strava, TikTok

Berdasarkan data tersebut, olahraga lari dan gym menjadi aktivitas olahraga yang paling dominan dilakukan oleh informan penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga yang praktis, mudah diakses, dan mendukung penampilan fisik lebih diminati oleh generasi aktif masyarakat.

2. Motivasi Generasi Aktif dalam Melakukan Olahraga

Hasil wawancara menunjukkan bahwa motivasi utama informan melakukan olahraga adalah untuk menjaga kesehatan tubuh dan meningkatkan kebugaran fisik. Namun demikian, penelitian juga menemukan adanya motivasi lain seperti mengurangi stres, meningkatkan penampilan fisik, mengikuti tren gaya hidup, dan kebutuhan sosial dalam komunitas olahraga.

Tabel 2. Motivasi Informan Melakukan Olahraga

No	Motivasi	Jumlah Informan	Persentase
1	Menjaga kesehatan	10	100%
2	Mengurangi stres	8	80%

No	Motivasi	Jumlah Informan	Persentase
3	Meningkatkan penampilan tubuh	7	70%
4	Mengikuti tren gaya hidup	6	60%
5	Menambah relasi sosial	7	70%
6	Konten media sosial	5	50%

Berdasarkan Tabel 2 diatas, seluruh informan menyatakan bahwa alasan utama melakukan olahraga adalah untuk menjaga kesehatan fisik. Namun demikian, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa olahraga telah mengalami pergeseran makna menjadi bagian dari gaya hidup modern. Sebanyak 70% informan mengaku olahraga dilakukan untuk meningkatkan penampilan tubuh dan memperluas relasi sosial, sedangkan 60% informan menyatakan bahwa mereka mengikuti olahraga karena dipengaruhi tren gaya hidup yang berkembang di media sosial dan lingkungan pergaulan masyarakat urban Kota Makassar. Data tersebut menunjukkan bahwa olahraga telah mengalami pergeseran makna di tengah masyarakat Kota Makassar. Selain untuk kesehatan, olahraga juga dijadikan sebagai bagian dari gaya hidup modern dan sarana membangun identitas sosial di lingkungan masyarakat maupun media digital.

### 3. Pengaruh Media Sosial terhadap Sport Life Culture

Hasil penelitian menemukan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang sangat besar dalam membentuk budaya olahraga generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Sebagian besar informan mengaku termotivasi berolahraga setelah melihat konten olahraga yang dibagikan oleh influencer, komunitas olahraga, maupun teman sebaya di media sosial.

Tabel 3. Pengaruh Media Sosial terhadap Aktivitas Olahraga

No	Bentuk Pengaruh	Jumlah Informan	Persentase
1	Termotivasi olahraga dari media sosial	9	90%
2	Membagikan aktivitas olahraga	8	80%
3	Mengikuti komunitas olahraga online	7	70%
4	Menggunakan aplikasi olahraga digital	6	60%

Berdasarkan hasil wawancara, media sosial seperti Instagram, TikTok, dan Strava menjadi platform yang paling sering digunakan oleh informan untuk membagikan aktivitas olahraga mereka. Informan mengaku bahwa aktivitas olahraga yang dipublikasikan di media sosial memberikan rasa percaya diri dan menjadi bentuk eksistensi sosial dalam lingkungan digital. Data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa olahraga lari menjadi aktivitas yang paling diminati oleh generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Tingginya minat terhadap olahraga lari dipengaruhi oleh berkembangnya komunitas lari, event marathon, serta kemudahan akses ruang publik seperti Car Free Day dan kawasan Pantai Losari yang sering digunakan masyarakat untuk berolahraga. Selain itu, olahraga gym juga cukup diminati karena dianggap mampu menunjang penampilan fisik dan gaya hidup modern masyarakat.

### 4. Dampak Sport Life Culture terhadap Kehidupan Sosial

Fenomena *sport life culture* memberikan dampak positif terhadap kehidupan sosial generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga membantu masyarakat membangun relasi sosial baru, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperbaiki kesehatan mental akibat tekanan kehidupan perkotaan.

Tabel 4. Dampak Sport Life Culture terhadap Kehidupan Informan

No	Dampak yang Dirasakan	Jumlah Informan	Persentase
1	Tubuh lebih sehat dan bugar	10	100%
2	Relasi sosial bertambah	8	80%
3	Mengurangi stres pekerjaan	7	70%
4	Lebih percaya diri	8	80%

**No Dampak yang Dirasakan Jumlah Informan Persentase**

5 Lebih aktif di komunitas sosial	6	60%
-----------------------------------	---	-----

Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena *sport life culture* memberikan dampak positif terhadap kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar, baik dari aspek kesehatan maupun sosial. Sebagian besar informan merasa bahwa olahraga membantu meningkatkan rasa percaya diri, memperluas relasi sosial, dan mengurangi tekanan psikologis akibat aktivitas kerja serta kehidupan urban yang padat. Temuan ini memperlihatkan bahwa olahraga telah berkembang menjadi budaya sosial baru dalam kehidupan masyarakat perkotaan modern.

Fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar menunjukkan adanya perubahan pola hidup masyarakat urban modern yang semakin menjadikan olahraga sebagai bagian dari aktivitas sosial dan gaya hidup sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian, olahraga tidak lagi dipahami hanya sebagai aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan, tetapi telah berkembang menjadi simbol identitas sosial, media interaksi sosial, serta bagian dari budaya populer masyarakat perkotaan. Kondisi ini terlihat dari meningkatnya partisipasi masyarakat dalam berbagai aktivitas olahraga seperti lari, gym, bersepeda, tenis, dan olahraga komunitas yang dilakukan secara rutin di ruang publik Kota Makassar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa olahraga lari menjadi aktivitas yang paling diminati oleh generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Tingginya minat terhadap olahraga lari dipengaruhi oleh kemudahan akses, biaya yang relatif murah, serta berkembangnya komunitas lari dan event olahraga seperti Makassar Half Marathon dan Car Free Day. Fenomena ini memperlihatkan bahwa ruang publik perkotaan memiliki peran penting dalam membentuk budaya olahraga masyarakat urban. Menurut Gehl (2011), ruang publik yang aktif dapat menciptakan interaksi sosial dan membangun budaya masyarakat yang lebih partisipatif. Dalam konteks Kota Makassar, ruang publik seperti Pantai Losari dan kawasan boulevard tidak hanya berfungsi sebagai tempat rekreasi, tetapi juga menjadi pusat aktivitas olahraga dan pembentukan komunitas sosial masyarakat perkotaan.

Selain faktor ruang publik, penelitian ini menemukan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap terbentuknya *sport life culture*. Sebanyak 90% informan mengaku termotivasi melakukan olahraga setelah melihat konten olahraga di media sosial. Platform seperti Instagram, TikTok, dan Strava tidak hanya menjadi media berbagi aktivitas olahraga, tetapi juga membentuk standar gaya hidup sehat di kalangan generasi muda. Kondisi ini menunjukkan bahwa budaya olahraga saat ini berkembang seiring dengan perkembangan budaya digital masyarakat modern.

Menurut Baudrillard (1998), masyarakat modern hidup dalam budaya simulasi, yaitu kondisi ketika citra dan simbol memiliki pengaruh besar terhadap perilaku sosial individu. Dalam penelitian ini, aktivitas olahraga yang dipublikasikan di media sosial menjadi simbol gaya hidup sehat, produktif, dan modern yang ingin ditampilkan oleh generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Banyak informan mengaku bahwa membagikan aktivitas olahraga di media sosial memberikan rasa percaya diri dan meningkatkan eksistensi sosial mereka dalam lingkungan digital. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga tidak hanya dilakukan karena kebutuhan kesehatan, tetapi juga sebagai bagian dari pencitraan sosial di era digital.

Fenomena tersebut juga berkaitan dengan teori gaya hidup modern yang dikemukakan oleh Giddens (1991), bahwa gaya hidup merupakan pola tindakan yang dipilih individu untuk membentuk identitas diri di tengah masyarakat modern. Dalam kehidupan masyarakat urban Kota Makassar, olahraga telah menjadi bagian dari gaya hidup yang mencerminkan disiplin, produktivitas, kesadaran kesehatan, dan status sosial tertentu. Jenis olahraga yang dilakukan bahkan sering kali dianggap merepresentasikan karakter sosial seseorang. Misalnya, gym dan tenis lebih banyak diasosiasikan dengan gaya hidup kelas menengah perkotaan, sedangkan komunitas lari dipandang sebagai simbol gaya hidup sehat dan aktif.

Penelitian ini juga menemukan bahwa fenomena *sport life culture* memberikan dampak positif terhadap kehidupan sosial masyarakat Kota Makassar. Sebanyak 80% informan menyatakan bahwa olahraga membantu mereka memperluas relasi sosial dan membangun jaringan pertemanan baru. Komunitas olahraga berkembang menjadi ruang sosial baru yang mempertemukan masyarakat dari berbagai latar belakang sosial, pekerjaan, dan usia. Kondisi ini menunjukkan bahwa olahraga memiliki fungsi sosial yang cukup penting dalam kehidupan masyarakat urban modern.

Selain dampak sosial, budaya olahraga juga memberikan dampak psikologis bagi generasi aktif masyarakat Kota Makassar. Sebanyak 70% informan mengaku bahwa olahraga membantu mengurangi stres akibat aktivitas kerja dan tekanan kehidupan perkotaan. Temuan ini sejalan dengan penjelasan World Health Organization (WHO) (2023) yang menyatakan bahwa aktivitas fisik secara rutin dapat membantu menjaga kesehatan mental, mengurangi kecemasan, dan menurunkan risiko depresi akibat pola hidup sedentari. Tingginya mobilitas dan tekanan hidup masyarakat perkotaan menyebabkan olahraga menjadi salah satu kebutuhan penting dalam menjaga keseimbangan hidup masyarakat urban.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya kecenderungan bahwa sebagian masyarakat melakukan olahraga karena faktor tren dan kebutuhan eksistensi sosial. Sebanyak 50% informan mengaku membagikan aktivitas olahraga sebagai bagian dari konten media sosial. Kondisi ini menunjukkan bahwa budaya olahraga di masyarakat urban tidak sepenuhnya didorong oleh kesadaran kesehatan, tetapi juga dipengaruhi oleh budaya populer dan kebutuhan pengakuan sosial di lingkungan digital. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa olahraga telah mengalami komodifikasi budaya, yaitu perubahan aktivitas olahraga menjadi bagian dari gaya hidup konsumtif masyarakat modern.

Perkembangan *sport life culture* di Kota Makassar juga didukung oleh meningkatnya industri olahraga dan gaya hidup sehat. Pertumbuhan pusat kebugaran, toko perlengkapan olahraga, event olahraga, serta komunitas olahraga menunjukkan bahwa budaya olahraga telah menjadi bagian dari perkembangan ekonomi kreatif perkotaan. Aktivitas olahraga kini tidak hanya berkaitan dengan kesehatan individu, tetapi juga menjadi bagian dari industri gaya hidup modern yang terus berkembang di masyarakat urban.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut, dapat dipahami bahwa fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar merupakan bentuk perubahan sosial budaya masyarakat urban modern yang dipengaruhi oleh perkembangan media sosial, meningkatnya kesadaran kesehatan, budaya populer, dan kebutuhan identitas sosial. Olahraga telah berkembang menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat perkotaan yang tidak hanya berfungsi untuk menjaga kesehatan, tetapi juga sebagai media interaksi sosial, pembentukan identitas diri, dan simbol kehidupan modern di era digital.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar, dapat disimpulkan bahwa budaya olahraga telah mengalami perkembangan yang sangat signifikan dan menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat urban modern. Olahraga tidak lagi dipahami hanya sebagai aktivitas untuk menjaga kesehatan fisik, tetapi telah berkembang menjadi media pembentukan identitas sosial, sarana interaksi sosial, bentuk aktualisasi diri, serta simbol gaya hidup modern di tengah kehidupan masyarakat perkotaan.

Fenomena *sport life culture* di Kota Makassar terlihat dari meningkatnya aktivitas olahraga masyarakat di berbagai ruang publik seperti Pantai Losari, Center Point Indonesia, Car Free Day Boulevard, pusat kebugaran, dan komunitas olahraga yang berkembang secara aktif. Olahraga lari dan gym menjadi aktivitas yang paling diminati oleh generasi aktif masyarakat Kota Makassar karena dianggap praktis, mudah diakses, dan mampu menunjang kesehatan serta penampilan fisik.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang sangat besar terhadap terbentuknya *sport life culture*. Platform digital seperti Instagram, TikTok, dan Strava menjadi media yang mendorong masyarakat untuk aktif berolahraga sekaligus membagikan aktivitas olahraga sebagai bagian dari gaya hidup dan eksistensi sosial. Aktivitas olahraga yang dipublikasikan melalui media sosial tidak hanya bertujuan menjaga kesehatan, tetapi juga menjadi simbol produktivitas, disiplin, dan citra diri generasi muda perkotaan.

Namun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian masyarakat melakukan olahraga karena dipengaruhi tren gaya hidup dan kebutuhan eksistensi sosial di media digital. Hal tersebut menunjukkan bahwa budaya olahraga di masyarakat urban modern memiliki keterkaitan yang erat dengan budaya populer dan perkembangan media sosial yang membentuk pola perilaku generasi aktif perkotaan.

Dengan demikian, fenomena *sport life culture* dalam kehidupan generasi aktif masyarakat Kota Makassar dapat dipahami sebagai bentuk perubahan sosial budaya masyarakat urban modern yang dipengaruhi oleh kesadaran kesehatan, perkembangan teknologi digital, media sosial, komunitas olahraga, dan kebutuhan identitas sosial. Oleh karena itu, diperlukan dukungan dari pemerintah, komunitas, dan masyarakat untuk terus mengembangkan budaya olahraga yang positif, sehat, dan inklusif sebagai bagian dari peningkatan kualitas hidup masyarakat perkotaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Baudrillard, J. (1998). *The Consumer Society: Myths and Structures*. London: Sage Publications.
- Badan Pusat Statistik Kota Makassar. (2024). *Kota Makassar Dalam Angka 2024*. Makassar: BPS Kota Makassar.
- Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgement of Taste*. Cambridge: Harvard University Press.
- Coakley, J. (2017). *Sports in Society: Issues and Controversies* (12th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Creswell, J. W. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). California: Sage Publications.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The Sage Handbook of Qualitative Research*. California: Sage Publications.
- Gehl, J. (2011). *Life Between Buildings: Using Public Space*. Washington DC: Island Press.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. California: Stanford University Press.
- Harvey, D. (2005). *A Brief History of Neoliberalism*. Oxford: Oxford University Press.
- Heryanto, A. (2015). *Identitas dan Kenikmatan: Politik Budaya Layar Indonesia*. Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia.
- Kotler, P., & Keller, K. L. (2016). *Marketing Management* (15th ed.). Pearson Education.
- Lefebvre, H. (1991). *The Production of Space*. Oxford: Blackwell Publishing.
- Lubis, A. Y. (2014). *Postmodernisme: Teori dan Metode*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). California: Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nasrullah, R. (2017). *Media Sosial: Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Pemerintah Kota Makassar. (2024). "Makassar Half Marathon 2024." Diakses dari <https://makassarkota.go.id>

- Piliang, Y. A. (2011). *Dunia yang Dilipat: Tamasya Melampaui Batas-Batas Kebudayaan*. Bandung: Matahari.
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
- Rahman, A., & Yusuf, M. (2024). "Budaya Olahraga Urban dan Identitas Sosial Komunitas Lari di Kota Makassar." *Journal of Urban Social Culture*, 5(2), 115–128.
- Ritzer, G. (2011). *Globalization: The Essentials*. New Jersey: Wiley-Blackwell.
- Setiawan, B. (2022). "Fenomena Gaya Hidup Sehat pada Generasi Milenial di Perkotaan." *Jurnal Sosial Humaniora*, 8(1), 45–57.
- Soekanto, S. (2013). *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suyanto, B. (2017). *Sosiologi Perkotaan: Memahami Masyarakat Kota dan Problematikanya*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Turner, B. S. (2013). *The Body and Society: Explorations in Social Theory*. London: Sage Publications.
- UNESCO. (2021). *Sport and Physical Activity for Healthy Lifestyles*. Paris: UNESCO Publishing.
- World Health Organization. (2023). *Physical Activity Factsheet*. Geneva: WHO.