



**Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi Transendental**

(Studi Fenomenologi Husserl pada Komunitas : Inan Yoga  
di Jakarta Selatan)

**TESIS**

**APREZIA ANJANIE**

**NIM : 55212120074**

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
2015**



**Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi Transendental**

(Studi Fenomenologi Husserl pada Komunitas : Inan Yoga  
di Jakarta Selatan)

**TESIS**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program  
Pascasarjana Program Studi Magister Ilmu Komunikasi

**APREZIA ANJANIE**

**NIM : 55212120074**

**PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU KOMUNIKASI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MERCU BUANA  
2015**



**UNIVERSITAS MERCU BUANA  
PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI MAGISTER  
ILMU KOMUNIKASI**

**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG TESIS**

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| 1. Nama               | : Aprezia Anjanie   |
| 2. NIM                | : 55212120074   |
| 3. Jenjang Pendidikan | : Strata Dua (S2)   |
| 4. Program Studi      | : Magister Ilmu Komunikasi  |
| 5. Konsentrasi        | : Corporate & Marketing Communication   |
| 6. Judul              | : Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi<br>Transendental (Studi Fenomenologi Husserl pada<br>Komunitas : Inan Yoga di Jakarta Selatan) |

Jakarta, 18 Januari 2015

Pembimbing

Dr. Farid Hamid, M.Si.,



**UNIVERSITAS MERCU BUANA  
PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI MAGISTER  
ILMU KOMUNIKASI**

**LEMBAR TANDA LULUS SIDANG TESIS**

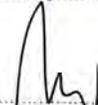
1. Judul : Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi  
Transendental (Studi Fenomenologi Husserl pada  
Komunitas : Inan Yoga di Jakarta Selatan)
2. Nama : Aprezia Anjanie
3. NIM : 55212120074
4. Jenjang Pendidikan : Strata Dua (S2)
5. Program Studi : Magister Ilmu Komunikasi
6. Konsentrasi : Corporate & Marketing Communication
7. Tanggal : 3 Februari 2015

Jakarta, 3 Februari 2015  
Mengetahui,

1. Ketua Sidang  
Dr. Henni Gusfa, M.Si

  
(.....)

2. Penguji Ahli  
Dr. Inge Hutagalung, M. Si

  
(.....)

3. Pembimbing  
Dr. Farid Hamid, M.Si

  
(.....)



**UNIVERSITAS MERCU BUANA  
PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI MAGISTER  
ILMU KOMUNIKASI**

**LEMBAR PENGESAHAN PERBAIKAN TESIS**

1. Judul : Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi  
Transendental (Studi Fenomenologi Husserl pada  
Komunitas : Inan Yoga di Jakarta Selatan)
2. Nama : Aprezia Anjanie
3. NIM : 55212120074
4. Jenjang Pendidikan : Strata Dua (S2)
5. Program Studi : Magister Ilmu Komunikasi
6. Konsentrasi : Corporate & Marketing Communication
7. Tanggal : 18 Februari 2015

Jakarta, 18 Februari 2015  
Mengetahui,

1. Ketua Sidang  
Dr. Henni Gusfa, M.Si

  
(.....)

2. Penguji Ahli  
Dr. Inge Hutagalung, M. Si

  
(.....)

3. Pembimbing  
Dr. Farid Hamid, M.Si.,

  
(.....)



**UNIVERSITAS MERCU BUANA  
PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI MAGISTER  
ILMU KOMUNIKASI**

**LEMBAR PENGESAHAN TESIS**

1. Judul : Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi Transendental (Studi Fenomenologi Husserl pada Komunitas : Inan Yoga di Jakarta Selatan)
2. Bentuk Tesis : Penelitian/Kajian Masalah
3. Nama : Aprezia Anjanie
4. NIM : 55212120074
5. Program Studi : Magister Ilmu Komunikasi
6. Konsentrasi : Corporate and Marketing Communication
7. Tanggal : 18 Februari 2015

Jakarta, 18 Februari 2015  
Mengesahkan,

Pembimbing



Dr. Farid Hamid, M.Si.,

Direktur Program Pascasarjana



Prof. Dr. Didik J. Rachbini

Ketua Progran Studi  
Magister Ilmu Komunikasi



Dr. Nur Kholisoh, M.Si.,

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa semua pernyataan dalam Tesis ini :

Judul : Konstruksi Makna Yoga Dalam Komunikasi  
Transendental (Studi Fenomenologi Husserl pada  
Komunitas : Inan Yoga di Jakarta Selatan)  
Bentuk : Penelitian/Kajian Masalah  
Nama : Aprezia Anjanie  
NIM : 55212120074  
Program Studi : Magister Ilmu Komunikasi  
Konsentrasi : Corporate and Marketing Communication  
Tanggal : 3 Februari 2015

Merupakan hasil studi lapangan dan karya saya sendiri dengan dibimbing oleh komisi Dosen Pembimbing yang ditetapkan dengan Surat Keputusan Direktur Pasca Sarjana Universitas Mercu Buana.

Tesis ini belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik pada program sejenis di perguruan tinggi lain. Semua informasi, data, dan hasil pengolahan yang digunakan, telah dinyatakan secara jelas sumbernya dan dapat diperiksa kebenarannya.

Jakarta, 3 Februari 2015

  
Aprezia Anjanie

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr.wb.

Bismillahirrohmanirrohim. Segala puji dan syukur selalu penulis lafazkan atas kehadiran Allah SWT atas segala limpahan nikmat dan karunianya kepada kita semua. Tak lupa syalawat beriring salam selalu tucurahkan pada junjungan kita yakni Nabi besar Muhammad SAW sebagai suri tauladan dalam segala aspek kehidupan.

Tesis ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Ilmu Komunikasi pada Program Studi Pasca Sarjana Universitas Mercu Buana Jakarta. Tesis ini merupakan sebuah penelitian terhadap komunikasi transendental yang tercipta dari sebuah perpaduan olah gerak tubuh dengan pernafasan yang dibungkus dalam suatu wujud fokus pikiran. Olah gerak tubuh tersebut adalah Yoga. Di mana dengan mempraktikkan yoga secara maksimal dan teratur, ternyata seorang individu akan digiring melalui sebuah fase perubahan emosional yang dibentuk dan dimulai dari ranah kognitif sampai pada akhirnya mengalir pada ranah afektif dan konatif seseorang tersebut. Hal yang demikian itu melahirkan sebuah totalitas keseimbangan jiwa dalam kerohanian yang mampu mengatasi berbagai persoalan kehidupan dengan kualitas prima.

Seiring perjalanan waktu, tesis ini akhirnya selesai juga atas izin Allah SWT beserta segenap pihak-pihak yang ada, yang sudah pasti dengan doa, semangat, dukungan dan kerjasama yang diberikan pada penulis. Dengan demikian, atas segala yang penulis terima dan rasakan tersebut, maka, terima kasih yang terutama sekali penulis ucapkan kepada Ibunda penulis Gayahne Carol (mama yani) dan Ayahanda penulis Irviandi Basuki (papa andi) atas segala jasa mereka yang tak akan bisa tergantikan sampai kapanpun. Selanjutnya terima kasih kepada suamiku tercinta Pongki Harahap (oki) serta buah hatiku Amoreta yang

melengkapi setiap sudut kebahagiaanku dalam ruang dan waktu. Terima kasih juga tak lupa penulis ucapkan pada adikku Frederick

Selanjutnya, terima kasih yang sebesar-besarnya pada segenap pihak dengan lantunan irama syukur yang mendalam penulis ucapkan kepada:

1. Dr. Farid Hamid, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Utama yang sangat berperan dalam pembuatan tesis ini
2. Dr. Henni Gusfa, M.Si, selaku Ketua Sidang
3. Dr. Inge Hutagalung, M.Si., selaku Dosen Penguji Ahli
4. Prof. Dr. Didik J. Rachbini selaku Direktur Pascasarjana Universitas Mercu Buana Jakarta
5. Dr. Nur Kholisoh, M.Si., selaku Ketua Program Studi Magister Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Jakarta
6. Dr. Agustina Zubair, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi dan Dosen Penguji Ahli disaat seminar
7. Endri Listriani, S.IP., M.Si. selaku dosen yang selalu memberikan support di dalam pembuatan tesis ini
8. Seluruh Dosen Pasca Sarjana Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Jakarta, yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat bagi penulis sehingga menjadi bekal ilmu untuk perjalanan hidup penulis
9. Para staf Administrasi Pasca Sarjana Ilmu Komunikasi Universitas Mercu Buana Jakarta, yang telah membantu dalam pengurusan dokumen yang dibutuhkan oleh penulis beserta staf perpustakaan Universitas Mercu Buana dan Universitas Indonesia yang sangat membantu dalam hal kepustakaan
10. Rekan-rekan dalam Komunitas Yoga di Jakarta Selatan, terima kasih atas segala support dan bantuannya dalam menyediakan informasi untuk pembuatan Tesis ini
11. Namboru, alm. amangboru, Tiara dan Tondi yang selalu berdoa dan menyupport dalam penyelesaian tesis

12. Pak Imam, Bang Sihol, Pak Taqim, mba Sapta, mas Suryadi, Octayani, Kusnaedi dan Zara atas segala support dan dukungan penyelesaian tesis ini
13. Teman-teman grup Pasca Sarjana Komunikasi Minggu Menteng Universitas Mercu Buana Jakarta yang belum disebut namanya satu persatu, terima kasih atas segala support dan semua dukungan dalam penyelesaian tesis ini
14. Semua pihak yang telah membantu terwujudnya Tesis ini yang tidak cukup disebutkan satu persatu semoga Allah SWT membalas kebaikan dan ketulusan dengan melimpahkan rahmat dan karunia-Nya

Akhir kata, penulis ingin mengatakan bahwa yoga pada hakekatnya tidak lebih dari sebuah upaya awal untuk pencerahan akal dan pikiran yang dilakukan seseorang demi mendapatkan sebuah keseimbangan jiwa berupa jatidiri yang hakiki.



UNIVERSITAS  
MERCU BUANA

Penulis

Aprezia Anjanie

## DAFTAR ISI

	HALAMAN
<b>LEMBAR PENGESAHAN-PENGESAHAN .....</b>	
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Fokus Penelitian .....	12
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian .....	13
1.3.1. Maksud Penelitian .....	13
1.3.2. Tujuan Penelitian .....	13
1.4. Manfaat Penelitian .....	13
1.4.1. Manfaat Penelitian secara Akademis .....	13
1.4.2. Manfaat Penelitian secara Praktis .....	14
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA PEMIKIRAN</b>	
2.1. Penelitian Terdahulu .....	15
2.1.1. <i>Patricia Doyle Corner, Workplace Spirituality and Business Ethics: Insight from an Eastern Spiritual Tradition, Springer Vol. 85 No. 3 (Maret 2009) .....</i>	15
2.1.2. <i>S.N Ganguly, Communication and Silent Culture, International Phenomological Society, Vol. 29 No. 2 (Dec 1968) .....</i>	17
2.1.3. <i>Peter Van Ness, Yoga as Spiritual but not religious: a pragmatic perspective, University of Illinois Press, Vol. 20, No. 1 (January 1999) .....</i>	20
2.1.4. <i>Andrew B. Kipnis, Yogic Meditation and Social Responsibility, University of Hawai'i Press, Vol. 14 (1994) .....</i>	22

2.2.	Kajian Teoritis .....	28
2.2.1.	Psikologi Komunikasi .....	28
2.2.2.	Komunikasi Transendental .....	31
2.2.3.	Komunikasi Intrapersonal .....	38
2.2.4.	Komunikasi Antar Pribadi .....	43
2.2.5.	Fenomenologi .....	46
2.3.	Kerangka Pemikiran .....	53

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

3.1	Objek Penelitian .....	58
3.2	Paradigma Penelitian .....	58
3.3	Metode Penelitian .....	59
3.4	Subjek Penelitian .....	60
3.5.	Teknik Pengumpulan Data .....	61
3.5.1	Data Primer .....	61
3.5.2	Data Sekunder .....	63
3.6	Teknik Analisis Data .....	63
3.7	Teknik Pemeriksaan Data .....	65

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1.	Gambaran Umum Objek Penelitian .....	67
4.1.1	Profil Komunitas .....	67
4.1.2	Profil Informan .....	68
4.1.3	Latar Belakang mengikuti Yoga .....	72
4.2	Hasil Penelitian .....	75
4.2.1.	Makna Transenden bagi Individu dalam mengikuti Yoga .....	76
4.2.1.1.	Kontras Kosmos (Makna Transenden Pikiran Individu) .....	79
4.2.1.2.	Kehendak Harmonis (Makna Transenden Kehendak Individu) .....	80
4.2.1.3.	Relaksasi Harmoni (Makna Transenden Perasaan Individu) .....	81

4.2.2.	Motif Individu mengikuti Yoga .....	84
4.2.2.1.	Penyebab Individu Mengikuti Yoga .....	85
4.2.2.2.	Tujuan Kesadaran Individu di Masa Depan .....	91
4.2.3.	Proses Komunikasi Transenden dalam Yoga .....	97
4.2.3.1.	Pemahaman Transenden Terhadap yoga .....	99
1.	Tahap Meditasi .....	101
2.	Tahap Rutinitas Inti .....	110
3.	Tahap Relaksasi .....	120
4.2.3.2.	Healthy Living (Kesadaran Hidup Sehat) .....	134
1.	Fase Enerjik (Harapan Kesadaran kepada Jiwa Individu) .....	135
2.	Fase Kebugaran (Harapan Kesadaran kepada raga individu) .....	137
4.2.3.3.	Arus Utama Kesadaran Individu Dalam Mengikuti Yoga .....	138
1.	Muncul dari Luar Lingkungan Pribadi .....	139
2.	Muncul dari Dalam Diri (Internal) .....	141
3.	Muncul dari Dalam dan Luar Diri (Internal dan Eksternal) .....	142
4.2.4.	Fase Individu dalam Komunitas Yoga .....	146
4.2.4.1.	Tindakan Saling Berbagi .....	147
4.2.4.2.	Tindakan Empati .....	149
4.2.4.3.	Tindakan Passion (Hasrat) .....	151
4.3.	Pembahasan .....	152
4.3.1.	Transformasi Individu .....	157
4.3.2.	Komunikasi Transfigurasi Mental Yang Hakiki .....	164

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

5.1.	Kesimpulan .....	169
5.2.	Saran .....	170
5.2.1.	Saran Akademis .....	170
5.2.2.	Saran Praktis .....	171

**DAFTAR PUSTAKA .....**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN .....** (172-196)

**BIODATA PENELITI .....**



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1.	(Tampak luar) Inan Salon Jakarta Selatan .....	67
Gambar 4.2.	Salah satu artikel pertentangan yoga oleh fatwa MUI pada Tabloid Cek & Ricek, Januari 2015 .....	106
Gambar 4.3.	Artikel mengenai yoga pada tabloid Cek & Ricek (Anjasmara), Januari 2015 .....	107
Gambar 4.4.	Kutipan gambar pada salah satu teknik gerakan latihan 'menegakkan pundak-meluruskan tulang belakang' dalam yoga (berkaitan dengan kesehatan), Januari 2015 .....	108
Gambar 4.5.	Artikel yoga pada tabloid Cek & Ricek (Riyanni D.) Januari 2015 .....	113
Gambar 4.6.	Artikel yoga pada tabloid Cek & Ricek (Prilly L), Januari 2015	114
Gambar 4.7.	Salah satu kutipan gambar dari gerakan meditasi dalam praktik Yoga .....	128
Gambar 4.8.	Salah satu gerakan olah pernafasan dalam praktik Yoga.....	129
Gambar 4.9.	Salah satu gerakan olah pernafasan dalam praktik Yoga .....	129
Gambar 4.10.	Salah satu gerakan dalam relaksasi praktik Yoga.....	130
Gambar.4.11.	Salah satu gerakan dalam relaksasi praktik Yoga .....	131
Gambar 4.12	Jenis gerakan dalam praktik Yoga.....	132
Gambar 4.13	Jenis gerakan dalam praktik Yoga .....	132

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Ringkasan dari Jurnal Penelitian Terdahulu .....	24
Tabel 2.2.	Kerangka Pemikiran .....	53
Tabel 4.1.	Flowchart “Makna Transenden bagi Individu dalam mengikuti yoga (Quantum Kosmos)” .....	83
Tabel 4.2.	Flowchart “Motif Individu Mengikuti Yoga” .....	96
Tabel 4.3.	Flowchart “Pemahaman Transenden Terhadap Yoga” .....	134
Tabel 4.4.	Flowchart “Healthy Living (Kesadaran Hidup Sehat)” .....	138
Tabel 4.5.	Flowchart “Arus Utama Kesadaran Individu Dalam Yoga” .....	145
Tabel 4.6.	Flowchart Keseluruhan “Proses Komunikasi Transenden Yoga” .....	146
Tabel 4.7.	Flowchart “Fase Individu Dalam Komunitas Yoga” .....	153
Tabel 4.8.	Flowchart Keseluruhan “Konstruksi Makna Transendental dalam Yoga” .....	156