

---

## Penerimaan Pesan Podcast Psikologid Sebagai Media Pembelajaran Untuk Kesehatan Mental Mahasiswa

### *Acceptance of Psikologid Podcast Messages as A Learning Media For Student's Mental Health*

Fadhila Cahya Kawiswara<sup>1</sup>, Indah Wenerda<sup>2</sup>

<sup>1, 2</sup>Universitas Ahmad Dahlan

Jl. Kapas No.9, Semaki, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55166

\*Email korespondensi: [indah.wenerda@comm.uad.ac.id](mailto:indah.wenerda@comm.uad.ac.id)<sup>2</sup>

Diterima : 10 Oktober 2022 || Revisi : 27 Oktober 2022 || Disetujui : 10 Desember 2022

---

#### **Abstract**

*As time goes by, information technology is increasingly developing which makes it easier for humans to create new media including audio media. Year 2020 is the year of the 'New golden age of audio' in which podcast listeners have tripled. Apart from that, 2020 was also the year when the Covid-19 pandemic appeared in Indonesia and had an adverse effect on the students' mental health. The podcast that will be discussed in this study is one of the podcasts that are already present on Spotify which discusses mental health, namely the Psikologid podcast. The purpose of this study is to find out how the acceptance of Psikologid podcast messages as a learning medium for mental health for students. This study used a type of qualitative research with a descriptive approach. The results of this study indicate that of the eight informants who have been selected, four informants belong to a dominant hegemonic position, three informants belong to a negotiating position, and one informant enters an oppositional position that rejects or is not in line with the message conveyed through the Psikologid podcast. With different backgrounds, the eight informants have different responses about the messages they received through the Psikologid podcast.*

**Keywords:** Podcast, Mental Health, Students

#### **Abstrak**

Seiring dengan berjalannya waktu, semakin berkembang teknologi informasi yang memudahkan manusia untuk membuat media baru termasuk media audio. Pada tahun 2020 merupakan tahun “*new golden age of audio*” yang mana pendengar podcast meningkat menjadi tiga kali lipat. Selain itu tahun 2020 juga menjadi tahun di mana pandemi COVID-19 telah muncul di Indonesia dan memiliki pengaruh pada kondisi kesehatan mental mahasiswa menjadi kurang baik. Dalam penelitian ini podcast yang akan dibahas merupakan salah satu podcast yang telah hadir di spotify yang membahas tentang kesehatan mental yaitu podcast Psikologid. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana penerimaan pesan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental bagi mahasiswa. Dalam penelitian ini menggunakan menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan

pendekatan deskriptif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari delapan informan yang sudah terpilih, empat informan termasuk ke dalam posisi dominan hegemoni, tiga informan termasuk ke dalam posisi negosiasi, dan satu informan masuk ke dalam posisi oposisi yang menolak atau tidak sejalan dengan pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid. Dengan latar belakang yang berbeda-beda mempengaruhi delapan informan memiliki tanggapan yang berbeda-beda tentang pesan yang diterimanya melalui podcast Psikologid.

**Kata kunci:** *Podcast, Kesehatan Mental, Mahasiswa*

## PENDAHULUAN

Seiring dengan berjalannya waktu, semakin berkembang pula teknologi informasi pada masa kini yang bisa memunculkan berbagai kreatifitas untuk berkarya. Dengan adanya perkembangan teknologi informasi ini juga diiringi dengan internet yang semakin memudahkan manusia untuk membuat sebuah media baru seperti media audio. Selain itu, pada masa kini yang berkaitan dengan media audio dan sudah cukup populer adalah podcast. Penelitian Satrio Adi Hanifiandaru (2021) menjelaskan bahwa podcast sendiri merupakan siaran *non-streaming* yang disampaikan dalam bentuk audio yang menyajikan berbagai macam konten. Melalui penelitian dari Idham Imarshan (2021) mengatakan bahwa tahun 2020 merupakan awal dari “*new golden age of audio*” ini dibuktikan dengan jumlah pendengar podcast di Indonesia meningkat tiga kali lipat di tahun 2020. Melalui *spotify* banyak podcast yang semakin diketahui oleh masyarakat, bahkan beberapa podcast yang anda bisa dengarkan melalui *spotify* telah mendapatkan peringkat chart podcast teratas di Indonesia salah satunya yaitu adalah podcast Psikologid.

Psikologid merupakan podcast berepisode dari komunitas Psikolog Digital yang membahas tentang psikolog aplikatif, pengembangan diri, dan kesehatan mental. biasanya materi yang ada *voicecast* Psikologid disampaikan oleh Daud Antonius, selaku *Co-Founder* komunitas *voicecast* digital @PsikologID. Beliau juga merupakan penulis buku, di mana karya-karyanya tersebut berkaitan dengan kesehatan mental. Bermula dari akun *twitter* @PsikologID dengan followers 850 ribu orang yang menyajikan informasi mengenai tips, quotes, dan pembahasan

menarik lainnya, kemudian semakin berkembang hingga membentuk komunitas psikologid yang terdiri dari guru, konselor, psikolog, mahasiswa psikologi, praktis yang sadar dengan kebutuhan masyarakat akan hal baik. Podcast Psikologid ini juga telah masuk ke dalam 10 chart podcast teratas di Indonesia dan 5 chart podcast teratas di *apple podcast*.

Pada tahun 2020 juga merupakan awal munculnya pandemi COVID-19 di Indonesia. Dalam penelitian oleh Theresia Vania Radhitya (2020) dijelaskan bahwa penyakit ini disebabkan akibat adanya infeksi virus *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) yang dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan. Adanya pandemi COVID-19 ini memiliki dampak yang besar pada kegiatan yang seharusnya bisa dilakukan di luar rumah. Namun karena adanya arahan dari pemerintah untuk melakukan aktivitas di rumah dalam rangka mengurangi penyebaran virus COVID-19 membuat masyarakat harus beradaptasi lagi dengan situasi baru yang berbeda dengan sebelumnya, seperti bekerja dari rumah atau *work from home* dan melakukan kegiatan belajar mengajar secara daring atau *online*. Melalui Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Kebijakan Pelaksanaan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran COVID-19 memuat arahan untuk melakukan pembelajaran dari rumah, karena adanya Surat Edaran tersebut membuat aktivitas belajar mengajar dilakukan secara daring, salah satunya yaitu seperti kuliah daring.

Melalui penelitian oleh Son C (2020) disebutkan bahwa dari 138 mahasiswa sebanyak 71% mahasiswa mengalami stress dan kecemasan yang meningkat akibat adanya pandemi COVID-19, kuliah secara daring dapat membuat sistem

belajar menjadi kurang efektif. Hal tersebut dikarenakan adanya beberapa faktor seperti terkendala jaringan yang kurang stabil, komunikasi yang tidak berlangsung lancar antara dosen dengan mahasiswanya, penyampaian materi yang kurang jelas, semakin banyaknya tugas kuliah yang diberikan selama kuliah daring, sulitnya mengerjakan tugas kelompok bersama teman-teman, kecemasan akan kehabisan kuota untuk mengakses internet, meningkatnya rasa malas akibat sudah nyaman dengan perkuliahan secara daring karena tidak harus menggunakan pakaian rapih, tidak harus menyalakan kamera ketika sedang kuliah melalui *zoom* atau *goole meet*, dan dapat dilakukan sembari melakukan aktivitas lainnya. Sehingga tidak semua mahasiswa benar-benar menyimak dan memahami materi yang disampaikan oleh dosen melalui perkuliahan secara daring, hal itu dapat membuat mahasiswa kurang maksimal dalam menjalani perkuliahannya.

Munculnya pandemi COVID-19 ternyata telah memiliki dampak pada kesehatan mental mahasiswa, maka dari itu untuk menemukan solusi dalam menghadapi setiap permasalahan dan berbagai macam hal baru tidaklah mudah, namun ada kalanya kita juga harus belajar untuk bisa mengetahui lebih dalam lagi tentang apa yang kita alami. Dengan adanya podcast Psikologid diharapkan pesan yang disampaikan melalui materi yang berbeda pada setiap episodenya dapat bermanfaat sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental, sehingga dari situ kita bisa belajar tentang kesehatan mental dan pengembangan diri untuk diri kita. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penerimaan pesan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental bagi mahasiswa.

## **KAJIAN PUSTAKA**

Dalam penelitian ini teori yang digunakan merupakan teori resepsi audiens yang dicetuskan oleh Stuart Hall, dalam teori ini pengirim mengkodekan makna dalam pesan sesuai dengan persepsi dan tujuan mereka, kemudian persepsi

dan pesan yang diterjemahkan penerima tergantung pada pemahaman atau persepsi dari mereka sendiri (Hall, 1973). Melalui kutipan dari (Morrisan, 2010) Stuart Hall menjelaskan khalayak melakukan decoding pada pesan dengan melalui tiga posisi:

### a. Posisi Hegemoni Dominan

Posisi hegemoni dominan memiliki situasi dimana media menyampaikan pesan, kemudian khalayak menerimanya. Apa yang telah disampaikan media ternyata juga disukai oleh khalayak. Ini merupakan situasi dimana media menggunakan budaya dominan di masyarakat, sehingga media harus memastikan pesan yang disampaikan khalayak harus sesuai dengan budaya dominan di masyarakat.

### b. Posisi Negosiasi

Posisi negosiasi memiliki situasi dimana khalayak secara umum menerima ideologi yang dominan namun terdapat penolakan pada kasus-kasus tertentu. Khalayak dapat dengan mudah menerima ideologi dominan yang bersifat umum, tetapi tidak semua penerapan atau pesan diterima oleh khalayak karena menyesuaikan dengan aturan budaya setempat.

### c. Posisi Oposisi

Posisi oposisi memiliki situasi dimana khalayak audiens yang kritis memaknai pesan yang disampaikan media dengan pesan alternatif. Khalayak audiens juga dapat menolak makna pesan yang disampaikan dan menggantikannya dengan pendapat mereka sendiri terhadap topik yang disampaikan oleh media.

Pada penelitian terdahulu oleh Diah Melati Adzani (2020) dengan judul "Pemanfaatan Podcast dan Instagram Oleh Komunika Literatif Sebagai Media Informasi di Bidang Perpustakaan" menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan memiliki hasil bahwa dengan pemanfaatan podcast, komunitas literatif dapat mengeksplorasi dan melakukan riset bersama untuk membuat podcast

menjadi media informasi dalam bidang perpustakaan.

Kemudian pada peneliti sebelumnya oleh Mohammad Syaifuddin (2022) dengan judul “Pemanfaatan Podcast Sebagai Media Alternatif Pembelajaran Jarak Jauh di SMP Negeri 1 Kajen” menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif, memiliki hasil bahwa dengan menggunakan podcast dapat dijadikan sebagai media alternatif pembelajaran bagi siswa karena menarik perhatian siswa untuk berinteraksi sehingga siswa tidak merasa bosan dan mudah diakses.

Selanjutnya pada peneliti terdahulu oleh Nadia Faradina (2020) dengan judul “Peran Podcast Dalam Membangun Knowledge Society” menggunakan metode penelitian kualitatif dengan studi kasus dan logika *pattern matching*, memiliki hasil bahwa di era digital dengan aksesibilitas yang fleksibel membuat podcast menjadi media yang memiliki berbagai macam konten dan informasi yang menarik serta dapat dinikmati.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan melalui pendekatan deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif di sini bertujuan untuk menjelaskan tentang teknologi podcast, perkembangan dan potensi podcast, serta pemanfaatan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental. Penelitian ini juga digunakan untuk meneliti apa, di mana, kapan, siapa, kenapa, dan bagaimana suatu fenomena bisa terjadi (Yin, 1994).

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Objek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa atau mahasiswi berusia 18-23 tahun, berdomisili di Jabodetabek, dan pendengar podcast Psikologid. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dilakukan dengan menggunakan metode wawancara secara *online* dengan delapan informan yang sesuai dengan kriteria dalam penelitian ini, selain itu peneliti juga menggunakan metode observasi dengan melakukan pengamatan pada akun *spotify* podcast

Psikologid dan studi pustaka dengan cara menganalisis sumber-sumber yang tertulis seperti buku, jurnal, artikel untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini.

Kemudian teknik keabsahan data dalam penelitian ini memiliki empat kriteria yaitu *credibility*, *transferability*, *dependability*, *confirmability*. Pada teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan empat tahap yaitu koleksi data dengan mengumpulkan data yang berasal dari buku maupun sumber lainnya, reduksi data dengan merangkum dan mengelola data, penyajian data yang sudah terkumpul dan tersusun rapih, penarikan kesimpulan melalui fakta-fakta yang telah diperoleh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Podcast Psikologid

Podcast Psikologid merupakan podcast yang dimiliki oleh komunitas Psikologi Digital atau biasa disebut dengan Psikologid. Podcast Psikologid membahas tentang kesehatan mental atau hal-hal yang berkaitan dengan psikologi lainnya. Podcast Psikologid ini telah tersedia di berbagai platform seperti *spotify*, *anchor*, *apple podcast*, *youtube*, dan lain-lain.

Peneliti melakukan pengamatan pada akun *spotify* podcast Psikologid. Sampai saat ini terdapat 104 episode podcast yang sudah diunggah oleh komunitas Psikologid. Awalnya podcast Psikologid diunggah pada tanggal 3 September 2019 dengan episode pertama yang berjudul *Be The Best Version of Yourself* hingga episode terbaru yang berjudul “Alasan di balik kecemasan dan perasaan tidak nyaman yang kita rasakan” yang diunggah pada tanggal 26 September 2022. Tidak hanya memberikan edukasi atau pembelajaran yang berkaitan dengan kesehatan mental, namun di beberapa episode lain juga memberikan terapi secara online serta tips dan trik melalui podcast Psikologid.

### Analisis Resepsi

Dalam analisis resepsi ketika khalayak mendengar atau melihat konten yang terdapat pada suatu media, khalayak akan memberikan

pemaknaan atau kesimpulan berdasarkan dengan pesan yang telah diterima dan disesuaikan dengan latar belakang yang dimiliki oleh khalayak tersebut. Konten yang diproduksi dan disebarluaskan melalui media ini juga berbeda-beda, sehingga dapat menimbulkan asumsi kepada khalayak untuk membuat pemaknaan atau kesimpulan yang berbeda-beda. Melalui analisis resepsi ini khalayak dinilai mampu memilih makna dari sebuah pesan yang disampaikan melalui media berdasarkan dengan posisi sosial maupun budaya yang mereka miliki.

### Hasil Wawancara

Berdasarkan dari hasil wawancara peneliti dengan delapan informan yang sesuai kriteria dalam penelitian ini, peneliti memberikan tiga pertanyaan terkait dengan dampak yang dirasakan mahasiswa karena pandemi COVID-19, penerimaan pesan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental, dan dampak bagi kesehatan mental mahasiswa dengan adanya podcast Psikologid. Dari delapan informan yang terpilih, empat informan masuk ke dalam posisi dominan hegemoni karena empat informan tersebut dapat menerima pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dengan baik dan sejalan dengan kode-kode pesan yang disampaikan melalui media tersebut.

“Menurut aku penyampaian pesan *voicecast* Psikologid sangat mudah dipahami dan berisikan konten yang bagus, karena di dalamnya terdapat penjelasan tentang kesehatan mental yang belum pernah aku ketahui sebelumnya. Sehingga *voicecast* Psikologid ini dapat dijadikan sebagai media pembelajaran kesehatan mental. Sebagai contoh ketika aku mendengarkan episode “Psikosomatis, beban pikiran yang dapat menyebabkan penyakit fisik.” Setelah mendengarkan episode tersebut aku merasa lebih tenang karena dapat mengendalikan kecemasan berlebihan yang aku alami.” (Informan inisial AL)

“Pesan yang sudah disampaikan melalui *voicecast* Psikologid dapat diterima dengan baik, karena dari segi penyampainnya juga *to the point*, sehingga ke depannya *voicecast* ini dapat dijadikan sebagai edukasi tentang kesehatan mental. Melalui episode pada *voicecast* ini saya juga bisa menemukan solusi terhadap masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental saya ketika awal pandemi COVID-19.” (Informan inisial DZP)

“Penyampaian pesan dalam *voicecast* Psikologid kepada audiens menurut saya dapat diterima dengan baik, bagi saya yang mudah merasa bosan ketika mendengarkan *voicecast*. Namun *voicecast* Psikologid memberi pemahaman yang jelas dengan durasi yang tidak panjang di beberapa episode, seperti pada episode “Unfinished Business – Hal yang belum terselesaikan dan menjadi penyebab permasalahan psikologis.” Pada episode tersebut berdurasi kurang lebih 3 menit tetapi saya tetap dapat memahami isi dari *voicecast* tersebut. Menurut saya ini adalah salah satu cara untuk memudahkan audiens agar dapat mempelajari tentang hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan mental.” (Informan inisial DA)

“Melalui *voicecast* Psikologid, pesan-pesan yang disampaikan dalam *voicecast* tersebut sudah tersampaikan dengan baik dan dapat dimengerti bagi saya yang tidak terlalu paham di bidang Psikologi, apalagi *voicecast* ini dibawakan oleh seorang Psikolog yang sudah sangat paham tentang hal-hal yang berkaitan dalam bidang Psikologi. Sehingga dari *voicecast* ini kita bisa mendapatkan pembelajaran tentang kesehatan mental yang baik.” (Informan inisial R)

Kemudian tiga informan masuk ke dalam posisi negosiasi dikarenakan mereka dapat menerima pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dengan baik, namun terdapat alasan-alasan atau faktor tertentu yang membuat

mereka menganggap bahwa podcast Psikologid belum bisa dijadikan sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental karena mereka menyesuaikan kembali pesan yang disampaikan melalui media tersebut dengan latar belakang dan kebutuhan mereka.

“Setelah mendengarkan *voicecast* Psikologid melalui *spotify*, saya merasa cukup menikmati dengan pembahasan yang ada dalam *voicecast* serta saya dapat memahami dan menerima pesan yang disampaikan dengan baik. Namun *voicecast* ini kurang efektif jika dijadikan pembelajaran untuk kesehatan mental, karena menurut saya masih perlu studi khusus untuk memahami kesehatan mental lebih dalam lagi agar tidak ada audiens yang asal dalam mendiagnosa tentang gangguan pada kesehatan mental yang mereka alami.” (Informan Inisial DNR)

“Menurut aku penyampaian pesan dalam *voicecast* Psikologid sudah dapat diterima cukup baik, karena informasi yang diberikan dalam *voicecast* tersebut juga menjawab permasalahan umum yang sering dihadapi di masa sekarang ini. Namun untuk dijadikan sebagai media pembelajaran *voicecast* ini masih perlu memerhatikan beberapa hal agar menjadi media pembelajaran yang lebih maksimal, karena penyampaian pesan dengan menggunakan bahasa yang baku dan bertele-tele dapat membuat pendengar *voicecast* merasa bosan.” (Informan inisial AC)

“Dalam *voicecast* Psikologid terdapat pembahasan yang beragam dan menarik di episode yang berbeda, pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik. Namun sangat disayangkan karena dari segi audio, terkadang *backsound* yang digunakan lebih kencang dari pada suara pameri atau orang yang sedang berbicara dalam *voicecast* tersebut. Sehingga jika dijadikan sebagai media pembelajaran kesehatan mental akan lebih baik jika memperhatikan dan

memperbaiki kualitas audio dari *voicecast* tersebut agar audiens bisa mendengar *voicecast* Psikologid dengan nyaman dan jelas.” (Informan inisial NN)

Selanjutnya terdapat satu informan yang masuk ke dalam posisi oposisi dimana informan ini menolak atau tidak sejalan dengan pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dan memiliki pendapat sendiri yang sesuai dengan latar belakang yang dimilikinya.

“Menurut saya *voicecast* Psikologid tidak dapat dijadikan sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental, karena dengan mendengarkan *voicecast* saja tidak cukup dan memungkinkan memiliki pemahaman yang salah terhadap pesan yang disampaikan dalam *voicecast* tersebut, jika kita ingin belajar atau sedang mengalami masalah pada kesehatan mental lebih baik langsung berkonsultasi dengan psikolog. Dan untuk membuat diri kita merasa lebih baik, mungkin kita bisa mendengarkan *voicecast* lain yang lebih menghibur sehingga mental kita juga akan merasa lebih baik.” (Informan inisial NA)

## PEMBAHASAN

### Khalayak Sebagai *Producer of Meaning*

Masyarakat dinilai sebagai khalayak aktif tidak hanya dalam mengkonsumsi isi dari media, namun khalayak juga dapat memaknai pesan yang disampaikan oleh media. Dalam penelitian ini, khalayak sebagai pendengar podcast Psikologid dapat memaknai bahwa pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental. Tetapi khalayak sebagai pendengar podcast Psikologid juga memaknai pesan dari podcast Psikologid dengan makna yang berbeda-beda. Sehingga mereka memiliki alasan terhadap bagaimana pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dapat diterima dengan maksimal ataupun belum maksimal.

Berdasarkan penelitian oleh Fathurizki dan tim (2018) dijelaskan bahwa dalam teori resepsi

audiens Stuart Hall proses *encoding-decoding* memiliki tiga tahapan. Tahapan pertama yaitu proses produksi pesan yang disampaikan melalui media. Melalui tahapan ini pengirim pesan akan merencanakan ide-ide untuk membuat suatu pesan yang akan disampaikan dalam suatu media. Berikut aturan dari Stuart Hall yang dapat membatasi proses produksi ini:

*“[the moment of media production] is framed throughout by meanings and ideas: knowledge in use concerning the routines of production, historically defined technical skill, professional ideologis, institutional knowledge, definitions and assumptions, assumptions about the audience and so frame the constitution of the programme through this production structure.”* (Storey, 1996)

Dari aturan di atas dapat dijelaskan bahwa proses produksi dibatasi oleh nilai-nilai tertentu yang memiliki faktor internal maupun eksternal yang mana faktor internal dalam proses produksi ini dilihat dari sudut pandang ketika produsen mengaplikasikan bentuk ideologi yang digunakan sebagai visi dan misi. Kemudian faktor eksternal dari proses produksi ini dapat dilihat dari adanya pertimbangan pada keberadaan audiens, sehingga proses produksi ini menghasilkan pembentukan kode yang disebut struktur makna.

Tahapan kedua adalah menyampaikan pesan yang akan menjadi suatu konten dalam media. Konten tersebut merupakan hasil realisasi dari ide-ide yang telah dirancang sebelumnya dan diunggah melalui media. Dari media tersebut audiens dapat memberikan makna pada pesan yang telah dikirimkan. Tahapan yang ketiga yaitu ketika audiens telah memiliki makna terhadap pesan yang diterimanya melalui media dengan melihat kode-kode dari pesan tersebut, proses ini dinamakan *decoding*.

### **Posisi Pemaknaan Narasumber Terhadap Pesan Yang Disampaikan Melalui Podcast Psikologid**

#### **a. Posisi Dominan Hegemoni**

Posisi dominan hegemoni menjelaskan bahwa khalayak telah sejalan dengan kode-

kode pesan yang terdapat asumsi, nilai-nilai, keyakinan di dalamnya, sehingga khalayak dapat menerima secara penuh pesan yang disampaikan melalui media karena pesan tersebut sudah sesuai dengan budaya dominan yang ada pada masyarakat sekitarnya. Khalayak juga telah memahami pesan sehingga tidak terdapat pengulangan karena pandangan antara komunikator dan komunikan sudah sama.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan informan, terdapat empat informan yang termasuk dalam posisi dominan hegemoni karena informan tersebut memiliki makna yang sama terkait dengan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti tentang penerimaan pesan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental bagi mahasiswa.

#### **1.) Informan inisial AL**

Informan inisial AL ini merupakan seorang mahasiswi yang berumur 21 tahun, jika dilihat berdasarkan dengan pengalaman gangguan kesehatan mental yang pernah dialami AL, informan AL dapat menerima pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dengan baik karena menganggap bahwa podcast Psikologid telah membantunya agar dapat menjadi lebih tenang ketika mengendalikan rasa cemasnya.

#### **2.) Informan Inisial DZP**

Informan inisial DZP merupakan seorang mahasiswa yang berumur 20 tahun dengan berdasarkan latar belakang lingkungan pertemanan DZP yang cukup update dan detail tentang kesehatan mental, membuat informan DZP dapat menerima pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dengan baik.

#### **3.) Informan Inisial DA**

Informan inisial DA merupakan seorang mahasiswi yang berumur 22 tahun, sebagai mahasiswi jurusan Psikologi, DA sudah mempelajari lebih dalam tentang kesehatan mental yang mana dalam mata kuliahnya juga terdapat mata kuliah

psikologi kesehatan mental. Psikologi kesehatan mental juga memiliki cabang yaitu psikologi klinis yang mempelajari tentang psikologi abnormal. Informan DA sangat menyadari pentingnya mempelajari kesehatan mental dengan banyaknya kasus-kasus yang menimbulkan gangguan pada kesehatan mental. Sehingga ini mempengaruhi tanggapan DA dapat menerima pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dengan baik.

#### 4.) Informan Inisial R

Informan inisial R merupakan seorang mahasiswa berumur 21 tahun dengan latar belakang ekonomi R yang hanya memiliki penghasilan dari magang dan masih tinggal bersama ibunya yang berstatus *single parent*. Keadaan ini mempengaruhi R memiliki tanggapan bahwa pesan yang disampaikan melalui Psikologid dapat diterima dengan baik karena disampaikan oleh seseorang yang ahli dalam bidang Psikologi. R memiliki keyakinan bila terdapat gangguan kesehatan mental kita harus mengeluarkan uang yang cukup banyak untuk periksa ke Psikolog, namun dengan adanya podcast Psikologid tidak perlu mengeluarkan uang untuk mengatasi gangguan kesehatan mental. Menurut R melalui podcast Psikologid ini sudah membantunya dalam mengatasi gangguan kesehatan mental yang dialaminya.

#### b. Posisi Negosiasi

Posisi negosiasi menjelaskan bahwa khalayak dapat menerima pesan ideologi dominan secara umum, namun tidak semua penerapan dalam pesan tersebut dapat diterima oleh khalayak, karena terdapat penolakan-penolakan tertentu yang harus disesuaikan. Berdasarkan wawancara peneliti dengan narasumber, terdapat tiga narasumber yang memiliki pemaknaan yang sama terkait dengan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti, namun ketiga narasumber tersebut memiliki alasan-alasan tertentu sehingga tidak semua penerapan dalam pesan yang disampaikan

melalui media dapat diterima sehingga ketiga narasumber tersebut masuk ke dalam posisi negosiasi.

#### 1) Informan Inisial DNR

Informan inisial DNR merupakan seorang mahasiswi yang berusia 21 tahun. DNR memiliki latar belakang mahasiswa ilmu politik yang cukup aktif dan memiliki sikap kritis, sehingga ketika menerima suatu pesan yang terdapat dalam suatu media seperti pada podcast Psikologid, DNR tidak langsung benar-benar mengikuti pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid. Menurut DNR bahwa pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid sudah tersampaikan dengan baik, namun menurut DNR tidak cukup melalui podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental. Adanya faktor-faktor lain yang harus disesuaikan kembali sesuai dengan kebutuhannya pribadi.

#### 2) Informan Inisial AC

Informan inisial AC merupakan seorang mahasiswi yang berumur 21 tahun, dengan latar belakang AC memiliki lingkungan keluarga agar AC tidak mudah percaya terhadap pesan-pesan yang disampaikan melalui media. Hal ini memengaruhi AC memiliki tanggapan terhadap podcast Psikologid tidak cukup dijadikan sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental karena masih ada beberapa hal yang harus diperhatikan lagi.

#### 3) Informan Inisial NN

Informan inisial NN merupakan seorang mahasiswi yang berumur 22 tahun, dengan kesukaan menonton atau melihat konten secara visual daripada mendengar. Maka dengan kesukaan ini NN merasa lebih nyaman ketika mendengarkan podcast Psikologid, harapannya kualitas audio dari podcast tersebut harus baik agar dapat dinikmati dengan baik walaupun dalam bentuk audio. Informan NN mengakui belum pernah mengalami gangguan pada kesehatan mentalnya,

karena berasal dari lingkungan keluarga harmonis dan selalu mendukung NN dalam mengasah bakat dan minatnya. Sehingga mempengaruhi NN memiliki tanggapan bahwa pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid ini dapat diterima dengan baik tetapi jika dijadikan sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental perlu diperhatikan lagi kualitas podcastnya dan memperhatikan setiap pesan yang disampaikan agar sebagai audiens tidak memiliki sugesti sendiri terhadap kondisi kesehatan mentalnya.

c. Posisi Oposisi

Posisi oposisi menjelaskan bahwa khalayak tidak sejalan dengan kode-kode pesan yang telah diterimanya dan dapat mengkritisi makna dari pesan yang disampaikan melalui media, bahkan khalayak juga dapat menolak pesan tersebut dan menggantikannya dengan pendapatnya sendiri. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan narasumber, dalam wawancara tersebut diperoleh satu orang narasumber yang masuk ke dalam posisi oposisi, karena narasumber tersebut tidak setuju bahwa pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dapat dijadikan sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental.

1) Informan inisial NA

Informan inisial NA merupakan seorang mahasiswi yang berumur 21 tahun, berdasarkan latar belakang lingkungan keluarga maupun pertemanan NA dengan memiliki kesadaran yang kurang akan pentingnya kesehatan mental. Keadaan ini memengaruhi informan NA dalam memiliki tanggapan bahwa pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid tidak dapat diterima dengan baik dan tidak sejalan dengan latar belakang yang NA miliki.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan peneliti setelah melakukan wawancara dengan delapan informan terkait dengan penerimaan pesan podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental bagi mahasiswa, maka dapat disimpulkan bahwa delapan informan dalam penelitian ini memiliki makna yang beragam dalam menginterpretasikan pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid sebagai media pembelajaran untuk kesehatan mental. Masing-masing informan menerima pesan yang diterima sesuai dengan latar belakang mereka yang berbeda. Dengan latar belakang yang berbeda, memengaruhi informan menanggapi kondisi selama pandemi COVID-19 yang akhirnya berdampak pada kesehatan mental mahasiswa.

## SARAN

1. Psikologid diharapkan dapat terus mengunggah isi konten yang bermanfaat dan memperbaiki kualitas podcast dari segi penyampaian, audio, maupun hal yang lainnya yang harus diperhatikan lagi agar pesan yang disampaikan melalui podcast Psikologid dapat diterima dengan baik dan menjadi pembelajaran tentang kesehatan mental maupun hal-hal yang berkaitan dengan psikologi bagi audiens yang mendengarkan podcast Psikologid.
2. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lebih luas lagi yang dijelaskan secara detail, kemudian menentukan kriteria informan yang sesuai dengan penelitian ini agar mendapatkan data yang valid dan beragam, serta memastikan pembahasan dalam penelitian tersebut masih sesuai atau relevan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Adzani, J., Diah Melati. (2020). *Pemanfaatan Podcast dan Instagram Oleh Komunitas Literatif sebagai Media Penyebaran Informasi Bidang Perpustakaan* (Vol. 4). Semarang. Anuva.
- Ahmad, N. H., Reza Fahlevi (2018). SISTEM INFORMASI PENJUALAN SANDAL BERBASIS WEB (Vol. 1 No. 8). *Jurnal Teknologi Dan Informasi*.
- Bungin, M. B. (2007). *Penelitian Kualitatif: Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial Lainnya*. Kencana Prenada Media Group. Jakarta.
- Darmalaksana, Wahyudin. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan*. UIN Sunan Gunung Djati.
- Faradinna, Nadia. (2020). *Peran Podcast Dalam Membangun Knowledge Society*. Universitas Pertamina.
- Fathurizki, A., Mei, R., & Malau, U. (2018). *Pornografi Dalam Film: Analisis Resepsi Film "Men, Women & Children"* (Vol. 2, Issue 1). *Jurnal ProTVF*.
- Fauziyyah, R. C. A. B., Rifa (2021). *Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19* (Vol. 1). *Jurnal BIKFOKES*. Universitas Indonesia.
- Hadiwardoyo, Wibowo. (2020). *Kerugian Ekonomi Nasional Akibat Pandemi Covid-19*. 2. *Journal of Business & Entrepreneurship*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Hall, Stuart. (1973). *Encoding and decoding in the television discourse*. University of Birmingham. England, United Kingdom.
- Hanifiandaru, T. A. P., Satrio Adi (2021). *Pengaruh Konten Media Podcast di Spotify Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Hiburan di Kalangan Remaja Kota Bandung* (Vol. 8). Telkom University.
- Imarshan, Idham. (2021). *Popularitas Podcast Sebagai Pilihan Sumber Informasi Bagi Masyarakat Sejak Pandemi Covid-19* (Vol. 5). *Perspektif Komunikasi: Jurnal Ilmu Komunikasi Politik dan Komunikasi Bisnis*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Lumintang., Fatmawati M. (n.d.). Analisis Pendapatan Petani Padi Di Desa Teep Kecamatan Langowan Timur. *Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi* (Vol. 1 NO. 3). Universitas Sam Ratulangi.
- Mania, S. (2008). *Observasi Sebagai Alat Evaluasi Dalam Dunia Pendidikan dan Pengajaran* (Vol. 11, Issue Desember). *Jurnal Lentera Pendidikan*. UIN Alauddin.
- Maulidya, T., Fredyne, L., Puspitasari, W., Adri, Z., Psikologi dan Kesehatan, F., Negeri Padang Manambang, U. A., & manambang, P. (n.d.). *Kebahagiaan Pada Anak-Anak Dalam Tradisi "Manambang" Saat Lebaran*. <https://ranahresearch.com>. Diakses pada tanggal 21 Juli 2022 pukul 12.22 WIB.
- Miles, M. B. dan A. M. Huberman. (1992). *Analisis Data Kualitatif: Buku Sumber Tentang Metode Metode Baru*. Universitas Indonesia Press. Jakarta.
- Morrison, M. A. [dkk]. (2010). *Teori Komunikasi Massa: Media, Budaya, dan Masyarakat*. Ghalia Indonesian. Bogor.
- Netti, I., S. Yollis Michdon (2018). *Spotify: Aplikasi Music Streaming Untuk Generasi Milenial*. *Jurnal Komunikasi*. Universitas Indonesia.
- Procter, J. (2004). *Stuart Hall*. Routledge. London.
- Radhitya, N. N. M. I., Theresia Vania (2020). *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga* (Vol. 2). *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*. Universitas Padjadjaran.
- Rhajendra, N. T, Mochamad Daffa. (2021). *Analisis Sentimen Ulasan Aplikasi Spotify Untuk Peningkatan Layanan Menggunakan Algoritma Naive Bayes* (Vol. 8). Telkom University.

- Ridlo, Ilham Akhsanu. (2020). *Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia* (Vol. 5). Insan: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental. Universitas Airlangga.
- Son C, H. S. S. A. W. X. S. F. (2020). *Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survey Study* (Vol. 22). United States.
- Storey, J. (1996). *Cultural Studies & The Study of Popular Culture: Theories and Method*. Eidenburgh University Press. England, United Kingdom.
- Sugiyono. (2005). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Alfabeta. Bandung.
- Sugiantari, N. L. R. P. A. D. P., Ni Kadek Dilla (n.d.). *Motif dan Kepuasan Generasi Milenial Kota Denpasar Mendengarkan Podcast Melalui Spotify*. Jurnal Ilmu Komunikasi (Vol.2 No.3). UPN Veteran Yogyakarta.
- Syaifuddin, D. S. P., Mohammad (2022). *Pemanfaatan Podcast Sebagai Media Alternatif Pembelajaran Jarak Jauh di SMP Negeri 1 Kajen*. 16. Media Penelitian dan Pendidikan: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan dan Pengajaran. Universitas PGRI Semarang.
- Tustasatya, Rr. Vashni Euodia. (2017). *Radio Idola Semarang Activities To Build Brand Engagement In Listeners* (Vol. 5). Interaksi Online. Universitas Diponegoro.
- Wicaksono, M. S. I. S., Winahyu Arif (2016). *Model Berpikir Induktif: Analisis Proses Kognitif Dalam Model Berpikir Induktif*. FKIP UNS. Prosiding Seminar Nasional Inovasi Pendidikan.
- Yin, R., (1994). *Case study research: Design and methods (2nd ed.)*. Sage. United States.
- PsikologID. <http://psikologid.com/>, diakses pada tanggal 1 Juli 2022 pukul 13.15 WIB
- Antonius, Daud. [https://www.udemy.com/user/daud-](https://www.udemy.com/user/daud-antonius/)