

SINIAR INTO THE DEPTH
DENGAN TEMA PENTINGNYA KESADARAN
MASYARAKAT AKAN KESEHATAN MENTAL



Diajukan guna Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom.)

Sita Aisha Ananda

0000031869

PROGRAM STUDI JURNALISTIK
FAKULTAS ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG

2022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berbasis Karya dengan judul

SINIAR INTO THE DEPTH DENGAN TEMA PENTINGNYA KESADARAN MASYARAKAT AKAN KESEHATAN MENTAL

Oleh

Nama : Sita Aisha Ananda
NIM : 00000031869
Program Studi : Jurnalistik
Fakultas : Ilmu Komunikasi

Telah diujikan pada hari Rabu, 29 Juni 2022

Pukul 11.00 s/d 12.30 dan dinyatakan

LULUS

Dengan susunan penguji sebagai berikut.

Ketua Sidang



Rossalyn Ayu Asmarantika, S.Hum., M.A.

E072916

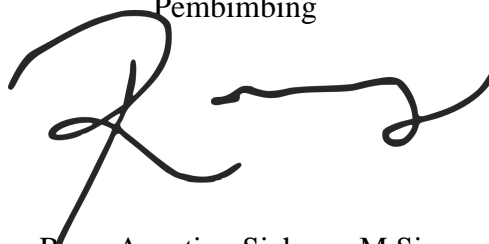
Penguji



Gustina Romaria, S.Sos., M.Si.

L000230

Pembimbing



Rony Agustino Siahaan, M.Si.

0309087205

Ketua Program Studi Jurnalistik

Samiaji Bintang Nusantara, S.T., M.A.

Pernyataan Bebas Plagiat

Dengan ini saya,

Nama : Sita Aisha Ananda

Nomor Induk Mahasiswa : **00000031869**

Program studi : Jurnalistik

Skripsi berbasis karya:

***SINIAR INTO THE DEPTH* DENGAN TEMA PENTINGNYA KESADARAN MASYARAKAT AKAN KESEHATAN MENTAL**

merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari karya ilmiah yang ditulis oleh orang lain, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta dicantumkan di Daftar Pustaka.

Jika di kemudian hari terbukti ditemukan kecurangan/ penyimpangan, baik dalam pelaksanaan skripsi maupun dalam penulisan laporan, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan **TIDAK LULUS** untuk tugas akhir yang telah saya tempuh.

Jakarta, 17 Juni 2022



(Sita Aisha Ananda)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Seminar Proposal Skripsi Berbasis Karya dengan judul “Siniar *Into The Depth* Dengan Tema Pentingnya Kesadaran Masyarakat akan Kesehatan Mental”. Meskipun dalam prosesnya penulis mengalami berbagai kejadian, tetapi penulis berhasil menyelesaikan laporan tersebut.

Selama membuat laporan hingga selesai, penulis mendapatkan banyak dukungan dan bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada

1. Dr. Ninok Leksono selaku rector Universitas Multimedia Nusantara
2. Samiaji Bintang Nusantara, S.T., M.A. selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi.
3. Rony Agustino Siahaan, M.Si. selaku dosen pembimbing yang sudah membimbing penulis dan memberi masukan mengenai karya yang dibuat.
4. Keluarga penulis yang sudah mendampingi penulis dan memberikan motivasi selama proses penyusunan laporan.
5. Teman-teman dari Geng “Toman”, yaitu Ado, Oya, Curcil, Dave, Clarissa, Putri, dan Salwa yang sudah menemani penulis dan menjadi pendengar bagi penulis menceritakan keluh kesah sejak awal pembuatan laporan hingga selesai. Serta dukungan dan bantuan yang mereka berikan sehingga penulis dapat menyelesaikan segala proses dan masalah yang dihadapi.
6. Teman SMA penulis, yaitu Tania, Kevin, Hendika, Cindy, Thasya, Michelle, dan Chiquita yang memberikan dukungan dan bantuan yang memotivasi penulis dalam membuat laporan.

Penyusunan laporan ini dilakukan dengan maksimal, tetapi penulis menyadari masih banyak kekurangan pada laporan ini. Maka, penulis sangat terbuka pada saran, masukan, ataupun kritik yang dapat membangun. Penulis berharap, laporan dan karya ini dapat berguna dan memberikan pengetahuan bagi siapapun yang membacanya.

Tangerang, 15 Juni 2022

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Aisha', with a stylized flourish underneath.

Sita Aisha Ananda

SINIAR INTO THE DEPTH
DENGAN TEMA PENTINGNYA KESADARAN
MASYARAKAT AKAN KESEHATAN MENTAL

Oleh: Sita Aisha Ananda

Abstrak

Meningkatnya jumlah positif Covid-19 membuat pemerintah memutuskan untuk memperpanjang *lockdown*. Dengan diperpanjangnya *lockdown*, kita harus tetap berada di rumah dan melakukan segala aktivitas dari rumah. Selain terbatasnya pergerakan kita, dampak lainnya adalah kesehatan mental yang menurun. Pentingnya menjaga kesehatan mental masih menjadi masalah utama di masyarakat karena stigma yang ada. Penyintas cenderung tidak ingin bercerita karena takut reaksi orang sekitar akibat stigma yang ada. Salah satu cara menghilangkan stigma tersebut adalah dengan memberikan edukasi kepada masyarakat. Peran keluarga juga menjadi bagian yang penting dalam proses penyembuhan. Keluarga diharapkan dapat memberikan lingkungan yang aman dan nyaman sehingga proses penyembuhan dapat berjalan dengan lancar. Perkembangan teknologi menciptakan adanya jurnalisme digital, salah satunya adalah siniar. Siniar menjadi populer karena sifatnya yang bisa didengarkan kapan saja dan mudah untuk diakses. Siniar *Into The Depth* hadir dengan membawa penjelasan mengenai pentingnya kesadaran masyarakat akan kesehatan mental. Siniar *Into The Depth* juga merupakan tempat aman untuk para penyintas menceritakan pengalamannya. Siniar ini dipublikasikan pada aplikasi *streaming* Spotify. Aplikasi ini dipilih karena merupakan aplikasi yang banyak digunakan dan mudah untuk diakses.

Kata kunci: jurnalisme digital, kesehatan mental, siniar, stigma

Klaster: Reporting Based Project

INTO THE DEPTH PODCAST
WITH THE IMPORTANCE OF PUBLIC
AWARENESS OF MENTAL HEALTH TOPIC

By: Sita Aisha Ananda

Abstract

The increasing number of positive Covid-19 causes the government to decide to extend the lockdown. With the extension of the lockdown, we must stay at home and do all activities from home. In addition to our limited movement, another impact is declining mental health. The importance of maintaining mental health is still a major problem in society because of the existing stigma. Survivors tend not to want to tell stories because they are afraid of the reactions of those around them due to the existing stigma. One way to eliminate this stigma is to provide education to the public. The family is expected to provide a safe and comfortable environment so that the healing process can run smoothly. Technological developments have created digital journalism, one of which is podcast. Podcast have become popular because of their nature which can be listened to at any time and easy to access. Into The Depth podcast comes with an explanation about the importance of public awareness of mental health. Into The Depth podcast is also a safe place for survivors to share their experiences. This podcast was published on the streaming app Spotify. This application was chosen because it is an application that is widely used and easy to access.

Keywords: digital journalism, mental health, podcast, stigma

Cluster: Reporting Based Project

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Karya.....	5
1.3 Kegunaan Karya.....	6
BAB II KERANGKA KONSEP	
2.1 Tinjauan Karya.....	7
2.1.1 <i>The Happiness Lab</i>	7
2.1.2 <i>The Nod</i>	8
2.1.3 <i>The Mental Illness Happy Hour</i>	10
2.2 Teori dan Konsep.....	11
2.2.1 Jurnalisme Digital.....	11
2.2.2 Siniar.....	12

2.2.3 Kesehatan Mental.....	15
BAB III RANCANGAN KARYA	
3.1 Tahapan Pembuatan.....	20
3.1.1 Pra Produksi.....	20
3.1.2 Produksi.....	24
3.1.3 Pasca Produksi.....	24
3.2 Anggaran.....	25
3.3 Target Luaran.....	26
BAB IV HASIL	
4.1 Pelaksanaan Pengerjaan.....	27
4.1.1 Pra Produksi.....	27
4.1.2 Produksi.....	31
4.1.3 Pasca-Produksi.....	42
4.1.3.1 Penyuntingan.....	42
4.1.3.2 Publikasi.....	43
4.1.3.3 Realisasi Anggaran.....	46
4.2 Evaluasi.....	46
4.2.1 Evaluasi Ahli.....	46
4.2.2 Evaluasi Pendengar.....	47
4.2.3 Evaluasi Pembuat Karya.....	47
4.3 Hasil Analitik Siniar.....	48
BAB V KESIMPULAN.....	51

5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Survei pengguna internet di Indonesia oleh We Are Social.....	3
Gambar 2.1 Logo siniar <i>The Happiness Lab</i>	7
Gambar 2.2 Logo siniar <i>The Nod</i>	8
Gambar 2.2 Logo siniar <i>The Mental Illness Happy Hour</i>	10
Gambar 3.1 Lini masa pra produksi.....	21
Gambar 3.2 Lini masa produksi.....	21
Gambar 3.3 Lini masa pasca produksi.....	22
Gambar 4.1 Logo Siniar Into The Depth.....	41
Gambar 4.2 Poster ep 1.....	42
Gambar 4.3 Poster ep 2.....	42
Gambar 4.4 Tampilan siniar pada aplikasi Spotify.....	44
Gambar 4.5 Tampilan siniar pada aplikasi Anchor.fm.....	44
Gambar 4.6 Promosi siniar lewat Instagram penulis.....	45
Gambar 4.7 Promosi siniar lewat Twitter penulis	45
Gambar 4.8 Jumlah pemutaran siniar perharinya.....	49
Gambar 4.9 Ranking siniar per episode.....	49
Gambar 4.10 Usia pendengar siniar.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Storyline siniar.....	22
Tabel 3.2 Rincian biaya.....	25
Tabel 4.1 Naskah Podcast ep 1.....	31
Tabel 4.2 Naskah Podcast ep 2.....	35
Tabel 4.3 Realisasi Anggaran.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Presensi Bimbingan.....	58
Wawancara dengan Dinah.....	59
Wawancara dengan Setyani Ambarwati.....	59
Wawancara dengan Anna Juidiana Madina.....	59
Transkrip Dinah.....	60
Transkrip Setyani Ambarwati.....	74
Transkrip Anna Juidiana Madina.....	84
Daftar pertanyaan Dinah.....	88
Daftar pertanyaan psikiater.....	89
Naskah episode 1.....	90
Naskah episode 2.....	94
Hasil Cek Turnitin.....	100