

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Produk jurnalistik makin lama kian mengalami perkembangan yang pesat seiring berkembangnya teknologi yang membantu manusia menyebarkan informasi. Sektor teknologi, khususnya media penyebaran informasi merupakan salah satu sektor yang perkembangannya sangat cepat. Berawal dari terciptanya radio pada 1896 yang dikembangkan oleh Guglielmo Marconi sebagai penyebaran informasi. Dalam media penyebaran informasi melalui radio ini merupakan pertama kalinya penyebaran informasi melalui suara kepada khalayak. Biasanya informasi yang disebarkan merupakan berita kejadian, laporan cuaca, musik dan lain-lain.

Dengan hadirnya internet memunculkan beberapa platform baru yang bisa menggeser media konvensional atau mulai ditinggalkan. Pada 2001 CEO Apple terdahulu, Steve Jobs memperkenalkan produk terbarunya Apple yang diberi nama ipod. Tren baru untuk konten audio muncul yang kala itu bernama “ipod broadcasting” yang disingkat menjadi *podcast*. Kepopuleran *podcast* menjadi tren baru yang banyak diminati. Banyak orang mengatakan *podcast* merupakan transformasi digital dari radio (Eka, 2018, p.3).

Berdasarkan riset yang dilakukan Jakpat, dikutip dari *katadata.co.id* hasil survei membuktikan bahwa pendengar *podcast* didominasi oleh anak muda. Secara rinci, sebanyak 22,1% responden yang mendengar *podcast* berusia 15-19 tahun. Sebanyak 22,2% pendengar *podcast* berusia 20-24 tahun. Seiring bertambahnya usia, jumlah populasi yang mendengarkan *podcast* semakin menurun. Misalnya, dari total populasi survei, umur 25-29 tahun jumlah pendengar *podcast* sebesar 19,9%. Usia 30-34 tahun pendengar *podcast* sebesar 15,7%. Sebesar 11,8% untuk umur 35-39 tahun. Sementara, pendengar *podcast* rentang umur 40-45 tahun hanya 8,4%. Survei ini dilakukan Jakpat terhadap 2.368 responden pada 5 Oktober hingga

11 Desember 2020. Adapun tingkat toleransi kesalahan (*margin of error*) dalam survei ini di bawah 3%.(Bayu, 2021).

Karena survei tersebut, penulis ingin menargetkan anak muda yang berusia 15-24 tahun sebagai pendengar. Topik yang akan dibahas juga berkaitan dengan permasalahan yang sering dialami anak muda atau remaja. Dengan begitu, karya ini nantinya akan mendapatkan banyak pendengar karena *relate* dengan lingkungan yang dihadapi yaitu *toxic friendship*.

Perlu kita ketahui hubungan *toxic* tidak hanya terjadi pada hubungan romantis saja. Namun, *toxic* juga bisa terjadi pada hubungan pertemanan atau biasa disebut *toxic friendship*. Pengertian *toxic friendship* menurut Prof. Victoria Andrea Muñoz Serra, *Toxic Friendship* adalah mereka yang mengatakan kata menjadi teman Anda, tetapi tindakannya akan menimbulkan rasa sakit karena perilaku mereka bukanlah yang Anda harapkan dalam sebuah persahabatan. Singkatnya Toxic Friendship adalah “Persahabatan yang Beracun”. (Reza, 2020)

Sebagian orang belum mengenal apakah seseorang sedang berada dalam *toxic friendship*. Menurut Heitler, ada 8 tanda seseorang berada dalam *toxic friendship* yang perlu diketahui (Heitler, 2016).

Yang pertama, menganggap adanya “persaingan” atau menemukan bahwa diri kita menjadi dalam kompetisi/persaingan dengan kawan baik lainnya dari teman kita.

Yang kedua, Ketidakseimbangan dalam waktu bersama dengan teman. temanmu meneleponmu dengan sekadar bercerita tentang apa yang dia alami hari ini kepadamu. Namun, ketika kamu mulai ingin bercerita kembali dengan keadaanmu dan dia meminta maaf harus pergi dan tidak bisa mendengarkan ceritamu. Dengan berbagai alasan dia akan meninggalkanmu tanpa membiarkanmu untuk didengarkan.

Ketiga, memberikan kritik dengan merasa benar sendiri. Temanmu terkadang sering menasihatiimu tetapi terkadang kita harus membedakan mana kritik yang membangun dan tidak. Dalam tipe ini, temanmu selalu memberikan kritik kepadamu dengan merasa bahwa dirinya selalu benar. Bahkan dengan cara dia mengkritik seperti sama saja mendeskripsikan dirimu saat ini.

Keempat, intensitas interaksi. Dalam suatu hubungan penting bagi kita untuk paham dan merasakan keseimbangan. Apakah kamu menghubungi dia, mengirim pesan lebih sering daripada dia menghubungi kamu? Apakah kamu mulai merasakan bahwa kamu lebih tertarik ketika berbicara dan bersama dibanding dia? Hubungan menjadi *toxic* ketika orang lain tidak berinvestasi atau ikut dalam kegiatan dalam dirimu seperti kamu kepadanya.

Kelima, memaksa untuk berubah. Sahabatmu meminta Anda untuk berubah, tetapi bagaimana dengan dirinya? Sahabatmu sendiri yang memintamu untuk berubah bahkan sendirinya tidak mengenali dirinya sendiri untuk berubah. Dirinya hanya menggunakan jarinya untuk menunjukkan sebagai orang yang kritis dan menyalahkanmu.

Keenam, baik jika Anda baik dan sebaliknya berubah menjadi buruk jika tidak sesuai. Pada awalnya memang sangat seru bersamanya. Kamu tertawa, bersimpati, itu merupakan suatu kenyamanan dalam hubungan. Namun, sesuatu berubah begitu mudah untuk dapat masalah dengannya sekarang. Dengan begitu kamu harus lebih berhati-hati, memperhatikan setiap kata agar tidak mengucapkan kata yang salah.

Ketujuh, tidak dapat mengungkapkan emosional yang sedang di alami. Awalnya hubungan kamu dengan sahabatmu terasa sangat nyaman. Namun, sekarang kamu tidak bisa memprediksi apa yang terjadi selanjutnya. Kamu selalu cemas karena dia akan bereaksi negatif dan marah padamu. Pada suatu ketika tanpa alasan yang jelas kamu dapat masuk ke dalam daftar musuhnya dia.

Kamu merasa tidak nyaman dan takut. Namun, suatu ketika kejadian menakutkan muncul. Dia kembali dengan apresiasi penuh padamu lagi dan menjadi terbang

karena dipuji. Namun, keesokan harinya kamu tidak dapat menyentuhnya karena satu alasan yang tidak jelas. Ketidakkonsisten dan kurang prediktabilitas membuat kamu meragukannya.

Yang terakhir kedelapan, memperburuk kondisi stress yang Anda alami. Kondisi stress yang terjadi akibat dari perasaan yang merasa terbebani oleh dirinya membuat dirimu menjadi sakit. Kamu mulai merasakan sakit punggung, nyeri leher. Badan kamu bereaksi akibat stress tersebut dan kamu mulai merasa cemas, sakit kepala, sakit di perut dan susah untuk beranjak dari tempat tidurmu.

*Toxic friendship* bisa terjadi karena manusia memang memiliki desain kejiwaan yang sempurna, memiliki potensi untuk memahami kebaikan dan kejahatan, dua potensi ini bisa ditingkatkan kualitasnya menjadi suci dan tercemar (Achmad Mubarak, 2009).





Gambar 1. 1: Infografis 8 Gejala Depresi

Sumber : okezone.com

Gejala *Toxic friendship* sama seperti kasus dengan niat bunuh diri yang dialami korban. Dengan begitu *toxic friendship* bisa menimbulkan rasa ingin bunuh diri karena merasa tidak dihargai dan tak ada dukungan dari orang sekitar. Jika korban sudah merasakan seperti itu, ada baiknya kita harus segera memberikan perhatian lebih dan tidak ditinggal begitu saja. Kecenderungan melakukan bunuh diri biasanya banyak terjadi pada usia pubertas, remaja akhir sampai dengan usia pertengahan (Kartono, 2000).

Dalam beberapa kasus, *toxic friendship* bisa memengaruhi kesehatan mental seseorang yang membuat orang itu melakukan tindakan bunuh diri. Kebanyakan dari mereka yang mengalami isu *toxic friendship* hanya mengalami rasa tidak nyaman, merasa sendiri hingga tidak mempunyai semangat. Dengan hadirnya siniar berjudul *Sisi Dalam* diharapkan para pendengar mempunyai pandangan lebih luas tentang *toxic friendship*. Dengan begitu, akan mengurangi risiko bunuh diri dan angka kematian akibat bunuh diri di Indonesia.

## 1.2 TUJUAN KARYA

- 1) Mengembangkan program podcast berjudul *Sisi Dalam* dengan menggunakan teknik *storytelling* dan wawancara.
- 2) Menghasilkan podcast dengan tema *mental health* yang mengangkat tentang isu *toxic friendship*.
- 3) Memublikasikan karya dengan target 3 episode dengan durasi total 60 menit dan dengan target pendengar sebanyak 50 orang per-episode.

## 1.3 KEGUNAAN KARYA

Kegunaan karya ini adalah sebagai berikut.

- 1) Menambah pemahaman pendengar dan perspektif baru yang dapat menjadi acuan para pendengar dalam menanggapi dan mengambil sikap tentang permasalahan yang sedang dihadapi.
- 2) Menjadi sumber rujukan untuk produksi *podcast* jurnalistik dengan tema *toxic friendship*.

UMMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA