

***PODCAST* MUSIK & KESEHATAN MENTAL: BELAJAR
DARI PENGALAMAN KOMUNITAS FANBASE BTS ARMY**



Programming Based

Muhammad Hafid Malik

00000059440

**PROGRAM STUDI JURNALISTIK
ILMU KOMUNIKASI
UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA
TANGERANG
2026**

**PODCAST MUSIK & KESEHATAN MENTAL: BELAJAR
DARI PENGALAMAN KOMUNITAS FANBASE BTS ARMY**



Programming Based

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh

Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Muhammad Hafid Malik

00000059440

PROGRAM STUDI JURNALISTIK

ILMU KOMUNIKASI

UNIVERSITAS MULTIMEDIA NUSANTARA

TANGERANG

2026

i

*Podcast dengan judul: Podcast Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Komunitas
Fanbase BTS ARMY, Muhammad Hafid Malik, Universitas Multimedia Nusantara*

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya,

Nama : Muhammad Hafid Malik

Nomor Induk Mahasiswa : 00000059440

Program studi : Jurnalistik

Programming Based dengan judul:

Podcast dengan judul: *Podcast* Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Komunitas Fanbase BTS ARMY merupakan hasil karya saya sendiri bukan plagiat dari karya 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 skripsi, saya bersedia menerima konsekuensi dinyatakan TIDAK LULUS untuk Tugas Akhir yang telah saya tempuh.

Tangerang, 14 Januari 2026



Muhammad Hafid Malik

U N I V E R S I T A S
M U L T I M E D I A
N U S A N T A R A

HALAMAN PERSETUJUAN

Programming Based dengan judul

***Podcast Musik & Kesehatan Mental: : Belajar dari Pengalaman
Komunitas Fanbase BTS ARMY***

Oleh

Nama : Muhammad Hafid Malik
NIM : 00000059440
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Jurnalistik

Telah disetujui untuk diajukan pada

Sidang Ujian Skripsi Berbasis Karya Universitas Multimedia Nusantara

Tangerang, 09 Januari 2026

Pembimbing



Dr. Rony Agustino Siahaan, S.Sos.,
M.Si.
0309087205

Ketua Program Studi Jurnalistik



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

HALAMAN PENGESAHAN

Programming Based dengan judul

Podcast Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Komunitas ARMY

Oleh

Nama : Muhammad Hafid Malik
NIM : 00000059440
Program Studi : Ilmu Komunikasi
Fakultas : Jurnalistik

Telah diujikan pada hari Rabu, 14 Januari 2026

Pukul 14.30 s.d 16.00 dan dinyatakan

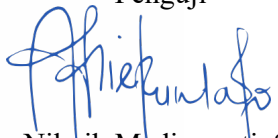
LULUS

Dengan susunan penguji sebagai berikut.

Ketua Sidang


Veronika, S.Sos., M.Si.
0317028703

Penguji


Dr. Niknik Mediyawati, S.Pd.,
M.Hum.
310057102

Pembimbing


Dr. Rony Agustino Siahaan, S.Sos.,
M.Si.
0309087205

Ketua Program Studi Jurnalistik


Samiaji Bintang Nusantara S.T., M.A

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai civitas academica Universitas Multimedia Nusantara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Hafid Malik

NIM : 00000059440

Program Studi : Jurnalistik

Jenjang : S1

Judul Karya Ilmiah : *Podcast* Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Fanbase BTS ARMY

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa saya bersedia* (pilih salah satu):

☒ Saya bersedia memberikan izin sepenuhnya kepada Universitas Multimedia Nusantara untuk mempublikasikan hasil karya ilmiah saya ke dalam repositori Knowledge Center sehingga dapat diakses oleh Sivitas Akademika UMN/Publik. Saya menyatakan bahwa karya ilmiah yang saya buat tidak mengandung data yang bersifat konfidensial.

☐ Saya tidak bersedia mempublikasikan hasil karya ilmiah ini ke dalam repositori Knowledge Center, dikarenakan: dalam proses pengajuan publikasi ke jurnal/konferensi nasional/internasional (dibuktikan dengan letter of acceptance) **.

☐ Lainnya, pilih salah satu:

☐ Hanya dapat diakses secara internal Universitas Multimedia Nusantara

☐ Embargo publikasi karya ilmiah dalam kurun waktu 3 tahun.

Tangerang, 09 Januari 2026

Yang menyatakan,

Muhammad Hafid Malik

Muhammad Hafid Malik

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur kepada Tuhan YME yang telah mengasihi dan memberikan kemampuan bagi penulis untuk menyelesaikan laporan skripsi berbasis karya yang berjudul *Podcast Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Fanbase BTS ARMY* secara maksimal.

Penulis menghasilkan skripsi berbasis karya *podcast* ini untuk menghasilkan konten audio jurnalistik yang dapat menginformasikan kepada khalayak, terkhusus generasi muda dan remaja tentang pentingnya memahami kesehatan mental secara komprehensif melalui perspektif yang autentik dan relatable. Pemahaman masyarakat tentang kesehatan mental hanya terbatas pada stigma negatif dan miskonsepsi yang menyimpang dari realitas pengalaman nyata. Maka dari itu, laporan skripsi ini mengubah pandangan masyarakat tentang kesehatan mental sebagai bagian integral dari kesejahteraan holistik manusia, dengan menampilkan cerita-cerita nyata dari komunitas ARMY yang telah mengalami perjalanan pemulihan melalui musik BTS dan dukungan komunitas.

Dengan kerendahan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

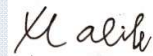
1. Dr. Ir. Andrey Andoko, M.Sc., selaku Rektor Universitas Multimedia Nusantara.
2. Dr. Rismi Juliadi, S.T., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Multimedia Nusantara.
3. Samiaji Bintang Nusantara, S.T., M.A., selaku Ketua Program Studi Jurnalistik, Universitas Multimedia Nusantara.
4. Dr. Rony Agustino Siahaan, S.S, M.Si., sebagai Pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi atas terselesainya tugas akhir ini.
5. Keluarga penulis yang telah memberikan bantuan material dan moral sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Keluarga saya yang

telah memberikan bantuan dukungan material dan moral, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

6. Teman-teman penulis yang memberi dukungan untuk tekun mengerjakan skripsi hingga selesai secara maksimal. (harapan) Semoga karya ilmiah ini

Semoga karya ilmiah ini bisa berguna bagi khalayak, sekaligus memberikan edukasi mengenai Kesehatan mental mengenai betapa pentingnya mencari dan menemukan hal atau hobi yang dapat memberikan efek positif bagi yang pernah atau sedang mengalaminya.

Tangerang, 09 Januari 2026



Muhammad Hafid Malik



Podcast Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Komunitas ARMY

ABSTRAK

Karya *podcast* "Musik & Kesehatan Mental: Belajar dari Pengalaman Komunitas Fanbase BTS ARMY" bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana musik BTS dan dukungan komunitas ARMY berkontribusi pada kesejahteraan mental melalui format *in-depth interview* dengan tiga narasumber dari latar belakang berbeda. Diantaranya dua individu dengan pengalaman gangguan kesehatan mental (kecemasan dan depresi) serta seorang psikolog praktisi. Karya ini diproduksi melalui tiga tahap sistematis (praproduksi, produksi, pascaproduksi) dengan pendekatan narasi personal yang autentik dan intim, menghasilkan tiga episode *podcast* berdurasi total 83 menit yang dipublikasikan pada 23 Desember 2025 melalui platform Spotify. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *podcast* berhasil mencapai 121 total streams melampaui target awal 100 streams, dengan demografi pendengar didominasi oleh perempuan (72,7%) pada rentang usia 23–27 tahun (59,1%), yang mengindikasikan resonansi kuat dengan audiens target generasi Z. Melalui evaluasi dari ahli psikolog, narasumber, dan pendengar, karya ini terbukti efektif sebagai medium jurnalistik digital yang tidak hanya menyajikan konten edukatif tentang kesehatan mental, tetapi juga menciptakan koneksi emosional mendalam yang berkontribusi pada destigmatisasi isu kesehatan mental dan peningkatan literasi kesehatan mental di kalangan anak muda Indonesia, sehingga menegaskan potensi *podcast* sebagai sarana advokasi sosial yang berkelanjutan dalam konteks kesejahteraan psikologis.

Kata kunci: ARMY, BTS, jurnalisme Musik, kesehatan Mental, sinier

Podcast Music & Mental Health: Learning from the Experience of the ARMY Community

ABSTRACT (English)

The podcast work "Music & Mental Health: Learning from the Experience of the BTS ARMY Fanbase Community" aims to explore how BTS music and ARMY community support contribute to mental well-being through an in-depth interview format with three narrators from different backgrounds. Among them are two individuals with experience of mental health disorders (anxiety and depression) as well as a practicing psychologist. This work was produced through three systematic stages (pre-production, production, post-production) with an authentic and intimate personal narrative approach, resulting in three podcast episodes with a total duration of 83 minutes published on December 23, 2025 through the Spotify platform. Research results show that the podcast successfully reached 121 total streams, exceeding the initial target of 100 streams, with listener demographics dominated by women (72.7%) in the age range of 23–27 years (59.1%), which indicates strong resonance with the target Gen Z audience. Through evaluation from psychology experts, narrators, and listeners, this work has proven to be effective as a digital journalistic medium that not only presents educational content about mental health, but also creates deep emotional connections that contribute to destigmatization of mental health issues and increased mental health literacy among young people in Indonesia, thus affirming the potential of podcasts as a sustainable social advocacy tool in the context of psychological well-being.

Keywords: ARMY, BTS, mental Health, music Journalism, podcast

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT (English)</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Karya	5
1.3 Kegunaan Karya	5
1.3.1 Kegunaan Sosial	5
BAB II KERANGKA KONSEP	6
2.1 Karya Terdahulu	6
2.1.1 Video <i>Podcast</i> #17 - Self-Love ala BTS (Belajar Mencintai Dirimu)	6
2.1.2 <i>Podcast</i> BTS dan Mental Health	7
2.1.3 <i>Podcast</i> The Zone Lowe Interview Series	7
2.2 Konsep yang Digunakan	10
2.2.1 Jurnalisme Musik	10
2.2.2 Jurnalisme Digital	11
2.2.3 <i>Podcast</i>	12
2.2.4 Panduan Pembuatan <i>Podcast</i>	13
2.2.5 Komunitas Fanbase	15
2.2.6 Terapi Musik	17
2.2.7 <i>In-Depth Interview</i>	19

2.2.8 Kesehatan Mental	21
BAB III RANCANGAN KARYA	23
3.1 Tahapan Pembuatan	23
3.1.1 Praproduksi	23
3.1.2 Produksi	31
3.1.3 Pascaproduksi	31
3.2 Anggaran	32
3.3 Target Luaran / Publikasi	32
BAB IV HASIL KARYA	33
4.1 Pelaksanaan	33
4.1.1 Praproduksi	34
4.1.1.1 Menentukan Topik	34
4.1.1.2 Narasumber	34
4.1.1.3 Daftar Pertanyaan	35
4.1.1.4 Peralatan	36
4.1.1.5 Jadwal	37
4.1.1.6 Lokasi	37
4.2 Produksi	38
4.2.1 <i>Intros dan Outros</i>	38
4.2.2 <i>Recording</i>	38
4.2.2 <i>Editing</i>	39
4.3 Pascaproduksi	39
4.3.1 <i>Timeline Wawancara</i>	39
4.3.2 Publikasi	43
4.3.3 Distribusi	43
4.4 Evaluasi	45
4.4.1 Evaluasi Ahli	45
4.4.2 Evaluasi Narasumber	45
4.4.3 Evaluasi Pendengar	46
4.4.4 Keterbatasan Karya	46
4.4.5 Realisasi Anggaran	47
4.4.6 Hasil Analitik	48

BAB V HASIL KARYA	50
5.1 Simpulan	50
5.2 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN	55



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbandingan Karya Terdahulu	8
Tabel 3.1 <i>Rundown Perencanaan Podcast</i>	24
Tabel 3.2 <i>Rundown Episode Podcast</i>	25
Tabel 3.3 Urutan Pertanyaan <i>Episode 1</i>	27
Tabel 3.4 Urutan Pertanyaan <i>Episode 2</i>	28
Tabel 3.5 Urutan Pertanyaan <i>Episode 3</i>	29
Tabel 3.6 Rancangan Anggaran <i>Podcast</i>	30
Tabel 4.1 <i>Timeline Episode Her</i>	39
Tabel 4.2 <i>Timeline Episode Tear</i>	41
Tabel 4.3 <i>Timeline Episode Answer</i>	42
Tabel 4.4 Realisasi Anggaran <i>Podcast</i>	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Podcast Self Love</i> ala BTS (Belajar Mencintai Dirimu)	6
Gambar 2.2 <i>Podcast</i> BTS dan <i>Mental Health</i>	7
Gambar 2.3 <i>Podcast</i> The Zane Lowe Interview Series	7
Gambar 4.1 Distribusi Karya di Instagram	44
Gambar 4.2 Distribusi Karya di WhatsApp	44
Gambar 4.3 Jumlah Data <i>Streaming Podcast</i>	48
Gambar 4.4 Jumlah Data Gender <i>Streaming Podcast</i>	48
Gambar 4.5 Jumlah Data Umur <i>Streaming Podcast</i>	49

DAFTAR LAMPIRAN

A. Tanda Tangan Bimbingan Skripsi / Tugas Akhir	55
B. Bukti Penayangan Hasil Karya	56
C. Bukti Chat Evaluasi Ahli	56
D. Bukti Chat Evaluasi Narasumber	57
E. Bukti Chat Evaluasi Pendengar	57
F. Hasil Turnitin	58