



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

**KORELASI ANTARA KONTEN *PODCAST* RINTIK
SEDU DENGAN *SELF HEALING* MAHASISWA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel
Surabaya, Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Ilmu Komunikasi (S.I.Kom)

Oleh

Izzun Nuriddina

NIM B75219060

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2023

PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Izzun Nuriddina

NIM : B75219060

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Korelasi Antara Konten Podcast Rintik Sedu Dengan Self Healing Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya** adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda sitasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Surabaya, 6 Juni 2023

Yang membuat pernyataan,



Izzun Nuriddina

NIM: B75219060

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Izzun Nuriddina

NIM : B75219060

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Judul Skripsi : “Korelasi Antara Konten *Podcast* Rintik Sedu Dengan *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya”

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 6 Juni 2023

Menyetujui

Pembimbing,



Muchlis. S.Sos.I..M.Si.
NIP: 197306202006041001

LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

KORELASI ANTARA KONTEN *PODCAST* RINTIK SEDU
DENGAN *SELF HEALING* MAHASISWA UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

SKRIPSI

Disusun Oleh
Izzun Nuriddina
B75219060

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Satu pada
tanggal 5 Juli 2023

Tim Penguji

Penguji I

Muchlis, S.Sos.I. M.Si
NIP. 197911242009121001

Penguji III

Dr. Imam Maksum, S.Ag, M.Ag
NIP. 197306202006041001

Penguji II

Prof. Dr. H. Ali Nurdin, S.Ag, M.Si
NIP. 197106021998031001

Penguji IV

Dr. Fikry Zahria E, S.I.Kom, MA
NIP. 198908282020122016

Surabaya, 5 Juli 2023

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi,



Dr. Moch Choirul Arif, M.Fil.I
NIP. 197110171998031001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertandatangan di bawahini, saya:

Nama : Izzun Nuriddina
NIM : B75219060
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi / Ilmu Komunikasi
E-mailaddress : izzun.n.d15@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain(.....)
Yang berjudul

KORELASI ANTARA KONTEN *PODCAST* RINTIK SEDU DENGAN *SELF HEALING*
MAHASISWA UNIVERSITS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/formatkan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 5 Juli 2023

Penulis



(Izzun Nuriddina)

ABSTRAK

Izzun Nuriddina, NIM B75219060, 2023. Korelasi Antara Konten *Podcast* Rintik Sedu Dengan *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Pada penelitian ini mempunyai dua rumusan masalah, yakni : (1) apakah ada korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (2) Sejauh mana tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Penelitian ini bertujuan guna mencari tahu ada atau tidaknya korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya serta seberapa besar tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Responden berjumlah 33 orang. Instrument yang digunakan dalam angket merupakan skala interval. Skala korelasi konten *podcast* Rintik Sedu berjumlah 7 item dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,822$. Sedangkan skala *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya berjumlah 7 item dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,907$. Teknik analisis data menggunakan Uji Korelasi *Pearson Product Moment* untuk signifikansi 5% hasil pengujian, menghasilkan r hitung sebesar 0,613 > r tabel sejumlah 0,344. Hal tersebut menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara dua variabel dengan arah positif.

Kata Kunci: Korelasi, Komunikasi Massa, *Self Healing*

ABSTRACT

Izzun Nuriddina, NIM B75219060, 2023. Correlation Between Rintik Sedu Podcast Content and Student Self Healing, Sunan Ampel State Islamic University Surabaya

This study has two formulations of the problem, namely: (1) is there a correlation between the content of the Rintik Sedu podcast and the self-healing of Sunan Ampel State Islamic University students in Surabaya (2) To what extent is the degree of correlation between the content of the Rintik Sedu podcast and the self-healing of students of the State Islamic University Sunan Ampel Surabaya.

This study aims to find out whether or not there is a correlation between the content of the Rintik Sedu podcast and the self-healing of Sunan Ampel State Islamic University students in Surabaya and the degree of correlation between the content of the Rintik Sedu podcast and the self-healing of Communication Studies Students at the Negri Islamic University Sunan Ampel Surabaya. Respondents amounted to 33 people. The instrument used in the questionnaire is an interval scale. The correlation scale of the Rintik Sedu podcast content consists of 7 items with a reliability coefficient of $\alpha = 0.822$. Meanwhile, the self-healing scale for students at Sunan Ampel State Islamic University Surabaya totaled 7 items with a reliability coefficient of $\alpha = 0.907$. The data analysis technique used the Pearson Product Moment Correlation Test for a significance of 5% of the test results, resulting in an r count of $0.613 > r$ table of 0.344. This indicates a strong correlation between the two variables in a positive direction.

Keywords: Correlation, Mass Communication, Self Healing

DAFTAR ISI

JUDUL PENELITIAN.....	i
PERNYATAAN OTENTITAS SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Definisi Operasional.....	11
1. Konten <i>Podcast</i> Rintik Sedu.....	11
2. Self Healing Mahasiswa.....	13
F. Sistematika Pembahasan.....	15
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	17
A. Kajian Pustaka.....	17
1. Media Massa dan bentuk-bentuknya.....	17

2. <i>Podcast</i>	21
3. Self Healing	27
B. Kerangka Teori	32
1. Teori <i>uses and gratification</i>	32
C. Teori dalam Perspektif Islam	35
1. Komunikasi Massa Dalam Perspektif Islam	35
D. Penelitian Terdahulu yang Relevan	38
E. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	47
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	47
B. Objek Penelitian	47
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	48
D. Variabel dan Indikator Penelitian	51
E. Tahap-Tahap Penelitian	55
F. Teknik Pengumpulan Data	58
G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian	61
H. Teknik Analisis Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	66
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian	66
B. Penyajian Data	69
1. Uji Validitas	69
2. Uji Reliabilitas	72
3. Penyajian Data Korelasi Konten <i>Podcast</i> Rintik Sedu (X) 73	
4. Penyajian Data <i>Self Heling</i> Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y)	78

C. Uji Hipotesis.....	81
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	84
1. Perspektif Teori.....	84
2. Perspektif Islam.....	86
BAB V PENUTUP.....	90
A. Kesimpulan.....	90
B. Saran dan Rekomendasi.....	91
C. Keterbatasan Penelitian.....	92
DAFTAR PUSTAKA.....	93



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel dan Indikator Penelitian.....	52
Tabel 3. 2 Skala Instrumen.....	60
Tabel 3. 3 Pedoman Koefisien Reliabilitas	62
Tabel 3. 4 Pedoman Koefisien Korelasi.....	65
Tabel 4. 1 Tabel Data Jenis Kelamin.....	67
Tabel 4. 2 Tabel Data Usia	68
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Variabel Korelasi Konten Podcast Rintik Sedu (X)	70
Tabel 4. 4 Hasil Uji Validitas Variabel Self Healing Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y).....	71
Tabel 4. 5 Data Reliabilitas X	72
Tabel 4. 6 Data Reliabilitas Y	72
Tabel 4. 7 Data Kuisioner Variabel X	76
Tabel 4. 8 Data Kuisioner Variabel Y	80
Tabel 4. 9 Pedoman Koefisien Korelasi	82
Tabel 4. 10 Tabel Hasil Korelasi.....	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori..... 35

Gambar 3. 1 Rumus Korelasi Pearson Product Moment..... 64



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Saat ini masyarakat Indonesia tidak bisa hidup tanpa terpapar media. Berbagai golongan masyarakat dari yang muda hingga yang dewasa dapat mengakses segala keinginan dan kebutuhan informasi dengan cara yang mudah. Hal ini terjadi karena pesatnya perkembangan teknologi. Teknologi membuat pergeseran gaya hidup masyarakat Indonesia dan mengakibatkan pola kehidupan pada setiap masyarakat Indonesia menjadi lebih efektif, terutama pada media komunikasi.

Komunikasi merupakan hal yang sangat penting bagi setiap individu karena sangat berguna dalam segala aspek, setiap hari bentuk komunikasi kian berkembang. Salah satu manfaat komunikasi yang sangat besar dirasakan manusia adalah digunakan untuk mendapatkan informasi yang efektif, instan, cepat dan efisien. Oleh sebab itu di era saat ini internet hadir untuk membantu masyarakat diberbagai bidang informasi, termasuk pada bidang media penyiaran. Contohnya saja televisi dan radio, kedua media penyiaran tersebut dulunya berbentuk konvensional namun di beberapa tahun ini turut mengalami perkembangan ke bentuk digital yang mana memanfaatkan internet untuk memperluas jangkauan siaran.¹

¹ Woro Harkandi Kencana, “*Platform Digital Siaran Suara Berbasis on Demand (Studi Deskriptif Podcast Di Indonesia)*,” Jurnal Komunikasi dan Media 4, no. 2 (2020).

Mengikuti perkembangan zaman, teknologi komunikasi terus berkembang, dan media baru terus berinovasi. Kini radio mulai beradaptasi mengikuti perubahan lingkungan, budaya, teknologi, Menanggapi perkembangan teknologi dan perubahan karakter masyarakat dalam mengkonsumsi media. Sejumlah stasiun radio di tanah air yang selama siaran menggunakan frekuensi FM kini bertransformasi ke arah medium internet.² Dengan membentuk hal baru yaitu internet audio. Audio internet dibagi menjadi dua bagian yang pertama yaitu *radio streaming* dan *podcast*.

Saat ini, perkembangan *podcast* di Indonesia semakin menarik minat pendengar.³ Meskipun *podcast* memiliki cara kerja yang sama dengan radio, namun yang membedakan adalah karena *podcast* lebih memiliki keunggulan dilihat dari efisiensi dan efektifitas yaitu *podcast* menyediakan berbagai konten menarik yang berbasis audio serta setiap konten *podcast*nya dapat selalu diulang untuk didengar, berbeda dengan radio yang informasinya hanya bisa didengarkan dalam satu waktu.⁴ *Podcast* mempunyai beragam konten sehingga pendengar dapat memilih dengan bebas tema *podcast* yang sesuai dengan keinginan dan kebutuhan pendengar.⁵ Selain itu, *podcast* punya episode di setiap seasonnya sehingga pembahasannya selalu berlanjut

² Cut Medika Zellatifanny, “*Tren Diseminasi Konten Audio on Demand Melalui Podcast : Sebuah Peluang Dan Tantangan Di Indonesia*,” Jurnal Pekommas 5, no. 2 (2020).

³ Ibid.

⁴ Skripsi Arifa Qanitha, “Pengaruh Penggunaan Media Podcast Terhadap Tingkat Kepuasan Generasi Millennial Di Banda Aceh Sebagai Sarana Memperoleh Informasi Di Masa Covid-19”, Hal.4, (2021)

⁵ Iskandar Dinata Ramadhany, “*Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio*,” *Endocrine* 9, no. May (2020).

sedangkan siaran hanya membahas obrolan antar penyiar sesuai jadwal. Di *podcast* bisa menyimpan edisi-edisi dari podcaster favorit untuk didengarkan dimanapun dan kapanpun saat diinginkan.⁶ Selain itu, *podcast* dapat memuat *explicit content* atau konten untuk orang dewasa sedangkan radio tidak dapat karena radio ada kode etikanya dan harus mematuhi etika penyiaran. Oleh karena itu banyak masyarakat Indonesia saat ini yang beralih menggunakan *podcast*. Saat ini telah banyak *Platform* yang tersedia di masyarakat untuk mendengarkan *podcast* antara lain Spotify, YouTube, Anchor, Google Podcast, Apple Podcast, SoundCloud, Pocket cast dan masih banyak lagi.

Podcast merupakan singkatan dari *ipod broadcasting*.⁷ Istilah *podcast* sendiri muncul setelah perusahaan Apple mengeluarkan produk bernama *iPod*. Kata *podcast* awal disebut karena *podcast* adalah akronim dari *iPod Broadcasting* yang mana adalah suatu perangkat *Apple iPod*, merupakan *platform* untuk distribusi *podcast* pertama yang dibawakan oleh Steve Jobs pada tahun 2001. Oleh karena itu banyak orang yang salah persepsi karena *podcast* dikira hanya untuk pengguna *iPod*.⁸ pada tahun ini *podcast* yang mana merupakan siaran audio dan video di apple masih terbatas karena tidak semua orang dapat menggunakannya karena *podcast* hanya tersedia dan

⁶ Skripsi Arifa Qanitah, “Pengaruh Penggunaan Media Podcast Terhadap Tingkat Kepuasan Generasi Millennial Di Banda Aceh Sebagai Sarana Memperoleh Informasi Di Masa Covid-19”, Hal.5, (2021)

⁷ Maria Juli et al., “Podcast Suara Puan Sebagai Sarana Literasi Digital,” Social Opinion 6 (2021).

⁸ Safriyani Mourint, “Persepsi Pendengar Terhadap Podcast Rintik Sedu Di Samarinda”, Journal Ilmu Komunikasi, Vol. 9 (2), No. 52-61, (2021)

hanya dapat diputar di perangkat portable atau computer seperti iPad, Ipod, atau MacBook.

Pada tahun 2004 telah muncul istilah “*podcasting*” di masyarakat. Hal ini berawal dari Ben Hammersley yang membahas *audioblogs* dan radio online di dalam artikelnya yang diunggah di www.theguardian.com. Sehingga beberapa orang menggunakannya seperti yang dilakukan Dannie Gregoire untuk mendaftarkan domain *podcaster.net*.⁹ Kemudian pada tahun 2005, seiring waktu tema *podcast* semakin berkembang dan beragam mulai dari segi pendidikan seperti sejarah, ilmu pengetahuan, politik, ekonomi, filsafat dan masih banyak lagi atau dari segi hiburan seperti komedi, horror dan asih banyak lagi. Selain itu kemasannya dapat berupa drama, dialog, monolog dan documenter.¹⁰ Sehingga *podcast* mengalami sukses besar di pasaran dan menjadi fenomena global dan membuat banyak perusahaan lain mengeluarkan produk sejenis dengan berbagai macam merk. Hingga pada November 2006, PEW Research Center mengemukakan lebih dari 17 juta *podcast* telah diunduh.¹¹ Berdasarkan data rilis terbaru PEW Research Center, pada tahun 2015 *podcast* telah menyentuh kurang lebih 36% pendengar.¹² Meski jumlah ini terbilang masih sedikit, namun konten dan para

⁹ Velantin Valiant, “*Strategi Konten Podcast Di Aplikasi NOICE (Studi Deskriptif Pada Aplikasi NOICE Sebagai Konten Audio Indonesia)*”, (2020)

¹⁰ *ibid*

¹¹ Cut Medika Zellatifanny, “*Tren Diseminasi Konten Audio on Demand melalui Podcast : Sebuah Peluang dan Tantangan di Indonesia*”, Jurnal Pekommas, Vol. 5 No. 2, Oktober 2020:117 - 132

¹² Efi Fadilah1 , Pandan Yudhaprarnesti, Nindi Aristi, “*Podcast sebagai Alternatif Distribusi Konten Audio*”, jurnal Kajian Jurnalisme, Vol. I No. 1, (2017).

pendengar *podcast* cenderung menuju ke arah yang positif.

Di Indonesia sendiri, pada tahun 2019-2020 masyarakat mulai mengetahui *podcast* dan sampai saat ini *podcast* semakin berkembang.¹³ Hal ini didukung oleh survei DailySocial yang dilakukan dengan JakPat Mobile Survey Platform dimana survei ini dilangsungkan terhadap 2.023 pengguna *smart phone* atau ponsel pintar dalam “Podcast User Research in Indonesia 2018” terkait konsumsi *podcast* di Indonesia.¹⁴ Pada tahun 2018 berdasarkan riset tersebut menghasilkan bahwa, sebanyak 67,97% dari masyarakat Indonesia menjadi sebagai responden yang mengenal *podcast*.¹⁵ Dan rentang usia pendengar *podcast* di Indonesia menurut survei Dailysocial, didominasi oleh usia 20-25 tahun dengan hasil survei sebanyak 42,12%.¹⁶

Sepanjang tahun 2020, Indonesia menjadi negara yang paling banyak didengarkan *podcast* di Asia Tenggara, menurut Carl Zuzarte, Head of Spotify Asia Studios. Konten berbasis audio ini semakin bangkit di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan pendengar *podcast*

¹³ Rinda Lavircanal , Murdiansyah Herman2 , M. Agus Humaidi “Penggunaan *Podcast* Sebagai Media Hiburan Dan Informasi Di Banjarmasin”

¹⁴ Dahratul Laila, “Inovasi Perangkat Pembelajaran Menggunakan Aplikasi *Podcast*,” Prosiding Seminar Nasional PBSI-III, no. 2015 (2020).

¹⁵ Harkandi Kencana, “Platform Digital Siaran Suara Berbasis on Demand (*Studi Deskriptif Podcast Di Indonesia*).”

¹⁶ Sucin Sucin and Lusya Savitri Setyo Utami, “Konvergensi Media Baru Dalam Penyampaian Pesan Melalui *Podcast*,” *Koneksi* 4, no. 2 (October 1, 2020): 235, <https://journal.untar.ac.id/index.php/koneksi/article/view/8113>.

¹⁷ Skripsi Arifa Qanitah, “Pengaruh Penggunaan Media *Podcast* Terhadap Tingkat Kepuasan Generasi Millennial Di Banda Aceh Sebagai Sarana Memperoleh Informasi Di Masa Covid-19”, Hal.7, (2021)

yang semakin berkembang, bahkan bukan hanya pendengar karena para *content creator podcast* pun ikut berkembang. Para pembuat podcast memanfaatkan platform-platform yang tersedia untuk menyajikan konten mereka. Karena tidak membutuhkan biaya banyak untuk membuat *podcast* dan sangat mudah. Pada awal tahun 2021 di Spotify Indonesia telah tersedia lebih dari 2 juta kanal *podcast*. Salah satunya adalah *podcaster* Rintik Sedu, yang merupakan *podcast* terpopuler di Indonesia pada Podcast Wrapped 2020.

Rintik Sedu adalah nama *podcast* yang dimulai sejak tanggal 24 Mei tahun 2019. *Podcast* Rintik Sedu adalah sebuah karya yang dimiliki oleh Nadhifa Allya Tsana atau yang akrab dipanggil Tsana, seorang perempuan kelahiran tahun 1998 Jakarta. Meskipun masih berumur 24 tahun, karier Tsana dalam dunia kreatif sangatlah cemerlang. Sejak ia menjadi penulis, Tsana berhasil menulis 7 buku, satu diantaranya sudah dijadikan film, dan bahkan ada salah satu dari bukunya yang berkolaborasi dengan penyair papan atas Indonesia, Sapardi Djoko Damono. Nama Rintik Sedu diberikan sesuai dengan nama penanya karena Tsana dalam *podcast*nya banyak membahas tema yang berhubungan dengan masalah hati atau permasalahan kehidupan sehari-hari.

Kemunculan *podcast* Rintik Sedu sendiri berawal dari kegemarannya terhadap menulis kata-kata, dia banyak menarasikan kisah-kisah yang kemudian menuangkan ke dalam format audio diplatform Spotify (layanan streaming dan *podcast*) dengan episode pertamanya yang berjudul "Titik Temu" dan berkategori monolog *podcast*. Berdasarkan data yang diperoleh dari Spotify Wrapped 2020-2022 *podcast* Rintik Sedu selama beberapa tahun berturut-turut menduduki posisi

teratas di Indonesia. *Podcast* Rintik Sedu juga pernah menyentuh angka 6,7 juta kali didengar pada tahun 2020 dan telah memiliki followers sebanyak 270,283. Pada bulan desember tahun 2022, Leisure Musik mengatakan episode pada *podcast* Rintik Sedu menduduki posisi #1 atau puncak di charts Spotify dengan total sebanyak 303 hari dalam 2022. Pada tahun ini *podcast* Rintik Sedu memiliki followers sebanyak 939,370 karena konten pembahasan yang diangkat Rintik Sedu *relate* dan sesuai dengan permasalahan yang banyak dihadapi gen Z.

Tantangan dan persaingan membuat *mental health* gen Z lebih rendah dan lemah, dibuktikan dengan banyaknya generasi ini yang mengalami *overthinking*. *Overthinking* merupakan perbuatan seseorang yang memikirkan berbagai kemungkinan secara berlebihan dan belum tentu nantinya akan terjadi sehingga mengakibatkan stress dan rentan depresi.¹⁸ Masalah ini dapat dilihat dari banyaknya kasus yang telah terjadi pada banyak mahasiswa yang bunuh diri akibat stress.¹⁹ Sebagai seorang mahasiswa yang memiliki jiwa muda pasti mempunyai antusias tinggi untuk sukses sebagaimana yang terjadi pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya memiliki ambisi untuk bersaing serta mengembangkan kemampuan dan kualitas diri. Namun, secara psikologis mahasiswa adalah individu yang paling rapuh akibat homeostasi yang tidak seimbang. Hal ini disebabkan karena mahasiswa berada dalam rentan usia remaja akhir menuju dewasa dan masih membutuhkan kematangan

¹⁸ Annisa Mutohharo, “*Self Healing: Terapi atau Rekreasi?*”. *Journal of Sufism and Psychotherapy*, Vol. 2, No. 1, (2022)

¹⁹ Ibid

psikologis.²⁰ Oleh sebab itu banyak dari mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang mengalami *overthinking* akibat tugas yang terlalu banyak, tuntutan dari diri sendiri atau orang tua untuk berprestasi tinggi, dan tekanan dari lingkungan sosial sekitar. Tentunya hal tersebut dapat menjadi pengaruh timbulnya stress yang memicu gangguan mental, depresi, bahkan bunuh diri. Hal itu didukung oleh konten rintik sedu yang membahas permasalahan anak muda dizaman sekarang. Hal ini yang membuat konten *podcast* Rintik Sedu banyak digandrungi oleh kalangan mahasiswa dan menjadikan *podcast* ini sebagai media *self healing*.

Keberhasilan *self healing* tidak selalu berpacu dengan kegiatan yang menyenangkan seperti bepergian jauh ke tempat indah, menonton konser dan makan makanan mahal.²¹ Keberhasilan *self healing* bergantung pada kemampuan masing-masing orang, pemilihan untuk metode *self healing* harus tepat, sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan masing-masing. Karena tujuan dari *self healing* untuk memberikan hal yang positif dalam diri agar merasa lebih tenang dan nyaman karena dapat menerima keadaan masa kini, masa lalu, dan mempersiapkan masa depan.

Penulis memilih konten *podcast* Rintik Sedu sebagai objek penelitian ini didasarkan *podcast* Rintik Sedu dirasa dapat menjadi peluang besar bagi mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Apel Surabaya untuk

²⁰ Irma Finurina Mustikawati, “Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran”, jurnal Herb-medicine Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Vol. 1, No.2, (2018)

²¹ Annisa Mutoharo, “Self Healing: Terapi atau Rekreasi?”. Journal of Sufism and Psychotherapy, Vol. 2, No. 1, (2022)

media *self healing* karena tidak memerlukan biaya yang besar untuk mengaksesnya dan *podcast* ini ada dalam platform Spotify. Selain itu *podcast* Rintik Sedu sendiri pendengarnya didominasi oleh anak muda gen Z khususnya mahasiswa karena konten yang diangkat relate dengan permasalahan yang dihadapi dan dalam penyampaiannya, Tsana menggunakan bahasa yang santai sehingga membuat pendengar nyaman mendengarkan pesan-pesan di balik *podcast*nya, Penulis tertarik untuk meneliti dikarenakan *podcast* merupakan bentuk baru dari radio yang menggunakan internet sebagai penyebarannya dan bersifat *on themand* serta keinginan penulis untuk mencari tahu korelasi terkait konten yang diangkat *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa. Penulis menganggap media baru ini mempunyai banyak keunggulan atau manfaatnya bagi anak muda gen Z khususnya mahasiswa.

Penulis telah memutuskan ingin mencari tahu dan mengukur lebih dalam terkait “**Korelasi Antara Konten *Podcast* Rintik Sedu Dengan *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya**”.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang sebagaimana diatas maka rumusan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah ada korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya?
2. Seberapa besar tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Dari permasalahan yang sudah diuraikan sebagaimana diatas, sehingga secara umum tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
2. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis:

Di harapkan hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai penambah wawasan kepada semua orang. Terutama yang berkaitan dengan komunikasi menggunakan media massa serta untuk mengembangkan keilmuan dalam bidang komunikasi media massa tentang mengenai komunikasi media massa yang baik secara teori maupun praktek yang sesungguhnya dalam bentuk media massa *podcast*.

2. Manfaat praktis:

Bagi penulis kegiatan penelitian ini merupakan upaya dalam hal meningkatkan kemampuan penulis untuk terus mengembangkan ilmu dan penulis berharap penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai korelasi antara

konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa selain itu bagi mahasiswa penelitian ini dapat digunakan untuk bahan pertimbangan bagaimana konten *podcast* Rintik Sedu sebagai media *self healing* mahasiswa UIN Sunan Ampel.

E. Definisi Operasional

Sebagaimana yang telah dipaparkan oleh Sugiyono, definisi operasional variabel penelitian adalah atribut atau nilai yang terdiri dari variasi tertentu dari suatu objek atau kegiatan yang bertujuan untuk dipelajari oleh peneliti agar mendapatkan suatu kesimpulan. Sehingga, definisi operasional merupakan suatu definisi yang menyatakan hal-hal yang dapat menjawab pertanyaan penelitian atau hipotesis penelitian, terutama pada penelitian kuantitatif. Berdasarkan penjelasan tersebut, definisi operasional dapat didefinisikan sebagai berikut:

1. Konten *Podcast* Rintik Sedu

Podcast berasal dari singkatan *ipod broadcasting* yaitu kegiatan yang dilakukan secara monolog (sendiri), dilakukan oleh dua orang ataupun lebih. Yang mana akan membahas sebuah topik atau tema tertentu dalam satu episodenya.²² Istilah *podcast* awalnya identik dengan konten dalam bentuk format audio. Namun belakangan ini *podcast* juga merujuk pada konten berupa video,

²² Safriyani Mourint, "Persepsi Pendengar Terhadap *Podcast* Rintik Sedu Di Samarinda", *Journal Ilmu Komunikasi*, Vol. 9 (2), No. 52-61, (2021)

sehingga konsep *podcast* di zaman ini dapat merujuk pada *podcast* audio atau *podcast* video.

Sedangkan konten *podcast* merupakan kontribusi informasi berupa audio file atau video file yang disebarakan menggunakan media online atau internet. Konten *podcast* dapat dinikmati kapan saja dan dimana saja. Konten *podcast* merupakan bagian dari medium interaktif. Karena menurut pendengar *podcast*, *podcast* adalah cara untuk menghibur diri dengan mendengarkan konten-konten menarik dari seluruh dunia secara gratis yang bisa dinikmati pendengar. Hal ini didukung oleh karakteristik intimasi *podcast*.

Podcast memiliki tingkat keintian yang lebih tinggi daripada media lain seperti radio dan televisi. Karena ketika ingin mendengarkan radio dan TV, kebanyakan dari mereka akan memutar media tersebut didepan banyak orang, biasanya mereka menikmati di ruang keluarga bersama-sama dengan anggota keluarga lainnya. Berbeda dengan *podcast* yang cenderung dinikmati secara personal. Kasus tersebut telah dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan di negara Inggris, sebanyak 57% *podcast* diakses di ponsel pribadi, dan 90% dari pendengar tersebut mendengarkan konten *podcast* secara mandiri. Dengan hal tersebut tentunya membuat intimasi dari proses pendengar *podcast* semakin dalam karena mereka merasa lebih nyaman menikmati konten secara sendiri di banding bersama-sama.

Disamping karakteristik intimasi *podcast* sebagaimana yang sudah dijabarkan diatas, variasi konten *podcast* yang tak terbatas juga mengisi kebutuhan masyarakat. Menurut Rakhmat, penggunaan media meliputi waktu saat menggunakan media, jenis dan isi media yang dikonsumsi, serta berbagai hubungan antara konsumen atau pengguna media dan isi media yang dikonsumsi. Efektivitas media dapat digunakan sebagai tolok ukur kemampuan suatu media dalam menghantarkan kepuasan konsumen. Salah satunya konten pada *podcast* Rintik Sedu.

Konten *podcast* Rintik Sedu yang dibahas penelitian ini yaitu konten *podcast* dengan tema hiburan dan banyak membicarakan seputar masalah hati dan permasalahan kehidupan sehari-hari yang banyak dialami oleh anak muda di zaman sekarang. Dalam penyampaiannya, Rintik Sedu menggunakan bahasa yang santai sehingga membuat pendengar nyaman mendengarkan pesan-pesan di balik konten *podcast* ini. *Podcast* Rintik Sedu bisa menjadi teman untuk para pendengar yang mencari tempat berbagi cerita disaat *overthinking*.

Oleh karena itu, konten *podcast* Rintik Sedu merupakan media yang dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan masyarakat salah satunya adalah untuk menghibur diri dan media *self healing*.

2. Self Healing Mahasiswa

Self healing dalam kamus bahasa Indonesia adalah penyembuhan diri sendiri yang bisa di artikan sebagai menjaga kesehatan mental secara mandiri. Definisi dari *self healing* adalah metode penyembuhan penyakit bukan menggunakan obat-obatan, tetapi dengan menyembuhkan dan melepaskan emosi dan perasaan yang terpaku didalam diri. *Self healing* secara resmi diperkenalkan oleh Loyd & Johnson merupaka keterampilan untuk membantu dan menenangkan diri sendiri.

Self healing dapat membantu tercapainya *mental health*. *Mental health* adalah keadaan di mana suatu pikiran menjadi tenang dan damai. Oleh karena itu seseorang lebih toleran terhadap masalah yang dihadapi, orang tersebut dapat menerima keadaan dan berdamai dengan diri sendiri, serta dapat menghargai diri sendiri. *Self healing* sangat efektif sebagai penyembuhan diri atau *self compassion*, khususnya untuk mahasiswa yang strees akibat *overthinking* karena homoestasi yang tidak seimbang dan masih membutuhkan kematangan psikologis.

Self healing dilakukan dengan tujuan untuk memahami diri sendiri, menerima ketidaksempurnaan dan, membuat pikiran positif tentang apa yang terjadi dalam hidup. Karena sesungguhnya diri sendiri yang dapat mendorong agar dapat merasakan ketenangan dan kesembuhan. Tentu saja setiap orang berbeda-beda dalam menggunakan metode *self healingnya*. *Self healing*

yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu *self healing* yang menggunakan media massa *podcast*.

F. Sistematika Pembahasan

Penulisan laporan ini dilakukan secara sistematis agar pembaca dapat dengan mudah memahami maksud peneliti. Sebelumnya bab pertama, dan daftar isi, penelitian ini di mulai dengan halaman sebagai berikut: judul, moto, kata kutipan, kata pengantar dan daftar isi.

Di bagian bab awal ini membahas kajian-kajian pustaka, menjelaskan tentang fenomena dan topik berdasarkan referensi dan merujuk pada penelitian komunikasi kepemimpinan ini, serta berisi kajian teori dari penelitian ini.

Pada bagian kedua ini membahas seputar penelitian terdahulu, tinjauan literatur yang menjelaskan topik dengan referensi dan terkait dengan penelitian, dilanjutkan dengan kajian pustaka, yang membahas penelitian teori *Uses and Gratification*, dilanjutkan dengan kerangka pikir yang meliputi pembahasan, paradigma penelitian, dan hipotesis penelitian.

Bab 3 membahas tentang teknik penelitian, meliputi metode dan jenis penelitian, populasi sampel dan teknik pengambilan sampel, variabel dan indikator penelitian, tahapan penelitian, teknik pengumpulan data, teknik validitas dan reliabilitas alat penelitian, dan teknik analisis data.

Di bab keempat ini berisi hasil penelitian dan sebelumnya berisis tentang gambaran topik subjek penelitian yaitu korelasi antara konten podcast Rintik Sedu dengan self healing mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, dan populasi penelitian yaitu mahasiswa tahun 2020 program studi Ilmu Komunikasi semester 7 di Universitas Islam Negeri

Sunan Ampel Surabaya, serta dibab ini akan menjelaskan deskripsi data penelitian.

Dan di bab terakhir yaitu bab penutup atau bab kelima, bab ini berisi kesimpulan, saran dan rekomendasi. Bagian kesimpulan berisi semua temuan penelitian yang terkait dengan pertanyaan penelitian. Kesimpulan ditarik berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya. Sedangkan rekomendasi didasarkan pada temuan penelitian, di dalamnya memuat gambaran tentang langkah-langkah apa yang perlu diambil oleh pihak-pihak yang terkait dengan temuan penelitian yang relevan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN TEORITIK

A. Kajian Pustaka

1. Media Massa dan bentuk-bentuknya

a. Media Massa

Media merupakan saluran penyampaian informasi dalam komunikasi setiap manusia. Menurut McLuhan, media massa merupakan perpanjangan dari indra. Melalui media massa, manusia dapat memperoleh informasi tentang benda, orang, atau tempat yang tidak dapat dialami secara langsung. Tugas media massa adalah menyampaikan informasi. Karena, itu dapat membentuk, memelihara, atau menentukan gambar atau audiens informasi. Dapat disimpulkan bahwa komunikasi massa adalah proses komunikasi antar manusia dengan menggunakan media massa, yang tujuannya agar pendengar, pembaca dan penikah media massa dapat secara bersamaan memahami maksud isi pesan dari komunikator, baik yang jenis inforasi berasal dari individu, atau pesan atas nama lembaga.

Media dapat diartikan sebagai alat atau sarana yang digunakan untuk menyampaikan informasi dari komunikator kepada khalayak. Menurut sifatnya, media terdiri dari dua jrnis, yaitu media cetak dan media elektronik. Media cetak dapat diartikan sebagai semua bahan cetak seperti

surat kabar, majalah, brosur, booklet, bulletin, website dan lain-lainya.²³

b. Efek Media Massa

Media massa memiliki peran sangat besar dalam mengubah perilaku masyarakat. Mulai dari perilaku negative hingga ke arah positif semua perilaku tersebut dikarenakan masyarakat dapat melakukan imitasi dari tontonan yang mereka konsumsi. Media massa sebagai perangkat komunikasi memberikan beberapa efek yang tidak dapat dihindari bagi pengguna, ada 3 efeknya yaitu: aspek kognitif, aspek efektif dan dan efek behavioral. Efek kognitif merupakan perubahan apabila khalayak mengetahui atau memahai sehingga muncul sebuah persepsi, dan efek ini berhubungan dengan pengetahuan dan keterampilan. Efek efektif dimana akan timbul jika khalayak ada perubahan pada rasa contohnya saja saat senang, atau benci, efek ini berhubungan dengan emosi. Efek behavioral yaitu efek yang merujuk pada tindakan, sikap dan perilaku. Keberhasilan persuasi pada media massa tentu saja tidak lepas dari komunikator yang cermat memahami kondisi komunikan atau audience karena mereka yang menjadi sasaran dari pesan komunikator.

c. Bentuk-Bentuk Media Massa

Media berasal dari bahasa latin median yang artinya perantara. Sedangkan istilah media adalah segala sesuatu yang dapat digunakan sebagai alat atau perantara untuk mencapai suatu tujuan

²³ Firsan Nova, Crisis Public Relations: Bagaimana PR Menangani Krisis Perusahaan, hlm. 205.

tertentu. Edia massa adalah alat komunikasi untuk menyebarluaskan informasi massa, media terbagi menjadi dua kategori, yaitu media massa cetak (surat kabar dan majalah) dan media massa elektronik (radio, televise, film, dan internet).

1) Surat Kabar

Devinisi surat kabar adalah terbitan yang memiliki ciri keterbukaan, universalitas, realitas, dan periodesitas. Surat kabar merupakan media massa yang paling tua dibandingkan dengan jenis media massa lainnya. Sejarah mencatat bahwa surat kabar bermula ketika Johan Gutenberg menemukan mesin cetak di Jerman.

Surat kabar berperan penting sebagai sumber informasi pada masa orde baru dalam menyebarluaskan informasi pembangunan dan sebagai sarana mencerdaskan masyarakat Indonesia.

2) Majalah

Majalah didaftarkan sebagai media massa tidak lama setelah surat kabar. Majalah memiliki tipe sesuai dengan khalayak yang dituju untuk menjadi sasaran. Yang berarti, redaksi sejak awal sudah menentukan siapa yang akan menjadi pembaca dari majalahnya, misalnya saja pembaca yang masih anak-anak, remaja, sampai pebaca yang sudah dewasa. Majalah mengacu pada khalayak yang lebih spesifik, setiap media meiliki fungsi yang bermacam-macam, dan fungsi dari majalah yaitu sebagai hiburan.

3) Radio Siaran

Radio adalah pengirian suara atau bunyi melali udara. Radio dala bahasa ingris dikenal dengan broadcasting yang artinya yaitu penyiaran atau siaran. Radio merupakan media massa elektronik paling lama dan bersifat fleksibel. Radio siaran memiliki keunggulan salah satunya yaitu dapat diakses dimana saja. Radio siaran mempunyai gaya tersendiri yaitu menyapaikan pesan secara siaran suara yang imajinatif, akrab dengan pendengarnya, dan gaya percakapan seperti mengenal satu sama lain.²⁴

4) Film

Film atau bisa disebut dengan gambar bergerak merupakan bentuk komunikasi massa visual yang menjadi media hiburan jauh lebih dulu sebelum radio siaran dan televise.

Jenis film ada bermacam-macam contohnya saja film kartun, film cerita, film berita, film dokumenter.²⁵ Selain sebagai media hiburan, fil juga dapat dijadikan sebagai media pendidikan untuk pembinaan pada generasi muda, karena film memiliki fungsi pengetahuan dan pendidikan.

5) Televisi

Dalam bahasa ingis televisi disebut dengan *television*. Dan televisi secara harfiah dilihat dari jarak jauh karena televisi merupakan penangkap siaran yang gambar dan suaranya dipancarkan oleh gelombang elektronik. Televisi hadir pada masa revolusi informasi

²⁴ Ardianto, Komunikasi Massa Suatu Pengantar, ..., hlm. 103-135.

²⁵ Ibid, hal. 143-149

selama dua dekade, setelah mesin cetak, televisi menjadi peneuan terpenting dalam teknologi informasi setiap masyarakat lebih mudah memperoleh informasi yang actual baik dari media cetak apun media elektronik.

6) Internet

Internet berawal dari kata *internetworking* yang mana merupakan metode untuk menyambungkan komputer ke jaringan semua jenis maupun semua sistem komputer lainnya. Kehadiran internet telah membantu setiap manusia dan mempermudah manusia dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial walaupun dengan jarak yang jauh tanpa terkendala waktu dan tempat. Dan dengan adanya internet setiap orang mendapatkan hiburan dan mengakses informasi dari berbagai belahan dunia.

2. Podcast

a. Pengertian *Podcast*

Menurut Philips, *podcast* adalah file audio digital yang dibuat dan diunggah ke platform online untuk dibagikan kepada orang lain. Jadi *podcast* lebih mengacu pada distribusi file audio dalam format digital. File audio dapat diakses langsung dari desktop, gadget, dan dikirim ke perangkat media portable seperti pemutar MP3 untuk mendengarkan “di mana saja”.

Dalam kajian Andrian Luthfi (2019) makna *podcast* dijelaskan dari dua sudut pandang, yaitu bagi pendengar, *podcast* adalah cara untuk menikmati konten menarik dari seluruh dunia secara gratis. Sedangkan bagi podcaster (yang membuat konten *podcast*), *podcast* merupakan

cara yang sangat efektif untuk menyebarkan informasi atau wawasan baru untuk menjangkau audiens yang besar.

Podcast atau yang biasa dikenal dengan *iPod broadcasting* adalah percakapan monolog atau dua orang dan bisa saja lebih. Ini membahas tema atau topik tertentu dalam episode tersebut. Awalnya, istilah *podcast* sering identik dengan materi dalam format audio. Namun, belakangan ini, *podcast* juga merujuk pada materi dalam bentuk video, sehingga konsep *podcast* bisa merujuk pada *podcast* audio atau *podcast* video.

Podcast dipublikasikan secara berkala melalui jaringan internet. *Podcast* dapat diproduksi oleh semua orang mulai dari seorang yang berpengalaman dan ahli dalam bidang penyiaran atau seseorang yang amatir dan baru belajar dalam hal penyiaran.

Podcast adalah teknologi digital yang digunakan sebagai media distribusi dengan memanfaatkan berbagai jenis media. *Podcast* bekerja dengan cara yang sama seperti radio, namun bedanya *podcast* dapat diakses menggunakan berbagai jenis platform dan sangat fleksibel atau *on-demand*. *Podcast* tidak hanya dapat didengarkan secara *online* namun juga dapat didengarkan secara *offline* atau tanpa menggunakan internet dengan syarat harus mengunduhnya terlebih dahulu dalam bentuk file audio sehingga bisa dibuka secara gratis, bahkan dikemudian hari.

b. Bentuk *Podcast*

Fleksibilitas *podcast* menjadi salah satu sifat yang melekat pada *podcast*, pengguna *podcast*

dapat mendengarkan kapan saja, di mana saja, dan bisa berlangganan. Berdasarkan hasil penelitian Steven McClung dan Kristine Jhonson mengungkapkan ada 5 analisis faktor alasan penggunaan *podcast*, yaitu: entertainment, timeshifting, library building, advertising, dan social aspects.

Podcast prosesnya diawali dengan produksi konten menggunakan proses rekaman dan editing audio kemudian diupload pada web. Pengguna dapat mengakses dalam situs dimana pada alamatnya terdapat pilihan semua episode *podcast*, sehingga setiap pengguna *podcast* dapat memutar berulang-ulang kali, mendengarkan secara langsung dan mengunduhnya.

Ada tiga tipe bentuk *podcast* yaitu:

Yang pertama, *podcast* bentuk audio dimana hanya bisa didengarkan saja dan bentuk formatnya MP3. Yang kedua, *podcast* video biasanya *podcast* ini berupa konten audio visual selain dapat didengarkan juga dapat disaksikan dan berbentuk. Dan yang ketiga yaitu *podcast* *enchaced* *podcast*, *podcast* ini merupakan tipikal *podcast* yang dapat didengarkan dan juga dilihat karena tidak hanya berisis audio tapi juga menampilkan gambar bergerak sepanjang *podcast* ketika *podcast* ini diputar

c. Karakteristik *Podcast*

Podcast memiliki 4 karakteristik yang utama dan sudah menjadi ciri khasnya yaitu pertama, *episodic* atau mengandung unsur *story telling*, yang berarti adalah sebagai sebuah cara atau media untuk menyampaikan peristiwa yang telah terjadi atau cerita kepada pendengar secara

berkala. *Story telling* adalah sebuah teknik bercerita mengenai sebuah adegan, kisah, ataupun peristiwa. *Story telling* yang berbentuk digital tidak memiliki batasan topik untuk dibahas, dan dapat diakses melalui berbagai perangkat lunak yang tersedia. dengan alasan ini yang membuat podcast dianggap sebagai media *story telling* dimana saja dan kapan saja.

Kedua *download, Podcast* tidak hanya dapat didengarkan secara *online* namun juga dapat didengarkan secara *offline* atau tanpa menggunakan internet dengan syarat harus mengunduhnya terlebih dahulu dalam bentuk file audio sehingga bisa dibuka secara gratis. Dengan *podcast* yang dapat di *download* ini yang membuat pendengar dapat menyimpan konten pada episode-episode yang disukai untuk didengarkan kembali nantinya.

Ketiga, podcast bersifat *on-demand* karena *podcast* dapat dinikmati dengan bebas, yang artinya podcast dapat didengarkan tanpa harus fokus mendengarkan saja tapi dapat mendengarkan sambil melakukan aktivitas lainnya, seperti melakukan pekerjaan sehari-hari, mengemudi, maupun sambil rebahan sambil menikmati waktu luang. *Podcast* tidak memiliki jadwal yang paten sehingga pendengar dapat menikmati konten pada suatu podcast kapanpun tanpa mengikuti jadwal tertentu. Singkatnya, setiap file *podcast* dapat didengarkan secara *fleksibel* sesuai dengan keinginan pendengarnya. Bahkan saat mendengarkan konten *podcast* pendengar dapat memberhentikan sejenak,

memutar ulang bagian konten yang terlewat karena pendengar dapat menyesuaikan *podcast*.

Keempat memiliki tema yang luas, *podcast* di era ini memiliki tema yang luas sehingga pendengar *podcast* dapat memilih sesuai dengan keinginan dan kebutuhan. Perjalanan pendengar untuk menikmati konten *podcast* diawali dengan membuat pilihan dari serangkaian pilihan yang ada, sehingga pendengar lebih aktif dalam melakukan pemilihan dan penjadwalan, yang dapat melibatkan proses emosional. Hal ini memungkinkan untuk timbulnya ingin mengetahui bagi pendengar juga podcaster sehingga mereka akan terus menggali informasi yang lebih dalam tentang suatu tema atau isu.

d. Jenis *Podcast*

Saat ini, cukup banyak jenis konten *podcast* yang sedang dikembangkan. Mulailah dengan berita, wawancara, feature atau documenter. Namun tidak terbatas pada tipe tersebut. Berbagai kegiatan kreatif saat ini dilakukan oleh podcaster, berikut jenis-jenis *podcast*:

1) *Podcast* monolog

Podcast monolog atau *podcast* solo adalah rekaman suara yang diberikan sebagai monolog oleh presenter. Artinya, seluruh rekaman *podcast* dibaca dalam satu arah dan tidak ada lawan untuk berbicara. Jadi *podcast* monolog yang berarti *podcast* solo merupakan *podcast* yang dibawakan hanya oleh satu orang. Dalam *podcast* monolog tau *podcast* solo ini pembicara bukan hanya sekedar bicara saja tetapi pembicara mempunyai tanggungjawab untuk menarik perhatian

pendengar atau orang untuk mendengarkan. Gaya dari podcaster monolog ini biasanya lebih kearah bercerita dalam *podcast*nya. Podcaster akan berbagi berbagai hal sesuai dengan tema dalam *podcast*nya. Contohnya adalah *podcast* Rintik Sedu yang memiliki jenis *podcast* monolog atau solo dan dalam *podcast* ini rintik sedu menyajikan cerita seputar kehidupan atau masalah hati.

2) *Podcast* Wawancara

Podcast wawancara adalah *podcast* yang berisikan dialog antara beberapa orang dengan konteks wawancara, dan masih dalam satu tema dengan tujuan yang sama. Dalam *podcast* wawancara akan mengundang tamu atau narasumber, narasumber tidak harus satu orang, namun juga dapat berupa sebuah grup yang terdiri dari beberapa orang. Dan nantinya tamu yang diundang dalam sebuah *podcast* wawancara *podcast* akan di wawancara sesuai dengan tema yang dibawakan. Sebagai pembawa acara atau host pada acara *podcast* wawancara, kita juga harus menjadi pendengar yang baik, aktif dan kritis pada saat yang bersamaan. *Podcast* wawancara, jenis *podcast* ini banyak digunakan oleh podcaster Indonesia karena “hanya” membutuhkan sumber, topik, dan pertanyaan. Sumber populer dapat meningkatkan popularitas sebuah *podcast*. Contohnya adalah *podcast* dalam channel Youtube Deddy Corbuzier.

3) Multi Host *Podcast*

Multi host *podcast* adalah *podcast* yang berisi tentang rekaman berupa diskusi dari

beberapa perspektif pembicara tentang sebuah topik. Tujuan utama dari adanya multi host *podcast* adalah untuk melakukan diskusi karena dengan *podcast* ini dapat menimbulkan perspektif dan pendapat dari setiap host berbeda. Maka akan muncul sebuah diskusi yang menarik. Dan banyak pendengar menikmati *podcast* jenis ini terutama bagi pendengar yang menyukai debat, meskipun *podcast* ini berisi tentang perdebatan namun *podcast* ini tidak berisik dan dapat dinikmati oleh pendengarnya. Contoh dari multi host *podcast* adalah *podcast* yang dibawakan oleh The Fizzle Show.

3. Self Healing

a. Definisi *Self Healing*

Definisi dari *self healing* adalah suatu cara penyembuhan penyakit, bukan melalui obat-obatan, melainkan dengan menyembuhkan dan melepaskan perasaan dan emosi yang tertekan di dalam tubuh. *Self healing* juga dikenal sebagai serangkaian latihan yang harus dilakukan secara mandiri selama sekitar 15-20 menit dan harus dilakukan 2 kali sehari (Redhodkk, 2019). *Self-healing* adalah pendekatan yang secara resmi diperkenalkan oleh Loyd & Johnson (dalam Latifi, Soltani & Mousavi, 2020).²⁶ Pendekatan ini mencakup keterampilan membantu diri sendiri dan menenangkan diri, bersama dengan

²⁶ Annisa Mutoharo, “*Self Healing: Terapi atau Rekreasi?*”. *Journal of Sufism and Psychotherapy*, Vol. 2, No. 1, (2022)

pemulihan energi, mengurangi stress fisiologis, dan meningkatkan kenyamanan.

Healing sendiri identik dengan terapi, dan secara etimologi berarti pengobatan atau sesuatu yang berkaitan dengan pengobatan. Tetapi dari sudut pandang terminologis adalah sebuah proses upaya penyembuhan suatu penyakit yang diderita oleh seseorang. *Self healing* adalah fase yang diterapkan pada proses pemulihan. Seringkali, dari gangguan psikologis, trauma dan stress, ini dilakukan oleh orang-orang dengan instingnya sendiri. Penyembuhan diri, bertujuan untuk mengurangi stres, ketakutan, dan masalah emosional dan psikologis lainnya.

b. Faktor Pemicu *Self Healing*

Self healing tentu saja dilakukan bukan tanpa sebab karena pasti ada permasalahan yang membuat orang tersebut *over thinking*, stress dan merasa tertekan, sehingga orang akan melakukan pengobatan mental health dengan terapi *self healing*. Seorang mahasiswa pasti dihadapi sebuah permasalahan dalam kehidupannya berikut faktor pemicunya:

1) Konflik Dengan Orang Tua

Mahasiswa merupakan seorang remaja yang ingin mencoba melepas keterikatan emosional dengan orang tua dan mulai ingin menjadi pribadi bebas. Namun, sebaliknya orang tua tidak akan melepaskan anak mereka. Hal inilah yang menjadi pemicu konflik antara orang tua dan mahasiswa. Pemicu konflik lain antara orang tua dan mahasiswa lainnya yaitu mahasiswa mulai mengalami fase mencari jati diri dan

mebutuhkan peran serta dukungan dari orang tua. Namun, orang tua kurang memahai. Konflik dengan orang tua membuat mahasiswa memikirkan masalah dan berpotensi menimbulkan ketidak sehatan mental.

2) Relasi Dan Konflik Dengan Pertemanan

Berada di jenjang perkuliahan tentunya membuat para mahasiswa mulai mencari relasi pertemanan, membangun pertemanan dengan teman sebayanya, biasanya mereka mencari pertemanan dari kesamaan hobi, atau saling membutuhkan satu sama lain. Hingga membuat mahasiswa menciptakan suatu kelompok atau *circle* pertemanan mereka. Saat berada di jenjang perkuliahan suatu *circle* pertemanan merupakan hal yang wajib dimiliki karena jika seorang mahasiswa tidak memiliki *circle* didalam kampus mereka akan sendirian dan terkucilkan.

3) Permasalah Akademik

Sress akademik, Tuntutan akademik, dan merasa tidak mampu untuk melaksanakan tuntutan dari pendidikan menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan, yang ciri-ciri emosional biasanya ditandai seperti kecemasan, kesedihan, atau depresi. Stress akademik adalah reaksi fisik atau psikis akibat ketidakmampuan mengubah tingkah laku atau penampilan melalui serangkaian kegiatan seperti: menulis, membaca, mengamati mendengarkan, meniru, karena tekanan yang diterima tidak sesuai dengan kemampuan atau adanya perbedaan antara tuntutan dan

kemampuan.²⁷ Seseorang yang mengalami stres mereka akan merasa lebih sering kelelahan karena ketidakmampuan, kehilangan motivasi dan minat untuk melakukan kegiatan sehari-hari dan mengakibatkan menurunnya produktivitas dalam belajar, dan mengganggu kegiatan lainnya.²⁸

c. Tujuan *Self Healing*

Isu *self healing* belakangan ini telah banyak diperbincangkan ditengah masyarakat, mereka mulai menjaga mental dan peduli terhadap upaya-upayah untuk menyembuhkan diri dari stress, dan *over thinking*. Tujuan *self healing* sebagai bentuk usaha dalam pemulihan adalah untuk menciptakan kehidupan yang lebih nyaman dan menjadi diri sendiri dalam menghadapi konflik dan masalah di kemudian hari. Metode ini bertujuan untuk mengurangi rasa stress, takut, sampai deprsri akibat gangguan mental salah satu tujuan paling penting dari *self healing*. Tujuan lain dari *self healing* adalah sebagai upaya untuk melatih diri dalam mengelolah emosi negative yang bisa datang kapan saja tanpa diduga, untuk mereduksi stress yang dialami setiap individu, dan membantu individu untuk keluar dari belenggu tekanan, luka batin, yang belum dilepaskan dari dalam pikiran.

d. Manfaat *Self Healing*

1) Menumbuhkan Sikap Positif

²⁷ Anna Aisa, “*Self-Healing Untuk Mengurangi Stres Akademik Mahasiswa Saat Kuliah Daring*”, Jurnal Pamomong, Vol. 2, No. 2, (2021)

²⁸ Rumiani, “*Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa*”, Jurnal Psikologi UNDIP. Vol.3, No.2, (2006)

Manfaat pertama dari *self healing* adalah tumbuhnya sikap yang positif. Karena proses *self healing* adalah upaya individu untuk mengambil apa yang kita miliki dalam hidup dan mengubahnya menjadi sesuatu yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa sikap positif datang saat seseorang dapat memaafkan segala kesalahan dikehidupan sebelumnya.

2) Mengurangi Rasa Ketidakpuasan

Manfaat kedua yang didapat adalah berkurangnya ketidakpuasan. Karena *self-healing* dapat mengurangi ketidakpuasan terhadap apa yang dimiliki dengan meningkatkan emosi positif dari individu yang terlibat. Ketidakpuasan ini dapat dikurangi karena adanya emosi positif yang muncul.

3) Memperbaiki Pikiran yang Negatif

Manfaat ketiga adalah perbaikan pikiran yang negatif menurut Dwinanda (2016) kemampuan berpikir positif dapat ditingkatkan melalui *self healing*, sehingga memperkuat upaya dalam memperbaiki pikiran negative. Pikiran negative dapat diperbaiki dengan mengembangkan sikap positif, yang dapat dicapai dengan menerapkan *self healing*.

4) Tumbuhnya *Positive Self Talk*

Self-talk adalah cara berpikir terstruktur tentang diri sendiri dan dunia. *Positive self-talk* baik untuk memperbaiki suasana hati seseorang karena banyak percakapan positif yang terjadi pada diri seseorang dan

mengarahkan seseorang untuk mengarahkan diri sendiri sehingga mampu mengevaluasi tindakan yang dilakukan.

5) Mengurangi Stress

Manfaat yang terakhir adalah dapat membantu seseorang mengurangi stres. Penelitian yang dilakukan oleh Romadhani & Hadjam (2017) menemukan bahwa self-healing dapat menurunkan tingkat stres. Hal ini terjadi karena selama pelatihan, peserta merasakan manfaat dan lebih banyak bersyukur sehingga dapat menurunkan tingkat stres. Jika seseorang merasa stressnya berkurang maka akan membuat tubuh menjadi reflek, pemikiran maupun perasaan ikut terbawa kearah peristiwa yang menyenangkan dan positif sehingga individu akan terhindar dari cemas dan depresi.

B. Kerangka Teori

Teori adalah seperangkat konsep dan definisi yang fungsinya untuk mengamati fenomena secara sistematis dan berguna dalam memprediksi fenomena dengan menentukan hubungan antar variabel.²⁹ Dalam penelitian ini penulis menggunakan teori sebagai berikut:

1. Teori *uses and gratification*.

Teori ini pertama kali dikemukakan pada tahun 1974 oleh Herbert Bluer dan Elihu Katz. Teori *uses and gratification* merupakan teori yang menjadikan

²⁹ Sugiono, "Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D", (Bandung: Alfabet, 2009), hal 52

khalayak memiliki peran atau kekuasaan untuk memilih dan menggunakan media massa apa yang mereka inginkan. Dengan kata lain, khalayak dapat dengan bebas memilih media yang paling sesuai untuk memenuhi kebutuhan khalayak.³⁰ Artinya, dalam teori *uses and gratification*, diasumsikan bahwa pengguna memiliki pilihan lain untuk memenuhi kebutuhannya.

Teori *uses and gratification* tidak menekankan bagaimana media mengubah sikap dan perilaku khalayak, tetapi bagaimana media memenuhi kebutuhan pribadi dan sosial khalayak. Kriteria keberhasilan bagi khalayak aktif yang sengaja menggunakan media untuk mencapai tujuannya.³¹ Inti dari teori *use and gratification* adalah bahwa khalayak pada dasarnya menggunakan media massa berdasarkan motivasi tertentu. Media dianggap berusaha memuaskan motif khalayaknya, dan jika motif tersebut terpuaskan, maka kebutuhan khalayak pun akan terpuaskan. Pada akhirnya, media yang dapat memenuhi kebutuhan khalayak itulah yang disebut media efektif.³²

Schar (1954) menyatakan bahwa setiap orang yang menggunakan media pasti memiliki suatu motif, dan setelah menggunakan media dalam skala tertentu, maka beberapa besar motif atau kebutuhan itu akan terpuaskan.

³⁰ Nurudin, "Pengantar Komunikasi Massa", (Jakarta:PT Rajagrafindo Persada, 2007), hal 192

³¹ Edi Santoso dan Mite Setiansah, h. 108

³² Rachmat Kriyantono, Teknik Praktis Riset Komunikasi, (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006), h. 207.

Dennis McQualil menyebutkan pada tahun 1972 bahwa ada empat kebutuhan dasar penggunaan media secara pribadi, yaitu.³³

a. Motif Mencari Informasi

Motif ini biasa dilakukan dengan pengalihan, merupakan pelarian dari rutinitas dan masalah: pelepasan emosi.

b. Kebutuhan Untuk Integrasi dan Interaksi Sosial

Kebutuhan akan integrasi dan interaksi sosial merupakan motivasi untuk menjalin hubungan interpersonal, memberikan manfaat pengawasan sosial selama percakapan. Dan media alternatif untuk silaturahmi.

c. Motif Identitas Diri

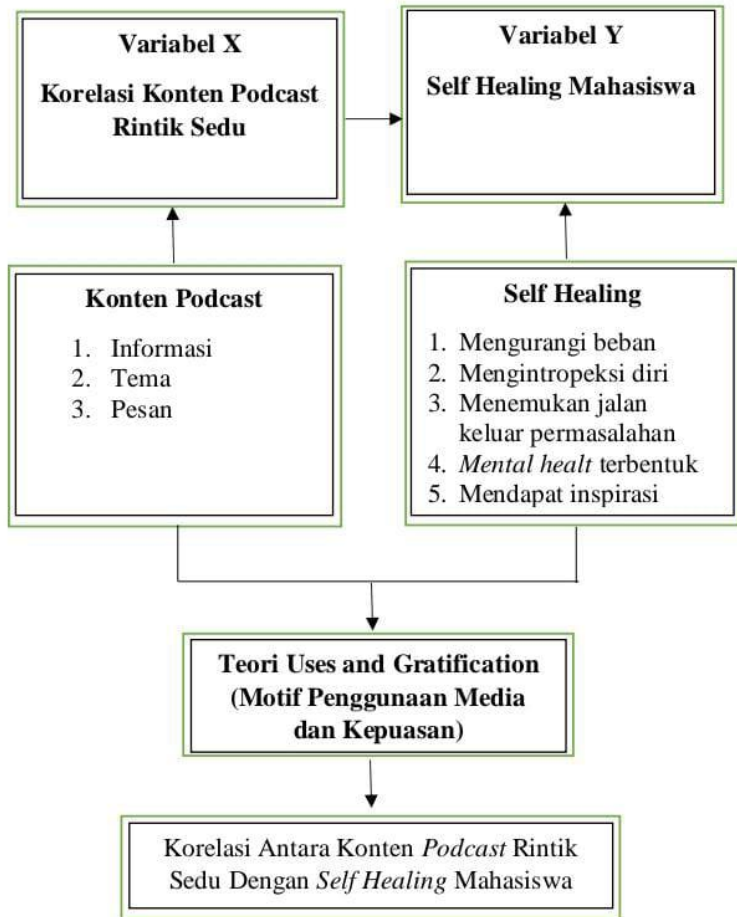
Motivasi identitas pribadi atau psikologi pribadi, seperti memperkuat nilai atau meningkatkan keyakinan dan pemahaman diri, eksplorasi dan realitas.

d. Motif Untuk Mendapatkan Hiburan

Motivasi yang berkaitan dengan upaya melarikan diri atau lepas dari kesalahan dan untuk mengeksplorasi hal-hal yang mungkin mempengaruhi seseorang atau yang akan membantu seseorang melakukan sesuatu atau memutuskan sesuatu.

Berikut merupakan bagan kerangka pikir penelitian korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* ahasiswa Uiniversitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya:

³³ Severin dan Tankard, Teori Komunikasi: Sejarah, Metode, Terpaan. Edisi ke-lima, (Jakarta: Prenada Media Kencana, 2008), h. 358



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

C. Teori dalam Perspektif Islam

1. Komunikasi Massa Dalam Perspektif Islam.

Dari sudut pandang Islam, komunikasi bukan hanya hubungan vertikal dengan Allah Pencipta alam semesta dan segala sesuatu, tetapi juga horizontal, yaitu komunikasi dengan sesama manusia.

Komunikasi dengan Allah diwujudkan dalam ibadah fardhu, yaitu shalat, puasa, zakat dan haji, yang bertujuan membentuk ketakwaan. Pada saat yang sama, komunikasi dengan orang tercermin dalam semua aspek kehidupan dunia seperti masyarakat, budaya, politik, ekonomi, dan seni.

Berbagai pedoman terdapat dalam Al-Qur'an dan Hadits untuk komunikasi yang lancar dan efisien. Dari perspektif Islam, kita bisa menyebutnya aturan, prinsip, atau etika komunikasi. Aturan, prinsip atau etika komunikasi Islam ini menjadi pedoman bagi umat Islam dalam komunikasi massa dalam interaksi sehari-hari, dakwah lisan atau tertulis, dan kegiatan lainnya.

Dalam menerima sebuah pesan pun, adapun setiap orang mukmin haruslah diperiksa terhadap keabsahan informasi yang diperoleh tersebut. Hal ini sesuai perintah tabayyun dalam Al-Quran surat Al-Hujurât 6 yang artinya sebagai berikut:

“Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti, agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatanmu itu”.

Menurut Imam ibn Katsir, ayat ini dimaksudkan untuk mengajarkan umat Islam agar berhati-hati dalam menerima berita dan informasi. Karena informasi menentukan mekanisme pengambilan keputusan. Keputusan yang buruk bisa disesali semua pihak. Oleh karena itu, jika ada informasi dari

seseorang yang diragukan kepribadiannya, maka harus dicek terlebih dahulu kebenarannya.

2. *Self Healing* Dalam Perspektif Islam

Penting bagi setiap manusia untuk memahami kesehatan mental agar mental tetap sehat. Untuk mencegah gangguan kesehatan mental melalui metode *self healing*, guna menyembuhkan luka, stress dan lainnya secara mandiri. Penyembuhan diri ini dilakukan berlandaskan kepada pesan-pesan dari ayat Al-Qur`an. Keseluruhan isi Al-Qur`an adalah petunjuk hidup bagi manusia, yang di dalamnya tidak ada kesamaan. Allah SWT, telah menerangkan hal demikian dalam Qs. Al-Baqarah 2:2. Yang artinya adalah sebagai berikut:

“kitab (Al- Qur`an) ini tidak ada keraguan di dalamnya: (ia merupakan) petunjuk bagi orang yang bertakwa”.

Al- Qur`an sebagai petunjuk bagi setiap umat manusia. Pada kitab suci Al-Qur`an menjelaskan segala hal yang berhubungan dengan manusia baik dimasa lampau, sekarang dan yang akan datang. Mulai dari aspek perilaku manusia (psikologi), persoalan jiwa, spiritual, sosial, dan moral, Al-Qur`an hadir sebagai karunia dan kasih sayang Allah SWT kepada hambanya. Dapat mebantunya setiap manusia keluar dari masalah, membantu dari rasa sakit menuju kesembuhan. Dalam Al-Qur`an terdapat hal-hal yang mengandung bagaimana manusia menangani masalahnya baik itu konflik, atau stress.³⁴

³⁴ Media Kajian Komunikasi Islam, jurnal Peurawi, Vol. 1, No. 2, (2018)

Dalam Islam bentuk kesedihan atau hal yang tidak menyenangkan termasuk dalam ujian yang akan dihadapi setiap manusia yang mengaku beriman kepada Allah SWT. Sebagaimana dalam firman –Nya: Qs. Al-`Ankabut 29:2 yang artinya adalah:

“apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan (hanya dengan) berkata, “kami telah beriman” sedangkan mereka tidak diuji?”

Didalam kitab suci Al-Qur`an menyampaikan pesan langit dengan berbagai macam bentuk. Salah satu di antara bentuk penyampaian petunjuk dalam bentuk kisah-kisah. Al-Qur`an mengandung banyak kisah yang berhubungan dengan peristiwa yang terjadi pada masa lalu dan masa Rasulullah SAW.³⁵ Hikmah kisah dalam Al-Qur`an untuk menyampaikan peringatan-peringatan dan pelajaran yang berkesan dan melekat dalam jiwa.

D. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Meneliti hasil penelitian terdahulu merupakan salah satu sumber yang peneliti gunakan sebagai model atau panutan. Setelah menelaah hasil karya ilmiah peneliti sebelumnya, dimana peneliti pada dasarnya peneliti mengutip beberapa pendapat yang peneliti perlukan untuk mendukung penelitian dan melihat hasil karya dengan pembahasan dan evaluasi yang sama.

1. Skripsi yang ditulis oleh Safriyani Mourint (2021) dalam jurnal penelitiannya yang berjudul Persepsi Pendengar Terhadap *Podcast* Rintik Sedu Di

³⁵ Hasby Ash-Shiddieqi, Sejarah dan Pengantar Ilmu Al-Qur`an, (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), Hal. 205

Samarinda.³⁶ Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui persepsi mengenai penggunaan media dan kepuasan yang diperoleh dari pendengar konten *podcast* Rintik Sedu di Samarinda. memfokuskan pada penelitian kualitatif.

Skripsi ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dimana datanya diperoleh berasal dari wawancara serta observasi yang dilakukan di lapangan. Setiap pendengar dapat memilih media untuk mereka konsumsi karena itu merupakan hak mereka. Di era yang serba informasif seperti saat ini sebuah pesan dapat menjadi stimulus bagi setiap pendengar. Karena setelah semua pesan yang tersampaikan oleh media akan diproses dalam otak para pendengar, mereka akan menyimpulkan dan memaknai setiap pesan yang mereka terima. Hal ini bisa membuat timbulnya respon atau efek perubahan sikap baik afektif, kognitif, dan konatif pada setiap penerima pesan atau pendengar. Oleh karena itu penelitian ini mencari tahu persepsi dari setiap pendengar yang menyerap atau penerima dari konten *podcast* Rintik Sedu, kemudian menyipulkannya menjadi pengertian atau pemahaman, dan yang terakhir melakukan evaluasi.

Hasil dari penelian ini yaitu para pendengar *podcast* Rintik Sedu ini tertarik dengan *podcast* ini karena mereka banyak menerima informasi seputar *podcast* ini, terpaan informasi seputar *podcast* Rintik Sedu ini berasal dari kawan sepermainan, atau media lain contohnya twiter dan Instagram oleh karena itu yang membuat para pendengar tertarik untuk

³⁶ Safriyani Mourint, “Persepsi Pendengar Terhadap *Podcast* Rintik Sedu Di Samarinda”, *Journal Ilmu Komunikasi*, Vol. 9 (2), No. 52-61, (2021)

mengikuti dan mendengarkan isi dari *podcast* Rintik Sedu secara keseluruhan. Dari sinilah lanjut muncul pemahaman isi pesan pada setiap episode yang dirilis karena mereka merasa pernah mengalami seperti isi yang ada dalam *podcast* Rintik Sedu. Inilah sebabnya mereka secara aktif memilih tema ini karena mereka juga ingin mendengarkan pengalamannya serta ingin lebih mengerti akan pengalaman orang lain.

Hasil evaluasi dari penelitian ini adalah pendengar menilai positif *podcast* Rintik Sedu ini karena mereka menilai informasi yang diberikan oleh Rintik Sedu dapat langsung diengerti dan sudah difahami sehingga mereka dapat mendengarkan *podcast* Rintik Sedu ini setiap update dan lebih sering. Hal ini didukung dengan data dari wawancara pendengar, dapat terlihat secara erasional mereka tertarik dengan *podcast* Rintik Sedu ini, sehingga disaat mereka sedang sibukpun mereka pasti akan menyempatkan diri untuk mendengarkan *podcast* Rintik Sedu ini.³⁷

Persamaan dari penelitian oleh Safriyani Mourint dengan penelitian ini adalah menggali seputar konten *podcast* Rintik Sedu yang mana sedang digandrungi oleh masyarakat karena menjadi trobosan baru dari radio. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Safriyani Mourint dengan penelitian ini adalah jenis penelitiannya, pendekatan yang digunakan di penelitian dan teknik dalam pengumpulan data dalam penelitian karena di penelitian kali ini akan menjelaskan sejauh mana tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu ini dan peneliti

³⁷ Safriyani Mourint, “Persepsi Pendengar Terhadap Podcast Rintik Sedu Di Samarinda”, *Journal Ilmu Komunikasi*, Vol. 9 (2), No. 52-61, (2021)

mengumpulkan menggunakan data-data berupa data statistik.

2. Penelitian dalam skripsi yang ditulis oleh Iskandar Dinata Ramadhany (2020), yang berjudul *Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio*.³⁸ Tujuan dari penelitiannya adalah menjelaskan bahwa *podcast* dapat dijadikan sebagai media untuk menyalurkan informasi hal ini membuktikan bahwa *podcast* merukan bingkai penyiaran modern.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang menggunakan wawancara dan observasi dalam mengupulkan datanya dan mencari tahu alasan dari pendengar memilih *pocast* sebagai edia alternatif hiburan. Adapun penelitian ini dilakukan di Banjarasin Barat pada bulan Juli 2020. Hasil dari penelitian ini adalah menerangkan bahwa informan dari penlian ini yaitu remaja dengan usia 20-25 tahun atau generasi millennial saat ini lebih tertarik menggunakan *podcast* untuk kebutuhan informasi dari konten yang mereka dengarkan sapa ke kebutuhan hiburan di tengah banyaknya media hiburan lainnya di sosial media seperti tiktok dan youtube.³⁹ Dapat disimpulkan bahwa media saat ini telah mampu mendorong masyarakat kearah perubahan contohnya saja pada penelitian ini kemunculan *podcast* mampu menjadi media baru untuk hiburan sampai untuk kebutuhan informasi.

Persamaan penelitian dari Iskandar Dinata Ramadhany dengan penelitian ini adalah sama

³⁸ Iskandar Dinata Ramadhany, " *Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio* ", jurnal komunikasi (2020)

³⁹ Iskandar Dinata Ramadhany, " *Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio* ", jurnal komunikasi (2020)

mencari tahu bahwa *podcast* sebagai media alternatif hiburan. Yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Iskandar Dinata Ramadhany dengan penelitian ini adalah yaitu penelitian ini lebih spesifik pada konten *podcast* pada *podcast* Rintik Sedu sebagai media *self healing* dan mengukur tingkat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu tersebut dengan *self healing*.

3. Penelitian pascasarjana yang ditulis oleh Dahratul Laila (2020) yang berjudul Inovasi Perangkat Pembelajaran Menggunakan Aplikasi *Podcast*. Tujuan dari penelitian ini adalah generasi muda saat ini dapat mengoptimalkan penggunaan teknologi sebagai alat bantu dalam memperoleh informasi.

Dari penelitian ini memaparkan bahwa *podcast* merupakan inovasi baru untuk media pembelajaran jarak jauh khususnya di era revolusi industri 4.0. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Hasil dari penelitian ini yaitu *podcast* dapat menjadi terobosan baru untuk media pembelajaran selain karena *podcast* unggul karena tidak boros kuota, mengakses *podcast* tidak memerlukan kuota yang besar ini juga karena, *podcast* dapat membantu para guru dalam menyapaikan materi pelajaran ini tentu saja dapat mempermudah para guru saat ini. Hal ini dibuktikan dengan semakin guru yang membuka program *podcast* di platform Google *podcast* dengan tema ilmu pengetahuan dimana kontennya berisis tentang materi-materi seperti bahasa Indonesia atau pelajaran lainnya. Persamaan penelitian Dahratul Laila dengan penelitian ini adalah sama-sama menggunakan

podcast untuk media informasi yang inovatif.⁴⁰ Yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Dahratul Laila dari penelitian yang peneliti teliti yaitu *podcast* sebagai inofasi untuk media *self healing* bukan media pembelajaran.

4. Jurnal internasional yang ditulis oleh Tryanti Abdulrahman (2017) yang berjudul *The Impact Of Podcasts On Efl Students' Listening Comprehension*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pemahaman mendengarkan pelajar melalui penggunaan *podcast* di kelas EFL. Sampel penelitian ini diambil 60 siswa SMA se-Indonesia dengan pembagian siswa kelas eksperimen sebanyak 30 orang dan kelas control berjumlah saa yaitu 30 orang. Sampel diambil dengan menggunakan cluster random sampling. Metode eksperimen semu dengan desain post-test only control group design diterapkan dalam penelitian ini. Selain itu, kuesioner survei diberikan kepada kelompok eksperimen untuk mengeksplorasi persepsi mereka tentang penggunaan instruksi *podcast* dalam pengajaran mendengarkan.

Hasil dari penelitian ini adalah mengungkapkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dari skor post-test antara dua kelompok, lebih menyukai kelompok eksperimen. Analisis data menggunakan one way ANOVA menunjukkan nilai signifikansi (sig. 0.010) dimana lebih kecil dari pada < 0.05 yang menginterpretasikan *podcast* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pemahaman mendengarkan siswa. Selain itu, hasil angket menunjukkan bahwa siswa memiliki sikap positif terhadap penggunaan

⁴⁰ Dahratul Laila, "Inovasi Perangkat Pembelajaran Menggunakan Aplikasi Podcast", Prosiding Seminar Nasional PBSI-III (2020)

podcast di kelas mendengarkan. Siswa merasa bahwa *podcast* memberikan materi yang otentik, kegiatan yang menarik termasuk latihan mendengarkan dan tugas yang bermakna bagi mereka sehingga mereka merasa lebih semangat belajar bahasa Inggris. Penelitian ini merekomendasikan agar guru dapat memanfaatkan *podcast* dalam pengajaran mendengarkan mengingat efektivitasnya sebagai alat pembelajaran berbasis teknologi. kegiatan yang menarik termasuk latihan mendengarkan dan tugas yang bermakna bagi mereka.⁴¹

Persamaan penelitian ini dan penelitian yang telah dilakukan oleh Tryanti Abdulrahman adalah sama-sama memanfaatkan media *podcast* dalam memperoleh informasi dan dengan *podcast* dapat membantu kita dalam kehidupan sehari-hari seperti kita dapat mengulang materi yang kita inginkan setiap saat. Yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Tryanti Abdulrahman dengan penelitian ini adalah penelitian menggunakan *podcast* sebagai media self healing sedangkan Tryan Abdulrahman *podcas* untuk media belajar.

5. Jurnal internasional yang ditulis oleh Cut Medika Zellatifanny dengan judul Trends in Disseminating Audio on Demand Content through Podcast: An Opportunity and Challenge in Indonesia.⁴² Tujuan dari dilakukannya penelitian ini adalah menyajikan secara komprehensif analisis dari peluang dan

⁴¹ Tryanti Abdulrahman.dkk, “*The Impact Of Podcasts On Efl Students’ Listening Comprehension*”, International Journal of language Education, Vol. 2, No.2, pp. 23-33, DOI : 10.26858/ijole.v2i2.5878

⁴² Cut Medika Zellatifanny, “*Trends in Disseminating Audio on Demand Content through Podcast: An Opportunity and Challenge in Indonesia*”, Jurnal Pekommas, Vol. 5 No. 2, (2020)

tantangan *podcast* di Indonesia khususnya pada dua tahun terakhir karena akses konten audio *on-demand* telah mengalami peningkatan yang signifikan. Konten di era ini tidak hanya tren di Youtube, konten saat ini telah berkembang salah satunya yang berbasis audio yaitu *podcast*. Sifat yang fleksibel sehingga pendengar dapat dengan mudah mendengarkan sabil beraktivitas menjadi salah satu penyebab masyarakat tertari dengan *podcast* ini.

Hasil dari penelitian ini adalah munculnya tren distribusi konten berbentuk audio yang bersifat *on-demand* melalui *podcast* yang mana dirasa dapat menciptakan peluang yang bermanfaat bagi penggunaannya di Indonesia, termasuk *podcast* yang dapat menjadi media untuk membuka informasi baru untuk wawasan dan pemikiran, *podcast* juga mampu menghasilkan konten yang lebih personal, dapat digunakan sebagai media alternatif untuk menyebarkan konten audio, memiliki peluang monetisasi yang signifikan, dapat melengkapi platform berbasis radio dan video konvensional, serta memiliki peluang untuk diakses. Selain peluang, pengembangan *podcast* tidak lepas dari berbagai terpaan dan rintangan, seperti bersaing dengan konten berbasis video yang selama ini terkenal di kalangan milenial, rintangan dalam mengukur dan menerapkan metode monetisasi *podcast*, rintangan dalam produksi, meningkatkan kualitas audio dan optimasi waktu konten. Last but not least, tantangan terkait dengan pengalaman pendengar (LX).⁴³

⁴³ Cut Medika Zellatifanny, “Trends in Disseminating Audio on Demand Content through Podcast: An Opportunity and Challenge in Indonesia”, Jurnal Pekommas, Vol. 5 No. 2, (2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Cut Medika Zellatifanny dan penelitian ini memiliki kesamaan yaitu sama-sama mencari tahu mengenai konten dalam *podcast* yang baik sehingga terjadinya efektifitas bagi pendengar. Yang membedakan penelitian yang dilakukan oleh Cut Medika Zellatifanny dengan penelitian ini adalah penelitian ini menggali tentang konten *podcast* Rintik Sedu sedangkan penelitian Cut Medika Zellatifanny menggali tentang konten *podcast* yang memiliki followers terbanyak di Indonesia.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah dugaan sementara yang mungkin benar, dan sering digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan atau pemecahan masalah penelitian selanjutnya.⁴⁴ Manfaat dari hipotesis ini adalah sebagai pemandu untuk penelitian oleh sebab itu hipotesis merupakan pernyataan yang memiliki posisi penting dalam penelitian.

1. Hipotesis kerja atau hipotesis alternatif dapat disingkat (H_a).

Terdapat hubungan antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

2. Hipotesis nol atau disebut juga (H_0), cenderung diuji dengan menggunakan analisis statistik.

Tidak terdapat hubungan antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

⁴⁴ J. Supranto, “Statistik Teori dan Aplikasi”, (Jakarta: Erlangga, 2009), hal. 124

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Karena dilihat dari segi desain penelitian dapat digolongkan sebagai metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif, seperti yang dikatakan Sugiyono, Yaitu metode penelitian berdasarkan filosofi positivis, digunakan untuk menganalisis populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan menggunakan alat survey, mengumpulkan data pada papan bersifat kuantitatif/numerik, dengan tujuan menghasilkan parameter yang telah ditentukan. untuk tujuan percobaan.⁴⁵ Dapat disimpulkan metode penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menggunakan metode mengukur data dengan angka-angka untuk mengetahui ada atau tidaknya korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Sedangkan jenis penelitian ini menggunakan korelasional, yaitu untuk menunjukkan suatu korelasi atau hubungan di antara variabel bebas (X) penelitian ini yaitu konten *podcast* Rintik Sedu dengan Variable terikat (Y) dari penelitian ini yaitu *Self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

B. Objek Penelitian

⁴⁵ Sugiyono. "Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D", (Bandung: Alfabeta, 2011), hal. 8

Obyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2020, Program studi Ilmu Komunikasi semester 6, dari Fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sehingga peneliti melakukan pra survei sebelum melakukan penelitian, dengan menyebarkan angket atau kuisioner kepada seluruh mahasiswa angkatan 2020 yang saat ini semester 6 Prodi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi sebanyak 130 mahasiswa yang masih aktif mengikuti perkuliahan. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui apakah responden merupakan pendengar konten *podcast* Rintik Sedu atau tidak.

Alasan peneliti mengambil obyek mahasiswa angkatan 2020, Program studi Ilmu Komunikasi semester 6, dari Fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya karena mahasiswi Program Studi tersebut termasuk kriteria peneliti yaitu termasuk generasi Z yang dikenal sebagai generasi yang lemah dan pemikiran mental healthnya masih kurang baik. mahasiswa Program studi Ilmu Komunikasi semester 6 dijuluki mahasiswa Gen Z karena lahir tahun 2000 di tengah perkembangan teknologi. Sehingga mereka selalu terhubung dan melakukan segala sesuatu dengan menggunakan kecanggihan internet dan saat ini mendominasi sebagai pendengar konten *podcast* Rintik Sedu pada platform spotify.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Sugiyono mengartikan bahwa pengertian populasi adalah sebuah wilayah objek/bidang studi tertentu yang memiliki ciri dan karakteristik tertentu

yang peneliti gunakan untuk mempelajarinya dan kemudian menarik kesimpulan.⁴⁶ Dapat disimpulkan populasi yaitu jumlah keseluruhan dari hasil parameter (data) yang dibatasi secara ketaas atau kriteria tertentu.⁴⁷ Dengan demikian populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, angkatan 2020, Program Studi Ilmu Komunikasi, Semester 6 dengan total sebanyak 130 mahasiswa yang masih aktif mengikuti perkuliahan dan yang mendengar konten *podcast* Rintik Sedu diplatform Spotify.

2. Sampel

Sampel atau sering juga disebut sebagai contoh atau representasi dari populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi.⁴⁸ Sampel yang baik adalah sampel yang populasinya menggambarkan populasi atau paling mencerminkan populasi, tetapi meskipun mewakili sampel, itu bukan salinan dari populasi yang akan diungkapkan ciri-cirinya dan yang akan digunakan untuk memperkirakan ciri-ciri populasi tersebut.

Dalam penelitian ini menggunakan sample untuk menaksir populasi dengan mempertimbangkan sebelumnya keseragaman populasi dari penelitian ini yang bersifat homogen. Sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus menurut Suharsimi Arikunto, jika kurang dari 100 responden sebaiknya diambil semua. Jika populasi melebihi 100 sampel, akan

⁴⁶ Sugiyo, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hal. 80

⁴⁷ Bahtiar Wardi, *“Metode Penelitian Ilmu Dakwah”*, (Jakarta: Logos, 1997), hal. 83

⁴⁸ Sugiyono, *“Statistika Untuk Penelitian”*, (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 62.

diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Dalam penelitian ini, mengingat jumlah populasi yang besar, lebih dari 100 orang, dimana jumlah Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, angkatan 2020, Program Studi Ilmu Komunikasi, Semester 6 total sebanyak 130, maka sampel yang diambil adalah $25\% \times 130 = 33$. Sehingga penelitian ini menggunakan sampel berjumlah 33 orang.

3. Teknik Sampling

Teknik Sampling adalah teknik pengambilan sampel. Penelitian ini menggunakan probability sampling untuk menentukan sampelnya, yaitu suatu metode yang memberikan kesempatan yang sama kepada setiap bagian populasi untuk terpilih sebagai sampel. Peneliti memilih teknik random sampling yang digunakan untuk menarik sampel sehingga semua segmen populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih dari aspek yang akan diteliti.⁴⁹

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan sampel, sampel yang akan digunakan berjumlah 33 orang dengan karakteristik sebagai berikut:

- a. Responden Mahasiswa angkatan 2020, Program Studi Ilmu Komunikasi Semester 6 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- b. Responden membaca dan menulis.
- c. Responden mendengarkan konten *podcast* Rintik Sedu pada platform Spotify.
- d. Responden mengonsumsi media.

Peneliti menyebar angket setelah di isi oleh responden dikembalikan lagi kepada peneliti.

⁴⁹Mardalis, "Metode Penelitian Suatu Pendekatan Praktek", hal. 57

D. Variabel dan Indikator Penelitian

1. Variabel

Pada dasarnya variabel penelitian merupakan sebuah bentuk yang digunakan peneliti untuk menjadi acuan dalam memperoleh informasi suatu penelitian, dan selanjutnya ditarik kesimpulan. Berdasarkan pengertian tersebut, maka dapat dirumuskan bahwa variabel penelitian merupakan obyek yang diselidiki yang ditetapkan oleh peneliti untuk diperoleh data dengan benar juga akurat, dan selanjutnya diharapkan mampu untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Dalam hal ini dapat dua variabel yaitu :

- a. Variabel bebas (independent variabel) / $VX =$ korelasi konten *podcast* Rintik Sedu.
- b. Variabel terikat (dependent variabel) / $VY =$ *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Untuk kemudahan dalam penelitian ini indikator variabel harus sesuai dengan variabel yang diukur, dan indikator dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel bebas (independent variabel) / X

Variabel bebas atau independen variabel yang mempengaruhi atau menjadi penyebab penelitian. "korelasi konten *podcast* Rintik Sedu" sebagai variabel (X).

- b. Variabel terikat (dependent variabel) / Y

Variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel independen atau menjadi akibat dari variabel independen. Adapun yang menjadi variabel terikat (Y) dalam penelitian ini ialah "*self heling* mahasiswa

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya”.

2. Indikator Penelitian

Indikator penelitian merupakan variabel-variabel yang menunjukkan dan mengindikasikan mengenai suatu keadaan tertentu, sehingga dapat digunakan guna mengukur perubahan yang berlangsung. Berikut tabel yang memaparkan indikator penelitian.

Tabel 3. 1 Variabel dan Indikator Penelitian

Variabel	Indikator	Alat Ukur
Korelasi Konten Podcast Rintik Sedu (X)	Konten podcast yang menarik	1. Lebih tertarik mendengarkan informasi dari podcast daripada radio analog.
	Motif penggunaan podcast sebagai media hiburan	1. Menggunakan podcast sebagai media hiburan dan media informasi
	Tema yang diangkat ditiap episode dalam podcastnya	1. Mendengarkan podcast Rintik Sedu karena tema yang diangkat tiap episodenya selalu menarik 2. Tema-tema yang diangkat Rintik Sedu kebanyakan relate dengan permasalahan yang dialami para remaja sekarang

		3. Dengan mendengarkan podcast Rintik Sedu maka mendapatkan informasi seputar masalah hati sampai kehidupan sehari-hari.
	Pembawaan Rintik Sedu dalam menyampaikan pesan didalam podcasnya	<p>1. Senang mendengarkan podcast Rintik Sedu karena pembawaannya santai sehingga membuat nyaman saat mendengarkan podcastnya</p> <p>2. Podcast Rintik Sedu menggunakan bahasa yang mudah diterima dan dimengerti oleh semua kalangan</p>
Self Heling Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya (Y)	Mengurangi beban dalam pikiran	1. Dengan mendapatkan informasi seputar kehidupan sehari-hari dari podcast Rintik Sedu beban dalam pikiran menjadi berkurang
	Mengintropeksi diri	<p>1. Dengan mendengarkan podcast Rintik Sedu, saya bisa menerima segala kekurangan maupun kelebihan dari diri saya</p> <p>2. Dengan mendengarkan informasi seputar kehidupan sehari-hari</p>

		dari podcast Rintik Sedu dapat membuat introspeksi diri dan menjadi pribadi yang lebih baik
	Menemukan jalan keluar permasalahan	1. Dengan menambah pengetahuan seputar kehidupan sehari-hari, ketika ada masalah datang atau tekanan dalam diri, saya dapat menangani dan mencari jalan keluar dengan tenang
	Terbentuknya mental health	1. Saya mendengarkan podcast Rintik Sedu karena dapat mengurangi <i>over thinking</i> saya 2. Mental health saya sedikit terbantu karena mendengarkan podcast Rintik Sedu
	Mendapat informasi dan inspirasi	1. Saya mendapatkan inspirasi ketika Rintik Sedu sharing pengalaman atau bertukar informasi seputar permasalahan hati dan kehidupan sehari-hari

E. Tahap-Tahap Penelitian

1. Memilih dan menentukan rumusan masalah.

Menemukan rumusan masalah untuk penelitian menjadi hal yang pertama untuk sebuah penelitian, karena sebuah penelitian ada dikarenakan adanya sebuah momen atau kejadian yang langka dan Untuk mengatasi permasalahan tersebut, sehingga dalam penelitian ini rumusan masalahnya yaitu apakah ada korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* dan berapa tingkat pengaruh antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing*.

2. Melakukan pra survei dan study pendahuluan.

Dalam langkah ini sebuah penelitian harus melakukan study pendahuluan yang relevan dengan topik yang akan dipelajari sehingga kajian memiliki konsep dasar yang kokoh. Selain itu melakukan study pendahuluan berfungsi agar penelitian terhindar dari plagiat, namun dalam menuliskan study pendahuluan harus disertakan dengan hal membedakan penelitian ini dari Peneliti lain. Karena penelitian yang benar-benar berbeda akan menghasilkan penelitian yang benar-benar penting bagi perkembangan ilmu pengetahuan di masa depan. Dalam penelitian ini mencantumkan 5 study pendahuluan serta menyertakan apa yang membuat penelitian ini berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya.

3. Merumuskan pernyataan masalah

Setelah merumuskan masalah penelitian, seseorang harus memperhatikan pilihan masalah penelitian. Selain fakta bahwa topik penelitian dapat disajikan kontradiksi, ada juga kekhawatiran bahwa pertanyaan yang diajukan terlalu luas dan sulit untuk diselidiki. Dalam memilih masalah penelitian,

peneliti harus memahami kembali metode yang digunakan dalam penelitian tersebut, dan cara penyajian masalah tersebut tidak boleh hanya sekedar tebak-tebakan. Rumusan masalah dalam penelitian ini cukup jelas sehingga tidak ada unsur praduga didalam penelitian ini, rumusan pernyataan masalah dalam penelitian ini adalah korelasi dari konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* dan sejauhmana tingkat korelasinya.

4. Merumuskan anggapan dasar dan hipotesis

Dalam penelitian kuantitatif hipotesis harus matang dan tidak dapat diubah, berbeda dengan penelitian kualitatif dimana penelitian tidak memiliki hipotesis tetapi memiliki fokus penelitian yang dapat diubah karena penelitian kualitatif bersifat fleksibel. Dalam penelitian ini menggunakan hipotesis asosiatif yang mencari ada atau tidaknya korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Rumusan hipotesis ini kemudian akan diuji dengan rumus statistika. Jika hipotesis kerja diterima berarti hasil perhitungan yang didapat lebih besar dari pada tabel kritik yang telah ditentukan, begitupun sebaliknya.

5. Memilih pendekatan

Memilih metode berarti memilih keseluruhan metode atau kegiatan dalam penelitian mulai dari mengajukan pertanyaan hingga menarik kesimpulan. Terdapat dua jenis dalam metode penelitian yaitu: pertama metode penelitian kuantitatif dan yang kedua yaitu metode penelitian kualitatif. Dan pada penelitian ini metode yang kedua yang mana merupakan metode penelitian kuantitatif telah digunakan.

6. Menentukan variabel dan sumber data

Mendefinisikan variabel tentunya tidak terlepas dari asumsi yang dituliskan dalam penelitian. Hubungan antara variabel dan berapa banyak variabel yang akan dibuat tergantung pada bagaimana pertanyaan dan asumsi dalam penelitian dirumuskan. Terdapat 2 variabel dalam penelitian ini yg pertama variabel x nya yaitu konten *podcast* Rintik Sedu, kemudian variabel y nya adalah *selfie healing* mahasiswa.

Sumber data penelitian ini adalah berasal dari objek, orang yang peneliti amati, dan data dari kuisioner yang diinginkan. Pemilihan data di dasari pada fakta bahwa subjek memiliki data yang terkait dengan pertanyaan penelitian dan bersedia memberikan data tersebut. Penelitian ini penunjukkan sumber data berasal dari pengisian kuisioner yang nantinya menghasilkan data statistik awal kemudian dianalisis lebih lanjut nantinya.

7. Menyusun instrumen dan mengumpulkan data

Menyusun instrument pengumpulan data adalah salah satu cara peneliti dapat memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam menggunakan teknik pengumpulan data, peneliti membutuhkan instrumen, yang merupakan alat yang berguna untuk mempermudah pekerjaan pengumpulan data. Dalam penelitian ini menerapkan instrument penelitian kuantitatif yang menggunakan perhitungan data yang diperoleh dari angket dengan skala interval.

8. Analisis data

Teknik analisis data merupakan teknik menganalisis berdasarkan data yang sudah diperoleh pada saat melakukan penelitian yang semula di peroleh masih berupa data statistik awal kemudian ditinjau lebih dalam menggunakan rumus tertentu

sesuai dari skala penelitian tersebut. penelitian ini juga menggunakan skala interval dalam pengujiannya oleh karena itu penelitian ini menganalisis lebih dalam dalam perhitungan statistik inferensial yang bersifat paramatik.

9. Menarik kesimpulan

Hasil wawancara dengan hipotesis kemudian dirangkum menjadi kesimpulan yang memiliki arti penuh sebagai temuan penelitian. Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis akan memberikan kesimpulan berdasarkan uraian pada bab sebelumnya, dengan harapan dapat membantu pengembangan penelitian selanjutnya.

10. Menulis laporan

Langkah terakhir adalah membuat laporan penelitian dari penelitian yang sudah dilaksanakan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yaitu prosedur sistematis dan baku digunakan untuk memperoleh data yang di butuhkan.⁵⁰ Dalam pengumpulan data untuk penelitian ini, peneliti menggunakan dua data: data primer dan data tambahan atau sekunder.

1. Pengumpulan Data Primer

a. Observasi

Observasi adalah pengamatan secara sistematis, langsung atau tidak, terhadap fenomena yang dipelajari. Jadi metode observasi adalah

⁵⁰ Ahmad Tanzeh, "Pengantar Metode Penelitian", (Yogyakarta: Teras, 2009). hal 57

metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian.⁵¹

Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan hati-hati berdasarkan fakta untuk hasil yang lebih baik, Peneliti mengamati siapa yang mendominasi sebagai pendengar dari konten *podcast* Rintik Sedu dan mengamati perkembangan *podcast* Rintik Sedu diplatform Spotify sebagai *podcast* teratas pada peringkat *podcast* Indonesia paling populer yang diperbaruhi setiap harinya.

b. Kuisoner

Kuesioner (angket). Angket ialah beberapa pertanyaan tentang pribadi atau hal yang diketahui, yang disebarkan kepada responden untuk memperoleh informasi yang digunakan untuk penelitian.⁵² Tujuan kuisoner dalam penelitian ini yaitu untuk memperoleh data informasi yang sesuai atau relevan.⁵³ Dalam hal penyusunan instrumen atau biasa disebut dengan kuisoner, maka indikator variabel yang dibuat sebagai pertanyaan dalam kuisoner berasal dari variabel yang telah dikembangkan.

Kuisoner dari angket nantinya akan disebarkan kepada responden baik langsung maupun menggunakan media internet. Peneliti menggunakan Angket ini untuk mengetahui korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan

⁵¹ Burhan bungin, “*Metodelogi Penelitian Kuantitatif*”. (kencana,2009) hal. 135

⁵² Suharsimi Arikunto, “*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*”, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2006), hal. 128

⁵³ Soeratno dan Lincilin Arsyad, “*Metode Penelitian: Untuk Ekonomi dan Bisnis*”, (Yogyakarta: UPP STIM YKPN, 2008), hal. 91.

self healing mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Bersamaan dengan itu, untuk alternatif jawaban masing-masing indikator, menggunakan skala likert atau interval untuk pengukuran.⁵⁴

Skala Likert adalah skala yang mengukur setuju atau tidak kesetujuan responden dari beberapa pertanyaan yang bersangkutan dengan keyakinan atau perbuatan dari objek tertentu. Skala Likert digunakan sebagai pengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang seputar fenomena tertentu. Penelitian ini menggunakan lima kategori jawaban, yaitu:

Tabel 3. 2 Skala Instrumen

Sangat Setuju	Skor 5
Setuju	Skor 4
Netral	Skor 3
Tidak Setuju	Skor 2
Sangat Tidak Setuju	Skor 1

c. Dokumentasi

Dokumentasi berasal dari kata “dokumen” yang artinya benda tertulis. Dengan melakukan metode pencatatan ini, peneliti mencari dan mengumpulkan data seputar hal atau variabel berbentuk catatan, transkrip, buku, surat kabar, foto, dan dokumen tentang gambaran umum objek

⁵⁴ Ardial, “Paradigma dan Model Penelitian Komunikasi”, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2014), hal. 452.

kajian. Hal itu dilakukan melalui merekab data dari mahasiswa angkatan 2020 Semester 6 Program Penelitian Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

2. Pengumpulan Data Sekunder

Pengumpulan data sekunder adalah pengumpulan data terkait penelitian yang diperoleh secara tidak langsung dari pihak lain berupa sejarah perusahaan, ruang lingkup perusahaan, struktur organisasi, buku, literatur, artikel, dan website di internet. Disini hanya beberapa yang peneliti cari berdasarkan kebutuhan data sekunder.

Data sekunder yang peneliti gunakan disini adalah mengenai penelitian terdahulu dimana penelitian terdahulu digunakan untuk membantu dalam mencari referensi sesuai tema dan judul penelitian dan juga makalah untuk menambahkan data serta sumber dari internet yang digunakan untuk mencari hasil survei ataupun hal hal yang dibutuhkan cepat dan terakhir yakni menggunakan data tambahan dari buku buku yang relevan.

G. Teknik Validitas Instrumen Penelitian

Sebelum menganalisis data peneliti melakukan langkah-langkah sebagai berikut: uji reliabilitas dan uji validitas untuk mengidentifikasi dan mengetahui apakah instrumen yang digunakan layak digunakan. Validitas dan reliabilitas adalah pengujian keabsahan data dalam penelitian yang mengacu pada tingkat ketelitian antara data yang sebenarnya dari objek penelitian dan data dengan tidak ada perbedaan reliabelitas dan validitas.

a. Teknik Reliabilitas dan Validitas Instrumen Penelitian

Dalam uji reliabilitas, peneliti dapat menentukan apakah kuesioner memiliki konsistensi ketika pengukuran dilakukan secara berulang menggunakan kuesioner. Reliabilitas menunjukkan instrumen penelitian dapat diandalkan, karena pengumpulan data dapat dipercaya. Untuk menguji reliabilitas instrumen peneliti menggunakan rumus koefisien alpha Cronbach dari SPSS versi 22. Suatu variabel yang diteliti dikatakan reliabel atau reliabel jika memberikan nilai $(\alpha) > 0,60$.⁵⁵ Adapun kategori koefisien reliabilitas dijabarkan sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Pedoman Koefisien Reliabilitas

Nilai Cronbach Alpha	Tingkat Koefisien Reliabilitas
$0,80 < r_{11} \leq 1,00$	Reliabilitas sangat tinggi
$0,60 < r_{11} \leq 0,80$	Reliabilitas tinggi
$0,40 < r_{11} \leq 0,60$	Reliabilitas sedang
$0,20 < r_{11} \leq 0,40$	Reliabilitas rendah
$-1,00 < r_{11} \leq 0,20$	Reliabilitas sangat rendah

Uji validitas adalah pengukuran yang memperlihatkan kesolidan atau kevalidan suatu instrumen. Menurut Singarimbun dan Effendi (1995), ukuran sampel prates harus minimal 30 anggota. Hasil dari responden akan menghasilkan nilai yang mendekati kurva normal. Untuk mengukur

⁵⁵ Imam Ghozali, "Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS", Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2006, hal 45

keefektifan atau validitas instrument penelitian sebelum disebarkan kepada responden, peneliti menggunakan rumus *Pearson Product Moment* melalui SPSS versi 22 *for Windows*. Peneliti disini menetapkan tingkat kesalahan atau peneliti mengambil signifikansi sebesar 5% (0,05).

- 1) Jika nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ dengan nilai signifikansi $< 0,05$ maka dinyatakan valid.
- 2) Jika nilai $r_{hitung} < r_{tabel}$ dengan nilai signifikansi $> 0,05$ maka dinyatakan tidak valid.

Tolok ukur keputusan, yaitu apabila nilai signifikan lebih kecil dari (0,05) maka butir instrumen dinyatakan valid, begitu pula sebaliknya apabila nilai tersebut di atas dari (0,05) pernyataan disebut tidak valid.

H. Teknik Analisis Data


Teknik analisis data merupakan tahapan-tahapan yang dilakukan peneliti dalam mengolah data yang telah terkumpul. Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis data yang dikumpulkan dengan menggunakan SPSS versi 22 dari sampel sebanyak 33 responden.

Peneliti menggunakan pedoman Korelasi *Pearson Product Moment* untuk pengujian paraetrik. Korelasi *Pearson Product Moment* dikemukakan oleh Karl Pearson pada tahun 1900. Uji korelasi *Pearson Product Moment* merupakan salah satu uji berguna untuk mencari hubungan antara dua variabel yang berbentuk interval atau rasio, yang sumber datanya berasal dari variabel yang sama.

Korelasi ini berguna untuk mencari koefisien korelasi yang dilambangkan dengan r , dan tujuannya adalah untuk menunjukkan variabel bebas dilambangkan

dengan x dan variabel terikat dilambangkan dengan y. Menurut Lind, Marchal, Wathen, 2008, koefisien korelasi merupakan ukuran kekuatan hubungan linier antara dua variabel.

Berikut rumus korelasi *pearson product moment*:



$$r_{yx} = \frac{n \sum X_i Y_i - (\sum X_i)(\sum Y_i)}{\sqrt{(n \sum X_i^2 - \sum X_i^2)(n \sum Y_i^2 - \sum Y_i^2)}}$$

dengan:

r_{yx} = Koefisien korelasi antara Y dan X

X_i = Variabel bebas (*independent*)

Y = Variabel terikat (*dependent*)

n = Banyak data

UIN SUNAN AMPEL
Gambar 3. 1 Rumus Korelasi Pearson Product Moment

Untuk menentukan nilai koefisien korelasi diperlukan tabel bantu, dan memasukkan data yang telah dikelompokkan ke dalam variabel x dan y ke dalam tabel guna mencari hasil yang diperoleh, kemudian dimasukkan ke dalam rumus korelasi untuk mendapatkan nilai r, agar dapat dipahami, maka nilai r perlu dijelaskan. Untuk contoh di mana $r = 0,9219$ ditemukan, kita dapat melihat bahwa nilainya adalah positif, ada hubungan langsung antara variabel x dan

variabel y , dan nilai yang mendekati 1 menunjukkan hubungan yang kuat.

Pedoman yang dalam penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 3. 4 Pedoman Koefisien Korelasi

Besarnya “r”	Interpretasi
product moment (r_{xy})	
0.00-0.199	Sangat rendah Kekuatan dan Arah Koefisien Korelasi
0.20-0.399	Rendah
0.40-0.599	Sedang
0.60-0.799	Kuat
0.80-1.000	Sangat kuat

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Obyek Penelitian

Objek penelitian adalah pertanyaan yang akan diajukan atau dikaji lebih lanjut oleh peneliti melalui penelitian sosial. Obyek penelitian ini yaitu konten *podcast* Rintik Sedu yang merupakan karya Nadhifa Allya Tsana dan menduduki #1 *podcast* terpopuler 2020-2022 pada platform Spotify. Saat ini, *podcast* Rintik Sedu menjadi salah satu media hiburan dan media *self healing* bagi banyak orang khususnya gen Z karena konten yang diangkat *relate* dan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi gen Z. Penggunaan *podcast* Rintik Sedu sebagai media *self healing* tak terkecuali juga terjadi pada Mahasiswa angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Program Studi Ilmu Komunikasi, Semester 6. Hal ini yang menjadikan *podcast* Rintik Sedu banyak digemari kalangan remaja gen Z terutama mahasiswa karena banyak dari mahasiswa yang mengalami *overthinking* dan stress sehingga menjadikan *podcast* ini sebagai media *self healing*.

Jadi penelitian ini bertujuan guna mendeteksi apakah ada atau tidak sebuah korelasi konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa semester 6 program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

1. Deskripsi Responden

Objek penelitian ini merupakan mahasiswa program studi ilmu komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang pernah mendengarkan konten *podcast* Rintik Sedu pada platform Spotify. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2020 yang aktif semester 6 Program studi ilmu komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjumlah 130 mahasiswa dengan sampel yang diperoleh yaitu sebesar 33 mahasiswa. Responden penelitian ini mengisi kuisisioner penelitian yang disebarakan pada tanggal 25 Maret 2023 sampai tanggal 3 April 2023 melalui Google Forms dengan bantuan sosial media seperti WhatsApp dan juga Instagram.

Data berikut merupakan hasil dari pengisian kuesioner yang sudah dilakukan oleh para responden, yaitu para mahasiswa angkatan 2020 yang aktif semester 6 Program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Dengan uraian data dari kuisisioner adalah sebagai berikut :

1. Jenis kelamin

Tabel 4. 1 Tabel Data Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Total	Presentase
Laki-laki	10	30%
Perempuan	23	70%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer Olahan

Berdasarkan tabel di atas, pendengar konten podcast Rintik Sedu berasal dari mahasiswa angkatan 2020 semester 6 ilmu komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya di platform Spotify yang mengisi kuesioner penelitian. Hingga 13% atau 4 orang untuk laki-laki dan 88 % untuk perempuan atau 28 orang, total 33 responden. Dari data tersebut, dapat diketahui bahwa pendengar konten podcast Rintik Sedu dari mahasiswa angkatan 2020 semester 6 program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya di platform Spotify didominasi oleh perempuan.

2. Usia

Tabel 4. 2 Tabel Data Usia

Usia	Jumlah	Presentase
21	13	41%
22	19	59%
Total	32	100%

Sumber : Data Primer Olahan

Menurut tabel di atas, diperoleh usia pendengar konten podcast Rintik Sedu dari mahasiswa angkatan 2020 semester 6 program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan

Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang mengisi kuesioner. Umur 21 sebanyak 41% atau 13 orang, dan umur 22 sebanyak 59% atau 19 orang, dari total 32 responden. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa pendengar konten podcast Rintik Sedu dari mahasiswa angkatan 2020 semester 6 program studi Ilmu Komunikasi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya di platform Spotify yang berusia 21-22 tahun, didominasi oleh usia 22 tahun.

B. Penyajian Data

1. Uji Validitas

Uji Validitas adalah tahap pengujian statistik untuk melihat keabsahan dan kelayakan instrumen penelitian yang akan digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan data. Pada tahap ini peneliti menggunakan software SPSS dengan rumus formula Pearson Product Moment. Peneliti melakukan uji validitas dengan menggunakan 33 responden penelitian.

Cara melakukan uji validitas bisa dilakukan dengan r_{hitung} dengan aturan bahwa $r_{hitung} > r_{Tabel}$ dan juga bertanda positif lalu bisa disimpulkan jika pernyataan pada indikator dianggap valid dan begitu pula jika sebaliknya.⁵⁶

⁵⁶ Imam Ghozali, "Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19", (Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro, 2011). hlm. 53

Peneliti menggunakan signifikansi 5%, peneliti menggunakan perangkat lunak SPSS versi 22 untuk tahap uji coba dan menemukan bahwa setelah mentabulasikan r tabel adalah 0,344, jika nilai koefisien korelasi atau nilai r hitung lebih besar dari 0,344 dianggap valid. Jika di bawah 0,344 maka dikatakan tidak valid. Dalam penelitian ini digunakan 33 responden sebagai sampel untuk pengujian instrumen penelitian. Berikut hasil uji validitas instrumen variabel X dengan nomor item 1-7 dan instrument variabel Y dengan nomor item 8-14 dalam penelitian ini :

Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Variabel Korelasi Konten Podcast Rintik Sedu (X)

No	Item Soal	r hitung	rtabel sig 5%	Keterangan
1.	X.1	0,693	0,344	Valid
2.	X.2	0,641		Valid
3.	X.3	0,734		Valid
4.	X.4	0,706		Valid
5.	X.5	0,735		Valid
6.	X.6	0,794		Valid
7.	X.7	0,703		Valid

Sumber: Output SPSS versi 22

Tabel diatas merupakan hasil uji validitas menggunakan software SPSS Versi 22. Hasil dari tabel tersebut dinyatakan valid. Hal ini diketahui dengan $r_{hitung} > r_{tabel}$. r_{tabel} diketahui dengan jumlah sampel 33 dengan menggunakan signifikansi 5%, maka dari itu r_{tabel} bernilai 0,344. Ditemukan bahwa r hitung tertinggi pada variabel X (Konten *Podcast* Rintik Sedu) adalah 0,794 pada item keenam

Tabel 4. 4 Hasil Uji Validitas Variabel *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y)

No	Item	r hitung	r_{tabel} sig 5%	Keterangan
1.	Y.1	0,832	0,344	Valid
2.	Y.2	0,742		Valid
3.	Y.3	0,820		Valid
4.	Y.4	0,808		Valid
5.	Y.5	0,832		Valid
6.	Y.6	0,890		Valid
7.	Y.7	0,815		Valid

Sumber: Output SPSS versi 22

Melihat dari paparan hasil uji diatas bisa ditarik kesimpulan bahwa semua item variabel diatas berstatus valid. Ditemukan bahwa r hitung tertinggi pada variabel Y (*Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya) adalah 0,890 pada item keenam. Berdasarkan hasil uji validitas pada tabel di atas kuesioner dengan 7

butir soal variabel Y (*Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya) yang diisi oleh 33 responden tersebut dinyatakan valid. Hal ini diketahui dengan $r_{hitung} > r_{tabel}$. r_{tabel} diketahui dengan jumlah sampel 33 dengan menggunakan signifikan 5%, maka dari itu r_{tabel} bernilai 0,344.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas ini menggunakan rumus Cronbach's Alpha dengan bantuan SPSS versi 22. Kuesioner tersebut dinyatakan reliabel apabila nilai $(\alpha) > 0,60$. Sesuai dengan pernyataan Nunnally yang menyatakan apabila suatu variabel dikatakan reliabel bila nilai Cronbach's Alpha lebih dari 0,60. Hasil dari uji reliabilitas tersebut dapat dilihat dalam tabel di bawah ini.

Tabel 4. 5 Data Reliabilitas X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Item
.834	7

Sumber: Output SPSS versi 22

Hasil uji reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha dari variabel X $> 0,60$, maka dinyatakan reliabel.

Tabel 4. 6 Data Reliabilitas Y

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Item
.914	7

Sumber: Output SPSS versi 22

Hasil uji reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha dari variabel X > 0,60, maka dinyatakan reliabel.

3. Penyajian Data Korelasi Konten *Podcast* Rintik Sedu (X)

Pada saat penelitian ini berlangsung di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, tepatnya di Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Program Studi Ilmu Komunikasi, mahasiswa angkatan 2020 (semester 6). Adapun jumlah keseluruhan mahasiswa Program studi Ilmu Komunikasi dari angkatan 2020 adalah 130 Mahasiswa. Menurut Suharsimi Arikunto bahwa untuk sekedar pertimbangan maka apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya adalah penelitian populasi, bila subyek lebih dari 100 sampel maka diambil 10 - 15 % atau 20 - 25 % atau lebih.⁵⁷

Mengingat jumlah populasi terlalu banyak dan lebih dari 100, maka sampelnya diambil $25\% \times 130 = 33$

⁵⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, h. 112

Untuk memperoleh data tentang korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, penulis menyebarkan angket pada populasi yaitu Mahasiswa angkatan 2020, program studi Ilmu Komunikasi fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu Korelasi Konten *Podcast* Rintik Sedu sebagai variabel X dan *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya sebagai variabel Y. Untuk lebih jelasnya tentang Korelasi Konten *Podcast* Rintik Sedu peneliti menyebarkan angket kepada 33 mahasiswi. Dengan pertanyaan sebagai berikut:

1. Saya lebih tertarik mendengarkan informasi dari *podcast* daripada radio analog
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
2. Saya biasanya menggunakan *podcast* sebagai media hiburan dan media inforasi
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju

3. Saya mendengarkan podcast Rintik Sedu karena tema yang diangkat tiap episodenya selalu menarik
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
4. Tema-tema yang Rintik Sedu angkat dalam podcastnya kebanyakan relate dengan permasalahan yang dialami para remaja Gen Z termasuk saya
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
5. Dengan mendengarkan podcast Rintik Sedu, saya mendapatkan informasi seputar masalah hati dan kehidupan sehari-hari
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
6. Saya senang mendengarkan podcast Rintik Sedu karena pembawaannya yang santai sehingga membuat saya nyaman mendengarkan podcastnya
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral

- d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
7. Dalam podcastnya, Rintik Sedu menggunakan bahasa sehari-hari yang mudah diterima dan dimengerti oleh semua kalangan termasuk saya
- a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
- dengan 5 alternatif jawaban, masing-masing penulisan dengan ketentuan sebagai berikut :
- a. Untuk jawaban a = 1 skor
 - b. Untuk jawaban b = 2 skor
 - c. Untuk jawaban c = 3 skor
 - d. Untuk jawaban d = 4 skor
 - f. Untuk jawaban e = 5 skor

Untuk lebih jelasnya, maka peneliti sajikan data hasil angket yang telah penulis sebarikan kepada mahasiswi. Adapun data yang pertama adalah data tentang pengaruh novel La Tahzan For Hijabers. Hasilnya dapat dilihat pada keterangan table berikut:

Skor jawaban dalam angket tentang korelasi konten *podcast* Rintik Sedu

Tabel 4. 7 Data Kuisioner Variabel X

No	X							Total
	1	2	3	4	5	6	7	
1.	5	5	5	5	5	5	4	34
2.	4	4	4	4	4	4	4	28
3.	4	3	3	5	5	4	4	28

4.	5	4	4	5	4	5	4	31
5.	5	4	4	5	5	5	5	33
6.	5	3	4	5	5	4	4	30
7.	5	4	4	4	4	4	4	29
8.	5	5	5	5	5	5	5	35
9.	5	5	5	5	5	5	5	35
10.	5	5	5	5	5	5	5	35
11.	4	3	5	5	5	5	5	32
12.	5	4	5	5	4	4	4	31
13.	5	5	5	5	5	5	5	35
14.	5	5	5	4	4	5	4	32
15.	4	4	4	4	4	4	4	28
16.	3	3	4	4	3	5	5	27
17.	4	4	4	4	4	4	4	28
18.	4	3	4	4	4	3	4	26
19.	5	5	3	5	4	4	4	30
20.	4	4	4	5	4	5	5	31
21.	5	5	4	4	4	4	4	30
22.	5	5	4	5	4	5	5	33
23.	4	4	4	4	4	4	4	28
24.	4	4	4	4	4	4	4	28
25.	5	5	5	5	5	5	5	35
26.	5	5	4	3	4	4	4	29
27.	5	5	4	4	4	4	4	30
28.	4	4	4	4	3	4	4	27
29.	4	4	4	4	4	4	4	28
30.	4	4	4	4	4	4	4	28
31.	4	5	4	5	5	4	4	31
32.	5	5	5	5	5	5	5	35
33.	5	5	5	5	5	5	5	35
Total								1015

Sumber: Data Responden

4. Penyajian Data *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y)

Kemudian data yang kedua adalah data tentang *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya variabel Y. Dengan 7 pertanyaan sebagai berikut :

1. Dengan mendapatkan informasi seputar kehidupan sehari-hari dari podcast Rintik Sedu membuat beban dalam pikiran saya berkurang
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
2. Dengan mendengarkan podcast Rintik Sedu, saya bisa lebih menerima segala kekurangan maupun kelebihan dari diri saya
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
3. Dengan mendengarkan podcast Rintik Sedu, saya dapat mengintrospeksi diri saya agar menjadi pribadi yang lebih baik
 - a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral

- d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
4. Dengan menambah pengetahuan seputar kehidupan sehari-hari, ketika saya meiliki permasalahan atau tekanan dalam diri saya, saya menangani dan mencari jalan keluar dengan tenang
- a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
5. Saya mendengarkan konten podcast Rintik Sedu karena dapat mengurangi overthingking saya
- a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
6. Mental health saya sedikit terbantu karena mendengarkan konten podcast Rintik Sedu
- a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral
 - d. Setuju
 - e. Sangat Setuju
7. Saya mendapatkan inspirasi ketika Rintik Sedu sharing pengalaman atau bertukar informasi seputar hati dan kehidupan sehari-hari
- a. Sangat Tidak Setuju
 - b. Tidak Setuju
 - c. Netral

- d. Setuju
- e. Sangat Setuju

Untuk lebih jelasnya, maka penulis sajikan dalam bentuk tabel, dan adapun hasilnya dapat dilihat pada keterangan pada tabel berikut:

Skor jawaban angket *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Tabel 4. 8 Data Kuisioner Variabel Y

No	X							Total
	1	2	3	4	5	6	7	
1.	4	5	5	4	5	5	4	32
2.	4	3	3	4	4	4	4	26
3.	4	5	4	4	4	4	4	29
4.	4	3	4	3	2	4	4	24
5.	4	4	4	4	3	4	4	27
6.	4	4	4	4	3	3	4	26
7.	4	4	4	4	4	4	4	28
8.	5	5	5	5	5	5	5	35
9.	5	4	4	4	3	4	4	28
10.	5	5	5	5	5	5	5	35
11.	3	4	4	4	4	4	4	27
12.	4	5	4	4	4	4	4	29
13.	5	5	5	5	5	5	5	35
14.	4	4	5	4	5	4	4	30
15.	4	4	4	4	4	4	4	28
16.	5	5	5	5	5	5	5	35
17.	4	4	4	3	3	3	3	24
18.	3	3	4	4	2	3	4	23
19.	3	4	4	5	3	4	4	27
20.	3	3	3	4	4	3	4	24

21.	4	4	4	4	4	4	4	28
22.	4	4	5	4	5	4	5	31
23.	3	5	2	3	3	3	3	22
24.	4	4	4	4	4	4	4	28
25.	5	5	5	5	5	5	5	35
26.	4	4	5	4	4	5	4	30
27.	3	3	4	3	3	3	4	23
28.	4	4	4	4	4	4	4	28
29.	4	4	4	4	4	4	4	28
30.	4	4	4	4	4	4	4	28
31.	4	4	4	3	5	3	5	28
32.	5	5	5	5	5	5	5	35
33.	5	5	5	5	5	5	5	35
Total								951

Sumber: Data Responden

C. Uji Hipotesis

Peneliti memulai pembahasan dengan hipotesis. Kemudian diuji apakah hipotesis tersebut sesuai. Berikut hipotesis yang telah Peneliti ajukan:

1. Hipotesis kerja atau hipotesis alternatif dapat disingkat (H_a).

Terdapat hubungan antara konten podcast Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

2. Hipotesis nol atau disebut juga (H_0)

Tidak terdapat hubungan antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Pada tahapan uji Hipotesis ini dilakukan uji parametrik dengan menggunakan pedoman. Uji Korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui keeratan hubungan antar variabel yang direpresentasikan dengan bentuk hubungan relatif (r).

Peneliti mengambil keputusan berdasarkan uji Korelasi *Pearson Product Moment* melalui SPSS versi 22 dengan kriteria penafsiran dalam uji ini adalah sebagaimana tabel berikut:

Tabel 4. 9 Pedoman Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0.00-0.199	Sangat rendah
0.20-0.399	Rendah
0.40-0.599	Sedang
0.60-0.799	Kuat
0.80-1.000	Sangat kuat

Derajat korelasi bergantung pada koefisien korelasi, apakah positif atau negatif. Jika angka koefisien korelasinya positif, maka hubungan antara dua variabel dikatakan satu arah, yaitu jika variabel X meningkat maka variabel Y juga akan meningkat. Namun jika jumlah koefisien korelasinya negatif, berarti hubungan keduanya tidak searah, yaitu variabel X bertambah dan variabel Y berkurang.

Berikut output Uji Korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan software SPSS versi 22.

Tabel 4. 10 Tabel Hasil Korelasi

Correlations			
		Korelasi Konten <i>Podcast</i>	<i>Self Healing</i> Mahasiswa
Korelasi Konten <i>Podcast</i>	Pearson Correlation	1	.613**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	33	33
<i>Self Healing</i> Mahasiswa	Pearson Correlation	.613**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Ditinjau dari paparan hasil di Tabel tersebut menunjukkan bahwa jumlah nilai sign sebesar 0,000. Dasar pengambilan keputusan dalam uji korelasi *Pearson Product Moment* juga dapat melalui nilai signifikansi. Dalam penelitian ini menggunakan nilai signifikan sebesar 0,05. Jika nilai signifikansi < 0,05 maka ada korelasi antara dua variabel dan jika nilai

signifikansi $> 0,05$ maka tidak ada korelasi antara dua variabel.

Berdasarkan uji diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa terdapat korelasi atau sebuah hubungan karena nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Dan dari data diatas memaparkan bahwa (r hitung) *pearson corelation* sejumlah $0,613$. Maka dapat dinyatakan bahwa tingkat hubungan korelasi konten *podcast* Rintik Sedu (X) dengan *self healing* Mahasiswa (Y) adalah kuat dan arah hubungan antara konten *podcast* Rintik Sedu (X) dengan *self healing* Mahasiswa (Y) yaitu positif.

Selanjutnya, guna mengetahui apakah hipotesis diterima atau ditolak, diketahui bahwa r Tabel untuk 33 responden dengan signifikansi sebesar 5% adalah $0,344$ sedangkan dilihat dari Tabel diatas nilai r hitung adalah $0,613$. Jadi nilai (r hitung) $0,613 > (r$ Tabel) $0,349$. Dapat diartikan bahwa Hipotesis kerja diterima, sedangkan Hipotesis nol ditolak. Jadi terdapat sebuah korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa angkatan 2020 semester 6, program studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Perspektif Teori

Dari segi teoritis, peneliti memaparkan hasil data yang diperoleh melalui kuesioner yang disebarakan oleh peneliti kepada responden yang memuat beberapa kriteria yang sudah disebutkan. Peneliti melakukan uji Korelasi *Pearson Product Moment*

melalui SPSS versi 22 diketahui bahwa hasil uji kolerasi (r hitung) yang muncul sejumlah $0,613 > (r$ Tabel) $0,344$ dan dari hasil uji Korelasi *Pearson Product Moment* melalui SPSS mengindikasikan bahwa Sig. (2-tailed) $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$) yang berarti nilai signifikansi data kurang dari $0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu (X) dengan *self healing* Mahasiswa (Y). peneliti juga menemukan bahwa nilai koefisien korelasi antara variabel X yakni konten *podcast* Rintik Sedu dan variabel Y yakni *self healing* Mahasiswa sejumlah $0,613$ yang bermakna keduanya mempunyai tingkat korelasi kuat. Dari nilai $0,613$ mengindikasikan bahwa hubungan searah karena nilai positif.

Maka dengan temuan penelitian tersebut menunjukkan keterkaitan dengan Teori *uses and gratification* yang mana berarti khalayak dapat dengan bebas memilih media dan mencari sumber media yang paling sesuai dengan kebutuhan mereka dengan tujuan media dapat memenuhi kebutuhan pribadi dan sosial khalayak. Teori ini menjelaskan bahwa pada dasarnya setiap khalayak pasti memiliki motif-motif tertentu dalam menggunakan media yaitu seperti: 1. Motif Mencari Informasi, 2. Kebutuhan Untuk Integrasi dan Interaksi Sosial, 3. Motif Identitas Diri, 4. Motif untuk mendapatkan hiburan, sehingga ketika media telah memenuhi motif-motif khalayak maka kebutuhan khalayak turut terpenuhi, sehingga media dapat disebut dengan media yang efektif. Media yang efektif yaitu media yang mampu memenuhi kebutuhan khalayak.

Dengan asumsi penelitian bahwa Mahasiswa angkatan 2020 semester 6, Program study Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yakni sebagai khalayak, memilih mendengarkan pesan-pesan konten podcast Rintik Sedu yakni sumber media yang berasal dari *radio streaming* platfor Spotify, akan mendapatkan hiburan dan menghasilkan efek yakni *self healing* untuk khalayak yakni Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Asumsi tersebut pada akhirnya divaliditas oleh hasil penelitian ini, pada penelitian ini memaparkan bahwa ada korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sehingga apabila konten *podcast* Rintik Sedu sebagai media telah memenuhi motif-motif mahasiswa pendengar konten *podcast* Rintik Sedu di platform Spotify sebagai media hiburan dan *self healing* mahasiswa, maka konten *podcast* Rintik Sedu efektif sebagai media untuk memenuhi kebutuhan sebagai hiburan dan *self healing* mahasiswa tingkatnya sedang dan positif.

2. Perspektif Islam

Dalam Al-Qur`an di temukan tiga panduan agar suatu komunikasi dapat berjalan dengan baik juga efektif yaitu : kaidah, prinsip, dan etika. Mudahnya informasi yang tersebar melalui TV, koran, media sosial, dan lainnya membuat setiap individu dapat dengan mudah untuk berdakwah baik secara lisan maupun secara tulisan, tentu saja hal-hal tersebut harus dipertanggung jawabkan, setiap individu harus bertanggung jawab atas keabsahan atas penyajian informasi mereka. Dan sebai khalayak, kita harus

lebih waspada terhadap terpaan informasi, mencari informasi yang benar dan bermanfaat bagi diri kita.

Dalam menerima sebuah pesan pun, adapun setiap orang mukmin haruslah diperiksa terhadap keabsahan informasi yang diperoleh tersebut. Hal ini sesuai perintah tabayyun dalam Al-Quran surat Al-Hujurât 6 yang artinya sebai berikut:

“Hai orang-orang yang beriman, jika datang kepadamu orang fasik membawa suatu berita, maka periksalah dengan teliti, agar kamu tidak menimpakan suatu musibah kepada suatu kaum tanpa mengetahui keadaannya yang menyebabkan kamu menyesal atas perbuatanmu itu”.

Menghubungkan ayat tersebut dengan konten *podcast* Rintik Sedu bisa dikatakan bahwa poin tersebut telah terpenuhi, karena pada konten *podcast* Rintik Sedu tema yang diangkat apa adanya terjadi pada banyak kehidupan remaja, hal tersebut menjelaskan bahwa konten *Podcast* Rintik Sedu ini berupa fakta dan tidak hoax sehingga informasi yang terdapat pada konten *podcast* Rintik Sedu sangat dapat menentukan mekanisme pengambilan keputusan bagi pendengarnya untuk menghibur diri dan mengurangi beban pikiran, dan mengurangi stress. Sebagaimana dalam data yang telah peneliti jabarkan diatas bahwa terdapat korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu ini dengan *self healing*.

Penting bagi setiap manusia untuk memahami kesehatan mental agar mental tetap sehat. Untuk mencegah gangguan kesehatan mental melalui metode *self healing*, guna menyembuhkan luka, stress dan lainnya secara mandiri.

Self healing sangat penting bagi setiap manusia guna mencegah gangguan kesehatan mental sehingga mental tetap terjaga dan sehat. Berdasarkan perspektif keislaman juga menjelaskan bahwa, segala hal yang berhubungan dengan manusia baik dimasa lampau, sekarang dan yang akan datang. Mulai dari aspek perilaku manusia (psikologi), persoalan jiwa, spiritual, sosial, dan moral, Al-Qur`an hadir sebagai karunia dan kasih sayang Allah SWT kepada hambanya. Dapat mebanu setiap manusia keluar dari masalah, membantu dari rasa sakit menuju kesembuhan. Dalam Al-Qur`an terdapat hal-hal yang mengandung bagaimana manusia menangani masalahnya baik itu konflik, atau stress.

Allah SWT, telah menerangkan hal demikian dalam Qs. Al-Baqarah 2. Yang artinya adalah sebagai berikut:

“kitab (Al- Qur`an) ini tidak ada keraguan di dalamnya: (ia merupakan) petunjuk bagi orang yang bertakwa”

Meninjau dari penjelasan diatas bahwa *self healing* sangat penting dalam islam karena dengan adanya *self healing* seseorang dapat memahami keadaan emosi dalam diri, menemukan respon emosi atas penderitaan yang dialami, dan disertai keinginan untuk sembuh dari luka maupun penderitaan dimasalalu dan media untuk *self healing* selain dengan konten *podcast* Rintik Sedu ada berbagai macam. dan media untuk *self healing* berhubungan dengan Al-Qur`an karena Al- Qur`an sebagai petunjuk bagi setiap umat manusia.

Penjelasan dan kesimpulan di atas sangat relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, bahwa konten *podcast* Rintik Sedu berkorelasi dengan *self healing* Mahasiswa.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis yang telah dilakukan pada penelitian tentang “Korelasi antara Konten *Podcast* Rintik Sedu dengan *Self Healing* Mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya” maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil Uji Korelasi *Pearson Product Moment* pada penelitian ini menunjukkan bahwa korelasi antara kedua variabel yakni konten *podcast* Rintik Sedu (X) dan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y) memiliki signifikansi nilai 0,000, kurang dari 0,05. Dari hasil output SPSS versi 22 tersebut, kedua variabel yakni konten *podcast* Rintik Sedu (X) dan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y) berkorelasi yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini didasari oleh dasar pengambilan keputusan melalui nilai signifikansi dimana jika signifikansi nilai kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dan jika signifikansi nilai lebih dari 0,05 maka H_0 diterima.

Hasil ini merupakan jawaban dari rumusan masalah mengenai ada atau tidaknya korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

2. Nilai koefisien korelasi variabel konten *podcast* Rintik Sedu (X) dan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya (Y)

adalah sebesar 0,613, dapat dikatakan bahwa hubungan antara variabel X dan Y berkorelasi sedang karena nilai 0,613 Dalam rentang 0,60 – 0,799 dalam tabel Panduan Kekuatan Korelasi. Dan variabel X dan Y dianggap memiliki atribut positif yang menunjukkan hubungan variabel satu arah. Positif artinya hubungan satu arah, karena data menghasilkan koefisien korelasi yang positif. Dengan pemikiran ini, jika konten *podcast* Rintik Sedu bernilai tinggi, demikian pula nilai *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

Hasil ini merupakan jawaban dari pertanyaan seberapa jauh korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.

B. Saran dan Rekomendasi

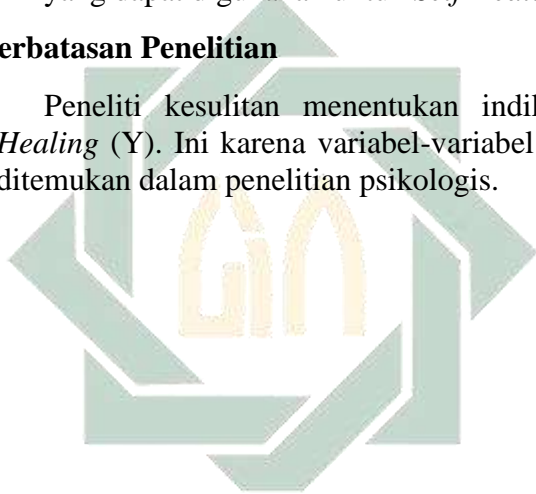
Berikut beberapa saran dan rekomendasi peneliti dalam penelitian ini :

1. Bagi *podcast* Rintik Sedu karena korelasi antara konten *podcast* Rintik Sedu dengan *self healing* mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya sedang, diharapkan terus tetap memperbanyak konten seputar permasalahan hati dan kehidupan sehari-hari agar kedepannya akan terus digemari oleh pendengar khususnya dikalangan mahasiswa.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya Untuk memperdalam dan memperluas topik penelitian ini, penulis berharap peneliti selanjutnya dapat mengembangkan topik ini secara kritis. Selanjutnya diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperoleh dan menggunakan data

internal sebagai populasi penelitian, sehingga peneliti dapat memperoleh sampel penelitian yang lebih banyak dan lebih jelas. Dalam penelitian selanjutnya, peneliti dapat mencoba mengkaji faktor-faktor lain yang terkait dengan perkembangan media massa lain atau media lain yang dapat digunakan untuk *Self Healing*.

C. Keterbatasan Penelitian

Peneliti kesulitan menentukan indikator *Self Healing* (Y). Ini karena variabel-variabel ini utama ditemukan dalam penelitian psikologis.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Harkandi, Kencana Woro. "Platform Digital Siaran Suara Berbasis on Demand (Studi Deskriptif Podcast Di Indonesia)." *Jurnal Komunikasi dan Media* 4, no. 2 (2020).
- Medika, Zellatifanny Cut. "Tren Disinasi Konten On Demand Melalui Podcast : Sebuah Peluang Dan Tantangan Di Indonesia. *Jurnal Pekommas* 5, no. 2 (2020)
- Arifah, Qanitah. "Pengaruh Penggunaan Media Podcast Terhadap Tingkat Kepuasan Generasi Millennial Di Banda Aceh Sebagai Sarana Memperoleh Informasi Di Masa Covid-19". 4, (2021)
- Dinata, Ramadhani Iskandar. "Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio". 9, (2020)
- Juli, Maria, Insani Simbolon, Besti Rohana Simbolon, Universitas Darma, and Agung Medan. "Podcast Suara Puan Sebagai Sarana Literasi Digital." *Social Opinion* 6 (2021).
- Mourint, Safriyani. "Persepsi Pendengar Terhadap Rintik Sedu Di Saarinda", *Jurnal Ilmu Kounikasi*. vol, 9, no, 52-61. (2021)
- Valiant, Velantin. "Strategi Konten Podcast Di Aplikasi NOICE (Studi Deskriptif Pada Aplikasi NOICE Sebagai Konten Audio Indonesia)", (2020)
- Efi, Fadilah, Pandan Yudhapramesti, Nindi Aristi. "Podcast Sebagai Alternatif Distribusi Konten

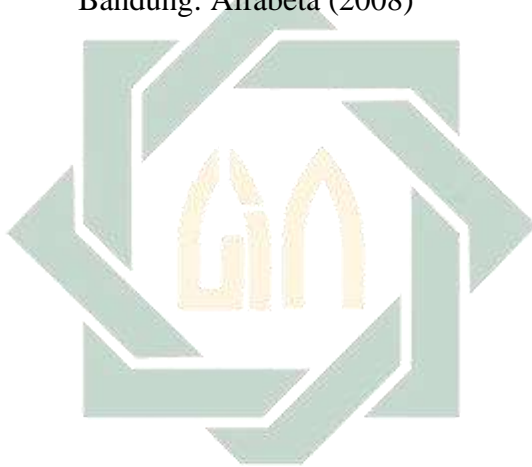
- Audio", *Jurnal Kajian Jurnalisme*. vol, 1, no, 1. (2017)
- Lavircana, Rinda. Murdiansyah Herman. M. Agung Huaidi. "Penggunaan Podcast Sebagai Media Hiburan Dan Informasi Di Banjarmasin "
- Laila, Dahratul. "Inovasi Perangkat Pembelajaran Menggunakan Aplikasi Podcast." *Prosiding Seminar Nasional PBSI-III*, no. 2015 (2020).
- Kencana, Harkandi. "Platfor Digital Siaran Suara Berbasis On Demand (Study Deskriptif Podcast Di Indonesia)"
- Sucin, sucin. "Konvergensi Media Baru Dalam Penyampaian Pesan Melalui Podcast", koneksi 4, no.2. (2020)
- Mutohharoh, Annisa. " Self Healing: Terapi Atau Rekreasi?". *Journal Of Sufisan And Psychotherapy*. Vol, 2. No, 1. (2022)
- Mustikawati, Irma Finurina. "Hubungan Antara Sikap Terhadap Beban Tugas Dengan Stres Akadeik Mahasiswa Fakultas Kedokteran", *Jurnal Herb-Medicine Fakultas Kedokteran Universitas Muhamadiyah Purwokerto*. vol, 1, no, 2. (2018)
- Nida, Fatma Laili Khoirun. "Persuasi Dalam Media Komunikasi Massa." *Jurnal Komunikasi Penyiaran Islam "AT-TABSYIR"* 2, no. 2 (2014).
- Ramadhany, Iskandar Dinata. "Peran Podcast Sebagai Media Penyiaran Modern Berbasis Audio." *Endocrine* 9, no. May (2020).
- Abdulrahman, Tryanti. "The Ipact Of Podcast On Efl Student` Listening Copenhension" *International Journal Of Language Education*. vol, 2, no, 2.

- Nurudin, "Pengantar Komunikasi Massa", Jakarta:PT Rajagrafindo Persada, (2007)
- Severin, "Teori Komunikasi: Sejarah, Metode, Terpaan Edisi ke-lima", Jakarta: Prenada Media Kencana, (2008)
- J. Supranto, "Statistik Teori Aplikasi", Jakarta: Erlangga, (2009)
- Bahtiar, Wardi "Metode Penelitian Ilmu Dakwah", Jakarta: Logos (1997)
- Mardalis, "Metode Penelitian Suatu Pendekatan Praktek"
- Tanzeh, Ahmad, "Pengantar Metode Penelitian", Yogyakarta: Teras, (2009)
- Bungin, Burhan "Metode Penelitian Kuantitatif", Kencana, (2009)
- Arikunto, Suharsimi, "Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik", Jakarta: PT. Rineka Cipta, (2006)
- Soeranto, "Metode Penelitian. Untuk Ekonomi dan Bisnis", Yogyakarta: UPP STIM YKPN, (2008)
- Ardial, "Paradigma dan Model Penelitian Komunikasi", Jakarta: PT Bumi Aksara, (2014)
- Imam, Ghozali, "Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program SPSS", Semarang: Badan Penelitian Universitas Diponogoro (2006)
- Hendriyadi, Suryani. "Metode Riset Kuantitatif: Teori Dan Aplikasi Pada Penelitian Bidang Manajemen Dan Ekonomi Islam". Jakarta: Prenadaedia Group. (2016)
- Sucin, Sucin, and Lusya Savitri Setyo Utami. "Konvergensi Media Baru Dalam Penyampaian Pesan Melalui Podcast." *Koneksi* 4, no. 2 (October 1,

2020):235.<https://journal.untar.ac.id/index.php/koneksi/article/view/8113>.

Zellatifanny, Cut Medika. "Tren Diseminasi Konten Audio on Demand Melalui Podcast : Sebuah Peluang Dan Tantangan Di Indonesia." *Jurnal Pekommas* 5, no. 2 (2020).

Sugiyono. "Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D". Bandung: Alfabeta (2008)



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A