

Kesehatan Mental Penggemar dalam Lagu *My Treasure*

Iffa Salsabila Mulyadi^{1,*}, Dewi K Soedarsono²

^{1,2}*Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Ilmu Sosial, Universitas Telkom, Bandung, Indonesia*

*Correspondence Author: iffasalsabila@gmail.com

ABSTRACT

Music is a powerful communication tool in health communication that can affect the physical, mental and emotional aspects of individuals. Music is also used as a means to deliver health messages. Music has various genres that continue to grow ranging from Pop, Hip Hop, R&B, Reggae, Jazz, and others. These music genres then develop into sub-genres of music, one of which is K-Pop or Korean Pop. Indonesia is the third most streamed country in K-Pop music. According to a report from Twitter, Indonesia is the country with the most K-Pop fans in the world. The K-Pop phenomenon in Indonesia is very rampant, especially among young people, especially generation Z. One of the boy groups from South Korea that is currently actively working is Treasure. Treasure specifically released several songs that contain support for fans, one of which is the song "My Treasure". This research uses Stuart Hall's Reception Analysis which discusses how audiences receive messages or interpret and digest messages, as well as semiotic analysis by Ferdinand De Saussure to examine the meaning of the messages conveyed in the song My Treasure. The meaning of the song "My Treasure" can be understood as a message about self-worth, happiness, and hope. Through the reception analysis, it was found that the majority of informants were in the dominant hegemony position, while the rest were in the negotiation position.

Keywords: Fans, Mental Health, My Treasure, Reception, Song

ABSTRACT

Musik menjadi alat komunikasi yang kuat dalam komunikasi kesehatan yang dapat mempengaruhi aspek fisik, mental, dan emosional individu. Musik juga digunakan sebagai sarana untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan. Musik memiliki berbagai genre yang terus berkembang mulai dari Pop, Hip Hop, R&B, Reggae, Jazz, dan lain-lain. Genre-genre musik tersebut kemudian berkembang menjadi sub-genre musik, salah satunya adalah K-Pop atau Korean Pop. Indonesia menjadi negara ketiga paling banyak melakukan *streaming* pada musik K-Pop. Menurut laporan dari Twitter, Indonesia menjadi negara dengan jumlah fans K-Pop paling banyak di dunia. Fenomena K-Pop di Indonesia sangat merajalela khususnya di kalangan anak muda khususnya generasi Z. Salah satu *boy group* asal Korea Selatan yang saat ini aktif berkarya adalah Treasure. Treasure secara khusus merilis beberapa lagu yang berisi dukungan kepada para penggemar, salah satunya adalah lagu "My Treasure". Penelitian ini menggunakan Analisis Resepsi oleh Stuart Hall yang membahas mengenai bagaimana audiens menerima pesan atau menginterpretasikan dan mencerna pesan-pesan, dilakukan pula analisis semiotika oleh Ferdinand De Saussure untuk memeriksa makna pesan yang disampaikan dalam lagu My Treasure. Makna lagu "My Treasure" dapat dipahami sebagai pesan tentang nilai diri, kebahagiaan, dan harapan. Melalui analisis resepsi yang telah dilakukan, ditemukan bahwa mayoritas informan berada pada posisi hegemoni dominan, sedangkan sisanya berada dalam posisi negosiasi.

Kata Kunci: Lagu, Kesehatan Mental, My Treasure, Penggemar, Resepsi.

Pendahuluan

Musik sudah menjadi bagian dalam kehidupan sehari-hari masyarakat. Perkembangan musik saat ini juga sangat signifikan, musik bahkan dapat menyatukan masyarakat yang memiliki selera sama kedalam satu kelompok. Musik juga menjadi salah satu media komunikasi untuk menyampaikan pesan yang menggunakan suara dan nada-nada kepada pendengarnya. Para pendengar musik dapat menggambarkan suasana hati melalui musik saat tidak dapat mengekspresikan diri kepada orang lain. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh Sobur (2013) dalam buku 'Semiotika Komunikasi' bahwa kebudayaan manusia dengan simbol-simbol sangat erat kaitannya sehingga manusia disebut dengan makhluk dengan simbol-simbol yang dimaksud dengan manusia berpikir, berperasaan, dan bersikap dengan ungkapan-ungkapan yang simbolis.

Komunikasi melalui musik memiliki dampak psikologis pada individu. Proses komunikasi ini melibatkan aspek kognitif, persepsi, dan perilaku manusia. Musik mencerminkan pemikiran, perasaan, dan karakteristik unik penciptanya, sehingga pesan yang terkandung dalam musik dapat menciptakan rangsangan atau stimuli pada para pendengarnya. (Setiawan, 2022). Melalui musik terdapat berbagai jenis proses komunikasi yang terbentuk, diantaranya komunikasi intrapersonal,

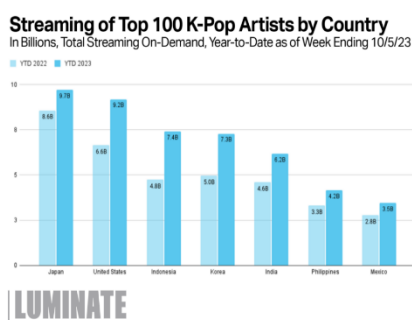
komunikasi interpersonal, dan komunikasi massa.

Musik memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental individu dengan kemampuannya dalam mengurangi rasa sakit, kecemasan, serta meredakan stres dan penyakit mental (Kompas, 2021). Terapi musik juga telah terbukti bermanfaat dalam meningkatkan kesejahteraan mental seseorang, memungkinkan ekspresi diri, dan membantu dalam pengelolaan distress (Halodoc, 2020). Kesehatan mental tidak jarang dikomunikasikan melalui sebuah lagu oleh musisi populer. Disebutkan dalam artikel oleh HuffPost (2022) Banyak musisi populer mengangkat isu kesehatan mental dalam setiap lirik lagu mereka dengan tujuan untuk mengingatkan pendengar agar terus bertahan menghadapi berbagai tantangan hidup, serta memotivasi mereka.

Musik memiliki berbagai genre yang terus berkembang seiring dengan perkembangan zaman mulai dari Pop, Hip Hop, R&B, Reggae, Jazz, dan lain-lain. Genre-genre musik tersebut juga kemudian berkembang menjadi sub-genre musik di mana salah satu sub-genre musik yang saat ini digemari adalah K-Pop atau Korean Pop. Menurut Franki Raden pengamat musik, K-Pop berkembang karena terdapat kesiapan infrastruktur dan mekanisme di mana Korea berhasil menanamkan kesadaran akan pentingnya musik dalam kehidupan sehari-

hari sehingga Korea berhasil membawa K-Pop ke tingkat global (Raden dalam artikel Kompas, 2014). Hal ini dapat dibuktikan dengan data dari Luminate Data (2023) yang membagikan grafik negara yang paling banyak melakukan *streaming* pada musik K-Pop.

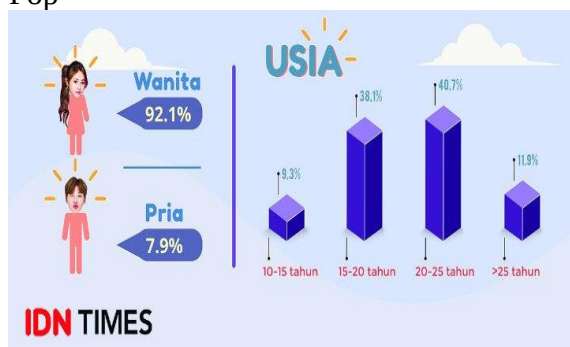
Gambar 1. Grafik Negara yang Melakukan Streaming Musik K-Pop



Sumber: GoodStats (2022)

Menurut laporan dari Twitter dan dirangkum oleh GoodStats (2022) Indonesia menjadi negara dengan jumlah fans K-Pop paling banyak di dunia. Fenomena K-Pop di Indonesia sangat merajalela khususnya di kalangan anak muda khususnya generasi Z. Hal ini didukung dengan data dari IDN Times (2019) berikut:

Gambar 2. Kelompok Usia Penggemar K-Pop



Sumber: IDN Times (2019)

Generasi Z menurut Seemiller dan Grace yaitu orang-orang lahir dalam rentang tahun 1997-2012. Generasi Z telah mengenal dunia digitalisasi yang canggih sejak awal. generasi Z cenderung dapat memahami hal-hal baru dengan cepat dan dapat dengan mudah mengakses informasi yang mereka inginkan. Populasi Generasi Z juga sangat besar, tercatat ada 73 juta orang yang termasuk dalam kelompok generasi ini (John, 2018). Berdasarkan tabel 1.1 usia 20-25 tahun dan 15-20 tahun termasuk kedalam generasi Z, jadi terdapat 78.8% penggemar dari generasi Z yang mendominasi K-Pop.

Salah satu *boy group* asal Korea Selatan yang saat ini aktif berkarya sejak tahun 2020. Treasure merupakan *boy group* bentukan agensi YG Entertainment yang juga merupakan agensi yang menaungi BigBang dan Blackpink. *Boy group* Treasure resmi debut pada 7 Agustus 2020 dengan total 10 anggota. Sejauh ini Treasure sudah merilis dua album studio, dua mini album, tiga album single, tujuh single, empat *soundtrack*, dan sembilan video musik. Penjualan album Treasure juga mencapai 1.718.517 salinan pada perilisan album terakhir mereka yaitu Reboot 2nd Full Album (Circle Chart, 2023).

Lagu-lagu Treasure memiliki banyak warna yang mengekspresikan mengenai cinta, kehilangan, mimpi, dan banyak ekspresi lainnya yang dituangkan kedalam lagu-lagu mereka yang membuat

penggemar Treasure yang disebut dengan Treasure Maker dapat memahami kisah mereka melalui lagu yang dirilis. Treasure juga secara khusus merilis beberapa lagu yang berisi dukungan kepada para penggemar Treasure (Treasure Maker), salah satunya adalah lagu “My Treasure”.

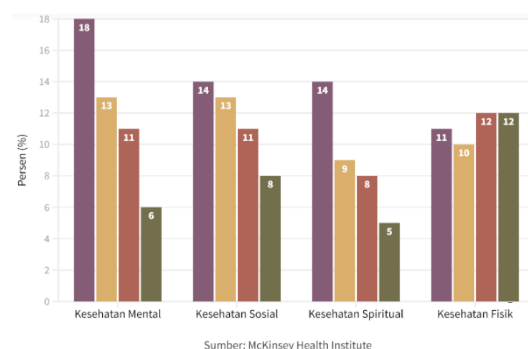
Dalam wawancara yang dilakukan Treasure dengan media Zoom di YouTube, Park Jihoon yang berbagi peran sebagai pemimpin *boy group* Treasure memaparkan harapannya kepada para penggemar (Treasure Maker) yang hidup dalam banyak kecemasan agar dapat menjalani hidup dengan positif dan penuh semangat dengan mendengarkan lagu-lagu dari Treasure. Ditambahkan pula oleh salah satu anggota Treasure, Park Jeongwoo yang berharap para penggemar bisa mendapatkan energi dan dukungan saat mendengar lagu Treasure, ia juga berharap saat penggemar mengalami kesulitan semoga lagu-lagu Treasure dapat menghibur dan membawa kekuatan untuk menemukan jati diri. Park Jeongwoo juga meyakinkan bahwa Treasure akan terus membuat musik yang bagus agar dapat terus menghibur para Treasure Maker (Zoom, 2023).

Penghiburan melalui musik yang dilakukan oleh Treasure dapat menjadi salah satu media penghiburan kepada para pendengar lagu mereka khususnya para penggemar khususnya yang memiliki masalah kesehatan mental. Kesehatan

mental sangat penting untuk diperhatikan. . Respons terhadap musik juga dapat diinterpretasikan sesuai dengan pengalaman dan kebutuhan psikologis seseorang, dalam konteks teori analisis resepsi Stuart Hall, konsep resepsi menjelaskan bagaimana individu menerima dan menginterpretasikan pesan yang terkandung dalam musik atau media lainnya (Ariestyani & Ramadhanty, 2022).

Menurut data dari McKinsey Health Institute (dalam Data Indonesia (2023) pada 41.960 orang di 26 negara dengan responden pada tahun lahir 1997-2012 terdapat hasil bahwa generasi Z paling banyak melaporkan bahwa kesehatan mental mereka sangat buruk, tidak hanya kesehatan mental namun kesehatan generasi Z pada beberapa aspek lain juga lebih buruk dari generasi lainnya.

Gambar 3. Data Kesehatan Mental Setiap Generasi

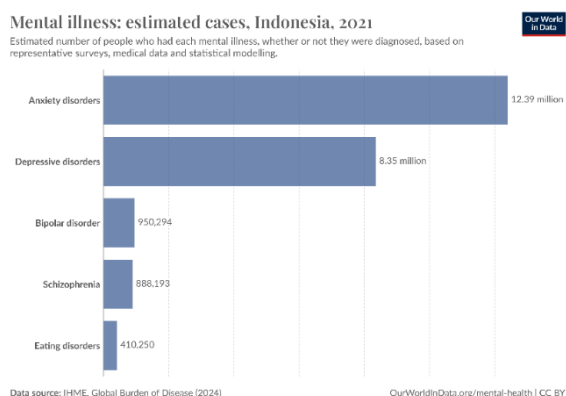


Sumber: Data Indonesia (2023)

Adapun data dari Our World in Data (2021) ditemukan bahwa masalah kesehatan mental yang paling banyak dialami oleh masyarakat Indonesia adalah

anxiety disorder atau gangguan kecemasan dengan estimasi kasus 12.39 juta, selanjutnya terdapat masalah kesehatan mental *depressive disorder* atau depresi dengan estimasi kasus 8.35 juta, pada posisi ketiga terdapat masalah kesehatan mental *bipolar disorder* dengan estimasi kasus 950.294 kasus.

Gambar 4. Estimasi Kasus Kesehatan Mental di Indonesia



Sumber: Our World in Data (2021)

Terlibat dalam terapi melalui musik merupakan pilihan yang baik, karena musik memiliki kedekatan dengan manusia. Fenomena ini dapat diamati dari kecenderungan menghabiskan waktu dengan menonton video musik atau mendengarkan musik. Manusia sering menggunakan musik sebagai sarana untuk mengungkapkan pemikiran dan perasaan, serta dapat digunakan untuk tujuan pengobatan, penyembuhan, dan mencari sensasi ketenangan (CXO Media, 2022).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Analisis Resepsi oleh Stuart Hall yang membahas mengenai bagaimana

audiens menerima pesan atau bagaimana audiens menginterpretasikan dan mencerna pesan-pesan. Untuk melengkapi penelitian ini, dilakukan pula analisis semiotika oleh Ferdinand De Saussure untuk memeriksa makna pesan yang disampaikan dalam lagu My Treasure.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif dengan menggabungkan analisis semiotika Ferdinand de Saussure dan analisis resepsi Stuart Hall. Analisis semiotika Ferdinand de Saussure berfokus pada tanda-tanda dan simbol-simbol dalam sebuah teks atau media. Saussure melihat bahasa sebagai sistem tanda yang terdiri dari “*signifier*” (penanda) dan “*signified*” (petanda) (Sobur, 2020).

Konsep semiotika Saussure menerangkan tentang bahwasanya tanda terbentuk dari dua hal yang keduanya tidak dapat dipisahkan satu dengan lainnya. Tanda tersebut terbentuk dari sebuah simbol baik bunyi maupun teks yang kemudian menghasilkan sebuah konsepsi di dalam pikiran manusia yang kemudian melahirkan interpretasi terhadap tanda tersebut (Talani et al., 2023).

Analisis semiotika dalam penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana makna diciptakan dan disampaikan melalui tanda-tanda tersebut. Melalui analisis

semiotika Ferdinand de Saussure, peneliti bertujuan untuk mengetahui bagaimana pesan-pesan yang mewakili kesehatan mental dalam lagu “My Treasure”.

Analisis resepsi Stuart Hall pada khalayak bertujuan untuk menelaah proses pembentukan makna yang dilakukan oleh khalayak saat menikmati konten sinematik. Pendekatan analisis resepsi ini dimanfaatkan untuk mengamati dan memahami tanggapan, penerimaan, sikap, serta interpretasi makna yang dihasilkan oleh khalayak (Stuart Hall, 2005).

Adapun untuk menentukan informan pada penelitian ini digunakan pendekatan *purposive sampling*. Menurut Creswell (2015) *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan informan yang dibutuhkan sesuai dengan tujuan kualitas atau mutu suatu objek.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Peneliti menafsirkan pesan dari lagu “My Treasure” memiliki makna yang mendalam dan inspiratif. Lagu ini mengajak para pendengarnya agar tetap optimis, menghargai diri sendiri, dan menemukan kekuatan dalam diri sendiri saat sedang mengalami tantangan dalam hidup. Terdapat pula pesan cinta, harapan, dan kebersamaan ditengah situasi penuh ketidakpastian yang sering terjadi saat ini. Lirik lagu ini dibahas dengan Teori Semiotika dari Ferdinand de Saussure yang

memaparkan bahwa semiotika merupakan ilmu yang mengkaji peran tanda-tanda dan sistem tanda sebagai bagian dari kehidupan sosial di mana dengan memahami carat anda-tanda bekerja, dapat dipahami bagaimana makna dihasilkan dan dikomunikasikan dalam berbagai konteks budaya dan sosial (Sobur, 2020).

Terdapat pesan-pesan positif mengenai kekuatan dalam diri sendiri yang menunjukkan bahwa setiap individu bergarga dan memiliki nilai yang ternilai. Lagu ini mengajak para pendengarnya untuk tidak menyerah, optimis, dan penuh harapan saat menghadapi kesulitan. Para pendengar juga di dorong untuk mencintai dan menghargai diri sendiri dengan dukungan dan kebersamaan yang terkandung dalam lagu ini. Lirik-lirik dalam lagu “My Treasure” penuh dengan pesan positif dan menginspirasi yang bertujuan untuk mengingatkan bahwa setiap individu sangat berharga dan memiliki kekuatan untuk terus bersinar terlepas dari berbagai tantangan yang dihadapi.

Lirik dalam lagu “My Treasure” menekankan bahwa setiap individu memiliki potensi dan kekuatan dalam diri sendiri yang berharga dan tidak ternilai di mana para pendengar di apresiasi dalam frasa “Kau satu-satunya permata”. Lagu ini mengajak para pendengar untuk tetap optimis dan terus berharap akan hal yang baik meskipun sedang menghadapi

kesulitan. Pesan ini sangat relevan dalam era di mana banyak orang berjuang dengan masalah harga diri dan berbagai kecemasan dalam hidup. Lagu ini juga mengingatkan bahwa kita tidak sendirian dalam menghadapi tantangan atau kesulitan dalam hidup. Dukungan dari orang-orang terdekat akan sangat berharga dan dapat membantu kita tetap kuat. Lirik dari lagu *My Treasure* diinterpretasikan dengan baik oleh para informan sesuai dengan salah satu fungsi dari komunikasi intrapersonal, dengan komunikasi intrapersonal seseorang dapat mengetahui apa yang diinginkan dalam hidup dan memungkinkan seseorang berjuang dengan tujuan untuk terus mendorong diri sendiri (Kustiawan et al., 2022).

Setelah melakukan wawancara dengan mengajukan beberapa pertanyaan mengenai masalah kesehatan mental yang dialami oleh informan kunci dan resepsi informan terhadap lagu “*My Treasure*”, peneliti kemudian menganalisis makna pada posisi yang mendukung atau menentang makna dari lagu “*My Treasure*”. Berikut merupakan pernyataan dari informan:

1. Posisi Hegemoni Dominan:

- **LL:** Sepenuhnya menerima pesan yang disampaikan oleh lagu “*My Treasure*” dan merasakan dukungan serta motivasi yang kuat dari lagu tersebut. Pesan dalam lagu ini relevan dengan situasi

hidup LL, khususnya dalam menghadapi *Bipolar Disorder*.

- **SL:** Sepenuhnya memahami dan menerima pesan dari lagu ini, yang memberikan semangat dan motivasi dalam menghadapi *Generalized Anxiety Disorder (GAD)*, terutama setelah kehilangan ayahnya.
- **SM:** Merasa lagu ini tidak hanya menghibur, tetapi juga memberikan dorongan positif yang signifikan dalam menghadapi kecemasan yang dialaminya.
- **AR:** Merasa lagu ini memberikan kenyamanan emosional serta menjadi sumber motivasi utama, khususnya dalam menghadapi kegagalan dan tekanan.
- **RK:** Menerima pesan positif dari lagu ini yang membantu mengatasi kecemasan dan tekanan sosial yang dialaminya, khususnya terkait dengan *Social Anxiety Disorder (SAD)*.
- **EV:** Merasakan ketenangan, semangat, dan motivasi dari lagu ini, terutama ketika kecemasannya kambuh, dan mengadopsi pesan afirmasi positif dari lagu tersebut secara penuh.
- **TK:** Merasakan bahwa lagu ini sangat membantunya mengatasi depresi, memberikan dorongan dan motivasi untuk menghadapi kegagalan dan tanggung jawab berat.

- **NA:** Sepenuhnya mengadopsi pesan lagu ini, yang memberikan ketenangan dan dorongan positif untuk bangkit dari kecemasan dan ketakutan yang dialaminya.

Posisi Hegemoni Dominan (*Dominant Hegemonic Position*), adalah posisi di mana makna pesan diterima secara universal dan tidak ada perbedaan pendapat antara peneliti dan pembaca (Hall, 2005).

2. Posisi Negosiasi:

- **BI:** Menghargai pesan positif dari lagu ini, tetapi hanya merasakan dampak signifikan ketika mendengarkannya di konser. Dalam kehidupan sehari-hari, pengaruh lagu ini tidak terlalu besar dalam membantu mengelola masalah kesehatan mentalnya.
- **CY:** Mengakui dan setuju dengan pesan positif dari lagu ini, tetapi efektivitasnya tergantung pada konteks dan aktivitas yang dilakukan bersamaan dengan mendengarkan lagu. CY menyesuaikan penerimaan pesan sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya.

Posisi Negosiasi (*Negotiated Position*), juga dikenal sebagai Pemaknaan yang dinegosiasikan atau Pemaknaan yang dinegosiasikan. Kedua belah pihak terus menafsirkan kode produsen pesan; khlayak akan menggunakan kepercayaan dan keyakinan mereka untuk mengkompromikan kode produsen pesan (Hall, 2005).

Penutup

Melalui analisis semiotika Ferdinand de Saussure, makna lagu “My Treasure” oleh Treasure dapat dipahami sebagai pesan tentang nilai diri, kebahagiaan, dan harapan. Penanda seperti lirik, melodi, dan visual berfungsi untuk menyampaikan petanda yang berhubungan dengan optimisme, kegembiraan, dan pencapaian impian. Lagu ini mengajak pendengar khususnya pendengar untuk melihat diri mereka sebagai permata yang berharga, mendorong mereka untuk tetap positif dan mengejar impian mereka dengan semangat. Lirik dalam lagu “My Treasure” penuh dengan harapan dan apresiasi sebagai motivasi bagi penggemar dan pendengar untuk terus berjuang dalam mengejar tujuan meskipun terdapat tantangan juga masalah kesehatan mental. Melalui wawancara yang telah dilakukan dengan para informan dalam penelitian ini, lagu “My Treasure” berpotensi untuk memberikan dampak positif dan mendukung penggemar yang mengalami masalah kesehatan mental dengan memberikan rasa nyaman, kebahagiaan, dan harapan.

Melalui analisis resepsi yang telah dilakukan, ditemukan bahwa sebanyak delapan informan berada pada posisi hegemoni dominan yang menunjukkan bahwa mereka menerima pesan yang disampaikan dalam lagu “My Treasure” secara utuh dan tanpa kritik. Para informan

merasa bahwa lagu tersebut memberikan ketenangan, semangat, dan dukungan positif yang membantu untuk mengatasi masalah kesehatan mental yang dialami informan. Pesan lagu yang optimis dan menyemangati diterima secara penuh oleh para informan. Adapun dampak positif yang dirasakan dalam kehidupan sehari-hari. Lagu ini dianggap sebagai sumber kenyamanan dan dorongan untuk bangkit dari keterpurukan dan kegagalan, serta membantu mereka menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih baik.

Dua informan lainnya berada dalam posisi negosiasi. Meskipun dua informan ini juga menerima pesan positif dari lagu “My Treasure”, mereka tidak sepenuhnya mengikuti makna dalam lagu ini. Dua informan mengakui bahwa lagu ini membantu mereka mengatasi kecemasan dan serangan panik, namun efeknya tergantung pada konteks dan cara mendengarkannya. Dua informan ini menegosiasikan makna lagu “My Treasure” dengan pengalaman pribadi, terkadang dirasakan manfaat penuh saat mendengarkan lagu sambil beraktivitas atau menghadiri konser, namun kurang efektif jika mendengarkan lagu “My Treasure” dalam situasi diam. Hasil ini memperkuat teori Stuart Hall mengenai analisis resepsi, di mana audiens memiliki cara berbeda dalam menerima dan menafsirkan pesan

media sesuai dengan pengalaman dan konteks pribadi

Daftar Pustaka

- Ariestyani, K., & Ramadhanty, A. (2022). Khalayak Media Sosial: Analisis Resepsi Stuart Hall Pada Kesehatan Seksual Orang Muda. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi: Korvegensi*, 3(2). <https://journal.paramadina.ac.id/index.php/IK/article/view/704>
- Chan, A. (2023). *Mapping Out K-Pop's Global Dominance*. <https://luminatedata.com/blog/mapping-out-k-pops-global-dominance/>
- Circle Chart. (2023). Week 32 Circle Chart: Treasure “2nd Full Album `Reboot`” Reaches No. 1 in Retail Album Chart. *Circlechart.Kr*. https://circlechart.kr/page_article/view.circle?sgenre=kpop&idx=22887
- Creswell, J. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- CXO Media. (2022). Terapi Musik Sebagai Media Pengobatan. *CXO Media*. <https://www.cxomedia.id/art-and-culture/20220102162737-24-173052/terapi-musik-sebagai-media-pengobatan>
- Data Indonesia. (2023). *Survei: Kesehatan Mental Gen Z Lebih Buruk dari Generasi Lain*. <https://dataindonesia.id/kesehatan/detail/survei-kesehatan-mental-gen-z-lebih-buruk-dari-generasi-lain>
- GoodStats. (2022). *Indonesia Jadi Negara dengan Fans K-Pop Terbanyak di Dunia*. *Goodstats.Id*. <https://goodstats.id/article/indonesia-masuk-peringkat-pertama-dengan-fans-k-pop-terbanyak-di-dunia-6w71d>
- Halodoc. (2020). *Ini Manfaat Terapi Musik untuk Kesehatan Mental*. *Halodoc.Com*. <https://www.halodoc.com/artikel/ini-manfaat-terapi-musik-untuk->

kesehatan-mental

- HuffPost. (2022). Powerful Songs About Mental Health To Make You Feel Less Alone. *Huff Post*.
https://www.huffpost.com/entry/songs-about-mental-health_1_5e326e79c5b69a19a4a9f977
- John, C. St. (2018, November). Introducing Generation Z! *Insight Events*.
<https://insights.eventscouncil.org/Full-Article/introducing-generation-z#:~:text=Generation Z%2C or the iGeneration,for their older Millennial counterparts.>
- Kompas. (2021). 4 Manfaat Musik Sebagai Obat Bagi Kesehatan Mental. *Kompas.Com*.
<https://health.kompas.com/read/2021/12/25/140000368/4-manfaat-musik-sebagai-obat-bagi-kesehatan-mental?page=all>
- Kustiawan, W., Fadillah, U., Sinaga, F. K., Hattaradzani, S., Hermawan, E., Juanda, M. D., Suryadi, A., & Fahmi, R. R. (2022). Komunikasi Intrapersonal. *Journal Analytica Islamica*, 11(1), 150.
<https://doi.org/10.30829/jai.v11i1.11930>
- Our World in Data. (2021). *Mental illness: estimated cases, Indonesia*.
<https://ourworldindata.org/grapher/mental-illness-estimated-cases?country=~IDN>
- Sobur, A. (2020). *Semiotika Komunikasi* (5th ed.). Remaja Rosdakarya.
- Talani, N. S., Kamuli, S., & Juniarti, G. (2023). Problem Tafsir Semiotika Dalam Kajian Media dan Komunikasi: Sebuah Tinjauan Kritis. *Bricolage: Jurnal Mahister Ilmu Komunikasi*, 9(1), 103–116.
- Zoom. (2023). *K-Pop Treasure ft. Sakshma Srivastav | Get to know them like never before | Indian Interview*. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=y0wUtW11gJU>