

Gaya Komunikasi Host Podcast *The Catch Up Club* Dalam Menciptakan *Self Improvement*

Nilam Devy Nurmalasari¹, Fifit Fitriansyah², Mety Titin Herawati³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Bahasa, Universitas Bina Sarana Informatika

*Penulis Korespondensi: nilam.vy74@gmail.com

Abstract. *The development of new media has encouraged the emergence of various digital platforms, one of which is podcasts, which are increasingly used as a medium for information dissemination and self-development. The Catch Up Club podcast has gained popularity due to its discussions on life, friendship, and self-improvement delivered through a relaxed and relatable communication style. This study aims to analyze the communication style of the hosts of The Catch Up Club podcast and examine its role in fostering self-improvement among audiences. This research employed a descriptive qualitative approach, with data collected through observation, interviews, documentation, and literature review. The informants consisted of five audience members of the podcast. The findings, based on Joseph A. DeVito's theory, indicate that the hosts predominantly use an assertive communication style, characterized by clear, open, honest, and respectful message delivery. The use of simple language, humor, personal experiences, and a warm approach makes the messages easier to understand. This communication style encourages self-reflection, enhances motivation, builds self-confidence, and supports the audience's selfimprovement process.*

Keywords: *communication style, The Catch Up Club podcast, self-improvement*

Abstrak. Perkembangan media baru mendorong hadirnya berbagai platform digital, salah satunya podcast yang dimanfaatkan sebagai media informasi dan pengembangan diri. Podcast *The Catch Up Club* menjadi salah satu podcast yang diminati karena membahas kehidupan, persahabatan, dan pengembangan diri dengan gaya komunikasi yang santai serta dekat dengan audiens. Penelitian ini bertujuan menganalisis gaya komunikasi host Podcast *The Catch Up Club* dan perannya dalam menciptakan *Self improvement* pada audiens. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi literatur. Informan penelitian berjumlah lima orang yang merupakan audiens podcast tersebut. Hasil penelitian berdasarkan teori Joseph A. DeVito menunjukkan bahwa host cenderung menggunakan gaya komunikasi asertif, ditandai dengan penyampaian pesan yang jelas, terbuka, jujur, dan menghargai audiens. Penggunaan bahasa sederhana, humor, pengalaman pribadi, serta pendekatan yang hangat membuat pesan mudah dipahami. Gaya komunikasi tersebut mendorong refleksi diri, meningkatkan motivasi, membangun kepercayaan diri, dan mendukung proses *Self improvement* audiens.

Kata Kunci: gaya komunikasi, podcast *The Catch Up Club*, self improvement

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan teknologi komunikasi telah mengubah pola masyarakat dalam memperoleh dan menyampaikan informasi. Kehadiran media baru memungkinkan proses komunikasi berlangsung secara dinamis, interaktif, fleksibel, serta tidak terbatas oleh ruang dan waktu. Salah satu bentuk media baru yang berkembang adalah podcast yang dimanfaatkan sebagai media informasi, hiburan, dan pengembangan diri. Perkembangan

tersebut menjadikan podcast tidak hanya sebagai media audio, tetapi juga sebagai ruang komunikasi yang dapat membangun kedekatan antara komunikator dan audiens.

Dalam proses komunikasi melalui podcast, gaya komunikasi host menjadi unsur penting karena berkaitan dengan cara pesan disampaikan dan bagaimana pesan tersebut dimaknai oleh audiens. Gaya komunikasi merupakan cara khas individu dalam menyampaikan pikiran, perasaan, pendapat, maupun pesan kepada orang lain. Joseph A. DeVito (2022) membagi gaya komunikasi menjadi *aggressive style*, *passive style*, *passive-aggressive style*, dan *assertive style*. Keempat gaya tersebut dapat digunakan untuk melihat kecenderungan komunikator dalam menyampaikan pesan dan membangun hubungan dengan lawan bicara.

Podcast juga dapat menjadi media yang mendukung proses *self improvement*. *Self improvement* merupakan proses individu untuk mengenali diri, menerima kekurangan, memperbaiki pola pikir dan kebiasaan, serta meningkatkan kualitas diri secara bertahap. Casika et al. (2023) membahas *Self improvement* sebagai upaya menata karier dan masa depan, sedangkan Fitriani et al. (2025) menekankan pentingnya *Self improvement* dalam meningkatkan kualitas diri. Dengan karakter podcast yang komunikatif dan dekat dengan pengalaman sehari-hari, pesan mengenai pengembangan diri dapat disampaikan melalui percakapan yang lebih personal.

Salah satu podcast yang menjadi perhatian dalam penelitian ini adalah *The Catch Up Club*. Podcast tersebut menghadirkan Agatha Pricilla, Ify Alyssa, dan Sivia sebagai host. Pembahasan yang disampaikan mencakup kehidupan, persahabatan, pengalaman pribadi, kesehatan mental, proses pendewasaan, dan berbagai persoalan yang dekat dengan kehidupan audiens. Interaksi antartuan rumah yang natural membuat pesan tidak terasa seperti penyampaian materi formal, melainkan percakapan yang dekat dengan keseharian.

Keunikan tersebut menjadi dasar peneliti untuk melihat bagaimana gaya komunikasi host digunakan dalam menciptakan *Self improvement* pada audiens. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dalam penelitian, host menggunakan bahasa sederhana dan komunikatif, berbagi pengalaman pribadi, memberikan ruang terhadap perspektif orang lain, serta menyampaikan saran tanpa memaksakan kehendak. Audiens

juga menggunakan sapaan “*Catchers*” dan “teman-teman” sebagai bentuk kedekatan psikologis dalam komunikasi.

Penelitian terdahulu yang relevan antara lain penelitian Faizin, Khairina, dan Putra (2024) mengenai gaya komunikasi host Dirundeng Podcast dalam penyampaian pesan. Penelitian tersebut menunjukkan karakteristik komunikasi melalui pengalaman pribadi, humor, antusiasme, kerendahan hati, dan sikap bersahabat. Nanda dan Syifaraudha (2025) membahas gaya komunikasi dalam podcast PWK pada YouTube HAS Creative dan kaitannya dengan daya tarik obrolan sehari-hari. Rahmaniah (2024) mengkaji gaya komunikasi Habib Ja’far dalam konten YouTube Deddy Corbuzier.

Penelitian ini memiliki fokus yang berbeda karena tidak hanya mengidentifikasi gaya komunikasi host, tetapi juga menghubungkannya dengan proses *Self improvement* yang dirasakan audiens *The Catch Up Club*. Berdasarkan fokus tersebut, rumusan masalah penelitian adalah bagaimana gaya komunikasi yang digunakan host Podcast *The Catch Up Club* dalam menciptakan *Self improvement* pada audiens. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis gaya komunikasi host berdasarkan teori Joseph A. DeVito serta mendeskripsikan perannya dalam menciptakan *Self improvement* pada audiens.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan paradigma konstruktivisme. Pendekatan tersebut digunakan untuk memahami pengalaman dan pemaknaan audiens terhadap gaya komunikasi host Podcast *The Catch Up Club*. Penelitian dilaksanakan pada 10 April sampai 10 Juni 2026.

Unit analisis penelitian adalah gaya komunikasi host Podcast *The Catch Up Club* dalam konteks pesan yang berkaitan dengan *self improvement*. Analisis menggunakan empat kategori gaya komunikasi Joseph A. DeVito (2022), yaitu *aggressive style*, *passive style*, *passive-aggressive style*, dan *assertive style*.

Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Lima informan merupakan audiens *The Catch Up Club* yang telah mengikuti minimal lima episode podcast. Informan menggunakan kode ADP, FAL, LAPA, LMY, dan R. Pemilihan tersebut dilakukan agar informan memiliki pengalaman yang memadai dalam mengikuti

objek yang diteliti. Wawancara dihentikan ketika informasi yang diperoleh menunjukkan pola yang berulang dan tidak ditemukan tema baru yang signifikan.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dokumentasi, analisis dokumen, dan studi literatur. Observasi diarahkan pada cara host menggunakan bahasa, menyampaikan saran dan motivasi, menunjukkan pengalaman pribadi, berinteraksi dengan narasumber, serta menciptakan suasana komunikasi. Wawancara dilakukan untuk memperoleh pengalaman dan persepsi audiens mengenai gaya komunikasi host dan dampaknya terhadap self improvement.

Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang terdiri atas pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Data hasil wawancara dan observasi diseleksi sesuai fokus penelitian, kemudian disajikan secara naratif dan dikaitkan dengan teori Joseph A. DeVito. Ahmad dan Muslimah (2021) digunakan sebagai rujukan mengenai pengolahan dan analisis data kualitatif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gaya Komunikasi Host Podcast The Catch Up Club

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi host *The Catch Up Club* memiliki karakteristik yang kuat pada kejelasan pesan, kejujuran dan keaslian, keterbukaan terhadap perspektif orang lain, serta kenyamanan audiens. Kelima informan memberikan penilaian yang relatif serupa terhadap karakteristik tersebut.

Kejelasan pesan terlihat dari penggunaan bahasa yang sederhana, santai, dan mudah dipahami. Host tidak cenderung menggunakan istilah yang rumit ketika membahas persoalan kehidupan. Saran dan motivasi disampaikan melalui contoh serta pengalaman yang dekat dengan kehidupan audiens. Cara tersebut membuat pesan *Self improvement* lebih mudah dipahami dan tidak terasa seperti materi yang menggurui.

Kejujuran dan keaslian terlihat ketika host membagikan pengalaman pribadi, termasuk kegagalan, kesalahan, pengalaman kurang menyenangkan, dan sisi rentan dalam kehidupan. Informan LMY menilai host tidak takut menunjukkan sisi rentan sehingga pesan yang disampaikan lebih dapat dipercaya. Informan R juga menilai

pengalaman pribadi host menunjukkan bahwa mereka masih berada dalam proses belajar dan berkembang.

Keterbukaan terhadap perspektif orang lain terlihat dari kesempatan yang diberikan kepada narasumber untuk menyampaikan pengalaman secara bebas. Host cenderung mendengarkan dan memberikan respons yang menunjukkan penghargaan terhadap pengalaman orang lain. Sikap tersebut membentuk komunikasi yang terbuka dan tidak menghakimi.

Kenyamanan audiens terbentuk melalui suasana komunikasi yang hangat, humor, candaan, dan interaksi natural. Informan menyatakan bahwa podcast terasa seperti percakapan yang bermakna, bukan ceramah. Bahkan ketika topik yang dibahas cukup sensitif, suasana tetap dirasakan aman dan menyenangkan.

Analisis Empat Gaya Komunikasi Joseph A. DeVito

Analisis berdasarkan teori Joseph A. DeVito menunjukkan bahwa *assertive style* merupakan gaya komunikasi yang paling dominan. Gaya ini terlihat dari kemampuan host menyampaikan pendapat secara terbuka dan jelas, tetapi tetap menghargai perasaan serta perspektif orang lain.

Pertama, *aggressive style* tidak ditemukan sebagai gaya dominan. Informan ADP menilai host memberikan motivasi secara persuasif dan tidak memaksa audiens mengikuti pandangan tertentu. FAL melihat adanya empati sehingga audiens tidak merasa dihakimi, sedangkan LAPA menilai host menunjukkan rasa ingin tahu terhadap pengalaman orang lain. LMY dan R juga menegaskan bahwa host tidak memberikan kesan menggurui atau memaksakan kehendak.

Kedua, *passive style* tidak menjadi pola utama karena host tetap mampu menyampaikan pendapat, pengalaman, dan pandangan secara terbuka. Host tidak menghindari pembahasan mengenai persoalan pribadi dan tetap menyampaikan perspektif ketika berdiskusi.

Ketiga, *passive-aggressive style* juga tidak ditemukan secara dominan. Pesan yang disampaikan cenderung terbuka dan tidak menunjukkan ketidaksetujuan melalui sindiran atau bentuk komunikasi tidak langsung. Keempat, *assertive style* paling terlihat karena

host dapat menyampaikan pesan dengan tegas tanpa mengabaikan hak dan kebebasan audiens.

Dominasi *assertive style* tersebut memperlihatkan adanya keseimbangan antara kemampuan menyampaikan pesan dengan penghargaan terhadap orang lain. Host tidak menempatkan diri sebagai pihak yang paling benar, tetapi berbagi pengalaman dan memberikan perspektif yang dapat dipertimbangkan oleh audiens. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya komunikasi asertif menjadi karakter utama dalam interaksi *The Catch Up Club*.

Gaya Komunikasi Host dalam Menciptakan Self Improvement

Motivasi Self Improvement

Kelima informan menyatakan bahwa gaya komunikasi host dapat memotivasi audiens untuk melakukan *self improvement*. Motivasi muncul karena pesan disampaikan secara jelas, tulus, relatable, dan dekat dengan realitas kehidupan. Informan ADP menilai motivasi yang diberikan lebih mengarah pada kesadaran diri daripada dorongan sesaat. FAL menilai empati host membuat audiens lebih terbuka menerima pesan. LAPA menilai gaya komunikasi yang relatable membuat audiens menyadari bahwa tantangan kehidupan juga dialami orang lain.

Temuan tersebut memperlihatkan bahwa motivasi tidak hanya berasal dari kata-kata penyemangat, tetapi dari cara host mengemas pengalaman dan persoalan menjadi bahan refleksi. Dengan demikian, gaya komunikasi asertif berperan sebagai stimulus komunikasi yang mendorong audiens melihat persoalan dari sudut pandang yang lebih luas.

Pemaknaan *Self improvement* oleh Audiens

Kelima informan memaknai *Self improvement* sebagai proses mengenali diri dan berusaha menjadi lebih baik secara bertahap. Informan tidak memaknai *Self improvement* hanya sebagai pencapaian atau produktivitas, tetapi juga sebagai proses menerima kekurangan, memperbaiki pola pikir, membangun kebiasaan, dan belajar menghadapi persoalan kehidupan.

Pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa pesan *Self improvement* dalam *The Catch Up Club* diterima secara personal. Audiens tidak hanya mengambil satu nasihat tertentu,

tetapi melakukan interpretasi sesuai kondisi kehidupan masing-masing. Proses tersebut sejalan dengan karakter komunikasi asertif yang memberikan ruang bagi audiens untuk menentukan sikap dan mengambil pelajaran sesuai kebutuhan.

Dampak terhadap *Self improvement* Audiens

Dampak yang dirasakan informan terlihat dalam perubahan pola pikir, kesadaran diri, pengelolaan kesehatan mental, produktivitas, dan kebiasaan. Informan FAL mengalami perubahan dalam pengelolaan waktu. Setelah mengikuti pembahasan mengenai kebiasaan dan pengembangan diri, ia mulai membuat daftar kegiatan dan mengatur waktu sehingga lebih disiplin menyelesaikan tugas.

Informan LAPA mengalami perubahan pada cara menghadapi masalah. Setelah mengikuti pembahasan mengenai overthinking dan kesehatan mental, ia mulai menerima bahwa tidak semua hal dapat dikendalikan. Ia merasa lebih mampu menghadapi masalah secara tenang dan rasional serta tidak terlalu keras terhadap diri sendiri ketika melakukan kesalahan.

Informan LMY mengalami perubahan dalam penggunaan media sosial. Setelah mengikuti pembahasan mengenai self-worth dan kesehatan mental, ia mulai mengevaluasi lingkungan digital, mengurangi akun yang memberikan pengaruh negatif, dan mengikuti akun yang lebih edukatif. Perubahan tersebut membuatnya merasa lebih tenang dan tidak mudah insecure.

Informan R mengalami peningkatan kesadaran diri dan kemampuan refleksi. Setelah mengikuti berbagai episode, ia mulai membiasakan diri melakukan refleksi dan evaluasi terhadap pengalaman hidup serta kondisi emosi yang dirasakan. Secara keseluruhan, pengalaman lima informan menunjukkan adanya perubahan positif yang berkaitan dengan pola pikir, kesadaran diri, kesehatan mental, produktivitas, dan kebiasaan.

Pembahasan

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa gaya komunikasi host menjadi salah satu unsur penting dalam penerimaan pesan *self improvement*. Penggunaan bahasa sederhana, pengalaman personal, humor, dan sikap terbuka membuat pesan yang bersifat reflektif lebih mudah diterima. Temuan ini sejalan dengan penelitian Faizin et al. (2024)

mengenai Dirundeng Podcast yang menunjukkan pentingnya pengalaman pribadi, humor, antusiasme, kerendahan hati, dan sikap bersahabat dalam penyampaian pesan.

Dominasi *assertive style* menunjukkan bahwa host mampu menyeimbangkan antara penyampaian pendapat dan penghargaan terhadap audiens. Komunikasi tidak diarahkan untuk mengendalikan atau memaksa, tetapi untuk membuka ruang percakapan dan refleksi. Karakteristik tersebut menjadi penting karena *Self improvement* merupakan proses personal yang tidak dapat dipaksakan kepada audiens.

Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa perubahan *Self improvement* tidak terjadi secara instan. Audiens memaknai *Self improvement* sebagai proses bertahap dan berkelanjutan. Podcast berperan sebagai media yang memberikan stimulus, perspektif, pengalaman, dan ruang refleksi, sedangkan perubahan dalam kehidupan sehari-hari tetap dipengaruhi oleh proses internal dan keputusan masing-masing individu.

Jika dibandingkan dengan penelitian Nanda dan Syifaraudha (2025), penelitian ini sama-sama menunjukkan pentingnya obrolan sehari-hari dan gaya komunikasi yang dekat dengan audiens. Perbedaannya terletak pada fokus penelitian ini yang secara khusus mengaitkan gaya komunikasi host dengan *Self improvement* audiens berdasarkan empat gaya komunikasi Joseph A. DeVito. Sementara itu, penelitian Rahmaniah (2024) mengidentifikasi gaya komunikasi pada konten Habib Ja'far, sedangkan penelitian ini menempatkan pengalaman audiens sebagai sumber utama untuk memahami peran gaya komunikasi dalam pengembangan diri.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, gaya komunikasi host Podcast The Catch Up Club didominasi oleh *assertive style* berdasarkan teori Joseph A. DeVito. Dominasi tersebut terlihat melalui penyampaian pesan yang jelas, jujur, terbuka, empatik, dan tidak memaksakan kehendak. Host menggunakan bahasa sederhana, berbagi pengalaman pribadi, terbuka terhadap perspektif orang lain, serta menciptakan suasana percakapan yang hangat dan nyaman.

Gaya komunikasi tersebut berperan dalam menciptakan *Self improvement* pada audiens. Kelima informan menunjukkan bahwa podcast memberikan motivasi, mendorong refleksi diri, meningkatkan kesadaran diri dan kepercayaan diri, serta

mendukung perubahan dalam pola pikir, pengelolaan kesehatan mental, produktivitas, penggunaan media sosial, dan kebiasaan sehari-hari. *Self improvement* dipahami sebagai proses bertahap dan berkelanjutan. Podcast berperan sebagai media yang memberikan stimulus dan ruang refleksi, sedangkan penerapan perubahan tetap berada pada proses personal masing-masing audiens.

DAFTAR REFERENSI

- Ardianto, E. (2022). Public relations dalam perspektif komunikasi digital. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 6(1), 23–35.
- DeVito, J. A. (2022). *The Interpersonal Communication Book* (16th ed.). Pearson. https://www.pearson.com/enus/pearsonplus/p/9780137589166?utm_source=
- Putri, A. N., & Hidayat, D. (2022). Gaya komunikasi dalam media digital dan pengaruhnya terhadap pemaknaan audiens. *Jurnal Ilmu Komunikasi Indonesia*, 11(2), 145–156.
- Putri, N. A. (2024). Perkembangan podcast sebagai media komunikasi digital di Indonesia. *Jurnal Media dan Komunikasi Digital*, 8(1), 45–59. <https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jmkd/article/view/7890>
- Saraswati, L. P. (2023). Pemanfaatan podcast sebagai media komunikasi publik dalam strategi public relations digital. *Jurnal Komunikasi Profesional*, 7(2), 134–145. <https://doi.org/10.25139/jkp.v7i2.567>
- Setiadi, A. (2023). Transformasi komunikasi dalam era media baru berbasis digital. *Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 7(2), 112–125. <https://repository.unikom.ac.id/70833/1/Digitalisasi%20Komunikasi%20%20Dinamika%20Teori%20dan%20Transformasi%20di%20Era%20Digital.pdf>
- Spinelli, M., & Dann, L. (2021). Podcasting: The audio media revolution. *Journal of Radio & Audio Media*, 28(2), 201–218.