



**PERAN MUSIK DALAM EKSPRESI EMOSIONAL INDIVIDU
PADA KOMUNITAS SKENA DI SECA *COFFEE* TEGAL**

SKRIPSI

Disajikan Sebagai Salah Satu Syarat dalam Rangka Penyelesaian Studi
Strata Satu untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

DAVID BAKHTIAR

NPM 1120600021

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS PANCASAKTI TEGAL**

2024

PERSETUJUAN

Nama Mahasiswa : David Bakhtiar

NPM : 1120600021

Program Studi/SMT : BK/8

Judul Skripsi : " PERAN MUSIK DALAM EKSPRESI EMOSIONAL INDIVIDU
PADA KOMUNITAS SKENA DI SECA *COFFEE* TEGAL "

Disetujui oleh dosen pembimbing untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.

Pembimbing I,



Dr. Rahmad Agung Nugraha, M. Si

NIDN. 0611107203

Tegal, 10 Juli 2024

Pembimbing II,



Sri Adi Nurhayati, S.Psi, M.M

NIDN. 0613027002

PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul "Peran Musik Dalam Ekspresi Emosional Individu Pada Komunitas skena di Seca *Coffee* Tegal" Karya

Nama : David Bakhtiar

NPM : 1120600021

Program Studi : Bimbingan Dan Konseling

Telah dipertahankan di hadapan sidang dewan penguji skripsi fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas Pancasakti Tegal, Pada:

Hari : Senin

Tanggal : Juli 2024

Ketua,



Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd

NIDN. 0609088301

Sekretaris,



Mulvani, M.Pd

NIDN. 0615107502

Anggota Penguji,

Penguji I



Dr. Hanung Sudibyo, M.Pd

NIDN. 0609088301

Penguji II



Sri Adi Nurhavati, S.Psi, M.M

NIDN. 0613027002

Penguji III



Dr. Rahmad Agung Nugraha, M.Si

NIDN. 0611107203

Disahkan

Dekan,



Dr. Yoga Prihatin, M.Pd

NIDN. 063067403

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Peran Musik Dalam Ekspresi Emosional Individu Pada Komunitas Skena Di *Seca Coffee* Tegal” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam asas keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Tegal, 17 Juli 2024

Yang menyatakan pernyataan,



David Bakhtiar

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Done is better, than perfect”

“Kepuasan dan kemakmuran tidak akan terjadi pada kita, melainkan terjadi karena kita. Kesuksesan bukanlah suatu yang kebetulan. Rangkulah perubahan yang di wakili oleh perjalanan tersebut. Nikmati sensasi pemandangan baru yang di suguhkan fajar berikutnya. Di segerakan oleh janji akan kekuatan baru yang kita peroleh. Pertahanan baru yang akan kita temukan dengan mengatasi tantangan yang menanti kita di hari yang baru. *Being better is a must, but being different is a whole new world*, lakukan yang tidak bisa mereka lakukan, yang mereka tidak berani lakukan. Tentang hasil itulah tawakal, namun sebelumnya harus ikhtiar *to the max*. (David Bakhtiar)

Persembahan :

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orangtua saya ibu Samroh Iis Sarjana dan Almarhum bapak Untung Mulyadi Rahimahullah Ta'ala serta kakak pertama Ikhwan Panji Ibrahim, dan kakak kedua Kukuh Basunanda, orang yang telah memberikan do'a dan dukungan penuh terhadap Pendidikan yang telah ditempuh.
2. Untuk sahabat yang selalu tetap merangkul dan saling memberi motivasi dalam pembuatan skripsi ini, Aditya Mufti, Sigit Prabowo, Vikyh Putera Amanda, Ananda Hadi Putri, Bilqis Istifara Khansa, dan Zihan Khairunnisa
3. Untuk Arkhis Risqiah yang sudah menemani di setiap waktu peneliti dalam penyusunan skripsi ini, memberikan dukungan, tenaga, pikiran dan selalu sabar dalam menghadapi sikap peneliti.
4. BK Angkatan 2020 dan Almamater Universitas Pancasakti Tegal.

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sesuai dengan waktu yang telah direncanakan. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pancasakti Tegal. Dalam penulisan skripsi ini, banyak pihak yang telah memberikan bantuan. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Taufiqulloh, M.Hum Rektor Universitas Pancasakti Tegal yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh studi.
2. Dr. Yoga Prihatin, M. Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Pancasakti Tegal.
3. Ibu Mulyani, M.Pd Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal.

4. Bapak Dr. Rahmad Agung Nugraha, M,Si sebagai Pembimbing I, beserta Ibu Sri Adi Nurhayati, S,Psi, M.M selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan, ide serta koreksi dengan penuh kesabaran yang tulus.
5. Bapak atau ibu dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UPS Tegal yang telah memberikan ilmu selama menempuh studi
6. Baihaqi Fajrus Salam selaku pengelola *Seca Coffee* Tegal
7. Semua pihak yang telah mendukung peneliti yang tidak bisa disebutkan satu per-satu.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak khususnya bagi peneliti dan pembaca, semoga Tuhan yang Maha Esa selalu memberikan berkat.

Tegal, 11 Juli 2024

Peneliti,

David Bakhtiar

NPM. 1120600021

ABSTRAK

David Bakhtiar

Advisor 1: Dr. Rahmad Agung Nugraha, M.Si

Advisor 2 : Sri Adi Nurhayati, S.Psi, M.M.

**Corresponding author: dhavidyaull@gmail.com*

Penelitian ini menginvestigasi peran musik dalam ekspresi emosional pada individu dalam komunitas skena di Seca Coffee, Tegal. Studi ini bertujuan untuk memahami bagaimana musik berfungsi sebagai sarana ekspresi emosional bagi anggota komunitas skena. Metode penelitian kualitatif digunakan dengan pendekatan fenomenologi untuk mendapatkan wawasan mendalam melalui wawancara mendalam dengan anggota komunitas skena yang aktif berpartisipasi dalam musik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa musik memainkan peran krusial dalam memfasilitasi ekspresi emosi di antara individu komunitas skena di Seca Coffee. Musik tidak hanya berfungsi sebagai media untuk menyampaikan perasaan seperti kegembiraan, kekecewaan, atau amarah, tetapi juga sebagai alat untuk memperkuat ikatan sosial antar anggota komunitas. Musik di Seca Coffee tidak hanya menjadi bentuk seni yang diekspresikan secara individual, tetapi juga sebagai bagian integral dari identitas kolektif mereka yang membentuk dan memperkuat solidaritas.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa musik tidak hanya berperan sebagai hiburan semata, tetapi juga sebagai bahasa yang memungkinkan remaja dalam komunitas skena di Seca Coffee untuk mengartikulasikan dan merespons kompleksitas emosional mereka secara kreatif dan bermakna. Implikasi praktis dari penelitian ini menggarisbawahi pentingnya memahami dan mendukung aktivitas musik sebagai alat untuk kesejahteraan emosional dan sosial individu dalam konteks komunitas tertentu.

Kata kunci : musik, ekspresi emosional, individu, komunitas skena, Seca Coffee, Tegal

ABSTRACT

David Bakhtiar

Advisor 1: Dr. Rahmad Agung Nugraha, M, Si

Advisor 2 : Sri Adi Nurhayati, S.Psi, M.M.

*Corresponding author: dhavidyauull@gmail.com

The study investigates the role of music in individual emotional expression in the skena community at Seca Coffee, Tegal. The study aims to understand how music functions as a means of emotional expression for members of the skena community. Qualitative research methods were employed with a phenomenological approach to gain deep insights through in-depth interviews with active members of the skena community who participate in music.

The research findings indicate that music plays a crucial role in facilitating emotional expression among teenage members of the skena community at Seca Coffee. Music serves not only as a medium for conveying feelings such as joy, disappointment, or anger, but also as a tool for strengthening social bonds among community members. At Seca Coffee, music is not just an art form expressed individually, but also an integral part of their collective identity that shapes and strengthens solidarity.

The study concludes that music functions not only as entertainment but also as a language that enables individuals in the skena community at Seca Coffee to articulate and creatively respond to the complexity of their emotions in a meaningful way. The practical implications of this research underscore the importance of understanding and supporting musical activities as a tool for the emotional and social well-being of teenagers within specific community contexts.

Keywords : *music, emotional expression, individual, skena community, Seca Coffee, Tegal*

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN	i
PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PRAKATA	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pembatasan Masalah	6
1.3 Rumusan Masalah	6
1.4 Tujuan Penelitian.....	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II	8
LANDASAN TEORETIS	8
2.1 Landasan Teori.....	8
2.1.1 Peran Musik.....	9
2.1.2 Genre Musik.....	12
2.1.2.1 Klasik	12
2.1.2.2 Jazz.....	12
2.1.2.3 Bluees.....	13
2.1.2.4 Country.....	13
2.1.2.5 World.....	13
2.1.2.6 Techno.....	14
2.1.2.7 Reggae.....	14

2.1.2.8 Rap	14
2.1.2.9 Dangdut	15
2.1.3 Pengertian Komunitas Skena.....	15
2.1.3.1 Ciri komunitas skena	17
2.1.4 Fungsi Ekspresi Emosional	19
2.1.4.1 Fungsi	19
2.1.5 Ekspresii Emosional	22
2.1.6 Kehidupan Individu dan Permasalahannya.....	25
2.1.6.1 Kehidupan Individu.....	25
2.1.6.2 Masalah.....	27
2.1.7 Kerangka Berpikir	33
BAB III.....	35
METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Pendekatan dan desain Penelitian.....	35
3.1.2 Prosedur Penelitian.....	36
3.1.3 Sumber informasi	38
Tabel 2.1.....	40
3.1.4 Wujud data	40
Tabel 2.2.....	41
3.1.5 Teknik Pengumpulan Data.....	42
3.1.6 Teknik Analisis Data	44
3.1.7 Teknik penyajian hasil analisis.....	45
BAB IV.....	47
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
4.1 Pelaksanaan Penelitian	47
4.1.2 Persiapan Penelitian.....	47
4.1.3 Pengumpulan Data Penelitian.....	48

4.1.4 Sejarah Singkat Seca Coffee Tegal.....	48
4.1.5 Identitas Responden Penelitian.....	50
4.1.6 Jadwal pelaksanaan wawancara dengan responden.....	52
Tabel 2.3.....	52
4.1.7 Deskripsi Penyebab Responden Masuk dalam Komunitas Skena.....	52
4.1.8 Analisis Kasus.....	56
5.1 Pembahasan.....	58
5.1.2 Pembahasan dan Implementasi Peran Musik Dalam Ekspresi Emosional Individu Komunitas skena.....	58
BAB V.....	70
PENUTUP.....	70
6.1 SIMPULAN.....	70
6.1.2 SARAN.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN.....	74
Tabel 5.....	83
DOKUMENTASI.....	87

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Musik adalah media untuk ekspresi artistik dan jendela ke cara hidup lokal. Musik, baik dalam bentuk resmi maupun informal, mencantumkan standar dan nilai-nilai yang dikembangkan selama proses pencampuran budaya. Kualitas struktural musik sama dengan fitur atau variasi budaya lainnya. Budaya Melayu terkait erat dengan musik dengan cara yang sama. Seni adalah hasil dari kecerdikan, selera, dan kerja manusia seperti yang muncul dalam pengaturan yang beragam. Namun, pengaturan suara, melodi, harmoni, ritme, dan bagian suara menghasilkan musik. Dengan demikian, penciptaan, rasa, dan ciptaan manusia yang dicapai melalui pemrosesan suara, melodi, harmoni, ritme, vokal, dan tempo secara harfiah merupakan seni musik.

Music menjadi keperluan dasar manusia terkategori integratif ialah menikmati keelokan, serta mengatakan perasaan keelokan. Kebutuhan dasar manusia yang mau mengatakan jati dirinya selaku makhlukhidup yang berselera (Baharii2014:45).

Di KBBI (1990:602) Musik merupakan: ilmu ataupun suara yang diekspresikan, campuran serta ikatan guna menciptakan komposisi (suara) yang memiliki penyeimbang serta kesatuan suara yang disusun sehingga memiliki irama, lagu serta keharmonisan (paling utama yang bisa menciptakan bunyian itu). Bagi Bassanno (2015:24) Music merupakan wujud seni yang sangat subtil, tetapi berpengaruh terhadap pusat raga serta jaringan syaraf. Musik pula pengaruhi sistem

syaraf parrasimpatetis ataupun otomatis. Tidak diragukan lagi bahwa seluruh alam semesta bergetar pada frekuensi tertentu, serta kita turut terbawa, bergantung pada reaksi syaraf kita. Serta juga Salah satu elemen dari kehidupan manusia. Secara mendasar, musik merupakan produk pada benak. sebagian manusia kerap kali menuangkan ide-idenya dalam bermusik, semacam menghasilkan suatu lagu yang cocok dengan atmosfer hati, perhal ini kerap di sebut ekspresi.

Ekspresi yang diluapkan lewat musik beragam sehingga terciptalah bermacam *genre* musik yang mempunyai karakteristik serta keindahannya sendiri, semacam: Popp, Reeggae, Dangdut, Keroncong, Campursari, Rock, Bluees, serta Jazz. Tiap-tiap *genre* memuat Ekspresi serta mengandung ciri khas yang sangat istimewa. Di KBBI (2008:360), ekspresi diartikan sebagai ungkapan atau proses mengungkapkan ide atau emosi seseorang.. Ekspresi ini dapat terlihat ketika seseorang menggerakkan bagian tubuhnya, misalnya melalui ekspresi tidak puas yang tergambar di wajah. Dalam bermusik, ekspresi sangat penting bagi pemain musik atau penyanyi untuk membuat penonton Merasa dan larut dalam suasana musik. Tanpa ekspresi, pertunjukan musik bisa terasa membosankan dan kurang menarik bagi penonton.

Emosi seperti jenuh, gembira, sedih, haru, dan cinta selalu hadir dalam perjalanan hidup seseorang bersama berbagai isu yang timbul.. Dalam konteks psikologi, musik memiliki beragam peranan yang signifikan dalam kehidupan individu, termasuk sebagai hiburan. Suasana hati yang bahagia atau sedih tergantung pada pendengarnya, namun musik mampu menghidupkan semangat dalam jiwa yang sedang dilanda kegelisahan, kelelahan, dan kelesuan bagi mereka

yang sedang dalam euforia cinta., musik bisa menjadi sumber semangat.

Sebagai sumber hiburan, musik bisa memberikan perasaan rileks dan sejahtera kepada mereka yang mendengarkan, di saat pikiran dipenuhi kekhawatiran dan buntu, mendengarkan musik bisa menyegarkan pikiran. Musik juga bisa menjadi obat untuk depresi; telah teruji dan terbukti bahwa musik bisa meredakan detak jantung, membantu menenangkan, dan merangsang area otak yang relevan dengan perasaan dan kualitas tidur. Penelitian dari Universitas Sains Tokyo menunjukkan bahwa musik memiliki potensi untuk mengurangi tingkat stres dan kegelisahan, dan mendengarkan musik merupakan cara yang efektif untuk mengatasi depresi.

Musik memiliki peran sebagai pengobatan atau terapi. Saat mendengarkan musik, aktivitas gelombang listrik di kepalanya bisa diubah, baik melambat maupun mempercepat sehingga mempengaruhi kinerja sistem tubuh. Musik memiliki kekuatan untuk mengendalikan hormon-hormon yang memengaruhi stres musik juga dapat meningkatkan kemampuan ingatan. Hubungan antara musik dan kesehatan memang sangat erat, dan mendengarkan musik kesukaan dapat membawa seseorang ke kondisi emosional yang positif dengan cepat.

Djohan (2006:25) menyatakan bahwa dalam pengobatan menggunakan terapi musik, musik bukanlah Pengobatan yang dapat dengan cepat meredakan nyeri atau mengatasi sumber penyakit. Misalnya, ketika memperdengarkan musik kepada penderita depresi, mereka mungkin menyukai musik atau mengalami perubahan suasana hati saat mendengarkannya, tetapi sifatnya temporer. Hasil yang lebih baik dapat dicapai jika mereka secara menerus dalam aktivitas musik yang dipersiapkan secara khusus. Musik juga memengaruhi detak jantung dan tekanan darah sejalan

dengan frekuensi, tempo, dan volume yang digunakan. Tempo musik yang lambat akan memperlambat detak jantung dan menurunkan hipertensi, sehingga pendengar merasa santai baik secara pikiran maupun fisik.

Musik dapat meningkatkan kecerdasan seseorang dengan mendorong minat belajar melalui nada-nada musik. Musik klasik, khususnya, terbukti bermanfaat bagi kecerdasan janin dalam kandungan. Ketika seorang ibu hamil mendengarkan musik dengan tenang, musik tersebut didengarkan juga oleh janin, yang membantu meningkatkan intelegensia bayi lebih besar daripada anak yang tidak dikenalkan pada musik. Musik klasik sering dianjurkan oleh para pakar karena dapat menstimulasi otak, mencerdaskan bayi, dan memberikan ketenangan bagi ibu hamil.

Musik juga dapat membantu mencegah penurunan kemampuan ingatan. Terhadap mereka yang sedang mengalami masalah ingatan, berbicara dengan bahasa mungkin tidak efektif, namun musik bisa membantu pasien dalam mengingat melodi atau lagu, serta memfasilitasi komunikasi mengenai sejarah hidup mereka. Hal ini terjadi karena area otak yang menangani musik berdekatan dengan bagian yang memproses memori. Penelitian menunjukkan bahwa orang dengan masalah ingatan merespons lebih baik terhadap musik pilihan mereka. Selain itu, musik memiliki fungsi penting dalam ekspresi emosional di berbagai kebudayaan. Di negara-negara Barat, musik digunakan untuk menstimulasi perilaku, dan ada lagu-lagu khusus untuk menciptakan ketenangan. Pembuat musik dari masa ke masa memperlihatkan kebebasan dalam mengekspresikan emosi mereka, mengaitkannya Menggunakan berbagai elemen seperti alam, cinta,

kegembiraan, kesedihan, kemarahan, dan pemikiran. Banyak individu saat ini menciptakan mendengarkan atau menikmati lagu yang menyesuaikan dengan suasana emosi yang mereka rasakan, menunjukkan bagaimana musik digunakan sebagai sarana ekspresi emosional.

Peneliti memilih tiga informan dari komunitas skena di *Seca coffee* tegal sebagai subjek penelitian karena minat mereka yang besar terhadap musik. Masing-masing dari individu ini terlibat dalam kegiatan musik baik secara resmi maupun tidak resmi. Kegiatan resmi meliputi pertunjukan seni dalam perayaan besar, lomba karaoke, dan penyambutan tamu. Kegiatan situasi informal terjadi ketika mereka berkumpul santai sambil bermain Alat musik seperti gitar, gendang, dan sebagainya. Selain itu, ada individu yang mendengarkan musik melalui handphone atau earphone. Musik menjadi bagian tak terpisahkan dari aktivitas mereka, menunjukkan betapa pentingnya kehadiran musik bagi mereka. Faktor-faktor inilah yang mendorong dilakukannya penelitian ini. Fokus penelitian mencakup rumusan masalah, tujuan, dan manfaat yang diuraikan dalam rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini antara lain :

- A. Tiga informan dari komunitas skena di Seca coffee Tegal yang dipilih oleh peneliti mengatakan ketergantungan terhadap musik skena
- B. Informan meredakan masalah hidup dengan mendengarkan musik skena
- C. Informan seringkali datang dan bercengkerama di Seca coffee Tegal
- D. Seca coffee Tegal seringkali mengadakan event musik skena untuk memfasilitasi komunitas skena yang sering berada di Seca coffee

1.3 Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah tersebut, penelitian ini difokuskan pada isu "Peran musik terhadap ekspresi emosional pada individu komunitas skena di Seca *coffee* Tegal ." Peneliti mengambil tiga individu dari komunitas skena di Seca Coffee Tegal untuk dijadikan informan atau responden.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan yang muncul adalah :

- A. Fenomena apa saja yang ada pada komunitas skena di Seca *coffee* Tegal
- B. Bagaimana peran musik dalam mempengaruhi ekspresi emosional individu pada komunitas musik skena di Seca *coffee* Tegal?

1.5 Tujuan Penelitian

- A. Dari masalah yang diuraikan sebelumnya, tujuan penelitian ini adalah untuk memahami fenomena yang ada pada komunitas skena di Seca

cofee Tegal dan Bagaimana peran musik dalam mempengaruhi ekspresi emosional individu pada komunitas musik skena di *Seca coffee* Tegal?

1.6 Manfaat Penelitian

Suatu aktivitas tak akan memiliki makna tanpa menghasilkan sesuatu yang berguna, baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Dari studi ini diharapkan adanya kegunaan, seperti :

- 1.1.1 Secara konseptual, studi ini diharapkan bisa meningkatkan pemahaman tentang peran musik dalam mengatasi tantangan sehari-hari dan mengekspresikan emosi.
- 1.1.2 Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut :
 - 1.1.2.1 Bagi Individu: Mereka dapat menggunakan musik sebagai sarana hiburan atau outlet untuk menyampaikan perasaan dan mengekspresikan emosi mereka saat menghadapi masalah.
 - 1.1.2.2 Bagi peneliti: Melalui penelitian ini, peneliti akan mendapatkan wawasan dan pengalaman yang akan membantu meningkatkan pemahaman tentang fungsi dan peran musik.
 - 1.1.2.3 Bagi Masyarakat: Masyarakat dapat mengetahui manfaat musik dalam perkembangan emosi individu di lingkungan sekitar

BAB II

LANDASAN TEORETIS

2.1 Landasan Teori

Skripsi ini mengacu pada beberapa referensi pertama dalam penelitian Novi Salmia (2013) tentang penggunaan musik klasik dalam terapi untuk membantu orang autis menjadi lebih mandiri. Penelitian ini menggunakan metodologi kualitatif di Sekolah Dasar Negeri (SDLB) Kaliwungu Kudus untuk menjelaskan prosedur terapi musik dan bagaimana terapi tersebut mempengaruhi perilaku anak autis. Kedua, studi yang dilakukan pada tahun 2015 oleh Rahel Petriana. Mengenai musik band sebagai terapi bagi penyandang autisme dalam rangka mengembangkan bakat diri, penelitian ini dilaksanakan di SLB Negeri Semarang dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Ketiga, studi Nurliyanti tahun 2014 melihat bagaimana terapi tawa mempengaruhi tingkat stres mahasiswa PSIK FH UH semester awal. Hasil penelitian berbasis tesis ini menunjukkan bagaimana mahasiswa merespon terapi tawa. Keempat, terapi musik untuk mengurangi stres tercakup dalam Jurnal Mahargyantari P. Dewi (2009).

Penelitian ini dilakukan dengan mencari artikel ilmiah melalui platform daring EBSCO dan Proquest. Jurnal tersebut menyatakan bahwa terapi musik berperan dalam merelaksasi dan memperbaiki kesehatan. Hasil penelitian yang diacu dalam skripsi ini menunjukkan kesamaan dengan masalah yang diteliti, yaitu respon dan perubahan manusia saat mendengarkan bunyi yang menenangkan melalui terapi musik.

2.1.1 Peran Musik

Menurut definisi dari para ahli, peran merupakan elemen yang terus berubah dari posisi keadaan atau kondisi seseorang. Ketika seseorang menjalankan hak dan tanggung jawab, itu berarti mereka sedang melaksanakan sebuah peran. Meskipun kita semua sering menggunakan kata "peran", namun terkadang tidak mudah untuk memberikan arti yang tepat dari konsep peran tersebut. Peran sering kali dikaitkan fungsi, peran, dan status berhubungan erat dan tidak dapat dipisahkansatu sama lain.. Mustahil ada peranan tanpa keberadaan adanya kedudukan, begitu juga sebaliknya, tidak mungkin ada status tanpa peran yang terkait. Setiap individu memiliki berbagai jenis peran yang dijalankan dalam kehidupan sosial mereka Di tengah masyarakat. Peran ini menetapkan kontribusi individu terhadap masyarakat dan juga menetapkan peluang yang diberikan oleh masyarakat kepada individu tersebut. Standar yang diterima mengatur peran-peran ini. Peran lebih banyak menekankan terhadap adaptasi dan merupakan suatu proses. Peran individu mencakup tiga aspek, di antaranya adalah standar-standar yang terkait dengan kedudukan individu di tengah masyarakat. Dengan demikian, peran pada dasarnya merujuk pada aturan-aturan yang mengarahkan individu dalam interaksi sosial di dalam masyarakat.

Musik merupakan bentuk seni yang memancarkan keindahan atau estetika. Keindahan ini tercermin melalui melodi dan dinamika yang ada dalam musik. Selain itu, musik juga berperan sebagai sarana hiburan yang membantu mengatasi stres dengan mengurangi intensitas emosi yang dirasakan. Musik merupakan bagian

yang sangat terintegrasi dalam kehidupan kita, dan hampir semua orang menikmati mendengarkannya. Seperti yang diungkapkan oleh Simanungkalit (2008:1), musik adalah kecantikan bunyi yang didengar, berasal dari dua sumber, yaitu bunyian beberapa alat musik dan yang diciptakan oleh manusia. Saya pribadi juga jarang menghabiskan satu hari pun dengan mendengarkan alunan musik. Terkadang saat saya merasa jenuh, musik memiliki kemampuan untuk memperbaiki suasana hati saya. Tidak hanya itu, musik juga terbukti memiliki dampak positif dalam mengurangi keadaan depresi.. Musik memiliki efek pengobatan dan penyembuhan. Ketika kita mendengarkan musik, rangsangan ritmisnya diterima melalui kemampuan pendengaran dan diproses oleh Sistem saraf dan kelenjar otak, yang memainkan peran kemudian mengatur ulang cara memahami suara menjadi ritme batin pendengar. Ritme batin ini memengaruhi proses metabolisme dalam tubuh manusia, memungkinkan proses tersebut berjalan lebih efisien. Metabolisme yang lebih efisien dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, membuatnya lebih kuat dalam menghadapi potensi infeksi penyakit.

Menurut Djohan (2006: 27), terapi music memiliki pendekatan yang disesuaikan dengan kelompok klien dan situasi kerja terapis. Pada beberapa kelompok, fokus terapi adalah rehabilitasi dan pengembangan keterampilan atau fungsi efektif secara fungsional, musik sebagai bentuk terapi melibatkan penggunaan kemampuan musik dan unsur-unsur musik yang dimanfaatkan oleh terapis untuk meningkatkan kesehatan fisik, serta mengatasi masalah kesehatan mental, emosional, dan spiritual klien. Terapi musik melibatkan dua inti pokoknya, yaknielemen terapidan elemen musik. Elemen terapi ini mencakup kemahiran musik yang dimiliki oleh terapis,

pembangunan hubungan antara terapis dan klien, aktivitas terstruktur yang direkomendasikan dilakukan oleh tim penanganan untuk mencapai sasaran tertentu dan objektif untuk klien. Perawatan dengan menggunakan musik dapat dijalani melalui bermacam cara, seperti bernyanyi, menciptakan musik, serta bermain instrumen musik. Melalui terapi ini, depresi bisa dikurangi saat individu berhadapan dengan tantangan.

Saat zaman Hindu, terutama di wilayah Jawa, peran musik tak terbatas hanya sebagai komponen dalam upacara, tetapi juga demikian sebagai hiburan dalam aktivitas istana untuk menyambut pengunjung kerajaan. Namun, dengan perkembangan musik global pada masa ini, musik juga berfungsi sebagai pengiring atau latar belakang dalam film, tarian, drama, dan opera, bertujuan untuk meningkatkan pengalaman penonton dengan menciptakan suasana yang lebih mendalam saat menonton pertunjukan tersebut.

Selain sebagai pengiring, musik juga memiliki peran dalam meningkatkan semangat dalam kehidupan. Musik berfungsi sebagai penyembuhan untuk kesehatan. Saat seseorang mendengar musik, aktivitas gelombang listrik di otaknya dapat diperlambat atau dipercepat, sementara sistem tubuh mengalami perubahan. Musik juga memiliki kemampuan untuk mengatur hormon-hormon yang berpengaruh dengan tingkat stres seseorang, serta dapat meningkatkan daya ingat. Musik dan kesehatan memiliki hubungan yang erat, dan jelas bahwa mendengarkan musik kesukaan seseorang dapat mengubah suasana hati menjadi lebih baik dengan cepat. Musik juga berfungsi sebagai medium ekspresi emosi bagi individu. Dengan kata lain, musik memungkinkan seseorang untuk mengekspresikan perasaan atau

emosi mereka. Saat seseorang mengalami cinta atau patah hati, musik memiliki peran penting dalam menentukan dan mengungkapkan emosi.

2.1.2 Genre Musik

Yaitu cara untuk mengelompokkan musik berdasarkan kesamaan antara satu dengan yang lain. Musik dapat dikelompokkan berdasarkan kriteria yang berbeda. Genre dapat digambarkan melalui tema musik. Banyak orang yang menyadari bahwa musik memuat berbagai aliran, berikut ini beberapa jenis genre musik.

2.1.2.1 Klasik

Jenis musik yang menawan dan memiliki kedalaman intelektual, yang selalu dihargai sepanjang waktu. Musik ini berasal dari Eropa dan berkembang antara tahun 1750 hingga 1825. Terdapat beberapa periode yang berbeda berdasarkan karakteristik dan gaya musiknya. Beberapa musisi terkenal yang menjadi ikon dalam genre ini antara lain adalah Chopin, dan Johann Pachelbel.

2.1.2.2 Jazz

bentuk musik yang berkembang dari perpaduan elemen-elemen seperti blues, dan musik Eropa, khususnya musik band. Seperti yang telah disebutkan sebelumnya, sebuah lagu dapat mencakup beberapa genre yang pada akhirnya membentuk identitas genre tertentu. Beberapa variasi dalam genre ini termasuk cool jazz, free jazz, jazz fusion, smooth jazz, dan CafJazz. Di Indonesia, terdapat sejumlah musisi jazz yang berbakat seperti Benny Likumahuwa, Barry Likumahuwa Krakatau, Bhaskara, dan banyak lagi.

Instrumen yang umumnya digunakan meliputi gitar, bass, contrabass, trombon, piano, trompet, dan saxophone. Setiap instrumen memberikan warna yang unik

pada nada-nada jazz. Meskipun demikian, tidak semua orang dapat mengapresiasi musik jazz karena memiliki gaya yang khas dan kompleks dalam eksekusinya

2.1.2.3 Blues

Blues merupakan genre musik dari USA. Asal-usul musik blues dapat ditelusuri Music rohani dan lagu-lagu pujian yang berasal dari komunitas mantan budak Afrika di USA. Pemanfaatan nada biru dan pola tanggapan-berbalas, blues menunjukkan akar budaya Afrika Baratnya. Saat ini, banyak pecinta blues yang lahir, mereka mendengarkan, mempelajari, menulis, memainkan, dan merekam album blues.

2.1.2.4 Country

Gabungan dari elemen-elemen permusikan dari wilayah Selatan Amerika (AS) dan Pegunungan Appalachia ini memiliki akar yang berasal dari tradisi Lagu-lagu rakyat *North American*, musik kelt, serta musik gospel, dan mulai mulai pesat sejak tahun 1920-an. Istilah "musik country" menjadi populer dikenal padatahun 1940-an untukmenggantikan istilah "musichilbilly" yang dipandang kurang pantas. Di tahun 1970-an, semakin established dan familiar bagi pendengar musik, sebutan Alternatiflain untukgenre ini adalah "country dan western", walaupun sekarang jarang digunakan Di luar Britania Raya dan Irlandia.

2.1.2.5 World

Merujuk pada musik global, termasuk musik tradisional atau rakyat dari berbagai budaya, yang diciptakan dan dimainkan oleh musisi yang memiliki hubungan erat dengan warisan budaya mereka. Genre ini sering kali mencakup lagu-lagu rakyat yang telah ada sejak zaman kuno, bahkan sebelum era 0-800

Masehi.

2.1.2.6 Techno

Musik yang menampilkan tema futuristik. Biasanya, diputar di club malam dan sering kali disajikan oleh seorang DJ. Musik ini tidak bergantung pada alat musik tradisional. Sebaliknya, musik Techno menggunakan alat musik kekinian seperti DJ mixer yang digunakan untuk meremix musik yang sudah ada menjadi karya yang berfokus pada tema futuristik.

2.1.2.7 Reggae

Aliran musik berasal dari Jamaika. Genre ini mencakup berbagai jenis music Jamaika termasuk Ska, rocksteady, dub, dancehall, dan raggamuffin. Istilah "Reggae" mungkin juga mencakup gaya-gaya musik yang berbeda ini, dengan perbedaan yang lebih jelas terlihat sejak akhir 1960-an. Reggae dikenal karena pola iramanya yang khas, yang melibatkan aksent pada ketukan kedua dan keempat dalam setiap bar, yang disebut sebagai "skank", dimainkan dengan gitar ritme, serta pemukulan drum bass pada ketiga ketukan dalam setiap bar, yang dikenal sebagai "sekali mengeluarkan". Ini merupakan ciri khas yang membedakan Reggae dari pendahulunya, yaitu ska dan rocksteady, yang memiliki pola ketukan yang lebih cepat.

2.1.2.8 Rap

Rap adalah salah satu elemen dalam musik hip-hop. Ini adalah teknik vokal di mana kata-kata diucapkan dengan cepat, dan orang yang melakukannya disebut sebagai rapper. Biasanya, rap disertai dengan musik dari seorang DJ atau sebuah band. Rapper bisa tampil solo seperti penyanyi pada umumnya, seperti yang

dilakukan oleh Xzibit dan Jay-Z. Ada juga rapper yang menjadi anggota dalam sebuah band, seperti Mike Shinoda dari Linkin Park. Sebagian besar rapper berasal dari komunitas pinggiran, dan karena itu, banyak dari mereka berkulit hitam. Namun, ada sedikit rapper berkulit putih, seperti Eminem dan Sean Paul. Rapper juga sering disebut sebagai Pembawa Acara.

2.1.2.9 Dangdut

Dangdut, salah satu genre musik yang berkembang pesat di Indonesia, memiliki akar dalam musik melayu pada era 1940-an. Seiring dengan evolusinya menuju bentuk kontemporer, dangdut telah menerima pengaruh kuat dari musik India, terutama dalam penggunaan tabla, dan unsur-unsur Arab, terutama dalam cengkok dan harmonisasi. Pada akhir tahun 1960-an, perubahan politik di Indonesia membuka pintu bagi pengaruh musik barat yang signifikan, dengan penggunaan gitar listrik dan strategi pemasaran yang baru.

2.1.3 Pengertian Komunitas Skena

Secara umum, komunitas skena adalah kelompok orang yang memiliki minat yang sama terhadap suatu hal, seperti musik, fashion, dan lain-lain. Menurut Ganjar Harimansyah, seorang ahli bahasa yang juga memimpin Balai Bahasa Sulawesi Selatan, istilah "skena" merupakan istilah gaul yang sangat khas Indonesia. Dia menjelaskan bahwa "skena" sebenarnya adalah singkatan dari tiga kata, yaitu S (Sua), KE (cengKERama), dan NA (kelaNA). "Ketiga kata ini, yakni sua, cengkerama, dan kelana, mungkin kurang dikenal di kalangan anak muda sekarang, tetapi melalui akronim 'skena', ketiga kata tersebut menjadi relevan kembali," ujar Ganjar kepada Kompas.com pada Sabtu (8/7/2023). Jika

digabungkan, maknanya adalah kelompok orang yang bersama-sama berkumpul, bercengkerama, dan berkelana saat bertemu. Contohnya, kelompok yang memiliki minat terhadap musik rock disebut sebagai skena musik. Meskipun istilah "skena" belum terdaftar dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), namun sudah banyak fans fanatik dan aktivis musik yang mengadopsi istilah tersebut dalam percakapan sehari-hari, baik secara langsung maupun dalam media sosial.

Komunitas ini Sebagai subkultur yang menyebar dengan cepat, dalam konteks fashion, skena ini mengacu pada individu yang mengenakan pakaian berwarna terang, sering kali kaus dengan gambar, dan skinny jeans. Gaya rambut mereka sering kali dicat dengan dua warna, sementara preferensi musik mereka cenderung pada aliran rock atau techno. Mereka juga seringkali dikenal karena memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan tidak suka direndahkan.

Dalam dunia musik, skena merujuk pada komunitas atau platform yang terkait dengan genre musik tertentu. Seperti yang dijelaskan dalam buku "Jurnalisme Musik dan Lingkungan Seputarnya" karya Idhar Resmani (2021), istilah skena sering digunakan untuk mengidentifikasi perubahan dan evolusi di antara berbagai genre musik. Istilah ini juga sering dikaitkan dengan "polisi skena", yang mengacu pada seseorang yang mengklaim memiliki pemahaman yang paling mendalam tentang musik. Di platform media sosial, polisi skena sering memberikan komentar atau pendapat tentang pengetahuan musik seseorang, cara

mereka menikmati musik, dan hal-hal terkait lainnya kepada pendengar musik lainnya.

2.1.3.1 Ciri komunitas skena

Menurut pengamatan di media sosial TikTok sejauh ini, istilah skena kerap dilekatkan pada komunitas asal Jawa Barat, khususnya Bandung, yang memiliki style edgy, untuk wanitanya berambut pendek dengan poni rata. Selain itu ciri lainnya adalah menggunakan percing, memiliki tato kecil nan estetik, menggunakan kacamata dengan frame tebal, menggunakan sepatu boots atau sneakers, kerap mengenakan kaos band dan celana gombong. Orang yang dijuluki juga kerap diidentikkan dengan selera musiknya. Biasanya, komunitas skena mendengarkan musik yang tidak terlalu dikenal banyak orang, sehingga menimbulkan kesan memiliki selera anti mainstream. Ada pula beberapa kegiatan yang sering dilekatkan pada orang-orang yang dijuluki anak skena, seperti thrifting barang-barang antik, nongkrong di *coffeeshop*, datang ke konser band-band anti mainstream serta gaya duduk menyilangkan kaki atau yang kini dikenal dengan duduk vincent. Beberapa musik yang dinilai masuk dalam kategori favorit teteh-teteh skena antara lain adalah lagu-lagu Danilla, Fourtwnty, Float, Coldiac, Mocca, Biru Baru dan musisi lainnya yang kerap dilabeli indie. Jadi, secara umum, ciri-ciri teteh skena terbagi dalam tiga kategori, yaitu outfit yang digunakan, selera musiknya, serta kebiasaan-kebiasaannya.

Istilah “tete-tete skena” biasanya merupakan label yang diberikan oleh orang lain pada seseorang yang memiliki ciri-ciri di atas, bukan berasal dari keinginan pribadi seseorang. Oleh karena itu, orang yang seringkali melabeli orang lain dan menghakimi selera seseorang biasanya dijuluki sebagai polisi skena. Sebab, mereka bersikap seolah-olah menjadi orang yang paling tahu dan berhak mengatur selera orang lain.

Julukan tersebut muncul lantaran mereka seringkali memantau percakapan tentang musik di media sosial dan memberikan kritik jika musik yang sedang dibahas dianggap tidak memenuhi standar mereka "musik yang keren". Hal tersebut berangkat dari pemikiran bahwa musik indie lebih baik dari musik populer hanya karena pendengar musik populer lebih banyak dan terlalu mainstream.

Fenomena ini tentu menimbulkan persoalan baru di kalangan anak muda. Ketika sebuah golongan merasa lebih baik daripada orang lain hanya karena selera berpakaian dan selera musik yang berbeda dari kebanyakan orang pada umumnya, efek yang ditimbulkan hanyalah penghakiman dan pengkotak-kotakan yang seolah diwajibkan. Padahal, selera bukanlah sesuatu yang patut diperdebatkan.

Seseorang yang menganggap dirinya bagian dari skena sering kali memiliki ciri khas yang dapat dikenali, seperti:

- a) Mengenakan kaos band atau kaos dengan tulisan-tulisan yang memberikan pesan.

- b) Memakai celana cargo atau baggy, seringkali disertai dengan kacamata.
- c) Memiliki piercing pada tubuh.
- d) Menggunakan sepatu boot atau sneakers yang sedang populer.
- e) Tampil dengan gaya berpakaian yang terinspirasi dari gaya street style.

Oleh karena itu, secara keseluruhan, skena dapat dikenali sebagai suatu kelompok atau komunitas yang berbagi minat yang serupa. Namun, dalam konteks TikTok, skena merujuk kepada individu yang memiliki gaya berpakaian yang khas dan minat khusus dalam bidang musik.

2.1.4 Fungsi Ekspresi Emosional

2.1.4.1 Fungsi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), fungsi adalah peran atau tugas dalam suatu bidang pekerjaan yang dipegang oleh seseorang, seperti menjadi kepala desa atau kepala daerah. Adanya fungsi tersebut dapat mengatur tata kelola organisasi secara efektif, mirip dengan fungsi dalam musik yang merupakan bagian dari kebudayaan manusia yang mendorong kemunculan ide-ide baru dan semangat baru untuk memenuhi kebutuhan. Dalam buku *The Anthropology Of Music* (1964) musik mempunyai 10 fungsi dalam kehidupan manusia yaitu :

- a) Fungsi pengungkapan emosional.

Music merupakan sebuah wadah bagi individu untuk mengungkapkan perasaan atau emosinya. Artinya, seseorang bisa menyampaikan perasaan atau emosinya melalui musik, seperti dengan mendengarkan lagu dan kemudian menyanyikannya.

b) Fungsi penghayatan estetis

Musik adalah sebuah bentuk seni. Sebuah karya bisa dianggap sebagai karya seni jika memperlihatkan unsurkeindahan atau estetika. Melalui musik, kita bisa merasakan keindahan baik melalui melodi maupun dinamikanya, yang bisa memengaruhi suasana hati pendengar.

c) Fungsi hiburan

Musik memiliki peran sebagai hiburan, yang berarti bahwa setiap musik biasanya mengandung elemen-elemen yang bertujuan untuk menyenangkan pendengarnya. Hal ini dinilai dari Melalui melodi atau liriknya, musik bisa cocok dengan kebutuhan pribadi saat memecahkan sebuah masalah.

d) Fungsi komunikasi.

Musik berfungsi sebagai alat komunikasi, menunjukkan bahwa setiap musik yang berkembang dalam suatu budaya memiliki isyarat-isyarat khusus yang hanya dipahami oleh masyarakat yang terlibat dalam budaya tersebut. Ini dapat diamati dari isi lirik dalam lagu tersebut.

e) Fungsi perlambangan

Musik memiliki peran dalam mengekspresikan sesuatu. Ini tercermin dari elemen-elemen musiknya, seperti tempo. Ketika tempo sebuah musik lambat, seringkali liriknya menggambarkan situasi yang menyedihkan, sehingga musik tersebut menjadi simbol dari kesedihan.

f) Fungsi reaksi jasmani

Ketika musik diputar, itu bisa mengaktifkan sel-sel saraf dalam tubuh manusia, yang mengakibatkan tubuh kita bergerak sesuai irama musik yang dimainkan. Jika musiknya cepat, gerakan kita cenderung cepat, begitu pula sebaliknya.

g) Fungsi yang berkaitan dengan norma sosial.

Musik berperan sebagai sarana untuk mengajarkan norma-norma atau peraturan-peraturan. Informasi ini biasanya disampaikan melalui lirik lagu yang mengandung aturan-aturan.

h) Fungsi pengesahan lembagasosial.

Di sini, fungsi musik mengacu pada peranan yang sangat signifikan dalam suatu upacara. Musik tidak hanya berperan sebagai pengiring, tetapi juga merupakan elemen penting dan menjadi bagian integral dari upacara.

i) Fungsi kesinambungan budaya.

Fungsi ini mirip dengan peran yang terkait dengan norma sosial. Dalam konteks ini, musik mengandung ajaran untuk meneruskan sebuah sistem dalam budaya kepada generasi berikutnya.

j) Fungsi pengintegrasian Masyarakat

Musik memiliki peran dalam memperkuat integrasi sosial dalam masyarakat. Ketika musik dimainkan secara bersama-sama, hal tersebut secara tidak langsung memicu terciptanya rasa kebersamaan di antara para pemain atau penikmat musik tersebut.

2.1.5 Ekspresi Emosional

Ekspresi emosional, menurut Simpson, Collins, Tran, dan Haydon (2007), adalah upaya untuk menyampaikan perasaan unik yang berorientasi pada tujuan yang dimiliki setiap orang. Menurut Paull Ekman, ekspresi emosional adalah kemampuan untuk bereaksi terhadap keadaan dengan siap bertindak secara mendesak (Simpson, et al., 2007).

a) Berbagai jenis ekspresi emosi

Di bawah ini disajikan contoh-contoh ekspresi emosi dari berbagai emosi dasar yang sering kita alami dalam kehidupan sehari-hari:

(1) Ekspresi emosi marah

Kemarahan memberi sinyal kepada orang lain bahwa ada sesuatu yang salah dan perlu diperbaiki. Kemarahan memiliki tanda-tanda yang berbeda, sama seperti emosi lainnya, terutama dalam suara dan ekspresi wajah. Jika orang lain adalah sumber kemarahan kita, kita dapat memberi sinyal kepada mereka bahwa perilaku mereka tidak diinginkan dengan mengekspresikan kemarahan kita, dan jika mereka mengerti apa yang kita harapkan dari mereka, ini dapat membantu kita merasa rileks. Spielberg (dalam Safaria & Saputra, 2009) menjelaskan bahwa cara individu mengekspresikan kemarahannya bervariasi, yang dapat dibagi menjadi tiga jenis, yaitu *anger out*, *anger in*, dan *anger control*:

- (a) *Anger in*: adalah ketika seseorang menahan atau menekan emosi marah yang dirasakannya, tanpa mengekspresikannya kepada orang lain. Saat merasa marah, individu lebih memilih untuk menyimpannya dalam diri.
- (b) *Anger out*: adalah respons eksternal atau tindakan yang dilakukan oleh seseorang ketika marah, yang dapat diamati oleh orang lain secara umum. Ini bisa berupa tindakan destruktif seperti memukul atau menendang sesuatu di sekitarnya, namun setelahnya individu merasa lega karena dapat melepaskan rasa marah yang dirasakan.
- (c) *Anger control*: adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan atau mengatasi situasi dengan melihat sisi positif dari masalah yang dihadapi, serta berupaya untuk tetap mempertahankan sikap positif meskipun menyikapi kondisi yang menantang. Contohnya, mencari penyelesaian yang sesuai saat menghadapi masalah agar tidak merugikan diri sendiri atau orang lain.

(2) Ekspresi emosi sedih

Emosi kesedihan muncul ketika seseorang menghadapi situasi yang mengecewakan, mengkhawatirkan, atau mengalami musibah, atau sebagai hasil dari penderitaan. Menangis ialah bentuk ekspresi sedih yang paling umum dikenal. Namun, tidak hanya dengan menangis, seseorang juga bisa mengekspresikan emosi sedih dengan menjadi pasif, seperti menyendiri di kamar dan menghindari interaksi sosial. Menangis dapat berperan dalam melepaskan emosi sedih, yang saat ditahan menyebabkan dampak yang serius, bahkan pada

kesehatan.

(3) Ekspresi emosi takut

Secara umum, tanda-tanda kecemasan meliputi pupil melebar, peningkatan laju detak jantung, kekakuan pada mata, penurunan produksi air liur, tegangnya bulu roma, ketegangan otot, gemetar pada tubuh, perasaan dingin pada tangan, pernapasan yang cepat dan dalam, keringat berlebih, mungkin juga merasa gemetar, serta kekakuan pada otot lengan dan kaki, serta dorongan untuk menghindari situasi yang menakutkan.

Darwis Hudee (2006) mengatakan, perubahan perilaku yang terlihat akibat adanya rasa takut meliputi kulit wajah yang memucat, teriakan histeris, lompat dan berlari, bersikap merunduk, menutup telinga, menghindar, dan dapat terjadi perubahan yang lebih drastis seperti peningkatan denyut nadi, detak jantung yang cepat, penglihatan yang kabur, keringat dingin, serta kelemahan pada persendian.

(4) Ekspresi senang

Senyum sering kali merupakan manifestasi fisik dari kesenangan, kebahagiaan, kegembiraan, kepuasan, dan kelegaan. Intensitas, durasi, dan kecepatan di mana senyum muncul dan menghilang di wajah semua dapat diamati dalam ekspresi tersenyum ini.

2.1.6 Kehidupan Individu dan Permasalahannya

2.1.6.1 Kehidupan Individu

Setiap orang memiliki kesempatan untuk menjalani hidup mereka di dunia ini. Setiap orang memiliki tujuan pribadi untuk hidup mereka, dan ketika bekerja menuju tujuan ini, orang mungkin mengalami berbagai masalah. Masa individu adalah salah satu tahap kehidupan yang paling sulit, dan orang tua sering khawatir tentang hal itu. Ledakan emosi atau tindakan yang ekspresif sering kali merupakan hasil dari perasaan kesal, marah, iri hati, merasa tidak dihargai, dan tekanan yang dirasakan. Ketika keinginan seseorang tidak terpenuhi, hal tersebut dapat menimbulkan rasa kecewa, sedih, dan kadang-kadang menghasilkan perasaan terpaksa untuk memenuhi keinginan tersebut.

Dalam buku Psikologi Perkembangan, Rummini dan Sunndari (2004: 53) menyatakan bahwa sementara terminologi dapat berubah, maknanya tetap sama. Ada banyak istilah berbeda yang digunakan untuk menggambarkan perubahan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Misalnya, istilah "pubertas" (Inggris), "puberteit" (Belanda), dan "pubertas" (Latin) semuanya berhubungan dengan kedewasaan yang ditandai oleh karakteristik maskulin. Ada juga yang menggunakan istilah *Adulescentio* (Latin) untuk menyebut masa muda. Pubescence, yang berasal dari kata pubis yang merujuk pada rambut kemaluan, juga digunakan sebagai tanda peralihan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan sensual. Di Indonesia, istilah-istilah tersebut digunakan secara bergantian. Untuk menghindari kebingungan dalam uraian, istilah "individu"

digunakan dengan pembagian menjadi pra-individu, individu awal, dan individu akhir.

Definisi masa individu bervariasi menurut para ahli, namun di sini dapat diungkapkan sebagai fase peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, di mana terjadi perkembangan dalam semua aspek atau fungsi individu untuk memasuki fase dewasa. Hurlock (1990:184) menggunakan istilah "masa puber", namun ia menjelaskan bahwa masa puber adalah periode yang tumpang tindih, karena meliputi tahun-tahun terakhir masa kanak-kanak dan tahun-tahun awal masa individu. Pembagian pada tahap ini dibagi menjadi 3. Tahap pertama disebut prapuber, dimana wanita berusia 11-13 tahun, sementara pria berusia 14-16 tahun. Tahap kedua adalah puber, dimana wanita berusia 13-17 tahun, dan pria berusia 14-17 tahun 6 bulan. Tahap terakhir adalah pasca puber, dimana wanita berusia 17-21 tahun, sedangkan pria berusia 17 tahun 6 bulan hingga 21 tahun..

Sesuai dengan teori psikoanalisis Sigmund Freud tentang teori psikologi yang berfokus pada konsep bahwa perilaku manusia dikendalikan oleh dorongan-dorongan yang tidak sadar yang berasal dalam diri individu (Bertens, dalam *Islamic Counseling Journal*, 2023) Freud berpendapat bahwa kepribadian terdiri dari tiga bagian: id (nafsu), ego (realitas), dan superego (moral). Id adalah bagian tidak sadar kepribadian yang mengendalikan dorongan-dorongan dasar keinginan dan nafsu. Ego adalah bagian kesadaran yang berfungsi untuk mengendalikan dan memoderisasi dorongan-dorongan id agar sesuai dengan realitas. Superego adalah bagian moralitas yang memberikan aturan dan nilai-nilai moral yang di internalisasi dari lingkungan sekitar (Bertens, 2006; Husna, 2018; Syawal dan

Helaludin, 2018)

Teori Psikoanalisis Sigmund Freud tentang id, ego, dan superego, terapi musik dapat membantu individu dalam mengekspresikan emosi mereka melalui musik (Yanti et al., 2020)

2.1.6.2 Masalah

Setiap individu pasti menghadapi masalah atau permasalahan dalam kehidupannya, baik itu berkaitan dengan cinta, keluarga, atau hubungan sosial. Namun, penting untuk memahami apa sebenarnya yang dimaksud dengan masalah, definisi dari masalah tersebut, serta contoh-contoh yang ada. Masalah biasanya merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari dan bisa ditemui di mana saja. Sebuah situasi dikatakan sebagai masalah jika ada hal yang perlu dipecahkan atau diselesaikan dalam konteks tersebut. Oleh karena itu, definisi masalah adalah suatu kondisi atau situasi yang membutuhkan solusi atau penyelesaian.

Galau adalah masalah psikologis yang dapat dialami oleh siapa saja, yang merujuk pada keadaan pikiran yang kacau atau perasaan tidak nyaman terhadap suatu kejadian. Ini juga bisa diartikan sebagai kondisi di mana seseorang merasa bingung dengan masalah yang dihadapinya dan sulit untuk menemukan solusinya. Hal ini juga merujuk pada perasaan terkekang oleh situasi tertentu dan kesulitan untuk meraih kebebasan. Secara umum, galau adalah perasaan bingung yang muncul karena terlalu memikirkan masalah secara berlebihan, yang berdampak besar pada kesejahteraan mental, menyebabkan ketidakstabilan, ketidaknyamanan, dan kecemasan. Kondisi galau seringkali dialami oleh individu

secara tiba-tiba. Faktor utama penyebabnya adalah kurangnya kesiapan dalam menghadapi masalah yang harus diatasi. Ekspresi emosional seseorang bisa menjadi indikasi dari tingkat kegalauannya. Beberapa faktor lain yang menjadi penyebab kegalauan pada individu meliputi:

a) Cinta

Percintaan pada masa individu sering kali tidak serius dan disebut sebagai cinta monyet. Namun, ternyata cinta memiliki dampak yang signifikan terhadap kegalauan yang dialami oleh individu. Hal ini terbukti dengan kenyataan bahwa hampir semua individu mengalami masalah percintaan secara terus-menerus.

- (1) Stres yang disebabkan oleh pikiran yang kacau akibat kegalauan pada individu dapat menyebabkan rentan terhadap stres dan depresi. Kegalauan yang berlebihan perlu diwaspadai karena dapat meningkatkan tingkat stres yang lebih tinggi, yang pada gilirannya dapat mendorong individu untuk melakukan tindakan bunuh diri.
- (2) Penurunan motivasi dapat terjadi akibat pikiran yang terganggu, mengakibatkan semangat untuk melakukan aktivitas menurun. Ini juga dapat memengaruhi semangat belajar individu, karena merasa galau membuat mereka kurang termotivasi untuk mengejar cita-cita dan kurang bersemangat untuk meraih prestasi yang baik.
- (3) Kesehatan individu dapat terganggu oleh kegalauan yang mereka alami, yang bisa menyebabkan penurunan nafsu makan dan berat badan. Ini dapat membuat tubuh terasa lemas dan lebih rentan

terhadap penyakit. Selain itu, galau juga bisa menyebabkan insomnia pada individu, yaitu kesulitan tidur. Dampaknya, proses pertumbuhan dan perkembangan biologis individu dapat terhambat karena kurang tidur ini.

- (4) Menurut Simanjuta (2011), kenakalan individu atau juvenile delinquency merujuk pada tindakan-tindakan yang bertentangan dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat di mana individu tersebut tinggal. Kenakalan individu pada anak laki-laki dan anak perempuan memiliki pola perilaku yang berbeda, meskipun pada dasarnya keduanya dapat mengganggu ketertiban masyarakat. Anak perempuan cenderung melakukan pelanggaran-pelanggaran seksual secara lebih sering, sedangkan anak laki-laki cenderung terlibat dalam tindak pencurian, penjualan narkoba, dan kekerasan fisik. Selain itu, tidak jarang individu juga terlibat dalam tindak kejahatan seperti penipuan, penggelapan, mengemis, merusak properti, dan pemerasan.

b) Hubungan sosial

Ragam hubungan sosial mencakup interaksi antara individu dengan keluarga, teman sebaya, atau masyarakat sekitarnya. Faktor ini juga turut memengaruhi perkembangan psikologis seorang individu. Jika kondisi sosial di sekitar individu kurang mendukung, maka kemungkinan merasa galau akan lebih tinggi.

Kegalauan yang dirasakan oleh individu bisa menghambat perkembangan

psikisnya karena dalam keadaan galau, individu sulit untuk berpikir secara positif. Beberapa dampak yang timbul akibat kegalauan yang dialami oleh individu adalah:

Ada banyak cara untuk menghindari kegalauan pada individu, dan salah satu cara yang paling mudah adalah dengan memahami diri sendiri untuk mencapai ketenangan, sehingga pikiran menjadi lebih jernih. Proses mengurangi kekuatan emosi yang tertahan ini dikenal sebagai katarsis emosional. Cara-cara untuk menemukan dan mengungkapkan kekuatan emosi yang terpendam ini dapat melibatkan relaksasi melalui bermain atau bekerja, namun yang lebih efektif adalah dengan berbicara kepada seseorang yang dapat memahami masalah-masalah yang dihadapi oleh individu tersebut. Solehati dan Eli (2015:10) menambahkan bahwa manfaat relaksasi meliputi penurunan tekanan darah dan detak jantung yang tidak teratur, serta mengurangi berbagai jenis nyeri seperti sakit kepala atau sakit punggung, dan mengatasi gangguan tidur. Peran pendidik, terutama konselor, sangat penting dalam membantu individu mengalami proses katarsis emosional dengan penerimaan dan pemahaman yang mendalam. Selain mengambil langkah untuk menenangkan diri, ada beberapa tindakan lain yang dapat menjadi solusi dalam penanganan kegalauan pada individu, yaitu mendekatkan diri kepada Sang Pencipta. Hal ini bisa dilakukan dengan meningkatkan ibadah secara teratur dan meningkatkan amalan-amalan dengan tujuan untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Dengan demikian, kegalauan yang dirasakan dapat hilang karena mendapat bantuan dari Tuhan. Baik kegalauan yang

besar maupun kecil dapat diatasi melalui langkah ini jika dilakukan dengan sungguh-sungguh dan dilandasi oleh niat yang tulus dan ikhlas. Berdoa dapat menjadi pelecut kegalauan yang sangat efektif, yang membawa ketenangan yang luar biasa, adalah melalui doa dan permohonan kepada Tuhan. Tidak ada ketenangan yang dapat melebihi ketenangan yang dirasakan ketika memohon dan berdoa kepada-Nya. Sesuai dengan Suhono (2005:230), untuk menghilangkan pikiran negatif atau buruk, kita dapat mengosongkan pikiran dan memusatkan perhatian pada Tuhan. Setelah merasa tenang, bernapaslah secara teratur atau berirama. Jika pikiran masih kacau, penting untuk menenangkannya terlebih dahulu agar hasil dari latihan ini dapat terwujud dengan cepat.

Membuat tujuan hidup melibatkan menuliskan keinginan atau tujuan yang ingin dicapai, baik itu untuk kebaikan pribadi yang dipersembahkan kepada Tuhan atau untuk kebaikan bersama. Memiliki fokus yang teguh untuk mencapai tujuan tersebut dapat membantu mengurangi kegalauan yang dirasakan. Salah satu langkah lain adalah menghindari paparan berita negatif. Ini dapat dilakukan dengan memilih informasi yang diterima, baik dari media massa maupun elektronik, untuk memastikan bahwa itu berkualitas dan bukan gosip sensasional yang dapat meracuni pikiran. Jika aktif dalam jejaring sosial, disarankan untuk berteman dengan individu yang berpikiran positif daripada mereka yang mungkin menyebarkan kegalauan.

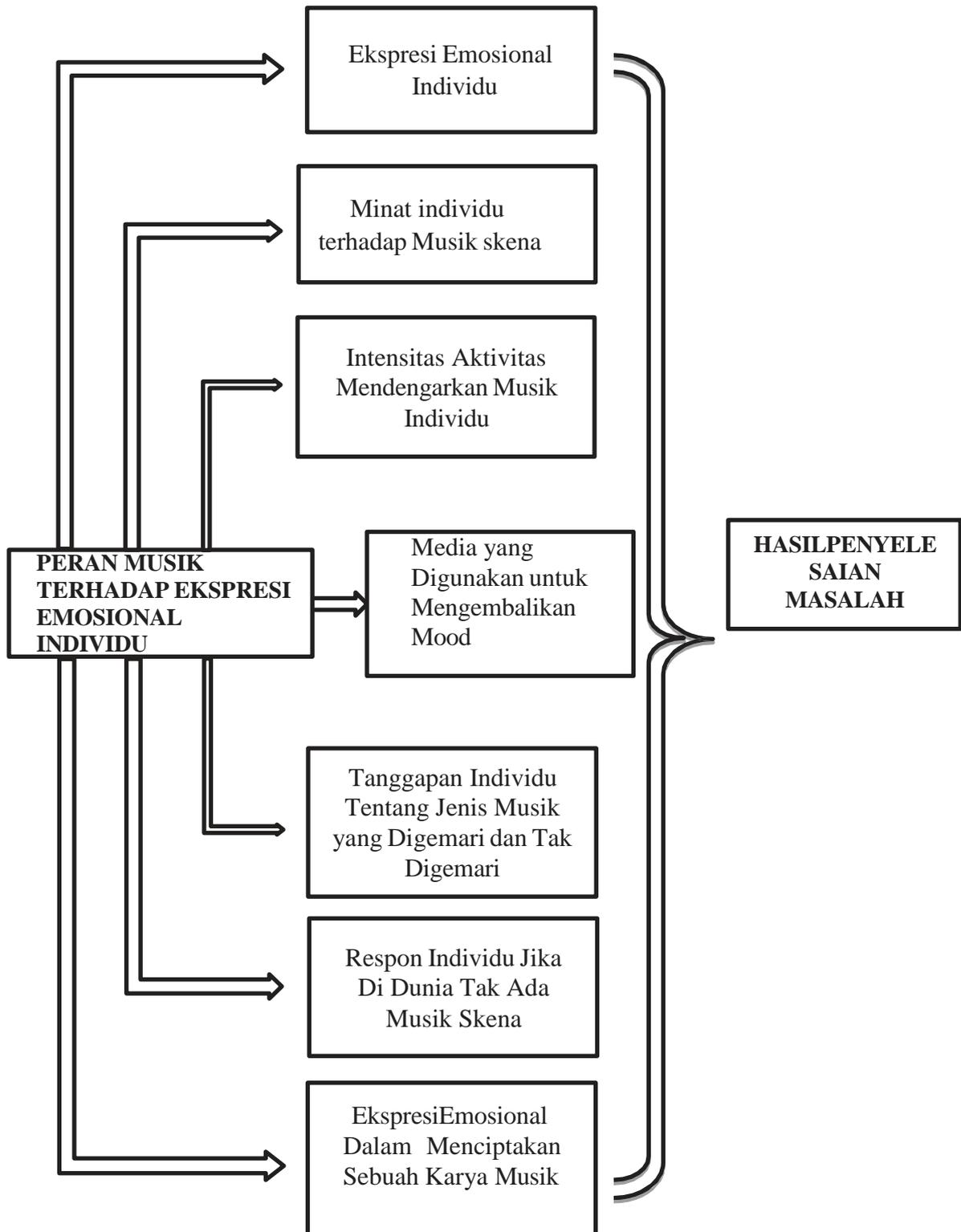
Menjamin bahwa perkataan dan tindakan selalu bersifat positif sangat penting. Ini karena ketika seseorang mengungkapkan kata-kata atau bertindak secara negatif, dan kemudian menerima respons, pada saat itu hal negatif tersebut dapat

meledak, tanpa disadari mengotori pikiran dan hati serta meningkatkan tingkat kegalauan.

Mencari teman atau bergabung dengan komunitas yang positif sangat penting. Karena masa depan seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial saat ini. Jika seseorang bergaul dengan komunitas yang kurang baik, maka kemungkinan kehidupannya di masa depan juga tidak akan baik. Namun, jika seseorang berinteraksi dengan lingkungan atau komunitas yang positif, maka kemungkinan besar akan terhindar dari kegalauan yang meresahkan di masa depan.

Jamalus (1988:139) mengingatkan bahwa tujuan pengajaran musik adalah untuk menanamkan, memupuk, meningkatkan, dan mengembangkan pemahaman tentang unsur-unsur musik, seperti irama, melodi, struktur lagu, dan ekspresi. Agar memahami musik dengan makna yang mendalam, unsur-unsur musik harus dipelajari melalui pengalaman musik, seperti mendengarkan, menyanyi, bermain, bergerak mengikuti, membaca, dan berkreasi dengan musik. Mendengarkan musik yang memotivasi dapat membantu mengatasi kegalauan dan mengarahkan ekspresi emosional ke hal-hal yang positif. Namun, perlu diingat untuk tidak mendengarkan musik yang justru memperburuk ekspresi emosional. Pengalaman dan pengetahuan musik dalam kehidupan sehari-hari dapat dibagi menjadi memori, spiritual, sensorial (untuk kesenangan), perubahan dan peningkatan mood, serta aktivitas sehari-hari seperti latihan, mandi, bekerja, makan, bersosialisasi, aktivitas intim, membaca, dan tidur. Hal ini menunjukkan bahwa individu adalah sumber dari kondisi psikologis, sosial, dan fisiologis yang emosinya terus berkembang.

2.1.7 Kerangka Berpikir



Musik memiliki peran penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam kehidupan individu. Telah terbukti bahwa musik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ekspresi emosional. Menurut Paul Ekman (2013:56), emosi individu ketika menghadapi masalah seperti rasa marah, sedih, takut, benci, dan senang, ditandai oleh perubahan fisiologis yang berbeda, seperti detak jantung, produksi keringat, suhu tubuh, dan aliran darah. Dengan mendengarkan musik, individu akan merasa dibantu dalam mengatasi masalah. Semakin sering mereka mendengarkan atau memainkan alat musik dalam jangka waktu yang panjang, semakin mereka merasa nyaman. Oleh karena itu, tak mengherankan jika musik menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan individu setiap saat. Dalam dunia musik, terdapat berbagai genre yang dapat mendukung suasana hati seseorang dalam menghadapi masalah. Individu mengakui bahwa musik adalah hiburan bagi mereka, sehingga jika tidak ada musik, dunia terasa kosong. Dengan musik, baik secara langsung maupun tidak langsung, individu akan merasa sangat dibantu dalam menyelesaikan masalah

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan dan desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif fenomenologi. Khoiri (2019:144) menjelaskan bahwa penelitian kualitatif merupakan penelitian yang hasil datanya diperoleh tidak dengan menggunakan statistik atau perhitungan lainnya. Mengutip dari Pahleviannur et al. (2022:7) juga menjabarkan tentang penelitian kualitatif yang dapat diartikan sebagai analisis fenomena individu maupun kelompok yang bersifat induktif. Metode penelitian kualitatif sering disebut metode penelitian naturalistik karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah. Denzin dan Lincoln dalam Moleong (2014) mendefinisikan penelitian kualitatif sebagai penelitian yang mengadopsi konteks alami, dengan tujuan untuk menafsirkan fenomena yang terjadi, dan dilakukan dengan menggabungkan berbagai metode yang tersedia.

Mengutip Lexy J. Moleong (2018), penelitian kualitatif bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang fenomena yang dialami oleh subjek penelitian, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan. Penelitian ini melibatkan penggunaan metode kualitatif, yang mencakup pengumpulan data lapangan seperti wawancara, observasi, dan sebagainya, untuk mengeksplorasi fenomena yang diamati.

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah metode Fenomenologis. Creswell (dalam Susila, 2015) juga berpendapat bahwa, pendekatan fenomenologi digunakan untuk mengembangkan pemahaman atau menjelaskan arti dari suatu peristiwa yang di alami seseorang atau kelompok. Bila disimpulkan, pendekatan fenomenologi merupakan salah satu desain dari penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengembangkan pemahaman atau menjelaskan arti dari objek, gejala, atau peristiwa yang di alami oleh individu maupun kelompok secara sadar. Dalam pendekatan ini, peneliti dituntut untuk memahami makna dari suatu peristiwa dan orang-orang yang terlibat dalam peristiwa atau situasi tertentu. Pendekatan ini menekankan pada fokus terhadap pengalaman subyektif individu dan interpretasi dunia.

Pengumpulan data pada penelitian ini Tidak kaku, namun selalu disesuaikan dengan kondisi atau fenomena yang terjadi di lapangan. Terdapat dua faktor penelitian kualitatif yang mendorong penelitian ini, yaitu: (Akbar, 2015:12)

1. Melalui penelitian kualitatif ini bertujuan terungkap secara mendalam dan mendetail tentang pengaruh music skena dalam ekspresi emosional individu.
2. Penelitian kualitatif dapat menemukan makna dari suatu fenomena yang terjadi dilapangan, karena sifatnya naturalis dan deskriptif.

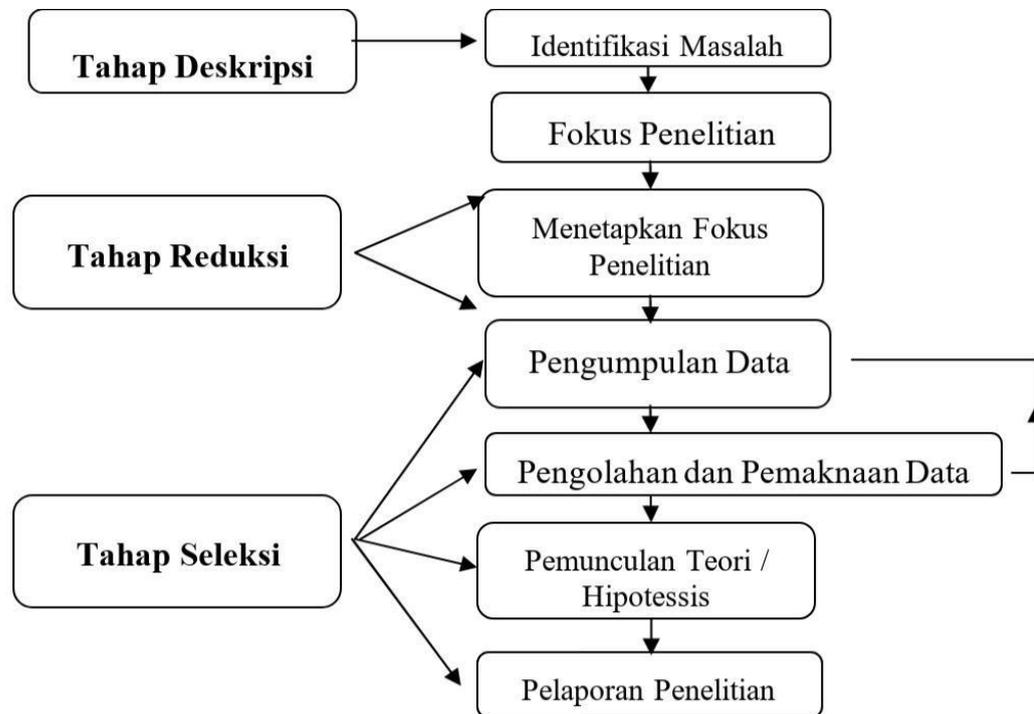
3.1.2 Prosedur Penelitian

Fokus dalam studi ini adalah mengenai musik skena dan ekspresi emosional. Penelitian ini berfokus pada gambaran individu komunitas music skena dan aspek-aspek apa saja yang berdampak timbulnya ekspresi emosi.

Penelitian kualitatif sering kali memiliki desain yang fleksibel dan tidak terlalu terstruktur, sehingga dalam pelaksanaannya dapat mengalami perubahan dari rencana awal. Hal ini bisa terjadi jika perencanaan tidak sesuai dengan kondisi yang ditemui di lapangan. Namun, meskipun demikian, penelitian kualitatif tetap memerlukan perencanaan langkah-langkah penelitian yang cermat. Terdapat tiga tahap utama dalam penelitian kualitatif, yaitu:

- a. Tahap deskripsi atau tahap orientasi melibatkan peneliti dalam proses mendeskripsikan apa yang dia amati, dengar, dan rasakan. Pada tahap ini, peneliti hanya mencatat informasi secara umum yang ditemukan.
- b. Tahap reduksi melibatkan peneliti dalam menyusun kembali semua informasi yang dikumpulkan pada tahap sebelumnya untuk memfokuskan perhatian pada masalah tertentu.
- c. Tahap seleksi melibatkan peneliti dalam mengambil fokus yang telah ditentukan dan melakukan analisis mendalam terhadapnya. Hasilnya adalah pengembangan tema yang lebih terperinci dari fokus masalah yang telah ditetapkan, yang kemudian dapat membentuk pengetahuan baru, hipotesis, atau bahkan teori.

Hubungan antara tiga fase proses dan tujuh langkah penelitian kualitatif disajikan dalam diagram berikut ini:



Gambar 1
Prosedur Penelitian Kualitatif Sudjhana

3.1.3 Sumber informasi

Ramli (2023:24) mengatakan bahwa dalam penelitian terdapat dua jenis sumber yaitu sumber data sekunder dan sumber data primer. Selain itu Hayako et, al (2020:3) meliputi data apa saja yang dikumpulkan, siapa yang akan dijadikan subjek dan informan, dan bagaimana ciri-ciri subjek dan informan dalam penelitian. Data utama dalam penelitian kualitatif diperoleh dari subjek penelitian, sedangkan data tambahan dapat berupa dokumen (Moleong, 2010). Berdasarkan sumbernya, data dalam penelitian dapat dibagi menjadi dua kategori:

1. Informasi utama

Data primer atau data utama adalah informasi yang diperoleh secara langsung dari subjek. Data ini diperoleh melalui wawancara dan observasi langsung terhadap individu atau kelompok yang menjadi subjek penelitian.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan informasi yang diperoleh dari studi literatur, dokumentasi, artikel, atau sumber lain yang telah ada sebelumnya dan dapat mendukung penelitian. Data sekunder juga dapat digunakan oleh peneliti untuk melengkapi atau memperkaya data primer.

Subjek dalam penelitian ini merujuk kepada individu yang dianggap memahami secara umum masalah yang diteliti dan bersedia untuk memberikan informasi kepada peneliti. Sugiyono (2019) mendefinisikan subjek penelitian adalah pihak yang berkaitan dengan yang diteliti (informan atau narasumber) untuk mendapatkan informasi terkait data penelitian yang merupakan sampel dari sebuah penelitian. Subjek dalam penelitian memiliki peran yang sangat penting karena menjadi sumber utama dalam pengumpulan data.

Sumber dalam rangka penelitian ini adalah individu dari komunitas skena yang memiliki ekspresi emosional, dan peneliti mengambil 3 individu dari komunitas skena di Seca coffee Tegal yang terlihat mudah mengungkapkan ekspresi emosional tersebut untuk dijadikan subjek dalam penelitian.

Responden yang teridentifikasi untuk dijadikan subjek penelitian yaitu sebagai berikut :

Tabel 2.1

No.	Nama Subjek (Inisial)	Tempat Tanggal Lahir	Agama
1.	AYS	Tegal, 10 Januari 2001	Islam
2.	JS	Tegal, 23 Juni 2004	Islam
3	DSR	Tegal, 10 Mei 2001	Islam

3.1.4 Wujud data

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian deskriptif kualitatif ini adalah informasi dari klien melalui wawancara, melakukan peran sebagai observator dan pengumpul data dibantu oleh instrumen lain seperti pedoman wawancara dan dokumentasi

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu membuat kisi-kisi pedoman wawancara, pedoman observasi serta pedoman pelaksanaan modeling, yaitu sebagai berikut :

Tabel 2.2

Focus penelitian	Indikator	Kisi-kisi Pedoman Wawancara
Ekspresi emosional	Individu Komunitas Skena	a. Apa penyebab anda berada dalam komunitas skena ? b. apa alasan anda menjadi anggota komunitas skena ?
	Musik skena	a. Apakah anda merasa lebih bisa mengontrol emosi saat mendengarkan musik skena ? apa pengaruh mendengarkan music skena pada emosi anda b. Apakah anda merasa musik skena sudah menjadi bagian dari diri anda ?
	Ekspresi emosional	a. Bagaimana cara anda menunjukkan ekspresi emosional? b. Bagaimana cara anda menunjukkan ekspresi emosional setelah masuk dalam komunitas music skena? c. Ekspresi emosional yang seperti apa yang biasanya membuat anda hingga mendengarkan musik skena ? jelaskan jenis ekspresi emosional yang

		mendorong anda menjadi penggemar musik skena
--	--	--

Penelitian ini tidak memungkinkan pembuatan instrumen yang sesuai untuk menyesuaikan dengan berbagai situasi yang diteliti, sehingga peneliti harus bertindak sebagai instrumen utama. Peneliti hanya dapat menggambarkan dan mengevaluasi makna yang lebih dalam dari setiap interaksi yang berbeda. Sehingga hanya peneliti yang dapat mengidentifikasi dan mempertimbangkan konsekuensinya. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian dengan observasi partisipatif dimana peneliti ikut terjun dan tergabung dalam komunitas skena di Seca coffee Tegal dan menjadi instrumen utama.

3.1.5 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini ditempuh dengan menggunakan teknik wawancara mendalam dan dokumentasi.

1. Teknik Wawancara Mendalam

Mengutip Sugiyono (2015) wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam. Selain itu Nasution (2023:98) juga berpendapat bahwa wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang bisa dilakukan dengan menggunakan wawancara terstruktur dan tidak terstruktur. Sedangkan menurut Bano (2022:106) menjelaskan wawancara sebagai bentuk

yang dilakukan peneliti untuk memperoleh informasi dari narasumber. Peneliti akan melakukan wawancara secara mendalam dengan subjek penelitian. Wawancara mendalam dianggap sebagai metode utama yang digunakan oleh para peneliti kualitatif untuk memahami persepsi, perasaan, dan pengetahuan setiap individu. Pedoman wawancara merupakan alat yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian untuk mengungkap ekspresi emosional pada individu komunitas musik skena. Pedoman wawancara yang digunakan yaitu pedoman wawancara tidak terstruktur.

2. Dokumentasi

Bano (2022:115) menjelaskan bahwa dokumentasi merupakan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti dalam melakukan penelitian. Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang (Sugiyono, 2015). Dokumentasi adalah alat untuk memperoleh data primer guna membantu proses penelitian yang dilakukan peneliti. Adapun dokumentasi yang digunakan peneliti yaitu gambar atau foto pada saat wawancara. Metode dokumentasi ini digunakan sebagai metode pendukung atau pendamping dalam penelitian ini.

3. Observasi

Observasi dalam pengumpulan data memiliki karakteristik khusus. Jika dalam teknik wawancara peneliti terfokus pada subjek, dalam teknik observasi peneliti juga diminta untuk mengamati objek-objek di sekitar subjek. Menurut Sutrisno, observasi dianggap sebagai proses yang rumit karena melibatkan proses pengamatan dan ingatan. (Anggito & Setiawan, 2018: 109).

Dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan teknik observasi partisipatif untuk memeriksa dan mengamati cara subjek mengungkapkan diri pada konsep diri negatif. Sebelum mengumpulkan data yang dibutuhkan, peneliti telah melakukan pengamatan awal terhadap subjek untuk mengevaluasi konten konsep diri negatif.

3.1.6 Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, kemudian Dalam penelitian ini, digunakan metode analisis data kualitatif. Karena itu, dalam penelitian kualitatif ini, evaluasi data harus dimulai sejak awal. dengan menggunakan tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Sugiyono (2018:247-249) menyatakan reduksi data merupakan proses merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu. Hasil dari data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian Data (*Data Display*)

Setelah data telah disederhanakan, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Data disederhanakan kemudian diungkapkan dalam bentuk catatan lapangan dari hasil observasi dan catatan lapangan dari hasil wawancara. Peneliti menampilkan data yang diperoleh wawancara dalam bentuk ringkasan yang disimpulkan berdasarkan gabungan perilaku yang terlihat pada setiap sesi observasi. Hasil setiap wawancara juga yang dilakukan terhadap sumber data

diringkas dan disimpulkan.. Sesudah itu disajikan dalam bentuk penjabaran yang singkat.

3. Penarikan Kesimpulan (*Verification*)

Langkah ketiga dalam analisis data adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Mengutip dari Sari (2020:25), menyatakan penarikan kesimpulan adalah usaha untuk mencari atau memahami makna, keteraturan pola-pola penjelasan, alur sebab akibat atau proporsi. Data yang telah direduksi dan di display oleh peneliti dibaca berulang kali untuk mendapatkan inti dan gambaran yang jelas selanjutnya akan disimpulkan dan diberi interpretasi makna dari fakta-fakta yang ada, yaitu faktor-faktor penyebab timbulnya konsep diri negatif. Kemudian ditinjau kembali berdasarkan landasan teori yang telah dijabarkan dikajian pustaka, sehingga peneliti mendapatkan asumsi mengenai data tersebut.

3.1.7 Teknik penyajian hasil analisis

Lofland (dalam Haryoko 2020:351) mengatakan hasil analisis data dilaporkan sesuai hasil penelitian yang dilaksanakan. Sementara itu Miles dan Huberman dalam Sugiyono (2018:341) mengatakan bahwa dalam melaksanakan penelitian untuk melakukan penyajian data yang lebih baik merupakan suatu cara yang wajib dalam melakukan analisis kualitatif yang valid. Penelitian memerlukan standar untuk melihat derajat kepercayaan atau kebenaran setiap hasil penelitian. Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengetahui validitas suatu data, namun dalam penelitian ini, peneliti hanya menggunakan dua cara, yaitu :

1. Derajat kepercayaan (*Credibility*)

Pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan bermacam-macam cara antara lain triangulasi, dan member check. Dari bermacam-macam cara tersebut, peneliti menggunakan dua cara, yaitu :

- a) melakukan triangulasi (cek dan ricek), yaitu berusaha untuk melakukan pengecekan mengenai kebenaran data-data dengan mencari informasi tambahan dari sumber-sumber lain dengan menggunakan metode yang berbeda atau dengan waktu yang berbeda.
- b) Mengadakan *member check*, Member check adalah proses di mana peneliti memverifikasi data yang diperoleh dari partisipan penelitian. Tujuannya adalah untuk memastikan kesesuaian antara data yang dikumpulkan dengan informasi yang diberikan oleh partisipan. Jika data yang ditemukan sejalan dengan yang disampaikan oleh partisipan, maka data tersebut dapat dikatakan valid dan dapat dipercaya.

2. Keteralihan (*Transferability*)

Agar hasil penelitian dapat dimengerti oleh orang lain dan mungkin diterapkan, peneliti harus menyusun laporan yang terperinci, jelas, terstruktur, dan dapat dipercaya. Dengan demikian, pembaca akan memiliki pemahaman yang jelas tentang hasil penelitian, memungkinkan mereka untuk memutuskan apakah hasil tersebut dapat diterapkan di tempat lain atau tidak