



Eksplorasi Kesejahteraan Psikologis Pada Penggemar Musik Usia Dewasa Awal di Indonesia

Amoura Lingga Ranyana¹, Aisha Sekar Lazuardini Rachmanie²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstrak. Musik memiliki peran penting dalam kehidupan manusia dan menjadi salah satu hal yang banyak digemari. Berbagai penelitian pun telah menunjukkan bahwa musik banyak dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis. Namun, gambaran kesejahteraan psikologis berdasarkan perspektif dan pengalaman penggemar musik masih jarang dieksplorasi, khususnya dalam konteks penggemar musik di Indonesia pada rentang usia dewasa awal. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana pengalaman penggemar musik usia dewasa awal di Indonesia dalam memaknai peran musik terhadap kesejahteraan psikologisnya. Penelitian dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan analisis tematik. Pengumpulan data dilakukan melalui pelaksanaan wawancara mendalam terhadap empat partisipan berusia 18-25 tahun. Hasil menunjukkan bahwa terdapat empat tema utama yang menggambarkan kesejahteraan psikologis pada penggemar musik di Indonesia yaitu: (1) rasa keterhubungan dari keterlibatan dengan musik; (2) musik sebagai renjana dalam hidup; (3) kebebasan menentukan pilihan dalam menggemari musik; (4) pengalaman pertumbuhan diri dari dinamika sebagai penggemar musik.

Kata kunci: *kesejahteraan psikologis, musik, penggemar musik*

Abstract. Music plays an important role in human life and has become one of the most beloved things. Various studies have shown that music is often associated with psychological well-being. However, the depiction of psychological well-being based on the perspectives and experiences of music fans is still rarely explored, especially in the context of music fans in Indonesia within the early adulthood age range. Therefore, this research aims to understand how the experiences of early adult music fans in Indonesia interpret the role of music in their psychological well-being. The research was conducted using a qualitative approach with thematic analysis. Data collection was conducted through in-depth interviews with four participants aged 18-25 years. The results show that there are four main themes that describe the psychological well-being of music fans in Indonesia, namely: (1) sense of relatedness in music engagement; (2) music as passion in life; (3) the freedom to make choices in enjoying music; (4) personal growth experience of being a music fan.

Keywords: *psychological well-being, music, music fans*