

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul “Musik sebagai Media Validasi Emosi pada Generasi Z” yang berangkat dari fenomena tingginya keterikatan Generasi Z terhadap musik dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai sarana dalam mengelola dan memvalidasi emosi melalui komunikasi intrapersonal. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana musik berfungsi sebagai media validasi emosi pada Generasi Z di Kota Bandung. Selain itu tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana motif, makna, dan tindakan Generasi Z di kota Bandung yang menjadikan musik sebagai media validasi emosi.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif. Dengan menggunakan teori regulasi emosi dan teori fenomenologi dari Alfred Schutz. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah studi kepustakaan, observasi, lalu wawancara mendalam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pertama, motif Generasi Z dalam mendengarkan musik berhubungan dengan kebutuhan untuk menemukan representasi emosi dan kenyamanan emosional. Kedua, musik dimaknai sebagai ruang aman dan media ekspresi diri yang dapat memberikan validasi, penguatan, maupun pengalihan terhadap emosi yang dirasakan tanpa merasa dihakimi. Ketiga, tindakan nyata yang dilakukan terlihat melalui kebiasaan spesifik seperti membuat playlist sesuai suasana hati, mendengarkan lagu tertentu secara berulang, membeli tiket untuk menonton konser sampai merespons musik dengan ekspresi emosional maupun fisik.

Kata kunci: Musik, Generasi Z, Fenomena, Validasi Emosi

ABSTRACT

This study is entitled “Music as a Medium of Emotional Validation among Generation Z,” departs from the phenomenon of Generation Z’s strong attachment to music in daily life, not only as a form of entertainment but also as a means to regulate and validate emotions through intrapersonal communication. The purpose of this study is to understand how music functions as a medium for emotional validation in Generation Z in Bandung City.

The research method employed is qualitative method. By using the emotional regulation theory and the theory of phenomenology from Alfred Schutz. Data collection techniques used using literature studies, observations, and in-depth interviews.

The results of the study show that, first, Generation Z’s motives for listening to music are related to the need to find emotional representation and emotional comfort. Second, music is interpreted as a safe space and a medium for self-expression that can provide validation, reinforcement, or diversion from the emotions felt without feeling judged. Third, concrete actions are evident through specific habits such as creating playlists according to mood, repeatedly listening to certain songs, purchasing tickets to attend concerts, and responding to music with emotional or physical expressions.

Keywords: Music, Generation Z, Phenomenon, Emotional Validation

RINGKESAN

Panalungtikan ieu kalayan judul “Musik salaku Média Validasi Émosi dina Generasi Z” anu asalna tina fenomena kandelna katerikatan Generasi Z kana musik dina kahirupan sapopoe. Musik henteu ngan ukur dipaké salaku hiburan, tapi ogé minangka sarana pikeun ngatur jeung méré kapastian kana émosi ngaliwatan komunikasi intrapersonal. Tujuan panalungtikan ieu nyaéta pikeun ngartos kumaha musik boga fungsi minangka média validasi émosi dina Generasi Z di Kota Bandung. Sajaba ti éta, tujuan séjén nyaéta pikeun ngulik kumaha motif, makna, jeung lampah Generasi Z di Kota Bandung anu ngajadikeun musik salaku média validasi émosi.

Métode panalungtikan anu digunakeun nyaéta métode kualitatif kalayan ngagunakeun tiori régulasi émosi jeung tiori fenomenologi ti Alfred Schutz. Téknik ngumpulkeun data anu dipaké nya éta studi pustaka, observasi, jeung wawancara mendalam.

Hasil panalungtikan némbongkeun yén: kahiji, motif Generasi Z dina ngadéngékeun musik aya patalina jeung kabutuhan pikeun manggihan gambaran émosi jeung kanyamanan batin. Kadua, musik dimaknai minangka rohangan aman jeung médium ékspresi diri anu tiasa méré validasi, panguat, atawa pangalihan kana émosi anu karasa tanpa ngarasa dihukum atawa dihakiman. Katilu, lampah nyata anu katingali nyaéta kabiasaan husus saperti nyieun playlist nurutkeun suasana haté, ngadéngékeun lagu tangtu sacara terus-terusan, mésér tiket pikeun lalajo konser, nepi ka ngaréspon musik ku ékspresi émosional boh fisik.

Kata konci: Musik, Generasi Z, Fenomena, Validasi Émosi