

## STUDI FENOMENOLOGIS ATAS KEBERMAKNAAN HIDUP PADA MUSISI

Yen Ni<sup>1</sup>, Raja Oloan Tumanggor<sup>2</sup>, dan Willy Tasdin<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta

Corresponding autor: rajat@fpsi.untar.ac.id

### ABSTRACT

*The life of a musician is not always as beautiful as the achievements obtained. Many studies have shown that musicians tend to be stressed, anxious, and have a lifestyle that likes to consume alcohol and drugs. This can lead to a meaninglessness syndrome such as a frustrated search for meaning in life. For this reason, researchers want to see the meaning of life and what factors influence it. So the problem in this research is how musicians struggle with various life problems they face everyday such as stress, depression, etc.. This study aims to provide an overview of the meaning of life for musicians. By using qualitative phenomenological methods, the researchers analyzed the symptoms (phenomena) experienced by three musicians related to the meaning of life. This phenomenological research uses an interpretative phenomenological analysis (IPA) model. Science research focuses on the process of interpreting unique personal experiences. In science research, there are two interpretation processes, namely the interpretation of the participants' own experiences and the researchers' interpretations of the participants' experiences. The result of the researcher's interpretation is an understanding of the meaning given by the participants to their life experiences. The subjects in this study were three musicians who were trying to explore self-understanding, attitude change, social support, meaning of life, directed activities, and self attachment. The results of the analysis show that in interpreting their lives, participants are supported by various factors such as the struggle to become a musician, current job, and good blessings for the work produced. In addition, the three musicians believe that doing good and being a blessing to others is also one of the factors that encourage the three subjects to give meaning to their lives. This is because the work they produce can have a good impact on the listeners and become a strength for the subjects to continue to struggle and survive as musicians.*

**Keywords:** phenomenology, meaning of life, musician

### ABSTRAK

Kehidupan musisi tidak selalu indah seperti pencapaian yang diperoleh. Banyak penelitian yang menunjukkan musisi cenderung stres, cemas, dan memiliki gaya hidup yang suka mengonsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang. Hal ini dapat menyebabkan sindroma ketidakbermaknaan seperti frustrasi mencari makna hidup. Untuk itu peneliti ingin melihat kebermaknaan hidup dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhinya. Jadi masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana para musisi bergumul dengan berbagai persoalan hidup yang dihadapi sehari-hari seperti stress, depresi, dll.. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai kebermaknaan hidup pada musisi. Dengan menggunakan metode kualitatif fenomenologis, peneliti menganalisis gejala-gejala (fenomena) yang dialami oleh tiga orang musisi berkaitan dengan kebermaknaan hidup. Penelitian fenomenologis ini menggunakan model analisa fenomenologis interpretatif (*interpretative phenomenological analysis-IPA*). Penelitian IPA berfokus pada proses interpretasi pada pengalaman pribadi yang unik. Dalam penelitian IPA terjadi dua proses interpretasi, yaitu interpretasi pengalamannya sendiri oleh partisipan dan interpretasi oleh peneliti dari pengalaman partisipan. Hasil dari interpretasi peneliti adalah pemahaman akan makna yang diberikan oleh partisipan untuk pengalaman hidupnya. Subyek dalam penelitian ini sebanyak tiga musisi yang dicoba digali pemahaman diri, perubahan sikap, dukungan sosial, makna hidup, kegiatan terarah, dan keterikatan dirinya. Hasil analisis menunjukkan bahwa dalam memaknai hidupnya, partisipan didukung oleh berbagai faktor seperti perjuangan untuk menjadi musisi, pekerjaan saat ini, dan berkat yang baik atas karya yang dihasilkan. Selain itu ketiga musisi berkeyakinan bahwa berbuat baik dan menjadi berkat untuk orang lain juga merupakan salah satu faktor yang mendorong ketiga subjek dalam memaknai hidup mereka. Hal ini karena karya yang mereka hasilkan dapat memberikan dampak baik kepada para pendengar dan menjadi suatu kekuatan juga bagi para subjek untuk tetap berjuang dan bertahan sebagai musisi.

**Kata Kunci:** fenomenologi, kebermaknaan hidup, musisi

### 1. PENDAHULUAN

Kehidupan menjadi musisi tidak selalu mudah dan menyenangkan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kehidupan musisi cenderung dipenuhi stres, gaya hidup yang buruk, dan ada kecenderungan untuk mengonsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang. Dalam sebuah

penelitian survei yang dilakukan oleh Gross dan Musgrave (2016) dengan 2,211 musisi profesional sebagai subjek penelitian menghasilkan bahwa 71,1% responden mengalami kecemasan dan serangan panik, lalu 68,5% responden lain mengalami depresi. Hasil dari penelitian ini juga menambahkan bahwa bekerja di industri musik atau sebagai musisi memiliki dampak pada kesehatan mental musisi. Penelitian lain yang dilakukan oleh Berg et al. (2018) menyatakan bahwa musisi lebih banyak mengalami gangguan mental seperti depresi, kecemasan, konsumsi alkohol dan obat-obatan terlarang dibandingkan dengan masyarakat biasa. Selain itu, Applegren et al. (2019) menyatakan bahwa stres merupakan bagian utama dalam kehidupan musisi. Stres yang berlebihan dapat mengakibatkan kelelahan dan berkurangnya kemampuan dalam penampilan bermusik. Menurut Heinzman (2019), terdapat banyak bagian kehidupan musisi yang menyebabkan stres, termasuk konflik di dalam grup musik, penyalahgunaan obat-obatan, pendapatan yang rendah, dan kehidupan di mata publik. Perjuangan untuk menjadi musisi juga dibutuhkan kerja keras dan dedikasi agar sukses pada karir sebagai musisi, lalu mengatasi stres yang bersamaan dalam bermusik.

Menurut Frankl (dalam Koeswara, 1992) depresi, stres, gaya hidup yang kurang baik, penyalahgunaan obat-obatan hingga bunuh diri dan keinginan untuk menyakiti diri sendiri adalah bentuk dari sindroma ketidakbermaknaan (*syndrome of meaninglessness*) yang ditandai dengan dua tahapan yaitu frustrasi eksistensial dan kemudian memicu munculnya neurosis noögenik. Kehampaan eksistensial (*existential vacuum*) atau disebut juga sebagai frustrasi eksistensial merupakan tahapan awal dari munculnya sindroma ketidakbermaknaan. Munculnya frustrasi eksistensial pada manusia ditandai dengan perasaan-perasaan absurd dan hampa. Perasaan absurd seperti fenomena di mana hidup tampak tidak berarti. Bila frustrasi eksistensial tidak segera diatasi akan terus muncul dan menghasilkan gejala neurosis noögenik seperti kehilangan minat, kekosongan batin, kurangnya inisiatif, keluhan terhadap bosan, dan keputusan yang merupakan bentuk dari hilang atau kurangnya kebermaknaan hidup. Jadi yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana para musisi bergumul dengan berbagai persoalan hidup yang dihadapi sehari-hari seperti stress, depresi, dll. Melalui penelitian ini mau dilihat secara konkret pengalaman mereka jatuh bangun mengelola hidup dengan persoalan yang beraneka ragam. Tujuannya adalah agar orang yang membaca pengalaman para musisi ini dapat tertolong untuk mengatasi persoalan hidup sebagai seorang musisi atau artis.

Menurut Frankl (2017) makna hidup adalah sebuah daya yang dimiliki manusia dalam membangun motivasi seseorang untuk memiliki dasar alasan agar tetap hidup dan melakukan sesuatu yang berguna. Sesuatu yang berguna ini bisa dipraktekkan dengan menjadi orang yang berguna untuk orang lain dan tetap memberikan makna yang baik untuk diri sendiri dan orang lain. Bastaman juga menyatakan bahwa makna hidup adalah pendalaman individu akan hal-hal yang dirasa berharga, dianggap penting, dan diyakini kebenarannya serta memberikan nilai tersendiri bagi seseorang, sehingga menjadikan tujuan dalam kehidupan (*the purpose in life*). Mendalami atau menghayati hidup menggiring individu pada kepuasan dan kebahagiaan hidup. Ketika seseorang dapat memaknai makna hidupnya, maka individu akan merasakan kehidupan itu penting dan berharga (Bastaman, 2007).

Makna hidup memiliki tiga dimensi, yaitu dimensi personal, dimensi sosial, dan dimensi nilai-nilai. **Dimensi personal** terdiri dua aspek, yaitu pemahaman diri (*self insight*) dan perubahan sikap (*changing attitude*). Aspek pertama yaitu pemahaman diri (*self insight*) merupakan mengetahui dan menyadari kebaikan dan kelemahan pribadi, baik itu dari fisik, penampilan, bakat, pemikiran, serta memahami lingkungan sekitar, seperti keluarga, tetangga, masyarakat, dan pekerjaan.. Aspek kedua dalam dimensi personal yaitu perubahan sikap (*changing attitude*), dimana perubahan sikap ini berkaitan dengan pemahaman diri. Sikap atau tindakan yang sebelumnya kurang tepat, diubah menjadi lebih tepat dan terarah. Penerapan dalam merubah sikap menjadi lebih baik dilakukan secara wajar dan tanpa ada pemaksaan diri.

Dimensi kedua adalah **dimensi sosial** yang meliputi dukungan sosial (*social support*). Dengan adanya dukungan membuat keberadaan seseorang yang dekat dapat dipercaya dan bersedia memberikan bantuan pada saat dibutuhkan. Dimensi ketiga merupakan **dimensi nilai** yang terdiri dari makna hidup (*meaning of life*) terkait dengan nilai-nilai yang penting dan berarti dalam kehidupan seseorang sebagai tujuan hidup yang harus dipenuhi. Aspek kedua dalam dimensi nilai-nilai yaitu kegiatan terarah (*directed activities*) dimana memberikan sesuatu yang baik dan bermanfaat dalam kehidupan. Aspek ketiga dalam dimensi nilai-nilai yaitu keterikatan diri (*self-commiment*), keterikatan diri (*self-commitment*) pada makna dan tujuan hidup merupakan hal yang dilakukan dengan konsisten serta komitmen yang tinggi. Jadi yang menjadi persoalan utama yang mau diulas dalam penelitian ini adalah bagaimana musisi meraih kebermaknaan hidupnya dan apa saja tahapan yang mempengaruhi musisi dalam meraih kebermaknaan hidup?

## 2. METODE PENELITIAN

Untuk mengurai persoalan ini penulis menggunakan metode fenomenolog karena melihat fenomena-fenomena yang dilalui musisi sebagai makna hidup dan menjadi cara penulis dalam mencari esensi dan tujuan hidup dari musisi. Dari metode fenomenologi, penulis akan membuat analisis secara konseptual dan menekankan pada pemikiran subjektif. Ini dilakukan pada musisi profesional dalam artian musisi dibayar atas hasil karya dan penampilannya. Tidak ditentukan jenis kelamin partisipan dalam penelitian ini. Subjek penelitian berjumlah tiga orang musisi profesional dan merupakan anggota dari grup musik (band). Posisi subjek dalam grup musik tidak ditentukan. Karakteristik subyek penelitian yaitu musisi profesional dalam rentang usia dewasa awal yaitu 20 sampai 40 tahun. Dengan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel atau sumber data dengan pertimbangan atau tujuan tertentu.

Jenis penelitian fenomenologi yang digunakan oleh peneliti yaitu *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Penelitian IPA berfokus pada proses interpretasi pada pengalaman pribadi yang unik. Dalam penelitian IPA terjadi dua proses interpretasi, yaitu interpretasi pengalamannya sendiri oleh partisipan dan interpretasi oleh peneliti dari hasil interpretasi dari pengalaman partisipan. Hasil dari interpretasi peneliti adalah pemahaman akan makna yang diberikan oleh partisipan untuk pengalaman hidupnya.

Analisis dilakukan dengan menggunakan memilah-memilah pernyataan-pernyataan pada *verbatim* yang sesuai dengan permasalahan penelitian. Setelah itu, membuat komentar eksploratoris dimana ini berhubungan dengan *verbatim* dengan menyorot bagian pernyataan subjek yang dirasa penting. Komentar ini berupa pernyataan interpretatif peneliti terhadap pernyataan partisipan yang dirasakan penting dalam transkrip. Setelah itu, membuat tema emergen dimana pemadatan dari komentar atau pernyataan yang telah dipilih sebelumnya. Kemudian, tema emergen ini bersifat banyak dan ditampung ke dalam tema yang lebih besar yaitu tema superordinat, merupakan kumpulan tema-tema yang relevan dengan pertanyaan penelitian.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti mendapatkan enam tema utama yang menjelaskan permasalahan penelitian sesuai dengan dimensi pada teori makna hidup. Tema yang ditemukan adalah a) pemahaman diri, b) perubahan sikap, c) dukungan sosial, d) makna hidup, e) kegiatan terarah, f) keterikatan diri.

### a) Pemahaman Diri

Beberapa tema yang muncul terkait dengan pemahaman diri setiap partisipan, diantaranya adalah mengetahui awal mula dalam bermain musik, memahami proses dalam mencari ide, memahami pengalaman menyenangkan dan tidak menyenangkan selama menjadi musisi, memahami perasaan saat melakukan pertunjukkan musik, memahami makna dalam bermusik.

Setiap partisipan memiliki alasan dalam memulai karirnya sebagai musisi dan pengalaman pertama dalam belajar bermain alat musik. Partisipan A dan Z sama-sama mengawali bermain musik sejak mereka kecil. A diajari keyboard oleh ayahnya, dan Z bermain gitar sebelum memasuki sekolah dasar. F mulai belajar tentang musik dari menulis lagu. F menulis lagu di tahun 2010 dan terus menggali kemampuan menulisnya ketika membaca buku karya sastrawan. Dalam mencari ide, musisi melibatkan pemahaman diri terhadap keinginan atau keresahan diri yang musisi atau lingkungan sekitar miliki. A sendiri mencari ide dari keresahan yang dialami pada lingkungan sekitarnya. F mencari ide berdasarkan pengalaman-pengalaman yang telah dilalui, dan Z dengan mendengarkan lagu dari musisi lain yang bergenre sama dengan musiknya. Selama berkarir menjadi musisi pasti pernah mengalami pengalaman yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Hal ini dilalui oleh musisi dan menjadi pemahaman diri sebagai motivasi dan evaluasi dalam kegiatan bermusik. A merasa pengalaman menyenangkannya saat bisa manggung dan melihat penonton bernyanyi bersama, hanya saja kurang menyenangkan bagi A saat mengisi acara pada event dan peralatan yang disediakan tidak lengkap. Bagi F, pengalaman menyenangkan saat pencapaian dalam musik berupa album pertama grup musiknya. Z sendiri senang saat bertemu dengan orang-orang yang bekerja di bidang musik dan dapat bertukar pikiran bersama, hanya saja yang kurang menyenangkan bagi Z ketika penonton tidak memperhatikan penampilan grup musiknya saat sedang tampil.

Tampil di atas panggung adalah hal yang sangat dinantikan oleh setiap musisi. Di saat seperti itu musisi dapat membawakan karya mereka secara percaya diri dan sesuai dengan konsep musik tiap musisi. Ketiga subyek merasa bahwa terkadang memang gugup, tapi sangat seru saat dapat tampil di atas panggung, dan merasa bahwa setiap anggota dapat mengekspresikan musik melalui instrument yang digunakan. Musisi merasa bahwa kegiatan bermusik dan berkarir di dunia musik memiliki makna bagi diri sendiri.

Makna ini dapat beragam antar tiap musisi, tergantung pada tujuan dari musisi dalam membuat karya dan bermusik. Ketiga subyek merasakan bahwa musik dan pekerjaan sebagai musisi memberikan makna bagi kehidupan mereka. Memiliki makna yang sangat dalam dan mempelajari banyak hal kehidupan. Pada musisi, perubahan sikap dapat berupa sikap musisi dalam mengatasi stres atau tekanan yang sedang dihadapi dalam bermusik. Ketiga subyek mengatasi stres yang dihadapi dengan berkumpul dengan teman-teman, mengeksplor hal baru dan berkolaborasi dengan orang lain.

#### b) Perubahan Sikap

Perubahan sikap merupakan aspek kedua dalam dimensi personal, yaitu dimana perubahan sikap ini berkaitan dengan pemahaman diri. Ketika individu sudah tahu apa tujuan dari pemahaman diri mereka, langkah selanjutnya yaitu perubahan sikap untuk menerapkan hal-hal baru dalam perilaku dan tindakan nyata di kehidupan sehari-hari, serta sikap atau tindakan yang sebelumnya kurang tepat, diubah menjadi lebih tepat dan terarah. Pada musisi, perubahan sikap dapat berupa sikap musisi dalam mengatasi stres atau tekanan yang sedang dihadapi dalam bermusik. Ketiga subyek berusaha untuk mengatasi stres dan tekanan dalam bermusik dengan mencoba mengeksplor hal-hal baru dan berkumpul dengan teman-teman, serta berkolaborasi dengan orang lain. Hal ini dilakukan agar mereka tidak terlalu merasa tertekan dan berusaha mengalihkan pikiran sementara.

#### c) Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan aspek pada dimensi sosial yang penting karena manusia adalah makhluk sosial pada kehidupan manusia. Pada kehidupan musisi, dukungan dari orang-orang di sekitar seperti keluarga, kerabat, dan teman-teman sangat dibutuhkan. Hubungan dengan kualitas yang baik juga dapat mendukung kualitas dari dukungan yang diberikan kepada musisi. Musisi yang berada dalam sebuah grup terdiri dari beberapa anggota dengan pemikiran yang berbeda adalah suatu tantangan dalam menjaga hubungan antar anggota. Dimana konflik atau

kesalahpahaman pasti akan terjadi. Bagaimana musisi dalam menghadapi dan mengatasi juga bagian dalam kualitas hubungan dalam grup musiknya. Hal ini berpengaruh pada dukungan sosial antar sesama anggota. Dalam grup musik ketiga subyek, biasanya konflik terjadi karena ego masing-masing anggota, namun dapat diselesaikan dengan baik dan hanya perdebatan kecil. Hubungan dari keluarga masing-masing subyek juga baik-baik saja dan mendukung karir sebagai musisi.

d) Makna Hidup

Makna hidup adalah aspek pertama dari dimensi nilai-nilai, dimana makna hidup terkait dengan nilai-nilai penting yang dijadikan tujuan atau acuan dalam menjalani hidup. Nilai-nilai yang dijadikan sebagai pedoman hidup berbeda-beda setiap musisi. Tema emergen yang muncul pada aspek makna hidup adalah nilai-nilai pedoman hidup, tujuan hidup, dan makna hidup.

Dalam menjalankan hidup, ketiga subyek memiliki nilai pedoman masing-masing, diantaranya nilai kejujuran, nilai cinta kasih, nilai budaya, dan nilai keagamaan. Bagi ketiga subyek dengan memberikan cinta kasih dan berbuat baik ke sesama manusia dapat mendatangkan kebahagiaan dan manusia hidup berdampingan dan sudah sepatutnya untuk saling berbuat baik. Nilai keagamaan juga menjadi salah satu pedoman hidup ketiga subyek, sebab dengan beribadah dengan hati yang niat dapat memberikan kekuatan untuk ketiga subyek dalam menjalani hidup. Kemudian, F sendiri menjunjung tinggi nilai budaya, sebab F begitu bangga dengan budaya asalnya dan berusaha untuk melestarikannya dengan berkarya.

Tujuan hidup yang dimiliki setiap subyek berbeda-beda. A memiliki tujuan hidup yang berfokus pada karirnya saat ini sebagai karyawan swasta. F menginginkan kestabilan grup musiknya, sedangkan Z memiliki tujuan hidup ingin membahagiakan orang-orang yang telah mendukungnya.

Setiap musisi memaknai hidupnya masing-masing berdasarkan apa yang telah dilalui selama ini. A memaknai hidupnya dengan menjalani sesuai apa yang disukai. Hal ini karena A sudah pernah merasakan saat mendapatkan hasil dari pekerjaan yang tidak disukai dengan yang disukai. Menurutnya jauh lebih menyenangkan ketika kita melakukan dan mendapatkan hasil dari pekerjaan yang disukai. Walaupun memang dalam memaknai hidupnya, pekerjaannya sebagai musisi tidak menjadi faktor utama, namun faktor yang menjadi pendorongnya adalah pekerjaannya saat ini di kantor.

F memaknai hidupnya sebagai berkat pemberian atas apa yang telah dijalani sampai saat ini. F melihat dirinya terlahir di dunia ini bukan tanpa alasan dan bukan untuk tidak menjadi apa-apa. Dengan eksistensi dirinya di dunia merupakan sebuah berkat yang diberikan. Perjuangan F dalam bermusik memberikan makna yang mendalam pada hidupnya. Seperti berjalan di jalan-jalan sunyi sendiri ini yang diungkapkan F dalam menggambarkan perjuangan yang dihadapinya. Z sendiri memaknai hidupnya dengan melakukan sesuatu yang berarti pada hidup. Z merasa pilihannya berkarir sebagai musisi adalah sesuatu yang sangat berarti dan Z mendapatkan banyak pelajaran hidup selama proses menciptakan sebuah karya. Dengan melakukan pekerjaan sebagai musisi, memberikan makna hidup yang berarti karena sudah melakukan hal-hal yang bermanfaat untuk banyak orang.

e) Kegiatan Terarah

Kegiatan terarah merupakan aspek kedua dari dimensi nilai-nilai. Dalam kegiatan terarah tidak diperlukan kegiatan besar, walau kecil tapi dapat bermanfaat. Sebagai musisi, bekerja menjadi musisi juga sudah merupakan kegiatan terarah karena produktif dalam membuat karya. Pada kegiatan terarah ini, tema emergen yang diambil adalah bagaimana caranya musisi mengatasi stres dan tanggapan terhadap musisi- musisi yang melampiaskan stres yang dialami ke hal-hal negatif, seperti penyalahgunaan obat-obatan terlarang, alkohol, dan hingga bunuh diri.

Kegiatan terarah yang dilakukan oleh ketiga subyek saat mengalami masalah dalam bermusik yaitu berkumpul dengan teman-teman, selain itu ketiga subyek juga sepakat bahwa dalam

menanggapi musisi yang melampiaskan stres ke hal negatif, merupakan faktor dari lingkungan dimana musisi itu berada, serta musisi tersebut tidak menemukan dirinya dalam karya yang dibuat.

f) Keterikatan Diri

Keterikatan diri atau *self-commitment* adalah aspek ketiga dari dimensi nilai-nilai merupakan hal yang dilakukan dengan konsisten serta komitmen yang tinggi. Komitmen dalam melakukan kegiatan terarah dan merealisasikan keinginan pada pemahaman diri adalah salah satu hal penting dalam menemukan makna hidup dan mencapai tujuan hidup.

Komitmen dalam melakukan kegiatan terarah dan merealisasikan keinginan pada pemahaman diri adalah salah satu hal penting dalam menemukan makna hidup dan mencapai tujuan hidup. A berkomitmen dalam pekerjaannya dengan kembali bersekolah dari awal dan tetap bertahan pada kantornya saat ini. F berkomitmen untuk tetap berkarya dan berdiskusi dengan anggota grup lainnya. Z tetap berkomitmen dengan tekun dalam menciptakan karya-karya baru.

Dengan tiap-tiap dimensi yang ada di dalam teori kebermaknaan hidup, setiap dimensi dapat diperdalam dengan mengambil pokok-pokok penting yang muncul dari hasil wawancara. Adanya dimensi-dimensi dalam makna hidup, dapat memberikan pandangan bahwa makna hidup tidak hanya berupa makna saja. Setiap individu memiliki sudut pandang dalam memaknai hidup pribadi dengan berbeda-beda. Salah satu subjek memaknai hidupnya dengan melakukan sesuatu yang berarti dan hal ini sama seperti yang sering disampaikan oleh tokoh-tokoh yang membuat teori dalam makna hidup. Subjek lain memaknai hidupnya dengan menjalani sesuai dengan apa yang disukai, karena dengan begitu subjek merasa lebih bersemangat dan puas memperoleh hasil dari kegiatan tersebut. Subjek lainnya memaknai hidup sebagai berkat pemberian atas apa yang telah dijalani sampai saat ini dan merasa hidupnya begitu berharga.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Setiap partisipan memaknai hidupnya berbeda-beda dan pengalaman setiap partisipan unik. Dari memaknai hidup masing-masing, ada dorongan dari pekerjaan mereka sebagai musisi yang menjadi unsur penting dalam memaknai hidup. Pada musisi F dan Z, perjuangan yang sampai saat ini mereka jalani sebagai musisi menjadi salah satu faktor penting dalam memaknai hidup mereka. Untuk subjek A juga didorong dari faktor pekerjaan, namun bukan sebagai musisi, melainkan pekerjaannya yang lain yang lebih mendorongnya sebagai musisi. Di sisi lain, berbuat baik dan menjadi berkat untuk orang lain juga merupakan salah satu faktor yang mendorong ketiga subjek dalam memaknai hidup mereka. Hal ini karena karya yang mereka hasilkan dapat memberikan dampak baik kepada para pendengar dan menjadi suatu kekuatan juga bagi para subjek untuk tetap berjuang sebagai musisi.

Setiap individu memiliki sudut pandang dalam memaknai hidup pribadi dengan berbeda-beda. Salah satu subjek memaknai hidupnya dengan melakukan sesuatu yang berarti dan hal ini sama seperti yang sering disampaikan oleh tokoh-tokoh yang membuat teori dalam makna hidup. Subjek lain memaknai hidupnya dengan menjalani sesuai dengan apa yang disukai, karena dengan begitu subjek merasa lebih bersemangat dan puas memperoleh hasil dari kegiatan tersebut. Subjek lainnya memaknai hidup sebagai berkat pemberian atas apa yang telah dijalani sampai saat ini dan merasa hidupnya begitu berharga.

Bagi para musisi diharapkan dapat terus memaknai dari setiap perjalanan pengalaman selama bermusik dan tetap berkomitmen dalam mencapai tujuan hidup, terutama dalam keadaan wabah Covid-19 yang membuat terbatasnya penampilan panggung secara langsung dan juga usaha untuk terus membuat inovasi-inovasi baru dalam karya musik. Bagi para pembaca diharapkan dapat melihat bagaimana proses musisi menjalani karir dan memaknai pekerjaannya, maupun hal-hal yang menjadi faktor dalam memaknai hidup musisi sendiri. Selain itu, pembaca juga

diharapkan dapat memahami makna hidup dari setiap musisi dengan faktor pendukung dan cara pandang setiap musisi yang berbeda- beda

### **Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)**

Terimakasih kepada para musisi yang telah bersedia jadi nara sumber dan juga LPPM Universitas Tarumanagara Jakarta yang telah menerima penelitian ini sebagai salah satu skema penelitian untuk semester genap 2020- 2021.

### **REFERENSI**

- Adian, D. G. (2016). *Pengantar Fenomenologi*. Depok: Penerbit Kanisius. 35-36. [versi e-book]. [https://play.google.com/store/books/details/Dr\\_Donny\\_Gahral\\_Adian\\_Pengantar\\_Fenomologi?id=h1rbDwAAQBAJ](https://play.google.com/store/books/details/Dr_Donny_Gahral_Adian_Pengantar_Fenomologi?id=h1rbDwAAQBAJ)
- Applegren, A., Osika, W., Theorell, T., Madison, G., & Horwitz, E. B. (2019). Tuning in on motivation: Differences between non-musicians, amateurs, and professional musicians. *Psychology of Music*, 47 (6), 864-873. <https://doi.org/10.1177/0305735619861435>
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Berg, L., King, B., Jessica, K., & McRoberts, R. L. (2018). Popular musician responses to mental health treatment. *Medical Problems of Performing Artists*, 33(2), 124-130. <https://doi.org/10.21091/mppa.2018.2020>
- Frankl, V. E. (2017). *Man's search for meaning*. (Priyatna, H, Trans). Jakarta: Penerbit Noura Books. (Original work published 1946).
- Gross, S. A., & Musgrave, G. (2016). *Can music make you sick? A study into the incidence of musicians' mental health*. London: MusicTank Publishing. 5. <https://westminsterresearch.westminster.ac.uk/item/q33qy/can-music-make-you-sick-part1-a-study-into-the-incidence-of-musicians-mental-health>
- Heinzman, A. D. (2019). Stressful music: A look into the challenges of life as a career musician. *Capstone Projects and Master's Theses*, 487. [https://digitalcommons.csumb.edu/caps\\_thes\\_all/487](https://digitalcommons.csumb.edu/caps_thes_all/487)
- Koeswara, E. (1992). *Logoterapi: Psikoterapi Victor Frankl*. Daerah Istimewa Yogyakarta: Penerbit PT Kanisius.

---

*(halaman kosong)*