INTERACTION: Communication Studies Journal: Volume 2, Number 1, 2025, *Page*: 1-8

Analisis Fenomenologi terhadap Peran Musik HINDIA dalam Memberi Makna Hidup pada Kalangan Gen Z

Ranny Juwita Aulia[1]* Suci Rahmadhani[2]

[1,2] Institut Seni Indonesia Padang Panjang

DOI: https://doi.org/10.47134/interaction.v2i1.4122
*Correspondence: Ranny Juwita Aulia
Email: rannyjuwitaaulia@gmail.com

Received: 06-03-2025
Accepted: 18-04-2025
Published: 31-05-2025

Copyright: © 2024 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstrak: Generasi Z menghadapi krisis eksistensial akibat tekanan akademik, tuntutan sosial, dan standar yang tidak realistis yang dibentuk oleh media sosial. Musik—terutama karya-karya Hindia—muncul sebagai medium reflektif yang mengartikulasikan kecemasan dan mendukung pencarian makna hidup. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologis untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa Antropologi Budaya di Institut Seni Indonesia Padangpanjang dalam hubungannya dengan musik Hindia. Temuan wawancara menunjukkan bahwa lirik dan melodi Hindia memiliki resonansi emosional yang kuat, memberikan ruang bagi validasi emosi dan refleksi diri. Musiknya tidak hanya berfungsi sebagai hiburan, tetapi juga sebagai alat terapeutik yang membantu individu menghadapi tantangan hidup, melepaskan diri dari tekanan sosial, dan merangkul keaslian diri. Penelitian ini menegaskan peran musik dalam mendorong kesejahteraan psikologis dan mendukung konstruksi makna personal di kalangan Generasi Z.

Kata Kunci: Krisis Eksistensial, Makna Hidup, Generasi Z

Abstract: *Generation Z faces an existential crisis due to academic pressure, social expectations, and unrealistic standards shaped by social media. Music—particularly the works of Hindia—emerges as a reflective medium that articulates anxiety and supports the search for life's meaning. This study uses a phenomenological approach to explore the subjective experiences of Cultural Anthropology students at the Indonesian Institute of the Arts Padangpanjang in relation to Hindia's music. Interview findings reveal that Hindia's lyrics and melodies carry strong emotional resonance, offering a space for emotional validation and self-reflection. His music functions not merely as entertainment but as a therapeutic tool that helps individuals navigate life's challenges, detach from societal pressures, and embrace personal authenticity. This research affirms music's role in fostering psychological well-being and supporting the construction of personal meaning among Generation Z.*

Keywords: *Existential Crisis, Meaning of Life, Gen Z*

Pendahuluan

Dalam dinamika kehidupan Gen Z, pencarian makna hidup menjadi proses yang kompleks dan penuh tantangan. Masa transisi dari remaja menuju dewasa muda kerap ditandai dengan munculnya berbagai tekanan, baik yang bersifat akademik maupun sosial. Pencapaian indeks prestasi, serta tuntutan untuk selalu produktif, sering kali menimbulkan kondisi burnout, yakni kelelahan fisik dan psikis yang berkepanjangan. Di sisi lain, Gen Z juga dihadapkan pada tekanan sosial baik dari lingkungan keluarga, teman sebaya, maupun media sosial yang mendorong terbentuknya standar kesuksesan tertentu yang harus dicapai dalam usia muda. Selain itu, individu yang bergantung pada pengakuan sosial dapat mengalami penurunan kesehatan psikologis sebagai akibat dari kecemasan yang terus menerus tentang hidup sesuai dengan standar masyarakat (Lestari, Dewi, 2024).

Kondisi ini memunculkan situasi krisis eksistensial, yaitu kegelisahan mendalam terhadap arah hidup, tujuan pribadi, dan nilai-nilai yang dipegang. Banyak Gen Z merasa terjebak dalam rutinitas yang tidak lagi bermakna. Aktivitas akademik tidak lagi dipahami sebagai ruang belajar dan tumbuh, melainkan sebagai kewajiban administratif yang harus dipenuhi. Dalam konteks ini, Gen Z rentan mengalami alienasi, yaitu keterasingan dari proses kehidupan yang dijalaninya, termasuk dari diri mereka sendiri. Erik Erikson menyebut hal ini sebagai **"Identity vs. Role Confusion"** — di mana individu mencoba menjawab pertanyaan, *"Siapa saya?"* dan *"Apa tujuan saya di dunia ini?"*. Jika individu gagal membentuk identitas yang kuat, ia bisa mengalami kebingungan peran, krisis eksistensial (Kitchens & Abell, 2020), dan perasaan terasing. Dalam menghadapi kompleksitas ini music sebagai medium ekspresi dan refleksi memainkan peran penting dalam membantu mereka memahami dan mengartikulasikan pengalaman mereka.

Salah satu musisi yang menonjol dalam menyuarakan keresahan dan harapan Gen Z adalah Hindia, Hindia adalah nama panggung dari seorang musisi indie yang bernama Daniel Baskara Putra atau akrab dipanggil dengan Baskara. Memiliki genre alternative yang saat ini digemari anak-anak muda dan hal ini berhasil membuat nama Hindia terkenal. Memulai karirnya mulai tahun 2014 sebagai penyanyi utama untuk band Feast dan kemudian pada tahun 2018 dia memutuskan bahwa dia juga akan menjadi penyanyi utama. Hal ini dilakukan karena ingin berbagi cerita pribadinya dan merasa Feast sudah menjadi milik bersama, artinya cerita-cerita yang ada di lagu-lagu Feast adalah cerita-cerita yang ada di masyarakat. Oleh karena itu, akan terkesan egois jika Baskara memaksakan kisah pribadinya ke dalam lagu-lagu band Feast. Lagu ciptaan Hindia memasukkan pesan yang ingin disampaikan kepada pendengar atau penggemar musik khususnya penggemar musik indie dalam lagu yang ia ciptakan, ungkapan-ungkapan yang digunakan untuk menyampaikan pesan juga selalu menggambarkan suasana, kondisi sosial, peristiwa yang terjadi. pengalaman pendengar untuk menciptakan makna yang sangat beragam atau berbeda.

Baskara Hindia dengan sengaja menciptakan lagu dan menyelipkan pesan menyindir atas gaya hidup yang dimiliki orang-orang di zaman ini. Hindia dengan kalimat puitisnya menggambarkan suasana, keadaan sosial, serta peristiwa yang dilihat lalu terciptalah sebuah lagu dengan lirik yang menjadi tamparan bagi orang-orang yang sedang terjebak dalam gaya hidup saat ini. Lagu yang diciptakan Hindia mayoritas menggambarkan kehidupan orang yang beranjak dewasa yang memiliki banyak kekhawatiran dalam mengarungi hidup dizaman 4.0, yang mana orang yang memiliki kelas menengah dikelilingi tuntutan serta eskpetasi sosial tinggi demi menjaga harga diri dan eksistensi. Hal inilah yang menjadi Hindia digemari orang-orang, karena bagi mereka saat mendengarkan lagu Hindia adalah tamparan agar sadar tentang kenyataan hidup. Melalui lensa fenomenologi, pendekatan yang berfokus pada pengalaman subjektif individu, kita dapat memahami bagaimana Gen Z menafsirkan lirik dan melodi musik Hindia.

Mahasiswa Antropologi Budaya Institut Seni Indonesia PadangPanjang, Mahasiswa yang menghadapi berbagai tantangan dalam hidupnya rentan mengalami stres tinggi, di sisi lain, mahasiswa dengan tingkat stres tinggi, biasanya memiliki tingkat kebahagiaan

yang rendah (Dewi & Nasywa, 2019). Masa kuliah adalah masa mahasiswa mengeksplorasi makna, tujuan, dan panggilan hidup (Morse et al, 2022). menurut Frankl (Steger, 2012) makna hidup dapat membuat seseorang, termasuk mahasiswa, menampilkan fungsi terbaik dirinya. Seseorang yang memiliki meaning in life, dapat memahami makna dan tujuan hidupnya.

Penelitian sebelumya telah menyoroti berbagai aspek kehidupan Gen Z seperti penggunaan media sosial, kesehadtan mental dan krisis identitas, namun masih sedikit penelitian yang mengeksplorasi bagaimana musik, khususnya karya Hindia berkontribusi dalam membantu pencarian makna Gen Z di kalangan Mahasiswa Antropologi Budaya Institut Seni Indonesia PadangPanjang.

Dengan demikian, tulisan ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana musik Hindia di kalangan Gen Z dari perspektif fenomenologi berperan sebagai salah satu fasilitas bagi mahasiswa Gen Z di mana pengalaman subjektif mereka tentang pencarian makna hidup diartikulasikan.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Menurut (Moleong, 2019) Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penelitian ini tidak berupaya untuk mengukur atau menggeneralisasi, melainkan untuk menginterpretasikan makna yang terkandung dalam pengalaman hidup informan.

Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian fenomenologi dalam jurnal yang berjudul *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, menjelaskan bahwa pendekatan atau penelitian fenomenologi adalah suatu penelitian ilmiah yang mengkaji dan menyelidiki suatu peristiwa yang dialami oleh seorang individu, sekelompok individu, atau sekelompok makhluk yang hidup. Secara umum, pendekatan ini diterapkan pada penelitian kualitatif. Sebab bisa membantu peneliti menentukan fokus pengambilan data dari aspek mana. Sekaligus membantu mendapatkan data yang lebih detail dan representatif.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan beberapa informan dari kalangan mahasiswa Gen Z yang merupakan pendengar aktif Hindia, dan mengalami prosesn pencarian makna hidup. Wawancara dilakukan secara langsung dengan panduan pertanyaan terbuka yang memungkinkan informan menyampaikan pandangan, pengalaman, dan refleksi pribadinya secara bebas.

Penelitian ini menggunakan analisis data *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) yang merupakan metode analisis dalam fenomenologi yang bertujuan untuk memahami bagaimana individu memberi makna terhadap pengalaman hidup mereka (Smith, Flower, & Larkin, 2009). IPA memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi

hubungan emosional dan reflektif antara musik Hindia dan pengalaman krisis eksistensial para informan.

Langkah-langkah analisis data meliputi: (1) Membaca dan memahami transkrip wawancara secara menyeluruh, (2) melakukan *open coding* yaitu menguraikan data mentah terhadap narasi informan untuk menemukan makna makna penting, (3) mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari pengalam mereka, seperti tekanan sosial, kelelahan mental, proses penerimaan diri dan pemaknaan terhadap lirik, (4) mengelompokkan tema ke dalam kluster makna yang saling berhubungan, (5) menyususn interpretasi secara menyeluruh dengan mengaitkan temuan-temuan tersebut menggunakan pendekatan fenomenologi.

Hasil dan Pembahasan

Krisis eksistensial di kalangan Gen Z adalah tekanan akademis yang intens. Sistem pendidikan tinggi modern seringkali lebih fokus pada pencapaian nilai dan gelar daripada pengembangan diri yang holistik. Gen Z dihadapkan pada ekspektasi tinggi untuk berprestasi, baik dari institusi, keluarga, maupun diri sendiri. Tugas-tugas yang menumpuk, ujian yang beruntun, dan kompetisi yang ketat menciptakan lingkungan yang penuh tekanan.

Selain itu, tekanan sosial juga memainkan peran signifikan. Era digital telah menciptakan budaya di mana Gen Z terus-menerus membandingkan diri mereka dengan pencapaian teman sebaya yang terlihat sempurna di dunia maya mendorong Gen Z untuk terus berusaha mengikuti tren dan aktivitas sosial, bahkan ketika hal tersebut bertentangan dengan kebutuhan pribadi mereka untuk istirahat dan refleksi diri.

Krisis eksistensial tidak hanya memengaruhi kondisi mental seseorang, tetapi juga memengaruhi perilaku mereka. seseorang yang terkena dampak krisis ini dapat mengalami penurunan antusiasme belajar, penurunan semangat, dan bahkan berpotensi menarik diri dari pergaulan. Mereka memiliki perasaan hampa dan disorientasi yang mendalam, seolah-olah mereka terombang-ambing tanpa tujuan di lautan yang luas.

Melalui penelitian observasi dan wawancara, peneliti secara langsung menemui informan yang tengah mengalami pencarian makna hidup ini serta pendengar dari music Hindia. Salah satu informan Gen Z berinisial DG beranggapan bahwa:

"kalau liat tiktok, Instagram apalagi linkedin itu rasanya aku tuh tertinggal banget dari yang lain, apalagi soal karir atau kesuksesan mereka yang di post di sosmed bikin insecure parah. Apa lagi yang post ga cuma 1 atau 2 orang aja kan, aku jadi kepikiran apa aku tu ketinggalan jauh ya? Apa aku terlalu banyak main? Apa aku harus lebih serius lagi ya belajarnya? Sempat tuh aku gara gara liat postingan itu ak jadi lebih giat lagi belajarnya, tapi buka sosmed, liat lagi yang lebih sukses jadi g ada habisnya, malah akunya yang kecapean gara gara standar tiktok itu" (Wawancara DG, 16 Mei 2025)

DG mengatakan bahwa realitas yang tampil di media sosial membuatnya membandingkan hal tersebut dengan dirinya sendiri. Hal ini dapat menyebabkan dampak

positif seperti meningkatnya semangat belajar namun karena itu juga dia merasa kelelahan dengan munculnya konten kesuksesan yang tidak ada habisnya.

"pas lagi scroll scroll sosmed aku ketemu konten lirik gitu pakai lagu Hindia di tiktok, liriknya gini "lakukan apa yang kau mau sekarang, saat hatimu bergerak jangan kau larang, lagipula hidup akan berakhir maka lakukan apa yang kau mau sekarang," rasanya kehidupan aku tu diawasi sama si Hindia ini, rasanya lirik ini paham banget sama yang aku rasain sekarang. Untuk apa aku ngejar kesuksesan yang dimiliki orang lain? padahal aku punya kehidupan sendiri. Sejak itu aku lakuin lagi kebiasaan yang dulu, main sama teman, belajar juga si tapi aku g diawasi sama standar tiktok yang bilang aku harus punya uang 1M di umur 20 tahun, rasanya lebih tenang karna aku punya jalan ku sendiri" (Wawancara DG, 16 Mei 2025)

Melalui ungkapan DG, lagu hindia dengan judul berdansalah, karir ini tak ada artinya memberi petunjuk kepada DG yang sedang kebingungan agar menikmati masa sekarang tanpa harus membandingkan diri dengan orang lain.

Informan YT juga mendukung perspektif DG dengan menambah pernyataan.

"biasanya kan lagu lagu yang bahas kesehatan mental tu nadanya melo gitu kan, jadi kita tu bukannya terinspirasi tpi makin ngerenungin masalah sendiri sendiri gitu lo, kalau sama hindia tu jadi semangat karna kebanyakan musiknya juga semangat, liriknya juga keadaan aku banget jadi ak bisa paham banget ya apa yang disampein sama baskara" (Wawancara YT, 16 Mei 2025)

Menurut YT lagu lagu dari hindia memiliki melodi lagu Hinda dapat menjadi penyemangat karena melodinya tidak melow atau yang sering disebur sadcore. Pernyataan kedua informan diatas tidak jauh berbeda dengan informan DOR melalui kutipannya sebagai berikut:

"sebenarnya gua orangnya ga terlalu terpengaruh sama standar tiktok si, tapi emang lagu lagunya hindia tu pas banget sama kehidupan gue sebagai mahasiswa yang harus ngejar nilai sambal kerja, apalagi lagu hindia yang judulnya ramai sepi bersama yang sering dipakai sama anak anak organisasi itu kaya bikin gua ngerasa ga sendirian berasa di fase yang cukup bikin cape mental dan badan, lagunya juga enak didengar bareng teman teman kalau lagi nongkrong" (Wawancara DOR, 17 Mei 2025)

Ungkapan DOR menyatakan lagu Hindia yang berjudul "Ramai Sepi Bersama" membuatnya merasa tidak sendiri menghadapi fase kehidupan yang memelahkan, hal ini relevan dengan makna lagu ini yaitu refleksi tentang pentingnya kebersamaan dan solidaritas di tengah masa sulit.

"kalau gua lagi burnout banget sama omongan tajam tetangga yang nanyain progress gue bahkan ngebandingin gua sama anaknya yang pns udah punya gaji segini atau bahkan paksaan dari diri gue sendiri yang kemakan sama omongan orang lain yang

sebenarnya ga gue pengenin. Gua selalu ingat lagu hindia yang bilang persetan aturan cinta tak tertulis di atas batu, menurut gue kalimat itu pas banget sama perasaan yang gue sendiri ga tau gimana cara jelasinnya. Karena gua punya freewill untuk jadi aja yang gue mau, ga ada larangan untuk itu" (Wawancara TR, 20 Mei 2025)

Menurut TR lagu hindia berjudul "Cincin" lah yang bisa mengartikulasikan perasaannya dengan tepat agar informan TR dapat menemukan makna hidupnya.

Kesimpulan

Musik Hindia memainkan peran penting sebagai medium refleksi dean ekspresi diri bagi Mahasiwa Gen Z Antropologi Budaya Institut Seni Indonesia PadangPanjang yang tengah mengalami krisis identitas. Melalui pendekatan fenomenologi, ditemukan bahwa lagu-lagu Hindia tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga membantu individu memahami dan menerima pengalaman hidup mereka secara lebih uruh. Lirik lirik yang relevan dengan isu isu yang dialami mampu menjadikan Hindia sebagai sarana artikulatif yang mampu mewakili pengalaman subjektif pendengarnya. Musik ini mendorong Mahasiwa Gen Z Antropologi Budaya Institut Seni Indonesia Padanganjang untuk memikirkan lagi tujuan hidup mereka, keluar dari tekanan sosial dan standar media sosial serta mememukan kedamaian melalui penerimaan diri, bukan terpaksa keluar dari zona nyaman.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada ruang lingkup informan dan focus pada satu musisi yaitu Hindia. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas subjek dan lokasi penelitian guna memperoleh perspektif yang lebih beragam. Selain itu, perbandingan dengan musisi lain atau genre musik yang berbeda dapat digunakan untuk memperkaya pemahaman mengenai musik dan pemaknaan hidup. Penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan pendekatan lain seperti psikologi untuk menggali aspek yang belum terungkap.

Dengan demikian, karya Hindia menunjukan bahwa musik memiliki potensi terapeutik dalam membantu individu membangun makna hidup secara personal dan autentik.

Daftar Pustaka

Adkins, J., & Belcher, J. D. (2021). Meaning-making and mental health: The therapeutic role of music among emerging adults. Journal of Music Therapy, 58(2), 115–132. https://doi.org/10.1093/jmt/thaa025

Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M., & Waters, L. (2022). Flourishing in adolescence: The role of meaning in life, academic performance, and wellbeing. School Psychology International, 43(1), 3–21. https://doi.org/10.1177/01430343211058576

Baker, F., & Uhlig, S. (2020). Voicework in music therapy: Research and practice. London: Jessica Kingsley Publishers.

Baudrillard, J. (1981). *Simulacra and Simulation.* paris: Éditions Galilée.

Beckerman, N. L., & Sarracco, M. (2021). The existential needs of Generation Z: Psychosocial stress and the search for meaning. Journal of Humanistic Psychology, 61(6), 851–870. https://doi.org/10.1177/00221678211009567

Chan, M. (2021). Social media use and existential anxiety among youth: A systematic review. Computers in Human Behavior Reports, 4, 100131. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100131

DeNora, T. (2020). Music Asylums: Wellbeing Through Music in Everyday Life. London: Routledge.

Dewi, L., & Nasywa, N. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi subjective well-being. Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan, 1(1),

Fitriani, M., & Arifin, M. (2023). Music and mental health: The role of lyric analysis in improving adolescent wellbeing. Jurnal Psikologi Integratif, 9(2), 94–105.

Frankl, V. E. (2020). Man's Search for Meaning: Young Adult Edition. Boston: Beacon Press. (Reissue with Gen Z focus)

Fulana, A. Zaidan Dhiya'ulhaq. 2024 Analisis Fenomenologis Mengenai Dampak Kesehatan Mental Terhadap Generasi Z: Studi Kasus Berdasarkan Perspektif Edmund Husserl. Diakses 12 Mei 2025

Gen Z Lab. (2021). State of Gen Z 2021: Mental Health and Identity. San Diego: Gen Z Lab Research Group.

Jannah, Mifta Ainun. 2022. Makna Lirik Lagu "Untuk Apa/Untuk Apa?" Hindia.

Kurniawati, D., & Hidayat, A. (2022). Peran media sosial dalam membentuk krisis identitas pada remaja: Studi pada mahasiswa awal. Jurnal Komunikasi, 14(1), 33–48.

Lee, Y., & Ciarrochi, J. (2020). The role of existential thinking in fostering resilience and wellbeing among university students. Personality and Individual Differences, 164, 110134. https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110134

Lestari, Dewi, M. (2024). Jurnal Pendidikan Inovatif Tantangan Psikologis : Krisis Kesehatan Mental Anak Jurnal Pendidikan Inovatif.

Manen, Max Van 2014 *Phenomenology of Practice: Meaning-Giving Methods in Phenomenological Research and Writing.*

Mokalu, Valentino Reykliv & Boangmanalu, Charis Vita Juniarty. 2021. Teori Psikososial Erik Erikson: Implikasinya Bagi Pendidikan Agama Kristen di Sekolah.

Morse, J. L., Lee, H., Haddock, S. A., & Henry, K. L. (2022). *Meaning in Life Trajectories Among College Students: Differential Effects of a Mentoring Program.*

Putri, R. P., & Astuti, F. D. (2023). Musik dan kesehatan mental: Studi kualitatif pada mahasiswa pengguna Spotify. Jurnal Psikologi Musik Indonesia, 3(1), 11–25.

Ragelienė, T. (2020). Music as a resource in adolescents' identity construction. Youth & Society, 52(4), 585–604. https://doi.org/10.1177/0044118X20938763

Ragelienė, Tija. 2016. Links of Adolescents Identity Development and Relationship with Peers: A Systematic Literature Review

Simanjuntak, E., & Ginting, F. D. (2021). Terapi musik sebagai media ekspresi emosi mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. Jurnal Intervensi Psikologi, 13(1), 1–13.

Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). Interpretative Phenomenological Analysis: Theory, Method and Research. London: SAGE Publications.

Suharno, Ahmad. 2020. Fenomena Hiperrealitas Sebagai Sumber Penciptaan Naskah Drama Dengan Judul Dongen Seputar Menara dan Ritus Ritus,

Zhou, X., & Wu, X. (2022). Music, self-reflection, and existential meaning: A qualitative study on young adults' emotional resilience. Psychology of Music, 50(4), 543–557. https://doi.org/10.1177/03057356211042117