

**PENGALAMAN INDIVIDU PENONTON PEREMPUAN TERHADAP
GERAKAN DARA SETARA DI KONSER FSTVLST**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

disusun oleh :

Keysha Alea Namisya

22107010092

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2026



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-4524/Un.02/DSH/PP.00.9/08/2026

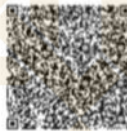
Tugas Akhir dengan judul : PENGALAMAN INDIVIDU PENONTON PEREMPUAN TERHADAP GERAKAN DARA SETARA DI KONSER FSTVLST

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KEYSHA ALEA NAMISYA
Nomor Induk Mahasiswa : 22107010092
Telah diujikan pada : Selasa, 07 Juli 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 6a79d03b08e9



Penguji I

Dr. Pihasiwati, S.Psi, M.A., Psikolog
SIGNED

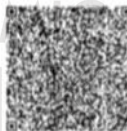
Valid ID: 6a79d05c33a35



Penguji II

Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 6a7954e29b7ce



Yogyakarta, 07 Juli 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Prof. Dr. Erika Setyanti Kusumaputri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6a7d00a000b9e



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Keysha Alea Namisya

NIM : 22107010092

Judul Skripsi : Fenomena Pelepasan Beban Emosional Pada Penonton Perempuan Di
Konser FSTVLST Melalui Pemaknaan Gerakan 'Dara Setara'

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 19 Juni 2026

Pembimbing


Rita Setyani Hadí Sukirno, M.Psi, Psikolog
NIP. 19830501 201503 2 006



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Keysha Alea Namisya
NIM : 22107010092
Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi yang berjudul "Fenomena Pelepasan Beban Emosional pada Penonton Perempuan di Konser FSTVLST melalui Pemaknaan Gerakan 'Dara Setara'" tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi. Skripsi ini merupakan hasil karya penulis sendiri, tidak mengandung unsur plagiasi, penjiplakan, pemalsuan, maupun manipulasi data. Adapun pendapat, teori, atau hasil penelitian yang dikutip dari karya orang lain telah dicantumkan sumbernya di dalam naskah dan dituliskan dalam daftar pustaka sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap pernyataan tersebut, penulis bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 02 Juli 2026

Yang menyatakan,



Keysha Alea Namisya

22107010092

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Dipindai dengan CamScanner

MOTTO

“Berjalan tak seperti rencana adalah jalan yang sudah biasa,
dan jalan satu-satunya, jalani sebaik kau bisa”

(GAS-FSTVLST)

“Hanya butuh satu alasan, untuk sudah menyerah atau terus berjalan”

(Syarat-FSTVLST)

“Maka sudahilah sedihmu yang belum sudah, segera mulailah syukurmu yang pasti
indah, berbahagialah, berbahagialah..”

(Menantang Rasi Bintang-FSTVLST)

“Berbahagialah wahai para tersepelekan,
karena dengan begitu kalian punya kesempatan besar untuk mengejutkan”

(Sirin Farid Stevy)

“Pelan pasti kukabulkan s’gala catatan harapamu tentang masa depan,
tentang masa terang kebul jalan kuterjang”

(Gemilang-Perunggu)

“Jalanmu kan sepanjang niatmu, buka lagi visimu, kau tahu mana urutan satu”

(33x-Perunggu)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil 'alamin

Segala puji bagi Allah Swt. Atas segala rahmat, kasih sayang, pertolongan, dan kemudahan yang senantiasa Engkau limpahkan dalam setiap langkah kehidupan hamba. Terima kasih karena telah mengabulkan doa-doa hamba, menguatkan di setiap proses, serta memberikan jalan hingga akhirnya hamba dapat menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) Psikologi. Hamba percaya bahwa Engkau selalu memiliki cara yang indah dalam menjawab setiap doa dan waktu yang paling tepat untuk mengabulkannya. Di balik setiap penantian, kesulitan, dan air mata, selalu ada pelajaran berharga serta rencana terbaik dari-Mu.

DIRI SENDIRI

Terima kasih kepada diri sendiri yang telah memilih untuk bertahan, terus berjuang, dan tidak pernah menyerah hingga mampu sampai di titik ini. Terima kasih karena telah kuat menghadapi setiap proses, melewati berbagai tantangan, keraguan, rasa lelah, dan kegagalan yang menjadi bagian dari perjalanan ini.

Semua perjuangan yang telah dilalui bukanlah hal yang sia-sia.

Pencapaian ini bukanlah sebuah akhir, melainkan awal dari perjalanan yang lebih panjang. Masih banyak mimpi yang ingin diwujudkan, tantangan yang akan dihadapi, serta pengalaman baru yang akan menjadi proses untuk terus bertumbuh.

KELUARGA

Dengan penuh cinta dan rasa syukur, karya sederhana ini penulis persembahkan kepada keluarga tercinta yang senantiasa menjadi rumah, tempat kembali, sekaligus sumber kekuatan dalam setiap langkah kehidupan. Terima kasih buat keluarga saya yang tidak pernah berhenti memberikan kasih sayang, dukungan, semangat, motivasi, dan doa di setiap langkah perjuangan penulis.

Dengan penuh cinta, rasa syukur, dan ketulusan hati.

Karya sederhana ini penulis persembahkan untuk keluarga tercinta dan diri sendiri

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil 'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Swt., Tuhan Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Atas segala rahmat, karunia, kasih sayang, pertolongan, serta ridha-Nya, penulis diberikan kekuatan, kesehatan, kesabaran, dan kemudahan dalam menjalani setiap proses hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Fenomena Pelepasan Beban Emosional pada Penonton Perempuan di Konser FSTVLST melalui Pemaknaan Gerakan ‘Dara Setara’”.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Lebih dari sekadar pemenuhan syarat akademik, penyusunan skripsi ini menjadi perjalanan yang penuh pembelajaran, pengalaman, dan refleksi bagi penulis. Setiap proses yang dilalui mengajarkan bahwa di balik setiap kesulitan selalu terdapat hikmah, dan di balik setiap penantian selalu ada waktu terbaik yang telah Allah Swt. Tetapkan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa doa, dukungan, bimbingan, motivasi, serta bantuan dari berbagai pihak yang senantiasa hadir dan memberikan arti dalam setiap proses penelitian. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan waktu, tenaga, pikiran, doa, dan dukungannya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, khususnya kepada :

1. Bapak Prof. Noorhaidi, M.A., M.Phil., Ph.D. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Dr. Erika Setyanti, S.Psi., M.Si. selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Denisa Apriliawati, S.Psi., M. Selaku Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Ibu Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Penasihat Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan penuh kesabaran senantiasa memberikan arahan, bimbingan, masukan, motivasi, serta dukungan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih atas waktu, tenaga, ilmu yang telah Ibu berikan sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Segala bimbingan yang diberikan menjadi penyemangat bagi penulis untuk terus berproses hingga akhirnya dapat menyelesaikan studi dan meraih gelar Sarjana Psikologi.
5. Ibu Dr. Pihasniwati, S.Psi, M.A., Psikolog. selaku Dosen Penguji 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan saran serta masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Terima kasih atas arahan, perhatian, dan ilmu yang telah Ibu berikan selama proses ujian hingga penyelesaian skripsi. Semoga segala masukan yang diberikan menjadi bekal berharga bagi penulis dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan langkah akademik di masa mendatang.
6. Ibu Nuristighfari Masri Khaerani, S.Psi., M.Psi. selaku Dosen Penguji 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan saran serta masukan yang membangun selama proses ujian skripsi. Terima kasih atas arahan dan ilmu yang telah Ibu berikan sehingga penulis dapat memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga segala ilmu, kebaikan, dan dedikasi yang telah diberikan menjadi amal kebaikan serta memperoleh balasan terbaik dari Allah Swt.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan, wawasan, pengalaman, serta nilai-nilai kehidupan selama penulis menempuh pendidikan. Terima kasih atas dedikasi, kesabaran, bimbingan, dan inspirasi yang telah diberikan sehingga menjadi bekal berharga bagi penulis, baik dalam menyelesaikan skripsi maupun dalam menjalani kehidupan di masa mendatang. Semoga segala ilmu yang telah diajarkan menjadi amal jariyah dan senantiasa memberikan manfaat bagi banyak orang.

8. Seluruh Pegawai dan Staf Tata Usaha Program Studi Psikologi yang telah memberikan pelayanan, bantuan, serta kemudahan dalam setiap proses administrasi selama penulis menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini. Terima kasih atas keramahan, kesabaran, dan dedikasi yang telah diberikan sehingga berbagai keperluan akademik penulis dapat berjalan dengan baik. Semoga segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah Swt.
9. Kedua orang tua tercinta, Abah dan Mamah, yang senantiasa menjadi sumber kekuatan, kasih sayang, dan doa dalam setiap langkah kehidupan penulis. Terima kasih atas setiap doa yang tidak pernah putus, dukungan yang tiada henti, serta segala pengorbanan yang telah diberikan demi terwujudnya cita-cita penulis. Terima kasih karena selalu mengupayakan yang terbaik, memberikan nasihat, perhatian, motivasi, dan cinta kasih yang begitu tulus tanpa mengenal lelah. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan besarnya rasa syukur penulis karena telah memiliki Abah dan Mamah sebagai orang tua. Segala pencapaian yang diraih hingga hari ini tidak terlepas dari doa, perjuangan, dan keikhlasan kalian. Terima kasih telah menjadi tempat pulang, tempat bersandar, dan alasan terbesar bagi penulis untuk terus bertahan, bangkit, dan berjuang dalam menyelesaikan pendidikan ini. Semoga langkah kecil ini menjadi awal bagi penulis untuk dapat membahagiakan, membanggakan, dan membalas setiap pengorbanan serta kasih sayang yang telah Abah dan Mamah berikan. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, dan umur yang panjang kepada Abah dan Mamah. Aamiin ya Rabbal 'alamin.
10. Kedua kakak laki-laki penulis, Mas Eric dan Mas Zico yang senantiasa memberikan perhatian, dukungan, semangat, serta kasih sayang kepada penulis. Terima kasih karena selalu hadir memberikan motivasi, menguatkan, dan mengingatkan penulis untuk terus bangkit ketika rasa lelah dan keinginan untuk menyerah mulai menghampiri. Kehadiran serta dukungan kalian menjadi salah satu kekuatan yang membuat penulis mampu melewati setiap proses hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini.

Terima kasih telah menjadi kakak yang selalu menjaga, menyayangi, dan mendukung satu-satunya adik perempuan dengan penuh ketulusan. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, serta kesuksesan dalam setiap langkah kehidupan Mas Eric dan Mas Zico.

11. Kedua kakak ipar penulis, Mbak Aisyah dan Mbak Ara, yang senantiasa memberikan dukungan, semangat, serta keyakinan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih atas perhatian, motivasi, dan doa yang selalu diberikan sehingga penulis memiliki kekuatan untuk terus melangkah dan menyelesaikan setiap proses penyusunan skripsi. Terima kasih telah menjadi kakak perempuan yang baik hati, penuh perhatian, dan selalu memberikan kehangatan bagi penulis. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, serta membalas segala kebaikan yang telah Mbak Aisyah dan Mbak Ara berikan dengan balasan yang terbaik.
12. Keponakan tercinta penulis, Adik El, yang selalu menjadi sumber kebahagiaan dan penyemangat bagi penulis. Terima kasih atas tawa, keceriaan, dan kepolosan yang selalu mampu mengembalikan semangat penulis setiap kali pulang ke rumah setelah menjalani berbagai proses dan tantangan dalam penyusunan skripsi ini. Kehadiranmu menjadi pengingat bahwa selalu ada kebahagiaan sederhana yang mampu menguatkan langkah penulis untuk terus berjuang. Semoga Adik El tumbuh menjadi anak yang sehat, saleh, cerdas, dan senantiasa berada dalam lindungan Allah Swt.
13. Seseorang yang selalu menemani perjalanan penulis yaitu Mas Pacar, terima kasih telah hadir dan menjadi bagian dari proses penyelesaian skripsi ini. Terima kasih atas kesabaran, pengertian, doa, dukungan, semangat, serta motivasi yang tidak pernah berhenti diberikan kepada penulis selama menjalani proses penyusunan tugas akhir ini. Terima kasih telah meluangkan waktu untuk belajar bersama, menemani penulis saat harus begadang menyelesaikan skripsi, serta dengan sabar membantu, mengajarkan, dan memberikan masukan ketika penulis mengalami kesulitan. Kehadiran, perhatian, dan dukunganmu menjadi salah satu penyemangat bagi penulis

untuk terus bertahan hingga akhirnya mampu menyelesaikan pendidikan ini. Semoga segala kebaikan, ketulusan, dan bantuan yang telah diberikan mendapatkan balasan terbaik dari Allah Swt. Terima kasih telah menjadi teman berproses yang selalu hadir dalam setiap perjuangan penulis.

14. Sahabat penulis Ulin, terima kasih atas persahabatan, perhatian, doa, serta semangat yang senantiasa diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi sahabat yang selalu hadir, memberikan dukungan, menguatkan di setiap keadaan, dan meyakinkan penulis untuk terus melangkah hingga mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga persahabatan yang telah terjalin senantiasa membawa kebaikan, keberkahan, dan kebahagiaan bagi kita.
15. Sahabat perkuliahan penulis, Annida, Zulfa, Ainayya, Haggy, Agil, Dayat, dan Syahdan, yang telah menjadi bagian dari perjalanan penulis sejak awal memasuki dunia perkuliahan hingga menyelesaikan studi. Terima kasih atas kebersamaan, persahabatan, dukungan, semangat, bantuan, serta berbagai pengalaman dan kenangan yang telah kita lalui bersama. Kehadiran kalian telah memberikan banyak warna dalam perjalanan akademik penulis dan menjadi penyemangat untuk terus bertahan dalam setiap proses. Semoga tali silaturahmi dan persahabatan yang telah terjalin tetap terjaga dengan baik, serta semoga kita semua senantiasa diberikan kemudahan, kesuksesan, dan keberkahan dalam setiap langkah kehidupan dan karier di masa yang akan datang.
16. Annida, terima kasih telah menjadi teman pertama penulis sejak awal memasuki dunia perkuliahan. Terima kasih atas kebersamaan, perhatian, dukungan, serta kebaikan yang selalu diberikan selama ini. Kehadiranmu menjadi salah satu bagian yang berarti dalam perjalanan penulis, baik dalam suka maupun duka selama menjalani masa perkuliahan. Terima kasih karena selalu ada, menjadi teman yang baik, tulus, dan penuh perhatian. Semoga persahabatan yang telah terjalin dapat terus terjaga, serta semoga Allah Swt. senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, dan kesuksesan dalam setiap langkahmu.

17. Zulfa, terima kasih atas segala kebaikan, kebersamaan, dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena tidak pernah keberatan untuk direpotkan, selalu bersedia menemani penulis dalam proses pengambilan data, belajar bersama, mengerjakan skripsi, hingga melewati malam-malam panjang dengan begadang demi menyelesaikan tugas akhir ini. Terima kasih karena kita selalu saling menguatkan, saling menyemangati, dan saling mendukung dalam setiap proses yang tidak selalu mudah. Kehadiranmu menjadi salah satu penyemangat bagi penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan skripsi ini. Semoga persahabatan yang telah terjalin senantiasa diberkahi Allah Swt., dipenuhi kebahagiaan, serta membawa kita menuju kesuksesan di masa depan.
18. Ainayya, terima kasih telah menjadi teman yang baik selama perjalanan perkuliahan ini. Terima kasih atas kebaikan, perhatian, dan kebersamaan yang telah diberikan kepada penulis dalam setiap proses yang telah dilalui bersama. Senyummu yang tulus dan semangat positif yang selalu kamu bawa mampu memberikan energi dan suasana yang menyenangkan bagi orang-orang di sekitarmu, termasuk penulis. Semoga senyum itu selalu menghiasi setiap langkahmu, dan semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, keberkahan, serta kemudahan dalam meraih setiap impian dan cita-citamu.
19. Teman-teman KKN Anantarya, terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dukungan, serta pengalaman berharga yang telah kita lalui selama menjalankan program Kuliah Kerja Nyata. Terima kasih telah menjadi keluarga selama masa pengabdian, saling membantu, saling menguatkan, dan menciptakan begitu banyak kenangan yang akan selalu penulis kenang. Semoga silaturahmi yang telah terjalin tetap terjaga dengan baik, serta semoga setiap langkah dan pengabdian yang telah kita lakukan menjadi amal kebaikan dan membawa keberkahan bagi kita semua. Penulis mendoakan semoga teman-teman KKN Anantarya senantiasa diberikan kesehatan,

kemudahan, kesuksesan, dan kebahagiaan dalam meraih cita-cita di masa depan.

20. Kucing-kucing kesayangan penulis, yang tidak dapat disebutkan satu per satu karena jumlahnya yang begitu banyak. Terima kasih telah menjadi penyemangat di tengah proses penyusunan skripsi ini. Tingkah laku yang menggemaskan, kehadiran yang sederhana, dan momen-momen kecil bersama kalian sering kali menjadi penghibur di saat penulis merasa lelah, jenuh, dan kehilangan semangat. Meski tidak mampu mengucapkan kata-kata, kehadiran kalian memberikan kebahagiaan, ketenangan, dan energi positif yang membantu penulis untuk kembali bangkit dan melanjutkan proses penyelesaian skripsi ini. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan yang penuh makna. Semoga kalian selalu sehat, terawat, dan terus membawa kebahagiaan bagi siapa pun yang menyayangi kalian.
21. FSTVLST dan Perunggu, terima kasih atas karya-karya musik yang telah menemani perjalanan penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Setiap lirik, melodi, dan pesan yang disampaikan menjadi teman di tengah rasa lelah, menemani malam-malam panjang saat mengerjakan skripsi, serta menghadirkan semangat untuk terus melangkah hingga tugas akhir ini dapat terselesaikan. Terima kasih karena melalui musik, penulis menemukan ruang untuk beristirahat sejenak, menguatkan diri, dan kembali melanjutkan setiap proses dengan penuh harapan. Semoga karya-karya yang terus diciptakan dapat senantiasa menginspirasi, memberikan makna, dan menjadi penguat bagi banyak orang, sebagaimana telah menjadi bagian dari perjalanan penulis dalam menyelesaikan pendidikan ini.
22. Seluruh partisipan penelitian, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas kesediaan meluangkan waktu, tenaga, dan kesempatan untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Terima kasih atas keterbukaan, kepercayaan, serta kesediaan berbagi pengalaman dan cerita yang sangat berharga bagi penulis. Tanpa partisipasi dan kontribusi yang diberikan, penelitian ini tidak akan dapat terlaksana dan terselesaikan dengan baik. Semoga segala kebaikan dan waktu yang telah diberikan menjadi amal

kebaikan serta mendapatkan balasan terbaik dari Allah Swt. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menjadi kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam memahami fenomena yang diteliti.

23. Terakhir, kepada diri penulis, anak perempuan terakhir sekaligus anak bungsu dalam keluarga. Terima kasih karena telah bertahan hingga sejauh ini. Terima kasih kepada diri yang terkadang keras kepala, mudah menangis, sering kali merasa ragu, tetapi tidak pernah benar-benar memilih untuk menyerah. Di balik segala rasa lelah, cemas, dan air mata yang menemani setiap proses, kamu tetap berusaha bangkit dan melangkah hingga akhirnya mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Perjalanan ini mengajarkan bahwa tidak apa-apa untuk merasa lelah, tidak apa-apa untuk menangis, selama masih memiliki keberanian untuk kembali berdiri dan melanjutkan langkah. Semoga pencapaian ini menjadi awal dari perjalanan yang lebih indah, membawa keberkahan, serta menjadi jalan untuk membahagiakan kedua orang tua, keluarga, dan mewujudkan mimpi-mimpi yang selama ini diperjuangkan.

DAFTAR ISI

MOTTO	5
HALAMAN PERSEMBAHAN	6
KATA PENGANTAR	7
DAFTAR ISI	15
DAFTAR TABEL	17
DAFTAR GAMBAR	18
DAFTAR LAMPIRAN	20
INTISARI	21
BAB I PENDAHULUAN	23
A. Latar Belakang Masalah	23
B. Rumusan Masalah	31
C. Tujuan Penelitian	31
D. Manfaat Penelitian	31
BAB II KAJIAN PUSTAKA	33
A. Tinjauan Pustaka	33
B. Kajian Teori	36
1. Pengalaman Individu	36
2. Gerakan Dara Setara	38
3. Katarsis	41
4. Ekspresi Emosi	45
C. Kerangka Teoritik	49
D. Pertanyaan Penelitian	53
BAB III METODE PENELITIAN	54
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	54
B. Fokus Penelitian	54
C. Sumber Data	55
D. Partisipan dan Setting Penelitian	57
E. Teknik Pengumpulan Data	60
F. Teknik Analisis Data	61
G. Keabsahan Data Penelitian	63

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	66
A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian.....	66
B. Pelaksanaan Penelitian	72
C. Hasil Penelitian	79
D. Pembahasan.....	125
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	144
A. Kesimpulan	144
B. Saran.....	146
DAFTAR PUSTAKA.....	149
LAMPIRAN	155



DAFTAR TABEL

<i>Tabel 1. Kerangka Teoritik</i>	<i>52</i>
<i>Tabel 2. Data Diri Informan Penelitian</i>	<i>69</i>
<i>Tabel 3. Jadwal Pelaksanaan Wawancara Pertama</i>	<i>74</i>
<i>Tabel 4. Jadwal Pelaksanaan Wawancara Kedua</i>	<i>77</i>



DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar L.1. Kondisi Kepadatan Penonton Menjelang Penampilan FSTVLST</i>	<i>297</i>
<i>Gambar L.2. Keterlibatan Penonton Perempuan di Area Depan Panggung Konser FSTVLST</i>	<i>297</i>
<i>Gambar L.3. Antusiasme Penonton pada Konser FSTVLST</i>	<i>297</i>
<i>Gambar L.4. Antusiasme Penonton pada Konser FSTVLST</i>	<i>297</i>
<i>Gambar L.5. Ragam Ekspresi dan Bentuk Penghayatan Emosional Penonton pada Konser FSTVLST</i>	<i>298</i>
<i>Gambar L.6. Aktivitas dan Ekspresi Penonton Perempuan pada Konser FSTVLST.....</i>	<i>298</i>
<i>Gambar L.7. Bentuk Ekspresi Penghayatan Emosional Penonton (Menangis) di Konser FSTVLST</i>	<i>299</i>
<i>Gambar L.8. Tangkapan Layar (Screenshot) Unggahan Penonton di Media Sosial Mengenai Kebebasan Ekspresi dan Pemaknaan Kebahagiaan dalam Konser FSTVLST</i>	<i>300</i>
<i>Gambar L.9. Unggahan Akun Instagram Resmi FSTVLST yang Menampilkan Aksi Crowd Surfing Penonton Perempuan Sekaligus Penjelasan Mengenai Kampanye "Dara Setara"</i>	<i>300</i>
<i>Gambar L.10. Solidaritas dan Upaya Penciptaan Ruang Aman bagi Perempuan pada Konser FSTVLST</i>	<i>300</i>
<i>Gambar L.11. Dokumentasi Aksi Solidaritas Penonton Laki-Laki yang Membelakangi Panggung Guna Melindungi Penonton Perempuan di Barisan Depan dari Kepadatan Kerumunan dan Aktivitas Crowd Surfing via Tayangan Live YouTube The Sounds Project.</i>	<i>301</i>
<i>Gambar L.12. Dinamika Bentuk Kerumunan Penonton pada Konser FSTVLST</i>	<i>301</i>
<i>Gambar L.13. Dokumentasi Solidaritas Inklusif pada Konser FSTVLST Melalui Visualisasi Kampanye #DaraSetara yang Memberikan Ruang Aman bagi Perempuan untuk Melakukan Aksi Crowd Surfing Bersama Penonton Laki-Laki</i>	<i>302</i>
<i>Gambar L.14. Dokumentasi Unggahan Imbauan Resmi FSTVLST di Media Sosial untuk Menciptakan Ruang Konser yang Aman, Nyaman, Inklusif, dan Bebas dari Tindakan yang Tidak Menyenangkan bagi Seluruh Pihak.....</i>	<i>302</i>
<i>Gambar L.15. Dokumentasi Unggahan Media Sosial yang Menunjukkan Budaya Solidaritas atas Kesadaran Mandiri Penonton Laki-Laki dalam Melindungi Penonton Perempuan Demi Terwujudnya Ruang Aman di Konser FSTVLST</i>	<i>303</i>

<i>Gambar L.16. Dokumentasi Aksi Crowd Surfing Penonton Perempuan di konser FSTVLST yang Memuat Pesan Imbauan Kolektif untuk Menciptakan Ruang Nyaman dan Aman bagi Perempuan serta Seluruh Penonton.....</i>	<i>303</i>
<i>Gambar L.17. Dokumentasi Aktivitas Penonton Laki-Laki dan Perempuan yang Membentuk Pola Gerakan Kereta-keretaan pada Lagu “Opus” sebagai Refleksi Rasa Kebersamaan Komunal.....</i>	<i>303</i>
<i>Gambar L.18. Dokumentasi Suasana Penonton Perempuan yang Saling Merangkul Sambil Bernyanyi Bersama sebagai Bentuk Kedekatan dan Ekspresi Bersama di Tengah Kerumunan.....</i>	<i>304</i>
<i>Gambar L.19. Ekspresi Kegembiraan dan Katarsis Emosional Penonton Perempuan pada Konser FSTVLST.....</i>	<i>304</i>

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1. Bukti Mencari Partisipan.....</i>	<i>155</i>
<i>Lampiran 2. Gform Untuk Screening.....</i>	<i>156</i>
<i>Lampiran 3. Hasil Transkrip Wawancara Pertama</i>	<i>157</i>
<i>Lampiran 4. Format Guide Wawancara.....</i>	<i>195</i>
<i>Lampiran 5. Format Guide Observasi.....</i>	<i>198</i>
<i>Lampiran 6. Hasil Observasi.....</i>	<i>201</i>
<i>Lampiran 7. Bukti Pembelian Tiket</i>	<i>203</i>
<i>Lampiran 8. Hasil Observasi Live Youtube</i>	<i>204</i>
<i>Lampiran 9. Hasil Observasi Live Youtube</i>	<i>206</i>
<i>Lampiran 10. Guide Wawancara Kedua</i>	<i>209</i>
<i>Lampiran 11. Hasil Transkrip Wawancara Kedua</i>	<i>220</i>
<i>Lampiran 12. Letter of Information</i>	<i>264</i>
<i>Lampiran 13. Letter of Consent.....</i>	<i>265</i>
<i>Lampiran 14. Pengodean Data</i>	<i>266</i>
<i>Lampiran 15. Member Checking</i>	<i>305</i>
<i>Lampiran 16. Wawancara Studi prelim</i>	<i>310</i>
<i>Lampiran 17. Data Diri.....</i>	<i>318</i>

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PENGALAMAN INDIVIDU PENONTON PEREMPUAN TERHADAP GERAKAN DARU SETARA DI KONSER FSTVLST

Keysha Alea Namisya

22107010092

INTISARI

Meningkatnya partisipasi perempuan dalam konser musik mendorong perhatian terhadap pengalaman mereka terkait rasa aman, kenyamanan, dan kebebasan berekspresi. Sebagai respons terhadap kondisi tersebut, FSTVLST menginisiasi Gerakan Dara Setara sebagai upaya menciptakan ruang konser yang lebih aman dan setara bagi perempuan. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih terbatasnya kajian psikologi mengenai pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara. Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST? Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria perempuan, penggemar FSTVLST, pernah menghadiri konser FSTVLST, mengetahui Gerakan Dara Setara, dan berdomisili di Daerah Istimewa Yogyakarta. Delapan partisipan mengikuti wawancara awal, kemudian dipilih tiga partisipan utama untuk wawancara mendalam berdasarkan kedalaman dan relevansi pengalaman, sedangkan lima partisipan lainnya digunakan sebagai partisipan pendukung. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif pasif, wawancara semi-terstruktur, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) melalui tahapan membaca verbatim, pemberian kode awal, pengelompokan kategori, dan pengembangan tema. Hasil penelitian menghasilkan lima tema utama, yaitu (1) proses keterikatan penonton perempuan dengan FSTVLST, (2) musik FSTVLST sebagai bagian dari pengalaman emosional penonton perempuan, (3) pemaknaan Gerakan Dara Setara sebagai upaya menciptakan ruang aman bagi penonton perempuan, (4) pengalaman solidaritas dan kebersamaan sosial dalam konser FSTVLST, dan (5) pemaknaan pengalaman emosional setelah mengikuti konser FSTVLST. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara terbentuk melalui pemaknaan terhadap musik, rasa aman, dan interaksi sosial dalam konser yang mendukung kebebasan berekspresi, memperkuat solidaritas, serta memfasilitasi pelepasan beban emosional (katarsis). Dengan demikian, Gerakan Dara Setara dimaknai sebagai upaya yang mendukung terciptanya pengalaman konser yang lebih aman, nyaman, dan bermakna bagi penonton perempuan.

Kata kunci: pengalaman individu, Gerakan Dara Setara, FSTVLST, fenomenologi, penonton perempuan, katarsis.

**PENGALAMAN INDIVIDU PENONTON PEREMPUAN TERHADAP
GERAKAN DARA SETARA DI KONSER FSTVLST**

Keysha Alea Namisya

22107010092

ABSTRACT

The rising participation of women in music concerts has drawn attention to their experiences regarding safety, comfort, and freedom of expression. In response to this, FSTVLST initiated the Gerakan Dara Setara to create concert spaces that are safer and more equitable for women. This study is motivated by the limited psychological research regarding the individual experiences of female concertgoers with the Gerakan Dara Setara. The research question addresses how female concertgoers experience the Gerakan Dara Setara at FSTVLST concerts. The study aims to understand these experiences using a qualitative method with a phenomenological approach. Participants were selected via purposive sampling based on the following criteria: female, FSTVLST fan, having attended an FSTVLST concert, awareness of the Gerakan Dara Setara, and residency in the Special Region of Yogyakarta. Eight participants took part in initial interviews; three were subsequently selected for in-depth interviews based on the depth and relevance of their experiences, while the other five served as supporting participants. Data collection involved passive participant observation, semi-structured interviews, and documentation. Data analysis employed Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), proceeding through stages of reading transcripts, initial coding, categorizing, and theme development. The study identified five main themes: (1) the process of female concertgoers' attachment to FSTVLST; (2) FSTVLST's music as part of the female concertgoers' emotional experience; (3) the interpretation of the Gerakan Dara Setara as an effort to create a safe space for female concertgoers; (4) experiences of solidarity and social togetherness at FSTVLST concerts; and (5) the meaning attributed to emotional experiences following FSTVLST concerts. The findings indicate that the individual experiences of female concertgoers regarding the Gerakan Dara Setara are shaped by the meaning derived from the music, the sense of safety, and social interactions within the concert elements that foster freedom of expression, strengthen solidarity, and facilitate the release of emotional burdens (catharsis). Thus, the Dara Setara Movement is interpreted as an initiative that supports the creation of a safer, more comfortable, and more meaningful concert experience for female audience members.

Keywords: individual experience, Dara Setara Movement, FSTVLST, phenomenology, female audience members, catharsis.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa tahun terakhir, kehadiran perempuan sebagai penonton konser di Indonesia menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Penelitian mengenai karakteristik penonton konser menunjukkan bahwa perempuan menjadi kelompok yang aktif berpartisipasi dalam berbagai penyelenggaraan pertunjukan musik. Nurmusabih (2025) menemukan bahwa sebanyak 61% penonton Jakarta City Philharmonic Orchestra merupakan perempuan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa perempuan memiliki keterlibatan yang cukup besar dalam ruang konser sehingga kehadiran mereka menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari dinamika penyelenggaraan konser.

Meningkatnya partisipasi perempuan dalam ruang konser tidak hanya menunjukkan perubahan komposisi penonton, tetapi juga memunculkan perhatian terhadap pengalaman perempuan selama berada di ruang konser. Konser merupakan ruang yang mempertemukan individu dengan berbagai latar belakang sehingga memungkinkan terjadinya interaksi antara musisi dan penonton maupun antarsesama penonton. Interaksi tersebut menghadirkan pengalaman yang dapat dimaknai secara berbeda oleh setiap individu sesuai dengan kondisi, latar belakang, dan situasi yang dialaminya. Pengalaman tersebut dapat berupa rasa nyaman, dihargai, kebebasan dalam mengekspresikan diri, terbentuknya relasi sosial, maupun pengalaman emosional selama mengikuti konser (Putra et al., 2021).

Meskipun demikian, pengalaman yang diperoleh setiap perempuan dalam ruang konser tidak selalu sama. Pada beberapa penyelenggaraan konser, khususnya konser yang didominasi oleh penonton laki-laki, perempuan masih berpotensi menghadapi berbagai situasi yang dapat memengaruhi kenyamanan mereka selama menikmati pertunjukan. Situasi tersebut berkaitan dengan perilaku yang mengganggu kenyamanan, intimidasi, maupun bentuk perlakuan lain yang membuat perempuan merasa tidak leluasa ketika berada di tengah kerumunan penonton. Kondisi

tersebut menunjukkan bahwa pengalaman perempuan dalam ruang konser tidak hanya dipengaruhi oleh pertunjukan yang disaksikan, tetapi juga oleh situasi sosial yang mereka alami selama mengikuti konser.

Fenomena tersebut turut menjadi perhatian kelompok musik FSTVLST. FSTVLST merupakan kelompok musik asal Yogyakarta yang dikenal memiliki kedekatan dengan para penontonnya melalui interaksi yang dibangun selama pertunjukan berlangsung (Prass, 2023). Seiring meningkatnya jumlah penonton perempuan dalam konser-konser FSTVLST sejak sekitar tahun 2017, muncul perhatian terhadap pentingnya menciptakan kondisi konser yang lebih aman, nyaman, dan setara bagi perempuan. Menurut Ginanjar (2023) dalam sebuah berita menjelaskan bahwa meningkatnya jumlah penonton perempuan mendorong FSTVLST untuk membangun lingkungan konser yang memungkinkan perempuan menikmati pertunjukan tanpa merasa khawatir terhadap berbagai situasi yang dapat mengurangi kenyamanan mereka.

Sebagai respons terhadap kondisi tersebut, FSTVLST menginisiasi Gerakan Dara Setara. Gerakan ini bukan merupakan komunitas maupun organisasi bagi penonton perempuan, melainkan sebuah gerakan yang dihadirkan sebagai upaya menciptakan kondisi konser yang lebih aman, nyaman, dan setara bagi perempuan. Melalui Gerakan Dara Setara, FSTVLST mengajak seluruh penonton untuk saling menjaga, saling menghormati, serta membangun budaya yang menghargai keberadaan perempuan selama konser berlangsung (Prass, 2023; Febriyanto, 2024). Dengan demikian, Dara Setara tidak dimaknai sebagai ruang aman itu sendiri, melainkan sebagai upaya yang dilakukan FSTVLST untuk mendorong terciptanya lingkungan konser yang lebih aman, nyaman, dan setara.

Upaya tersebut diwujudkan melalui berbagai bentuk implementasi selama konser berlangsung. FSTVLST secara konsisten menyampaikan ajakan kepada seluruh penonton untuk memberikan ruang yang lebih nyaman bagi perempuan, mengingatkan pentingnya saling menjaga

antarpemonton, serta membangun budaya saling menghormati selama konser berlangsung. Selain itu, implementasi Gerakan Dara Setara juga diwujudkan melalui penyelenggaraan konser bertajuk Dara Setara pada tahun 2023 yang menyediakan berbagai fasilitas pendukung, seperti ruang laktasi dan area yang lebih ramah bagi perempuan (Insani, 2024). Hal tersebut menunjukkan bahwa Gerakan Dara Setara tidak hanya disampaikan melalui pesan-pesan verbal ketika konser berlangsung, tetapi juga diwujudkan dalam praktik penyelenggaraan konser.

Perhatian terhadap pengalaman perempuan dalam konser FSTVLST juga disampaikan secara langsung oleh vokalis FSTVLST, Farid Stevy Asta. Dalam sebuah berita Ginanjar (2023), Farid menjelaskan bahwa semakin banyaknya perempuan yang menghadiri konser musik rock memunculkan berbagai diskusi mengenai pengalaman perempuan ketika berada di ruang konser. Ia menyampaikan bahwa:

“Kenapa kemudian banyak perempuan menonton FSTVLST. Kemudian mulai nyaman menghadiri musik rock. Seturut itu, banyak diskusi,”

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa meningkatnya kehadiran perempuan dalam konser FSTVLST bukan hanya menjadi perubahan dari sisi jumlah pemonton, tetapi juga memunculkan perhatian terhadap bagaimana perempuan mengalami dan memaknai ruang konser. Menurut Farid, meningkatnya jumlah pemonton perempuan menjadi alasan penting bagi FSTVLST untuk membangun budaya konser yang lebih menghargai keberadaan perempuan.

Komitmen tersebut kembali ditegaskan melalui pernyataan Farid bahwa:

“Kami berharap para perempuan kami (anak, istri, para pemonton perempuan, dan partner) mendapatkan ruang yang aman dan nyaman di pentas musik yang mereka hadiri. Ya, berarti kami mulai dari diri sendiri.”

Pernyataan tersebut memperlihatkan bahwa Gerakan Dara Setara lahir sebagai bentuk kepedulian FSTVLST terhadap pengalaman perempuan ketika mengikuti konser. Oleh karena itu, Gerakan Dara Setara dapat dipahami sebagai sebuah upaya untuk membangun lingkungan konser yang

lebih aman, nyaman, dan setara sehingga perempuan dapat menikmati konser tanpa merasa khawatir terhadap berbagai situasi yang dapat mengurangi kenyamanan mereka selama berada di area pertunjukan.

Kehadiran Gerakan Dara Setara memungkinkan setiap penonton perempuan memiliki pengalaman yang berbeda. Sebagian perempuan dapat memaknainya sebagai bentuk perhatian terhadap kenyamanan mereka selama berada di ruang konser. Sebagian lainnya dapat memaknainya sebagai bentuk penghargaan terhadap keberadaan perempuan dalam ruang publik, sehingga mereka merasa lebih percaya diri untuk berada di area depan panggung, lebih bebas mengekspresikan diri, serta merasakan adanya solidaritas dengan sesama penonton perempuan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman terhadap Gerakan Dara Setara bersifat subjektif karena dipengaruhi oleh proses pemaknaan yang dilakukan oleh masing-masing individu terhadap pengalaman yang dialaminya.

Dalam penelitian ini, pengalaman dipahami sebagai bagaimana individu memberikan makna terhadap peristiwa yang dialaminya secara langsung. Pengalaman yang sama dapat dimaknai secara berbeda oleh setiap individu karena dipengaruhi oleh kondisi psikologis, pengalaman sebelumnya, serta situasi ketika pengalaman tersebut terjadi. Oleh karena itu, memahami pengalaman penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara menjadi penting untuk memperoleh gambaran mengenai bagaimana gerakan tersebut dimaknai oleh perempuan dalam konteks konser FSTVLST.

Salah satu pengalaman yang mungkin muncul selama mengikuti konser adalah pengalaman emosional berupa perasaan lega setelah individu memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan emosi yang sebelumnya dipendam. Pengalaman tersebut dapat dipahami melalui konsep katarsis. Qonitatin et al. (2011) menjelaskan bahwa katarsis merupakan proses pelepasan atau penyaluran emosi yang sebelumnya terpendam sehingga individu memperoleh perasaan lega setelah mampu mengekspresikan emosinya. Konsep ini berawal dari pemikiran Aristoteles dalam *Poetics* yang menjelaskan bahwa individu dapat mengalami pemurnian emosi

(purification) setelah terlibat dalam pengalaman yang membangkitkan emosi tertentu (Nirwana, 2018). Selanjutnya, Freud dan Breuer menjelaskan bahwa individu dapat memperoleh kelegaan setelah mengungkapkan pengalaman maupun emosi yang selama ini dipendam (Qonitatin et al., 2011). Dalam penelitian ini, teori katarsis digunakan sebagai landasan konseptual untuk membantu memahami salah satu bentuk pengalaman emosional yang mungkin muncul pada penonton perempuan selama mengikuti konser FSTVLST. Penggunaan teori ini dibatasi pada proses pelepasan emosi dan tidak digunakan untuk menjelaskan keseluruhan pengalaman individu terhadap Gerakan Dara Setara.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas pengalaman individu dalam menghadiri konser maupun pengalaman emosional yang muncul selama mengikuti suatu pertunjukan, kajian yang secara khusus membahas pengalaman perempuan terhadap suatu gerakan yang diinisiasi dalam ruang konser masih relatif terbatas. Penelitian terdahulu umumnya berfokus pada pengalaman menghadiri konser sebagai bentuk hiburan, keterlibatan penonton (*audience engagement*), kepuasan terhadap penyelenggaraan konser, maupun pengalaman emosional yang muncul selama menikmati pertunjukan. Sementara itu, penelitian yang mengkaji bagaimana perempuan memaknai sebuah gerakan yang bertujuan mendorong terciptanya kondisi konser yang lebih aman, nyaman, dan setara masih belum banyak ditemukan, khususnya dalam konteks konser di Indonesia.

Gerakan Dara Setara merupakan fenomena yang menarik karena tidak hanya hadir sebagai bentuk ajakan kepada seluruh penonton untuk saling menghormati dan menjaga satu sama lain, tetapi juga menjadi bagian dari pengalaman yang dialami oleh penonton perempuan selama mengikuti konser FSTVLST. Setiap perempuan dapat memberikan makna yang berbeda terhadap gerakan tersebut sesuai dengan pengalaman yang mereka alami. Sebagian penonton mungkin memaknainya sebagai bentuk perhatian terhadap kenyamanan perempuan, sebagian lainnya memaknainya sebagai bentuk penghargaan terhadap keberadaan perempuan dalam ruang konser,

sedangkan penonton lain dapat mengaitkannya dengan munculnya rasa percaya diri, keberanian untuk mengekspresikan diri, maupun pengalaman emosional tertentu. Perbedaan pemaknaan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman terhadap Gerakan Dara Setara bersifat subjektif sehingga perlu dipahami melalui perspektif individu yang mengalaminya secara langsung.

Berdasarkan penelusuran peneliti, belum ditemukan penelitian yang secara khusus mengkaji pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST dari perspektif psikologi. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk memahami bagaimana individu penonton perempuan memaknai pengalaman mereka terhadap Gerakan Dara Setara selama mengikuti konser FSTVLST. Dengan memahami pengalaman tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai makna Gerakan Dara Setara bagi penonton perempuan sekaligus memperkaya kajian psikologi mengenai pengalaman individu dalam konteks ruang publik.

Untuk memperoleh gambaran awal mengenai fenomena yang diteliti, peneliti melakukan studi pendahuluan terhadap tiga orang penonton perempuan yang pernah menghadiri konser FSTVLST serta mengetahui implementasi Gerakan Dara Setara. Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur untuk memperoleh pemahaman awal mengenai pengalaman yang dimiliki partisipan terhadap Gerakan Dara Setara selama mengikuti konser FSTVLST. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa setiap partisipan memiliki pengalaman yang berbeda dalam memaknai gerakan tersebut.

Partisipan pertama, yaitu KY, mengungkapkan bahwa sebelum menghadiri konser ia sempat merasa khawatir karena mayoritas penonton merupakan laki-laki. Namun, setelah mendengar ajakan dari Farid Stevy agar penonton perempuan diberikan ruang di bagian depan, KY merasa lebih nyaman untuk mengikuti konser. Menurut KY:

"Awalnya aku juga ngerasa agak takut dengan mayoritas penontonnya itu laki-laki. Tapi waktu vokalis FSTVLST ngomong di depan sebelum konser

dimulai untuk kasih ruang buat perempuan maju ke depan aku jadi lebih berani dan lebih ngerasa aman dan nyaman." (KY.P.B2)

Selain itu, KY juga menjelaskan bahwa konser menjadi momen baginya untuk mengekspresikan berbagai emosi yang selama ini dipendam sehingga setelah konser berakhir ia merasakan perasaan yang lebih lega.

Partisipan kedua, yaitu AN, memaknai Gerakan Dara Setara sebagai bentuk penghargaan terhadap keberadaan perempuan di ruang konser. Menurut AN, adanya ajakan kepada penonton untuk memberikan ruang yang lebih nyaman bagi perempuan membuat dirinya merasa lebih dihargai sehingga dapat menikmati konser dengan lebih bebas. AN menyampaikan:

"Memang di konser FSTVLST banyak banget penonton laki-lakinya. Aku juga sadar harus menjaga diri dengan mayoritas penonton laki-laki, tapi karena ada seruan untuk penonton perempuan Dara Setara untuk dikasih ruang yang lebih nyaman di depan aku merasa sangat dihargai sebagai perempuan. Jadinya aku bisa nyanyi sekeras-kerasnya tanpa takut dihakimi oleh orang sekitarku." (AN.P.B2)

Sementara itu, partisipan ketiga, yaitu KN, mengungkapkan bahwa dirinya menghadiri konser dalam kondisi sedang menghadapi berbagai persoalan pribadi. Pada awalnya KN merasa khawatir karena datang seorang diri dan berada di tengah mayoritas penonton laki-laki. Namun, setelah mendengar penyampaian mengenai Gerakan Dara Setara, KN merasa lebih nyaman mengikuti konser dan memperoleh kesempatan untuk mengekspresikan perasaan yang selama ini dipendam. KN menyampaikan:

"Aku tipe orang yang kalau ada masalah tuh dipendem sendiri, nggak mau cerita ke orang lain karena takut membebani mereka. Waktu itu aku datang ke konser FSTVLST sendiri dan posisinya lagi banyak pikiran. Jujur awalnya khawatir karena penontonnya itu laki-laki. Tapi waktu ada

pengumuman langsung dari vokalisnya Farid Stevy untuk perempuan ke depan aku merasa lebih nyaman mengikuti konser." (KN.P.B1)

Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan bahwa setiap partisipan memberikan makna yang berbeda terhadap Gerakan Dara Setara berdasarkan pengalaman yang mereka alami selama mengikuti konser FSTVLST. Pengalaman yang muncul tidak hanya berkaitan dengan rasa nyaman selama berada di ruang konser, tetapi juga mencakup perasaan dihargai sebagai perempuan, meningkatnya keberanian untuk mengekspresikan diri, serta munculnya pengalaman emosional berupa perasaan lega setelah mampu menyalurkan emosi yang sebelumnya dipendam. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa Gerakan Dara Setara dimaknai secara subjektif oleh setiap individu sehingga menarik untuk dikaji lebih mendalam melalui perspektif psikologi.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan, penelitian terdahulu, serta hasil studi pendahuluan, dapat dipahami bahwa Gerakan Dara Setara merupakan fenomena yang menghadirkan pengalaman yang beragam bagi setiap penonton perempuan. Hingga saat ini, kajian yang secara khusus membahas pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST masih sangat terbatas, terutama dalam perspektif psikologi. Padahal, memahami pengalaman individu menjadi penting untuk mengetahui bagaimana perempuan memaknai kehadiran Gerakan Dara Setara dalam konteks konser, termasuk berbagai pengalaman sosial maupun pengalaman emosional yang mungkin muncul selama mengikuti konser.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memahami pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi mengenai pengalaman individu dalam memaknai suatu fenomena sosial di ruang publik serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji fenomena serupa dengan perspektif yang berbeda. Atas dasar tersebut, peneliti mengangkat

penelitian yang berjudul "Pengalaman Individu Penonton Perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di Konser FSTVLST."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian penjelasan permasalahan yang telah dipaparkan pada latar belakang di atas, maka pertanyaan penelitian dalam studi ini adalah sebagai berikut:

Bagaimana pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan, maka penelitian ini bertujuan untuk mencapai hasil yang diinginkan, yaitu:

Untuk memahami pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST.

D. Manfaat Penelitian

Dalam sebuah penelitian, diharapkan ada manfaat yang dapat diperoleh dari temuan yang dihasilkan, baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya dalam kajian mengenai pengalaman individu dan pemaknaan terhadap fenomena sosial.

a. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi mengenai pengalaman subjektif penonton perempuan dalam memaknai Gerakan Dara Setara sebagai upaya menciptakan ruang konser yang lebih aman, nyaman, dan setara.

b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian fenomenologi yang mengkaji pengalaman individu dalam konteks musik, ruang publik, dan interaksi sosial, termasuk pengalaman emosional yang mungkin muncul selama mengikuti konser.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penonton perempuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pengalaman penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara sehingga dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya rasa aman, kenyamanan, serta kebebasan berekspresi dalam ruang konser.

b. Bagi pihak FSTVLST dan penyelenggara konser

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam mengembangkan upaya menciptakan ruang konser yang lebih aman, nyaman, dan inklusif bagi perempuan maupun seluruh penonton.

c. Bagi praktisi psikologi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mengenai pengalaman individu dalam memaknai ruang konser sebagai bagian dari pengalaman sosial dan emosional yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengembangkan kajian mengenai pengalaman individu, ruang aman, dan pemaknaan terhadap fenomena sosial di berbagai konteks budaya maupun komunitas musik. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan perspektif atau teori lain untuk mengungkap aspek-aspek pengalaman individu yang belum banyak dijelaskan melalui konsep katarsis.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi pendukung, dapat disimpulkan bahwa pengalaman penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara merupakan pengalaman yang bersifat personal sekaligus kolektif. Pengalaman tersebut tidak hanya berkaitan dengan keberadaan sebuah gerakan dalam ruang konser, tetapi juga mencakup bagaimana perempuan memberikan makna terhadap musik FSTVLST, merasakan keamanan dalam lingkungan konser, membangun hubungan dengan penonton lain, hingga mengalami proses pelepasan beban emosional.

Pengalaman tersebut diawali melalui proses keterikatan penonton perempuan dengan FSTVLST yang terbentuk secara bertahap melalui paparan musik, lingkungan sosial, serta pengalaman pribadi masing-masing individu. Keterikatan tersebut membuat musik FSTVLST tidak hanya dipandang sebagai hiburan, tetapi menjadi bagian dari perjalanan hidup partisipan. Lagu-lagu FSTVLST dimaknai sebagai media yang mampu merepresentasikan pengalaman emosional, seperti tekanan kehidupan, kehilangan arah, kelelahan, maupun berbagai persoalan pribadi yang sulit disampaikan secara langsung. Melalui keterhubungan antara makna lagu dan pengalaman hidup, musik FSTVLST menjadi ruang bagi partisipan untuk memahami serta memberikan makna terhadap kondisi emosional yang mereka alami.

Selanjutnya, pengalaman penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara menunjukkan bahwa gerakan tersebut dimaknai sebagai upaya menciptakan ruang konser yang lebih aman dan nyaman bagi perempuan. Rasa aman yang dirasakan partisipan tidak hanya berkaitan dengan perlindungan dari risiko fisik selama konser, tetapi juga berkaitan dengan munculnya kenyamanan psikologis untuk mengekspresikan diri tanpa takut

terhadap penilaian sosial. Keberadaan nilai saling menjaga, menghargai, dan memperhatikan kenyamanan perempuan membentuk pengalaman bahwa perempuan memiliki ruang untuk hadir dan menikmati konser secara lebih bebas. Meskipun beberapa partisipan masih menemukan adanya potensi ketidaknyamanan maupun pengalaman negatif, keberadaan Dara Setara tetap dimaknai sebagai bentuk kesadaran kolektif untuk menciptakan lingkungan konser yang lebih mendukung bagi perempuan.

Pengalaman terhadap Gerakan Dara Setara juga berkaitan dengan terbentuknya solidaritas dan kebersamaan sosial dalam ruang konser FSTVLST. Partisipan merasakan bahwa konser tidak hanya menjadi tempat menikmati musik, tetapi juga menjadi ruang interaksi yang mempertemukan individu dengan orang-orang yang memiliki ketertarikan dan pengalaman emosional serupa. Melalui aktivitas bersama seperti bernyanyi, saling merangkul, membantu penonton yang mengalami kesulitan, serta membangun relasi baru, partisipan memperoleh pengalaman bahwa mereka tidak menghadapi perasaan maupun persoalan hidup secara sendiri. Kebersamaan tersebut menciptakan rasa diterima dan dipahami yang mendukung keberanian partisipan dalam mengekspresikan emosinya.

Rangkaian pengalaman tersebut kemudian membentuk proses pelepasan beban emosional atau katarsis yang dialami oleh penonton perempuan. Katarsis dalam penelitian ini muncul melalui berbagai bentuk ekspresi emosional, seperti menangis, berteriak, bernyanyi bersama, melompat, maupun terlibat dalam aktivitas kolektif selama konser berlangsung. Pelepasan emosi tersebut tidak terjadi secara terpisah, melainkan terbentuk melalui pertemuan antara keterhubungan personal dengan musik FSTVLST, rasa aman yang dimaknai melalui Gerakan Dara Setara, serta dukungan sosial dari lingkungan konser. Dengan adanya kondisi tersebut, partisipan merasa lebih bebas dalam mengekspresikan perasaan yang sebelumnya tertahan.

Setelah mengikuti konser FSTVLST, partisipan memaknai pengalaman tersebut sebagai pengalaman emosional yang memberikan perubahan

positif terhadap kondisi diri mereka. Dampak yang dirasakan meliputi munculnya perasaan lega, berkurangnya beban pikiran, meningkatnya semangat, munculnya suasana hati yang lebih baik, serta adanya jeda psikologis dari tekanan kehidupan sehari-hari. Namun demikian, katarsis yang dialami tidak dimaknai sebagai hilangnya seluruh permasalahan hidup, melainkan sebagai pengalaman yang memberikan kesempatan bagi individu untuk beristirahat secara emosional, memperoleh energi baru, dan kembali menghadapi kehidupan dengan kondisi psikologis yang lebih baik.

Dengan demikian, pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST dapat dipahami sebagai pengalaman yang terbentuk melalui proses pemaknaan yang kompleks. Gerakan Dara Setara tidak hanya dimaknai sebagai upaya menciptakan ruang aman bagi perempuan, tetapi juga sebagai bagian dari lingkungan konser yang memungkinkan terbentuknya rasa nyaman, solidaritas, dan kebebasan berekspresi. Dalam pengalaman tersebut, musik FSTVLST menjadi media yang membangkitkan emosi, ruang konser menjadi tempat berlangsungnya interaksi sosial, dan Gerakan Dara Setara menjadi kondisi yang mendukung perempuan untuk mengalami proses pelepasan beban emosional secara lebih terbuka. Oleh karena itu, konser FSTVLST bagi perempuan Dara Setara tidak hanya menjadi pengalaman menikmati musik, tetapi juga menjadi ruang yang memberikan makna, dukungan, dan pemulihan emosional melalui pengalaman katarsis.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengalaman individu penonton perempuan terhadap Gerakan Dara Setara di konser FSTVLST, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pihak FSTVLST, Penyelenggara Konser, dan Komunitas Musik
Pihak manajemen FSTVLST, penyelenggara konser, serta komunitas musik diharapkan dapat terus mempertahankan dan mengembangkan upaya penciptaan ruang konser yang aman, nyaman, dan inklusif bagi seluruh penonton, khususnya perempuan. Keberadaan gerakan seperti

Dara Setara perlu terus diperkuat melalui edukasi, komunikasi yang konsisten, serta keterlibatan aktif antara pihak musisi, penyelenggara, dan penonton. Ruang konser yang mendukung keamanan fisik maupun psikologis dapat memberikan kesempatan bagi penonton untuk menikmati musik serta mengekspresikan pengalaman emosionalnya secara lebih bebas tanpa adanya rasa takut atau tekanan sosial.

2. Bagi Masyarakat dan Penonton Umum

Masyarakat diharapkan dapat memahami bahwa konser musik tidak hanya menjadi ruang hiburan, tetapi juga dapat menjadi ruang pengalaman emosional, interaksi sosial, dan ekspresi diri bagi individu. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran bersama untuk menciptakan budaya konser yang saling menghargai dan menjaga kenyamanan antarpemonton. Khususnya bagi penonton laki-laki, diharapkan dapat berperan aktif dalam membangun lingkungan konser yang aman melalui sikap menghormati ruang personal perempuan, membantu ketika terjadi situasi yang membahayakan, serta mendukung terciptanya solidaritas di dalam ruang kolektif konser.

3. Bagi Penonton Perempuan

Penonton perempuan diharapkan dapat memanfaatkan ruang konser sebagai salah satu media ekspresi diri dan pengalaman emosional yang positif. Selain itu, budaya saling menjaga dan solidaritas antarpemonton perempuan perlu terus dipertahankan agar ruang konser dapat menjadi tempat yang memberikan rasa nyaman, penerimaan, dan kebebasan dalam mengekspresikan diri. Pengalaman emosional yang muncul selama konser juga dapat dimaknai sebagai bagian dari proses memahami dan mengenali kondisi diri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan kajian mengenai pengalaman pelepasan emosi dalam konteks musik dengan menggunakan pendekatan teori yang lebih beragam. Penelitian ini menggunakan teori katarsis yang merupakan salah satu teori klasik

dalam menjelaskan proses pelepasan emosi, sehingga masih terdapat keterbatasan dalam menjelaskan dinamika emosi yang muncul dalam konteks pengalaman konser modern yang melibatkan aspek personal, sosial, dan budaya secara bersamaan. Oleh karena itu, penelitian berikutnya dapat mempertimbangkan penggunaan perspektif teori emosi yang lebih kontemporer, seperti regulasi emosi, *coping emotion*, atau pendekatan psikologi positif untuk memahami lebih mendalam mengenai bagaimana individu mengalami, mengelola, dan memberikan makna terhadap pelepasan emosi.

Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi lebih jauh mengenai bagaimana proses katarsis terbentuk dalam ruang kolektif, termasuk peran lingkungan sosial, identitas kelompok, hubungan antara musisi dan penonton, serta faktor budaya dalam membentuk pengalaman emosional individu. Kajian dengan subjek yang lebih beragam, seperti penonton laki-laki, komunitas musik lain, atau genre musik yang berbeda juga dapat dilakukan untuk memperluas pemahaman mengenai pengalaman emosional dalam konser musik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya Gunawan, D. R. B. (2021). KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS, STRES, DAN REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA BARU SELAMA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran PSikologi*, 10(1), 51–64. <https://doi.org/http://doi.org/10.21009/JPPP>
- Aflah, F. R., & Murhayati, S. (2025). Penelitian Fenomenologis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 13099–13109. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jptam.v9i2.27068>
- Albi Anggito, J. S. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher). <https://books.google.co.id/books?id=59V8DwAAQBAJ>
- Azizurrahman, A., Wijaya, S. A., & Khotmi, N. (2023). *Psikologi Sosial*. Universitas Hamzanwadi Press.
- Bantara, C. S. (2022, December 12). Profil FSTVLST, Band Rock Indie Jogja yang Dulu Bernama Jenny. *IDN TIMES JOGJA*. https://jogja.idntimes.com/news/jogja/profil-fstvls-c1c2-01-5ln9d-1yz7kt?utm_source
- Benedicta Audrey Putri Trisnadewi, S. A. (2025). K-Pop sebagai Mekanisme Regulasi Emosi pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 59–71.
- Cevy Amelia 1, Y. A. (2022). PENGARUH MUSIK TERHADAP EMOSI. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 4(3), 1–6.
- Djohan. (2009). *Psikologi Musik* (Terbitan P). Best.
- Dhalu, A., & Sakti, H. (2015). Studi Fenomenologis Tentang Out of Body Experience. *Jurnal EMPATI*, 4(1), 1-8.
- Dwi Shinta Rachmawati, E. H. (2025). Pengaruh Penggunaan Medsos Dan Kualitas Informasi Terhadap Pemenuhan Kebutuhan Informasi Konser Pada Followers Instagram @Concertmusic_. *AGUNA: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 6(01), 27–48. <http://ejournal.amikompurwokerto.ac.id/index.php/AGUNA>
- Event. (2023, January 11). FSTVLST Gelar Pentas Persembahan Untuk Perempuan. *Koloni GIGS*. <https://kolonigigs.net/pentas-persembahan-fstvltuntuk-perempuan/>
- Fadli, M. R. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Humanika, Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Fadilla, A. R., & Wulandari, P. A. (2023). Literature review analisis data kualitatif: tahap pengumpulan data. *Mitita Jurnal Penelitian*, 1(3), 34-46.
- Faradila Putri Hartono, Izura Rochma, Laili Fatimatuzzahro, Shintya Nabilla, D. D. (2024). LITERATURE REVIEW: PENGARUH TERAPI MENULIS EKSPRESIF SEBAGAI BENTUK KATARSIS PADA INDIVIDU YANG MENGALAMI DEPRESI DAN KECEMASAN Faradila. *Jurnal Ilmiah Zona Psikologi*, 6(2), 19–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.37776/jizp.v6i2.1397>
- Febriyanto, R. (2024a). *Dara Setara (Skema Agil: FSTVLST dan Kesetaraan Gender)*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

- Febriyanto, R. (2024b). *DARA SETARA (Skema AGIL: FSTVLST dan Kesenjangan Gender)* – UIN Sunan Kalijaga. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Gaol, N. T. L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1–11. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Ginanjari, D. (2023, January 16). Dara Setara, Konser FSTVLST khusus penonton perempuan. *JawaPos.Com*. <https://www.jawapos.com/music-movie/01430634/dara-setara-konser-fstvlst-khusus-penonton-perempuan>
- Hutagalung, H., Purwana, D., Suhud, U., & Hamidah, H. (2021). Analisis Kualitatif Fenomenologi Interpretatif pada Kemandirian Masyarakat Desa Wisata di Yogyakarta. Indonesia (Qualitative Interpretative Phenomenology in Community Self-Reliance of Rural Tourism in Yogyakarta, Indonesia).
- Hadi, A. (2021). *Penelitian Kualitatif Studi Fenomenologi, Case Study, Grounded Theory, Etnografi, Biografi*. CV. Pena Persada. <https://books.google.co.id/books?id=MtKREAAAQBAJ>
- Hanafi, N. (2025). *Aristoteles Poetica* (Pertama). Kakatua Pustaka Klasik.
- Hariyanto, G. C. (2024). Proses Induksi Emosi Oleh Musik (Kajian Literatur) Gabriella. *Tonika : Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Seni*, 7(2), 116–127.
- Hasan Syahrizal, M. S. J. (2023). Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 1(1), 13–23. <http://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/qosim>
- Hermintoyo, A. A. S. P. M. (2023). Perubahan Makna dalam Lirik Lagu Album *Tutur Batin Karya Yura Yunita sebagai Bentuk Katarsis dan Kontemplasi Diri: Kajian Semantik*. 2(2), 160–166.
- Husein, M. C., & Tanjung, S. (2022). Musik dan Identitas: Analisis Konstruksi Identitas Sosial dalam Album “Menari dengan Bayangan” Karya Hindia Music and Identity: Analysis of Social Identity Construction in “Menari dengan Bayangan” Album by Hindia. *Jurnal Mahasiswa Komunikasi Cantrik*, 2(1), 25–36. <https://doi.org/10.20885/cantrik.vol2.iss1.art3>
- Insani, K. R. (2024a). *Analisis Manajemen Event Dara Setara FSTVLST sebagai Upaya Memberikan Ruang Aman bagi Perempuan*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Insani, K. R. (2024b). *Analisis Manajemen Event Dara Setara FSTVLST Sebagai Upaya Memberikan Ruang Aman Bagi perempuan*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Irlinda, A. H. (2025). *Studies on Hysteria Telaah Kepribadian dan Terapi Psikoanalitik Sigmund Freud & Josef Breuer*. FORUM.
- Iswandi, & Dosen. (2015). REFLEKSI PSIKOLOGI MUSIK DALAM PERILAKU MASYARAKAT SEHARI-HARI. *Humanus*, 14(2), 152–157.
- Kurniawati, H. (2012). MEDIA AUDIO VISUAL SEBAGAI SARANA PENGENALAN EKSPRESI EMOSI. *JURNAL DAKWAH DAKWAH & KOMUNIKASI MEDIA*, 6(2).
- Kurniawati, H. P. (2019). *Pengaruh Musik Terhadap Perubahan Perilaku siswa di*

- Fond De L'Etang Dalam Film Les Choristes (2004) Karya Christophe Barratier Kajian Psikologi Musik.* Universitas Brawijaya.
- Letting Go Rahasia Melepaskan Beban Emosional dan Mencapai Kesejahteraan. (n.d.). Apriyanti. <https://id.scribd.com/document/765439031/Letting-Go-Rahasia-Melepaskan-Beban-Emosional>
- Luqman Rohim Prasojo; Grendi Hendrastomo. (2024). Makna tarian moshing penggemar musik underground. *Jurnal Kajian Sosiologi*, 13(02), 179–192. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/dimensia.v13i2.68094>
- Mufadhal Barseli1*), I. I. & N. N. 3 1Universitas. (2017). Konsep Stres Akademik Siswa Mufadhal. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(2005), 143–148. <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/119800>
- Moustakas, C. (1994). Phenomenological research methods. Sage publications.
- Nurmusabih, N. A. (2025). Karakteristik Demografis dan Psikografis Audiens Musik Klasik Jakarta City Philharmonic Orchestra. *Ekspresi*, 14(1).
- Nadhila1, Nurjannah Nurjannah2, Nasrul Musadir3, Saifuddin Ishak2, Z. Z. 1. (2020). Korelasi Jenis Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 3(2), 7–14. <https://doi.org/https://doi.org/10.35324/jknamed.v3i2.79>
- Nadia Galih Permata1, N. L. (2025). PERAN DUKUNGAN SOSIAL DAN MANAJEMEN WAKTU PADA STRES AKADEMIK MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO THE ROLE OF SOCIAL SUPPORT AND TIME MANAGEMENT ON ACADEMIC STRESS OF FINAL YEAR STUDENTS MUHAMMADIYAH UNIVERSITY SIDOARJO. *Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 8(1), 101–112. <https://doi.org/https://doi.org/10.59027/alisyraq.v8i1.861>
- Nirwana, A. (2018). SEKELUMIT TENTANG RISALAH “ POETICS ”, KARYA ARISTOTLE (384-322 SM). *KLAUSA : Kajian Linguistik, Pembelajaran Bahasa, Dan Sastra*, 2(1), 51–63.
- Nmaira Assyafira Setiadi, Y. (2025). Dampak Musik Pada Perubahan Suasana Hati. *Pendidikan*, 6(4), 2151–2158. <https://doi.org/https://doi.org/10.59141/japendi.v6i4.7444>
- Novi Qonitatin, Sri Widyawati, G. Y. A. (2011). PENGARUH KATARSIS DALAM MENULIS EKSPRESIF SEBAGAI INTERVENSI DEPRESI RINGAN PADA MAHASISWA. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1), 21–32.
- Nurhayati, N., Apriyanto, A., Ahsan, J., Hidayah, N., Sepriano, S., & Gustiani, W. (2024). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Teori dan Praktik*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=R6s0EQAAQBAJ>
- Pardede, J. A. (2020). Ekspresi Emosi Keluarga Yang Merawat Pasien Skizofrenia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 117–122. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.403>
- Prass. (2023a, November 7). Ada Apa Saja di “Dara Setara” Tahun 2023. *KrJogja*. <https://www.krjogja.com/seni-budaya/1243237792/ada-apa-saja-di-darasetara-tahun-2023>

- Prass, A. B. (2023b, September 17). FSTVLST Tampil Memukau, Morefuntastic 5 Hari Ini Berakhir. *Krjogja*.
<https://www.krjogja.com/musik/1242971682/fstvlst-tampil-memukaumorefuntastic-5-hari-ini-berakhir>
- Prihatanta, D. M. L. dan H. (2017). Pengaruh terapi musik terhadap tingkat kecemasan sebelum bertanding pada atlet futsal putri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*, 16(1), 17–30.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21831/medikora.v16i1.23476>
- PRAMANA, E., & ARIANTI, R. (2024). PENGALAMAN SUBJEKTIF KLIEN PADA PENGGUNA LAYANAN KONSELING ONLINE. *JURNAL PSIKOLOGI MALAHAYATI* Учредители: Universitas Malahayati Bandar Lampung, 7(1).
- Puspita, K. (2024). PERANCANGAN BUKU ILUSTRASI INTERAKTIF SEBAGAI MEDIA KATARSIS UNTUK KOMUNITAS BIPOLAR CARE INDONESIA. *Jurnal Desain Komunikasi Visual*, 6(3), 96–112.
<https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jdkv.v6i3.65084>
- Putri, F. A. (2026). *Dara Setara Sebagai Subkultur Perempuan Dalam Ruang Musik Rock*. Universitas Gadjah Mada.
- Prawitasllri, J. E. (2016). Mengenal emosi melalui komunikasi nonverbal. *Buletin Psikologi*, 3(1), 27-43.
- Rahmad Surya1, Fetri Reni2, Zumiarti3, Riswanto Bakhtiar4, A. . D. Z. (2025). Musik Sebagai Media Komunikasi Bagi Kesehatan Mental Rahmad. *Ekasakti Jurnal Penelitian Dan Pengabdian*, 5(2), 322–332.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31933/ejpp.xxxx>
- Rahmad Surya1*, Z. (2025). Ekasakti Jurnal Penelitian dan Pengabdian Komunikasi Musik sebagai Media Regulasi Emosi dan Restrukturisasi Kognitif : Integrasi Teori Komunikasi Musik dan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Studi Kualitatif pada Perempuan Berumah Tangga di Kota. *Ekasakti Jurnal Penelitian Dan Pengabdian*, 6(1), 46–51.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31933/ejpp.v6i1.1386>
- Rahmandani, A. (2015). Pemaafan Dan Aspek Kognitif Dari Stres Pada Mahasiswa Jurusan Kebidanan Tingkat Dua. *Jurnal Psikologi Undip*, 14(2), 118–128.
<https://doi.org/10.14710/jpu.14.2.118-128>
- Rahmawati, I. (2022). *Pengantar Psikologi Sosial*. Bumi Aksara. <https://books.google.co.id/books?id=BTpwEAAAQBAJ>
- Rinaldhi Eka Kurnia Putra, Abdul Rachman, E. R. & S. (2021). Interaksi Simbolik Pada Pertunjukan Musik Keroncong oleh Orkes Keroncong Gunung Jati New Musik di Stasiun Tawang Semarang Symbolic Interaction at Keroncong Music Performance by the Gunung Jati New Musik Keroncong Orchestra at Tawang Station Semarang. *Gondang: Jurnal Seni Dan Budaya*, 5(1), 30–39.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24114/gondang.v5i1.19996>
- Saleh, A. A. (2020). *Psikologi Sosial* (Pertama). IAIN Parepare Nusantara Press.
- Smith, J. A., Larkin, M., & Flowers, P. (2021). Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research.

- Salsabila Hady Ningsih¹, Surawan²^{1, 2}. (2025). Makna Emotional Catharsis dalam Konten Instagram sebagai bentuk Pelampiasan Emosi pada Mahasiswa di Era Digital. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multi Disiplin*, 03(02), 1192–1203. <https://ojs.smkmerahputih.com/index.php/jimu/article/view/746>
- Saparwadi¹, A. S. (2021). MENGENAL KONSEP DANIEL GOLEMAN DAN PEMIKIRANNYA DALAM KECERDASAN EMOSI Oleh: *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(1), 17–38.
- Serafina Iubikrea Arsegi Cahya¹, G. G. S. (2022). Musik sebagai Media Komunikasi Ekspresi Cinta (Analisis Semiotika Lirik Lagu “Rumah ke Rumah” Karya Hindia). *Jurnal Koneksi*, 6(2), 246–254.
- Sihabuddin¹, Andri Astuti Itasari², Dewi Maria Herawati³, H. K. A. (2023). Komunikasi Musik: Hubungan Erat Antara Komunikasi dengan Musik Musical Communication: The Close Relationship Between Communication and Music. *Translitera : Jurnal Kajian Komunikasi Dan Studi Media*, 12(1), 55–62. <https://doi.org/10.35457/translitera.v12i1.2679>
- Subhaktiyasa, P. G. (2024). Menentukan Populasi dan Sampel: Pendekatan Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Susanto, D., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah. *Jurnal QOSIM Jurnal Pendidikan Sosial & Humaniora*, 1(1), 53–61. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.60>
- SAPUTRA, D. D. (2025). Konstruksi Ruang Aman bagi Korban dalam Konteks Normalisasi Kekerasan Seksual (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
- Syahid Arkanul Iman¹, R. A. (2025). Reception Analysis of Gen Z Towards Gender Equality in Dara Setara Fstvlst Concert. *Proceedings of the 5th ASPIKOM International Communication Conference (AICCON 2025)*, Aiccon, 801–808. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/AICCON/article/view/47662%0Ahttps://journal.unhas.ac.id/index.php/AICCON/article/download/47662/13656>
- Syarifani, N. (2024). Implikasi Terapi Musik Sebagai Bentuk Katarsis dan Relaksasi Emosi. *Journal of Psychology and Islamic Science*, 8(1), 1–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.30762/happiness.v8i1.2136>
- Ultavia, A. B., Jannati, P., & Malahati, F. (2023). Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi, *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11 (2), Desember 2023, hlm 344. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 2023.
- Wahyuningsih, S. (2017). Teori katarsis dan perubahan sosial. *Jurnal Komunikasi*, 11(1), 39–52. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21107/ilkom.v11i1.2834> TEORI
- Walgito, D. B. (2010). *Pengantar Psikologi Umum* (IV). ANDI Yogyakarta.
- Wiyanda Vera Nurfajriani², Muhammad Wahyu Ilhami¹ Arivan Mahendra³, Rusdy Abdullah Sirodj³, M. W. A. (2024). Triangulasi Data Dalam Analisis Data Penelitian Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP>

- Yam, J. H. (2024). Kajian Penelitian: Tinjauan Literatur Sebagai Metode Penelitian. *Jurnal Empire*, 4(1), 61–71.
- Yasmin, S. S. F., & Vebrynda, R. (2024). Persepsi Mahasiswa mengenai Pentingnya Ruang Aman dari Kekerasan Seksual di Lingkungan Kampus. *Medkom: Jurnal Media dan Komunikasi*, 5(1).
- Yusainy, C., Nurwanti, R., Dharmawan, I. R. J., Andari, R., Mahmudah, M. U., Tiyas, R. R., Husnaini, B. H. M., & Anggono, C. O. (2018). Mindfulness Sebagai Strategi Regulasi Emosi. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 174–188. <https://doi.org/10.14710/jp.17.2.174-188>

