**PENGALAMAN *MUSIC PERFORMANCE ANXIETY*: STUDI FENOMENOLOGIS DESKRIPTIF PADA VOKALIS BAND INDIE**

**Ridha Miladina1, Novi Qonitatin1**

1Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[ridhamiladina14@gmail.com](mailto:ridhamiladina14@gmail.com)

ABSTRAK

Sebagai seorang vokalis, perasaan cemas saat menampilkan pertunjukan musik adalah hal wajar. Adanya beragam tekanan dan tantangan dalam bermusik dapat menumbuhkan *music performance anxiety* (MPA) khususnya pada diri vokalis yang akan berdampak pada kualitas penampilannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengalaman MPA pada vokalis band indie. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Penentuan partisipan menggunakan *screening* dengan alat ukur *Kenny Music Performance Anxiety Inventory* (K-MPAI) untuk mendapatkan partisipan yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Penggalian data secara kualitatif menggunakan teknik wawancara semi terstruktur dan dianalisis menggunakan metode fenomenologis deskriptif (PFD). Analisis data menghasilkan sembilan tema esensial yang muncul dalam diri partisipan, yaitu (1) minat bermusik, (2) dukungan sosial, (3) tekanan sebagai vokalis, (4) *overthinking*, (5) atribusi kecemasan, (6) perubahan emosi, (7) reaksi fisiologis, (8) strategi mengatasi kecemasan, dan (9) motivasi bertahan. Hasil penelitian secara keseluruhan menemukan bahwa ketiga partisipan memutuskan menjadi vokalis atas dasar keinginan dan minat pribadi yang didukung oleh lingkungan terdekatnya, namun dalam menampilkan pertunjukan musik mereka menemui tekanan-tekanan terkait tanggung jawab mereka sebagai vokalis. Tekanan tersebut mengakibatkan munculnya MPA pada diri partisipan yang tampak pada perubahan emosi dan reaksi fisiologisnya. Biarpun memiliki pengalaman MPA, partisipan memiliki motivasi kuat dan dukungan sosial yang baik untuk tetap melanjutkan kegiatan bermusik.

**Kata kunci :** *music performance anxiety*, vokalis, kecemasan, indie

**EXPERIENCE OF MUSIC PERFORMANCE ANXIETY: A DESCRIPTIVE PHENOMENOLOGICAL STUDY ON INDIE BAND VOCALISTS**

**Ridha Miladina1, Novi Qonitatin1**

1Faculty of Psychology, Diponegoro University  
Jl. Prof. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

[ridhamiladina14@gmail.com](mailto:ridhamiladina14@gmail.com)

**ABSTRACT**

As a vocalist, feeling anxious during music performances is a common experience. Various pressures and challenges in the realm of music can give rise to music performance anxiety (MPA), particularly in vocalists, affecting the quality of their performances. The objective of this research is to explore the MPA experience among indie band vocalists. The study involved three participants selected through purposive sampling. Participant selection included screening using the Kenny Music Performance Anxiety Inventory (K-MPAI) to ensure they met predetermined criteria. Qualitative data was gathered through semi-structured interviews and analyzed using the Phenomenological Descriptive Method. Data analysis revealed nine essential themes within the participants: (1) musical interest, (2) social support, (3) pressure as a vocalist, (4) overthinking, (5) attribution of anxiety, (6) emotional changes, (7) physiological reactions, (8) anxiety coping strategies, and (9) perseverance motivation. Overall, the research found that the three participants chose to become vocalists based on personal desire and interest supported by their immediate environment. However, in the course of performing music, they encountered pressures related to their responsibilities as vocalists, resulting in the emergence of MPA evident in emotional changes and physiological reactions. Despite experiencing MPA, participants maintained strong motivation and received good social support to continue their musical activities.

Keywords: music performance anxiety, vocalist, anxiety, indie