

## Analisis Kesehatan Mental pada Karya Musik Twenty One Pilots

Rifa Alifia Arumdapta<sup>1</sup>

Kunto Adi Wibowo<sup>2\*</sup>

Detta Rahmawan<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Padjadjaran, Sumedang, Indonesia

\*email:

[kunto.a.wibowo@unpad.ac.id](mailto:kunto.a.wibowo@unpad.ac.id)

### Kata Kunci

Kesehatan Mental,  
Musik,  
Analisis Isi

### Keywords:

Mental Health,  
Music,  
Content Analysis,

Received: July 2024

Accepted: October 2024

Published: December 2024

### Abstrak

Permasalahan kesehatan mental mulai marak pada tahun-tahun terakhir, salah satu bentuk media yang dipakai sebagai tempat menyampaikan diskusi mengenai kesehatan mental adalah melalui musik. Twenty One Pilots merupakan artis yang seringkali menulis karya musik berisikan referensi kesehatan mental. Pada 6 album Twenty One Pilots, dilihat apakah ada peningkatan atau penurunan dalam frekuensi referensi kesehatan mental. Digunakan metode penelitian analisis isi dengan dua koder dan data dianalisis menggunakan uji analisis deskriptif untuk menghitung frekuensi referensi keseluruhan dan One-Way ANOVA untuk melihat ada atau tidaknya hubungan signifikan pada kedua variabel, analisis dilaksanakan pada perangkat lunak JASP. Ditemukan bahwa ada hubungan signifikan antara tahun rilis album Twenty One Pilots dengan frekuensi referensi kesehatan, walaupun tren tidak linear.

### Abstract

*Mental health issues have become more prevalent in these recent years, and one form of media that has been used as a place to convey discussions about mental health is through music. Twenty One Pilots is a group of artists who often writes about mental health and its references on their musical works. Throughout six Twenty One Pilots albums, we examined to see whether there was an increase or decrease in the frequency of mental health references. A content analysis research is conducted and two coders were used. The data was analyzed using descriptive analysis test to see overall frequencies and One-Way ANOVA to see if there is a significant relationship, both these tests were ran on the JASP software. It was found that there was a significant relationship between the year of Twenty One Pilots album release and the frequency of health references, although the trend was not linear.*



© 2024 Arumdapta, Wibowo, Rahmawan. Published by Faculty of Languages and Arts - Universitas Negeri Medan. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.24114/grenek.v13i2.60349>

## PENDAHULUAN

Pada abad ke-21 ini, masalah kesehatan mental telah menjadi isu yang semakin penting karena peningkatan prevalensinya dari tahun ke tahun, terutama pada abad 2000-an dan 2010-an (Erlambang et al., 2021; Kresovich et al., 2020). Data dari Mojtabai et al. (2016) menunjukkan bahwa setiap tahun, 1 dari 11 remaja dan dewasa muda mengalami Major Depressive Episode (MDE). Laporan dari Child Mind Institute juga mengungkapkan adanya peningkatan diagnosis gangguan mental kecemasan sebanyak 17% dalam 10 tahun terakhir. Namun, banyak gangguan kecemasan dan depresi yang masih kurang mendapatkan perhatian medis. Misalnya, meskipun gangguan kecemasan memengaruhi sekitar 30% remaja, 80% dari mereka tidak pernah mencari pengobatan. Hal ini menjadi perhatian serius mengingat data dari Child Mind Institute yang menyebutkan bahwa angka bunuh diri pada remaja meningkat drastis sebesar 56% dari tahun 2007 hingga 2017 (Martinelli et al., 2018). Peningkatan ini menunjukkan perlunya upaya yang lebih besar untuk meningkatkan kesadaran dan akses terhadap layanan kesehatan mental. Selain itu, stigma yang masih melekat pada isu kesehatan mental sering menjadi penghalang utama bagi individu untuk mencari bantuan.

“Kesehatan mental adalah komponen yang integral dari kesehatan dan kesejahteraan . . .” merupakan cuplikan dari definisi kesehatan mental dari WHO (Freeman, 2022) yang menekankan kepentingan kesehatan mental. Menurut Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey, dikemukakan bahwa ada 34,9% remaja dengan masalah mental dan 5,5% remaja dengan gangguan mental (Nababan, 2023). Tetapi, hanya 2,6% dari jumlah tersebut yang mengakses layanan konseling. Kesehatan mental merupakan kesehatan yang penting, namun masih dianggap tabu untuk dibahas atau diobati bagi beberapa orang. Cogan et al., (2023)

melaksanakan sebuah penelitian untuk melihat pandangan remaja asia terhadap kesehatan mental, dan semua partisipan memiliki persepsi yang negatif terhadap pemahaman mereka mengenai kesehatan mental. Salah satu partisipan mengatakan bahwa anggota keluarganya pernah mengatakan kalau “cara berpikirknya salah” ketika ia coba menjelaskan tentang masalah kesehatan mentalnya (Cogan et al., 2023). Salah satu cara membantu seseorang memahami kesehatan mental adalah melalui musik, dimana musik dapat menurunkan rasa stress seseorang dan memperbaiki *mood* mereka (Deshmukh & Gupta, 2022; McFerran et al., 2018).

Menurut Montagu (2017), musik merupakan “bunyi yang menyampaikan suatu emosi,” dengan empat fungsi yaitu fungsi dansa, fungsi hiburan, fungsi komunikasi, dan fungsi ritual (Montagu, 2017). Seiring berjalannya waktu, perbincangan mengenai kesehatan mental telah meluas ke berbagai platform, termasuk musik, yang sering menjadi media bagi individu untuk mengekspresikan emosi mereka (Barete et al., 2024). Hal ini sejalan dengan fungsi komunikasi musik yang disebutkan oleh Montagu (2017). Musik memainkan peran penting dalam kehidupan sehari-hari (Krause et al., 2021), baik sebagai hiburan maupun sebagai media untuk menyampaikan pesan-pesan mendalam. Dalam konteks kesehatan mental, banyak musisi yang menjadikan lagu mereka sebagai sarana untuk meningkatkan kesadaran tentang isu ini, baik melalui lirik yang menyentuh maupun nada yang memotivasi. Fungsi musik sebagai media komunikasi menjadikannya alat yang kuat untuk menciptakan empati, menyampaikan cerita, dan mendorong dialog tentang kesehatan mental, yang pada akhirnya dapat mengurangi stigma yang masih ada di masyarakat.

Riset ini dilakukan dengan tujuan melihat ada atau tidak adanya peningkatan frekuensi dalam referensi kesehatan mental (*anxiety or anxious thinking, depression or depressive thinking, dan suicide or suicidal ideation*) pada album karya musik Twenty One Pilots. Selain itu, riset juga ditujukan untuk membandingkan ada atau tidak adanya peningkatan frekuensi dalam referensi kesehatan mental dari album pertama Twenty One Pilots “Self-Titled” sampai album “Scaled and Icy”. Hipotesis dan pertanyaan penelitian ada sebagaimana berikut:

RQ1: Apakah ada perbedaan signifikan dari frekuensi referensi kesehatan mental di dalam karya musik Twenty One Pilots dari album pertama mereka “Self-Titled” hingga album terakhir mereka “Scaled and Icy”?

H0: Adanya peningkatan referensi kesehatan mental di dalam karya musik Twenty One Pilots dari album pertama mereka “Self-Titled” hingga album terakhir mereka “Scaled and Icy”.

H1: Adanya penurunan referensi kesehatan mental di dalam karya musik Twenty One Pilots dari album pertama mereka “Self-Titled” hingga album terakhir mereka “Scaled and Icy”.

Musik, yang telah dijelaskan oleh Montagu (2017), memiliki salah satu fungsi yaitu fungsi komunikasi musik. Sepanjang waktu, sudah ada banyak sekali lagu yang menyampaikan pesan mengenai kesulitan personal seseorang dan kesehatan mental (Barete et al., 2024). Sebuah analisis yang dilaksanakan oleh Kresovich et al., (2020) menemukan bahwa dari tahun 1998 ke 2018 ada peningkatan signifikan pada referensi kesehatan mental dalam lagu-lagu *rap* mulai dari pemikiran bunuh diri, depresi, kecemasan, dan metafora yang berhubungan dengan kesehatan mental. Musik merupakan bentuk pengekspresian seni yang kuat. Musik dapat mencerminkan, membentuk, bahkan memengaruhi perilaku seseorang terhadap kesehatan mental (Barete dkk., 2024).

Penelitian Kresovich dkk., (2020) dan Erlambang dkk., (2021), membahas mengenai frekuensi referensi kesehatan mental di dalam lagu-lagu dengan *genre rap*, dan menghubungkan variabel-variabel tersebut dengan variabel pemicu stres yang diketahui secara umum. Melalui penelitian Kresovich dkk., (2020) ditemukan bahwa adanya kenaikan referensi kesehatan mental pada lagu-lagu *rap* dalam dua dekade terakhir. Sebaliknya dalam penelitian Erlambang dkk., (2021), ditemukan penurunan frekuensi referensi kesehatan mental ketika dianalisis pada salah satu artis musik. Penelitian tersebut dilanjutkan oleh (Naftalene et al., 2023) yang tidak meneliti artis musik *rap*, melainkan artis musik dengan *genre rock*. Selain itu, pada penelitian Mikael et al., (2022), diteliti frekuensi referensi kesehatan mental pada lagu *pop* populer. Pada penelitian ini, mengambil rujukan dari keempat penelitian sebelum tersebut, dimana Twenty One Pilots merupakan band yang memiliki *genre rock, rap*, dan sudah pernah ada pada Billboard Top 100.

Mengikuti penelitian Mikael dkk., (2022), diambil tiga variabel yang akan dianalisis pada penelitian ini, yaitu frekuensi penyebutan *anxiety or anxious thinking, depression or depressive thinking, dan suicide or suicidal ideation* di dalam lagu Twenty One Pilots. *Anxiety disorder* merupakan gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan dapat dialami oleh setiap orang dalam kehidupan biasa mereka, tetapi *anxiety disorder* dibagi menjadi lima: *Panic Disorder, Generalized Anxiety Disorder (GAD), Social Anxiety Disorder, OCD (Obsessive Compulsive Disorder), dan PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder)* (Roy-Byrne, 2015). *Depression disorder* atau gangguan depresi merupakan gangguan mental yang dapat diidentifikasi dengan keberadaan rasa sedih, hilangnya rasa bahagia, perasaan bersalah dan kepercayaan diri yang rendah, diikuti oleh gangguan pola

tidur dan pola makan, tingkat konsentrasi yang rendah, dan perasaan lelah. Menurut National Institution of Mental Health, *suicidal ideation* adalah pemikiran, pertimbangan, atau perencanaan untuk membunuh (Reeves et al., 2022). Menurut The Mayo Clinic (2016), beberapa gejala yang menuju kepada *suicidal ideation* berupa membicarakan bunuh diri secara terang-terangan, mencari sumber daya yang dapat digunakan untuk bunuh diri, menjauh dari interaksi sosial, merasakan perubahan *mood* yang ekstrim, selalu memikirkan kematian, merasa hilang harapan, menggunakan narkoba secara berlebihan, mengubah rutinitas sehari-hari, melakukan hal yang membahayakan diri sendiri, memberikan barang miliknya kepada orang lain, berpamit kepada orang seakan-akan tidak akan bertemu lagi, dan mengalami perubahan kepribadian menjadi lebih cemas.

Berasal dari Kolumbus, Ohio, Twenty One Pilots adalah sebuah band yang terdiri dari dua anggota, yaitu Tyler Joseph sebagai vokalis utama dan penulis lagu, serta Josh Dun sebagai pemain drum. Twenty One Pilots dikenal sebagai band yang unik karena memiliki genre musik yang sangat beragam. Menurut beberapa sumber, mereka masuk ke dalam genre hip-hop, rap, pop, dan musik elektronik (AllMusic, 2019; Billboard, 2019; Wilson, 2017). Selain genre yang beragam, band ini dianggap relevan oleh banyak penggemar karena gaya penulisan lagu yang emosional dan konten lirik yang mendalam. Lirik-lirik mereka sering kali menggambarkan perjuangan pribadi, termasuk pertanyaan kepercayaan Joseph kepada Tuhan, kesulitan emosional, dan pengalaman dengan kecemasan serta kegelisahan (McMullen, 2017). Relevansi ini menjadikan musik mereka sebuah tempat berlindung bagi para pendengar yang merasa terhubung dengan tema-tema yang diangkat. Lagu-lagu mereka juga memadukan suara eksperimental dengan pesan yang kuat, menjadikan Twenty One Pilots salah satu band yang menonjol di era modern.

Twenty One Pilots mengeluarkan album pertama mereka pada tahun 2009 dengan judul "Twenty One Pilots", atau sering dikenal oleh para penggemar sebagai album "Self-Titled". Lalu, pada tahun 2011, mereka mengeluarkan album baru dengan nama "Regional at Best". Pada tahun 2012 mereka bergabung label dengan Fueled by Ramen, dan mengeluarkan album ketiga mereka berjudul "Vessel". Hanya dua tahun setelah "Vessel", Twenty One Pilots mengeluarkan album berjudul "Blurryface". Lalu, pada tahun 2018 mereka mengeluarkan album "Trench", dan pada 2021 mereka mengeluarkan album "Scaled and Icy" (AllMusic, 2019). Dari tahun ke tahun, setiap album memiliki ciri khas masing-masing, tetapi hal yang paling konsisten adalah pembahasan kesehatan mental, terutama kegelisahan, depresi, kecemasan, dan ideasi bunuh diri yang hadir dalam setiap albumnya.

Konten lirik dalam lagu-lagu Twenty One Pilots dan bagaimana musik menjadi salah satu wadah yang dapat digunakan untuk membahas mengenai kesehatan mental merupakan hal yang mendorong peneliti untuk melaksanakan penelitian ini. Didukung oleh riset-riset terdahulu yang mengemukakan bahwa hubungan musik dengan populasi usia muda dapat menjadi sebuah cara untuk menurunkan rasa stres mereka, selama dipergunakan secara baik (McFerran et al., 2018). Riset juga pernah menemukan bahwa musik dapat memengaruhi kondisi *mood* seseorang (Deshmukh & Gupta, 2022). Lalu, berangkat dari penelitian terdahulu mengenai jumlah referensi mengenai kesehatan mental pada musik *rap* oleh Kresovich dkk., (2020) juga menjadi landasan bagi penelitian ini, dimana Twenty One Pilots merupakan grup band yang jatuh ke dalam genre *rap*, dan dikenal sebagai grup band yang tidak segan untuk membahas kesehatan mental dalam lirik-liriknya.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan tahapan ilmiah yang diaplikasikan dengan tujuan untuk mendapatkan data secara sengaja (Sugiyono, 2013). Peneliti menggunakan metode kuantitatif, dikarenakan penelitian ini mencari ada atau tidaknya peningkatan referensi kesehatan mental pada album Twenty One Pilots dari tahun ke tahun. Metode kuantitatif merupakan metode yang data didapatkan berupa angka-angka dan analisis lanjutan dilaksanakan menggunakan analisis statistik (Sugiyono, 2013). Penelitian ini akan dilakukan menggunakan pendekatan analisis konten. Digunakan *software* JASP untuk membantu dalam menjawab *research question* dan *hypotheses* penelitian ini. JASP digunakan untuk melaksanakan penelitian komparatif yang membandingkan jumlah frekuensi referensi kesehatan mental yang ada pada karya musik Twenty One Pilots dari album pertama mereka "Self-Titled" sampai album terakhir rilis mereka yaitu "Scaled and Icy".

Populasi didefinisikan sebagai sejumlah data dengan jumlah yang luas, berisikan kumpulan dari semua kemungkinan ukuran yang menjadi objek dalam penelitian (Renggo, 2022). Penelitian ini memiliki populasi yaitu keseluruhan diskografi karya musik milik Twenty One Pilots dengan jumlah 257 lagu menurut genius.com. Populasi didapatkan melalui menjumlahkan semua album, *single*, dan EP pada Spotify, lalu menambahkannya dengan album Regional at Best yang tidak tercantumkan pada Spotify. Data lagu pada album Regional at Best didapatkan melalui situs Genius.com.

Sampel merupakan bagian kecil dari populasi yang ditentukan oleh peneliti dengan mempertimbangkan berbagai faktor yang berhubungan dengan penelitian (Renggo, 2022). Penelitian ini menggunakan jenis *sampling non-probability*, dimana pada jenis *sampling* ini ada beberapa unit populasi yang tidak memiliki probabilitas yang bisa dipastikan secara akurat dalam terpilih menjadi sampel. Salah satu teknik *non-probability sampling* adalah *purposive sampling*, yaitu teknik yang digunakan pada penelitian ini. *Purposive sampling* merupakan teknik *sampling* dimana peneliti hanya memilih subjek-subjek yang dapat memenuhi objektif penelitian menurut pendirian peneliti.

Peneliti memilih untuk menggunakan *purposive sampling* dikarenakan tipe *sampling* ini cocok untuk dilaksanakan dalam penelitian dengan sampel yang lebih ditargetkan kepada populasi-populasi yang dibutuhkan dan cocok untuk studi kuantitatif atau studi non-umum (Naftalene et al., 2023), lalu melalui teknik *sampling* tersebut didapatkan sejumlah 74 lagu yang sesuai kriteria penelitian dan dijadikan sebagai sampel penelitian ini. Pada penelitian ini, analisis akan dilaksanakan menggunakan 6 album Twenty One Pilots yang akan diobservasi, "Self-Titled" dengan isi 14 lagu, "Regional at Best" dengan isi 9 lagu dengan mengecualikan lagu-lagu yang akan muncul kembali pada album mereka lainnya, "Vessel" dengan isi 12 lagu, "Blurryface" dengan isi 14 lagu, "Trench" dengan isi 14 lagu, dan "Scaled and Icy" dengan isi 11 lagu.

Referensi kesehatan mental diukur menggunakan tiga variabel yaitu referensi akan *anxiety or anxious thinking* atau kecemasan, *depression or depressive thinking* atau depresi, dan *suicide or suicidal ideation* atau pemikiran untuk bunuh diri. Coding book menyesuaikan coding book dari jurnal terdahulu yaitu milik Kresovich dkk. (2020). Ketika pada suatu lagu terdapat referensi salah satu atau lebih variabel secara eksplisit, maka keberadaan variabel tersebut secara nominal akan dihitung sebagai 1, jika tidak ada sama sekali, maka akan dihitung sebagai 0. Penelitian ini memiliki 2 koder, untuk melihat reliabilitas antarkoder, dilaksanakan tes koding menggunakan 47 lagu dari 257 total populasi, dengan level asumsi kesetujuan sebesar 95% menyesuaikan dari (Riffe et al., 2006).

Definisi dari setiap variabel diberikan oleh peneliti kepada koder sebelum tes koding dimulai, untuk memastikan bahwa kedua koder memiliki pemahaman yang sama mengenai variabel. Variabel pertama yaitu *anxiety disorder* didefinisikan gangguan kecemasan. Beberapa gejala umum *anxiety disorder* menurut Mayo Clinic (2018) adalah perasaan gelisah mengenai bahaya, detak jantung yang meningkat, hiperventilasi, keringat berlebihan, gemetar, merasa lelah atau lemah, sulit berkonsentrasi, sulit tidur, mengalami masalah pencernaan, sulit menjaga perasaan khawatir, dan memiliki kecenderungan untuk menghindari hal-hal yang memicu kegelisahan. Variabel kedua adalah *depression*, yang didefinisikan sebagai gangguan depresi, merupakan gangguan mental yang dapat diidentifikasi dengan keberadaan rasa sedih, hilangnya rasa bahagia, perasaan bersalah dan kepercayaan diri yang rendah, diikuti oleh gangguan pola tidur dan pola makan, tingkat konsentrasi yang rendah, dan perasaan lelah (The Mayo Clinic, 2022). Hal-hal tersebut dapat bersifat kronis, jika kronis maka dapat mengganggu orang dalam menjalani aktivitas sehari-hari; jika bersifat ringan maka dapat diatasi dengan psikoterapi, tetapi ketika berat maka dibutuhkan bantuan farmakologis (Rondón Bernard, 2018). Terakhir, variabel ketiga yaitu *suicidal ideation* didefinisikan sebagai pemikiran, pertimbangan, atau perencanaan untuk membunuh diri (Reeves et al., 2022). Menurut The Mayo Clinic (2022), beberapa gejala yang menuju kepada *suicidal ideation* berupa membicarakan bunuh diri secara terang-terangan, mencari sumber daya yang dapat digunakan untuk bunuh diri, menjauh dari interaksi sosial, merasakan perubahan mood yang ekstrim, selalu memikirkan kematian, merasa hilang harapan, menggunakan narkoba secara berlebihan, mengubah rutinitas sehari-hari, melakukan hal yang membahayakan diri sendiri, memberikan barang miliknya kepada orang lain, berpamit kepada orang seakan-akan tidak akan bertemu lagi, dan mengalami perubahan kepribadian menjadi lebih cemas.

Kedua koder dilatih menggunakan protokol yang sama. Sebelum melakukan tes koding, dilaksanakan diskusi antarkoder untuk melihat apakah pemahaman mereka akan definisi setiap variabel ada pada pemahaman yang serupa. Setelah melakukan diskusi, ada beberapa bagian dari definisi dan contoh variabel yang diubah untuk memudahkan kedua koder dalam melaksanakan koding kedepannya. Salah satunya adalah pada variabel *depression or depressive thinking*, dimana pada awalnya hanya menghitung penyebutan depresi secara eksplisit, menjadi perasaan yang mengitari depresi yaitu perasaan lelah hidup.

Setelah kedua koder melaksanakan koding sesuai protokol dan *coding book* yang tersedia, hasil koding mereka digabungkan dan dihitung reliabilitas antarkoder menggunakan ReCal 2 dari DeFreelon. Dapat dilihat melalui Krippendorff's Alpha bahwa hasil reliabilitas antarkoder sudah dalam angka yang tinggi yaitu 0.949 sebagai angka terendah, dimana angka pada Krippendorff's Alpha paling rendah yang dibutuhkan adalah 0.677 (Eisenmann et al., 2015). Maka itu, dapat diambil kesimpulan bahwa kedua koder sudah reliabel, dan dapat melanjutkan penelitian untuk menghasilkan hasil yang dapat disebut reliabel.

**Tabel 1.** Uji Reliabilitas Antarkoder

	Anxiety	Depression	Suicidal Ideation
Percent Agreement	99.9%	99.7%	99.9%
Krippendorff's Alpha	0.967	0.949	0.99

Kedua koder lalu akan melaksanakan koding dengan teknik yang sudah ditentukan pada petunjuk koding untuk semua sampel yang digunakan. Setelah kedua koder melaksanakan koding dan didapatkan data dari hasil koding, lalu akan dilaksanakan analisis komparatif yang membandingkan frekuensi referensi kesehatan mental pada karya album Twenty One Pilots dari tahun ke tahun. Mengikuti penelitian Mikael dkk., (2022), analisis yang akan dilaksanakan adalah uji analisis deskriptif yang dilanjutkan dengan uji analisis One-Way Anova menggunakan *software* JASP. Data yang didapatkan akan dijabarkan dan disimpulkan sehingga dapat menjawab *research question* dan *hypotheses* yang ada, dan juga memenuhi tujuan penelitian ini dilaksanakan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji analisis pertama diawali dengan uji analisis deskriptif, untuk melihat frekuensi lagu karya musik Twenty One Pilots yang mengandung referensi kesehatan mental. Dibuat tabel untuk mempermudah visualisasi jumlah frekuensi karya musik Twenty One Pilots yang memiliki referensi kesehatan mental pada album mereka. Uji analisis deskriptif menggunakan uji chi-square, dan dihasilkan data yang dapat dilihat pada **tabel 2**. Lalu, untuk mencari apakah kedua variabel memiliki hubungan terhadap satu sama lain, dilakukan uji One-Way ANOVA untuk mendapatkan p-value dan melihat tren linearitas sepanjang waktu rilis album Twenty One Pilots. P-value terlihat ada pada angka 0.941 untuk kategori *anxiety or anxious thinking*, 0.192 untuk kategori *depression*, dan 0.072 pada kategori *suicide or suicidal ideation*. Semua p-value kategori bersifat  $P > 0.05$ .

**Tabel 2.** Hasil Analisis Penelitian

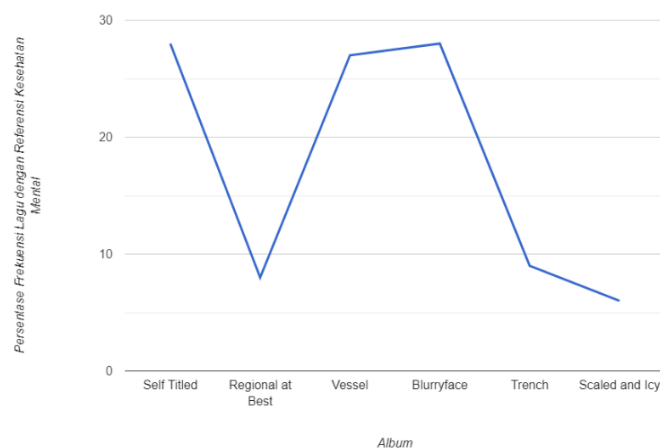
Referensi kesehatan mental dalam lagu	Jumlah lagu (%) <sup>a</sup>								P value <sup>b</sup>
	Total (n=74)	Self-Titled	Regional at Best	Vessel	Blurryface	Trench	Scaled and Icy		
1 Anxiety or anxious thinking	24 (33)	5 (7)	4 (5)	5 (7)	5 (7)	2 (3)	3 (4)	0.941	
2 Depression or depressive thinking	29 (38)	7 (9)	3 (4)	7 (9)	9 (12)	2 (3)	1 (1)	0.192	
3 Suicide or suicidal ideation	30 (40)	9 (12)	3 (4)	8 (11)	7 (9)	2 (3)	1 (1)	0.072	

### Catatan

<sup>a</sup>Kategori pengkodean tidak saling eksklusif. Sebuah lagu dapat memiliki referensi lebih dari 1 kategori kesehatan mental, sehingga baris dan kolom belum tentu akan berjumlah 100 saat dijumlahkan

<sup>b</sup>Uji One-Way ANOVA dipakai untuk mencari p-value untuk melihat signifikansi antar variabel

Setiap album merepresentasikan satu tahun yaitu tahun rilis mereka, "Self Titled" pada tahun 2009, "Regional at Best" pada tahun 2011, "Vessel" pada tahun 2012, "Blurryface" pada tahun 2014, "Trench" pada tahun 2018, dan "Scaled and Icy" pada tahun 2021. Terlihat pada **gambar 1** yang menunjukkan hasil grafik garis sebagai visualisasi peningkatan dan penurunan persentase frekuensi referensi kesehatan mental pada lagu dalam album karya musik Twenty One Pilots. Terlihat bahwa pada album "Self Titled" tahun 2009, "Vessel" tahun 2012, dan "Blurryface" tahun 2014, persentase frekuensi referensi ada pada angka yang tinggi dibandingkan dengan tahun dan album lainnya.

**Gambar 1.** Hasil Grafik Garis Persentase Frekuensi Referensi Kesehatan Mental pada Karya Musik Album Twenty One Pilots

Analisis telah dilakukan terhadap 74 total lagu yang berasal dari 6 album mulai dari tahun rilis 2009, 2011, 2012, 2014, 2018, dan 2021. Berdasarkan hasil analisis tersebut, didapatkan hasil bahwa ada kedua peningkatan dan penurunan dari tahun ke tahun pada setiap album. Persentase frekuensi referensi kesehatan mental pada album "Self Titled" ada pada angka 28%, "Regional at Best" pada angka 8%, "Vessel" pada angka 27%, "Blurryface" pada angka 28%, "Trench" pada angka 9%, dan "Scaled and Icy" pada angka 6%. Terlihat bahwa terjadi peningkatan dan penurunan frekuensi referensi kesehatan mental pada karya musik Twenty One Pilots dari tahun 2009 sampai tahun 2021. Tetapi, harus dipertimbangkan juga bahwa jumlah lagu dalam setiap album tidak semua ada pada jumlah yang sama, contohnya seperti album "Regional at Best" yang memiliki jumlah lagu paling sedikit dibandingkan album lainnya. Walaupun demikian, album "Regional at Best" tetap memiliki persentase frekuensi referensi kesehatan mental yang lebih tinggi dibandingkan album "Trench" dan "Scaled and Icy" yang memiliki lebih banyak lagu, tetapi dirilis pada tahun yang jauh berbeda dengan "Regional at Best".

P-value terlihat ada pada angka  $P > 0,05$ , maka bisa dikatakan bahwa ada hubungan antara dua variabel yang diteliti pada penelitian ini, yaitu hubungan antara album Twenty One Pilots dan tahun rilisnya dengan frekuensi referensi kesehatan mental pada tiap-tiap album tersebut. Uji One-Way ANOVA juga digunakan untuk melihat tren linearitas. P-value menunjukkan pada angka  $> 0,05$ , yang menunjukkan bahwa tidak adanya tren linear dalam frekuensi referensi kesehatan mental pada karya musik Twenty One Pilots sepanjang jalan waktu rilis album dari tahun ke tahun. Hal ini menunjukkan bahwa referensi kesehatan mental pada lirik-lirik dalam lagu mereka mungkin lebih dipengaruhi oleh tema atau inspirasi spesifik pada tiap album, dan bukan perubahan tren atau pola tertentu dari waktu ke waktu.

Hasil analisis ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian milik Mikael et al., (2022), dimana ada kedua peningkatan dan penurunan dalam frekuensi referensi kesehatan mental dalam karya musik pertahunnya. Selain itu, serupa dengan penemuan Mikael et al., (2022), frekuensi referensi paling tinggi terjadi pada pergantian tahun 2011-2016, sama seperti penemuan pada penelitian ini dimana angka frekuensi referensi tertinggi ada pada dua album dengan tahun rilis 2012 dan 2014. Tetapi, berbeda dengan penelitian milik Kresovich et al., (2020) yang meneliti frekuensi referensi kesehatan mental pada lagu dengan *genre rap*, yaitu *genre* yang dimiliki oleh Twenty One Pilots. Perbedaan ada pada tren linearitas, dimana pada penelitian Kresovich et al., (2020), kenaikan frekuensi referensi terjadi pada tahun 2003, 2013, dan 2018. Berbeda dengan penelitian ini, karena album yang dirilis pada tahun 2018 yaitu album "Trench" merupakan salah satu album dengan frekuensi referensi kesehatan mental yang rendah jika dibandingkan dengan album lainnya. Maka untuk menjawab *research question* yang diajukan pada awal penelitian, frekuensi penyebutan referensi kesehatan mental dalam setiap album Twenty One Pilots memiliki perbedaan signifikan, namun tidak linear.

Peningkatan atau penurunan frekuensi referensi kesehatan mental pada karya musik menjadi hal yang perlu diperhatikan. Mengingat penelitian McFerran et al., (2018) yang menemukan bahwa orang, spesifiknya remaja, dapat menggunakan musik sebagai alat untuk memengaruhi *mood* mereka. Tetapi, pengaruh *mood* tersebut bisa menjadi hal yang baik ataupun buruk, tergantung cara penggunaan dan pengawasan dalam menggunakan musik tersebut. Ketika sebuah artis membuat karya musik dengan frekuensi referensi kesehatan mental yang bisa dikatakan tinggi, perlu dipertimbangkan apakah akan ada pengaruh buruk terhadap kesehatan mental atau perspektif kesehatan mental pada mereka yang mendengarkan. Seperti Twenty One Pilots, terutama dengan adanya penyebutan secara eksplisit, ketika karya-karya musik didengarkan dan diterima tanpa pengawasan, tidak menghapus kemungkinan bahwa pendengar menjadi menormalisasikan perasaan-perasaan yang berhubungan dengan gangguan mental, dibandingkan menaikkan kewaspadaan, atau menggunakan karya musik Twenty One Pilots sebagai tempat aman mereka.

## SIMPULAN

Kesehatan mental telah menjadi isu yang lebih banyak dibahas terutama di era modern ini, seiring meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental. Berbagai riset dan artikel sudah sering membahas kesehatan mental, namun pada beberapa budaya topik ini masih dianggap tabu. Sesuai penemuan yang dihasilkan oleh artikel ini, pembahasan kesehatan mental salah satunya bisa melalui media non-konvensional yaitu musik. Musik menjadi media yang efektif dalam membangun kesadaran dan membuka ruang diskusi mengenai kesehatan mental yang lebih inklusif, musik menjadi alat yang kuat dalam mengurangi stigma dan mempromosikan pemahaman konsep kesehatan mental secara lebih baik.

Namun, perlu diingat bahwa penyampaian pesan melalui musik memiliki dampak negatif pula. Musik berpotensi untuk memengaruhi pikiran, emosi, dan suasana hati seseorang, maka penting untuk mempertimbangkan dampak musik pada pendengarnya, terutama mereka yang berada dalam kondisi kesehatan mental yang rendah dan cukup rentan akan pengaruh negatif. Dengan memanfaatkan data dan penelitian yang ada, langkah-langkah lebih lanjut dapat diambil untuk memahami bagaimana musik dapat berkontribusi secara nyata dalam mendukung kesehatan mental. Hal ini mencakup pendekatan yang berbasis bukti untuk menganalisis peran musik, tidak hanya dalam teori umum, namun juga dalam berbagai pengaplikasian praktis yang dapat diterapkan dalam konteks kehidupan sehari-hari. Penelitian ini hanya membahas satu artis musik yang banyak memiliki unsur kesehatan mental dalam lagunya, dan masih banyak artis musik lainnya di luar sana dengan bahasan yang serupa. Penelitian ini diharapkan bisa membuka diskusi akan pemanfaatan musik sebagai media komunikasi dan advokasi mengenai kesehatan mental untuk penelitian-penelitian kedepannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- AllMusic. (2019). *Twenty One Pilots*. The Rock History Reader. <https://doi.org/10.4324/9781315394824-82>
- Barete, M. G., Albarico, J. B., Auditor, M. Q., Balilaon, E. P., Budias, M. L., Dajero, B. K., Jamisolamin, R. J., Lumandas, E. R., Obeso, R. A., Piscos, F. A., Vergara, F. A., Villalon, R. M., & Taja-on, E. P. (2024). Unlocking the Lyrics: Exploring the Themes of Mental Health in Selected Contemporary Song. *Psychology And Education: A Multidisciplinary Journal*, 16(7), 730–741. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10540042>
- Billboard. (2019). *Twenty One Pilots* Billboard. The Rock History Reader. <https://doi.org/10.4324/9781315394824-82>
- Cogan, N. A., Liu, X., Chin-Van Chau, Y., Kelly, S. W., Anderson, T., Flynn, C., Scott, L., Zaglis, A., & Corrigan, P. (2023). The taboo of mental health problems, stigma and fear of disclosure among Asian international students: implications for help-seeking, guidance and support. *British Journal of Guidance and Counselling*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/03069885.2023.2214307>
- Deshmukh, S., & Gupta, P. (2022). Psychological effects of music on mental health. *International Journal of Health Sciences*, 6, 7244–7251. <https://doi.org/10.53730/ijhs.v6ns2.6753>
- Eisenmann, M., O'Neil, J., & Geddes, D. (2015). An examination of the validity, reliability and best practices related to the standards for traditional media. *Research Journal of the Institute for Public Relations*, 2(1). [http://www.instituteforpr.org/wp-content/uploads/Eisenmann\\_ONeil\\_Geddes\\_REVISIONS\\_V2\\_01\\_07\\_2015.pdf](http://www.instituteforpr.org/wp-content/uploads/Eisenmann_ONeil_Geddes_REVISIONS_V2_01_07_2015.pdf)
- Erlambang, M. F., Fuady, I., & Wibowo, S. K. A. (2021). Analisis Konten Kesehatan Mental Dalam Karya Musik Kendrick Lamar. *Virtuoso: Jurnal Pengkajian Dan Penciptaan Musik*, 4(1), 46–52. <https://doi.org/10.26740/vt.v4n1.p46-52>
- Freeman, M. (2022). The World Mental Health Report: transforming mental health for all. *World Psychiatry*, 21(3), 391–392. <https://doi.org/10.1002/wps.21018>
- Krause, A. E., Glasser, S., & Osborne, M. (2021). Augmenting Function with Value: An Exploration of Reasons to Engage and Disengage from Music Listening. *Music and Science*, 4, 1–13. <https://doi.org/10.1177/20592043211022535>
- Kresovich, A., Reffner Collins, M. K., Riffe, D., & Carpentier, F. R. D. (2020). A Content Analysis of Mental Health Discourse in Popular Rap Music. *JAMA Pediatrics*, 175(3), 286–292. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2020.5155>
- Martinelli, K., Cohen, Y., Kimball, H., & Miller, C. (2018). Understanding Anxiety in Children and Teens: 2018 Children's Mental Health Report. In *Child Mind Institute*. [https://childmind.org/downloads/CMI\\_2018CMHR.pdf](https://childmind.org/downloads/CMI_2018CMHR.pdf)
- McFerran, K. S., Hense, C., Koike, A., & Rickwood, D. (2018). Intentional music use to reduce psychological distress in adolescents accessing primary mental health care. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(4), 1–15. <https://doi.org/10.1177/1359104518767231>
- McMullen, S. (2017). Twenty One Pilots Get Deep About Dealing With Insecurities & Their Upcoming Australian Shows in an older O Twenty One Pilots. *Music Feeds*. <https://web.archive.org/web/20181023081630/https://musicfeeds.com.au/features/twenty-one-pilots-get-deep-about-dealing-with-insecurities-their-upcoming-australian-shows/#/slide/1>
- Mikael, K., Fuady, I., & Wibowo, S. K. A. (2022). Content Analysis of Mental Health Messages in Popular Music. *Semiotika*, 16(2), 103–113. <http://journal.ubm.ac.id/>

- Mojtabai, R., Olfson, M., & Han, B. (2016). National Trends in the Prevalence and Treatment of Depression in Adolescents and Young Adults. *Pediatrics*, 138(6). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1878>
- Montagu, J. (2017). How Music and Instruments Began: A Brief Overview of the Origin and Entire Development of Music, from Its Earliest Stages. *Frontiers in Sociology*, 2(8), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fsoc.2017.00008>
- Nababan, W. M. C. (2023). *Cita-cita Indonesia 2045 Terhalang Masalah Kesehatan Mental Remaja*. Kompas.Id. <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2023/02/01/cita-cita-indonesia-2045-terhalang-masalah-kesehatan-mental-remaja>
- Naftalene, E., Fuady, I., & Wibowo, S. K. A. (2023). Analisis Konten Pesan Kesehatan Mental dalam Karya Musik Group Band Radiohead. *Tonika: Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Seni*, 6(2), 143–154. <https://doi.org/10.37368/tonika.v6i2.564>
- Reeves, K. W., Vasconez, G., & Weiss, S. J. (2022). Characteristics of Suicidal Ideation: A Systematic Review. *Archives of Suicide Research*, 26(4), 1736–1756. <https://doi.org/10.1080/13811118.2021.2022551>
- Renggo, Y. R. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan Kombinasi. In A. Munandar (Ed.), *Sustainability (Switzerland) (Vol. 11, Issue February, pp. 43–55)*. CV. Media Sains Indonesia. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-gene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0A>  
[https://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_ST\\_RATEGI\\_MELESTARI](https://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_ST_RATEGI_MELESTARI)
- Riffe, D., Lacy, S., Fico, F., Riffe, D., Lacy, S., & Fico, F. G. (2006). Analyzing Media Messages. In *Analyzing Media Messages*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781410613424>
- Rondón Bernard, J. E. (2018). Depression: A Review of its Definition. *MOJ Addiction Medicine & Therapy*, 5(1), 5–7. <https://doi.org/10.15406/mojamt.2018.05.00082>
- Roy-Byrne, P. (2015). Treatment-refractory anxiety; definition, risk factors, and treatment challenges. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 17(2), 191–206. <https://doi.org/10.31887/dcns.2015.17.2/proybyrne>
- Sugiyono. (2013). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D (19th ed.)*. ALFABETA.
- The Mayo Clinic. (2016). *Suicide and suicidal thoughts*. <http://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/suicide/basics/risk-factors/con-20033954>
- The Mayo Clinic. (2018). Anxiety Disorders. *The Mayo Clinic*. [https://doi.org/10.1016/S0095-4543\(08\)70002-2](https://doi.org/10.1016/S0095-4543(08)70002-2)
- The Mayo Clinic. (2022a). *Depression (Major Depressive Disorder)*. *The Mayo Clinic*. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>
- The Mayo Clinic. (2022b). *Suicide and Suicidal Thoughts*. *The Mayo Clinic*. <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/stroke/symptoms-causes/syc-20350113?p=1>
- Wilson, C. (2017). The Mood-Swing Vote: How Twenty One Pilots channeled Trump-state anxieties and became the biggest new rock band (if they are a rock band) in America. *Slate*. <https://slate.com/culture/2017/01/why-twenty-one-pilots-are-americas-biggest-rock-band.html>