

ABSTRACT

Yudhistira Gallih Chendekia. 110541100035. *Moshing as Media Stress Coping for Teens*. Skripsi. Progam Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Trunojoyo Madura. 2015

Page : xix+157 Page, 63 Attachment

This research is aimed to know the description of teenager's stress coping via moshing and what factors that affect the stress coping in moshing. Moshing is dance to rock music in a violent manner involving jumping up and down and deliberately colliding with other dancers. This research used descriptive qualitative method by taken two samples of underground's fans (CH and AL) which is determined by purposive sampling, and one sample using snowball sampling. The method used for this research is observation. The result shows that moshing is one of stress coping media used by teenagers to relieve their stress. The hard and energetic movement in moshing can reduce the tension of stress into body movement. The harder the movement, the higher endorphin produce by the body. Endorphin is the substance that make someone happy. So, when doing moshing, teenagers can be free to express their stress into the movement which is also produce the endorphin. That's why the teenagers tend to happy after moshing. The beat of underground music and the huge participants have a great role in adding the spirit or passion in moshing.

Keyword : Moshing, Coping Stress, Teenages's

Reference: 27 (1984-2015)

ABSTRAK

Yudhistira Gallih Chendekia (110541100035) *Moshing sebagai Media Koping Stres bagi Remaja*. Skripsi. Progam Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya Universitas Trunojoyo Madura. 2015

Halaman : xix+157 Halaman, 63 Lampiran

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran koping stres remaja melalui *moshing* serta faktor apa sajakah yang mempengaruhi koping stres dalam *moshing*. *moshing* merupakan tarian untuk menikmati musik beraliran keras menari dengan cara kekerasan seperti melompat-lompat dan sengaja bertabrakan dengan penari lainnya. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan pada dua orang remaja pecinta musik *underground* (CH dan AL) yang ditentukan berdasarkan *purposive sampling*, dan seorang remaja pecinta musik *underground* dengan menggunakan *snowball sampling*. Hasil penelitian ini *Moshing* merupakan salah satu media koping stres yang digunakan oleh remaja untuk meredakan stres yang dirasakannya. Gerakan yang keras dan energik dalam *moshing* mampu mereduksi ketegangan-ketegangan yang dirasakan ketika stres ke dalam bentuk gerak badan. Semakin keras gerakan maka zat-zat endorfin yang diproduksi oleh tubuh akan semakin banyak. Zat endorfin merupakan senyawa yang membuat seseorang merasa senang. Jadi ketika *moshing* remaja akan bebas mengekspresikan stresnya dalam bentuk gerak badan yang mana gerak badan tersebut juga mampu menghasilkan zat-zat endorfin yang akan membuat seseorang bahagia, karena itulah setelah melakukan *moshing* remaja cenderung merasa senang dan lega serta mampu meredakan stres yang dirasakan. Musik-musik *underground* yang cadas juga mampu menambah semangat atau gairah dalam melakukan *moshing*, ditambah dengan banyaknya teman yang melakukan *moshing* akan semakin menambah kesenangan yang didapat ketika *moshing*.

Kata Kunci : *Moshing*, Koping Stres, Remaja
Daftar pustaka : 27 (1984-2015)