

Pengaruh musik Korea pop terhadap tingkat stress pada mahasiswa tingkat akhir

Effects of Korean pop music exposure on stress reduction in final-year college students

Rahmat Kurniawan^{1*}, Rida Fajriani Barokah², Supriadi B¹, Nurmiaty³, Sumiyati³, Siti Kusnul Khotimah⁴, Sova Evie¹, Eli Saripah¹, Helena Pangaribuan¹

¹Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia

²Program studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

³Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia

⁴Primaya Hospital Tangerang, Tangerang, Banten, Indonesia

Abstrak

Article history

Received date: 5 September 2025

Revised date: 17 November 2025

Accepted date: 25 November 2025

**Corresponding author:*

Rahmat Kurniawan, Poltekkes Kemenkes Palu, Kota Palu, Indonesia,
uirahmat986@gmail.com

Stres merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang sering dialami mahasiswa, terutama mahasiswa tingkat akhir yang menghadapi tuntutan akademik tinggi. Terapi musik merupakan intervensi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan stres melalui efek relaksasi dan regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh terapi musik K-pop terhadap tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel terdiri dari 25 mahasiswa tingkat akhir yang dipilih dengan purposive sampling. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner DASS-21 (subskala stres) sebelum dan sesudah intervensi. Hasil penelitian menunjukkan terjadi penurunan bermakna skor stres setelah pemberian terapi musik K-pop, dari rata-rata 18,56 pada pengukuran awal menjadi 7,08 pada pengukuran setelah intervensi ($p < 0,001$). Setelah intervensi, mayoritas responden yang sebelumnya berada pada kategori stres ringan-sedang mengalami perbaikan ke kategori normal (96%). Terapi musik K-pop berpotensi menjadi intervensi pendukung yang sederhana, terjangkau, dan mudah diakses untuk membantu menurunkan stres pada mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: K-pop, mahasiswa tingkat akhir, musik, stres, terapi

Abstract

Stress is one of the mental health problems commonly experienced by university students, particularly final-year students who face high academic demands. Music therapy is a nonpharmacological intervention that can be used to help reduce stress through relaxation effects and emotional regulation. This study aimed to analyze the effect of K-pop music therapy on stress levels among final-year students. This study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 25 final-year students selected through purposive sampling. Stress levels were measured using the DASS-21 questionnaire (stress subscale) before and after the intervention. The results showed a significant reduction in stress scores after the implementation of K-pop music therapy, from a mean score of 18.56 at baseline to 7.08 after the intervention ($p < 0.001$). After the intervention, the majority of respondents who were previously categorized as having mild to moderate stress showed improvement to the normal stress category (96%). K-pop music therapy has the potential to serve as a simple, affordable, and easily accessible supportive intervention to help reduce stress among final-year students.

Keywords: final-year students, K-pop, music, stress, therapy



Copyright: © 2025 by the authors.
This is an open access article distributed under the terms and conditions of the CC BY-SA 4.0.

PENDAHULUAN

Stres merupakan respons fisiologis dan psikologis terhadap tuntutan lingkungan yang dipersepsiakan melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (Dwi Amalia Susanti, Tuti Wahyuningsih, & Lastri Mei Winarni, 2022). Pada mahasiswa, stres sering muncul sebagai akibat dari beban akademik, tekanan sosial, serta tuntutan masa depan, terutama pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi (Linnemann, Wenzel, Grammes, Kubiak, & Nater, 2018). Kondisi ini dikenal sebagai stres akademik, yang apabila tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada penurunan konsentrasi, gangguan tidur, penurunan motivasi belajar, hingga gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi (Vengurlekar, Steggerda, & Bridges, 2024). Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang rentan mengalami stres akibat tekanan akademik yang berkepanjangan, terutama terkait tuntutan penyelesaian skripsi, prokrastinasi akademik, dan faktor psikologis internal seperti optimisme (Oktaviona, Herlina, & Sari, 2023).

Data global menunjukkan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami gangguan stres dan masalah kesehatan mental (Kim, Wei, & Chong, 2024). Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar (Risksesdas, 2018) mencatat bahwa sekitar 9,8% penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami gangguan mental emosional yang meliputi stres, kecemasan, dan depresi. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2013, yaitu sebesar 6,0%. Peningkatan tersebut menegaskan bahwa stres merupakan isu penting dalam kesehatan masyarakat, termasuk di kalangan mahasiswa (Dwi Amalia Susanti et al., 2022).

Dalam konteks pendidikan tinggi, berbagai penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang paling rentan mengalami stres akibat tingginya tuntutan akademik dan tanggung jawab personal (Istadi, 2018). Faktor-faktor seperti tekanan waktu, ketidakpastian masa depan, serta ekspektasi sosial sering kali memperburuk kondisi ini (Nwokenna, Sewagegn, & Falade, 2022). stres akademik yang dialami mahasiswa tingkat akhir terbukti berhubungan secara signifikan dengan gangguan kualitas tidur, yang pada akhirnya dapat memperburuk kondisi fisik dan mental mahasiswa serta mengganggu keberhasilan akademik (Nasrah et al., 2025). Oleh karena itu, diperlukan strategi yang efektif dan mudah diimplementasikan untuk membantu mahasiswa dalam mengelola stres.

Salah satu intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif adalah terapi musik. Musik memiliki efek fisiologis dalam menurunkan aktivitas sistem saraf simpatik, menstimulasi pelepasan hormon endorfin, serta meningkatkan relaksasi emosional (Sahin, 2022). Dalam konteks modern, genre musik populer seperti K-pop menjadi pilihan yang relevan bagi mahasiswa karena karakteristiknya yang energik, ritmis, dan secara emosional dekat dengan kaum muda (Zhang, 2023). Musik K-pop juga terbukti dapat meningkatkan suasana hati dan menurunkan tingkat stres, khususnya pada kelompok usia muda yang sering mengonsumsi genre musik ini (Dwi Amalia Susanti et al., 2022).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik populer dapat menjadi strategi coping yang efektif untuk mengurangi tekanan psikologis. Fajariyah dan Utami (2024) melaporkan bahwa mendengarkan musik K-pop secara rutin dapat meningkatkan kesejahteraan emosional mahasiswa. Penelitian lain oleh de Witte et al. (2022) menunjukkan bahwa intervensi musik memiliki efek signifikan dalam menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Berdasarkan temuan-temuan tersebut, terapi musik K-pop dinilai berpotensi menjadi alternatif intervensi sederhana yang mudah diterapkan di lingkungan akademik (Dwi Amalia Susanti et al., 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik K-pop terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan intervensi nonfarmakologis dalam bidang keperawatan, khususnya dalam upaya promosi kesehatan mental di lingkungan pendidikan tinggi.

METODE

Desain dan setting penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Desain ini dipilih untuk mengevaluasi efektivitas terapi musik K-pop terhadap penurunan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir sebelum dan sesudah intervensi, tanpa melibatkan kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Provinsi Banten, pada bulan Mei hingga Agustus 2022. Pemilihan lokasi didasarkan pada pertimbangan bahwa mahasiswa tingkat akhir di institusi tersebut sedang menjalani proses penyusunan tugas akhir dan menghadapi tekanan akademik yang tinggi.

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir STIKes Widya Dharma Husada Tangerang yang berjumlah 265 orang. Jumlah sampel ditetapkan sebanyak 25 responden berdasarkan pertimbangan ukuran sampel minimal untuk penelitian eksperimental skala kecil. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi sebagai berikut: (1) mahasiswa aktif tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir, (2) bersedia menjadi responden, (3) tidak memiliki gangguan pendengaran, dan (4) tidak sedang menjalani terapi psikologis atau farmakologis terkait stres.

Instrumen penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-21) yang telah divalidasi pada populasi mahasiswa Indonesia (Nada, Herdiana, & Andriani, 2022). Kuesioner ini terdiri dari 21 item dengan skala Likert 0–3 yang mengukur tiga dimensi, yaitu depresi, kecemasan, dan stres. Pada penelitian ini, hanya subskala stres yang digunakan. Skor total kemudian dikategorikan ke dalam lima tingkat stres, yaitu normal, ringan, sedang, berat, dan sangat berat (Ifdil et al., 2022).

Prosedur intervensi

Sebelum intervensi, seluruh responden mengisi kuesioner DASS-21 sebagai pengukuran awal (*pretest*). Intervensi dilakukan dengan memberikan sesi mendengarkan musik K-pop selama 20 menit setiap hari selama lima hari berturut-turut di ruang yang tenang dan terkontrol. *Playlist* musik K-pop dipilih berdasarkan hasil survei awal mengenai preferensi musik responden, dengan mempertimbangkan tempo moderat (60–80 bpm) yang diketahui memiliki efek relaksasi optimal (Alburqueque, 2022). Selama sesi berlangsung, responden diminta untuk

tidak menggunakan gawai atau melakukan aktivitas lain. Setelah lima hari intervensi, dilakukan pengukuran ulang (*posttest*) menggunakan kuesioner DASS-21 yang sama untuk menilai perubahan tingkat stres.

Analisis data

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi tingkat stres, sedangkan analisis bivariat dilakukan menggunakan uji *paired sample t-test* untuk mengetahui perbedaan rata-rata skor stres sebelum dan sesudah intervensi. Uji ini dipilih karena data berdistribusi normal dan memenuhi asumsi parametrik. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$.

Etika penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan dari Komite Etik Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (Nomor: SK-69/UN2.F12.DI.2.1/ETIK 2022). Seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat penelitian, serta hak partisipasi secara sukarela, dan menandatangani lembar *informed consent* sebelum pelaksanaan intervensi.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden (n = 25)

Karakteristik	n	%
Usia (tahun)		
20–22	24	96
23–24	1	4
Jenis kelamin		
Laki-laki	5	20
Perempuan	20	80
Tingkat stres (Pretest)		
Normal	5	20
Ringan	9	36
Sedang	9	36
Berat	2	8
Tingkat stres (Posttest)		
Normal	24	96
Ringan	1	4

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden berada pada kelompok usia 20–22 tahun (96%) dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan (80%). Pada pengukuran awal, tingkat stres responden didominasi oleh kategori ringan dan sedang, masing-masing sebesar 36%. Setelah pemberian terapi musik K-pop, hampir seluruh responden mengalami perbaikan tingkat stres dan berada pada kategori normal (96%).

Tabel 2. Pengaruh terapi musik K-pop terhadap tingkat stres mahasiswa tingkat akhir (n = 25)

Pengukuran	n	Mean	p-value
Pretest	25	18,56	0,001
Posttest	25	7,08	0,001

Berdasarkan Tabel 2, rerata skor stres responden setelah intervensi lebih rendah dibandingkan dengan sebelum intervensi, yaitu dari 18,56 menjadi 7,08. Hasil analisis menggunakan uji *paired sample t-test* menunjukkan bahwa perbedaan rerata skor stres sebelum dan sesudah pemberian terapi musik K-pop signifikan secara statistik ($p = 0,001$).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian terapi musik K-pop berhubungan dengan penurunan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini memperkuat bukti bahwa musik dapat berfungsi sebagai strategi coping nonfarmakologis yang efektif dalam membantu individu mengelola tekanan psikologis, khususnya pada populasi mahasiswa yang menghadapi tuntutan akademik tinggi (Kim et al., 2024). Musik diketahui memengaruhi regulasi emosi melalui aktivasi sistem limbik, penurunan aktivitas saraf simpatik, serta peningkatan pelepasan neurotransmitter yang berperan dalam menciptakan rasa tenang dan relaksasi (Linnemann et al., 2018).

Penurunan tingkat stres pada penelitian ini dapat dijelaskan melalui *distraction theory*, yaitu mekanisme ketika musik berperan sebagai stimulus eksternal yang mengalihkan perhatian individu dari stresor internal, seperti kecemasan akademik dan tekanan penyelesaian tugas akhir (Groarke & Hogan, 2019). Ketika individu mendengarkan musik yang disukai, jalur penghargaan di otak diaktifkan, sehingga memunculkan emosi positif dan membantu menurunkan respons stres (Panebianco-Warrens, Fletcher, & Kreutz, 2018).

Karakteristik musik K-pop yang ritmis, repetitif, dan memiliki muatan emosional yang kuat diduga berkontribusi terhadap efek relaksasi yang dirasakan responden. Musik dengan tempo dan pola ritme tertentu dapat membantu mengatur aktivitas sistem saraf otonom, sehingga menurunkan ketegangan fisiologis dan meningkatkan kenyamanan psikologis (Bektaş, 2020). Selain itu, kesesuaian musik dengan preferensi pendengar juga berperan penting dalam meningkatkan efektivitas intervensi berbasis musik.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terapi musik dapat menurunkan tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional pada mahasiswa. Studi oleh de Witte et al. (2022) melaporkan bahwa intervensi musik berkontribusi terhadap regulasi stres dan peningkatan kondisi psikologis. Penelitian lain oleh Fajariyah dan Utami (2024) juga menunjukkan bahwa mendengarkan musik K-pop berkaitan dengan peningkatan ketenangan emosional dan penurunan kecemasan. Konsistensi hasil tersebut memperkuat relevansi musik populer sebagai media intervensi yang sesuai dengan karakteristik generasi muda.

Dalam perspektif keperawatan, hasil penelitian ini mendukung pendekatan *holistic nursing care*, yang menekankan pentingnya intervensi komplementer untuk menjaga keseimbangan fisik dan psikologis individu. Terapi musik merupakan intervensi yang sederhana, relatif murah, dan mudah diterapkan, sehingga berpotensi digunakan sebagai bagian dari promosi kesehatan mental di lingkungan pendidikan tinggi (Elbe, 2023). Penggunaan musik K-pop juga dapat dikembangkan sebagai pendekatan berbasis budaya yang lebih mudah diterima oleh mahasiswa, baik sebagai strategi perawatan diri (*self-care*) maupun sebagai bagian dari program konseling institusional (Nwokenna et al., 2022).

IMPLIKASI DAN KETERBATASAN

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan ilmu dan praktik keperawatan, khususnya dalam konteks kesehatan mental pada bidang keperawatan tropis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terapi musik, termasuk musik populer seperti K-pop, berpotensi digunakan sebagai intervensi nonfarmakologis untuk membantu menurunkan tingkat stres. Intervensi ini relevan dalam praktik keperawatan tropis, di mana beban penyakit infeksi sering kali disertai dengan tekanan psikologis, sehingga pendekatan sederhana seperti terapi musik dapat berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis dan kualitas hidup, baik pada pasien maupun mahasiswa yang menghadapi tekanan akademik. Penelitian ini memperkuat bukti bahwa musik tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga memiliki nilai terapeutik yang dapat diintegrasikan dalam asuhan keperawatan di tatanan komunitas maupun klinis.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah sampel yang relatif kecil dan pelaksanaan penelitian pada satu institusi pendidikan membatasi generalisasi temuan. Selain itu, penggunaan desain *one group pretest–posttest* tanpa kelompok kontrol tidak memungkinkan perbandingan langsung dengan kelompok banding, sehingga pengaruh faktor eksternal terhadap hasil penelitian tidak dapat sepenuhnya dieliminasi. Penggunaan satu genre musik tertentu juga berpotensi menimbulkan bias preferensi responden. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan desain dengan kelompok kontrol, serta mengeksplorasi berbagai genre musik yang disesuaikan dengan konteks budaya dan kebutuhan individu dalam layanan keperawatan tropis.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik K-pop berperan dalam menurunkan tingkat stres pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini memperkuat bukti bahwa musik, khususnya genre populer yang sesuai dengan preferensi generasi muda, dapat dimanfaatkan sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana, mudah diterapkan, dan memiliki nilai terapeutik dalam mendukung kesehatan mental mahasiswa. Terapi musik K-pop berpotensi untuk diintegrasikan ke dalam praktik keperawatan komunitas maupun program pendampingan psikologis di institusi pendidikan tinggi sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif kesehatan mental.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada STIKes Widya Dharma Husada Tangerang atas dukungan dan fasilitasi yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini.

REFERENSI

Alburqueque. (2022). Improvisation of Music Therapy with Repertoire of Marineras Trujillanas in Online Higher Education Learning. *International Journal of Emerging Technologies in Learning (IJET)*, 17(15), 171–187. <https://doi.org/10.3991/ijet.v17i15.31843>

Bektaş. (2020). The effect of classical Turkish and Western music on university students' exam stress level, blood pressure and pulse rate: a randomized controlled trial. *Journal of Health Sciences and Medicine*, 3(3), 216–220. <https://doi.org/10.32322/jhsm.681640>

de Witte, M., Pinho, A. da S., Stams, G.-J., Moonen, X., Bos, A. E. R., & van Hooren, S. (2022). Music therapy for stress reduction: a systematic review and meta-analysis. *Health Psychology Review*, 16(1), 134–159. <https://doi.org/10.1080/17437199.2020.1846580>

Demirbatır, E., Helvacı, A., Yılmaz, N., Gül, G., Senol, A., & Bilgel, N. (2019). The Psychological Well-Being, Happiness and Life Satisfaction of Music Students. *Psychology*, 04(11), 16–24.

<https://doi.org/10.4236/psych.2013.411A004>

Dwi Amalia Susanti, Tuti Wahyuningsih, & Lastri Mei Winarni. (2022). Pengaruh Terapi Musik Korean Pop Terhadap Tingkat Stres Siswa Smkn 1 Kabupaten Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 2(6 SE-Articles), 52–56. Retrieved from <https://nusantarahasanajurnal.com/index.php/nhj/article/view/592>

Elbe. (2023). Cellular Response of Cancer to Music: Mirror, Mirror, on the Wall, Which is the Most Effective of Them All? *Medical Records*, 5(2), 237–243. <https://doi.org/10.37990/medr.1173999>

Fajariyah, N., & Utami, L. T. (2024). Efektivitas Terapi Musik K-Pop Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Sebelum Pertunjukan Pada Dancer Remaja di Yapemri Depok. *Malahayati Nursing Journal*, 6(3), 1051–1064. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11129>

Groarke, J. M., & Hogan, M. J. (2019). Listening to self-chosen music regulates induced negative affect for both younger and older adults. *PLOS ONE*, 14(6), e0218017. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218017>

Ifdil, I., Syahputra, Y., Fadli, R. P., Zola, N., Putri, Y. E., Amalianita, B., ... Fitria, L. (2022). The depression anxiety stress scales (DASS-21): an Indonesian validation measure of the depression anxiety stress. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 5(4), 205–215. <https://doi.org/10.23916/0020200536840>

Istadi, Y. (2018). Students Who are Listening to Classical Music during Anatomic Identification Test Have Lower Stress Level. *Sains Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(2), 78. <https://doi.org/10.30659/sainsmed.v9i2.3144>

Kim, H.-J., Wei, Y., & Chong, H. J. (2024). Exploring the Diverse Impact of Music on Alleviating Academic Stress in University Students during the Post-Pandemic Era. *Asia-Pacific Journal of Convergent Research Interchange*, 10(3), 319–332. <https://doi.org/10.47116/apjcri.2024.03.22>

Linnemann, A., Wenzel, M., Grammes, J., Kubiak, T., & Nater, U. M. (2018). Music Listening and Stress in Daily Life—a Matter of Timing. *International Journal of Behavioral Medicine*, 25(2), 223–230. <https://doi.org/10.1007/s12529-017-9697-5>

Nada, Q., Herdiana, I., & Andriani, F. (2022). Testing the validity and reliability of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS)-21 instrument for individuals with psychodermatology. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 153–168. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i2.11802>

Nasrah, N., Kismiyati, K., Felle, Z. R., Apay, F., Utami, T. F. C. T., & Marchella, A. A. (2025). The relationship between stress levels and sleep quality among final-year nursing students. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 8(1), 30–36. <https://doi.org/10.47539/jktp.v8i1.452>

Nwokenna, E. N., Sewagegn, A. A., & Falade, T. A. (2022). Effects of educational music training on music performance anxiety and stress response among first-year undergraduate music education students. *Medicine*, 101(48), e32112. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000032112>

Oktaviona, T. N., Herlina, H., & Sari, T. H. (2023). Factors influencing stress levels of final year students. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 6(1), 26–32. <https://doi.org/10.47539/jktp.v6i1.344>

Panebianco-Warrens, C. R., Fletcher, L., & Kreutz, G. (2018). Health-promoting behaviors in South African music students: A replication study. *Psychology of Music*, 43(6), 779–792. <https://doi.org/10.1177/0305735614535829>

Sahin. (2022). An analysis of the relationship between social support levels and treatment compliance of individuals diagnosed with schizophrenia. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(2), 578–583. <https://doi.org/10.1111/ppc.12813>

Vengurlekar, I. N., Steggerda, J. C., & Bridges, A. J. (2024). Were you rushing or were you dragging? Perceived support, music-specific stress, and internalizing symptoms in university-level music students. *Psychology of Music*, 52(2), 245–264. <https://doi.org/10.1177/03057356231195892>

Zhang, R. (2023). The Awakening of Female Consciousness: Study on K-Pop Girl Groups Music Videos. *Communications in Humanities Research*, 4(1), 269–274. <https://doi.org/10.54254/2753-7064/4/20220489>