

**MUSIK SEBAGAI TERAPI DALAM KONSELING
(STUDI ANALISIS BUKU PSIKOLOGI MUSIK KARYA DJOHAN)**



SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar
Sarjana S1 dalam Ilmu Dakwah Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam**

Oleh:

Ayu Andini

Nim: 1655200012

**PRODI BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN) RADEN FATAH PALEMBANG
2022 M/1443 H**

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Ayu Andini
Nim : 1655200012
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)

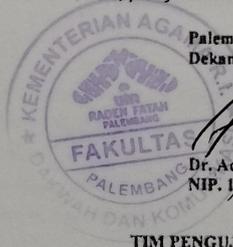
Telah dimunaqosyah dalam sidang terbuka Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang pada :

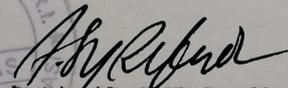
Hari/Tanggal : Senin, 25 Juli 2022

Tempat : Ruang Munaqosyah Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Dan telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program S1 (S.Sos) pada jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam.

Palembang, Agustus 2022
Dekan




Dr. Achmad Syarifuddin, S.Ag., M.A
NIP. 197311102000031003

TIM PENGUJI

Ketua

Dr. Suryati, M.Pd
NIP.197209212006042002

PENGUJI I

Dr. Suryati, M.Pd
NIP.197209212006042002

Sekretaris

Hartika Utami Fitri, M.Pd
NIDN.2014039401

PENGUJI II

Hartika Utami Fitri, M.Pd
NIDN.2014039401

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ayu Andini
NIM : 1655200012
Tempat/tgl lahir : Palembang, 12 Juni 1998
Status : Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Raden Fatah Palembang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)** adalah benar karya saya, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti tidak benar atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, saya siap dan bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar.

Palembang, 21 Juni 2022



Ayu Andini
NIM. 1655200012

NOTA PEMBIMBING

Hal : *Pengajuan Ujian Munaqosah*

Kepada Yth.
Bapak Dekan Fakultas
Dakwah dan Komunikasi
UIN Raden Fatah
Palembang

Di -
Palembang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat

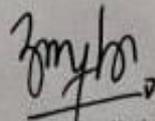
Setelah mengadakan bimbingan dan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara Ayu Andini NIM 165520012 yang berjudul "**Musik Sebagai Terapi dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)**" sudah dapat diajukan dalam ujian Munaqosah di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

Demikianlah, surat ini kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

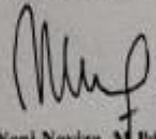
Palembang, 21 Juni 2022

Pembimbing I



Dra. Eni Murdianti, M.Hum
NIP. 196802261994032006

Pembimbing II



Neni Noviza, M.Pd
NIP. 197903041008012012

MOTTO

**Bahagia tidak harus memiliki semua yang kita cintai, tetapi bahagia
itu mencintai semua yang kita miliki”**

-Ayu Andini-

PERSEMBAHAN

Tulisan ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya yang tercinta dan tersayang Ibunda Yusnani dan Ayahanda Johardi yang telah melahirkanku selalu menyayangiku saat aku masih di dalam kandungan ibu hingga sekarang bahkan akan selamanya, yang telah merawatku membimbing menjaga serta mendidik dan mencintaiku dengan tulus dan tidak pernah putus asa dalam memotivasiku, memberikan masa depan yang terbaik untukku, sehingga aku bisa menjadi seperti sekarang ini.
2. Saudaraku Ardi Kurniawan, M.Kenedy, Anggun Nadiya dan Nenek yang selalu ku sayangi dan mencintaiku dan melindungiku, selalu memberiku semangat motivasi saat skripsi, mendukungku memberi semangat di saat susah dan sedih dan menjadi panutanku semua yang aku sayangi alaskanu tetap semangat sampe titik terakhir ini Amin, dan seluruh keluarga besar.
3. Teman-teman seperjuangan pada prodi Bimbingan Penyuluhan Islam angkatan 2016 dan teman-temanku yang telah menjadi bagian dalam hidupku
4. Untuk Almamater tercinta, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah berkat rahmat dan hidayah Allah SWT yang telah melimpahkan kasih sayang-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: **Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)**. terselesainya skripsi ini, sungguh anugerah terindah yang penulis rasakan. Namun anugerah tersebut tidak akan tercapai tanpa adanya proses dan dukungan, baik moril maupun materil. Maka untuk itu, penulis ingin mengucapkan banyak Terima Kasih kepada semua pihak terkait yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Secara khusus penulis haturkan Terima Kasih kepada :

1. Yth. Ibu Prof. Dr.Nyayu Khodijah, S.Ag., M.Si. selaku Rektor UIN Raden Fatah Palembang yang telah memberikan izinn kesempatan kepada saya untuk menimba ilmu di fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
2. Yth. Bapak Dr.Achmad Syarifuddin, M.A, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Yang telah memberikan kesempatan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Yth. Ketua Prodi Bimbingan Penyuluhan Islam Ibu Manah Rasmanah, M. Si, dan sekretarris Prodi Ibu Dr. Suryati , M.Pd yang selalu mengarahkan, memberi nasehat serta motivasi untuk mendorong menyelesaikan skripsi ini.

4. Yth. Ibu Dra. Eni Murdiati, M.Hum dan Ibu Neni Noviza, M.Pd selaku pembimbing yang senantiasa meluangkan waktunya serta memberikan banyak masukan hingga penyelesaian skripsi ini.
5. Yth. Bapak Dr. Abdur Razzaq, M.A selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama perkuliahan ini.
6. Kepala perpustakaan, dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi beserta staf dan jajarannya yang telah memberikan kemudahan baik urusan administrasi sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik.
7. Kedua Orang Tuaku, Kakak dan adikku tercinta, yang terus mendoakan tiada henti dan memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman seperjuangan Dewi Tri Permata Sari, Malindo, Cici Honacis, A'ida yang memberikan semangat dan memberikan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang kebanggaanku dan Rekan Seperjuangan BPI A angkatan 2016 yang selalu berjuang bersama dari penulis masuk di kelas tersebut bertemu setiap harinya hingga kini yang tidak akan pernah penulis lupakan dan akan menjadi salah satu kenangan yang terindah.
10. Semua pihak yang telah membantu proses penulisan dan penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Peneliti sungguh menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Pada akhirnya penulis berharap semoga Allah SWT akan membalas jasa-jasa mereka dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Serta penulis memohon maaf apabila terdapat kesalahan kata-kata di dalam skripsi ini. Semoga karya ilmiah ini dapat menjadi referensi , dan motivasi kepada Mahasiswa dan juga semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Aamiin Allahuma Aamiin.

Palembang,

2022

Penulis,



Ayu Andini

NIM. 1655200012

ABSTRAK

Terapi musik adalah terapi yang bersifat nonverbal, dengan memberikan berupa bantuan berupa musik, pikiran konseling dibiarkan untuk mengembara, baik untuk mengungkapkan hal-hal yang bisa membahagiakan atau perasaan ketakutan yang dirasakan dalam diri. Hal ini bisa memberikan berupa gambaran yang disebabkan adanya hubungan antara musik dengan respon seseorang yang sebenarnya tidak jauh dari hubungan emosi antara musik dan pendengar. Maka dari itu musik dapat membuat kondisi psikologis seseorang membaik dengan bantuan terapis dalam proses konseling. Adapun dalam penelitian ini terdapat rumusan masalah yaitu musik sebagai terapi menurut pandangan Djohan dan musik sebagai terapi dalam pelaksanaan konseling. Dalam Penelitian ini juga menggunakan pendekatan *liberary research* atau dengan istilah jenis penelitian kepustakaan. Sumber primernya ialah buku terapi musik Karya Djohan. Data dikumpulkan melalui teknik dokumentasi dengan cara pengumpulan data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Musik sekarang sudah menjadi bagian integral dari seting hidup manusia setiap saat jam bahkan hari. Manusia tidak bisa terlepas dengan adanya musik entah dalam hal olahraga, belajar, sampai mandi pun ada orang yang mendengar music ini juga lah yang menjadi awal dimana music menjadi media therapy yang tentunya mudah diterima dan digunakan. 2) Musik terapi, yang digunakan dalam proses konseling. Tentunya sangat menyenangkan, hal ini karena klien akan dibawa untuk mendengarkan musik, bermain musik, dan juga menciptakan lagu. Selain itu dengan mendengarkan musik secara efektif, dapat sebagai media *terapeutik* (penyembuhan). Musik terapi memang bukan satu-satunya penyembuh, tetapi penelitian membuktikan bahwa banyak manfaat yang dapat diperoleh dari musik.

Kata Kunci : *Terapi Musik, Konseling*

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN :	
A...Latar Belakang Masalah.....	1
B... Rumusan Masalah	4
C... Tujuan Penelitian	5
D...Kegunaan Penelitian.....	5
E... Sistematika Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI :	
A...Kajian Pustaka.....	8
B... Landasan Teori.....	12
1.....Musik.....	12
a..... Pengertian musik	12
b..... Pengertian terapi musik	13
c..... Tahap-tahap terapi musik ‘,m.....	16
d..... Model terapi musik.....	22
e..... Tujuan terapi musik	25
2..... Bimbingan Konseling	24
a..... Pengertian bimbingan konseling	24
b..... Fungsi konseling	28
c..... Tujuan bimbingan konseling	30
C... Kerangka Teori.....	34

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A....Jenis Penelitian	35
B.... Pendekatan Penelitian	36
C.... Sumber Data	37
D.... Teknik Pengumpulan Data	38
E.... Analisis Data.....	40

BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A....Biografi Djohan.....	42
B.... Karya Djohan.....	43
C.... Kartu Catatan Penelitian.....	45
D....Hasil Penelitian Tentang Musik Terapi dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)	
1.....Musik sebagai terapi dalam konseling.....	49
2.....Musik Sebagai Terapi menurut pandangan Djohan.....	55

BAB V PENUTUP :

A...Kesimpulan	61
B...Saran	62

DAFTAR PUSTAKA.....	63
----------------------------	-----------

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam dua dekade belakangan ini, upaya untuk memperbaiki kehidupan manusia dengan menggunakan pendekatan estetis dapat diyakini dalam memperkaya dimensi kebahagiaan, baik itu pemberi stimulator maupun penerimanya. Salah satu estetika yang dikembangkan yaitu seni musik dengan menggunakan materi berupa lagu atau musik.

Adanya musik sebagai bagian dari kehidupan manusia bukanlah hal yang baru. “Dari setiap budaya yang ada di dunia memiliki musik yang khusus diperdengarkan dan dimainkan berdasarkan peristiwa bersejarah dalam perjalanan hidup anggota masyarakat itu sendiri. Ada musik yang dimainkan untuk mengungkapkan rasa syukur atas kelahiran seorang anak, ada juga musik yang khusus untuk mengiringi upacara-upacara tertentu seperti dalam hal pernikahan ataupun kematian. Sehingga sebuah musik juga menjadi pendukung utama dalam melengkapi dan menyempurnakan beragam bentuk kesenian dalam berbagai budaya.”

Dengan keragaman suku bangsa dan budaya, Indonesia mempunyai musik daerah yang tak terhitung banyaknya. Walaupun demikian, peran musik sebagai sarana penyembuhan belum banyak kajian meskipun telah diterapkan sejak berabad-abad yang lalu. Di wilayah Indonesia sendiri mempunyai tradisi menyertakan musik dalam upaya penyembuhan tanpa disadari bahwa yang digunakan bagian dari sebuah terapi musik.

Perkembangan terapi musik yang tergolong masih baru, tentunya tidak lepas dari berbagai perdebatan yang masih mempertanyakan efektivitas, standar prosedur, musik yang digunakan dan berbagai hal lain yang menjadi detail dalam terapi. Seni musik yang berkembang begitu pesat di era kejayaan Islam, seperti halnya para musisi Islam legendaris Abu Yusuf Yaqub Ibnu Ishaq al-Kindi pada masa 801-873 M dan Al-Farabi pada masa 872-950 M. Musik bukan hanya sekedar hiburan tetapi mengandung unsur.

Dalam riset yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Kejiwaan Indonesia (PDSKI) bahwa umumnya banyak masyarakat mengalami gangguan kecemasan, depresi dan trauma psikologi. Menurut psikiater dr. Laharjo Sp.Kj, dalam swaperiksa PDSKJ juga mencantumkan kuisisioner mengenai bunuh diri. Data ini sangat mengagetkan, 1 dari 5 orang atau 15% dari 64,8 responden memikirkan hal tersebut (bunuh diri) setiap harinya, ujar dr. Laharjo kepada **Republika**.¹ Dalam riset tersebut dengan menggunakan *art therapy* salahsatunya menggunakan terapi musik bisa menurunkan berbagai permasalahan kesehatan mental psikologis di masa pandemi ini.

Hal ini telah dibuktikan dalam penelitian di tahun 1997, *Journal of the American Musik Therapy Association* melaporkan tentang hasil-hasil suatu studi terapi musik secara spesifik disebut sebagai sebuah profesi di bidang kesehatan.² “Dalam bidang kesehatan, bunyi telah banyak dimanfaatkan sebagai obat nonfarmakologis yaitu sebagai media terapi dengan cara diperdengarkan bunyi 2 yang tepat sehingga memberikan efek yang menenangkan. Bunyi

¹Republika.co.id Diakses pada: 26 April 2021, jam 14.19

²Djohan, *Terapi Musik Teori Dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006) h.27

dengan intensitas tertentu dapat memberikan pengaruh kepada orang yang” mendengarkannya. Namun sebagian besar kita tidak menyadari hubungan musik yang didengarkan bisa mempengaruhi tubuh dan pikiran. Musik dan gelombang suara dengan frekuensi yang tepat bisa mengatasi masalah dan meningkatkan kualitas hidup.

Musik dapat digunakan sebagai musik latar, seperti digunakan di dalam suatu kegiatan, atau sebagai musik latar disuatu tempat seperti klinik kecantikan, rumah sakit, tempat terapi dan lain-lain. Digunakan ntuk memberi variasi, memberi tekanan, memberikan nuansa dan yang terpenting mengunggah emosi pendengar.

Musik pada pelaksanaan konseling dimana musik sebagai pengalaman multicultural yang universal yang dapat berfungsi sebagai jembatan untuk pengembangan wawasan dan perilaku buruk. Musik juga memiliki kapasitas untuk memfasilitasi penyembuhan dengan menyebabkan aktivitas otak dan menciptakan atau mengubah suasana hati. Hal ini tentunya akan memberikan warna baru pelaksanaan layanan konseling menjadi praktik konseling yang menyenangkan bagi konseli.

Pelaksanaan layanan konseling dengan memanfaatkan musik memiliki empat premis. Keempat premis tersebut adalah 1) meningkatkan interaksi dua individu; 2) memberikan kesempatan untuk sosialisasi; 3) menciptakan suasana baru; dan 4) melayani berbagai tujuan dalam membantu individu menjadi lebih sadar, mampu dan percaya diri.

Penggunaan musik dalam konseling dapat dikombinasikan dengan seni kreatif lainnya. Glading menyebutkan bahwa dalam pelaksanaan layanan konseling, musik dapat dikombinasikan dengan 1) musik dan puisi; 2) musik dan gerakan serta tarian; 3) musik dan permainan; 4) musik dan autobiografi serta storytelling; dan 4) musik dan film. Kombinasi yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengaruh layanan konseling terhadap tingkah laku yang diinginkan oleh konseli.³ Maka hal ini dapat memberikan gambaran adanya hubungan antara musik dengan respon seseorang yang sebenarnya tidak jauh dari hubungan emosi antara musik dan pendengar. Oleh sebab itu musik dapat membuat kondisi psikologis seseorang membaik dengan bantuan terapis dalam proses konseling.”⁴

Djohan memiliki pandangan tentang kegiatan manusia yang berkaitan dengan musik. Musik dapat berfungsi sebagai ungkapan perhatian, baik bagi para pendengar yang mendengarkan maupun bagi pemusik selanjutnya terapi musik tidak akan berguna jika tidak dimanfaatkan sebagai penyembuhan dan peningkatan hidup yang lebih baik. Maka aplikasi musik sebagai terapi dalam konseling sangat perlu dipelajari.

Peneliti memiliki buku Djohan dikarenakan buku ini menjelaskan tentang pelaksanaan konseling dengan musik yang menjadi salah satu metode dalam terapi penyembuhan permasalahan yang dimiliki oleh konseli. Buku ini menjelaskan tentang bagaimana musik dapat membantu para klien dalam menyelesaikan permasalahan mereka dengan tenang dan bahagia.

³Bambang Sugiharto, *Untuk Apa Seni*, (Bandung ,Pustaka Matahari, 2016).. h.9.
⁴.Djohan, *Terapi Musik*, (Yogyakarta: Galang Press,2009), h.29

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut secara ilmiah dengan judul “**Musik Sebagai *Therapy* Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)**”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana musik sebagai terapi dalam konseling ?
2. Bagaimana musik sebagai terapi menurut pandangan Djohan?

C. Tujuan Penelitian

Adapun dari rumusan masalah di atas maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui musik sebagai terapi dalam pelaksanaan konseling
2. Untuk mengetahui musik sebagai terapi menurut pandangan Djohan

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian yang akan peneliti lakukan terdiri dari dua macam yaitu:

1. Kegunaan Teoritis

- a. Untuk menambahkan referensi terkait dengan musik sebagai terapi dalam konseling mengurangi masalah yang ada pada seseorang dan

sebagai bahan acuan dan referensi pada penelitian sejenis yang dilakukan dimasa yang akan datang.

- b. Untuk menambah wawasan dan keilmuan pengembangan disiplin ilmu musikologi, sosiologi, antropologi, psikologi.

2. Kegunaan Praktis

- a. Untuk dapat membantu masyarakat agar lebih mengenal bahwa musik dapat digunakan sebagai media terapi terhadap psikologi.
- b. Membantu peneliti selanjutnya yang akan mengembangkan, mengkaji, dan menganalisis antara ilmu psikologi dengan musik, sehingga penelitian ini bisa menjadi salah satu referensi.

E. Sistematika Laporan Penelitian

Adapun sistematika pembahasan dalam skripsi ini adalah terdiri dari lima bab, yaitu sebagai berikut:

Bab I, Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, serta sistematika penulisan skripsi.

Bab II, Tinjauan umum tentang konsep serta teori-teori yang mendukung dan berkaitan dengan topik yang dibahas atau diteliti.

Bab III, Metodologi penelitian, berisikan pendekatan /metode penelitian, subyek dan obyek penelitian, data dan jenis data, teknik pengumpulan data dan analisis data.

Bab IV, Hasil dan pembahasan, bab ini berisikan mengenai hasil penelitian serta pembahasannya dalam menjawab rumusan masalah

Bab V, Penutup yang berisikan kesimpulan dan saran, dan dilanjutkan dengan Daftar Pustaka, Lampiran-Lampiran.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Pustaka

Penelitian yang dilakukan penulis, akan diperkuat dari berbagai hasil penelitian terdahulu. Beberapa kajian dan pakar sebelumnya yang menjadi inspirasi untuk melakukan penelitian ini seperti, buku, artikel pada jurnal ilmiah atau karya-karya lainnya guna untuk mendapatkan gambaran tentang penulisan yang akan diajukan. Untuk itu penulis melakukan pra penelitian dan penelusuran yang mendalam serius tentang penelitian sejenis yang pernah diteliti agar menghindari terjadinya pengulangan dalam pengkajian. Adapun beberapa kajian ilmiah yang menjadi sumber rujukan dan bacaan dengan tema yang berkaitan dengan tema yang peneliti ajukan, sebagai berikut:

Penggunaan terapi murotal dan musik klasik dalam penurunan kecemasan pasien pra operasi di pekalongan oleh Firman Faradisi. Adapun tujuan pada peneliti ini untuk mengetahui perbedaan efektivitas pada kedua terapi tersebut, terapi murotal dan terapi musik klasikal dalam menurunkan kecemasan. Metode penelitian yang digunakan yaitu :*metode quasi eksperiment tipe pre test and post test desaign*. Sampel penelitian adalah pasien fraktur ekstremitas di RSI Muhammadiyah Pekajangan. Dari hasil penelitian mengatakan bahwa tingkat kecemasan antara sebelum dan sesudah terapi murotal terdapat perbedaan signifikan, sehingga pemberian terapi murotal efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien, tingkat kecemasan antara sesudah mendapatkan terapi music dan terapi murotal terdapat perbedaan yang signifikan, sehingga pemberian

terapi murotal lebih efektif menurunkan tingkat kecemasan pasien dibandingkan dengan terapi musik.⁵

Persamaan penelitian ini yaitu membahas tentang terapi musik. Dimana pada penelitian ini juga membahas bagaimana musik dalam terapi klien yang menghadapi suatu permasalahan. Adapun perbedaan penelitian ini yaitu pada penelitian ini menggunakan kualitatif sedangkan penelitian yang akan diteliti menggunakan metode penelitian *library research*.

Selanjutnya artikel tentang studi metaanalisis tentang musik untuk menurunkan stress yang ditulis oleh Mahargyantari. Tinjauan metaanalisis artikel penelitian menggunakan music untuk mengurangi stress dilakukan pada 20 artikel kuantitatif, terdiri dari 140 penelitian dan melibatkan 1.555 peserta. Pada penelitian ini hasil menunjukkan bahwa music dapat menurunkan stres, namun temuan ini mendukung penelitian sebelumnya dan analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa musik dapat meningkatkan aspek stress, seperti fisik, perilaku, dan psikologis.⁶

Persamaan penelitian ini adalah dimana membahas tentang musik dalam bidang psikologi dimana menganalisis bagaimana musik dapat menjadi sarana dalam terapi. Dan adapun perbedaan yang dimiliki yaitu penelitian yang akan diteliti mengenai tentang buku-buku yang berkaitan dengan terapi musik Djohan

⁵ Firman Faradisi, "Efektivitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan", Jurnal Ilmiah Kesehatan, STIKES Muhammadiyah Pekalongan Pekalongan Prodi DIII Keperawatan, No. 2, Vol. 5 (2 September 2012)

⁶ Mahargyantari P. Dewi, "Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres", Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma, No. 2, Vol. 36 (8 Desember 2009)

sedangkan penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif yang melihat secara langsung bagaimana musik dapat menurunkan stress.

Selanjutnya artikel tentang pengaruh terapi music terhadap depresi mahasiswa oleh M. Dinah Charlota dan Johana Endang Prawitasari. Tujuan penelitian adalah untuk menentukan apakah terapi musik akan menghasilkan perubahan yang signifikan dalam gejala depresi subyek dalam kelompok eksperimen dibandingkan dengan subyek dalam kelompok kontrol yang tidak mengikuti terapi musik dalam beberapa hari dan untuk menganalisis efektivitas terapi music setelah beberapa kemudian. Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimen desain adalah kelompok kontrol *pretest-posttest*. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek yang kurang depresi memberikan kesan emosi positif terhadap terapi musik. Hasil menunjukkan bahwa terapi musik efektif dalam satu bulan.⁷

Persamaan peneliti ini yaitu sama-sama membahas tentang terapi musik tetapi memiliki perbedaan yaitu penelitian ini kuantitatif sedangkan penelitian yang akan dibahas menggunakan metodologi library research dan menganalisis buku dari djohan sedangkan penelitian ini melihat pengaruh terapi music terhadap depresi mahasiswa oleh M. Dinah Charlota dan Johana Endang Prawitasari.

Selanjutnya, skripsi berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Individual Melalui Permainan Musik Untuk menurunkan Tingkat Kecemasan Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung Tahun 2019/2020.” ditulis oleh Rayhana

⁷ M. Dinah Charlota dan Johana Endang Prawitasari, “Pengaruh Terapi Musik Terhadap Depresi antar Mahasiswa”, Jurnal Sosiosains, No. 2, Vol. 18, (April 2005)

Esty Wulandari. Pada penelitian ini dijelaskan adanya salah satu bentuk kecemasan yaitu pada zaman era globalisasi ini perkembangan begitu sangat pesat yang mempengaruhi pola hidup dan kehidupan manusia baik cara berfikir dan bertingkah laku, dalam proses ini tentunya banyak faktor yang membuat peserta didik menghadapi banyak tuntutan, hal ini kadang membuat peserta didik mengalami kecemasan. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul pengaruh layanan konseling individual melalui permainan musik untuk menurunkan tingkat kecemasan peserta didik di smk negeri 1 bandar lampung tahun 2019/2020. Hasil menunjukkan uji wilcoxon yang diperoleh yakni hasil $0,025 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan terapi musik dapat mengurangi kecemasan sebelum menghadapi ujian akhir peserta didik kelas X di SMK Negeri 1 Bandar Lampung.⁸

Persamaan penelitian ini yaitu sama sama membahas tentang musik dalam konseling atau therapy musik yang melihat bagaimana peran musik dalam konseling. Adapun perbedaannya penelitiannya yaitu penelitian ini melihan penelitian secara langsung dengan teknik kuantitatif sedangkan penelitian yang akan diteliti yaitu menganalisis buku tentang psikologi musik.

Selanjutnya jurnal yang berjudul “Musik Terapi Sebagai Proses Konseling Yang Menyenangkan”, yang ditulis oleh Lara. Penelitian ini memiliki tujuan untuk membantu konseli dalam mengentaskan permasalahannya dengan proses konseling yang menyenangkan. Jenis-jenis penerapan dalam musik terapi adalah,

⁸ Rayhana Esty Wulandari, “Pengaruh Layanan Konseling Individual Melalui Permainan Musik Untuk menurunkan Tingkat Kecemasan Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung Tahun 2019/2020”, Skripsi: Universitas Islan Negeri Raden Intan Lampung, 2019

dapat dengan menggunakan *Passive music therapy* (terapi musik pasif) atau dengan cara *active music therapy* (terapi musik aktif). Hasil dari terapi musik ini juga, banyak mendapatkan hasil yang positif. Bahwa dengan musik, dapat membantu individu untuk mengentaskan permasalahan yang dihadapi.⁹

Persamaan dari penelitian ini adalah dimana membahas mengenai musik terapi dalam konseling melihat musik sebagai sarana dalam konseling untuk membantu klien menyelesaikan permasalahan yang ada. Perbedaan penelitiannya yaitu penelitian ini melihat penelitian secara langsung dengan teknik kuantitatif sedangkan penelitian yang akan diteliti yaitu menganalisis buku tentang psikologi musik.

Melalui kajian penelitian di atas peneliti dapat melihat dampak positif dari terapi musik dalam melakukan penurunan pada gangguan psikologis subyek penelitian. Selain itu setiap jenis musik dapat digunakan untuk melakukan penanganan gangguan psikologis yang berbeda pada subyek penelitian. Peneliti tertarik untuk menggunakan terapi musik.

B. Landasan Teori

1. Musik

a. Pengertian Musik

Musik adalah pengelompokan musik sesuai dengan kemiripannya satu sama lain. Musik juga dapat dikelompokkan sesuai dengan kriteria lain, misalnya geografi. Sebuah genre dapat didefinisikan oleh teknik musik, gaya, konteks, dan tema musik juga mampu memengaruhi perubahan

⁹ Lara, "Musik Terapi Sebagai Proses Konseling Yang Menyenangkan", Jurnal: Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta, 2019

perubahan emosi seseorang dimana perubahan perubahan emosi tersebut disertai dengan fisiologis yang dapat diamati. menurut Monty, musik yang mampu meningkatkan perkembangan intelegensi adalah musik klasik karna musik kalasik kaya akan harmoni dan ritme.¹⁰ Menurut Sloboda musik dapat meningkatkan intensitas emosi dan akan lebih akurat bila emosi musik itu dijelaskan sebagai suasana hati, pengalaman, dan perasaan yang dipengaruhi akibat mendengarkan musik. Diakui atau tidak musik dapat meningkatkan perasaan khususnya secara langsung dan cepat menimbulkan rasa senang. Persepsi dan penghargaan terhadap musik juga akan mempengaruhi tingkat kesukaan yang selanjutnya akan menstimulasi emosi. Semakin sebuah musik familiar maka semakin besar pengaruhnya terhadap respon, khususnya emosi. Ketika individu biasa mendengarkan suatu musik tertentu maka secara tidak langsung hal tersebut akan mempengaruhi keadaan emosi. Psikologi musik merupakan ilmu kijiwaan ditinjau dari kecerdasan bermusik yang dimilikinya, dan hal tesebut berhubungan erat dengan kemampuan musikalitas seseorang. Untuk mengoptimalkan potensi psikologi dasar yang dimiliki manusia.

b. Pengertian Terapi Musik

Terapi musik merupakan serangkaian upaya penyembuhan yang dirancang untuk membantu atau menolong seseorang dalam konteks masalah fisik atau mental dan terjadi dalam berbagai macam bentuk yang diatur menjadi sebuah pola yang tersusun dari bunyi atau suara dan

¹⁰ Agus untung yulianta, "*kajian psikologi musik dalam membangun karakter bangsa (online)*", Tersedia di <http://stafnew.uny.ac.id/upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pdf> (4 Maret 2022)

keadaan diam (*sounds and silences*) dalam alur waktu dan ruang tertentu dalam urutan, kombinasi, dan hubungan temporal yang berkesinambungan sehingga mengandung ritme, melodi, warna bunyi, dan keharmonisan yang biasanya dihasilkan oleh alat-alat atau suara manusia yang dapat menyenangkan telinga dan mengekspresikan ide, perasaan, emosi atau suasana hati.¹¹

Dengan kebhinekaan suku bangsa dan budayanya Indonesia memiliki mudik daerah yang tak terhitung banyaknya. Meskipun demikian, peran musik sebagai sarana penyembuhan belum banyak ditelaah walaupun sudah diterapkan sejak berabad-abad yang lalu. Banyak wilayah di Indonesia mempunyai tradisi menyertakan musik dalam upaya penyembuhan tanpa menyadari bahwa sebenarnya yang berlangsung merupakan bagian dari suatu terapi musik.¹²

Salah satu manfaat terapi musik adalah sebagai relaksasi. Musik klasik dapat memberikan rangsangan, yang nantinya menghasilkan efek mental dan fisik, yaitu antara lain dapat menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, musik mempengaruhi pernafasan, musik mempengaruhi denyut jantung, nadi dan tekanan darah, musik mempengaruhi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, musik mempengaruhi suhu badan, musik dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stress, musik mengubah persepsi kita tentang ruang, musik

¹¹ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hal. 73

¹² Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hal. 23

mengubah persepsi kita akan waktu serta musik meningkatkan daya tahan tubuh.¹³

Terapi musik juga merupakan bentuk terapi dengan mempergunakan music secara sistematis, terkontrol, dan terarah di dalam menyembuhkan, merehabilitasi, mendidik, serta melatih orang menderita gangguan fisik, mental, atau emosional. Rangsangan music dapat meningkatkan pelepasan endrofin dan ini akan menurunkan kebutuhan akan obat-obatan, pelepasan tersebut memberikan pula suatu pengalihan perhatian dari rasa sakit dan dapat mengurangi kecemasan.¹⁴

Menurut Dian Natalina Terapi Musik merupakan pengobatan secara *holistic* (menyeluruh) yang langsung menuju pada symptom penyakit dan proses penyembuhan sepenuhnya tergantung pada kondisi klien, apakah seorang benar-benar siap menerima proses secara keseluruhan.¹⁵ Menurut Dayat Suryana Terapi musik adalah proses interpersonal yang menggunakan musik untuk terapi aspek fisik, emosional, mental, sosial, estetika dan spiritual untuk membantu pasien dalam meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka.¹⁶ Terapi musik membantu klien meningkatkan fungsi kognitif, keterampilan motorik, perkembangan emosional dan afektif, perilaku dan keterampilan sosial dengan

¹³ Dewi Setyaningsih dan Tamsil Muis, “Pengaruh Penerapan Kombinasi Musik Klasik dan Latihan Relaksasi Untuk Menurunkan Stress Pada Siswa Kelas XII IPA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya”, Penelitian Bimbingan dan Konseling, (Februari, 2012), hal. 3

¹⁴ Rizem Aizid, Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik, (Yogyakarta: Laksana, 2011), hlm. 72

¹⁵ Dian Natalina, *Terapi Musik: Terapi Musik Bidang Keperawatan*, (Yogyakarta: Mitra Wacana Media, 2013), hlm. 5

¹⁶ Dayat Suryana, *Music Therapy 2012*, (Yogyakarta: Angkasa), hal. 8

menggunakan pengalaman musik (misalnya bernyanyi, mendengarkan musik), untuk mencapai tujuan pengobatan dan tujuan yang terukur.

c. Tahap-Tahap Terapi Musik

Tahap-tahap terapi musik berawal dari adanya permintaan untuk memperoleh terapi, baik dari dokter, psikolog, ahli fisiologi. Ahli gangguan wicara, guru, orangtua, pekerja sosial atau dari klien yang bersangkutan.¹⁷ Seorang terapis musik dituntut untuk memahami benar mengapa dan oleh siapa seorang klien dirujuk untuk memperoleh terapi. Terapis musik perlu mempelajari lebih dulu riwayat kesehatan calon kliennya sehingga catatan-catatan seperti data rekam medis dan data pemeriksaan psikologi penting artinya.

Berbagai macam jenis musik dalam terapi musik salah satunya musik klasik yang dianggap memiliki manfaat besar untuk meningkatkan intelligentsia anak. Walau tidak sepenuhnya benar, namun tidak dapat dipungkiri bahwa music dapat menjadikan hidup lebih bergairah. Dengan pengarahan dan penerapan yang benar music memiliki potensi khusus untuk memberi warna pada kehidupan manusia, dalam arti ia hidup sehat dan sejahtera jasmani dan rohani.¹⁸

Data juga dapat diperoleh dari guru, orangtua, atau konselor bila klien masih tergolong usia sekolah. Semua itu diperlukan agar dalam merancang program terapi musik sasaran yang dikehendaki terlihat secara jelas. Selain dukungan data-data klien, dibutuhkan kreativitas terapis untuk

¹⁷ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hal. 73

¹⁸ Monty P. Satiadama, *Terapi Musik*, (Jakarta: Milenial Populer, 2002), hlm. 35

mengembangkan rancangan terapi yang sesuai untuk klien, serta kemampuan untuk bersikap lentur terhadap keadaan di lapangan. Tidak jarang terjadi rancangan terapi yang telah disusun dengan baik ternyata tidak selalu dapat diterapkan. Untuk itu seorang terapis dituntut untuk segera melakukan perubahan serta improvisasi terarah dalam kaitannya dengan praktik musik.¹⁹ Berikut tahap-tahap terapi musik, yaitu:²⁰

a) Asesmen

Asesmen adalah hal yang pertama kali harus dipenuhi untuk memulai suatu tindakan terapi. Di dalam asesmen, terapis musik melakukan observasi menyeluruh terhadap kliennya, sehingga ia memperoleh gambaran yang lengkap tentang latar belakang, keadaan sekarang, keterbatasan klien dan potensi-potensi yang masih dapat dikembangkan. Dengan gambaran ini, terapis musik mengembangkan kerangka asesmen yang kemudian diterjemahkan ke dalam rencana perlakuan, lengkap dengan estimasi waktunya.

Dengan demikian pada dasarnya asesmen adalah serangkaian analisis terhadap kemampuan, kebutuhan dan permasalahan klien yang harus dilengkapi sebelum seseorang menjalani terapi. Karena yang akan dilakukan adalah terapi musik, maka selain evaluasi umum, perlu untuk melakukan evaluasi terhadap minat, kemampuan dan keterampilan musik klien. Bukan itu saja, diperlukan juga pengenalan terhadap kekuatan dan kelemahan wilayah non musik yang dimungkinkan untuk menerima

¹⁹*Ibid.*, hal. 74

²⁰*Ibid.*, hal. 79

stimulasi musik, misalnya bagaimana kemampuan klien untuk membedakan suara, bagaimana persepsi auditoriknya, memori, koordinasi motorik kasar dan halus, perilaku sosial atau pola emosinya. Prosedur asesmen idealnya dilakukan oleh sekelompok orang yang sudah ahli dan tergabung dalam sebuah tim.

Berikut aspek-aspek yang mencakup kebutuhan informasi dalam asesmen:

- 1) Medis yaitu sejarah rekam medis dan kesehatan yang relevan
- 2) Kognitif adalah data yang dikumpulkan meliputi pemahaman, konsentrasi, rentang perhatian, memori dan kemampuan pemecahan masalah.
- 3) Sosial yaitu ekspresi diri, control diri, kualitas dan kuantitas interaksi interpersonal
- 4) Fisik yaitu rentang gerak, koordinasi motorik kasar sampai halus, kekuatan dan daya tahan yang mewakili kategori ini
- 5) Keahlian atau Pendidikan yaitu keterampilan kerja yang memadai dan penyesuaian di tempat kerja
- 6) Emosional yaitu respons emosi yang kuat pada berbagai situasi
- 7) Komunikasi yaitu keterampilan ekspresi dan pemahaman bahasa
- 8) Keluarga yaitu hubungan keluarga dan kebutuhan penting lainnya
- 9) Mengisi waktu luang yaitu perhatian pada kebutuhan rekreasional, partisipasi dalam kegiatan yang berarti dan pemahaman terhadap cirri dan sifat komunitas tempat klien berlangsung

Asesmen sangat penting dilakukan karena informasi yang dipelajari melalui asesmen akan sangat membantu untuk menentukan dasar dan lingkup perlakuan. Data yang diperoleh membantu terapis musik untuk memutuskan apakah klien perlu menerima terapi musik dan bagaimana sasaran perlakuan serta teknik yang terat.

Beberapa jenis asesmen yang digunakan dalam proses pelaksanaan terapi musik adalah Asesmen Selektif yaitu dengan membaca laporan yang dibuat oleh psikolog, dokter, terapis atau anggota tim lainnya, seorang terapis musik dapat memperoleh informasi untuk mengembangkan sasaran perlakuan dan intervensi. Kekurangan pada pendekatan ini menyebabkan hilangnya informasi penting.

b) Rencana Perlakuan

Setelah data asesmen terkumpul dan dianalisis, langkah berikutnya adalah mematangkan rencana perlakuan terapi musik. Terapis membantu meningkatkan keterampilan musiknya, menambah pengetahuan tentang komunitas mengatasi masalah yang dihadapi klien. Terapis musik merancang rencana perlakuan bagi klien secara bertahap sampai dapat meraih batas keinginan yang ditentukan sebelumnya.²¹

Esensi dari rencana perlakuan ada pada sasaran dan objektivitas berdasarkan prioritas perlakuan yang baku. Sasaran adalah pernyataan yang luas dalam merangsang perubahan terhadap perilaku klien, objek yang khusus dan jangka waktu pendek. Sasaran dapat dianggap sebagai

²¹ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 79

pernyataan luas dari hasil perlakuan. Beberapa sasaran perlakuan yang tepat misalnya: meningkatkan keterampilan vocal, meningkatkan keterampilan piano, meningkatkan ketepatan waktu, memanfaatkan komunitas musik dan memecahkan masalah kesedihan.

Rencana perlakuan pada akhirnya juga menjadi tolak ukur berhasil tidaknya program perlakuan tersebut. Objek ditulis secara hati-hati untuk merefleksikan secara rinci apa saja kebutuhan klien untuk mencapai sasaran. Perilaku dapat diamati oleh terapis, juga dapat direkam secara akurat dan dicocokkan dengan baseline atau ambang awal ketika perilaku tersebut terjadi sebelum dimulai perlakuan. Metode pengumpulan data yang termudah melalui rekaman frekuensi dan durasi.²²

c) **Pencatatan**

Sebuah proses terapi musik perlu mempertimbangkan riwayat kesehatan klien dari banyak sisi. Selain riwayat sebelum terapi dimulai, seluruh proses terapi juga harus dicatat. Karena itu terapis musik perlu mempelajari rekam hasil diagnosis dan hal-hal yang berkaitan dengan itu, agar dapat dirancang sebuah terapi yang benar-benar sesuai. Sesudah itu proses terapi juga dicatat. Informasi ini berisi data kronologis perlakuan terhadap klien dan sifatnya adalah dokumen yang berkekuatan hukum. Catatan ini harus menggambarkan efektivitas perlakuan, efektivitas biaya samapi efisiensi rancangan perlakuan.²³

²²*Ibid.*, hal. 80

²³*Ibid.*, hal. 82

d) Evaluasi dan Terminasi Perlakuan

Langkah terakhir dalam proses terapi adalah mengevaluasi dan melakukan terminasi perlakuan. Beberapa hal penting yang perlu diperhatikan adalah bahwa perlakuan dimulai dengan mengembangkan sasaran objek. Selama perlakuan, kemajuan klien dimonitor secara menyeluruh melalui data subjektif dan objektif. Ketika klien telah mencapai target perlakuan atau ketika tim memutuskan bahwa klien telah memperoleh manfaat dari terapi, maka perlakuan dihentikan. Pada saat itu terapis musik membuat evaluasi keseluruhan proses terapi musik termasuk sasaran yang dirancang dan kemajuan yang diperoleh. Setelah itu akan dibuat rekomendasi untuk perlakuan selanjutnya.

Data klien bukan sekedar kumpulan berkas dan catatan tentang jalannya terapi. Data klien mempunyai kekuatan hukum yang harus dapat dipertanggungjawabkan sesuai etika profesi dan kerahasiaannya harus dijaga. Terminologi etika menunjuk pada standar pekerjaan yang menjadi panutan praktik profesional. Terapi musik di Indonesia belum mempunyai kode etik yang baku, maka sejauh ini masih digunakan kaidah-kaidah Etika Profesi Psikologi dan Kode Etik Kedokteran Indonesia. Kerahasiaan data klien harus dijaga dalam artian bahwa terapis tidak akan mendiskusikan atau membagi persoalan yang timbul dalam terapi di luar kelompok profesional yang menangani klien yang sama. Prinsip

kerahasiaan ini menjadi dasar untuk melindungi hak klien dibawah batasan hukum.²⁴

d. Model Terapi Musik

Adapun terdapat model terapi musik, sebagai berikut:

1) *Guided Imagery and Music*

GIM adalah proses yang terjadi ketika imajinasi ditimbulkan selama mendengarkan musik. Model ini banyak digunakan di bagiann Utara dan Selatan Amerika Serikat, Oceania dan sejumlah negara di Eropa. Sepanjang perjalanan musik yang didengar, klien diberi kesempatan menghayati berbagai aspek kehidupannya melalui perjalanan imajinatif. Klien juga belajar mengenali kekuatan dan kelemahannya. GIM memberikan peluang pada klien untuk menceritakan kembali berbagai peristiwa bermakna dalam hidup melalui medium simbolik dan merekonfigurasi kehidupan serta emosi yang terkait. Musik yang berjalan akan membantu klien mendekonstruksi kisah kehidupan lama dan menstimulasinya dengan hal-hal yang baru.²⁵

2) *Terapi Musik Kreatif*

Terapi musik kreatif atau yang dikenal dengan nama “Pendekatan *Nordoff-Robbins* (N-R)” adalah sebuah model yang dihasilkan dari kolaborasi antara Paul Nordoff, seorang komponis dan pianis berkebangsaan Amerikan dengan Clive Robbins, seorang ahli pendidikan khusus dari Inggris. Awal dari perkembangan terapi musik kreatif ini

²⁴ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 84

²⁵ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 118

ditujukan untuk anak yang mengalami kesulitan belajar, dari yang ringan sampai berat termasuk yang menderita *down syndrome*, gangguan emosi serta penyandang autisme.

Metode terapi musik kreatif mudah dikenali. Untuk melakukannya terapis dan klien perlu sama-sama memposisikan musik sebagai pusat pengalaman. Sementara respon musical akan menjadi materi pokok untuk dianalisis dan diinterpretasi. Dalam terapi individu, klien biasanya diberi penawaran materi musik yang terbatas, seperti drum, piano dengan menganjurkan untuk menggunakan *vocal* mereka sendiri. Terapis memberi perhatian penuh pada respons *musical* berupa kualitas, *timbre*, *pitch*, dinamika, perubahan vokal, instrumental dan ekspresi tubuh. Keberhasilan model terapi musik kreatif hanya mungkin terjadi jika terapis memiliki tingkat keterampilan musik yang tinggi.

3) **Terapi Musik *Behavior***

Model ini dipelopori oleh Dr. Clifford Madsen bersama Dr. Vance Cotter. Model terapi ini merupakan bentuk dari modifikasi perilaku kognitif yang menggunakan analisis perilaku. Dalam terapi ini, klien dipersilahkan duduk atau berbaring dengan nyaman selama musik diperdengarkan, klien mengalami secara langsung vibrasi yang dihasilkan dari musik disekujur tubuhnya. Terapi musik ini teruji berhasil mengatasi berbagai jenis gangguan penyakit melalui rangkaian perlakuan yang dijalankan. Frekuensi bunyi yang disarankan juga bervariasi, tergantung pada jenis gangguan yang diderita.

4) **Terapi Musik Improvisasi**

Terapi ini merupakan suatu rancangan terapi musik didasarkan atas pemahaman bahwa suatu terapi musik akan berhasil jika klien dibebaskan untuk mengembangkan kreasinya, memainkan atau memperlakukan alat musiknya sesuai kehendak hati. Terapi ini adalah kebebasan mengungkapkan perasaan dan bermain musik, terapis musik yang menggunakan pendekatan teknik musik improvisasi haruslah seseorang yang benar-benar mahir dalam bermain dan memahami musik. Dalam terapi musik improvisasi seorang terapis harus mampu menerjemahkan kebebasan yang diungkapkan oleh kliennya tanpa kecuali.

5) **Terapi Musik Analitis**

Terapi musik analitis mengizinkan klien untuk bertukar informasi sebanyak-banyaknya dengan terapis. Dialog yang terjadi memungkinkan terapis menggali perasaan-perasaan bawah sadar klien. Landasan kerjanya merupakan gabungan antara konsep-konsep psikoanalitis dengan kebebasan berimprovisasi seperti terjadi pada terapi musik improvisasi. Terapi ini menggali sebanyak mungkin perasaan, ide, fantasi, ingatan dan kejadian baik melalui pertukaran verbal maupun permainan musik. Terapi ini dikembangkan pada orang-orang dewasa yang mempunyai masalah atau mengalami gangguan seperti depresi, fobia dan skizofrenia. Terapis harus segera tahu, mana musik yang dapat dipakai untuk meningkatkan rasa nyaman klien, kualitas elemen musik mana yang bermanfaat untuk meningkatkan motivasi klien, melodi dan harmoni

musik macam apa yang dapat menggugah perasaan klien, bahkan sampai elemen musik seperti apa yang dapat memicu kemarahan klien. Proses yang tidak sederhana menyebabkan terapi harus dilakukan berkali-kali, sementara satu sesi sebaiknya dijalani tidak lebih dari 50 menit.

e. Tujuan Terapi Musik

Terapi musik memberikan pelayanan bagi mereka yang dianggap perlu untuk mendapatkannya, khususnya yang mengalami hambatan fisik motorik mental intelegency maupun sosial emosionalnya. Dengan bermain musik diharapkan dapat merangsang dan menarik penderita untuk mengikuti alur irama yang selanjutnya menciptakan suasana santai, gembira yang pada akhirnya ada perubahan yang positif dalam arti penderita bisa melaksanakan dan mengikuti program kegiatan yang ada dalam terapi musik. Terapi musik secara umum bertujuan untuk membantu mengurangi beban penderitaan seseorang, membuat hati dan perasaan seseorang menjadi senang dan terhibur.

Adapun tujuan dari terapi musik secara khusus adalah untuk menumbuh kembangkan potensi-potensi yang ada pada penderita, serta memfungsikan sisa-sisa kemampuan yang ada pada penderita yang berkelainan. Dengan demikian penderita akan tumbuh menjadi anak yang percaya diri dan merasa bisa berbuat atau beraktifitas seperti manusia pada umumnya. Dengan berikannya terapi musik diharapkan dapat mengurangi

atau menghilangkan ketegangan penderita pada aspek sosial emosional, mental intelegency dan fisik motorik.²⁶

Terapi musik dapat membantu perkembangan penderita yang bersifat membangun mendorong, menumbuhkan percaya diri, juga membentuk kepribadian si penderita menjadi pribadi yang optimis, pantang menyerah, dan dapat menerima kenyataan hidup dengan apa adanya. Banyak anak cacat yang merasa pesimis, rendah diri, atau kurang mendapat perhatian serta kasih sayang dari lingkungan, sehingga timbul perasaan atau anggapan bahwa mereka itu tidak bisa berbuat apa-apa.

2. Bimbingan Konseling

a. Pengertian Bimbingan Konseling

Banyak ahli yang menjelaskan tentang istilah dari bimbingan konseling. Istilah tersebut terdiri dari beberapa kata yang menjadi sebuah frasa baru yang mengandung makna baru. Istilah bimbingan merupakan terjemahan dari kata “*guidance*” (bahasa Inggris). Secara etimologis, bimbingan berasal dari kata “*guide*” yang artinya mengarahkan (*direct*), menunjukkan (*pilot*), mengatur (*manage*), menyeter (*steer*).²⁷

Bimbingan merupakan suatu proses yang berkelanjutan. Artinya aktifitas bimbingan tidak dilaksanakan secara kebetulan, insidental tidak sengaja, berencana, sistematis dan terarah kepada tujuan tertentu.²⁸

²⁶ Dayatsuryana, *Terapi Musik*, (Yogyakarta: Galangpress, 2012), hal. 12

²⁷ Samsul Munir, *Bimbingan dan Konseling Islam*, (Jakarta: Amzah, 2013), hal. 5

²⁸ Tohorin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Intregasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014), hal. 18.

Menurut Deni Febriani, bimbingan dapat diartikan suatu bagian integral dalam keseluruhan program pendidikan yang mempunyai fungsi positif, bukan hanya sesuatu kekuatan kolektif. Bimbingan bukan lagi suatu tindakan yang bersifat hanya mengatasi setiap krisis yang dihadapi oleh anak, tetapi juga merupakan suatu pemikiran tentang perkembangan anak sebagai pribadi segala kebutuhan, minat dan kemampuan yang harus berkembang.²⁹

Istilah konseling berasal dari kata "*conseling*" adalah kata bentuk dari "*to counsel*", secara etimologis berarti "*to give advice*" atau memberikan saran dan nasihat.³⁰ Seperti halnya bimbingan, konseling juga ditafsirkan oleh beberapa ahli untuk menjelaskan makna dari kata ini sehingga makna dari konseling dapat dibedakan dan dihubungkan maknanya dengan kata bimbingan.

Menurut Tohirin, konseling merupakan bagian dan merupakan teknik dari kegiatan bimbingan. Dalam kegiatan bimbingan konseling merupakan inti dalam bimbingan. Konseling merupakan pemberian nasihat, anjuran, dan pembicaraan dengan bertukar pikiran.³¹

Istilah konseling menurut Sofyan S. Willis, konseling adalah upaya bantuan yang diberikan seorang pembimbing yang terlatih dan

²⁹ Deni febrini, *Bimbingan Konseling*, (Yogyakarta : Teras 2011), hal. 1

³⁰ Samsul Munir, *Bimbingan dan...*, hal. 10.

³¹ Tohorin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah...*, hal. 20

berpengalaman, terhadap individu yang membutuhkannya agar individu tersebut berkembang potensinya secara optimal.³²

Menurut Hallen A, konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu dengan berhubungan yang bertujuan untuk membantu dia dalam merubah sikap dan tingkah lakunya.³³

Konseling adalah suatu bimbingan yang diberikan kepada individu siswa dengan tatap muka melalui wawancara. Pendapat dari Deni Febriani, konseling adalah usaha membantu klien secara tatap muka (melalui wawancara) oleh seorang konselor dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus, dengan kata lain teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.³⁴

Jadi, konseling merupakan hubungan yang bersifat membantu dalam pemberian nasihat kepada seseorang untuk memecahkan permasalahan yang dihadapi. Nasihat yang diberikan berasal dari pengetahuan ataupun keterampilan seseorang untuk menyelesaikan suatu persoalan.

b. Fungsi Konseling

Pelayanan dan bimbingan konseling pada umumnya mengemban sejumlah fungsi. Fungsi pelayanan bimbingan dan konseling khususnya di sekolah dan di madrasah memiliki beberapa fungsi, yaitu:

³² Sofyan S. Willis, *Konseling Individual (Teori dan Praktek)*, (Bandung: CV: Alfabeta, 2004), hal 13.

³³Hallen.A, *Bimbingan dan...*, hal. 4

³⁴ Deni Febrini, *Bimbingan Konseling...*, hal. 5.

1) Fungsi pencegahan

Pelayanan bimbingan dan konseling pada fungsi ini dimaksudkan untuk mencegah timbulnya masalah pada diri siswa sehingga mereka terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya seperti kesulitan belajar, kekurangan informasi, masalah sosial dan lain sebagainya dapat dihindari.³⁵ Dengan adanya fungsi ini hal-hal yang akan merugikan siswa dalam hal belajar ataupun perkembangannya dapat dicegah sebelum terjadinya sesuatu yang tidak diinginkan.

2) Fungsi Pemahaman

Fungsi ini merupakan fungsi yang akan menghasilkan pemahaman tentang segala sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan perkembangan peserta didik.³⁶ Melalui fungsi ini bimbingan dan konseling membantu siswa memiliki pemahaman terhadap dirinya seperti potensi-potensi apa yang dimilikinya, membantu siswa memahami lingkungan disekitarnya dan lingkungan yang lebih luas. Dalam fungsi ini diharapkan siswa dapat mengoptimalkan dan mengembangkan dirinya berdasarkan pemahaman yang telah mereka miliki.

3) Fungsi Pengentasan

Bimbingan konseling melalui fungsi ini akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh

³⁵Syamsul Yusuf, et.al, *Landasan Bimbingan*, hal. 16

³⁶ Hallen A, *Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Ciputat Pers, 2002), hal. 60.

peserta didik.³⁷Fungsi ini dimaksudkan membantu siswa memecahkan suatu permasalahan dalam dirinya sendiri yang tidak bisa dipecahkan oleh dirinya sendiri. Dengan adanya bantuan dan bimbingan dari layanan ini diharapkan siswa mengetahui bagaimana caranya untuk mengatasi suatu permasalahan yang di hadapi oleh mereka.

4) Fungsi Pemeliharaan

Menurut Prayitno dan Erman Amti dalam bukunya Tohirin menjelaskan bahwa fungsi pemeliharaan berarti memelihara segala sesuatu yang baik (positif) yang ada pada diri individu (siswa), baik hal itu merupakan pembawaan maupun hasil-hasil perkembangan yang telah dicapai selama ini.³⁸ Dengan adanya fungsi ini maka potensi-petensi yang ada pada diri siswa akan terpelihara dan berkembang secara terarah, mantap dan berkelanjutan

5) Fungsi penyaluran

Fungsi ini membantu siswa untuk memilih jurusan/spesialisasi pendidikan jenis lanjutan, ataupun lapangan pekerjaan sesuai dengan bakat, minat, cita-cita dan ciri-ciri pribadi lainnya.³⁹Melalui fungsi penyaluran ini, bimbingan dan konseling membantu siswa untuk memperoleh kesempatan untuk mengembangkan diri sesuai dengan keadaan berdasarkan bakat, minat, kecakapan, cita-cita dan lain sebagainya.

6) Fungsi penyesuaian

³⁷*Ibid.*, hal. 61

³⁸Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan...*, hal. 43

³⁹ Samsul Munir, *Bimbingan dan...*, hal. 47

Bimbingan dan konseling dalam fungsi ini membantu terciptanya penyesuaian antar siswa dengan lingkungannya. Dengan perkataan lain, melalui fungsi ini pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa memperoleh penyesuaian diri secara baik dengan lingkungannya.⁴⁰

7) Fungsi pengembangan

Bimbingan Konseling dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang sudah bersifat positif dijaga agar tetap baik dan dimantapkan dengan mengembangkan beberapa potensi dan kondisi positif peserta didik sehingga perkembangan kepribadian siswa dapat berkembang secara optimal.

8) Fungsi perbaikan (penyembuhan)

Fungsi bimbingan dan konseling ini bersifat kuratif. Pemberian Fungsi ini berkaitan erat dengan upaya pemberian bantuan kepada siswa yang mengalami masalah, baik yang menyangkut pribadi, sosial, belajar, maupun karir.⁴¹ Fungsi ini berjalan karena sudah adanya peserta didik yang mengalami suatu masalah yang mengganggu siswa dengan cara menyingkirkan atau menyembuhkan masalah yang dihadapi sehingga siswa mampu kembali ke kondisi normal.

9) Fungsi Advokasi

Layanan bimbingan dan konseling melalui fungsi ini adalah membantu peserta didik memperoleh pembelaan atas hak dan atau

⁴⁰Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan...*, hal. 44.

⁴¹Syamsul Yusuf, et.al, *Landasan Bimbingan*, hal. 17

kepentingannya yang kurang mendapat perhatian.⁴²Dalam fungsi ini peserta didik memperoleh pembelaan dalam rangka pengembangan seluruh potensi peserta didik secara optimal.

c. Tujuan Bimbingan Konseling

Menurut Ahyak, bimbingan konseling bertujuan untuk mengembangkan potensi pada individu secara optimal mungkin pada diri individu sesuai dengan kemampuan agar bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan baik lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat.⁴³

Menurut Suharsimi Arikunto dan Lia Yuliana, BK bertujuan (a) mempunyai pengenalan yang lebih jelas mengenai dirinya, kemampuan, kelebihan, dan kekurangan (b) mempunyai pengenalan yang lebih baik tentang situasi lingkungan, sehingga mampu memilih dan mempertemukan pengetahuan tentang dirinya dengan informasi. (c) mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang berkaitan dengan pemahaman dirinya, pemahaman lingkungan serta memecahkan masalah yang dihadapinya misalnya belajar masalah karir, pribadi dan masalah sosial.⁴⁴

Adapun tujuan akhir bimbingan dan konseling adalah agar siswa yang dibimbing dapat membimbing dirinya sendiri (*self-guidance*). Individu dipandang telah mampu membimbing dirinya sendiri apabila :

⁴²Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan...*, hal. 47

⁴³ Akhyak, *Profil Pendidik Sukses*, (Surabaya: Elkaf, 2005),hal. .85.

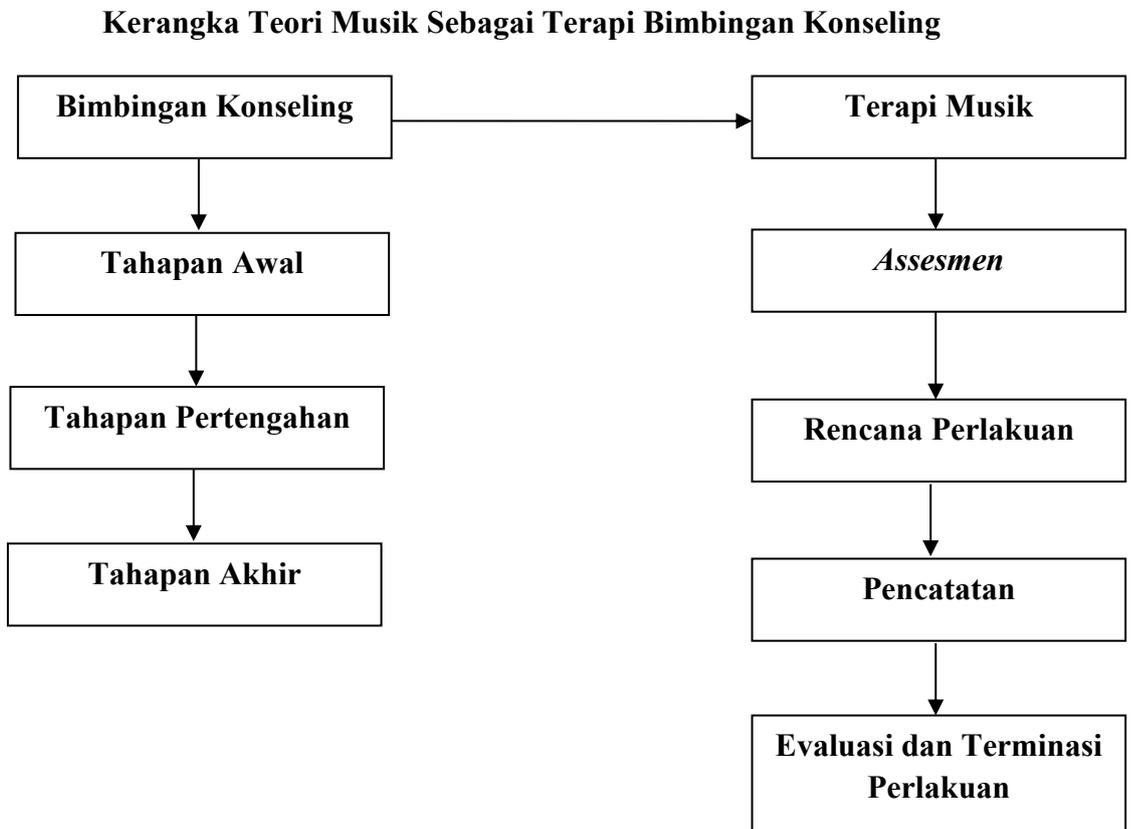
⁴⁴ Suharsimi Arikunto dan Lia Yuliana, *Manajemen Pendidikan*, (Yogyakarta: Aditya Bekerjasama dengan Fakultas Ilmu Pendidikan, 2008), hal. 63.

- 1) Telah mampu memahami diri (*self understanding*), baik memahami kekuatan-kekuatannya ataupun kelemahan-kelemahannya dalam dirinya
- 2) Menerima dirinya (*self acceptance*) dengan segala kelebihan dan kekurangannya.
- 3) Dapat mengarahkan diri (*self direction*) kepada tujuan mulia yang bermanfaat bagi kehidupan yang dijalaninya.
- 4) Mengaktualisasikan potensi-potensi dirinya (*self actualization, self realization*) dengan cara-cara yang terpuji tanpa ada pihak-pihak lain yang dirugikan.

Apabila seseorang sudah berada dalam keadaan demikian maka itulah yang dikatakan *self-reliance*, yaitu orang yang mampu berdiri atas kaki sendiri, orang yang mampu bertanggung jawab, orang yang sudah mandiri (*independence*).Kemandirian memungkinkan tercapainya kesejahteraan (*welfare*).Inilah tujuan akhir bimbingan dan konseling.

C. Kerangka Teori

Gambar 3.1



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Penelitian ini adalah jenis penelitian kepustakaan (*liberary research*) yang artinya cara yang tepat untuk melakukan sesuatu, “Logos” yang artinya ilmu atau pengetahuan. Jadi metodologi artinya “cara melakukan sesuatu dengan menggunakan pikiran secara seksama untuk mencapai suatu tujuan”. Sedangkan penelitian adalah “sesuatu kegiatan untuk mencari, mencatat, merumuskan sampai menganalisis sampai menyusun laporannya.” Adapun metode yang peneliti gunakan adalah :⁴⁵

1. Jenis Penelitian

Jenis data penelitian adalah kepustakaan yang bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbabasi macam materi yang terdapat diperpustakaan. Penelitian ini dilakukan dengan cara mengumpulkan sumber data primer yang berhubungan dengan masalah yang dibahas dan juga untuk mengetahui serta mendapatkan konsep para pendapat sebagai landasan teori. Penelitian kepustakaan atau yang disebut dengan *liberary Research*.⁴⁶

Menurut Nawawi dan Martini studi merupakan salah satu penelitian terapan dengan metode historis. Menurut Nawawi dan Martini, penelitian studi kepustakaan dilaksanakan dengan mempelajari berbagai karya ilmiah,

⁴⁵ Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*. Cet-10, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hlm. 1

⁴⁶ Annur, Saipul. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. (Palembang: Grafika Telindo Press, 2008), hlm. 129

seperti majalah, buku, jurnal, ensiklopedia dan lain-lain. Dengan berbagai karya ilmiah itu, dimanfaatkan untuk memecahkan suatu masalah yang terjadi pada masa sekarang di lingkungan tertentu, sebagaimana tujuan penelitian terapan yaitu penyelesaian masalah nyata dalam kehidupan.⁴⁷ Lebih lanjut, Mardalis mengungkapkan bahwa penelitian kepustakaan atau *library research* bertujuan untuk mengumpulkan data dan informasi yang bersumber dari buku, majalah, dokumen, catatan dan kisah sejarah serta kisah-kisah lainnya yang terdapat di ruang perpustakaan. Oleh karena itu, menurut peneliti, penelitian ini menjabarkan secara detail mengenai apa yang diteliti dalam bentuk uraian kalimat yang bersumber diambil dari sumber-sumber kepustakaan.⁴⁸

2. Pendekatan Penelitian

Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *library research* atau kepustakaan. Menurut Strauss dan Corbin mengungkapkan bahwa maksud dari istilah *qualitative research* ialah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan dalam bentuk uraian atau verbal yang tidak dapat dihasilkan melalui cara-cara atau *procedur* pengukuran (kuantitatif).⁴⁹

3. Sumber Data

⁴⁷ Nawawi dan Martini, *Penelitian Terapan*, (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2014), hlm. 3

⁴⁸ Mardalis, *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), hlm. 28

⁴⁹ Strauss & Corbin, *Dasar-dasar Penelitian Kualitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm. 11

Menurut Arikunto bahwa sumber data penelitian merupakan suatu subjek penelitian dimana dengan subyek penelitian tersebut data dapat diperoleh oleh peneliti. Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua.⁵⁰ Sumber data terbagi menjadi dua yaitu data primer dan sekunder. Sumber primer merupakan data yang diperoleh dari penelitian secara langsung, sementara sumber sekunder ialah data penelitian yang didapatkan melalui sumber data yang telah ada.

a. Data Primer

Sumber data primer merupakan sumber data yang berbentuk kata-kata lisan atau berbentuk verbal yang bersumber dari informan yang berkenaan dengan objek penelitian yang diteliti. Menurut Arikunto, Sumber primer adalah data yang diperoleh langsung dari subyek penelitian sebagai sumber informasi yang dicari.⁵¹ Data ini disebut juga dengan data tangan pertama atau data yang langsung berkaitan dengan objek riset. Sumber data dalam penelitian ini adalah Buku Psikologi Musik Karya Djohan.

b. Data Sekunder

Sumber sekunder adalah sumber data yang dapat diperoleh melalui dokumen-dokumen lain yang dapat memperkaya sumber primer. Sumber sekunder merupakan data yang dihasilkan dari sumber kedua. Pada

⁵⁰ Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 172

⁵¹ Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 122.

penelitian ini sumber data kedua yang dihasilkan ialah melalui dokumentasi seperti buku-buku referensi

Dalam penelitian ini yang termasuk Sumber sekunder dari penulisan ini adalah karya Djohan yang berhubungan dengan musik dan terapi dalam konseling dengan penulisan-penulisan antara lain:

- 1) Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, Yogyakarta: Refika Aditama, 2014
- 2) Richard Nelson-Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011
- 3) Satiadarma Monty P, *Terapi Musik*, Jakarta : Milenia Populer, 2002
- 4) Aizid R, *Sehat dan Cerdas Dengan Terapi Musik*, Yogyakarta: Laksana, 2011

4. Teknik Pengumpulan Data

Sebagaimana yang telah disampaikan, bahwa jenis penelitian ini adalah *library research* artinya penelitian yang dilakukan tanpa terjun di lapangan kemudian observasi, menyusun angket atau wawancara dengan subyek penelitian dalam rangka mengumpulkan data. Akan tetapi, dalam mengumpulkan data, peneliti mencari catatan-catatan atau dokumen terkait yang umum ditemukan di ruang perpustakaan. Dengan *procedure* atau cara pengumpulan data demikian, maka penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi.

Menurut Arikunto, teknik dokumentasi merupakan cara untuk mencari data mengenai sesuatu melalui catatan, buku, agenda dan lain

sebagainya. Melalui dokumen-dokumen tersebut, dapat digunakan untuk membuktikan hipotesis yang diajukan secara rasional dan logis.⁵²

Penelitian ini adalah jenis penelitian kepustakaan (*Liberary Research*) oleh karena itu metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah riset keputusan yaitu mengumpulkan data penelitian dengan cara membaca dan menelaah sumber-sumber, buku-buku, majalah-majalah dan sumber bacaan lainnya yang terdapat diruang perpustakaan dalam hal ini penulis mengumpulkan data dari berbagai referensi yang ada kaitannya dengan masalah-masalah dalam penelitian ini.⁵³ Data yang telah terkumpul kemudian diolah dengan cara pemeriksaan data (*editing*), penandaan data (*systematizing*) dengan uraian sebagai berikut :

a. Pemeriksaan data (*editing*)

Pemeriksaan data adalah mengoreksi apakah data yang terkumpul sudah cukup, lengkap, benar dan sudah sesuai atau relevan dengan masalah. Dalam hal ini setelah data terkumpul kemudian diperiksa ulang apakah sudah cukup lengkap, benar dan sudah sesuai relevan dengan permasalahan yang dikaji.

b. Penandaan Data

Penandaan data yaitu member catatan atau tanda yang menyatakan jenis sumber data (buku, literatur, perundang-undangan atau dokumentasi). Pemegangan hak cipta (nama penulis, tahun

⁵² Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm. 133.

⁵³ Sumardi Surya Brata, *Metode Penelitian*, Cet Ke-5 (Jakarta: Rajawali Press, 2010), hlm.62

terbitan) atau urutan rumusan masalah (masalah pertama tanda A dan masalah kedua tanda B dan seterusnya). Rekontruksi data (*recontruscking*) yaitu penyusun ulang data secara teratur, berurutan, logis sehingga mudah dipahami dan diinterpretasikan.

c. Sistematika Data (*systematizing*)

Melakukan pengecekan terhadap data atau bahan-bahan yang telah diperoleh secara sistematis, terarah dan beraturan sesuai dengan klarifikasi data yang diperoleh.⁵⁴

5. Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis isi etika kepemimpinan dalam Buku Psikologi Musik Karya Djohan Sebagaimana menurut Arikunto analisis isi akan menghasilkan suatu kesimpulan mengenai gaya bahasa buku, ide dalam isi buku serta tata tulis.⁵⁵ Analisis data adalah “suatu cara penelitian yang menghasilkan data deskriptif analisis, yaitu apa yang dinyatakan oleh responden secara tertulis atau lisan dan juga perilakunya yang nyata, diteliti dan dipelajari sebagai suatu yang utuh”. Setelah keseluruhan data terkumpul dan diolah dengan baik, langkah selanjutnya akan dianalisis data tersebut sehingga dapat ditarik suatu kesimpulan yang bersifat khusus dan sebagai bahan materi yang dapat dicamtumkan (dituliskan).⁵⁶

⁵⁴ Muhammad Prabundu Tika, *Metodologi riset bisnis*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2010), hlm.63

⁵⁵ Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), hlm.16

⁵⁶Cholid Narbuko dan Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian*.Cet-10, (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), hlm. 8

Kesimpulan akhir menggunakan metode *Liberary Reserch* yaitu metode cara berpikir dengan membandingkan data dari hasil penelitian tentang etika kepemimpinan.⁵⁷ Dalam metode ini dibandingkan melihat hasil analisa buku yang memaparkan secara jelas materi dari *kleptomania*, dari metode ini diharapkan akan memperoleh data objektif sehingga dapat menjawab permasalahan pada penelian ini.

⁵⁷ Sutrisno Hadi, *Metode Research, Jilid 1*, (Yogyakarta: Yayasan Penerbit, Fakultas Psikologi UGM, 2012), hlm. 36

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Biografi Djohan

Djohan lahir di Palembang alumni jurusan musik ISI Yogyakarta, menyelesaikan pendidikan S2 dan S3 pada fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada. Prof. Dr. Djohan adalah Guru Besar di Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia (ISI) Yogyakarta. Beliau aktif mengajar pada jurusan Penyajian Musik, Program Magister dan Doktor ISI Yogyakarta, Program Magister Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Program Magister Pengkajian Seni Pertunjukan dan Seni Rupa Universitas Gajah Mada, dan Program Magister Pendidikan Seni Universitas Negeri Yogyakarta, penulis juga menjadi peneliti, reviewer, dan pembicara di lingkup Asia Pasifik. Selain itu, penulis juga aktif sebagai Anggota Masyarakat Karawitan Jawa (MASKARJA) dan Yayasan Dinamika Edukasi Dasar (DED), serta peneliti pada *Brain Science and Engineering Inovation Research*, Bangkok.⁵⁸

Beliau juga menjadi tenaga pengajar luar biasa pada Program Magister Universitas Negeri Semarang, Pembimbing Tesis pada Program Magister Ilmu Religi dan Budaya Universitas Sanata Dharma, Konsultan BSNP bidang kesenian, *organizer South East Asian Youth Orchestra*, anggota Dewan Kehormatan Asosiasi Pendidik Seni Indonesia, Anggota Masyarakat Karawitan Jawa. Selain mengajar juga aktif memberikan seminar, lokakarya, menulis buku, jurnal ilmiah dan melakukan penelitian.⁵⁹

⁵⁸ Djohan, *Psikologi Musik*, (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2003), hlm. 317

⁵⁹ Djohan, *Terapi Musik, Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 243

B. Karya Djohan

Adapun beberapa karya tulis yang dibuat oleh Djohan, yaitu sebagai berikut:⁶⁰

1. Musik dan Matematika (1999)
2. Pengaruh Pendidikan Musik Jangka Pendek Terhadap Kreativitas Anak (2003)
3. Elo Elo Endi Buktine (2004)
4. Program ART for All: Alternatif Pemberdayaan Penyandang Cacat Melalui Media Seni (2005)
5. Terapi Musik: Teori dan Aplikasi (2006)
6. Perspektif Psikologi Sosial Dalam Pendidikan Musik (2007)
7. Pengaruh Elemen Tempo Dalam Gamelan Jawa Terhadap Respons Emosi Musikal (2008)
8. Kemampuan Musikal Sebagai Sarana Pengembangan Keterampilan Sosial (2009)
9. Psikologi Musik (2009)
10. Respons Emosi Musikal dalam Gamelan Jawa (2009)
11. Pengaruh Kreativitas Musikal Terhadap Kreativitas Verbal dan Figural (2010)
12. Pengembangan Kreativitas Melalui Rekontekstualisasi Seni Tradisi (2010)
13. Respons Emosi Musikal dalam Gamelan Jawa (2011)

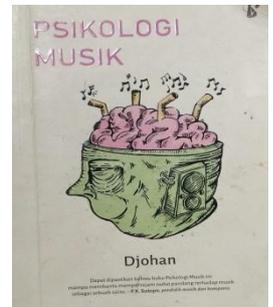
⁶⁰Karya Tulis Djohan, Diakses Pada, <https://scholar.google.co.id>, Pada Tanggal 21 Mei 2022

14. Musik dalam Psikologi Kesehatan dalam Psikologi Terapan: Melintas Batas Disiplin Ilmu (2012)
15. Musik dalam Psikologi Kesehatan dalam Psikologi Terapan: Lintas Batas Interdisipliner (2012)
16. *Interpreting Music-Lawrence Kramer* (Terjemahan) (2013)
17. *The Role of Javanese Karawitan Society Karawitan in Social Psychology Perspective* (2014)
18. *Music in Everyday Life-Tia deNora* (Terjemahan) (2015)
19. Resensi Buku: Musik Revolusi Indonesia (2016)
20. Musik Batu (RC Slamet, 2017)
21. *The Difference of Brain Activities of Musical Listeners* (IK Wardani dan P Sittiprapaporn, 2018)
22. *The Role of Active Musical Listening to Enhance The Emotional Health On Early Motherhood* (2019)
23. *Mind Mapping Tool Increased Critical Thinking Through Blended Learning* (Bersama PS Yunike Juniarti Fitria dan Tri Wahyuni Floriasti, 2020)
24. *Intellectual Character of Metacognition: Thinking Strategies in Playing Music* (PS Ayu Niza Machfauzia, 2020)
25. Adiwarna Suka Hardjana: Reinterpretasi Daya Pikir Intelektual Seni (2021)

C. Kartu Catatan Penelitian

1. Buku Psikologi Musik karya Djohan

Pengarang	: Djohan
Judul Buku	: Psikologi Musik
Kota Penerbit	: Yogyakarta
Penerbit	: PT. Kanisius
Tahun Penerbit	: 2020



Psikologi Musik

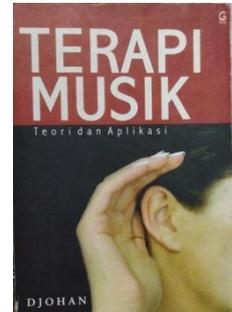
Psikologi Musik merupakan sebuah disiplin yang tidak terlalu baru sebagai interdisiplin antara ranah psikologi dan musikologi. Ini merupakan gambaran kepedulian pakar psikologi dan musikologi yang sedang tumbuh pada konsep holistic tentang musik. Psikologi musik tidak hanya mencakup aspek motoric dan afeksi, tetapi juga kognisi, terutama pada dialektika antara elemen-elemen musik dan perilaku manusia dalam proses psikologis yang terkait dalam lingkungan sosialnya.

Analisis

Dalam pemahaman sehari-hari, musik sering kali dikaitkan dengan perasaan. Di satu sisi, musik dianggap sebagai sarana untuk mengungkapkan perasaan. Namun di sisi lain, musik dianggap dapat menggugah perasaan pendengarnya. Karena kedekatannya dengan kehidupan manusia, kajian tentang musik hampir selalu terkait dengan kajian tentang perilaku manusia. Kedekatan musik dengan perasaan manusia ini ternyata justru menyebabkan kajian dalam bidang musik dan emosi tidak dirasakan sebagai suatu hal yang mendesak.

2. Teori dan Aplikasi Karya Djohan

Pengarang	: Djohan
Judul Buku	: Terapi Musik Teori dan Aplikasi
Kota Penerbit	: Yogyakarta
Penerbit	: Galangpress
Tahun Penerbit	: 2006



Terapi Musik

Musik telah berabad lamanya dipercaya memiliki kekuatan untuk menyembuhkan jiwa manusia. Sejalan dengan makin mengglobalnya teknologi dan kemajuan peradaban, selama beberapa decade terakhir praktik dan penyembuhan melalui musik telah teruji secara empirik. Terapi musik mendapat tempat sebagai terapi yang holistic, karena teknik penyembuhannya secara langsung menyentuh aspek kognisi, afeksi, dan psikomotorik manusia. Dengan kekayaan musik Nusantara, Indonesia memiliki materi terapi musik yang tidak terbatas untuk dikembangkan. Karenanya, pengetahuan tentang terapi musik yang komprehensif adalah titik awal yang penting untuk dipahami.

Analisis

Terapi musik menjadi salah satu metode terapi dalam psikologi yang dimana dirancang dengan pengenalan yang mendalam terhadap keadaan dan permasalahan klien, sehingga akan berbeda untuk setiap orang. Setiap terapi musik juga akan berbeda maknanya untuk orang yang berbeda. Kesesuaian terapi musik akan sangat ditentukan oleh nilai-nilai individual, falsafah yang dianut, pendidikan, tatanan klinis dan latar belakang budaya. Namun semua terapi musik memiliki tujuan yang sama yaitu membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitas fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi, meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional. Dengan demikian, terapi musik juga diharapkan dapat membantu mengatasi stress, mencegah penyakit dan meringankan rasa sakit.

3. **Buku Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik Karya Rizem Aizid**

Pengarang	: Rizem Aizid
Judul Buku	: Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik
Kota Penerbit	: Yogyakarta
Penerbit	: Yogyakarta Laksana
Tahun Penerbit	: 2011
Halaman	: 179



Terapi Musik

Terapi musik adalah keahlian menggunakan terapi musik dan elemen music oleh seseorang terapis yang terakreditasi untuk meningkatkan, mempertahankan, dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spiritual (Aspiani, 2014). Terapi musik juga merupakan bentuk terapi dengan mempergunakan music secara sistematis, terkontrol, dan terarah di dalam menyembuhkan, merehabilitasi, mendidik, serta melatih orang menderita gangguan fisik, mental, atau emosional. Rangsangan music dapat meningkatkan pelepasan endrofin dan ini akan menurunkan kebutuhan akan obat-obatan, pelepasan tersebut memberikan pula suatu pengalihan perhatian dari rasa sakit dan dapat mengurangi kecemasan.

Analisis

Musik memiliki fungsi untuk meningkatkan vialitas fisik, menghilangkan kelelahan, meredakan kecemasan dan ketegangan, meningkatkan konsentrasi, kepekaan dan memperkuat karakter serta perilaku positif. Terapi musik digunakan untuk berbagai kondisi termasuk gangguan kejiwaan, masalah medis, cacat fisik, gangguan sensorik, cacat perkembangan, masalah penuan, meningkatkan konsentrasi belajar, mendukung latihan fisik, serta mengurangi stres dan kecemasan.

4. Buku Terapi Musik Karya Monty P. Satiadarma

Pengarang : Monty P. Satiadarma
 Judul Buku : Terapi Musik
 Kota Penerbit : Jakarta
 Penerbit : Milenial Populer
 Tahun Penerbit : 2002
 Halaman : 265



Terapi Musik

Berbagai macam jenis musik dalam terapi music salah satunya musik klasik yang dianggap memiliki manfaat besar untuk meningkatkan intelligentsia anak. Walau tidak sepenuhnya benar, namun tidak dapat dipungkiri bahwa music dapat menjadikan hidup lebih bergairah. Dengan pengarahan dan penerapan yang benar music memiliki potensi khusus untuk memberi warna pada kehidupan manusia, dalam arti ia hidup sehat dan sejahtera jasmani dan rohani.

Analisis

Berbagai penelitian telah membuktikan manfaat music bagi kehidupan manusia, tidak hanya sebagai alat hiburan, tetapi juga sebagai salah satu alat pendidikan dan terapi. Musik merupakan bentuk komunikasi manusia dengan alam semesta. Musik mempengaruhi manusia dalam kemampuan bernalar dan kematangan emosi, hasilnya mempengaruhi perilaku. Buku ini memberikan ulasan mengenai semua itu, serta kaitannya dengan sistem energy dalam diri seseorang. Aplikasi praktek terapi music dapat mengarahkan manusia pada perilaku positif.

D. Hasil Penelitian Tentang Musik Sebagai Therapy Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)

Bab ini merupakan analisis peneliti sekaligus sebagai jawaban terhadap permasalahan yang telah dirumuskan sebelumnya. Sebagaimana telah dijelaskan pada bab Pendahuluan, bahwa untuk menganalisis data yang terkumpul baik itu dengan cara peneliti mencari catatan-catatan atau dokumen terkait yang umum ditemukan di ruang perpustakaan. Penulis akan menganalisisnya secara *library research* yakni mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbasis macam materi yang terdapat di perpustakaan untuk menganalisis permasalahan ini penulis akan melakukan beberapa tahapan yaitu pemeriksaan data (editing), penandaan data, dan sistematika data (systematizing) mengenai musik sebagai therapy dalam konseling studi analisis buku Psikologi Musik. Adapun yang menjadi data pokok dalam penelitian ini yaitu buku Psikologi Musik Karya Djohan. Dalam bab ini akan dikemukakan tentang uraian data yang penulis peroleh dari hasil penelitian kepustakaan. Selanjutnya data yang didapatkan tersebut akan dianalisis, sehingga diharapkan dengan adanya analisa ini akan menjawab permasalahan-permasalahan yang dikemukakan pada bab-bab terdahulu mengenai musik sebagai therapy dalam konseling studi analisis buku Psikologi Musik Karya Djohan.

1. Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling

Dalam penerapannya, teknik dalam music therapy itu dibagi menjadi dua, yaitu passive music therapy dan active music therapy. Passive music therapy (terapi musik pasif) adalah pemberian music therapy yang dilakukan dengan

cara mengajak konseli untuk mendengarkan sebuah instrument tertentu secara seksama. Sementara, active music therapy (terapi musik aktif) adalah proses pemberian musik therapy yang dilakukan dengan cara mengajak konseli untuk memainkan sebuah instrumen, bernyanyi, maupun menciptakan lagu.

Kedua teknik music therapy ini dapat dilakukan melalui konseling individual maupun kelompok. Music therapy dirancang dengan pengenalan yang mendalam terhadap keadaan dan permasalahan yang tengah dialami oleh konseli, sehingga teknik yang diberikan akan berbeda untuk setiap individu. Semua musik therapy memiliki tujuan yang sama, yaitu membantu mengekspresikan perasaan, membantu rehabilitasi fisik, memberi pengaruh positif terhadap kondisi suasana hati dan emosi, meningkatkan memori, serta menyediakan kesempatan yang unik untuk berinteraksi dan membangun kedekatan emosional antara konseli dengan konselor (konseling individual dan kelompok) maupun antara konseli dengan konseli (konseling kelompok).

Adapun tahap-tahap dalam terapi musik berawal dari adanya permintaan untuk memperoleh terapi, baik dari dokter, psikolog, ahli fisiologi. Ahli gangguan wicara, guru, orangtua, pekerja sosial atau dari klien yang bersangkutan.⁶¹ Seorang terapis musik dituntut untuk memahami benar mengapa dan oleh siapa seorang klien dirujuk untuk memperoleh terapi. Terapis musik perlu mempelajari lebih dulu riwayat kesehatan calon kliennya sehingga catatan-catatan seperti data rekam medis dan data pemeriksaan psikologi penting artinya.

⁶¹ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hal. 73

Data juga dapat diperoleh dari guru, orangtua, atau konselor bila klien masih tergolong usia sekolah. Semua itu diperlukan agar dalam merancang program terapi musik sasaran yang dikehendaki terlihat secara jelas. Selain dukungan data-data klien, dibutuhkan kreativitas terapis untuk mengembangkan rancangan terapi yang sesuai untuk klien, serta kemampuan untuk bersikap lentur terhadap keadaan di lapangan. Tidak jarang terjadi rancangan terapi yang telah disusun dengan baik ternyata tidak selalu dapat diterapkan. Untuk itu seorang terapis dituntut untuk segera melakukan perubahan serta improvisasi terarah dalam kaitannya dengan praktik musik.⁶² Berikut tahap-tahap terapi musik, yaitu:⁶³

a. Asesmen

Asesmen adalah hal yang pertama kali harus dipenuhi untuk memulai suatu tindakan terapi. Di dalam asesmen, terapis musik melakukan observasi menyeluruh terhadap kliennya, sehingga ia memperoleh gambaran yang lengkap tentang latar belakang, keadaan sekarang, keterbatasan klien dan potensi-potensi yang masih dapat dikembangkan. Dengan gambaran ini, terapis musik mengembangkan kerangka asesmen yang kemudian diterjemahkan ke dalam rencana perlakuan, lengkap dengan estimasi waktunya.

Dengan demikian pada dasarnya asesmen adalah serangkaian analisis terhadap kemampuan, kebutuhan dan permasalahan klien yang harus dilengkapi sebelum seseorang menjalani terapi. Karena yang akan dilakukan adalah terapi musik, maka selain evaluasi umum, perlu untuk melakukan evaluasi terhadap

⁶²*Ibid.*, hal. 74

⁶³*Ibid.*, hal. 79

minat, kemampuan dan keterampilan musik klien. Bukan itu saja, diperlukan juga pengenalan terhadap kekuatan dan kelemahan wilayah non musik yang dimungkinkan untuk menerima stimulasi musik, misalnya bagaimana kemampuan klien untuk membedakan suara, bagaimana persepsi auditoriknya, memori, koordinasi motorik kasar dan halus, perilaku sosial atau pola emosinya. Prosedur asesmen idealnya dilakukan oleh sekelompok orang yang sudah ahli dan tergabung dalam sebuah tim. Berikut aspek-aspek yang mencakup kebutuhan informasi dalam asesmen:

- 1) Medis yaitu sejarah rekam medis dan kesehatan yang relevan
- 2) Kognitif adalah data yang dikumpulkan meliputi pemahaman, konsentrasi, rentang perhatian, memori dan kemampuan pemecahan masalah.
- 3) Sosial yaitu ekspresi diri, control diri, kualitas dan kuantitas interaksi interpersonal
- 4) Fisik yaitu rentang gerak, koordinasi motorik kasar sampai halus, kekuatan dan daya tahan yang mewakili kategori ini
- 5) Keahlian atau Pendidikan yaitu keterampilan kerja yang memadai dan penyesuaian di tempat kerja
- 6) Emosional yaitu respons emosi yang kuat pada berbagai situasi
- 7) Komunikasi yaitu keterampilan ekspresi dan pemahaman bahasa
- 8) Keluarga yaitu hubungan keluarga dan kebutuhan penting lainnya
- 9) Mengisi waktu luang yaitu perhatian pada kebutuhan rekreasional, partisipasi dalam kegiatan yang berarti dan pemahaman terhadap cirri dan sifat komunitas tempat klien berlangsung

Asesmen sangat penting dilakukan karena informasi yang dipelajari melalui asesmen akan sangat membantu untuk menentukan dasar dan lingkup perlakuan. Data yang diperoleh membantu terapis musik untuk memutuskan apakah klien perlu menerima terapi musik dan bagaimana sasaran perlakuan serta teknik yang terat.

Beberapa jenis asesmen yang digunakan dalam proses pelaksanaan terapi musik adalah Asesmen Selektif yaitu dengan membaca laporan yang dibuat oleh psikolog, dokter, terapis atau anggota tim lainnya, seorang terapis musik dapat memperoleh informasi untuk mengembangkan sasaran perlakuan dan intervensi. Kekurangan pada pendekatan ini menyebabkan hilangnya informasi penting.

b. Rencana Perlakuan

Setelah data asesmen terkumpul dan dianalisis, langkah berikutnya adalah memantapkan rencana perlakuan terapi musik. Terapis membantu meningkatkan keterampilan musiknya, menambah pengetahuan tentang komunitas mengatasi masalah yang dihadapi klien. Terapis musik merancang rencana perlakuan bagi klien secara bertahap sampai dapat meraih batas keinginan yang ditentukan sebelumnya.⁶⁴

Esensi dari rencana perlakuan ada pada sasaran dan objektivitas berdasarkan prioritas perlakuan yang baku. Sasaran adalah pernyataan yang luas dalam merangsang perubahan terhadap perilaku klien, objek yang khusus dan jangka waktu pendek. Sasaran dapat dianggap sebagai pernyataan luas dari hasil perlakuan. Beberapa sasaran perlakuan yang tepat misalnya: meningkatkan

⁶⁴ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 79

keterampilan vocal, meningkatkan keterampilan piano, meningkatkan ketepatan waktu, memanfaatkan komunitas musik dan memecahkan masalah kesedihan.

Rencana perlakuan pada akhirnya juga menjadi tolak ukur berhasil tidaknya program perlakuan tersebut. Objek ditulis secara hati-hati untuk merefleksikan secara rinci apa saja kebutuhan klien untuk mencapai sasaran. Perilaku dapat diamati oleh terapis, juga dapat direkam secara akurat dan dicocokkan dengan baseline atau ambang awal ketika perilaku tersebut terjadi sebelum dimulai perlakuan. Metode pengumpulan data yang termudah melalui rekaman frekuensi dan durasi.⁶⁵

c. Pencatatan

Sebuah proses terapi musik perlu mempertimbangkan riwayat kesehatan klien dari banyak sisi. Selain riwayat sebelum terapi dimulai, seluruh proses terapi juga harus dicatat. Karena itu terapis musik perlu mempelajari rekam hasil diagnosis dan hal-hal yang berkaitan dengan itu, agar dapat dirancang sebuah terapi yang benar-benar sesuai. Sesudah itu proses terapi juga harus dicatat. Informasi ini berisi data kronologis perlakuan terhadap klien dan sifatnya adalah dokumen yang berkekuatan hukum. Catatan ini harus menggambarkan efektivitas perlakuan, efektivitas biaya sampai efisiensi rancangan perlakuan.⁶⁶

⁶⁵*Ibid.*, hal. 80

⁶⁶*Ibid.*, hal. 82

d. Evaluasi dan Terminasi Perlakuan

Langkah terakhir dalam proses terapi adalah mengevaluasi dan melakukan terminasi perlakuan. Beberapa hal penting yang perlu diperhatikan adalah bahwa perlakuan dimulai dengan mengembangkan sasaran objek. Selama perlakuan, kemajuan klien dimonitor secara menyeluruh melalui data subjektif dan objektif. Ketika klien telah mencapai target perlakuan atau ketika tim memutuskan bahwa klien telah memperoleh manfaat dari terapi, maka perlakuan dihentikan. Pada saat itu terapis musik membuat evaluasi keseluruhan proses terapi musik termasuk sasaran yang dirancang dan kemajuan yang diperoleh. Setelah itu akan dibuat rekomendasi untuk perlakuan selanjutnya.

Data klien bukan sekedar kumpulan berkas dan catatan tentang jalannya terapi. Data klien mempunyai kekuatan hukum yang harus dapat dipertanggungjawabkan sesuai etika profesi dan kerahasiaannya harus dijaga. Terminologi etika menunjuk pada standar pekerjaan yang menjadi panutan praktik profesional. Terapi musik di Indonesia belum mempunyai kode etik yang baku, maka sejauh ini masih digunakan kaidah-kaidah Etika Profesi Psikologi dan Kode Etik Kedokteran Indonesia. Kerahasiaan data klien harus dijaga dalam artian bahwa terapis tidak akan mendiskusikan atau membagi persoalan yang timbul dalam terapi di luar kelompok profesional yang menangani klien yang sama. Prinsip kerahasiaan ini menjadi dasar untuk melindungi hak klien dibawah batasan hukum.⁶⁷

⁶⁷ Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 84

2. Musik Sebagai Terapi Menurut Pandangan Djohan

Musik adalah pengelompokan musik sesuai dengan kemiripannya satu sama lain. Musik juga dapat dikelompokkan sesuai dengan kriteria lain, misalnya geografi. Sebuah genre dapat didefinisikan oleh teknik musik, gaya, konteks, dan tema musik juga mampu memengaruhi perubahan perubahan emosi seseorang dimana perubahan perubahan emosi tersebut disertai dengan fisiologis yang dapat diamati. menurut Monty, musik yang mampu meningkatkan perkembangan intelegensi adalah musik klasik karna musik kalasik kaya akan harmoni dan ritme.⁶⁸

Menurut Sloboda musik dapat meningkatkan intensitas emosi dan akan lebih akurat bila emosi musik itu dijelaskan sebagai suasana hati, pengalaman, dan perasaan yang dipengaruhi akibat mendengarkan musik. Diakui atau tidak musik dapat meningkatkan perasaan khususnya secara langsung dan cepat menimbulkan rasa senang. Persepsi dan penghargaan terhadap musik juga akan mempengaruhi tingkat kesukaan yang selanjutnya akan menstimulasi emosi. Semakin sebuah musik familiar maka semakin besar pengaruhnya terhadap respon, khususnya emosi.⁶⁹

Sesuai dengan menurut Djohan yang mengatakan bahwa kehadiran musik sebagai bagian dari kehidupan manusia bukanlah hal yang baru. Setiap budaya di

⁶⁸ Agus untung yulianta, "*kajian psikologi musik dalam membangun karakter bangsa (online)*", Tersedia di <http://stafnew.uny.ac.id/upload/131808344/penelitian/makalah+kajian+psikolog+musik.pdf> (4 Maret 2022)

⁶⁹Dewi Setyaningsih dan Tamsil Muis, "*Pengaruh Penerapan Kombinasi Musik Klasik dan Latihan Relaksasi Untuk Menurunkan Stress Pada Siswa Kelas XII IPA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya*", Penelitian Bimbingan dan Konseling, (Februari, 2012), hal. 3

dunia memiliki musik yang khusus diperdengarkan atau dimainkan berdasarkan peristiwa-peristiwa bersejarah dalam perjalanan hidup anggota masyarakatnya.⁷⁰

Awalnya, banyak peneliti beranggapan bahwa kognisi musik adalah domain tersendiri karena sebelumnya telah menandai domain tradisional, seperti kognitif, psikomotorik, dan afektif. Ternyata secara psikologis, aktivitas musik yang meliputi persepsi dan kognisi tidak harus ditanggapi secara apriori karena aktivitas musical juga merupakan salah satu aspek perilaku manusia.

Pada hakikatnya, musik adalah produk pikiran. Dengan demikian, elemen vibrasi (fisika dan kosmos) dalam bentuk frekuensi, amplitudo, dan durasi belum menjadi musik bagi manusia sampai semua itu ditransformasi secara neurologis dan diinterpretasikan melalui otak menjadi pitch (nada-harmoni), timbre (warna suara), dinamika (keras-lembut), dan tempo (cepat-lambat). Transformasi ke dalam musik dan respons manusia (perilaku) merupakan hal yang unik untuk dikenali (kognisi). Hal ini karena otak besar manusia berkembang dengan sangat pesat akibat dari pengalaman musical sebelumnya.⁷¹

Maka dapat kita simpulkan bahwa musik dapat menjadi terapi dalam kehidupan sehari-hari karena musik mampu merespon otak dan jiwa kita menjadi tenang dan relax. Adapun dalam psikologi menyebutkan bahwa terdapat terapi musik. Dijelaskan oleh Djohan bahwa terapi musik terdiri dari dua kata, yaitu “terapi” dan “musik”. Kata “terapi” berkaitan dengan serangkaian upaya yang dirancang untuk membantu atau menolong orang. Biasanya kata

⁷⁰Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hal. 23

⁷¹Djohan, *Psikologi Musik*, (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2020), hal. 22

tersebut digunakan dalam konteks masalah fisik atau mental. Dalam kehidupan sehari-hari, terapi terjadi dalam berbagai bentuk. Misalnya, para psikolog akan mendengar dan berbicara dengan klien melalui tahap konseling yang kadang-kadang perlu disertai terapi, ahli nutrisi akan mengajarkan tentang asupan nutrisi yang tepat, ahli fisioterapi akan memberikan berbagai latihan fisik untuk mengembalikan fungsi otot tertentu. Seorang terapis musik akan menggunakan musik dan aktivitas musik untuk memfasilitasi proses terapi dalam membantu klien.

Kata “musik” dalam “terapi musik” digunakan untuk menjelaskan media yang digunakan secara khusus dalam rangkaian terapi. Berbeda dengan berbagai terapi dalam lingkup psikologi yang justru mendorong klien untuk bercerita tentang permasalahan-permasalahannya, terapi musik adalah terapi yang bersifat nonverbal. Dengan bantuan musik, pikiran klien dibiarkan untuk mengembara, baik untuk mengenang hal-hal yang membahagiakan, membayangkan ketakutan-ketakutan yang dirasakan, mengangankan hal-hal yang diimpikan dan dicita-citakan, atau langsung mencoba menguraikan permasalahan yang ia hadapi.⁷²

Sesuai dengan teori lainnya yaitu Menurut Dian Natalina Terapi Musik merupakan pengobatan secara *holistic* (menyeluruh) yang langsung menuju pada symptom penyakit dan proses penyembuhan sepenuhnya tergantung pada

⁷²Djohan, *Terapi Musik: Teori dan Aplikasi*, (Yogyakarta: Galangpress, 2006), hlm. 24

kondisi klien, apakah seorang benar-benar siap menerima proses secara keseluruhan.⁷³

Menurut Dayat Suryana Terapi musik adalah proses interpersonal yang menggunakan musik untuk terapi aspek fisik, emosional, mental, sosial, estetika dan spiritual untuk membantu pasien dalam meningkatkan atau mempertahankan kesehatan mereka.⁷⁴ Terapi musik membantu klien meningkatkan fungsi kognitif, keterampilan motorik, perkembangan emosional dan afektif, perilaku dan keterampilan sosial dengan menggunakan pengalaman musik (misalnya bernyanyi, mendengarkan musik), untuk mencapai tujuan pengobatan dan tujuan yang terukur.

Djohan mencatat bahwa dengan bantuan alat musik, klien juga didorong untuk berinteraksi, berimprovisasi, mendengarkan atau aktif bermain musik. Tanpa harus mengucapkan kata-kata, misalnya klien dapat mengekspresikan kemarahannya dengan berimprovisasi di alat musik. Sehingga terapi musik dirancang dengan pengenalan yang mendalam terhadap keadaan dan permasalahan klien, sehingga akan berbeda untuk setiap orang.

Musik juga memiliki peran dalam terapi musik tentunya bukan seperti obat yang dapat dengan segera menghilangkan rasa sakit. Musik juga tidak dengan segera mengatasi sumber penyakit. Sebagai contoh, bila kita mendengarkan sebuah rekaman berupa musik kepada penderita gangguan depresi, mungkin saja mereka dapat menikmati musiknya atau dapat merasakan perubahan suasana hati, namun sifatnya hanya sementara. Hasilnya mungkin akan berbeda

⁷³ Dian Natalina, *Terapi Musik: Terapi Musik Bidang Keperawatan*, (Yogyakarta: Mitra Wacana Media, 2013), hlm. 5

⁷⁴ Dayat Suryana, *Music Therapy 2012*, (Yogyakarta: Angkasa), hal. 8

jika mereka dilibatkan secara aktif dalam serangkaian aktivitas musik yang dirancang secara khusus. Secara perlahan-lahan dan bertahap, kesedihan-kesedihan mereka diatasi melalui pengembangan pengalaman musikal. Maka, efektivitas musik sebagai alat terapi akan terjadi jika terapis memiliki keterampilan yang memadai untuk menjadikan musik sebagai sarana yang tepat.

Jadi dapat disimpulkan bahwa menurut pandangan Djohan musik sebagai terapi adalah dimana musik dapat dijadikan sarana atau alat terapis untuk membantu dalam pelayanan psikologis yang membuat perlahan-lahan dan bertahap mengurangi rasa kesedihan, kemarahan dan gangguan pada klien yang memiliki permasalahan.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka penulis dapat menarik kesimpulan mengenai musik sebagai terapi dalam konseling (studi analisis buku psikologi musik karya Djohan) sebagai berikut:

1. Musik sekarang sudah menjadi bagian integral dari seting hidup manusia setiap saat jam bahkan hari manusia tidak bisa terlepas dengan adanya music entah dalam hal olahraga, belajar, sampai mandi pun ada orang yang mendengar music ini juga lah yang menjadi awal dimana music menjadi media terapi yang tentunya mudah diterima dan digunakan. Musik itu menarik bukan hanya karena makna dan kesenangannya dibawa ke masyarakat karena musik dapat merangsang kerja telinga Dan otak manusia, dan proses kognitif dan emosional secara umum.
2. Musik terapi, yang digunakan dalam proses konseling. Tentunya sangat menyenangkan, hal ini karena klien akan dibawa untuk mendengarkan musik, bermain musik, dan juga menciptakan lagu. Selain itu dengan mendengarkan musik secara efektif, dapat sebagai media *terapeutik* (penyembuhan). Dengan mendengarkan musik yang dipilih juga, secara tidak langsung menyadarkan klien bahwa mereka mengalami hal tersebut tidak sendirian. Tanpa disadari dari setiap lirik lagu yang dipilih oleh klien juga, membantu klien menemukan kebahagiaan dalam kehidupan mereka

B. Saran

Adapun saran penulis terkait pendapat Djohan tentang musik sebagai terapi dalam konseling adalah sebagai berikut:

1. **Bagi Program Studi**

Hasil penelitian diharapkan sebagai saran guna melaksanakan salah satu misi program studi bimbingan penyuluhan Islam yaitu mengembangkan pengetahuan di bidang ini.

2. **Bagi Penelitian Selanjutnya**

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan mahasiswa dalam melakukan penelitian dengan menggunakan pedoman lebih banyak lagi dan dalam melakukan penelitian dengan variabel yang lebih luas lagi serta diharapkan mencari sumber yang lebih mengenai terapi dalam konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhyak. 2005. *Profil Pendidik Sukses*. Surabaya: Elkaf
- Annur, Saipul. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Palembang: Grafika Telindo Press
- Arikunto, Suharsimi dan Lia Yuliana. 2008. *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: Aditya Bekerjasama dengan Fakultas Ilmu Pendidikan
- Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Charlota, M. Dinah dan Johana Endang Prawitasari. 2005. *Jurnal Sosiosains*. No. 2, Vol. 18. "Pengaruh Terapi Musik Terhadap Depresi antar Mahasiswa"
- Dayatsuryana. 2012. *Terapi Musik*. Yogyakarta: Galangpress
- Djohan. 2006. *Terapi Musik Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Galangpress
- Djohan. 2020. *Psikologi Musik*. Yogyakarta: PT Kanisius
- Esty Wulandari, Rayhana. Skripsi. 2019. "Pengaruh Layanan Konseling Individual Melalui Permainan Musik Untuk menurunkan Tingkat Kecemasan Peserta Didik di SMK Negeri 1 Bandar Lampung Tahun 2019/2020"; Universitas Islan Negeri Raden Intan Lampung
- Faradisi, Firman. 2012. Skripsi. No. 2. Vol. 5 "Efektivitas Terapi Murotal dan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pra Operasi di Pekalongan", *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, STIKES Muhammadiyah Pekalongan Prodi DIII Keperawatan.
- Febrini, Deni. 2011. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Teras
- Hadi, Sutrisno. 2012. *Metode Research. Jilid 1*. Yogyakarta: Yayasan Penerbit, Fakultas Psikologi UGM
- Lara. 2019. *Jurnal "Musik Terapi Sebagai Proses Konseling Yang Menyenangkan"*, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta
- Mardalis. 2013. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: Bumi Aksara
- Munir, Samsul. 2013. *Bimbingan dan Konseling Islam*. Jakarta: Amzah

- Narbuko, Cholid dan Abu Achmadi. 2009.*Metodologi Penelitian*.Cet-10. Jakarta: Bumi Aksara
- Natalina, Dian. 2013.*Terapi Musik: Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Yogyakarta: Mitra Wacana Media
- Natalina, Dian. 2013. *Terapi Musik: Terapi Musik Bidang Keperawatan*. Yogyakarta: Mitra Wacana Media
- Nawawi dan Martini. 2014.*Penelitian Terapan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- P. Dewi, Mahargyantari. 2009.Skripsi. No. 2, Vol. 36 “*Studi Metaanalisis: Musik Untuk Menurunkan Stres*”. Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma
- Prabundu Tika, Muhammad. 2010.*Metodologi riset bisnis*. Jakarta: Bumi Aksara
- S. Willis, Sofyan. 2004. *Konseling Individual (Teori dan Praktek)*. Bandung: CV: Alfabeta
- Setyaningsih, Dewi dan Tamsil Muis. Skripsi. 2012. “*Pengaruh Penerapan Kombinasi Musik Klasik dan Latihan Relaksasi Untuk Menurunkan Stress Pada Siswa Kelas XII IPA 2 SMA Intensif Taruna Pembangunan Surabaya*”. Penelitian Bimbingan dan Konseling
- Strauss & Corbin. 2013.*Dasar-dasar Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sugiharto, Bambang. 2016.*Untuk Apa Seni*. Bandung ,Pustaka Matahari
- Surya Brata, Sumardi. 2010.*Metode Penelitian*, Cet Ke-5. Jakarta: Rajawali Press
- Suryana, Dayat. 2012. *Music Therapy*. Yogyakarta: Angkasa
- Suryana, Dayat. 2012.*Music Therapy*. Yogyakarta: Angkasa
- Tohorin. 2014.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah(Berbasis Intregasi)*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

PERMOHONAN PENJILIDAN SKRIPSI

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Raden Fatah Palembang

Asalamu alaikum Wr.Wb

Berdasarkan dengan surat keterangan ini, kami beritahukan bahwa setelah mengadakan pemeriksaan dan perbaikan, kami berpendapat bahwa skripsi :

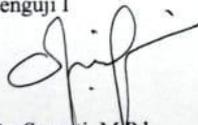
Nama : Ayu Andini
NIM : 1655200012
Fakultas/Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Penyuluhan Islam
Judul : Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi Musik Karya Djohan)

Telah disetujui untuk dilakukan penjilidan berdasarkan atas ketentuan yang berlaku. Demikian surat keterangan ini dibuat, atas perhatiannya terimakasih.

Wassalamu alaikum Wr.Wb

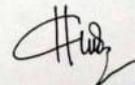
Palembang, 2022

Penguji I



Dr. Suryati, M.Pd
NIP.1972b9212006042002

Penguji II



Hartika utami Fitri, M.Pd
NIDN.2014039401

DAFTAR PERBAIKAN

Nama : Ayu Andini
 Nim : 1655200012
 Fakultas/ Jurusan : Dakwah dan Komunikasi/ Bimbingan Penyuluhan Islam
 Judul Skripsi : Musik Sebagai Terapi Dalam Konseling (Studi Analisis Buku Psikologi karya Djohan)

NO	DAFTAR PERBAIKAN
1	Cover (Line spacing)
2	Persembahan
3	Kata Pengantar
4	Abstrak
5	Bab I Penambahan alasan memilih judul Rumusan masalah di alihkan no 2 jadi 1
4	Bab II Tambahan materi

Penguji I



Dr. Suryati, M.Pd
 NIP.197209212006042002

Palembang,

2022

Penguji II



Hartika Utami Fitri, M. Pd
 NIDN. 2014039401