

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Emosi atau yang lebih sering disebut sebagai aspek afektif adalah salah satu dari aspek-aspek perkembangan yang sangat berpengaruh besar terhadap sikap dan perilaku manusia. Pada dasarnya, emosi menggambarkan tentang perasaan seseorang dalam menghadapi berbagai situasi yang terjadi dalam kehidupannya. Menurut Atkinson dalam Apriany (2010) menyatakan bahwa “emosi terdiri dari 2 (dua) jenis, emosi menyenangkan dan emosi tidak menyenangkan.”

Aspek emosi pada anak didik pada dasarnya kurang mendapat perhatian di kalangan praktisi pendidikan hingga Goleman (1997) mengangkat topik ‘Emosi’ sebagai topik utama dalam bukunya yang berjudul *Emotional Intelligent/Kecerdasan Emosional*. Menurutnya, kecerdasan emosi adalah suatu kemampuan merasakan, memahami dan dengan efektif menerapkan daya & kepekaan emosi sebagai sumber energi, informasi dan pengaruh yang manusiawi. Kecerdasan emosional menempatkan tiap individu untuk belajar mengakui dan menghargai perasaan diri sendiri juga perasaan orang lain. Sekaligus menerapkan energi emosi ke dalam kehidupan dan pekerjaan sehari-hari.

Menurut Goleman (1997), terdapat 5 (lima) dimensi kecerdasan emosional, yaitu:

1. *Self-Awareness* (Kesadaran Diri) yaitu kemampuan seseorang untuk mengenali diri sendiri, emosi dan keberadaannya dalam masyarakat sekitarnya; mengetahui kekuatan dan keterbatasan diri dan yakin akan kemampuan diri sendiri.
2. *Self Regulation* yaitu kemampuan mengelola keadaan dalam diri; kemampuan untuk menahan emosi dan dorongan negatif; menjaga norma kejujuran dan integritas; bertanggung jawab atas kinerja pribadi dan terbuka pada ide-ide dan informasi baru.

Rina Kusumawati, 2013

The Effectiveness of Attention Through Music (ATM) application to Develop Self-Awareness Children with Emotional Problems

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3. *Motivation* yaitu kemampuan untuk memberi semangat agar diri bisa menjadi lebih baik; menyesuaikan diri dengan sasaran kelompok/organisasi; memanfaatkan kesempatan-kesempatan yang ada; memperjuangkan dengan gigih untuk bisa keluar dari hambatan dan kegagalan.
4. *Empathy* yaitu kesadaran akan perasaan, kepentingan dan keprihatinan orang lain.
5. *Social Skills* yaitu kemahiran dalam mengunggah tanggapan yang diharapkan oleh orang lain; kemampuan dalam persuasi, mendengarkan secara terbuka pada pesan baru; kemampuan dalam memberikan pendapat, semangat kepemimpinan dan kerja sama dalam kelompok.

Diantara kelima dimensi kecerdasan emosional yang disebutkan di atas, *Self-Awareness*/Kesadaran Diri adalah dimensi pertama dan paling mendasar di antara keempat dimensi lainnya. Kesadaran diri bisa juga berarti kemampuan untuk mengontrol diri dengan semua perasaan, emosi & keinginan sehingga mampu bersosialisasi dengan individu-individu lain dengan mudah. Komunikasi pun akan terjalin secara dua arah, karena individu yang mempunyai kemampuan mengontrol diri akan dapat mengontrol semua perkataan dan perbuatan yang akan diutarakan dalam dunia pergaulan tersebut.

Tidak semua individu mempunyai kesadaran akan dirinya atau mempunyai kepercayaan diri yang baik. Ada beberapa hal menjadi penyebab seseorang mempunyai hambatan dalam kesadaran & kepercayaan akan dirinya, diantaranya keadaan keluarga yang tidak harmonis, keadaan perekonomian keluarga yang kurang, ataupun lingkungan. Hal ini sejalan dengan pemaparan kepala sekolah SLB E tersebut bahwa sebagian besar murid-murid yang terdiagnosa mengalami hambatan emosi di sekolah itu dikarenakan faktor lingkungan dan perekonomian yang kurang. Banyak dari mereka berasal dari keluarga pedagang di pasar, pemulung, bahkan pengemis. Sebagian besar dari murid-murid tersebut harus membantu menafkahi keluarga dengan bekerja sepulang sekolah. Hal tersebut membuat mereka harus mengalami kelelahan yang bisa menimbulkan depresi.

Depresi yang berat tersebut sering menimbulkan masalah-masalah yang berhubungan dengan kecacauan; Rasa kepercayaan diri mereka menjadi hilang dan kurang bisa mengontrol diri. Selalu ada kecurigaan yang sangat besar pada lingkungan, membuat mereka menjadi pribadi yang introvert dan defensif, menjauh dari kehidupan sosial, dan bukannya tidak akan mungkin akan melakukan hal-hal yang tidak sesuai dengan norma-norma yang ada, contohnya adalah mencuri, tawuran, membunuh, sebagai pelampiasan dari rasa depresi mereka sangat besar. Seperti yang terjadi baru-baru ini: ada tawuran yang menyebabkan adanya pembunuhan, dimana kedua pembunuh tidak menunjukkan perasaan bersalah sama sekali, bahkan cenderung bangga karena mendapat perhatian lebih dari banyak pihak, seperti yang dipaparkan pada Okezone.com, Kamis, 27 September 2012. Hal senada juga dipaparkan pada Kompas, Jum'at, 28 September 2012 tentang sebuah tawuran besar antar dua fakultas di sebuah universitas negeri di Makassar yang mengakibatkan dua mahasiswa, Rz dan Hr, meninggal. WHO dalam Kompas.com (2012) mengungkapkan bahwa “Hampir 450 juta orang di seluruh dunia menderita depresi baik itu berat maupun ringan, dan sepertiganya tinggal di negara berkembang.”

Penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada awal Januari 2013 di SLB E Prayuwana, ditemukan fakta bahwa lima dari delapan anak dengan gangguan emosi, kelas lima dan enam di SLB-E Prayuwana ternyata menggunakan waktu selepas sekolah dengan bekerja, yaitu Rd (13 tahun) bekerja sebagai tukang parkir sekaligus *bodyguard* di sebuah klub malam di dekat Marioboro; Fj (subyek dari penelitian) bekerja di sebuah usaha penyewaan ‘becak *Dugem*’ di wilayah alun-alun selatan keraton Yogyakarta, Lk (11 tahun) bekerja sebagai pengamen; St (12 tahun) bekerja di *warnet* (warung internet); dan Hk (11 tahun) bekerja sebagai pencuci gerbong kereta. Rasa lelah anak-anak tersebut dalam mencari uang membuat mereka tidak punya waktu untuk bisa mengontrol emosi. Mereka merasa hidup mereka sudah penuh tekanan, jadi bila ada pihak-pihak yang terlihat mencoba mengatur, berucap atau memberi instruksi yang

bernada seakan-akan menyuruh atau memaksa, emosi mereka akan naik dan bukannya tidak mungkin akan tidak bisa dikontrol.

Untuk mengatasi hambatan emosional tersebut, ada sebuah pendekatan yang bisa diterapkan, yaitu dengan menggunakan teknik musik terapeutik pasif. Teknik Musik Terapeutik ini sudah banyak diterapkan oleh para ahli terapi musik dunia dalam mengatasi hambatan emosi. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Mucci dan Mucci dalam Apriany (2010) tentang pemberian musik terapeutik menggunakan harpa, *flute* dan musik instrumentalia yang lembut memberikan efek tenang sehingga dapat menurunkan stress dan kecemasan klien. Penelitian Agyu dan Okoye dalam Apriyani (2010) juga memberikan hasil bahwa:

Pemberian musik terapeutik pasif dapat membuat seorang pasien anak usia sekolah yang mengalami depresi berat, rasa cemas dan ketidakpercayaan diri dalam menghadapi kanker di sebuah rumah sakit di Bandung, lebih terfokus pada musik yang didengarnya dan tidak terlalu fokus pada prosedur invasif yang sedang dijalannya, sehingga pasien merasa lebih tenang dan rileks.

Sebuah penelitian juga dilakukan oleh Richman (2007) bahwa musik terapeutik pasif membawa dampak positif bagi beberapa penderita kanker di *Glendale Adventist medical Center* California. Setelah melakukan serangkaian proses pelaksanaan teknik musik terapeutik pasif, rasa sakit yang diderita oleh para penderita kanker tersebut jauh berkurang.

Penelitian serupa juga pernah dilakukan oleh Kusumawati (2013) pada beberapa anak usia dini di *Kinderland Pre-school* Jakarta. Pemberian musik terapeutik pasif pada mereka saat melakukan beberapa aktivitas di sekolah, terbukti efektif dalam meningkatkan kecerdasan emosional anak usia dini tersebut. Teknik ini diberi nama ***Attention Through Music (ATM)***. yaitu musik terapeutik yang diberikan bersamaan dengan aktivitas anak; diberikan hanya sebagai musik latar. ATM ini yang akan diterapkan pada anak didik yang mengalami hambatan emosi dengan tujuan agar kelak kemampuan emosi anak dengan hambatan emosi bisa terstimulasi dengan baik dan mengalami

perkembangan dalam Kesadaran Diri (*Self-Awareness*). Diharapkan setelah mendapatkan intervensi musik terapeutik *Attention Through Music* (ATM), mereka akan lebih bisa mengontrol diri, menata emosi, dan bisa meminimalisir perbuatan-perbuatan yang akan merugikan pihak lain.

B. Rumusan Masalah & Pertanyaan Penelitian

1. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah; “ **Bagaimana Efektifitas Penerapan Musik Terapeutik Pasif *Attention Through Music* (ATM) untuk Mengembangkan Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) pada Anak dengan Hambatan Emosi.**”

2. Pertanyaan Penelitian

Rumusan masalah di atas, diuraikan menjadi pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Bagaimana kondisi Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) subyek sebelum pengaplikasian *Attention Through Music* (ATM)?
2. Bagaimana kondisi Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) subyek sesudah pengaplikasian *Attention Through Music* (ATM)?
3. Apakah musik terapeutik *Attention Through Music* (ATM) berpengaruh terhadap Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) anak dengan hambatan emosi?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan musik terapeutik *Attention Through Music* (ATM) untuk meningkatkan Kesadaran Diri (*Self-Awareness*) pada Anak dengan hambatan emosi.

Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan, khususnya pendidikan luar biasa, yaitu:

Sebagai salah satu alternatif untuk para pendidik dan orang tua untuk mengatasi hambatan emosi pada anak dengan hambatan emosi. Agar dapat diciptakan rasa bahagia dalam diri mereka untuk mempelajari hal-hal baru. Bahwa ada sebuah terapi yang mudah, murah dan aman untuk diterapkan pada anak mereka. Bila diterapkan secara benar, metode musik ini menimbulkan efek samping yang positif bagi pengguna musik itu sendiri.

Selain itu penelitian ini akan digunakan bahan acuan bagi penulis untuk melanjutkan studi ke jenjang pendidikan lebih tinggi, dengan model pendekatan terapi yang sama, yaitu *Attention Through Music* (ATM), tapi dengan topik yang lebih dalam & komprehensif.

D. Anggapan Dasar

Arikunto dalam Meimulyani (2009) mengemukakan bahwa “Anggapan dasar adalah sesuatu yang diyakini kebenarannya oleh peneliti yang akan berfungsi sebagai hal-hal yang dapat dipakai untuk berpijak dalam melaksanakan penelitian”.

Adapun yang menjadi anggapan dasar dalam penelitian ini adalah: *‘When That Music Starts To Play, Bad Moods Go and Good Moods Stay. No matter what kind of music you listen to, it makes your mood better’* (Stratton, dalam DeNoon (2003)