

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi tentang pendahuluan dari penelitian yang akan dilakukan. Pada bab ini akan dibahas secara mendalam mengenai dasar penelitian seperti latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur penelitian.

A. Latar Belakang

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) penampil musik atau musisi disebut juga sebagai musikus, musikus merupakan orang yang mencipta, memimpin, atau menampilkan musik; pencipta atau pemain musik. Penampil musik orkestra berbeda dengan penampil musik lainnya. Yang membedakan mereka adalah jenis alat musik yang dimainkan. Penampil orkestra biasanya memainkan alat musik seperti biola, viola, cello, kontrabas. Selain itu, pemain musik orkestra bermain musik secara bersamaan meskipun dengan partitur yang berbeda. Untuk membuat nada menjadi lebih harmonis ada beberapa faktor yang mempengaruhi penampilan. Faktor-faktor yang mempengaruhi penampilan tersebut menurut Savitri (2013) diantaranya memiliki keterampilan seperti teknik, interpretasi, improvisasi, daya mengingat, dan bermain menggunakan telinga; visualisasi yang diberikan kepada penonton, seperti pakaian yang digunakan atau desain panggung; komunikasi antara penampil dan penonton dan kecemasan yang dirasakan penampil musik.

Dari sekian banyak faktor, kecemasan penampil musik menjadi faktor yang krusial karena menurut pengalaman penulis sebagai seorang musisi orkestra di kota Bandung, ketika rekan penulis akan tampil seketika lupa membaca partitur akibat terlalu cemas. Selain itu, jika kecemasan yang dirasakan terlalu besar, akan memiliki efek merusak dan tidak mampu diatasi oleh penampil seperti musisi dapat terjerumus menggunakan narkoba, minuman keras, atau bahkan bunuh diri (Savitri, 2013). Menurut Jimenez (2016), menemukan bahwa kecemasan pada penampil musik memunculkan perasaan khawatir terhadap performanya ketika tampil, menghambat eksplorasi musiknya, memunculkan persepsi bahwa performa yang tidak maksimal meskipun sudah melakukan usaha untuk mencapai performa terbaiknya, perasaan bersalah, perasaan malu yang mengarah pada degradasi fisik yang berkelanjutan

Kenny Citra Aprianti, 2021

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN PENAMPIL MUSIK PADA MUSISI ORKESTRA DI KOTA BANDUNG

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

Hal yang dapat dilihat dari kecemasan performa musik yaitu perwujudan fisik dari kecemasan penampil sesaat sebelum pertunjukan. Konteks penampilan yaitu kecenderungan yang dimiliki para penampil baik konteks solo atau kelompok (Kenny, 2011). Fenomena tersebut sejalan dengan observasi yang dilakukan pada tanggal 20 Agustus 2018 di gedung Rumentang Siang, pada konser orkestra Komunitas Biola di Kota Bandung, yang dilakukan sebanyak 70 orang. 10 dari 70 orang penampil musik tersebut menunjukkan gejala kecemasan. Gejala kecemasan yang ditampilkan 1 (satu) orang menunjukkan gejala kecemasan yang ditandai dengan menarik diri dari hubungan interpersonal, yang ditunjukkan dengan berdiam sendiri dipojok ruangan dan tidak ingin diganggu. Lalu, terdapat 2 (dua) orang yang mengalami gejala hambatan berpikir, diketahui dari 2 (dua) orang tersebut yang seketika lupa cara membaca partitur. Selain itu, ada 3 (tiga) orang yang merasa tegang, dilihat dari aktivitas mereka yang berjalan kesana kemari dengan pola yang sama. Lalu, terdapat 3 (tiga) orang yang merasa khawatir saat penampilan yang akan dilakukannya nanti, hal ini ditunjukkan dengan cara dia berkata pada temannya bahwa ia merasa takut melakukan kesalahan saat penampilan nanti. Serta, ada 1 (satu) orang yang memilih untuk mengalihkan rasa cemasnya dengan merokok, hal tersebut diketahui dari percakapan dengan temannya yang mengatakan “Saya merokok dulu di luar, biar tidak tegang.”.

Kecemasan dalam bidang musik dapat disebut dengan kecemasan performa musik atau yang sering disebut dengan MPA (*Music Performa Anxiety*). Kecemasan tersebut telah lama menjadi fenomena yang melekat pada musisi (Picard, 1999). Musisi dituntut untuk tampil optimal dalam berbagai situasi. Seringkali situasi yang dihadapi cenderung menekan kondisi psikologis musisi sehingga menyebabkan mereka demam panggung atau mengalami kecemasan sebelum tampil (Ely, 1991). Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Parncutt & McPherson (2002), menemukan bahwa musisi yang menggunakan instrumen musik lebih banyak mengalami kecemasan sebanyak (47%), dilanjutkan dengan penyanyi (38%), penari (35%), dan aktor (33%). Menurut Amélie J. A. A. Guyon., dkk (2020), kecemasan ketika bermain musik memiliki korelasi dengan kecemasan secara umum, namun ketika berkelompok ada kecenderungan akan muncul sebagai suatu kecemasan sosial, terutama untuk setting permainan musik secara berkelompok / non- individual. Dari hal tersebut muncul kecenderungan jika individu membutuhkan dukungan sosial, karena tekanan yang didapati dari kecemasannya.

Bianka Dobos, Bettina F. Piko, Dianna T. Kenny (2018), melakukan penelitian terhadap pemain orkestra dengan jumlah sample 100 orang. Penelitiannya menemukan bahwa kecemasan pemain musik ada pada pemain orkestra yang mengarah pada kecenderungan individu untuk mencari dukungan sosial sebagai mekanisme untuk menangkal fobia sosial. Peneliti disini memiliki tujuan untuk melakukan penelitian bertepatan pemain orkestra karena dalam penelitian yang di lakukan Bianka., dkk mendefinisikan orkestra sebagai suatu aktifitas yang sama dengan permainan musik. Kecemasan dapat menimbulkan kecenderungan perfeksionisme pada pemain musik. Sedangkan dukungan sosial merupakan mekanisme yang dapat menangkal fobia sosial, karena fobia sosial dapat mengganggu performa pemain musik orkestra, dimana diperlukanya aktifitas kelompok yang banyak beririsan dengan aktifitas sosial (Bianka Dobos., dkk, 2018)

Hal tersebut sesuai dengan hasil observasi yang di lakukan sebelumnya. Kecemasan yang dirasakan penampil hanya berlangsung sesaat sebelum penampilan saja, sehingga saat telah dipanggung mereka bermain dengan fokus dan tidak terjadi kesalahan. Hal tersebut dapat terjadi karena dukungan sosial dari teman sebaya baik secara verbal maupun nonverbal yang mempengaruhi hal tersebut, terlihat dari adanya ajakan dari teman sebaya untuk pemanasan sebelum konser dimulai kepada seluruh peserta, berdoa, serta yel-yel semangat yang dilakukan. Selain itu ada pula yang memberi dukungan secara langsung yang dilakukan oleh salah satu peserta kepada temannya “semangat, tenang aja, yuk pasti bisa”, ada pula yang berkeliling sambil bersalaman dan menyemangati satu persatu peserta.

Berdasarkan observasi diatas, peneliti melihat pentingnya untuk mengendalikan kecemasan penampil musik dengan memberikan dukungan sosial. Sesuai dengan penelitian dari (Scheinder & Chesky, 2011) dukungan sosial memiliki hubungan terhadap kecemasan penampil musik, dimana semakin rendah dukungan sosial maka semakin tinggi kecemasan penampil musik. Menurut Rensi dan Sugarti (2010) dukungan sosial sebagai proses penafsiran seseorang terhadap bantuan yang diberikan kepadanya, terdiri dari informasi atau nasehat, baik bersifat verbal maupun non verbal, perhatian emosi, bantuan instrumental, yang membuat seseorang merasa diperhatikan. Selain dukungan sosial, menurut TanChyuan Chin & Nikki S Rickard (2014), musik merupakan media yang penting untuk regulasi emosi yang lebih baik bagi individu. Peran regulasi emosi dengan kecemasan untuk mereduksi kecemasan itu sendiri.

Dimana kecemasan yang berlebih pada individu bisa membuat individu menjadi stres, atau hal yang lebih buruknya dapat menyakiti mental individu sendiri.

Selain itu regulasi emosi bisa diartikan sebagai pengontrol dari kecemasan agar tidak berlebih pada konteks permainan musik. Menurut Ely (1991), kecemasan penampil timbul akibat merasakan suatu situasi tertekan. Individu akan menanggapi secara emosional terhadap situasi tertekan tersebut. Oleh karena itu diperlukan regulasi emosi yang baik untuk mengelola kecemasan musisi sebelum tampil di depan publik. Regulasi emosi sangat diperlukan karena beberapa bagian otak manusia menginginkan individu melakukan sesuatu pada situasi tertentu, sedangkan bagian lainnya menilai bahwa rangsangan emosional ini tidak sesuai dengan situasi saat itu sehingga membuat individu tersebut melakukan sesuatu atau tidak melakukan sesuatu (Gross, 1999). Regulasi emosi dibutuhkan setiap individu untuk mengarahkan dirinya tetap fokus pada tujuan utama mereka. Selain itu, regulasi emosi merupakan kemampuan yang fleksibel dan dapat dilatih (Thompson, 2009). Maka dari itu kontrol terhadap kecemasan itu penting, sehingga regulasi emosi merupakan variable yang penting untuk menghindari mental breakdown untuk pemain orkestra (Putwain., 2018).

Lebih lanjut lagi, Kenny (2011) menjelaskan bahwa kecemasan penampil musik dapat diartikan sebagai kekhawatiran atas masalah yang berkaitan dengan pertunjukan musik yang muncul melalui beberapa kerentanan (biologis dan psikologis). Pada taraf tertentu, kecemasan yang dirasakan penampil musik akan menjadi bermanfaat, karena akan menyebabkan penampil lebih waspada, sehingga penampil akan lebih sering latihan, fokus, dan siap tampil. Untuk meningkatkan performa musisi orkestra lebih optimal, maka perlu diidentifikasi lebih mendalam bagaimana cara untuk mengendalikan kecemasan (Ely, 1991). Hal ini sejalan dengan Picard (1999), yang menjelaskan bahwa mengurangi tingkat kecemasan dapat meningkatkan kualitas penampilan musik. Ketika seseorang gagal mengatasi kecemasan penampilan musiknya, ia tidak mampu mengontrol dirinya dan tentu akan menyebabkan penurunan kualitas penampilan musiknya. Sedangkan, jika seseorang mampu mengatasi kecemasan penampilan musiknya, maka ia mampu mempersiapkan dirinya lebih baik dan dapat menunjukkan kualitas penampilan musik yang baik. Terdapat beberapa penelitian yang telah mengungkapkan hubungan antara dukungan sosial dan regulasi emosi dengan tingkat kecemasan pada individu. Diantaranya oleh Saragi (2019) penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial

orangtua dengan kecemasan menghadapi masa depan pada pemusik regular di kota Semarang ($r_{xy} = -0,706$, $p = 0,000$). Sedangkan, penelitian Rifqi dan Suradijono (2014) menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi regulasi emosi dengan tingkat kecemasan performa musik. Sejauh ini belum ditemukan penelitian yang mengkaitkan antara regulasi emosi, dukungan sosial, dan kecemasan penampil musik pada musisi orkestra di kota Bandung. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk mengeksplorasi dan mengkajinya lebih komprehensif. Berdasarkan hal-hal tersebut maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi Dengan Kecemasan Penampil Musik pada Musisi Orkestra di kota Bandung”**.

B. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana pengaruh dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap kecemasan penampil musik pada musisi di Kota Bandung.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan peneliti ini adalah ingin mengetahui pengaruh dukungan sosial dan regulasi emosi terhadap kecemasan penampil musik pada musisi di kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

Sebelumnya telah dilakukan penelitian dengan 2 variabel yaitu regulasi emosi dan kecemasan penampil musik, namun penelitian sebelumnya tidak terdapat hubungan, sehingga penelitian ini menambah 1 variabel yaitu dukungan sosial.

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat memperoleh manfaat sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini akan memberikan manfaat untuk pengembangan di bidang keilmuan psikologi, khususnya mengenai pengaruh dukungan sosial dan regulasi emosi dengan kecemasan penampil musik.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi para musisi, untuk memberikan informasi bahwa untuk mengurangi kecemasan penampilan dibutuhkan dukungan sosial dan regulasi emosi agar tercapainya suatu keberhasilan di dalam penampilannya.
- b. Bagi manajer atau produser musik dapat membuat program khusus untuk menurunkan emosi cemas bagi para musisi.

Kenny Citra Aprianti, 2021

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN PENAMPIL MUSIK PADA MUSISI ORKESTRA DI KOTA BANDUNG

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