



**PEMANFAATAN PEMUTARAN MUSIK TERHADAP PSIKOLOGIS PASIEN PADA KLINIK
ELLENA SKIN CARE DI KOTA SURAKARTA**

Niswati Khoiriyah

Jurusan Sendratasik, FBS, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Syahrul Syah Sinaga✉

Jurusan Sendratasik, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Desember
2017

Disetujui Desember
2017

Dipublikasikan
Desember 2017

Kata Kunci

Pemanfaatan musik,
psikologis.

Musik selain sebagai hiburan dapat dimanfaatkan dalam berbagai tujuan. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan pelaksanaan pemanfaatan musik terhadap psikologis pasien di klinik ellena skincare Surakarta. Penelitian ini dilakukan dengan metode deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dokumentasi dan studi literatur. Teknik analisis data sesuai dengan data kualitatif yaitu deskriptif kualitatif meliputi reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan, kemudian verifikasi. Hasil penelitian: (1) Pemutaran musik sebagai media relaksasi di klinik Ellena skincare dilakukan dengan pemilihan jenis musik yaitu pop dan instrumental yang bertempo lambat. (2) Pemutaran musik di klinik Ellena skincare memberikan stimulasi positif terhadap pasien berupa rasa relaks, tenang dan nyaman.

Music other than as entertainment can be utilized in various purposes. Based on these things then this is meant to know and describe how to utilize music sufferer at ellena skincare clinic Surakarta. This research was conducted by qualitative descriptive method. The data collection was done by observation, interview, documentation and literature study. Data analysis techniques in accordance with qualitative data that is descriptive qualitative data reduction, data presentation and conclusion, then verification. Result of research: (1) Music playback as relaxation media at Ellena skincare clinic is done with the type of music that is pop and instrumental with slow tempo. (2) Music awards at the Ellena skincare clinic provide positive stimuli for patients feeling satiated, calm and comfortable.

Keywords: utilization of music, psychological.

✉ Jurusan Sendratasik, Kampus Sekaran Unnes
Gunungpati, Semarang 50229
Email: Suharto@mail.unnes.ac.id

PENDAHULUAN

Musik adalah bentuk suatu hasil karya seni bunyi dalam bentuk lagu atau komposisi musik yang mengungkapkan pikiran dan perasaan penciptanya melalui unsur-unsur musik yaitu irama melodi, harmoni, bentuk dan struktur lagu dan ekspresi sebagai satu kesatuan menurut (Jamalus, 1988:1-2). Menurut Banoe (2003: 288) musik adalah cabang seni yang membahas dan menetapkan berbagai suara ke dalam pola-pola yang dapat dimengerti dan dipahami manusia. Musik adalah ilmu pengetahuan dan seni tentang kombinasi ritmik dari nada-nada, baik vokal maupun instrumental, yang meliputi melodi dan harmoni sebagai ekspresi dari segala sesuatu yang ingin diungkapkan terutama aspek emosional Bahari (2008: 55).

Pada saat ini musik juga sudah menjadi sebuah kebutuhan bagi manusia. Bagi pencipta musik, musik menjadi suatu luapan emosi jiwa, dimana perasaan yang ada di pencipta musik tersampaikan. Bagi penikmat musik, dengan mendengar musik yang sesuai dengan suasana hati maka harapannya agar bisa merasa lebih relaks dan lebih baik.

Sejarah dan Perkembangan Relaksasi Musik

Kehadiran musik sebagai bagian dari kehidupan manusia bukanlah hal yang baru. Setiap daerah dan budaya di dunia memiliki musik yang khusus drbicara diperdengarkan atau dimainkan pada saat peristiwa-peristiwa bersejarah dalam perjalanan hidup anggota masyarakatnya. Ada musik yang dimainkan untuk mengungkapkan rasa syukur atas kelahiran seorang anak, ada juga musik yang khusus mengiringi upacara-upacara tertentu seperti pernikahan dan kematian. Musik juga menjadi pendukung utama untuk melengkapi dan menyempurnakan beragam bentuk kesenian dalam berbagai budaya Djohan (2006: 23).

Musik yang merupakan kombinasi dari ritme, harmonik dan melodi sejak dahulu diyakini mempunyai pengaruh terhadap pengobatan. Terapi musik adalah keahlian menggunakan musik dan elemen musik oleh seorang terapis untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan fisik, mental, emosional dan spiritual. Terapi musik merupakan suatu

proses multidisipliner yang harus dikuasai oleh seorang terapis, namun elemen dasarnya adalah musik itu sendiri. Seorang terapis diwajibkan menguasai setidaknya satu alat musik pokok dan satu pilihan lainnya Djohan (2006: 25).

Gagasan untuk menggunakan musik sebagai alat penyembuhan dan perubahan perilaku sudah dimulai sejak zaman Phytagoras dan Plato Djohan (2006: 28). Phytagoras sudah memahami apa yang diketahui para ilmuwan saat ini bahwa musik bisa mengubah perilaku. Phytagoras menganggap jagat raya sebagai sebuah alat musik. Dia percaya adanya getaran kosmis yang bisa memasuki manusia melalui pikiran. Orang yang selaras dengan getaran kosmis tersebut adalah orang yang sehat Merritt (2003: 68).

Musik tidak hanya berfungsi dalam bidang pendidikan saja melainkan musik juga berfungsi untuk sebagai hiburan. 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 menggugah emosi pendengar (alfiyah, 2012. <http://alfiyah90.wordpress.com>).

Secara fidiologis, musik berhubungan dengan indra pendengaran, namun secara psikologis musik berhubungan dengan berbagai fungsi psikis manusia seperti persepsi, abstraksi, mood dan berbagai fungsi psikologis lainnya. Perbedaan cepat-lambat tempo lagu contohnya, mempengaruhi persepsi terhadap rangsang pendengaran yang merujuk pada penafsiran makna yang berbeda. Penafsiran lagu bertempo cepat diartikan dengan sesuatu yang menggugah semangat dibandingkan lagu yang bertempo lambat. Pemilihan lagu bernada tinggi cenderung dipersepsi sebagai sesuatu yang mengandung emosi yang lebih kuat dibandingkan yang rendah.

Menurut Tyas (2008: 107) musik merupakan keajaiban yang bersifat subyektif. Hal ini karena cita rasa musik selalu menjadi rasa yang disadari dan dinikmati dengan perasaan (emosi). Pemilihan jenis musik yang tepat akan memberikan efek emosional bagi

pendengarnya, seseorang akan hanyut dalam suatu irama dan nada-nada lagu tersebut.

Pengertian pemanfaatan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008: 912) yaitu guna, memanfaatkan, dan bermanfaat. Pemanfaatan dapat diartikan sebagai memanfaatkan sesuatu agar bermanfaat atau berguna untuk sesuatu. Memanfaat berarti sesuatu yang dapat dinikmati langsung pada saat itu juga. Dapat dikatakan mendatangkan keuntungan kepada suatu pihak. Dalam konteks kesehatan, memanfaatkan sesuatu untuk memberikan kesembuhan kepada pasien.

Pengertian Psikologi

Menurut asal katanya, Psikologi berasal dari kata Yunani "Psyche" yang berarti jiwa dan "Logos" yang berarti ilmu, jadi secara harfiah Psikologi berarti Ilmu Jiwa. Menurut James (Makmun, 2016 : 3) "Psikologis sebagai salah satu cabang ilmu pengetahuan dapat didefinisikan dalam berbagai variasi menurut metode khusus atau lapangan ilmu yang dipelajari oleh ahli psikologi yang membuat definisi itu".

Adapun beberapa unsur-unsur dalam psikologi teori menurut para ahli, menurut Robert dan Donald (Makmun, 2016: 4) "Psikologi dapat didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari aktivitas individu". Sedangkan Garden (2016: 4) "Psikologi adalah ilmu yang mempelajari respons yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya". Menurut Ernest (dalam Makmun, 2016: 4) "Psikologi dapat didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dan makhluk lainnya". Sedangkan menurut Sarlito (Makmun, 2016: 4) "Psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dengan lingkungannya". Dari kesimpulan teori-teori bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari manusia tentang ilmu pengetahuan dari aktivitas manusia serta juga mempelajari respons manusia terhadap lingkungannya dan juga ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku manusia terhadap lingkungannya. Dari beberapa teori di atas terdapat beberapa unsur dalam psikologi yaitu, Ilmu pengetahuan, Tingkah laku atau perbuatan, Manusia, Lingkungan.

Berdasarkan penelitian yang berjudul "Pemanfaatan pemutaran musik terhadap psikologis pasien pada klinik elena skincare kota surakarta" penelitian yang terkait dengan judul tersebut ada tiga yaitu; Eksperimen yang dilakukan oleh Dinar Sari Eka Dewi mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta-Indonesia (2006) terhadap pasien stroke di RSUD Banyumas menggunakan musik gendhing Banyumasan ternyata dapat menurunkan tingkat depresi itu terbukti bahwa terjadi penurunan yang sangat cepat pada ekspresi gejala depresi, aspek emosi sehingga lebih rileks dan nafsu makan membaik. Menurut Aristoteles dengan musik, suasana ruang batin seseorang dapat dipengaruhi, baik itu suasana bahagia atau sedih, bergantung pada pendengar itu sendiri. Musik dapat memberi semangat pada jiwa yang lelah, resah dan lesu. Sebagai hiburan, musik dapat memberikan rasa santai dan nyaman atau penyegaran pada pendengarnya

Perawatan kecantikan pada saat ini sudah menjadi kebutuhan bagi setiap orang yang menginginkan kulit yang sehat, khususnya wanita yang menginginkan kecantikan dan kesempurnaan. Gaya hidup kaum wanita pada saat ini menuntut untuk lebih memperhatikan penampilan, untuk itu perawatan kulit sangat penting bagi setiap orang. Terlebih lagi untuk mengatasi berbagai keluhan yang menyebabkan masalah pada kulit yang dapat mengurangi kecantikan, maka itu setiap orang membutuhkan produk dan perawatan yang tepat.

Klinik kecantikan identik dengan tempat yang nyaman dan sarana untuk relaksasi. Banyak *treatment* yang ditawarkan seperti *facial*, *body spa*, *hair spa*, dan lain-lain. Selain perawatan tersebut juga diberikan fasilitas pemutaran musik. Pemutaran musik tersebut sebagai penunjang kenyamanan bagi pasien agar merasa relaks pada saat melakukan perawatan.

Musik dikenal melalui penelitian sebagai media perangsang relaksasi non farmasi yang aman, murah, dan efektif Samuel (Abel, 2016,2). Di sebuah klinik kecantikan yang biasa peneliti melakukan perawatan kecantikan yaitu klinik kecantikan ELLENA SKINCARE DI SURAKARTA yang berada di Jl. Setiabudi

no. 80 Surakarta memberika fasilitas pemutaran musik. Dimaksudkan agar pasien merasakan relaks dan nyaman pada saat melakukan perawatan kecantikan sehingga pasien merasa segar dan semangat kembali.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Dalam prosesnya memaparkan atau menggambarkan hasil pengamatan dengan data-data yang telah dikumpulkan dari lapangan. Data-data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata, catatan-catatan hasil pengamatan, gambar dan *bukan* angka-angka (Moleong, 2006:11). Sasaran dalam penelitian ini adalah pemanfaatan musik terhadap psikologis pasien di klinik Ellena skincare surakarta.

Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi dan studi literatur. Observasi disini dimaksudkan dengan mengamati langsung. Hal-hal yang diamati meliputi keadaan, respon, dan hasil yang diperoleh setelah melakukan perawatan. Wawancara dilakukan kepada individu-individu yang dipilih seperti supervisor dan pasien sebagai narasumber yang dianggap terlibat dan mengetahui tentang pemanfaatan musik di klinik Ellena skincare. Dokumentasi dilakukan untuk memperoleh dokumen-dokumen, baik dalam bentuk tulisan, catatan-catatan, gambar dan foto. Studi literatur adalah sebagai acuan peneliti untuk memberikan pendapat-pendapat dan teori-teori sebagai pendukung terhadap permasalahan.

Metode pemeriksaan keabsahan data dilakukan dengan triangulasi. Meliputi tiga unsur yaitu sumber, metode, dan teori. Dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Proses analisis data dilakukan reduksi data, sajian data dan penarikan kesimpulan, kemudian verifikasi.

HASIL PENELITIAN

Klinik ellena skincare terletak di Jl. Dr. Setiabudi No.80, Gilingan, Banjarsari, Kota Surakarta. klinik tersebut berdiri sejak tanggal 7 Februari 2007. Fasilitas yang diberikan oleh klinik tersebut sudah cukup lengkap, seperti ruang tunggu pasien, ruang konsul dokter, ruang perawatan kecantikan, kantin, toilet, mushola, dan lain-lain.

Pemanfaatan musik

Klinik Ellena skincare merupakan salah satu pelopor klinik kecantikan dan perawatan kulit di kota surakarta sejak tahun 2007 yang dengan setia dan sabar dalam membantu menangani berbagai permasalahan kulit, meningkatkan kesehatan kulit dan penampilan kulit, serta mempertahankan keremajaan kulit anda dengan didukung berbagai produk inovatif dan peralatan estetika modern terkini. Fasilitas yang diberikan tidak hanya perawatan wajah melainkan dari segi kenyamanan pada saat melakukan perawatan dengan diiringi musik. Klinik ellena skincare adalah salah satu yang memberikan sarana pemutaran musik.

Seiring dengan perkembangan teknologi dengan banyaknya artikel dan penelitian yang menjelaskan bahwa musik membawa manfaat untuk relaksasi terhadap psikologis pasien, khususnya emosional pasien yang melakukan perawatan. Maka musik dipilih sabagai media alternatif untuk membantu pasien mengembalikan energy pasien yang sudah terbuang setelah kegiatan sehari-hari.

(1) Pemutaran musik

Fasilitas yang diberikan tidak hanya perawatan wajah melainkan dari segi kenyamanan pada saat melakukan perawatan dengan diiringi musik. Klinik ellena skincare adalah salah satu yang memberikan sarana pemutaran musik. pemutaran musik tersebut sudah diperdengarkan sejak pertama kali klinik tersebut di dirikan. Pemutaran musik tersebut dimaksudkan untuk memberikan efek positif pada saat pasien melakukan perawatan atau menunggu antrian. artikel dan penelitian yang menjelaskan bahwa musik membawa manfaat untuk relaksasi terhadap psikologis pasien, khususnya emosional pasien yang melakukan perawatan. Maka musik dipilih sabagai media alternatif untuk membantu pasien mengembalikan energy pasien yang sudah terbuang setelah kegiatan sehari-hari.

(2) Pembagian waktu pemutaran

Di klinik Ellena skincare memberikan fasilitas pemutaran musik sebagai pendamping pada saat pasien melakukan perawatan kecantikan. Musik yang diputar di klinik tersebut berjenis

musik pop dan musik instrumental. Tetapi musik tersebut tidak diputarkan dalam waktu yang bersamaan, agar pasien tidak mengalami kebosanan mendengar musik tersebut. Musik pop diputarkan pada hari senin, rabu, jum'at dan minggu, sedangkan musik instrumental diputarkan pada hari selasa, Kamis dan Sabtu. Dengan pembagian waktu tersebut pemanfaatan musik lebih efektif karena pasien tidak merasa bosan, musiknya juga selalu berganti.

(3) Pemilihan jenis musik

Musik yang sering diputarkan adalah musik pop dan instrumental. Nama musik Pop diambil dari kata "populer" dan merupakan jenis musik yang mudah untuk didengarkan atau istilahnya *easy listening*. Dengan nada-nada dan melodi dalam musik pop yang mudah untuk diikuti oleh pasien di klinik ellena skincare, kebanyakan pasien dapat menyanyikan lagunya dengan mengikuti ritme lagunya sehingga dalam melakukan perawatan pasien merasa rileks. Ciri-ciri musik pop tersebut melodi mudah diterapkan dengan berbagai karakter jenis musik yang lain, lagu mudah untuk disenandungkan dan mudah dipahami, harmoni tidak rumit, tempo bervariasi. Musik pop merupakan musik yang paling banyak memiliki peminat. Banyak yang beranggapan bahwa musik pop itu lebih mudah disukai oleh kalangan masyarakat. Karena lagunya mudah diikuti oleh masyarakat, lagunya kebanyakan lebih menyinggung masalah pribadi yang sedang dialami. Banyak pasien klinik ellena skincare yang memilih jenis musik pop ini, karena lebih enak untuk didengarkan dan pasien merasa lebih santai dalam menjalani perawatan. Karena padatnya aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh pasien tersebut sehingga ia sangat merasa lelah dan membutuhkan *refreshing*,

Musik intrumental Adalah jenis musik yang tidak ada vocal atau ber lirik. Vocal utama digantikan dengan suara instrumen musik. Musik jenis ini banyak diperdengarkan di klinik-klinik kecantikan, salah satunya klinik Elena skincare. Di klinik Ellena skincare memberikan fasilitas pemutaran musik sebagai pendamping pada saat pasien melakukan perawatan kecantikan. Musik yang diputar di klinik tersebut berjenis musik pop dan musik

instrumental. Oleh sebab itu pasien memilih untuk melakukan perawatan dengan diiringi musik. karena musik tersebut menyenangkan dan pasien merasa relaks mendengarkannya. bosan, Oleh sebab itu sekarang klinik tersebut mengacak musik yang diputar. Musik yang diputar selalu mengikuti lagu yang *booming* pada saat ini. Seperti contoh lagunya glenn fredly, d'cinnamons, mariah carrey, payung teduh dan lain-lain.

(4) Tempo dalam lagu

Karakteristik di dalam musik yang diputarkan di klinik Ellena skincare adalah meliputi tempo lagu dan modus bertangga nada mayor adalah sebagai berikut. Setiap jenis musik mempunyai karakter musik sendiri-sendiri. Menurut Jamalul (1991:1) suatu karya seni bunyi dalam bentuk lagu atau komposisi musik, yang mengungkapkan pikiran dan perasaan melalui unsur-unsur musik, yaitu irama, melodi, harmoni, bentuk atau strukturlagu, dan ekspresi sebagai satu kesatuan. Lagu atau komposisi baru itu merupakan hasil karya seni jika diperdengarkan dengan menggunakan suara (nyanyian) atau dengan alat-alat musik.

Menurut Hevner (Djohan, 2009:98) meneliti tentang sebuah lagu pendek permainan piano dengan memperdengarkan versi asli dan versi yang telah diadaptasi. Pada versi yang sudah diadaptasi, ia sedikit merubah beberapa elemen musik seperti modus (tangga nada mayor-minor), harmoni (sederhana-rumit), irama (monoton-lancar), tempo (cepat-lambat), dan garis melodi (naik-turun). Saat pendengar diminta untuk menjeaskan tentang pengalaman emosi dari musik yang telah didengar, modus dan tempo memiliki pengaruh yang sangat kuat. Apabila permainan piano tersebut dimainkan dengan tempo cepat dan modus mayor, pendengar akan menangkap kesan riang gembira. Sebaliknya bila lagu dimainkan dalam tempo lambat dan modus minor musik tersebut terkesan imajinatif dan sensitif.

Bahwa tempo musik yang diputarkan di klinik ellena skincare berkisar antara 50-70 M.M. Musik yang bertempo lambat tersebut dapat memberikan rasa nyaman kepada pasien klinik skincare, sehingga pasien merasa relaks dan tenang. . Seperti contoh lagu "my heart will go on" lagu ini bertempo lambat yaitu 60 M.M

(*largetto*) dan bertangga nada mayor. Lagu tersebut sudah banyak dikenal mulai dari kalangan muda maupun tua, sehingga semua dapat menikmati lagu tersebut. Lagu tersebut bernada dasar D Major. Lagu tersebut sangat terkenal dikalangan muda maupun tua. Banyak di *cover* dalam bentuk instrumental maupun *accoustic*. Lagu ini memiliki rangkaian melodi yang mudah untuk didengar dan diikuti. Dinamika dalam lagu tersebut berawal dari lembut kemudian menjadi sedikit keras tetapi tetap menenangkan sehingga pasien merasa tenang dan relaks. Di bagian awal lagu tersebut terkesan berdinamika lembut dan naik hingga ke *interlude* lagu, dimaksudkan untuk mengembalikan emosi pasien yang awalnya merasa lelah agar menjadi lebih semangat kembali. Di bagian akhir lagu berdinamika turun dimaksudkan untuk merelaksasikan pasien agar merasa nyaman dan tenang, karena dinamika lagu yang turun dan lembut memberikan *stimuli* pasien agar dapat menikmati perawatan dengan nyaman sehingga menjadikan pasien *fresh* kembali.

Musik-musik bertempo lambat mampu memberikan stimulus yang baik untuk ketenangan karena dapat memusatkan perhatian pada lagu, pernafasan yang dapat membantu konsentrasi, dan menirukan melodi yang dapat mengalihkan pikiran dan masalah yang sedang dihadapi, penyesuaian dengan tempo lagu tersebut akan segera membantu masuk ke dalam perasaan yang lebih tenang dan rileks. Lagu-lagu bertempo lambat sangat memberikan pengaruh terhadap ketegangan atau kondisi rileks pada diri seseorang, karena dapat merangsang pengeluaran *endorphine* dan *setronin*, yaitu sejenis morfin alami tubuh dan juga *metanolin* sehingga kita bisa merasa lebih relaks pada tubuh seseorang yang mengalami stress. Vibrasi dan harmonisasi yang dihasilkan dari musik akan mempengaruhi seseorang secara fisik yang menyebabkan seseorang menjadi rileks atau santai, sedangkan irama yang teratur mempengaruhi seseorang secara psikis yang membuatnya menjadi nyaman dan tenang.

Musik sebagai stimuli psikologis pasien

Manfaat musik dalam bidang kesehatan menurut John M. Ortiz (2002 : 120) adalah sebagai berikut: 1) Menurunkan tekanan darah melalui ritmik musik yang

stabil memberikan irama teratur pada sistem jantung manusia. Dimaksudkan bahwa sebelum pasien melakukan perawatan adalah tekanan darah meningkat akibat rasa stress yang dirasakan setelah melakukan rutinitas setiap hari. 2) Menstimulasi kerja otak, dengan mendengarkan musik dengan harmony yang baik akan menstimulasikan otak untuk melakukan proses analisa terhadap lagu tersebut. 3) Meningkatkan imunitas tubuh yaitu suasana yang ditimbulkan oleh musik akan mempengaruhi sistem kerja hormon manusia dan jika kita mendengar musik baik atau positif maka hormon yang meningkatkan imunitas tubuh juga akan berproduksi. Memberikan keseimbangan pada detak jantung dan denyut nadi. 5) Musik menyebabkan tubuh menghasilkan hormon *beta-endorfin*, ketika mendengarkan suara yang indah maka hormon "kebahagiaan" (*beta-endorfin*) akan berproduksi.

Masyarakat memerlukan pengetahuan tentang manfaat musik sebagai media untuk relaksasi. Masih banyak yang merasa bahwa musik digunakan sebagai mode kesehatan hanya di kalangan tertentu. Terlepas dari asumsi tersebut, manfaat musik tetap berkembang sebagai sebuah alternatif pengobatan yang mulai banyak diminati. Sudah banyak terapis musik yang berijazah dan berlisensi bekerja di berbagai rumah sakit, pusat rehabilitasi, pusat kesehatan, dan lembaga pendidikan di Amerika. Musik dan irama menghasilkan efek penyembuhan karena dapat menenangkan aktivitas yang berlebihan dari belahan otak kiri. Ditambahkan pula bahwa suara repetitif dapat mengirimkan sinyal konstan kepada korteks serta menutup masukan dari indera yang lain seperti penglihatan, sentuhan, dan bau. Jika sensori masukan menurun, kegaduhan normal belahan otak kiri dengan pembicaraan internal, analisis, dan keputusan logis akan reda lalu menstimulasi bagian terdalam dari otak yang merupakan letak simbol, visual, dan emosi.

Musik dapat menimbulkan emosional yang positif untuk pasien. Emosional yang positif seperti bahagia, senang, ceria, damai, rasa syukur. Emosional positif mengekspresikan sebuah evaluasi atau perasaan yang menguntungkan. Emosi positif adalah emosi yang mampu menghadirkan perasaan positif terhadap

seseorang yang mengalaminya. Menurut Lazarus (yuyun, 2011) mendefinisikan emosi positif sebagai emosi yang sesuai atau sejalan dengan tujuan seseorang, misal emosi senang atau cinta. Emosi positif dibagi menjadi lima jenis *Happiness* merupakan perasaan senang yang dirasakan seorang individu yang disebabkan karena individu tersebut telah mencapai suatu tujuan.

Menurut Mucci (2006) mendengarkan musik yang menyenangkan serta menghanyutkan perasaan, bisa mengalihkan perhatian seseorang dari rasa sakit. Sebagai pengganti bahan-bahan kimia, musik merupakan “obat” yang mampu membuat seseorang rileks. Di samping melepas emosi, musik juga memberikan keuntungan lain yang benar-benar berifat fisik. Frekuensi atau kecepatan getaran nada merupakan sumber yang meredakan rasa sakit. Musik sangat banyak manfaatnya terhadap psikologis manusia terutama dengan emosi. Emosi mempunyai arti yang beda dalam bidang musikologi, dalam bidang tersebut emosi dimaknai dengan cepat lambat (tempo) atau keras lembutnya (dinamika) sebuah komposisi musik. Banyak yang mengakui bahwa musik dapat meningkatkan intensitas emosi, tidak hanya itu untuk memberikan hasil yang akurat diusulkan pengertian ‘emosi musikal’ dipahami sebagai suasana hati (mood), pengalaman, atau perasaan yang dipengaruhi akibat mendengarkan musik. Sehingga musik mempunyai fungsi sebagai stimulus atau dorongan untuk timbulnya sebuah pengalaman emosi.

Menurut Meyer (djohan, 2009:92) ada beberapa elemen dalam musik seperti perubahan melodi atau irama yang dapat menghasilkan penafsiran baru tentang emosi musikal. Musik dapat meningkatkan ketegangan perasaan, khususnya secara langsung dan juga cepat menimbulkan rasa senang. Semakin banyak ketegangan yang ditimbulkan, maka semakin besar pula pelepasan emosi sebagai sebuah resolusi. Difokuskan terletak pada ketegangan yang dibangun serta resolusi atau pelepasan baik dalam musik itu sendiri atau bagi pendengarnya. Bila terjadi resolusi maka akan timbul relaksasi.

Musik dapat menimbulkan emosional yang positif untuk pasien. Emosional yang positif seperti bahagia, senang, ceria, damai, rasa syukur. Emosional positif mengekspresikan sebuah evaluasi atau perasaan yang menguntungkan. Emosi positif adalah emosi yang mampu menghadirkan perasaan positif terhadap seseorang yang mengalaminya. Menurut Lazarus (yuyun, 2011) mendefinisikan emosi positif sebagai emosi yang sesuai atau sejalan dengan tujuan seseorang, misal emosi senang atau cinta. Emosi positif dibagi menjadi lima jenis *Happiness* merupakan perasaan senang yang dirasakan seorang individu yang disebabkan karena individu tersebut telah mencapai suatu tujuan.

Musik sebagai pengalihan rasa tidak nyaman. Mendengarkan musik yang disukai berpengaruh terhadap sistem limbik dan saraf otonom, mampu menciptakan suasana rileks, aman, dan menyenangkan. Sehingga dapat merangsang pelepasan *endorphin* yang dapat mengurangi rasa sakit (anonymous, 2007). Musik memiliki efek *distraction*, *relaxion*, *familiarity*, dan *endorphin* release. Efek *distraction* karena pasien dapat mengalihkan perhatian pada hal lain dan perhatiannya tidak terpuat pada rasa sakitnya. Efek *relaxion*, biasanya dengan musik yang memiliki tempo lambat sehingga memberikan efek menenangkan. Efek *familiarity*, yaitu pasien dapat merasa lebih nyaman. Efek *endorphin* release, yaitu mendengarkan musik dapat merangsang otak mensekresikan hormon *endorphin*.

Distraction dapat melalui pendengaran seperti pasien pada saat melakukan perawatan *facial* atau pengambilan komedo pasti merasakan sakit, karena hidung pasien dipencet dengan menggunakan alat kecantikan. Oleh karena itu musik dapat dimanfaatkan sebagai pengalihan rasa sakit contohnya melalui pendengaran. Pasien dianjurkan untuk mendengarkan musik dan berkonsentrasi pada musik tersebut. Maka secara tidak langsung dan disadari pasien akan beralih fokus terhadap lagu tersebut sehingga rasa sakit yang ditimbulkan oleh perawatan *facial* tersebut berkurang. Seperti yang diungkapkan pasien bernama sri handini klinik ellena skincare bahwa pada saat

melakukan perawatan dengan diperdengarkan musik rasa sakit akibat di *facial* atau menghilangkan komedo di hidung rasa sakitnya sedikit teralihkan oleh musik yang diputar.

SIMPULAN

Pemanfaatan musik yang diberikan oleh klinik Ellena skincare sangat memberikan manfaat bagi pasien di klinik tersebut, meliputi pemutaran jenis-jenis musik yaitu jenis musik pop dan instrumental, sampai pemilihan lagu-lagu yang bertempo lambat sehingga memberikan rasa nyaman untuk pasien pada saat melakukan perawatan kecantikan. Dari kedua jenis musik tersebut banyak disukai oleh pasien-pasien klinik ellena skincare surakarta, selain musiknya mudah didengar dan dipahami juga memberikan rasa relaks terhadap pasien. Para pasien klinik ellena skincare sudah membuktikan bahwa musik mempunyai manfaat terhadap psikologis pasien. Terutama aspek emosional pasien, bahwa pasien mengalami perubahan setelah melakukan perawatan. Tempo lagu yang dipilih oleh klinik tersebut berkisar antara 50-70 bpm, itu dapat diartikan lagu-lagu tersebut dinyanyikan dalam kecepatan 50 ketukan untuk lagu yang bertempo 50 bpm. Dari tempo lagu berjenis ini pasien merasa lebih nyaman. Bahkan pasien bisa tidur pada saat melakukan perawatan. Pemanfaatan musik dapat memberikan *stimuli* positif bagi pasien seperti yang dirasakan oleh beberapa pasien yang sudah diwawancarai bahwa musik tersebut memberikan rasa nyaman, tenang, dan relaks pada saat melakukan perawatan kecantikan. Musik juga dapat digunakan sebagai pengalihan rasa tidak nyaman pada saat pasien melakukan perawatan sehingga rasa tidak nyaman yang dirasakan pada saat melakukan *treatment facial* sedikit berkurang.

Pemanfaatan musik di klinik ellena skincare untuk tetap melanjutkan pemanfaatan musik sebagai salah satu media untuk membantu pasien merelaksasikan diri. Karena pemanfaatan musik tersebut cukup membantu pasien merasa nyaman melakukan perawatan ditempat tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Abel, Giza A F. 2016. "Pengaruh Pemanfaatan Musik Instrumental Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Cabut Gigi di Klinik Sehat Sejahtera Yogyakarta" *skripsi* program studi pendidikan Seni Musik di Universitas Negeri Semarang.
- Alfiyah. 2012. *Media Audio dalam Media Pembelajaran*. Diakses tanggal 15 Mei 2012. <http://alfiyah90.wordpress.com/2012/04/01/media-audio-4/>.
- Bahari, Nooryan. 2008. "Kritik Seni: Wacana, Apresiasi, dan Kreasi" Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Banoë, P. (2003). *Kamus Musik*. Yogyakarta : Kanisius.
- Dewi,E.S.D. 2006. Efek terapi musik "Gendhing Banyumasan" dalam menurunkan depresi pada pasien stroke. *Tesis*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Djohan. 2009. Psikologi Musik. Cetakan III. Yogyakarta:best publisher.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Jamalus. 1988. Panduan Pengajaran buku Pengajaran musik melalui pengalaman musik. Jakarta. Proyek pengembangan Lembaga Pendidikan.
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. *Stress appraisal and coping*. Newyork : Springer Publishing Company. Inc.
- Moleong, j, Lexy. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mucci & Mucci.(2002). *The Healing Sound Of Music: Manfaat Musik Untuk Kesembuhan Kesehatan Dan Kebahagiaan Anda*. Jakarta: Gramedia Pustaka Umum

Musbikin, I. 2009. *Kehebatan Musik Untuk Mengasah Kecerdasan Anak*. Jogjakarta: Power Books (Ihdina).

M. Ortiz, John. (2002). *Nurturing Your Child with Music*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Umum.

Tyas, Esti Endah Ayuning. 2008. *Cerdas Emosional Dengan Musik*. Yogyakarta: Arti Bumi Intaran

