

EKSPERIMENTASI METODE MUSIK TERAPI DAN IMPLIKASINYA UNTUK PASIEN SKIZOFRENIA

Elya Nindy Alfionita & Bondet Wrahatnala

Pengkajian dan Penciptaan Seni Pertunjukan,
Pascasarjana, Institut Seni Indonesia Surakarta
nindy.elya@yahoo.co.id

ABSTRACT

This research arises because of a musical phenomenon in which there is adaptation as a form of healing efforts to patients with schizophrenic psychiatric disorders. Schizophrenia is a severe mental disorder that attacks the majority of people in Indonesia. This becomes a critical problem, because it has implications for the balance of human life in undergoing its activities. The types of schizophrenia patients in music therapy include; paranoid schizophrenia, hebrefenic schizophrenia, residual schizophrenia, and unspecified schizophrenia.

In dissecting the issue of experimenting with the therapeutic music method, applying the workings of qualitative research to the descriptive analytic method. Ethnomusicology approaches and perspectives are used to dissect the musical contextual aspects. Allan P Merriam's views on the function of music in society.

Ethnomusicology approach is a multidisciplinary study in the sense that not only one theory is used to dissect the problem. However, ethnomusiokology provides space for other disciplines to deepen the studies conducted in a study. Ethnomusicologists are used practically through music-centered interventions in a particular community, the purpose of which is to benefit the community.

The results of the analysis found that dangdut music therapy is able to normalize the emotional nerve performance of schizophrenic patients. Tempo 65-75 bpm is noted to stabilize the emotions of schizophrenia patients with these four types.

Keywords: *Schizophrenia, Music Therapy, Emotional Stability*

ABSTRAK

Penelitian ini muncul karena adanya sebuah fenomena musik yang di dalamnya terdapat adaptasi sebagai sebuah bentuk upaya penyembuhan kepada penderita gangguan kejiwaan *skizofrenia*. Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang menyerang mayoritas masyarakat di Indonesia. Hal ini menjadi masalah yang kritis, karena berimplikasi bagi keseimbangan hidup manusia dalam menjalani aktivitasnya. Adapun tipe-tipe pasien skizofrenia dalam terapi musik antara lain; *skizofrenia paranoid, skizofrenia hebrefenik, skizofrenia residual, dan skizofrenia takterinci*.

Dalam membedah persoalan tentang eksperimentasi metode musik terapi tersebut, menerapkan cara kerja penelitian kualitatif dengan metode deskriptif analitik. Pendekatan dan perspektif etnomusikologi digunakan untuk membedah aspek

kontekstual musik. Dengan meminjam pandangan Allan P. Merriam tentang fungsi musik dalam masyarakat.

Pendekatan etnomusikologi merupakan kajian multidisiplin dalam arti tidak hanya satu teori saja yang digunakan untuk membedah persoalan. Namun, etnomusikologi memberikan ruang untuk disiplin lain guna memperdalam kajian yang dilakukan dalam sebuah penelitian. Etnomusikologis digunakan secara praktis melalui intervensi yang berpusat pada musik dalam komunitas tertentu, yang tujuannya adalah untuk memberikan manfaat bagi komunitas tersebut.

Hasil analisis ditemukan bahwa terapi musik dangdut mampu menormalkan kembali kinerja saraf emosi pasien skizofrenia. Tempo 65-75 bpm tercatat mampu menstabilkan emosi pasien *skizofrenia* empat tipe tersebut.

Kata Kunci : Skizofrenia, Terapi Musik, Kestabilan Emosi

PENGANTAR

Keadaan mental seseorang ditentukan oleh pola gelombang otak (Pasero, C., dan McCaffery 2007, 160-74). Apabila terdapat salah satu gelombang otak manusia terganggu maka aktivitas gelombang otak lainnya pun turut bermasalah. Hal ini seperti yang dialami oleh para penderita gangguan jiwa *skizofrenia* di mana terjadi gangguan pada kinerja pada sistem saraf di otaknya (Alfionita 2019, 1-198).

Gelombang otak *gamma* (yang bekerja dalam aktivitas mental yang tinggi) pada penderita *skizofrenia* bekerja lebih dominan oleh sebab itu keempat aktivitas gelombang otak antara lain *beta* (waspada, konsentrasi), *alpha* (kreativitas, relaksasi, visualisasi), *theta* (relaksasi mendalam, peningkatan memori), dan gelombang *delta* (tidur sangat nyenyak) menjadi bermasalah sehingga tidak dapat bekerja secara optimal. Dalam upaya memulihkan kondisi pasien *skizofrenia* selain dengan penyembuhan farmaka (obat-obatan) diperlukan terapi yaitu dengan melalui musik (Alfionita 2019, 1-198).

Skizofrenia merupakan gangguan jiwa berat yang menyerang mayoritas masyarakat Indonesia. Hal ini telah dinyatakan oleh *World Health Organization (WHO)*, bahwa masalah utama gangguan kejiwaan di seluruh dunia salah satunya adalah *skizofrenia*. Bahkan, 90 % pasien Rumah Sakit Jiwa di seluruh Indonesia, dihuni oleh pasien *skizofrenia* (Alfionita 2016,1). Hal ini menjadi masalah yang kritis, karena berimplikasi bagi keseimbangan hidup manusia dalam menjalani aktivitasnya.

RSJD Surakarta, menerapkan salah satu metode penyembuhan non farmaka (bukan obat-obatan) dalam upaya mencapai tujuan dari penyembuhan penderita gangguan jiwa *skizofrenia*. Metode penyembuhan tersebut adalah dengan menggunakan musik dangdut.

Dangdut telah diaplikasikan sebagai terapi di RSJD Surakarta sejak tahun 1993 (Munir, Wawancara 12 Februari 2019). Terapi tersebut berlaku untuk pasien *skizofrenia paranoid*, *skizofrenia hebrefenik*, *skizofrenia takterinci*, dan *skizofrenia residual*. Proses aplikasi terapi musik tersebut, berangkat dari

sebuah eksperimentasi metode musik terapi.

Dalam membedah persoalan tentang eksperimentasi metode musik terapi tersebut, menerapkan cara kerja penelitian kualitatif dengan metode deskriptif analitik. Pendekatan dan Perspektif etnomusikologi digunakan untuk membedah aspek kontekstual musik. Dengan meminjam pandangan Allan P. Merriam tentang fungsi dan guna musik dalam masyarakat.

Pendekatan etnomusikologi merupakan kajian multidisiplin, dalam arti tidak hanya satu teori saja yang digunakan untuk membedah persoalan. Namun, etnomusikologi memberikan ruang untuk disiplin lain guna memperdalam kajian yang dilakukan dalam sebuah penelitian.

Based in principles of social responsibility, applied ethnomusicology puts ethnomusicological knowledge to practical use through a music-centered intervention into a particular community, whose purpose is to benefit that community (Titon and Pettan 2015, 1-60).

Selain itu, seperti yang diungkapkan Titon and Pettan Berdasarkan prinsip-prinsip tanggung jawab sosial etnomusikologi terapan, menempatkan pengetahuan etnomusikologis untuk digunakan secara praktis melalui intervensi yang berpusat pada musik dalam komunitas tertentu, yang tujuannya adalah untuk memberikan manfaat bagi komunitas tersebut.

Setelah pemaparan dan pembahasan sebelumnya, pada bagian penutup

ini akan diulas tentang kesimpulan dan saran. Selain itu, juga untuk menyimpulkan jawaban dari rumusan masalah yang telah diajukan. Pertama proses eksperimentasi metode terapi dengan menggunakan untuk pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta. Kedua pengaruh terapi musik terhadap keadaan pasien.

PEMBAHASAN

Elemen-Elemen Musik Dalam Terapi

Musik berasal dari kata *muse* yang diartikan sebagai dewa dalam mitologi Yunani kuno bagi cabang seni dan ilmu, dewa seni dan ilmu pengetahuan. Selain itu musik merupakan cabang seni yang membahas dan menetapkan berbagai suara ke dalam pola-pola yang dapat dimengerti dan dipahami oleh manusia (Banoe, 2003, 266).

Definisi musik tidak sekedar sebagai susunan bunyi yang indah. Musik memiliki nilai-nilai dan kekuatan. Musik tidak berbicara kepada pikiran seseorang seperti kata-kata. Tapi berbicara langsung kepada hati dan semangat yang terdapat di dalam dasar hati dan jiwa seseorang

Musik dangdut mengandung kekuatan untuk menormalkan kembali kinerja gelombang otak *skizofrenia*. Setiap lagu-lagu dangdut mengandung kekuatan berdasarkan elemen-elemennya. Kekuatan tersebut muncul karena dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal dari pemanfaatan musik dangdut. Faktor tersebut salah satunya karena dangdut merupakan musik yang telah melekat dalam sosio kultur jiwa pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta.

Hal ini terbukti dari setiap lirik yang tertuang dalam lagu-lagu dangdut. Seolah mendeskripsikan yang dialami oleh masyarakat Indonesia. Pola ritme, frekuensi, dan tempo yang hanya dimiliki pada musik dangdut, telah melekat di dalam memori dan jiwa pasien *skizofrenia* (Alfionita 2019, 1-198).

Menurut Djohan, respons emosi musikal adalah masalah yang akan selalu menyertai proses terapi musik. Memahami emosi yang muncul karena mendengarkan musik, sedikit banyak akan menjelaskan mengapa seseorang atau sekelompok orang menyukai musik tersebut, latar belakang yang mendorong munculnya emosi karena mendengarkan lagu tertentu, atau musik seperti apa yang membuat seseorang merasa lebih nyaman. Bila dikaitkan dengan terapi musik yang ada, maka salah satu inti perlakuan musik terhadap klien adalah pada respons emosinya. Artinya respons yang diberikan akan menunjukkan seberapa jauh pengaruh yang ditimbulkan dan seberapa besar makna dari perubahan yang terjadi (Djohan, 2006, 62).

1. Lirik

Dalam terapi musik dangdut, lirik lagu disebut berkontribusi pada kemajuan psikologi pasien. Menurut Nettl dalam Djohan (Djohan Salim, 2005, 63-75) lirik bertugas mengontrol area sistem saraf auditori, sensori, dan memori. Keberhasilan lirik lagu mempengaruhi kestabilan gelombang otak pasien *skizofrenia*.

Proses pasien *skizofrenia* mencerna lirik dalam materi-materi terapi musik adalah pada bagian *Pre frontal* (otak kiri).

Selanjutnya diproses pada sistem limbik atau yang disebut dengan *otak mamalia*¹. Selain menangani memori jangka panjang, sistem limbik juga menangani respons terhadap musik dan emosi. Hal ini yang menjadi penting bagi pasien *skizofrenia*, yang kondisi auditori, sensori, dan memori mengalami masalah. Maka dari itu, penentuan materi terapi musik harus lagu-lagu yang berlirik dan lirik yang dapat diterima oleh pasien *skizofrenia*, mungkin berdasarkan kebiasaannya mendengarkan musik tersebut (Herdhaetha, Wawancara 2 Februari 2019).

Musik dangdut termasuk dalam salah satu kategori musik pop. Pada umumnya musik jenis pop adalah musik yang *easy listening*. (Nugraha dalam Didik 2008, 18). Memahami bahwa sifat dari musik pop sebagian besar dalam lirik-liriknya, mudah dicerna, jadi tidak memerlukan interpretasi yang mendalam. Pesan yang terkandung dalam lirik lagu-lagu dangdut adalah seputar *problem* sehari-hari, yang sering dialami oleh masyarakat Indonesia. Gaya bahasa yang tertuang dalam lirik lagu dangdut, cenderung tidak hiperbolis sebagaimana lagu-lagu jenis pop yang lain. Sifat-sifat tersebut terdapat dalam musik dangdut, sehingga dapat diterima pasien *skizofrenia*. Hal ini juga menjadi dasar terkuat pemilihan materi terapi musik (Alfionita, 2019, 1-198).

a. Genre Dangdut Dalam Terapi

Dangdut memiliki karakteristik yang berbeda dari jenis musik yang

¹Sistem otak yang menangani memori jangka panjang.

lain. Dangdut memiliki kekuatan karena dianggap dominan mampu menstabilkan emosi pasien *skizofrenia* dibandingkan dengan jenis musik lain seperti rock, jazz, keroncong, campursari. Perbedaan tersebut didasari dari beberapa urutan lagu-lagu yang pernah diterapkan dalam terapi, tampak bahwa dangdut yang lebih dikenal dan familier bagi mayoritas pasien *skizofrenia*. Sekalipun jenis lagu-lagu dari musik jazz, rock, keroncong, dan campursari dianggap familier bagi mayoritas masyarakat Indonesia, hal ini ternyata belum mampu menjangkau lagu tersebut dekat dengan pasien *skizofrenia*. Sebab, familier tersebut didasarkan pada kebiasaan dan kegemaran dari pasien *skizofrenia* yang bersifat personal.

Sebagaimana pernyataan tersebut, terbukti dari hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya di tahun 2014 tentang genre dalam terapi musik untuk pasien *skizofrenia*. Yang membuktikan bahwa dari sekian jenis musik dan lagu-lagu tergolong populer di antaranya adalah (1) lagu pop Cinta Ini Membunuhku (D Masive), lagu pop Nakal (Gigi), (2) campursari Sewu Kutho, (3) dangdut koplo Oplosan (Nurbayan), Wakuncar (Camelia Malik). Ternyata lagu Oplosan dan lagu yang berjudul Wakuncar yang berhasil menstabilkan emosi pasien *skizofrenia*. Dan kedua lagu tersebut merupakan lagu dalam kategori dangdut koplo (Alfionita 2016, 68-83).

Kekuatan dari jenis lagu dangdut diperkuat kembali dengan adanya hasil riset di tahun 2017 yang menyatakan bahwa lagu-lagu dangdut memang familier bagi pasien *skizofrenia*. Karena

itu, lagu tersebut berhasil menstimulasi kestabilan emosi pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta. Kekuatan musik terapi terletak pada jenis lagu yang disajikan sebagai materi, antara lain (1) Musik pop berjudul Kemarin (Irvan Seventeen). (2) Dangdut reggae berjudul Sayang Wawes (Antonius Obama). (3) Dangdut koplo yang berjudul Suket Teki (Didi Kempot). (4) Dangdut koplo klasik Tak Berdaya (Rhoma Irama). (5) Dangdut koplo andante Oplosan (Nurbayan). Dari beberapa materi lagu tersebut, yang dikatakan berhasil menstabilkan emosi pasien *skizofrenia* adalah dangdut koplo klasik (Rhoma Irama) dan lagu dangdut koplo *andante* (Nurbayan) (Alfionita, 2019, 1-198).

b. Tema Lagu

Secara umum, lirik-lirik dari lagu dangdut yang diimplementasikan dalam terapi bercerita tentang permasalahan sehari-hari masyarakat Indonesia. Penggunaan bahasa lokal dan bahasa yang memang digunakan dalam sehari-hari (tidak hiperbolis). Jadi wajar ketika mayoritas pasien *skizofrenia* dapat menyerap materi terapi dengan mudah. Hal ini disebabkan faktor kedekatan dari lirik-lirik tersebut dalam kehidupan pasien.

Faktor kedekatan lirik musik dangdut kepada pasien *skizofrenia* disebabkan karena musik dangdut adalah musik yang digemari dan didengar setiap saat dan berulang-ulang. Jadi hal ini seolah menjadi *auto* familier ketika lagu tersebut didengar di lain waktu. Berdasarkan sifat khas dari tema dangdut menurut pandangan Wrahatnala (Wrahatnala,

2005, 106-112), dangdut memang biasa dinikmati oleh masyarakat kalangan menengah ke bawah. Tema lirik lagu yang lugas dan mudah dicerna, sebab merupakan interpretasi dari peristiwa yang diambil dari pengalaman sehari-hari masyarakat pada umumnya. Seperti misalnya tema percintaan, kesedihan karena beban ekonomi, putus cinta, dan lain sebagainya. Karena kesederhanaan lirik yang disampaikan dari pencipta lagu dangdut, memudahkan para penikmat musik dangdut untuk menerima makna lagu tanpa menginterpretasikan secara mendalam.

Musik dangdut memiliki lirik di mana pada teks lagunya bersifat lugas, substansi yang diciptakan memang diperuntukkan langsung mudah diterima tanpa proses interpretasi mendalam. Makna yang terkandung di dalam teks lagu-lagu dangdut bersifat tetap. Jadi apa yang terkandung di dalam teks merupakan substansi yang terbatas, tidak memungkinkan adanya makna ganda, makna yang tertuang dalam teks tersebut adalah tujuan akhir dari kata.

Lirik dalam lagu dangdut yang berjudul *Oplosan* memiliki kekuatan terapeutik bagi pasien *skizofrenia*, karena bercerita tentang permasalahan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari, yang tentunya sering dijumpai bahkan dialami oleh pasien *skizofrenia* selama hidupnya.

1) **Lirik Lagu Oplosan (Nurbayan)**

Opo ora eman duite gawe tuku banyu setan

Opo ora mikir yen mendem iku bisa ngrusak pikiran

*Ojo diteruske mendeme
Mergo ora onok untunge
Yo cepet lerenono medemmu
Ben dowo umurmu
Oplosan
Oplosan
Oplosan
Sawangen kae konco koncomu
Akeh do podo gelempangan
Ugo akeh sing kelesetan ditumpakake
ambulan
Yo wes cukup anggonmu mendem
Yo wes cukup anggonmu gendeng
Do mari mario yo leren lereno
Ojo diterus terusno
Tutupen botolmu tutupen oplosanmu
Emanen nyawamu ojo mbok terus
teruske
Mergane ora onok gunane
Opo ora eman duite gawe tuku banyu
setan
Opo ora mikir yen mendem iku bisa
ngrusak pikiran
Ojo diteruske mendeme
Mergo ora onok untunge
Yo cepet lerenono mendemmu
Ben dowo umurmu*

Lirik *Oplosan* tersebut mengandung pesan bahwa *mendem*² berdampak buruk bagi kehidupan masyarakat *opo ora eman duite kanggo tuku banyu setan* bermaksud menyampaikan kepada masyarakat bahwa memanfaatkan uang untuk keperluan *mendem* tidak bermanfaat dan sia-sia. Arti kata *opo ora eman duite* juga seolah menunjukkan kelas sosial masyarakat, sebab hanya masyarakat dalam kelas ekonomi menengah ke bawah yang seringkali menggunakan kalimat tersebut untuk kepentingan.

²*Mendem* merupakan sebuah kata yang berasal dari bahasa Jawa yang diartikan sebagai "mabuk". Mabuk dalam KBBI adalah identik dengan minuman beralkohol yang mengakibatkan penggunaanya kehilangan kesadaran sementara bahkan bertingkah aneh.

Selain itu, hanya budaya masyarakat Indonesia yang menganggap miras sebagai produk minuman yang tergolong bukan kebutuhan pokok, bahkan dapat dianggap sebagai kebutuhan mewah. Hal ini tentu saja tidak terjadi pada budaya masyarakat negara lain seperti China, Amerika, Korea yang memanfaatkan miras sebagai kebutuhan pokok. Kemudian pesan lagu tersebut berisi tentang dampak dari *mendem* dapat membahayakan jiwa, merusak pikiran, bahkan membahayakan keselamatan karena hilangnya kesadaran.

Sifat lirik lagu Oplosan yang sederhana, dan lugas menjadikan pesan dapat tersampaikan dengan mudah. Ketika lagu tersebut pertama kali diperdengarkan untuk pasien *skizofrenia*, maka dengan sekali mendengar, lagu tersebut langsung diterima dan dinikmati tanpa beban. Menurut ketua Instalasi Rehabilitasi Kadiriyanto pada dasarnya pasien-pasien *skizofrenia* hanya akan menerima lagu-lagu yang ringan, dan familier bagi mereka (Munir, Wawancara 12 Februari 2019).

2) **Suket Teki (Didi Kempot)**

*Aku tak sing ngalah
Trimo mundur timbang loro ati
Tak oyako wong kowe wis lali
Ora bakal bali
Paribasan awak urip kari balung
Lilo tak lakoni
Jebule janjimu jebule sumpahmu
Ra bisa digugu
Wong salah ora gelem ngaku salah
Suwe-suwe sopo wonge sing betah
Mripatku uwis ngerti sak nyatane
Kowe selak golek menangmu dewe
Tak tandur pari jebul tukule malah
suket teki*

Kedua lagu dangdut yang berjudul Suket Teki (Didi Kempot) ini bertema tentang putus cinta. Pesan yang disampaikan dalam lirik tersebut seolah mengisahkan tentang problem patah hati yang biasa dialami oleh masyarakat Indonesia, terutama oleh pasien *skizofrenia*. Misalnya saja dalam lirik berikut ini :

*Aku tak sing ngalah
Trimo mundur timbang loro ati
Tak oyako wong kowe wis lali
Ora bakal bali*

Dalam lirik tersebut seolah mengisahkan tentang seseorang yang sedang patah hati, jadi lebih baik menyerah dari pada sakit hati. Meskipun diperjuangkan tidak akan kembali karena pasangan telah melupakan.

*Paribasan awak urip kari balung
Lilo tak lakoni
Jebule janjimu jebule sumpahmu
Ra bisa digugu
Wong salah ora gelem ngaku salah
Suwe-suwe sopo wonge sing betah
Mripatku uwis ngerti sak nyatane
Kowe selak golek menangmu dewe
Tak tandur pari jebul tukule malah
suket teki*

Selain itu, bahasa yang digunakan merupakan bahasa sehari-hari (lokal) di mana sasaran lagu tersebut cukup jelas kepada kelompok masyarakat yang memang menggunakan bahasa Jawa untuk berkomunikasi sehari-hari. Hal ini tampak pada peribahasa pun yang digunakan seperti misalnya “*Tak tandur pari jebul tukule malah suket teki*”. Seolah ungkapan dalam lirik ini ditujukan kepada sekelompok masyarakat yang memang memiliki mata pencaharian

sebagai petani. Lagu tersebut sampai saat ini memang populer di kalangan masyarakat pedesaan maupun masyarakat perkotaan. Sebagian pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta memang berasal dari pedesaan dan tidak sedikit pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta memiliki problem keluarga seperti masalah perekonomian yang membuat tekanan pada kondisi kejiwaannya semakin besar (Alfionita, 2019, 1-198).

3) **Tak Berdaya (Roma Irama)**

*Sudah kehendak takdir kita berdua
Berjumpa dan bercinta berpisah pula
Ayah ibumu sayang telah memilih
Pada jodoh yang lain, ku tak berdaya
Ku tak berdaya
Maafkan aku kasih bukan aku tak
sudi
Menerima cintamu setulus hati
Asal engkau bahagia rela ku
melepasmu
Turutilah kehendak orang tuamu
Selamat berpisah sayang ku iring
doa
Semoga kau bahagia sepanjang
masa*

Lagu dangdut klasik Rhoma Irama yang berjudul Tak Berdaya ini pun juga bertema tentang putus cinta. Di mana problem tersebut sering dialami dalam kehidupan sehari-hari. Lirik tersebut mengisahkan dengan rinci bagaimana kehidupan percintaan masyarakat Indonesia pada umumnya. Yaitu putus cinta karena dijodohkan. Secara personal, pasien tentunya memiliki masa lalu seperti putus cinta karena dijodohkan oleh orang tua, sehingga ketika lagu tersebut diperdengarkan kembali langsung menerima, entah dengan respons

terhanyut karena isi lirik, atau menikmati karena mengingat peristiwanya yang menyenangkan atau menyedihkan pada saat lagu tersebut pertama kali didengar (Alfionita, 2019, 1-198).

Ketiga lagu tersebut di atas, merupakan lagu yang dikatakan memiliki kekuatan dalam terapi, sedangkan lagu pop yang tergolong familier atau musik klasik yang menenangkan ketika diberikan kepada pasien *skizofrenia*, ternyata tidak membantu menormalkan gelombang otak. Familiaritas musik dalam hal ini adalah sebagaimana musik tersebut dekat dengan pasien *skizofrenia* secara personal. Bahkan ketika lagu tersebut didengarnya pertama kali (Alfionita, 2019, 1-198).

Ketiga lagu seperti Oplosan, Suket Teki, dan Tak Berdaya memiliki sejarah emosional yang kuat bagi pasien *skizofrenia*. Lagu-lagu tersebut tergolong dalam jenis musik dangdut yang memiliki unsur kekuatan salah satunya pada lirik, kekuatan ini tidak dimiliki oleh lagu-lagu pada jenis musik yang lain. Sebab, hanya pada lagu dangdut yang menampilkan sifat lugas, bahasa yang sederhana, bahkan bahasa sehari-hari. Tema yang diangkat merupakan problem sehari-hari yang dialami oleh masyarakat. Seperti problem ekonomi, pesan religius, percintaan, dan putus cinta. Kekuatan penyampaian lirik dengan bahasa yang sederhana dan lugas menjadikan musik dangdut mudah diterima. Hal yang menjadi penting dalam ini adalah kekuatan itu yang membantu dalam proses pemulihan penderita gangguan jiwa *skizofrenia* (Alfionita, 2019, 1-198).

2. Frekuensi Bunyi

Frekuensi bekerja pada proses penerimaan intensitas bunyi dan masih pada seputar sistem saraf auditori dan memori (Nettle dalam Djohan 2005, 63-75). Menurut (Suma'mur 1995, 15) frekuensi³ bunyi merupakan salah satu unsur terpenting dalam kekuatan musik dalam menstabilkan emosi pasien *skizofrenia*. Jumlah getaran dalam satu detik yang sampai ke telinga dan intensitas atau arus energi yang dinyatakan dalam *desibel* (Db) yaitu perbandingan antara kekuatan dasar bunyi dengan frekuensi yang dapat diterima oleh telinga normal.

Sedangkan *range* frekuensi pada setiap lagu materi terapi musik untuk pasien *skizofrenia* adalah 65 Hz-10 Khz. Dan untuk frekuensi yang sering muncul dalam amplitudo yang tinggi antara lain 125, 400 dan 800 Hz. Frekuensi tersebut masih tergolong dalam kategori *low frequency* (*Low Bass*) dan standar. Fondasi dari frekuensi-frekuensi yang berada di atas ketentuan frekuensi ini membuat musik instrumen terdengar lebih tebal. Sebab, *range* frekuensi bass sangat mudah menutup frekuensi tinggi. Jadi, frekuensi bass yang terlalu banyak akan menutup suara dari instrumen lain yang frekuensinya lebih tinggi (Alfionita, 2019, 1-198).

Berdasarkan penemuan Gabela dan Sampurno tentang fisika bunyi, secara umum musik pop merupakan jenis musik yang memiliki puncak spektrum paling sedikit dibandingkan dengan musik yang

lain. Musik pop diklasifikasikan sebagai musik yang memiliki tingkat kejernihan atau kehalusan sinyal paling tinggi (Gabela dan Sampurno 2014, 1-73). Hal ini mendasari alasan terkuat RSJD Surakarta menerapkan terapi dengan menggunakan musik-musik populer.

Karena frekuensi bunyi turut mempengaruhi psikologis dari proses mendengarkan musik. Gelombang bunyi yang dihasilkan dari musik dangdut diterima oleh saraf-saraf baik auditori dan memori melalui sebuah proses. Gelombang bunyi tersebut kemudian, dikumpulkan oleh cuping telinga A1 atau A2 (*auricle*) lalu masuk ke dalam telinga bagian luar menggetarkan gendang telinga (*tympanic membran*) melewati kanal pendengaran (*canal auditory*). Di dalam telinga tengah, getaran-getaran ini dilewatkan melalui tiga buah tulang yang disebut martil (*malleus*), landasan (*anvil*), dan sanggurdi (*stirrup*), *Tingkap oval*, dan ketiga tulang tersebut berfungsi sebagai penguat (*amplifier*) tekanan bunyi. Tekanan bunyi diperbesar kira-kira 60 kali. Tekanan bunyi dari *tingkap oval*⁴ kemudian diteruskan melalui cairan di dalam *cochlea*⁵. Getaran-getaran cairan di dalam *cochlea* mempengaruhi beribu-ribu saraf yang mengirim isyarat ke otak kita. Otak yang mengolah isyarat tersebut dan membedakan berbagai macam bunyi. Sama halnya dengan lirik,

⁴*Tingkap Oval* merupakan bukaan berselaput yang menghubungkan telinga tengah dengan telinga dalam.

⁵*Cochlea* bagian telinga berbentuk siput yang merupakan struktur berbentuk spiral berukuran sebesar kacang polong yang berada di bagian dalam telinga. *Cochlea* berfungsi untuk mengubah bunyi dari getaran mekanis menjadi sinyal yang di kirim ke otak melalui saraf auditori. Sel tersebut tersusun sesuai nada atau bunyi.

³Frekuensi dinyatakan dalam jumlah getaran per detik atau Hertz (Hz), atau jumlah dari gelombang-gelombang suara yang sampai di telinga setiap detiknya.

unsur-unsur dari materi musik seperti frekuensi, kenyaringan bunyi, diproses melalui otak bagian kiri (Alfionita, 2019, 1-198).

Jadi *range* frekuensi pada lagu dangdut merupakan frekuensi standar dalam satuan Hz yaitu 125 Hz. Sebab, frekuensi ini hanya terdapat pada lagu-lagu populer dan tidak terdapat pada genre musik lain. Karena dangdut masih tergolong dalam musik populer, maka dari itu *low frequency* masih terdapat dalam satuan elemennya. Hal ini menentukan secara penuh alasan mendasar musik dangdut memiliki kekuatan (Alfionita, 2019, 1-198).

Dapat dibayangkan jika terapi musik diberikan dengan prosedur yang tidak tepat, salah satunya dalam penentuan frekuensi. Tingkat kenyaringan yang berlebihan atau terlalu rendah, dapat menyebabkan gangguan fisiologis,⁶ psikologis,⁷ pada penderita *skizofrenia* (Herdhaeta, wawancara 2 Februari 2019).

3. Pola Ritme

Pola ritme bekerja pada emosi pasien *skizofrenia* karena hal ini terkait dengan reaksi psikologis. Hal ini berkaitan dengan saraf gelombang otak bagian depan, tengah, dan otak belakang. Lebih tepatnya saraf yang terhubung langsung pada kinerja emosi yaitu *amigdala*⁸

⁶Gangguan fisiologis seperti gangguan pola tidur, gangguan sistem internal tubuh, ambang pendengaran

⁷Gangguan psikologis yang dimaksud dalam hal ini adalah seperti Kecemasan, khawatir, takut, marah, jengkel, dan stress.

⁸*Amygdala* merupakan struktur otak manusia yang berhubungan langsung dengan emosi. Dalam situasi ketakutan atau panik, memicu

(Nettle dalam Djohan Salim 2005, 63-75).

Upaya Penyembuhan Melalui Proses Eksperimentasi Metode Musik Terapi

Metode penyembuhan untuk pasien *skizofrenia*, dengan melalui farmaka dan non farmaka. Keduanya menjadi bagian prosedur yang harus dilalui oleh setiap pasien *skzofrenia*. Penyembuhan dengan metode farmaka adalah hal yang penting dan untuk menjadi bagian yang utuh, diperlukan penyembuhan non farmaka yaitu terapi musik.

Tahapan dalam metode eksperimentasi musik terapi yang dilakukan oleh tim okupasi terapi pasien *skizofrenia* di RSJD Surakarta, meliputi; (1) pemilihan model atau tipe pasien *skizoprenia*, dan (2) langkah okupasi terapi khusus terhadap masing-masing tipe pasien, termasuk di dalamnya terdapat pemilihan atau penentuan materi musik terapi berdasarkan tipe pasien (Alfionita 2018, 1-185).

1. Pemilihan Model atau Tipe Pasien Skizofrenia

Prosedur terapi kelompok pada kegiatan terapi musik yang berlangsung di Instalasi Rehabilitasi yaitu dengan jumlah peserta terapi sebanyak tujuh puluh pasien yang diindikasikan tipe *skizofrenia paranoid* dan tipe

keluarnya neurotransmitter norepinephrine untuk meningkatkan reaksi dari area utama otak sehingga panca indra untuk lebih siaga. Amygdala juga mengirim pesan ke batang otak sehingga memunculkan ekspresi marah, takut, tegang, meningkatkan laju detak jantung yang meninggikan tekanan darah dan menjadi nafas menjadi cepat dan dangkal. Amygdala mengirim pesan ke seluruh bagian otak sehingga memicu hormon emosi.

skizofrenia residual dengan beberapa tipe gejala *skizofrenia* dari berbagai bangsal berdasarkan jenis kelamin seperti Bangsal Arjuna, Nakula, Sadewa, Gatokaca, Baladewa, dan Bangsal Srikandi. Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan dipilih dua pasien *skizofrenia residual* dan dua pasien *skizofrenia paranoid* yaitu dari Bangsal Arjuna dan dari Bangsal Srikandi. Model pertama yaitu pasien dari tipe paranoid antara lain, 1) pasien inisial Prb, jenis kelamin laki-laki, berusia 27 tahun, menggemari musik rock. 2) Pasien berinisial Skd, jenis kelamin laki-laki berusia 27 tahun menggemari musik dangdut. Tipe kedua yaitu pasien tipe Residual di antaranya adalah, 1) pasien berinisial⁹ Sfk, jenis kelamin laki-laki berusia 23 tahun yang menggemari musik punk rock, 2) pasien berinisial Lrs, jenis kelamin perempuan berusia 23 tahun menggemari musik punk rock.

Pasien pada kategori *skizofrenia residual* antara lain adalah, 1) Pasien berinisial Prb jenis kelamin laki-laki berusia 27 tahun yang menggemari musik Rock, 2) Lrs jenis kelamin perempuan berusia 23 tahun yang menggemari musik pop. Pemilihan tipe gejala dan model pasien ini berdasarkan pada pertimbangan gejala yang telah mewakili gejala *skizofrenia* dari pasien yang lain. Tipe-tipe berikut ini pula yang berhasil diamati memiliki tingkat emosi yang beragam mulai dari tingkat emosi rendah,

sedang, dan paling tinggi. Parameter yang digunakan untuk mendeteksi tingkat emosi yaitu dengan menggunakan pengukuran gelombang otak dengan alat *Electro Encephalografi* (EEG)

Langkah pertama yang dilakukan oleh pihak tim okupasi RSJD Surakarta tersebut, dapat dikatakan melakukan pengelompokan terhadap pasien sesuai dengan tipe *skizofrenia* yang dialami, sesuai dengan bangsal-bangsals yang telah disediakan di RSJD Surakarta. Hal ini bertujuan untuk memudahkan proses okupasi dan penanganan terapi terhadap mereka.

2. Langkah Terapi Musik

Pemaparan langkah okupasi terapi yang dilakukan oleh tim RSJD Surakarta sebagaimana diamati oleh penulis, dapat dikelompokkan menjadi dua tipe berdasarkan kategori pasien. Pertama, untuk pasien *skizofrenia paranoid* dan yang kedua untuk pasien *skizofrenia residual*. Untuk okupasi terapi pasien *skizofrenia paranoid*, telah ditentukan dua model pasien yang diterapi, demikian halnya dengan pasien *skizofrenia residual*. Berikut ini akan disajikan berdasarkan tabulasi yang telah disusun oleh penulis sesuai dengan langkah-langkah okupasi yang dilakukan di RSJD Surakarta dalam kurun waktu 2014-2016.

a. Okupasi Terapi untuk Tipe Pasien *Skizofrenia Paranoid*

Okupasi terapi ini dilakukan kepada dua orang pasien yakni Prb (27) dan Skd (27) sebanyak 12 kali dan dilaksanakan satu kali dalam seminggu.

⁹Semua nama pasien disebutkan dengan inisial, tujuannya untuk menjaga privasi pasien dan menjunjung tinggi etika penelitian. Penyebutan inisial ini sudah mendapatkan persetujuan dari pihak RSJD Surakarta.

Pertimbangan 12 kali ini merupakan standar yang ditetapkan oleh tim okupasi terapi sebagai bentuk terapi awal proses penyembuhan pasien *skizoprenia* baik itu *paranoid* maupun *residual*. Ketika okupasi sebanyak 12 kali ini, pasien menunjukkan progresivitas baik, akan dikembalikan ke rumah dan menjalani proses rawat jalan. Namun apabila setelah 12 kali okupasi kondisi pasien tidak banyak berubah, tim okupasi terapi akan melakukan terapi lanjutan.

Bentuk okupasi pertama yang akan disajikan adalah langkah okupasi terhadap pasien Prb (27), yang beralamat di Sragen. Pasien ini telah dirawat di RSJD Surakarta selama tiga bulan tahun 2016. Prb mulai didiagnosis menderita *skizofrenia* dengan tipe *paranoid* sejak tahun 2014 dikarenakan musibah penipuan yang dialaminya, serta musibah korban PHK (pemutusan hubungan kerja) dari tempat bekerja selama di Jakarta. Selain itu Prb sebelumnya sudah memiliki riwayat *skizofrenia* dari keluarga ibu kandungnya. Jadi sudah memiliki peluang untuk terserang gangguan *skizofrenia* saat kondisi psikologisnya sedang mengalami gangguan.

Pasien Prb, dengan latar belakang menggemari musik jenis rock, mulai mampu beradaptasi dan mengontrol emosi pada okupasi minggu ke-7. Pada okupasi tersebut, ia mendapatkan stimulasi lagu dangdut dengan tempo 66 bpm. Sebelumnya, pada okupasi minggu ke-3, pasien Prb mengalami kondisi yang berbeda dari dua minggu sebelumnya. Pasca distimulus dengan lagu bertempo 66 bpm, kondisi emosi memang masih

belum stabil, tetapi Prb mulai melakukan adaptasi dengan lingkungan sekitar. Pada minggu ke-4, kembali distimulasi dengan lagu bertempo 150 bpm, kondisi emosi kembali tidak stabil dan cenderung tidak mau untuk beradaptasi. Baru pada minggu ke-7, setelah distimulasi ulang dengan lagu bertempo 66 bpm, kondisi emosi semakin stabil dan kemampuan beradaptasi semakin tampak. Pada minggu ke-8 sampai minggu ke-12, kondisi emosi semakin stabil dan kemampuan interaksi serta adaptasi semakin baik, dengan stimulasi lagu bertempo 66-70 bpm. Jadi pasien Prb mengalami kondisi emosi stabil pada minggu ke-12 dengan stimulasi jenis lagu dangdut dengan tempo 70 bpm.

Model okupasi kedua untuk pasien dengan tipe *skizofrenia paranoid* pada Skd (27) yang beralamat di Sukoharjo Pasien in telah dirawat di RSJD Surakarta selama tiga bulan. Skd mulai didiagnosis menderita *skizofrenia* dengan tipe *paranoid* sejak tahun 2014. Dan dikarenakan faktor lingkungan, biologi, dan psikologi. Hal tersebut disebabkan karena kasus penipuan sejumlah uang hasil kerja kerasnya yang dibawa lari oleh kekasih yang hendak dinikahinya.

Pasien Skd, dengan latar belakang menggemari musik jenis dangdut, mulai mampu beradaptasi dan mengontrol emosi pada okupasi minggu ke-10. Pada okupasi tersebut, ia mendapatkan stimulasi lagu dangdut dengan tempo 66 bpm. Sebelumnya, pada okupasi minggu ke-3, pasien Prb mengalami kondisi yang berbeda dari dua minggu sebelumnya. Pasca distimulus dengan lagu bertempo

Tabel 1. Pasien Prb jenis kelamin laki-laki berusia 27 tahun penderita *skizofrenia Paranoid* dari Bangsal Arjuna menggemari musik jenis rock.

Okupasi	Pra Kondisi	Langkah Okupasi	Durasi	Kondisi Pasca Okupasi
1	Mudah murung, tertawa, menangis, ketidak mampuan beradaptasi, tidak mampuan merawat diri, tatapan mata kosong.	Stimulasi lagu Cinta ini Membunuhku	3 menit 5 detik	Emosi tidak kontrol seperti tertawa tanpa sebab, menangis, marah, murung dan menyendiri.
		Jenis musik : pop		
		Tempo : 160 bpm (Beat per minutes)		
2	Emosi tidak kontrol seperti tertawa tanpa sebab, menangis, marah, murung dan menyendiri.	Stimulasi lagu Nakal	3 menit 4 detik	Emosi tidak kontrol, sering tertawa dan menyendiri.
		Jenis Musik : Pop Rock		
		Tempo: 164 bpm		
3	Emosi tidak kontrol, sering tertawa dan menyendiri.		3 menit 10 detik	Emosi kurang stabil, dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitar
		Jenis Musik : Dangdut		
		Tempo : 66 bpm		
4	Emosi kurang stabil, dapat beradaptasi dengan lingkungan sekitar	Stimulasi lagu Sewu Kutho	3 menit 20 detik	Emosi tidak stabil, autis, menyendiri.
		Jenis Musik : Campursari		
		Tempo: 150 bpm		
5	Emosi tidak stabil, autis, menyendiri.	Stimulasi lagu Cinta ini membunuhku	3 menit 5 detik	Emosi tidak stabil, tidak mampu beradaptasi, sikap autis, menyendiri, murung, mudah tertawa, menangis.
		Jenis musik Pop		
		Tempo : 120 bpm		
6	Emosi tidak stabil, tidak mampu beradaptasi, sikap autis, menyendiri, murung, mudah tertawa, menangis.	Stimulasi lagu: Nakal	3 menit 4 detik	Menarik diri dari lingkungan sosial, sikap autis, emosi tidak stabil.
		Jenis musik Pop Rock		
7	Menarik diri dari lingkungan sosial, sikap autis, emosi tidak stabil.	Tempo: 164 bpm		
7	Menarik diri dari lingkungan sosial, sikap autis, emosi tidak stabil.	Stimulasi Lagu Oplosan	3 menit 10 detik	Mulai mampu beradaptasi dengan lingkungan, emosi mulai terkontrol, mampu berkomunikasi.
		Jenis musik Dangdut		
		Tempo: 66 bpm		
8	Mulai mampu beradaptasi dengan lingkungan, emosi mulai terkontrol, mampu berkomunikasi.	Stimulasi lagu Oplosan	3 menit 10 detik	Mampu berinteraksi, beradaptasi, masih sering melamun, mampu berkomunikasi
		Jenis musik Dangdut		
		Tempo: 66 bpm		
9	Mampu berinteraksi, beradaptasi, masih sering melamun, mampu berkomunikasi	Stimulasi lagu Sakitnya tuh di sini	3 menit	Mampu berinteraksi, beradaptasi, berkomunikasi, emosi mulai terkontrol, alur bicara sering tidak teratur.
		Jenis Musik Dangdut		
10	Mampu berinteraksi, beradaptasi, berkomunikasi,	Stimulasi lagu Oplosan	3 menit 10 detik	Mampu berinteraksi, beradaptasi, berkomunikasi, Emosi mulai terkontrol.
		Jenis musik dangdut		
		Tempo 66 bpm		

bersambung ke halaman 96

sambungan dari halaman 95

11	Emosi mulai terkontrol, alur bicara sering tidak teratur.	Stimulasi lagu Sakitnya tuh di sini	3 menit	Mampu berinteraksi, beradaptasi, dan berkomunikasi, diksi seringkali diulang-ulang.
		Jenis musik dangdut		
		Tempo 70 bpm		
12	Emosi mulai terkontrol. Mampu berinteraksi, beradaptasi, dan berkomunikasi, diksi seringkali	Stimulasi lagu : Sakitnya tuh di sini	3 menit	Emosi mulai terkontrol, mampu berinteraksi, tampil percaya diri, mampu berkomunikasi,
		Jenis Musik angdut		
	diulang-ulang.	Tempo: 70 bpm		mulai memperhatikan penampilan diri.

Tabel 2. Pasien Skd usia 27 tahun penderita *skizofrenia* paranoid dari Bangsa Arjuna menggemari musik dangdut.

Okupasi	Pra Kondisi	Langkah Okupasi	Durasi	Kondisi Pasca Okupasi
1	Tatapan mata kosong, murung, berbicara sendiri, mondar-mandir, tertawa sendiri, melakukan tindakan spontan yang tidak masuk akal.	Stimulasi lagu Cinta ini Membunuhku	3 menit 5 detik	Tatapan mata kosong, murung, berbicara sendiri, mondar-mandir, tertawa sendiri, melakukan tindakan spontan yang tidak masuk akal, tiba-tiba menangis.
		Jenis musik : pop		
2	Tatapan mata kosong, murung, berbicara sendiri, mondar-mandir, tertawa sendiri, melakukan tindakan spontan yang tidak masuk akal, tiba-tiba menangis.	Stimulasi lagu Nakal	3 menit 4 detik	Hiperaktif, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, bicara tidak koheren, membicarakan topik yang tidak masuk akal, melakukan tindakan di luar nalar.
		Jenis Musik : Pop Rock		
		Tempo: 164 bpm		
3	Hiperaktif, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, bicara tidak koheren, membicarakan topik yang tidak masuk akal, melakukan tindakan di luar nalar.	Stimulasi lagu Oplosan	3 menit 10 detik	Tatapan mata kosong, Mampu beradaptasi, komunikasi kadang-kadang mengarah pada topik yang tidak masuk akal,
		Jenis Musik : Dangdut		
		Tempo : 66 bpm		
4	Tatapan mata kosong, Mampu beradaptasi, komunikasi kadang-kadang mengarah pada topik yang tidak masuk akal,	Stimulasi lagu Sewu Kutho	3 menit 20 detik	Tatapan mata kosong, menarik diri dari lingkungan, banyak diam, sering berbicara sendiri.
5	Tatapan mata kosong, menarik diri dari lingkungan, banyak diam, sering berbicara sendiri.	Stimulasi lagu Cinta ini membunuhku	3 menit 5 detik	Tatapan mata kosong, menarik diri dari lingkungan, tiba-tiba menangis, berbicara sendiri, memukul diri sendiri.
		Jenis musik Pop		
6	Tatapan mata kosong, menarik diri dari lingkungan, tiba-tiba menangis, berbicara sendiri, memukul diri sendiri.	Stimulasi lagu: Nakal	3 menit 4 detik	Tertawa riang, aktif, tidak mampu beradaptasi, tatapan mata kosong.
		Jenis musik Pop Rock Tempo: 164 bpm		

bersambung ke halaman 97

sambungan dari halaman 96

7	Tertawa riang, aktif, tidak mampu beradaptasi, tatapan mata kosong.	Stimulasi Lagu Oplosan Jenis musik Dangdut Tempo: 66 bpm	3,4 menit	Tertawa riang, mampu beradaptasi, berkomunikasi dengan baik.
8	Tertawa riang, mampu beradaptasi, erkomunikasi dengan baik.	Stimulasi lagu Oplosan Jenis musik Dangdut Tempo: 66 bpm	3 menit 4 detik	Mampu beradaptasi, berinteraksi, berkomunikasi, tatapan mata kosong.
9	Mampu beradaptasi, berinteraksi, berkomunikasi, tatapan mata kosong.	Stimulasi lagu Sakitnya tuh di sini Jenis Musik Dangdut Tempo: 70 bpm	3 menit	Tertawa riang, mampu beradaptasi, mampu berinteraksi, berkomunikasi.
10	Tertawa riang, mampu beradaptasi, mampu berinteraksi, mampu berkomunikasi.	Stimulasi lagu Oplosan Jenis musik Dangdut Tempo: 66 bpm	3 menit 4 detik	Emosi mulai stabil, mampu beradaptasi, mampu berinteraksi, mampu berkomunikasi.
11	Emosi mulai stabil, mampu beradaptasi, mampu berinteraksi, mampu berkomunikasi.	Stimulasi lagu : Sakitnya tuh d sini Tempo : 70 bpm	3 menit	Berapresiasi, mampu Berinteraksi, berkomunikasi, aktif dalam hal sosial, emosi mulai terpelihara.
12	Berinteraksi, berkomunikasi, aktif dalam hal sosial, emosi mulai terpelihara.	Stimulasi lagu : Oplosan Jenis musik : Dangdut Tempo : 66 bpm	3 menit 4 detik	Mampu berinteraksi, berkomunikasi, aktif dalam hal sosial, emosi mulai stabil, mulai memperhatikan penampilan diri.

66 bpm, kondisi emosi memang masih belum stabil, tetapi Prb mulai melakukan adaptasi dengan lingkungan sekitar. Pada minggu ke-4, kembali distimulasi dengan lagu bertempo 150 bpm, kondisi emosi kembali tidak stabil dan cenderung tidak menarik diri dari lingkungan sosial. Baru pada minggu ke-7, setelah distimulasi ulang dengan lagu bertempo 66 bpm, kemajuan komunikasi membaik dan kemampuan beradaptasi semakin tampak. Pada minggu ke-8 sampai minggu ke-12, kondisi emosi semakin stabil dan kemampuan interaksi serta adaptasi semakin baik, dengan stimulasi lagu bertempo 66-70 bpm. Jadi, pada

pasien Prb mengalami kondisi emosi stabil pada okupasi terapi pada minggu ke 12 dengan stimulasi jenis musik dangdut pada tempo 66 bpm.

Okupasi Terapi untuk Tipe Pasien Skizofrenia Residual

Model okupasi ketiga untuk pasien dengan tipe *skizofrenia residual* pada Lrs 23 tahun berjenis kelamin perempuan yang beralamat di Bekasi Jakarta Pasien ini telah dirawat di RSJD Surakarta selama tiga bulan, Lrs mulai didiagnosis menderita *skizofrenia* dengan tipe residual sejak tahun 2015. Lrs adalah pribadi yang tertutup, pendiam, jarang

Tabel 3. Pasien Lrs jenis kelamin perempuan usia 23 tahun menderita *skizofrenia* residual dari bangsal Srikandi menggemari musik punk rock

Okupasi	Pra Kondisi	Langkah Okupasi	Durasi	Kondisi Pasca Okupasi
1	Murung, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, tidak mampu berinteraksi, lebih banyak diam.	Stimulasi lagu Cinta ini Membunuhku	3 menit 5 detik	Murung, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, tidak mampu berinteraksi, lebih banyak diam.
		Jenis musik : Pop		
		Tempo : 160		
2	Murung, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, tidak mampu berinteraksi, lebih banyak diam.	Stimulasi lagu Nakal	menit detik	Murung, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, tidak mampu berinteraksi, lebih banyak diam, menyendiri.
		Jenis Musik : Pop Rock		
3	Murung, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, tidak mampu berinteraksi, lebih banyak diam, menyendiri.	Stimulasi lagu Oplosan	3 menit 10 detik	Murung, sudah mulai mampu beradaptasi, lebih banyak diam.
		Jenis Musik : Dangdut		
		Tempo : 66		
4	Murung, sudah mulai mampu beradaptasi, lebih banyak diam.	Stimulasi lagu Sewu Kutho	3 menit 20 detik	Murung, tidak mampu beradaptasi, lebih banyak diam, tidak respon saat diajak berkomunikasi.
		Jenis Musik : Campursari		
		Tempo: 150		
5	Murung, tidak mampu beradaptasi, lebih banyak diam, tidak respon saat diajak berkomunikasi.	Stimulasi lagu Cinta ini membunuhku	3 menit 5 detik	Murung, emosi tidak stabil, lebih banyak diam, menyendiri.
		Jenis musik Pop		
		Tempo :120		
6	Murung, emosi tidak stabil, lebih banyak diam, menyendiri.	Stimulasi lagu: Nakal	menit detik	Murung, emosi tidak stabil, banyak diam, menyendiri, tidak respon saat diajak berkomunikasi.
		Jenis musik Pop Rock		
		Tempo: 164		
7	Murung, emosi tidak stabil, banyak diam, menyendiri, tidak respon saat diajak berkomunikasi.		menit detik	Murung, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, Banyak diam
8	Murung, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, Banyak diam	Stimulasi lagu Oplosan	3 menit 4 detik	Tertawa riang, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, sudah mulai berkomunikasi si.
		Jenis musik Dangdut		
		Tempo: 66		
9	Tertawa riang, emosi tidak stabil, sudah mampu beradaptasi, sudah mulai berkomunikasi.	Stimulasi lagu	3 menit	Muka ceria, mampu beradaptasi, berinteraksi, berkomunikasi si.
		Stimulasi lagu Sakitnya tuh di sini		
		Jenis Musik : Dangdut		
		Tempo: 70		
10	Muka ceria, mampu beradaptasi, berinteraksi, berkomunikasi.	Stimulasi lagu Oplosan	menit detik	Emosi belum stabil, mampu beradaptasi, berkomunikasi, dan berinteraksi, terkadang hiperaktif.
		Jenis musik : Dangdut		
		Tempo: 66		

bersambung ke halaman 99

sambungan dari halaman 98

11	Emosi belum stabil, mampu beradaptasi, berkomunikasi, dan berinteraksi, terkadang hiperaktif.	Stimulasi lagu : Oplosan	menit detik	Emosi mulai stabil, mampu beradaptasi, berkomunikasi si dengan baik, dan mampu berinteraksi.
		Jenis musik : Dangdut		
		Tempo : 66		
12	Emosi mulai stabil, mampu beradaptasi, berkomunikasi dengan baik, dan mampu berinteraksi.	Stimulasi lagu : Sakitnya tuh d sini	3 menit	Emosi mulai terpelihara stabil, sudah mampu beradaptasi, berkomunikasi, berinteraksi, dan apresiasi.
		Tempo: 70		

bergaul saat di bangku sekolah, Lrs depresi karena putus cinta kegagalan dalam sebuah pernikahan.

Pasien Lrs, dengan latar belakang menggemari musik jenis punk rock, mulai mampu beradaptasi dan mengontrol emosi pada okupasi minggu ke-11. Pada okupasi tersebut, pasien tersebut mendapatkan stimulasi lagu dangdut dengan tempo 66 bpm. Sebelumnya, pada okupasi minggu ke-3, pasien Lrs mengalami kondisi yang berbeda dari dua minggu sebelumnya. Pasca distimulus dengan lagu bertempo 66 bpm, kondisi emosi memang masih belum stabil, tetapi Lrs mulai melakukan adaptasi dengan lingkungan sekitar. Pada minggu ke-4, kembali distimulasi dengan lagu bertempo 150 bpm, kondisi emosi kembali tidak stabil dan cenderung tidak menarik diri dari lingkungan sosial. Baru pada minggu ke-7, setelah distimulasi ulang dengan lagu bertempo 66 bpm, kemajuan adaptasi membaik dan kemampuan beradaptasi semakin tampak. Pada minggu ke-8 sampai minggu ke-12, kondisi emosi semakin stabil dan kemampuan interaksi serta adaptasi semakin baik, dengan stimulasi lagu bertempo 66-70 bpm. Jadi pasien Lrs mengalami kondisi emosi stabil pada

minggu ke-12 dengan stimulasi jenis musik dangdut dengan tempo 70 bpm.

Model okupasi keempat untuk pasien dengan tipe *skiofrenia residual* pada Sfk (23) yang beralamat di Sukoharjo. Pasien ini telah dirawat di RSJD Surakarta sejak periode tahun 2014-2016 dia telah menjalani rawat jalan dan rawat inap tiga bulan terapi begitu seterusnya sampai kemajuan kondisi membaik. Sfk mulai didiagnosis menderita *skizofrenia* dengan tipe residual sejak tahun 2014. Gejala tersebut muncul dan mulai tampak pada usia remaja. Dan dikarenakan faktor lingkungan dan biologi (keturunan) dari saudara Ibu kandung yang memiliki riwayat skizofrenia.

Pasien Sfk, dengan latar belakang menggemari musik jenis punk rock, mulai mampu berinteraksi pada okupasi minggu ke-11. Pada okupasi tersebut, ia mendapatkan stimulasi lagu dangdut dengan tempo 70 bpm. Sebelumnya, pada okupasi 10 minggu sebelumnya, pasien Sfk mengalami kondisi yang berbeda dari 11 minggu sebelumnya. Pasca distimulus dengan lagu bertempo 70 bpm pada minggu ke-11, kondisi emosi memang masih belum stabil, tetapi Sfk mulai melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar. Pada minggu ke-12

Tabel 4. Pasien Sfk laki-laki berusia 23 tahun menderita *skizofrenia* residual dari Bangsaal Nakula menggemari musik punk rock.

Okupasi	Pra Kondisi	Langkah Okupasi	Durasi	Kondisi Pasca Okupasi
1	Emosi tidak stabil, perilaku tidak kontrol (makan daundaunan, pasir, batu), menyendiri, tidak mampu beradaptasi, sikap autis.	Stimulasi lagu Cinta ini Membunuhku Jenis musik: pop Tempo : 160	3 menit 5 detik	Emosi tidak stabil, perilaku tidak kontrol (makan daundaunan, pasir, batu), menyendiri, tidak mampu beradaptasi, sikap autis,
2	Emosi tidak stabil, perilaku tidak kontrol (makan daundaunan, pasir, batu), menyendiri, tidak mampu beradaptasi, sikap autis,	Stimulasi lagu Nakal Jenis Musik : Pop Rock	3 menit 4 detik	Emosi tidak stabil, perilaku tidak kontrol, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, sikap autis, hiperaktif.
3	Emosi tidak stabil, perilaku tidak kontrol, menyendiri, tidak mampu beradaptasi, sikap autis, hiperaktif.	Stimulasi lagu Oplosan Jenis Musik : Dangdut Tempo : 66	3 menit 10 detik	Emosi tidak stabil, perilaku autis, menyendiri.
4	Emosi tidak stabil, perilaku autis, menyendiri.	Stimulasi lagu Sewu Kutho Jenis Musik : Campursari Tempo:150	3 menit 20 detik	Berbicara sendiri, tertawa sendiri, menangis, dan berteriak tanpa sebab.
5	Berbicara sendiri, tertawa sendiri, menangis, dan berteriak tanpa sebab.	Stimulasi lagu Cinta ini membunuhku Jenis musik Pop Tempo :120	3 menit 5 detik	Melamun, berbicara sendiri, tertawa sendiri, menangis, dan berteriak tanpa sebab.
6	Melamun, berbicara sendiri, tertawa sendiri, menangis, dan berteriak tanpa sebab.	Stimulasi lagu: Nakal Jenis musik Pop Rock Tempo: 164	3 menit 4 detik	Hiperaktif, mampu beradaptasi, emosi tidak stabil berlebihan
7	Hiperaktif, mampu beradaptasi, emosi tidak stabil berlebihan	Stimulasi Lagu Oplosan Jenis musik Dangdut Tempo: 66	3 menit 4 detik	Emosi berlebihan tidak stabil, menertawakan orang lain, menangis, menyendiri.
8	Emosi berlebihan tidak stabil, menertawakan orang lain, menangis, menyendiri.	Jenis musik Dangdut Tempo: 66	3 menit 4 detik	Emosi berlebihan, tertawa terbahakbahak tanpa sebab, mondarmandir.
9	Emosi berlebihan, tertawa terbahak-bahak tanpa sebab, mondarmandir.	Stimulasi lagu Stimulasi lagu Sakitnya tuh di sini Jenis Musik Dangdut Tempo: 70	3 menit	Emosi tidak stabil, menyendiri, mondarmandir, tertawa tanpa sebab, menangis tanpa sebab.
10	Emosi tidak stabil, menyendiri, mondarmandir, tertawa tanpa sebab, menangis tanpa sebab, tatapan mata kosong.	Stimulasi lagu Oplosan Jenis musik Dangdut Tempo: 66	3 menit 4 detik	Emosi tidak stabil, mondarmandir, tertawa tanpa sebab, menyendiri, melamun, tatapan mata kosong.

bersambung ke halaman 101

sambungan dari halaman 100

11	Emosi tidak stabil, mondar-mandir, tertawa tanpa sebab, menyendiri, melamun, tatapan mata kosong.	Stimulasi lagu : Sakitnya tuh d sini Jenis musik Dangdut Tempo: 70	3 menit	Emosi tidak stabil, mondar-mandir, mampu berinteraksi.
12	Emosi tidak stabil, mondar-mandir, mampu berinteraksi.	Stimulasi lagu Oplosan Jenis musik : Dangdut Tempo : 66	3 menit 4 detik	Emosi tidak stabil, mampu beradaptasi, berinteraksi, sedikit pasif.

Sfk distimulus dengan lagu bertempo 66 bpm Sfk mengalami kemajuan pada tindakan adaptasi, namun dia belum dapat dinyatakan sembuh karena emosinya masih belum stabil dan belum ada kemajuan.

Menurut Kadi salah satu tim okupasi RSJD Surakarta, Sfk harus mengikuti tahap terapi okupasi lanjutan yaitu dengan pengarahan khusus, perawatan lebih intensif dari pihak medis serta mengikuti terapi okupasi pada tahap ke-2, untuk memperoleh hasil yang berarti (maksimal), karena untuk pasien yang dalam kategori seperti Sfk membutuhkan proses pemulihan yang lebih lama, jadi harus terus menerus dilakukan terapi kurang lebih selama tiga bulan, apabila pada kurun waktu tersebut belum juga ada perkembangan itu artinya dari pasien sendiri memang tidak memiliki motivasi yang kuat untuk membaik kondisinya (Kadi Riyanto, wawancara 20 Juli 2016). Jadi pasien Sfk memerlukan terapi okupasi lanjutan untuk mencapai kondisi emosi yang stabil paling tidak terapi okupasi dalam kurun waktu tiga bulan.

RSJD Surakarta pernah melakukan terapi musik klasik dengan tempo di

bawah 60 bpm dan pada musik ritme sangat pelan, namun musik tersebut memiliki peran untuk membantu mengistirahatkan pasien menjelang tidur (Tim medis, wawancara Oktober 2015). Hal ini berkaitan karena gelombang otak theta pada pasien *skizofrenia* tidak berfungsi secara maksimal, jadi pasien *skizofrenia* membutuhkan stimulus musik yang bersifat menenangkan.

Tim okupasi memilih jenis musik dangdut karena dianggap ringan, dan mampu mendorong respons gerak fisik pada pasien *skizofrenia*, sehingga dengan hasil respons tersebut dapat membantu menurunkan emosi. Di samping itu, musik dangdut menurut Muttaqin merupakan jenis musik yang banyak diminati oleh sebagian besar masyarakat di berbagai kelas sosial karena teks lagunya ringan dan mudah dinikmati, (2006:5).

Tema dalam lagu dangdut merupakan bagian yang menjelaskan bagaimana musik dangdut tercipta dan berkembang (2015:2). Karena dangdut cukup memiliki kedekatan dengan masyarakat Indonesia barangkali hal ini yang menjadi salah satu faktor dominan mengapa pada saat musik

dangdut diaplikasikan untuk terapi pasien *skizofrenia*, tercatat mampu memberikan kenyamanan pada mereka.

Dangdut, dalam pandangan (Andrew, 2010:20), sudah menjadi bagian dari sebutan kata “Rakyat” Satu hal yang membuat musik dangdut begitu mudah “menjalar” adalah karena lirik lagunya yang sederhana, mudah dipahami, dan memanfaatkan situasi keseharian yang biasa dialami oleh masyarakat.

Berhubungan dengan familiaritas, lagu-lagu dangdut membentuk cerita-cerita tentang Indonesia. Menurut Weintraub (2010) artikulasi dangdut dan rakyat bekerja dalam tiga level antara lain (1) dangdut adalah rakyat; (2) dangdut untuk rakyat; dan (3) – dangdut sebagai rakyat. Pertama penderita *skizofrenia* adalah rakyat di mana memiliki latar belakang historis terutama pada musik dangdut, sehingga ketika dangdut didengar secara otomatis akan direspons dengan cara tertentu. kedua pada faktanya dangdut adalah jenis musik yang terpilih dan terbukti membantu mencapai tujuan terapi musik yaitu pemulihan, sehingga kekuatan terapiutik (kenyamanan) dapat dirasakan oleh para penderita *skizofrenia*. Ketiga kembali pada bagaimana dangdut dapat terimplementasikan dengan baik sebagai terapi di mana unsur-unsur di dalam dangdut mampu mengembalikan memori pada penderita pasien *skizofrenia*.

Musik dangdut terkait dengan faktor seperti kompleksitas, familiaritas, dan kegembiraan mendengarkan musik oleh pasien *skizofrenia*. Sehingga tingkat di mana suara musik terdengar familiaritas

akan menentukan apakah musik yang dialami sebagai menyenangkan atau tidak. Nilai hedonis akan rendah bila musik yang didengar sama sekali baru. Nilai hedonistic meningkat seiring dengan meningkatnya familiaritas dan akan menurun lagi bila musiknya sama sekali tidak diketahui (Berlyne dalam Djohan, 2005:64).

Analisis Proses Eksperimentasi Musik- Sebagai Terapi Pasien Skizofrenia

Instalasi rehabilitasi menerapkan sebuah metode dalam upaya pemulihan pada pasien *skizofrenia* dengan mengutamakan aspek-aspek psikologis dan sosial. Upaya mempertahankan sebuah sistem dalam pelaksanaan terapi oleh tim okupasi tersebut menerapkan teori fungsionalisme struktural Talkot Parson yaitu terdapat empat imperatif fungsional bagi sistem tindakan. Keempat fungsi tersebut terdiri dari 1) *adaptation*, 2) *goal attainment*, 3) *integration*, dan 4) *latency*. Sebagaimana dijelaskan sebagai berikut.

1. Adaptation

Penyesuaian-penyesuaian jenis musik, maupun judul lagu yang telah dilakukan oleh tim okupasi terapi merupakan suatu strategi dalam melakukan sebuah pendekatan dan metode untuk sebuah hasil jangka panjang bagi perkembangan pasien. Bentuk percobaan-percobaan dari musik jenis pop ke musik dangdut dengan tempo antara 60-75 bpm merupakan sebuah strategi dari tim okupasi untuk melihat seberapa besar daya musik tertentu

yang memiliki pengaruh besar bagi perkembangan emosi pasien *skizofrenia*.

2. Goal Attainment

Sistem harus mengatasi kebutuhan situasional yang datang dari luar. Ia harus beradaptasi dengan lingkungan dan menyesuaikan lingkungan dengan kebutuhan-kebutuhannya. Hasil dari proses eksperimentasi musik yang bersifat kondisional kepada pasien *skizofrenia* tersebut merupakan suatu upaya untuk menuju pada capaian terapi. Tujuan tersebut antara lain memberikan ketenangan bagi pasien baik dalam segi kestabilan emosi maupun kepekaan sosial. Eksperimentasi metode terapi dengan media musik RSJD Surakarta terdiri beberapa prospek sasaran positif bagi pasien *skizofrenia* khususnya dalam segi sosial dan psikososial.

3. Integration

Sistem harus mengatur hubungan bagian-bagian yang menjadi komponennya. Penerapan eksperimentasi musik yang bersifat situasional sampai pada tahapan tujuan dari terapi rekreasi itu dilakukan tidak lepas dari keterhubungan aktivitas di lingkup penyembuhan dengan media musik dituntut adanya interaksi. Interaksi tersebut merupakan bagian dari berjalannya sebuah sistem. Eksperimentasi musik di Instalasi Rehabilitasi RSJD Surakarta tersebut dilakukan sebagai upaya terciptanya sebuah interaksi sosial antara lain interaksi pasien dengan pasien, interaksi pasien dengan profesional kesehatan,

Interaksi tim okupasi terapi dengan tim dokter.

a. Interaksi Pasien dengan Pasien

Terapi musik pasien dituntut adanya suatu interaksi sosial seperti komunikasi lisan maupun dalam bentuk fisik, hal tersebut dilakukan secara terus menerus sampai efek terapi secara langsung dapat terserap. Pada jenis musik dangdut dengan tempo cepat pasien dapat melakukan suatu reaksi fisik.

b. Interaksi Pasien dengan Profesional Kesehatan

Keadaan sekeliling kunjungan seorang pasien ke dokter atau apoteker, serta mutu dan keberhasilan interaksi profesional kesehatan dengan pasien adalah penentu utama untuk pengertian serta sikap pasien terhadap kesakitannya dan manfaat terapi. Salah satu kebutuhan terbesar pasien adalah dukungan psikologis yang diberikan dengan rasa sayang. Seperti misalnya memberikan perhatian intensif tentang peringatan mengikuti rehabilitasi dan menjelaskan manfaat kegiatan tersebut kepada pasien secara personal.

c. Interaksi Tim Okupasi Terapi dengan Tim Dokter

Instalasi Rehabilitasi merupakan suatu ruang khusus yang didesign serupa dengan lingkungan sosial masyarakat. Demi mencapai tahapan terapi tersebut tentunya ada kebijakan dari RSJD Surakarta yaitu melalui prosedur klinis salah satunya adalah

pengobatan secara farmaka (obat-obatan). Kemudian untuk tahap Rehabilitasi terapi musik tim okupasi memiliki metode dalam penyeleksiannya yaitu melihat perkembangan pasien secara sosial, kemudian melihat perkembangan pasien dari segi psikologis melalui wawancara. Catatan dari tim okupasi merupakan salah satu bagian penting dari progres suatu tahapan dari metode penyembuhan secara keseluruhan di RSJD Surakarta.

4. Latency

Pada akhirnya sistem harus melengkapi, memelihara, dan memperbaharui motivasi individu dan pola-pola budaya yang menciptakan dan mempertahankan motivasi tersebut. Pengembangan yang terus menerus dilakukan oleh tim okupasi pada proses eksperimentasi musik bertujuan untuk menghasilkan bentuk perilaku untuk indikasi tingkat kondisi psikologis dari pasien *skizofrenia* dari tahap ke tahap pemberian terapi hingga pada penemuan sebuah metode yang tepat untuk diaplikasikan.

Metode yang dilakukan oleh tim okupasi bentuk terapi musik. Hal ini dikarenakan media yang digunakan dalam metode tersebut adalah lagu-lagu terpilih berdasarkan pengelompokan tempo. Oleh karenanya, pilihan lagu yang ditentukan oleh tim okupasi terapi tidak hanya mendasarkan pada satu genre. Keragaman jenis lagu bukan menjadi persoalan dalam metode terapi yang ingin ditekankan pada proses terapi yang dilakukan adalah tempo.

Musik jenis dangdut dengan tempo antara 60-75 bpm (*andante*) pada tahap berikutnya dapat diterapkan untuk pasien *skizofrenia* khususnya di RSJD Surakarta dengan tipe dan model pasien yang telah ditentukan.

Fungsi Musik Dalam Proses Eksperimentasi Terapi Skizofrenia

Hauser (1982:94) menekankan bahwasanya “seni adalah produk masyarakat”. Produk dari masyarakat dalam artian yang lebih mendalam mengindikasikan bahwa seni terbentuk berdasarkan proses penciptaan. Pada proses penciptaan kemurnian dan hibriditas menjadi hal yang mendasar, terlibat akulturasi atau asimilasi kebudayaan.

Musik memiliki peran penting bagi –ketenangan pasien *skizofrenia* terutama pada kondisi kejiwaannya. Sebagian besar di antara kita menikmati dan mendengarkan musik tanpa sepenuhnya menyadari pengaruhnya terhadap kondisi kejiwaan. Instalasi rehabilitasi dengan strategi materi terapi musik bertujuan untuk memfasilitasi peserta terapi dalam ranah hiburan yaitu melepaskan kesepian dan mengalihkan beban pikiran yang mengganggu pasien *skizofrenia*.

Perilaku manusia dalam berbagai perbedaan dan tentu saja melalui beberapa cara yang terprediksi. pemahaman psikoanalisa—menegaskan bahwa musik memungkinkan seseorang untuk mengekspresikan rasa melalui bahasa ungkap yang dapat diterima semua orang (Freud dalam Djohan, 2011:15).

Eksperimentasi musik sebagai terapi untuk pasien *skizofrenia* -dilakukan sebagai upaya penerapan empat imperatif fungsional dari sistem sosial Talcott Parson. Eksperimentasi dilakukan untuk melihat perilaku dari pasien *skizofrenia* melalui musik sebagai indikator respons dan kondisi kejiwaan. Namun kajian mengenai fungsi musik dalam suatu budaya manusia memerlukan pemahaman yang spesifik, karena setiap musik pada budaya tertentu memiliki fungsi yang berbeda-beda. Musik merupakan bagian terpenting dari proses eksperimentasi, karena musik menentukan banyak aspek positif bagi pasien *skizofrenia*. Baik dalam segi sosial maupun psikologis. Musik dangdut di antara jenis musik yang lain seperti pop dan campursari digunakan sebagai media untuk melihat indikator fisik dari pasien *skizofrenia* (Alfionita 2016).

Musik dalam salah satu terapi rehabilitasi memang sangat penting. Aktivitas okupasi tersebut memang tidak mutlak untuk dilaksanakan, namun dalam terapi okupasi pasien *skizofrenia* membutuhkan musik sebagai pendukung berjalannya proses penyembuhan. Musik mampu menghasilkan beberapa elemen penting bagi kesejahteraan pasien *skizofrenia* baik dalam segi sosial maupun psikologi kejiwaan pasien.

Dalam kehidupan budaya sebuah masyarakat. Aspek fungsi musik tersebut antara lain, 1) musik sebagai respons fisik, 2) musik sebagai sarana komunikasi, 3) musik sebagai ekspresi emosi, 4) musik sebagai representasi simbolik, 5) musik sebagai konformitas terhadap

norma sosial, 6) musik sebagai validasi institusi sosial dan ritual keagamaan, 7) musik sebagai kontribusi kepada kontinuitas dan stabilitas budaya, 8) musik sebagai kontribusi kepada integrasi masyarakat, (9) musik sebagai kesenangan terhadap keindahan, (10) musik sebagai hiburan. Dari kesepuluh fungsi tersebut, terdapat empat fungsi yang terkait dengan pemanfaatan musik sebagai sarana terapi pasien *skizofrenia* yang diterapkan pada RSJD Surakarta, yakni (1) Respons fisik, (2) pengungkapan emosi, (3) sarana hiburan, (4) Musik sebagai representasi simbolik (Merriam 1964: 224).

Dangdut Dalam Terapi Kejiwaan Skizofrenia

Kekuatan terapeutik sebetulnya merupakan pembuktian beberapa jenis musik. Kekuatan musik yang dapat membantu jiwa manusia menjadi lebih tenang dan seimbang. Terutama apabila pemilihan lagu untuk terapi tepat sasaran, tentunya musik itu mampu meringankan perasaan tertekan dan stres pada seseorang. Hal ini karena musik memiliki pengaruh positif terhadap fisik dan psikologis manusia, sehingga terapi musik dinyatakan berhasil.

Berbicara mengenai efek musik terhadap kesehatan jiwa, faktanya di RSJD Surakarta telah menerapkan eksperimentasi metode terapi dengan musik dangdut sejak tahun 1993, di mana terdapat beberapa jenis musik yang digunakan. Namun pada praktiknya jenis musik dangdut dinyatakan berhasil dalam menstabilkan emosi pasien

skizofrenia. Musik tersebut dianggap paling mudah diterima oleh semua tipe *skizofrenia* di RSJD Surakarta.

Hasil riset di tahun 2014-2016 tersebut ditemukan bahwa dangdut koplo tempo 60-85 bpm berhasil berkontribusi pada kondisi psikologis dan menentukan kestabilan emosi pasien *skizofrenia* untuk beberapa tipe seperti tipe *skizofrenia hebrefenik*, *skizofrenia tak terinci*, *skizofrenia residual*, dan *skizofrenia tak terinci*. Selain itu indikasi-indikasi perilaku lainnya menjadi pendukungnya seperti interaksi, komunikasi, respons emosi dan perilaku dari pasien.¹⁰ Temuan riset tersebut kemudian diujikan secara klinis dengan bantuan alat *elektro encephalo grafi* sebagai ukuran jenis musik dangdut yang ideal dalam membantu menormalkan gelombang otak pasien *skizofrenia*.

Sebagaimana pernyataan tersebut di atas, telah dibuktikan dalam catatan sebuah riset tentang eksperimentasi metode terapi musik, yang dilakukan oleh RSJD Surakarta. Dalam okupasi terapi tersebut diterapkan kepada 80 pasien *skizofrenia* di Instalasi Rehabilitasi. Kemudian diberikan tindakan untuk empat model yakni Prb (27) dan Skd¹¹(27), Lrs, dan Sfk sebanyak 12 kali dan dilaksanakan satu kali dalam seminggu. Terapi musik adalah sebagai bentuk proses penyembuhan akhir pencapaian

proses penyembuhan pasien *skizofrenia* baik itu *paranoid* maupun *residual*, *tak terinci*, dan *hebrefenik*. Terapi musik tersebut dinyatakan berhasil berdasarkan catatan-catatan progresivitas pasien selama terapi.

Namun okupasi sebanyak 12 kali ini belum berhasil diterapkan pada salah satu pasien yang tergolong *skizofrenia* dengan kondisi *tumpul*, pasien Sfk belum menunjukkan tanda-tanda progresivitas yang baik. Oleh karena itu, pasien belum dapat dikembalikan ke rumah dan menjalani proses rawat jalan. Dan tim okupasi pada akhirnya melakukan terapi lanjutan untuk pasien Sfk. Tim okupasi juga memilih jenis musik dangdut karena dianggap ringan, dan mampu mendorong respons fisik pada pasien *skizofrenia*, sehingga dengan hasil respons tersebut dapat membantu menurunkan emosi (Munir, wawancara 2 Januari 2019).

Okupasi terapi diterapkan secara bersamaan kepada pasien *skizofrenia paranoid*, *residual*, *tak terinci*, *hebrefenik*, dan pasien rawat jalan. Terapi ini dilakukan dari 2 Januari 2019 sampai pada 21 Maret 2019. Pertama okupasi terapi dilakukan untuk pasien dengan tipe *paranoid* HR (41) tahun dari bangsal Sadewa. Kedua okupasi terapi pasien *skizofrenia* tak terinci SM (37) tahun dari Bangsal Larasati. Ketiga okupasi terapi musik kepada pasien *skizofrenia residual* YS (30) tahun dari bangsal Gatot Kaca. Keempat okupasi terapi musik kepada pasien *skizofrenia hebrefenik* MRT (28) tahun dari bangsal Srikandi. Dan kelima adalah pasien rawat jalan bernama Sarjoko (44) tahun.

¹⁰Paparan ini lebih lengkapnya dapat diakses dalam skripsi Alfionita yang berjudul "Eksperimentasi Metode Terapi Pasien *Skizofrenia* di RSJD Surakarta."

¹¹Seluruh nama pasien disebutkan dengan inisial. Hal ini untuk menjaga identitas, karena merupakan ketentuan dari pihak RSJD Surakarta dan juga permintaan keluarga pasien.

Hasil dari rehabilitasi terapi dengan musik menunjukkan bahwa beberapa kali diberikan lagu-lagu yang biasa diterapkan di terapi (sesuai dengan selera pasien) seperti oplosan, wakuncar, layang kangen, dan beberapa lagu yang memang tidak familier seperti lagu klasik, dan lagu barat. Bahkan tim terapi, selain memainkan lagu-lagu tersebut berdasarkan lagu aslinya, juga memperlakukan lagu-lagu tersebut yang pop dimainkan dangdut, kemudian yang pada mulanya dangdut diubah menjadi pop. Tempo yang semula harus 60-85 *bpm* akhirnya diubah menjadi 100 *bpm*.

Terapi musik tersebut dilakukan kurang lebih setengah dua jam kepada semua tipe pasien *skizofrenia*. Pada saat diberikan lagu dangdut dengan tema apa pun, entah lagu populer dan lagu yang belum populer (tidak dikenal sama sekali), ternyata mayoritas pasien merespons dengan aktif dalam pelaksanaan terapi, bahkan turut menyanyikan lagunya. Barangkali untuk pasien yang sama sekali tidak familier dengan lagunya, pasien cenderung memilih untuk bergoyang. Meskipun untuk beberapa pasien *skizofrenia paranoid*, cenderung memerlukan tindakan terapi yang lebih sulit dibandingkan golongan pasien *skizofrenia* yang lainnya. Karena untuk kategori *skizofrenia paranoid* yang gelombang otaknya dinyatakan “tumpul, biasanya kurang dapat menerima materi terapi musik. Bukan berarti pasien *skizofrenia paranoid* tidak memiliki selera musik, atau tidak dapat diterapi dengan musik. Berdasarkan catatan historis pasien, akan tampak kebiasaan-

kebiasaan selera musik apa yang biasa didengar oleh pasien atau yang pernah memiliki pengalaman dengan pasien. Dengan demikian tim terapis akan memberikan materi lagu-lagu yang membuat pasien merasa nyaman. Meskipun dalam proses eksperimen, materi-materi lagu yang tidak biasa akan tetap diberikan kepada pasien. Ternyata, ketika materi musik yang tidak biasa bagi pasien, terus menerus diberikan pada saat terapi, secara bertahap, pasien dapat merasakan kekuatan dari musik yaitu memberikan rasa nyaman.

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan gelombang EEG, mendengarkan musik dangdut untuk pasien *skizofrenia* efektif untuk merangsang *pre frontal osipital* (otak bagian belakang) tepatnya pada *amigdala* atau yang disebut sebagai sistem otak yang berkaitan dengan emosi. Pada saat *amigdala* aktif karena mendengarkan musik, maka spontan *amigdala* akan memerintah saraf *sympatis parasympatis*. Pengaruhnya, hormon-hormon stres akan menurun, sehingga konsentrasi meningkat.

Pasien Sfk, dengan latar belakang menggemari musik jenis punk rock, mulai mampu berinteraksi pada okupasi minggu ke-11. Pada okupasi tersebut, ia mendapatkan stimulasi lagu dangdut dengan tempo 70 *bpm*. Sebelumnya, pada okupasi 10 minggu sebelumnya, pasien Sfk mengalami kondisi yang berbeda dari 11 minggu sebelumnya. Pasca distimulus dengan lagu bertempo 70 *bpm* pada minggu ke-11, kondisi emosi memang masih belum stabil, tetapi

Sfk mulai melakukan interaksi dengan lingkungan sekitar. Pada minggu ke-12 Sfk distimulus dengan lagu bertempo 66 bpm Sfk mengalami kemajuan pada tindakan adaptasi, namun dia belum dapat dinyatakan sembuh karena emosinya masih belum stabil dan belum ada kemajuan.

Menurut Kadi salah satu tim okupasi RSJD Surakarta, Sfk harus mengikuti tahap terapi okupasi lanjutan yaitu dengan pengarahannya khusus, perawatan lebih intensif dari pihak medis serta mengikuti terapi okupasi pada tahap ke-2, untuk memperoleh hasil yang berarti (maksimal), karena untuk pasien yang dalam kategori seperti Sfk membutuhkan proses pemulihan yang lebih lama, jadi harus terus menerus dilakukan terapi kurang lebih selama tiga bulan, apabila pada kurun waktu tersebut belum juga ada perkembangan itu artinya dari pasien sendiri memang tidak memiliki motivasi yang kuat untuk membaik kondisinya (Kadi Riyanto, wawancara 20 Juli 2016). Jadi pasien Sfk memerlukan terapi okupasi lanjutan untuk mencapai kondisi emosi yang stabil paling tidak terapi okupasi dalam kurun waktu tiga bulan.

RSJD Surakarta pernah melakukan terapi musik klasik dengan tempo di bawah 60 bpm dan pada musik ritme sangat pelan, namun musik tersebut memiliki peran untuk membantu mengistirahatkan pasien menjelang tidur (Tim medis, wawancara Oktober 2015). Hal ini berkaitan karena gelombang otak theta pada pasien *skizofrenia* tidak berfungsi secara maksimal, jadi pasien

skizofrenia membutuhkan stimulus musik yang bersifat menenangkan.

Tim okupasi memilih jenis musik dangdut karena dianggap ringan, dan mampu mendorong respons gerak fisik pada pasien *skizofrenia*, sehingga dengan hasil respons tersebut dapat membantu menurunkan emosi. Di samping itu, musik dangdut menurut Muttaqin merupakan jenis musik yang banyak diminati oleh sebagian besar masyarakat di berbagai kelas sosial karena teks lagunya ringan dan mudah dinikmati, (2006:5).

Tema dalam lagu dangdut merupakan bagian yang menjelaskan bagaimana musik dangdut tercipta dan berkembang (2015:2). Karena dangdut cukup memiliki kedekatan dengan masyarakat Indonesia barangkali hal ini yang menjadi salah satu faktor dominan mengapa pada saat musik dangdut diaplikasikan untuk terapi pasien *skizofrenia*, tercatat mampu memberikan kenyamanan pada mereka.

Dangdut, dalam pandangan (Andrew, 2010:20), sudah menjadi bagian dari sebutan kata "Rakyat" Satu hal yang membuat musik dangdut begitu mudah "menjalar" adalah karena lirik lagunya yang sederhana, mudah dipahami, dan memanfaatkan situasi keseharian yang biasa dialami oleh masyarakat.

Berhubungan dengan familiaritas, lagu-lagu dangdut membentuk cerita-cerita tentang Indonesia. Menurut Weintraub (2010) artikulasi dangdut dan rakyat bekerja dalam tiga level antara lain (1) dangdut adalah rakyat; (2) dangdut untuk rakyat; dan (3) –

dangdut sebagai rakyat. Pertama penderita *skizofrenia* adalah rakyat di mana memiliki latar belakang historis terutama pada musik dangdut, sehingga ketika dangdut didengar secara otomatis akan direspons dengan cara tertentu. kedua pada faktanya dangdut adalah jenis musik yang terpilih dan terbukti membantu mencapai tujuan terapi musik yaitu pemulihan, sehingga kekuatan terapeutik (kenyamanan) dapat dirasakan oleh para penderita *skizofrenia*. Ketiga kembali pada bagaimana dangdut dapat terimplementasikan dengan baik sebagai terapi di mana unsur-unsur di dalam dangdut mampu mengembalikan memori pada penderita pasien *skizofrenia*.

Musik dangdut terkait dengan faktor seperti kompleksitas, familiaritas, dan kegemaran mendengarkan musik oleh pasien *skizofrenia*. Sehingga tingkat di mana suara musik terdengar familiaritas akan menentukan apakah musik yang dialami sebagai menyenangkan atau tidak. Nilai hedonis akan rendah bila musik yang didengar sama sekali baru. Nilai hedonistic meningkat seiring dengan meningkatnya familiaritas dan akan menurun lagi bila musiknya sama sekali tidak diketahui (Berlyne dalam Djohan Salim 2005).

KESIMPULAN

Skizofrenia dilakukan sebagai upaya penerapan empat imperatif fungsional dari sistem sosial Talcott Parson. Eksperimentasi dilakukan untuk melihat perilaku dari pasien *skizofrenia* melalui musik sebagai indikator respons dan kondisi kejiwaan. Namun kajian mengenai

fungsi musik dalam suatu budaya manusia memerlukan pemahaman yang spesifik, karena setiap musik pada budaya tertentu memiliki fungsi yang berbeda-beda. Musik merupakan bagian terpenting dari proses eksperimentasi, karena musik menentukan banyak aspek positif bagi pasien *skizofrenia*. Baik dalam segi sosial maupun psikologis. Musik dangdut di antara jenis musik yang lain seperti pop dan campursari digunakan sebagai media untuk melihat indikator fisik dari pasien *skizofrenia*.

Aktivitas okupasi tersebut memang tidak mutlak untuk dilaksanakan, namun dalam terapi okupasi pasien *skizofrenia* membutuhkan musik sebagai pendukung berjalannya proses penyembuhan. Musik mampu menghasilkan beberapa elemen penting bagi kesejahteraan pasien *skizofrenia* baik dalam segi sosial maupun psikologi kejiwaan pasien.

Dalam eksperimentasi musik terapi untuk kesembuhan pasien *skizofrenia* sampai pada tahap kesimpulan. Pertama RSJD Surakarta menerapkan metode penyembuhan non farmaka. Penyembuhan farmaka merupakan pendukung dalam upaya memulihkan pasien *skizofrenia*. Jenis yang musik yang diaplikasikan sebagai media terapi antara lain adalah, pop, dangdut, campursari, dan rock. Eksperimentasi musik yang dilakukan oleh tim okupasi terapi adalah sebuah bentuk usaha dalam mempertahankan tujuan terapi.

Kedua penulis menemukan bahwa jenis musik dangdut dengan tempo andante antara 60-75 bpm mampu menstabilkan emosi pada penderita

skizofrenia dalam kurun waktu terapi 12 kali dalam tiga bulan, sedangkan untuk pasien yang mengalami kondisi sulit untuk menerima terapi dengan cepat dapat diberikan terapi okupasi lanjut. Selain menurunkan emosi pada penderita *skizofrenia*, musik dengan tempo 60-75 bpm mampu memberikan efek yang positif bagi perkembangan sosial dan psikologis pasien seperti menstabilkan emosi, melatih beradaptasi, mengembalikan kepercayaan diri, mampu berkomunikasi, bersosialisasi, berinteraksi dan meningkatkan gairah untuk hidup di lingkungan masyarakat. Tim okupasi melihat perilaku pasien dalam kesehariannya melalui terapi musik sebagai indikator kesiapan pasien dalam menghadapi lingkungan yang sebenarnya (masyarakat).

DAFTAR PUSTAKA

- Alfionita, Elya, Nindy. 2019. "Familiaritas Musik dalam Terapi Pasien Skizofrenia."
- Alfionita, Elya. 2018. "Terapi Music for Skizofrenia Disorder." In, edited by Zulkarnaen Mistortoify, 1-185. Pascasarjana Insttut Seni Indonesia Surakarta.
- Alfionita, Elya Nindy. 2016. "Eksperimentasi Metode Terapi dengan Menggunakan Musik untuk Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta Skripsi Diajukan oleh Elya Nindy Alfionita NIM 12112108."
- Banoe, Pono. 2003. *Kamus Musik*. Yogyakarta. Kanisius.
- Didik, Ismadi. 2008. "Pengaruh Musik Populer Terhadap Minat Dan Motivasi Siswa Kelas VII Terhadap Mata Pelajaran Seni Budaya Bidang Seni Musik Di SMPN 1 Wajak Tahun Ajaran 2007/2008."
- Djohan. 2006. *Terapi Musik :Terapi Dan Aplikasi*.
- . 2011. "Perilaku Musikal Dan Kepribadian Kreatif." In , 1-48.
- Djohan Salim. 2005. "Respon Emosi Musikal Dalam Gamelan Jawa." *Jurnal Psikologia* 1 (2): 63-75.
- Gabela, and Joko Sampurno. 2014. "Analisis Fraktal Sinyal Berbagai Jenis Musik." *PRISMA FISIKA II* (3): 67-72.
- Hauser, Arnold. n.d. 1982. *The Sociology of Art*. Terj. Kenneth J. Northcott. London: University of Chicago Press.
- Herdhaetha. 2019. "No Title." (Wawancara)
- Merriam, Alan P. 1964. *The Study of Song Text. The Antropology of Music*.
- Munir. 2019. "No Title." (Wawancara)
- Pasero, C., dan McCaffery, M. 2007. Orthopedic Post Operative Pain management. *Journal of Peri Anesthesia Nursing*. 2007. "Orthopedic Post Operative Pain Management." 160-174.
- Suma'mur. 1995. *Hiegine Perusahaan Dan Keselamatan Kerja*. CV Sagung Seto.
- Titon, Jeff Todd, and Svanibor Pettan. 2015. *An Introduction to Applied Ethnomusicology*. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199351701.013.26>.
- Wrahatnala, Bondet. 2005. "Ngamen Sebuah Perjalanan Kreativitas."

Sekolah Tinggi Seni Indonesia
Surakarta.

Informan

Ardhaeta (45 tahun), Dokter spesialis
jiwa. Mojosongo.

Febriyanto (34 tahun), Staf okupasi
terapi. Purbayan, Rt : 6,Rw : 10,
Baki Sukoharjo.

Kadi Riyanto (45 tahun), Staf Rehabilitasi.
Langsur, Rt : 2, Rw : 1, Kelurahan
Sonorejo, Kabupaten Sukoharjo