

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Praktik terapi musik telah diaplikasikan ke dalam berbagai situasi untuk menangani klien dengan rentang usia, latar belakang, dan kebutuhan yang luas. Tujuan dalam terapi musik secara umum dapat berupa: mengembangkan kemampuan seseorang dalam mengatur perasaan dan emosi, mengembangkan kemampuan komunikasi dan ekspresi diri, serta memelihara kesehatan fisik dan psikologis. Tujuan tersebut dapat dicapai melalui berbagai teknik tergantung konteks dan pendekatan yang dimiliki oleh terapis musik (Wigram, 2002).

Salah satu teknik yang penting dan esensial dalam praktik terapi musik adalah improvisasi (Bruscia, 2004). Improvisasi musik yang digunakan dalam terapi musik disebut improvisasi klinis. Berbeda dengan improvisasi musikal, improvisasi klinis lebih bertujuan untuk memberikan manfaat terapeutik dibandingkan musikal (Hiller, 2009; Pavlicevic, 2000). Meskipun estetika bukanlah elemen terpenting dalam improvisasi klinis, terapis musik perlu memiliki pemahaman aspek musik yang memadai untuk melakukan improvisasi dengan klien, guna memperoleh interaksi dan hubungan interpersonal yang terbaik (Nordoff & Robbins, 1997; Mahoney, 2016).

Sama seperti seseorang yang belajar memainkan suatu lagu, terapis perlu berlatih secara rutin untuk dapat mempraktikkan improvisasi klinis dengan efektif. Meski demikian, terdapat beberapa hambatan teknis maupun psikologis dalam

proses pembelajaran improvisasi. Pertama, metode pendidikan musik yang konvensional cenderung lebih memberi penekanan untuk belajar membaca, mengaplikasikan tanda-tanda musikal, menginterpretasi sesuai dengan keinginan komposer, hingga menghafal musik, tetapi tidak mendorong dan memfasilitasi metode yang sistematis bagi seseorang untuk belajar berimprovisasi (Shevock, 2018; Wigram, 2004). Selain itu, faktor psikologis improvisator juga dapat menjadi penghambat dalam kegiatan improvisasi. Salah satu faktor tersebut adalah kepercayaan diri. Tingkat kepercayaan diri seseorang menjadi aspek yang vital dalam berimprovisasi musik (Azzara, 1999; Shevock, 2018).

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek yang dominan dalam memengaruhi perilaku dan performa seseorang dalam pekerjaan yang dilakukannya (Kaufman, 2011). Estes dan Felker (2011) melakukan eksperimen untuk mencari tahu korelasi kepercayaan diri dengan tingkat akurasi subjeknya dalam mengerjakan *Mental Rotation Test* (MRT). Hasil dari penelitian tersebut adalah: kepercayaan diri menjadi penentu performa seseorang dan manipulasi dari kepercayaan diri memengaruhi performa secara signifikan. Keempat eksperimen yang dilakukan membuktikan bahwa kepercayaan diri menjadi faktor yang penting dalam performa seseorang saat melakukan MRT.

Penelitian di atas menyediakan informasi mengenai korelasi kepercayaan diri dengan performa diri seseorang. Namun, sampai sekarang belum ada penelitian yang berusaha meneliti secara spesifik mengenai kepercayaan diri terapis di dalam praktik improvisasi klinis. Bandura (1997) mengatakan bahwa terdapat empat faktor yang memengaruhi tingkat kepercayaan diri, yaitu: *mastery experience*,

vicarious experience, verbal persuasion, dan emotional and physiological states.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis keempat faktor menurut teori Bandura tersebut di dalam pengalaman mahasiswa terapi musik Universitas Pelita Harapan saat melakukan improvisasi klinis. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada mahasiswa angkatan 2016 dan 2017 terapi musik Universitas Pelita Harapan. Kuesioner disusun dengan tujuan mencari tahu apakah keempat faktor menurut teori Bandura berpengaruh terhadap kepercayaan diri terapis dan bagaimana pengalaman mahasiswa terhadap sumber-sumber tersebut di dalam kegiatan improvisasi klinis. Jawaban kuesioner akan dianalisis menjadi beberapa sub-tema untuk mencari tahu faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kepercayaan diri terapis di dalam melakukan improvisasi klinis.

1.2. Rumusan Permasalahan

Permasalahan yang akan ditinjau dalam penelitian ini adalah:

- a. Apakah keempat sumber dalam teori Bandura (1997) memengaruhi kepercayaan diri mahasiswa Universitas Pelita Harapan dalam melakukan improvisasi klinis?
- b. Apabila ya, bagaimanakah pengalaman responden terhadap keempat sumber tersebut di dalam kegiatan improvisasi klinis?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi keempat sumber yang memengaruhi kepercayaan diri berdasarkan teori Bandura pada pengalaman mahasiswa Universitas Pelita Harapan di dalam melakukan improvisasi klinis.

1.4. Asumsi dan Batasan Masalah

Batasan masalah dan asumsi yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah:

- a. Responden dari penelitian ini adalah mahasiswa/i aktif terapi musik Universitas Pelita Harapan yang telah mengikuti kelas teknik terapi musik I dan II, dan sudah pernah melakukan praktik terapi musik setidaknya satu kali.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang didapat dari penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu:

- a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yaitu suatu kontribusi pengetahuan baru mengenai faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kepercayaan diri dalam melakukan improvisasi klinis. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi suatu referensi teoritis bagi peneliti lain yang sedang meneliti topik-topik yang terkait dengan kepercayaan diri terapis dan improvisasi musik klinis.

- b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan oleh mahasiswa calon terapis musik serta praktisi terapi musik untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam berimprovisasi klinis dengan lebih efektif serta menghindari

faktor-faktor yang menurunkan tingkat kepercayaan diri dalam berimprovisasi klinis. Bagi pendidik, penelitian ini dapat diaplikasikan untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa terapi.

