

**ASPEK TERAPEUTIK PENGGUNAAN GAMELAN
BAGI REHABILITAN GANGGUAN KEJIWAAN DI
RSJ GRHASIA YOGYAKARTA**

**TUGAS AKHIR Program
Studi S1 Seni Musik**



**Oleh:
Nur Syarifah Ar Radhiyah
NIM. 1311990013**

Semester Gasal 2016/2017

**JURUSAN MUSIK FAKULTAS
SENI PERTUNJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

2017

**ASPEK TERAPEUTIK PENGGUNAAN GAMELAN
BAGI REHABILITAN GANGGUAN KEJIWAAN DI
RSJ GRHASIA YOGYAKARTA**

Oleh:

**Nur Syarifah Ar Radhiyah
NIM. 1311990013**



**Karya Tulis ini disusun sebagai persyaratan untuk mengakhiri
jenjang pendidikan Sarjana pada Program Studi S1 Seni Musik
dengan Minat Utama: Musik Pendidikan**

Diajukan kepada

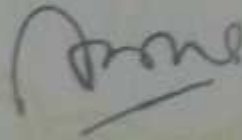
**JURUSAN MUSIK FAKULTAS
SENI PERTUJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA**

Semester Gasal, 2016/2017

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Program S-1 Seni Musik ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Jurusan Musik, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, dinyatakan lulus pada tanggal 17 Januari 2017.

Tim Penguji:



Dr. Andre Indrawan, M.Hum., M.Mus.
Ketua Program Studi/ Ketua



Dr. Fortunata Tyasrinestu, M.Si.
Pembimbing I/ Anggota

Arub Prasetyo, S.Sn., M.Sn.
Pembimbing II/ Anggota



Prof. Dr. Djohan, M.Si
Penguji Ahli/ Anggota

Mengertai
Dekan Fakultas Seni Pertunjukan,
Institut Seni Indonesia Yogyakarta



Dr. Yudiaryani, M.A.
NIP. 19560630 198703 2 001

HALAMAN PERSEMBAHAN

(: ۵)... لله ...

Karya ini dipersembahkan kepada :

1. Orang Tua & Keluarga tercinta.
2. Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
3. Seluruh pembaca karya tulis ini.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena dengan limpahan kasih dan curahan sayang-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikutnya yang senantiasa setia dalam menyebarkan sunah-sunahnya hingga akhir zaman.

Segala upaya untuk menjadikan skripsi ini mendekati sempurna telah peneliti lakukan, namun keterbatasan yang dimiliki peneliti maka akan dijumpai kekurangan baik dalam segi penelitian maupun segi ilmiah. Adapun terselesainya skripsi ini tentu tidak akan berhasil dengan baik tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, peneliti menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini terutama kepada :

1. Dr. Andre Indrawan, M.Hum, M. Mus., M.Hum, selaku Ketua Jurusan Musik Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
2. A. Gathut Bintarto, S.Sn, M.A, S.Sos selaku Sekretaris Jurusan Musik Fakultas Seni Pertunjukan Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
3. Ayub Prasetyo, S.Sn., M.Sn selaku Dosen Wali dan Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan nasehat selama menempuh pendidikan di Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
4. Dra. Eritha Rohana Sitorus, M.Hum, dosen mayor penulis yang selalu memberikan semangat dari awal perkuliahan hingga detik ini.
5. Dr. Fortunata Tyasrinestu, S.S., S.Sn., M.Si selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan motivasi dan sabar dalam memberikan bimbingan sejak awal hingga akhir penulisan skripsi.

6. Dr. Edhi Susilo, S.Mus., M.Hum adalah dosen terbaik dan tertulis yang memberikan ajaran, nasehat, semangat dan motivasi bagi penulis.
7. Prof. Dr. Djohan, M.Si, yang sudah membantu dalam proses penelitian ini di tengah kesibukan beliau yang padat.
8. Abi, seseorang yang tidak pernah surut cinta kasihnya, dukungannya, dan tak kenal lelah memperjuangkan kebahagiaan anak perempuannya. Doa terindah Abi adalah kendaraan yang mengantarkan Ridha ke tempat paling baik.
9. Mami, Abang Fikri, Abang Vivit, Habib, Kak Mega, Mbak Ifah, Muthia, Fatih, Shavin, Deeja dan seluruh keluarga besar yang penulis tidak bisa sebutkan satu persatu. Terimakasih dukungannya selama ini.
10. Cica, Laras, Dhani, Boy, Donald, Nia dan Tera, teman seperjuangan dikala semangat pasang dan surut. *I'm nothing without you guys.*
11. Segenap keluarga besar Pondok Pesantren Raudhatul Mutaqien , tempat penulis mendapatkan relaksasi spiritual dan memberi semangat penulis untuk menyelesaikan penulisan.
12. Rumah Sakit Grhasia Yogyakarta, Instrukur Musik, Perawat, Dokter, Psikolog, Okupasi Terapi, Unit Rehab Mental dan rehabilitan gangguan kejiwaan yang telah membantu peneliti saat melakukan pengumpulan data.
13. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, baik secara langsung maupun tidak yang penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu.

Sekali lagi penulis mengucapkan *Jazaakumullaah Khairan Katsira* (semoga Allah memberikan balasan kepada mereka yang lebih baik dan lebih banyak) dari apa yang telah diberikan kepada penyusun. Skripsi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kritik dan saran sangat penulis harapkan. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan alasan pemakaian gamelan sebagai media terapeutik, tahapan-tahapan yang digunakan dan mengetahui efek terapeutik bagi rehabilitasi gangguan kejiwaan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. Konsentrasi, kepekaan dan toleransi adalah aspek-aspek kehidupan yang hilang dari rehabilitasi gangguan kejiwaan. Penggunaan gamelan sebagai media terapeutik sosial berupaya untuk menyembuhkan atau meminimalisir penyakit yang didasarkan pada gangguan emosi, seperti Depresi, Halusinasi sampai dengan *Schizophrenia*. Gamelan dalam aktifitas terapeutik memiliki kelebihan tersendiri dibandingkan dengan pilihan terapeutik musik yang lain, musik gamelan tidak hanya menggunakan instrument berupa bunyi yang dihasilkan akan tetapi berupa bentuk formasi dari alat musik serta gerakan yang dihasilkan dari proses memainkan alat musik gamelan, sehingga sensasi yang dihasilkan oleh terapeutik gamelan berupa sensasi auditori, visual dan motorik. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa gamelan adalah konsep yang paling ideal untuk mengasah kepekaan, konsentrasi dan toleransi dan juga dapat mengasah kemampuan sosial rehabilitasi gangguan kejiwaan, terdapat 3 tahapan yang digunakan oleh terapis yaitu *Assessment, trial* dan *placement* dengan pendekatan motorik, audio dan visual dalam proses terapeutik dan walaupun dengan intensitas terapeutik yang rendah terdapat efek terapeutik bagi rehabilitasi gangguan kejiwaan di RSJ Ghrasia Yogyakarta. Penggunaan gamelan dapat menjadi salah satu alternatif terapeutik yang dapat digunakan bagi penderita gangguan kejiwaan.

Kata kunci : Terapeutik, gamelan, rehabilitasi

ABSTRACT

This study aims to explain the reason for the use of gamelan as a therapeutic medium, describe the stages are used and acknowledge the therapeutic effect for rehabilitant psychiatric disorders in Grhasia Mental Hospital Yogyakarta. Concentration, sensitivity and tolerance are aspects of life that are missing from rehabilitant psychiatric disorders. The use of gamelan as a social therapeutic attempts to cure or minimize disease based on emotional disorders, such as depression, hallucinations or Schizophrenia. Gamelan in the activity of the therapeutic has its own advantages compared with other therapeutic music options, playing gamelan is not only using the instrument in the form of sound produced but a form of formation of musical instruments and movements resulting from the process of playing gamelan instruments, so that the sensation produced by the therapeutic gamelan form audiotori sensation, visual and motor. The method used is a qualitative research approach to study cases. These results indicate that the gamelan is a most ideal concept for exercise the sensitivity, concentration and tolerance and can also rebuild the social ability rehabilitant psychiatric disorders, there are three steps that are used by music instructor there are Assessment, trial and placement with the approach of the motor, audio and visual in the therapeutic process and even with a low-intensity of therapeutic there are therapeutic effects for rehabilitant in Ghrasia Mental Hospital Yogyakarta. An use of gamelan can be one of the therapeutic alternatives that could be used for patients with psychiatric disorders.

Keywords: Therapeutic, gamelan, rehabilitant



DAFTAR ISI

HALAMANJUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Sistematika Penulisan	5
BAB II LANDASAN TEORI DAN TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Landasan Teori	7
1. Gangguan Kejiwaan	7
2. Terapi Musik	15
3. Gamelan	20
4. Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta	23
B. Tinjauan Pustaka	25
BAB III METODE PENELITIAN	

A. Pendekatan Penelitian	34
B. Langkah-Langkah Penelitian	35
C. Subjek Penelitian	39
D. Metode Pengumpulan Data	40
E. Instrumen Penelitian	42
BAB IV PEMBAHASAN	45
A. Proses Okupasi Terapeutik	45
B. Alasan Penggunaan Gamelan Sebagai Media Terapeutik	46
C. Fungsi dan Tujuan Terapeutik Gamelan	47
D. Bentuk Penyajian Terapeutik Gamelan	49
E. Tahapan Terapeutik Gamelan	54
F. Efek Terapeutik Penggunaan Gamelan	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	60
A. Kesimpulan	60
B. Saran	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Gedung Terapi RSJ Grhasia Yogyakarta	42
Gambar 4.2 Proses Terapi Gamelan oleh Pak Maryanto	43
Gambar 4.3 Proses Terapi Gamelan oleh Agus Budi Nugroho	44



BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Gangguan jiwa (*mental disorder*) merupakan salah satu dari empat masalah kesehatan utama dinegara-negara maju, modern, dan industri. Keempat masalah utama tersebut adalah penyakit degeneratif, kanker, gangguan jiwa, dan kecelakaan. Peningkatan kasus gangguan jiwa pada akhirnya akan menurunkan produktifitas kerja, kualitas hidup secara nasional dan negara akan kehilangan satu generasi sehat yang akan meneruskan perjuangan dan cita-cita bangsa (Hawari, 2009 : 109). Jumlah pasien gangguan jiwa di dunia tahun 2010 diperkirakan tidak kurang dari 450 juta, bahkan berdasarkan data *study World Bank* di beberapa negara menunjukkan 8,1% dari kesehatan global masyarakat (*Global Burden Disease*) menderita gangguan jiwa. Pasien gangguan jiwa di Indonesia diperkirakan sebanyak 246 dari 1.000 anggota rumah tangga (WHO, 2010)

Gangguan berarti suatu peristiwa yang menimbulkan ketidaklancaran fungsi normal suatu proses. Sedangkan kata jiwa mempunyai banyak padanan kata yang hampir sama artinya ruh, pikiran, otak, Ruh atau roh menunjuk keberadaan zat hidup selain badan, dianggap hakekat dari diri yang sebenarnya. Konsep bahasa Inggris dari jiwa adalah spirit yang artinya supranatural yang bersinonim dengan *mental psche, personality, mind, thinking, brain*. Pikiran lebih menunjuk pada proses bukan keberadaan jasmani. Otak merupakan organ kongkret yang dapat dilihat yang bersifat badaniah. Jadi gangguan jiwa merupakan suatu kondisi umum keberlangsungan fungsi mental menjadi tidak normal baik kapasitas maupun keakuratannya (Muhklas

2012: 4) Gangguan jiwa memiliki banyak macam, ada gangguan jiwa berat, sedang dan gangguan jiwa ringan (Semiun 2006 : 9).

Terapi musik adalah salah satu pilihan dari beragam media terapi untuk penyembuhan penderita gangguan kejiwaan yang telah berkembang sangat pesat. Hal ini bisa dilihat dari banyaknya penelitian terapi musik yang telah dilakukan, misalnya di College of Notre Dame, Belmont, California menggunakan stimulus suara (bunyi, musik) untuk mengetahui dampak suara terhadap kondisi stres dan rileks yang dialami seseorang (Satiadarma, 2002: 12).

Di samping itu terapi musik berupaya untuk menyembuhkan atau meminimalisir penyakit yang didasarkan pada gangguan emosi seperti insomnia, depresi akut ataupun yang pada gangguan kejiwaan. Salah satu institusi yang mengembangkan adalah Rumah Sakit Grhasia Yogyakarta dengan menggunakan aktivitas bermusik sebagai terapi bagi rehabilitasi gangguan kejiwaan.

Pengertian terapi musik menurut Federasi Terapi Musik Dunia (WMFT) adalah penggunaan musik dan/atau elemen musik, (suara, irama, melodi dan harmoni) oleh seorang terapis musik yang telah memenuhi kualifikasi, terhadap klien atau kelompok dalam proses membangun komunikasi, meningkatkan relasi interpersonal, belajar, meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau mencapai berbagai tujuan terapi lainnya. Proses ini dirancang untuk memenuhi kebutuhan fisik, emosi, mental, sosial maupun kognitif, dalam kerangka upaya bertujuan mengembangkan potensi dan/atau memperbaiki fungsi dengan orang lain, agar ia dapat mencapai keberhasilan dan kualitas hidup yang lebih baik (Djohan 2006: 28).

Selanjutnya, Bally (2003: 149) mengemukakan bahwa terapi musik merupakan *intervensi* nonfarmakologis atau nonmedis yang terbukti meningkatkan kenyamanan

bagi perilaku pasien baik secara afektif, kognitif, dan mekanisme sensori. Salah satu manfaat musik sebagai terapi adalah *self-mastery* yaitu kemampuan untuk mengendalikan diri. Musik mengandung vibrasi energi, vibrasi ini juga mengaktifkan sel-sel di dalam diri seseorang, sehingga dengan aktifnya sel-sel tersebut sistem kekebalan tubuh seseorang lebih berpeluang untuk aktif dan meningkat fungsinya. Selain itu, musik dapat meningkatkan serotonin dan pertumbuhan hormon yang sama baiknya dengan menurunkan hormon ACTH (hormon stres) (Satiadarma, 2002:7).

Terapi musik merupakan salah satu pemanfaatan musik sebagai alat dalam melakukan terapi untuk memperbaiki, menjaga, dan mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi. Staum (1997) mengemukakan bahwa terapi musik merupakan sebuah aplikasi dari musik untuk dapat meningkatkan kehidupan personal dengan menciptakan perubahan-perubahan positif dalam perilakunya.

Watih Jatirahayu (2011: 2) dalam penelitiannya mengenai pengaruh terapi gamelan terhadap agresivitas pasien depresi berangapan bahwa terapi gamelan telah berhasil dalam meredakan emosi dan menstabilkan perasaan dari pasien gangguan kejiwaan. Terapeutik gamelan menciptakan suatu rasa kebersamaan diantara rehabilitan, sebagai bentuk pemenuhan dukungan sosial yang bersifat *emotional support*. Alunan ketukan musik gamelan membuat pendengarannya dapat mengekspresikan perasaan dan menciptakan kebersamaan dalam memadukan ketukan-ketukan gamelan, sehingga tercipta ketentraman hati.

Gamelan dalam terapi musik memiliki kelebihan tersendiri dibandingkan dengan terapi musik yang lain. Pada terapi musik, instrumen yang digunakan hanyalah bunyi yang dihasilkan oleh musik tersebut sehingga sensasi yang didapatkan hanya berupa sensasi audiotori. Berbeda dengan terapi musik yang lain, terapi musik gamelan

tidak hanya menggunakan instrument berupa bunyi yang dihasilkan, akan tetapi berupa bentuk formasi unik dari alat musik serta gerakan yang dihasilkan dari proses memainkan alat musik gamelan, sehingga sensasi yang dihasilkan oleh terapi musik gamelan berupa sensasi auditori, visual dan motorik.

Berdasarkan asumsi-asumsi yang telah diuraikan di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh terapi gamelan yang diberikan dan menuliskan dalam bentuk skripsi dengan judul Aspek Terapeutik Penggunaan Gamelan Bagi Rehabilitan Gangguan Kejiwaan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

B. RUMUSAN MASALAH

Penggunaan gamelan sebagai media terapi untuk penderita gangguan kejiwaan belum banyak dikaji di Indonesia. Musik sebagai media terapi lebih sering dipergunakan untuk anak berkebutuhan khusus dibandingkan dengan penderita gangguan kejiwaan. Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta adalah salah satu instansi yang menggunakan gamelan sebagai media terapi sosial bagi gangguan kejiwaan.

Berdasarkan pemaparan diatas tersebut maka diperlukan penelitian mengenai:

1. Mengapa gamelan yang dipakai sebagai media terapeutik di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta?
2. Apa sajakah tahapan yang digunakan dalam terapeutik gamelan untuk rehabilitan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta?
3. Bagaimana pengaruh terapeutik gamelan sebagai media terapeutik bagi rehabilitan gangguan kejiwaan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menjelaskan alasan pemakaian gamelan sebagai proses terapeutik di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.
2. Mengetahui tahapan yang digunakan instruktur musik dalam proses terapeutik gamelan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.
3. Mengetahui pengaruh terapeutik musik gamelan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Individu

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pemahaman mengenai aspek terapeutik menggunakan gamelan bagi rehabilitan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

2. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan untuk penelitian pada bidang serupa dan menambah kekayaan referensi pengetahuan bidang musik yang berhubungan dengan psikologi dan terapi.

E. SISTEMATIKA PENULISAN

Sistematika penulisan dalam penelitian ini terdiri dari empat bab, antara lain :

BAB I adalah pendahuluan yang berisi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II merupakan landasan teori dan kajian pustaka yang digunakan dalam penelitian ini.

BAB III tentang penjelasan mengenai tahapan penelitian yang dilakukan, subjek penelitian, metode pengumpulan data serta instrumen penelitian.

BAB IV membahas tentang proses okupasi terapeutik, alasan penggunaan gamelan sebagai media terapeutik, fungsi dan tujuan terapeutik gamelan, bentuk penyajian terapeutik gamelan, tahapan terapeutik gamelan, efek terapeutik menggunakan gamelan.

BAB V berisi penutup yang terdiri dari kesimpulan hasil penelitian dan saran.

