



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa semua mahasiswa jurusan musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta mengalami kecemasan performa musik dengan tingkatan sedang dan tinggi. Kategorisasi pada penelitian ini mengenai tingkat kecemasan performa musik meliputi Tinggi, Sedang, dan Rendah. Mahasiswa musik Institut Seni Indonesia Yogyakarta terbukti mengalami tingkat kecemasan performa pada tingkat sedang dan tinggi.

Hipotesis 1 dengan asumsi bahwa mahasiswi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada mahasiswa telah terbukti pada penelitian ini. Penelitian ini menemukan perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan performa musik yang dirasakan oleh mahasiswa dan mahasiswi, dimana mahasiswi memiliki tingkat kecemasan performa yang lebih tinggi. Namun, terkait dengan tingkat kecemasan performa musik seluruh mahasiswa musik, dapat disimpulkan bahwa meskipun mahasiswi memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi, mahasiswa juga tidak lepas dari kecemasan performa musik.

Hipotesis 2 dengan asumsi bahwa mahasiswa dengan instrumen gesek memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada mahasiswa dengan instrumen lainnya tidak terbukti pada penelitian ini. Hasil penelitian menemukan bahwa perbedaan tingkat kecemasan performa musik pada variabel jenis instrumen pilihan tidak terbukti memiliki perbedaan yang signifikan. Walaupun beberapa penelitian terdahulu mengatakan bahwa instrumen seperti gesek maupun vokal

terbukti memiliki tingkat kecemasan performa musik yang lebih tinggi daripada instrumen lainnya, hal ini tidak terbukti pada penelitian ini.

Hipotesis 3, bahwa mahasiswa dengan pengalaman bermusik lebih banyak memiliki tingkat kecemasan performa musik yang lebih rendah tidak terbukti pada penelitian ini. Jumlah tahun lamanya pengalaman bermusik tidak terbukti memiliki korelasi yang signifikan dengan tingkat kecemasan performa musik. Hal serupa juga ditemukan pada variabel asal sekolah, dimana asumsi bahwa mahasiswa yang datang dari sekolah kejuruan musik memiliki tingkat kecemasan performa musik yang lebih rendah tidak terbukti pada penelitian ini.

Selain itu, telah terbukti bahwa para mahasiswa memiliki cara ataupun upaya penanganannya masing-masing terhadap kecemasan performa musik. Dari tiga kategori waktu, dapat disimpulkan bahwa para mahasiswa merasa paling cemas pada saat sebelum tampil. Hal ini dapat dilihat berdasarkan jawaban dari responden yang mengatakan bahwa beberapa dari mereka tidak merasa cemas ketika saat maupun setelah tampil di atas panggung. Walaupun demikian, masih terdapat data yang mengatakan bahwa sebagian kecil dari para mahasiswa ini masih tidak memiliki maupun tidak tahu bagaimana cara mengatasi kecemasan performa musik.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini penulis menyarankan agar adanya penelitian lebih lanjut mengenai topik terkait. Kecemasan performa musik perlu mendapatkan perhatian lebih dan merupakan topik yang penting, khususnya bagi seniman pertunjukan yaitu musisi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran

mengenai tingkat kecemasan performa musik yang dialami oleh mahasiswa musik dan dapat menjadi pertimbangan dalam pengembangan materi dan metode belajar musik yang lebih memperhatikan aspek kesiapan psikologis seorang penyaji musik.



DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2012). Realiabilitas dan Validitas. In PUSTAKA BELAJAR (4th ed.). PUSTAKA BELAJAR.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan Skala Psikologi. In PUSTAKA BELAJAR (2nd ed.). PUSTAKA BELAJAR.
- Creswell, J. W. (2016). RESEARCH DESIGN : Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran. In A. Fawadi & R. K. Pancasari (Eds.), PUSTAKA PELAJAR (4th ed.). PUSTAKA PELAJAR.
- Craske, M. G., Rauch, S. L., Ursano, R., Prenoveau, J., Pine, D. S., & Zinbarg, R. E. (2011). What is an anxiety disorder?. *Focus*, 9(3), 369-388.
- Chow, K., & Mercado III, E. (2020). Performance anxiety and the plasticity of emotional responses. *Cognition and Emotion*, 34(7), 1309-1325.
- Dempsey, E., & Comeau, G. (2019). Music performance anxiety and self-efficacy in young musicians: Effects of gender and age. *Music Performance Research*, 9, 60-79.
- Dhani, K. R. (2022). Tingkat Kecemasan Performa Aktor pada Mahasiswa Teater Institut Seni Indonesia Yogyakarta. *Dance and Theatre Review: Jurnal Tari, Teater, dan Wayang*, 5(2).
- Djohan. (2020). Psikologi Musik. PT Kanisius.
- González, A., Blanco-Piñero, P., & Diaz-Pereira, M. P. (2018). Music performance anxiety: Exploring structural relations with self-efficacy, boost, and self-rated performance. *Psychology of Music*, 46(6), 831-847.
- Haninditya, F. Y. (2021). Hubungan Antara Kecemasan Performa Musikal dan Efikasi Diri pada Pemusik. *Acta Psychologia*, 3(2), 156-162.
- Iusca, D., & Dafinoiu, I. (2012). Performance anxiety and musical level of undergraduate students in exam situations: the role of gender and musical instrument. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 33, 448-452.
- Kenny, D. T. (2006). Music performance anxiety: Origins, phenomenology, assessment and treatment. *Context: Journal of music research*, 31, 51-64.
- Kenny, D. T. (2009, January). The factor structure of the revised Kenny music performance anxiety inventory. In *International Symposium on performance science* (pp. 37-41). Utrecht: Association Européenne des Conservatoires.
- Kenny, D. T. (2010). The role of negative emotions in performance anxiety. *Handbook of music and emotion: Theory, research, applications*, 425-451.
- Kenny, D. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. OUP Oxford.
- Kantor-Martynuska, J., & Domaradzka, E. (2018). Performance anxiety: The need for an integrative approach. *Polish Psychological Bulletin*, 49(3), 272-282.
- Kirchner, J. M. (2003). A qualitative inquiry into musical performance anxiety. *Medical Problems of Performing Artists*, 18(2), 78-82.
- LeBlanc, A. (2021). A theory of music performance anxiety. *Visions of Research in Music Education*, 16(5), 34.
- Matei, R., & Ginsborg, J. (2017). Music performance anxiety in classical musicians—what we know about what works. *BJPsych international*, 14(2), 33-35.
- Marko, G. (2019). An Exploration of Musical Performance Anxiety (MPA) and Its Relation to Perfectionism and Performance.

- Osborne, M. S., & Franklin, J. (2002). Cognitive processes in music performance anxiety. *Australian Journal of Psychology*, 54(2), 86-93.
- Osborne, M. S., Kenny, D. T., & Holsomback, R. (2005). Assessment of music performance anxiety in late childhood: A validation study of the Music Performance Anxiety Inventory for Adolescents (MPAI-A). *International Journal of Stress Management*, 12(4), 312.
- Papageorgi, I., Creech, A., & Welch, G. (2013). Perceived performance anxiety in advanced musicians specializing in different musical genres. *Psychology of Music*, 41(1), 18-41.
- Spahn, C. (2015). Treatment and prevention of music performance anxiety. *Progress in brain research*, 217, 129-140.
- Suardi, S. (2019). Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Pada Pt Bank Mandiri, Tbk Kantor Cabang Pontianak. *Business, Economics and Entrepreneurship*, 1(2), 9-19.
- Zakaria, J. B., Musib, H. B., & Shariff, S. M. (2013). Overcoming performance anxiety among music undergraduates. *Procedia-social and behavioral sciences*, 90, 226-234.





