

**KAJIAN MUSIKOLOGIS PENERAPAN PERANGKAT
SINGING BOWL PADA TERAPI PSIKOLOGIS DI AMAZING
POINT OF BALANCE YOGYAKARTA**

**SKRIPSI
Program Studi Musik**



Oleh:

**Novita Sondang Monica
NIM 19101950131**

**JURUSAN MUSIK
FAKULTAS SENI PERTUNJUKAN
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA
GASAL 2023/2024**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul “Kajian Musikologis Penerapan Perangkat *Singing Bowl* pada Terapi Psikologis di Amazing Point Of Balance Yogyakarta” diajukan oleh Novita Sondang Monica, NIM 19101950131, Program Studi Musik (Kode Prodi: 91221), Jurusan Musik, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta, telah dipertanggungjawabkan di depan Tim Penguji Skripsi pada tanggal 11 Januari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan derajat sarjana dalam bidang seni.

Tim Penguji,

Ketua Program Studi/Ketua,



Kustap, S.Sn., M.Sn.

NIP 196707012003121001/NIDN 0001076707

Pembimbing I/Anggota,



Prof. Dr. Andre Indrawan, M.Hum., M.Mus.

NIP196105101987031002/NIDN0018095402

Pembimbing II/Anggota,



Linda Sitihiak, S.Sn., M.Sn.

NIP197006181999032001/NIDN0018067002

Penguji Ahli/Anggota,



Dr. Umilia Rokhani, S.S., M.A

NIP198104242006042002/NIDN0024048104

Yogyakarta, 22 - 01 - 24

Mengetahui,

Dekan, Fakultas Seni Pertunjukan
Institut Seni Indonesia Yogyakarta



Dr. I Nyoman Cau Arsana, S.Sn., M.Hum.

NIP 197111071998031002/NIDN 0007117104

HALAMAN PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini bebas dari unsur plagiasi dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat akademik di suatu perguruan tinggi. Skripsi ini bukan merupakan karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain dan/atau diri saya sendiri sebelumnya, kecuali yang secara tertulis diacu dan dinyatakan dalam naskah ini dan/atau tercantum dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku jika dikemudian hari ditemukan bukti bahwa pernyataan ini tidak benar.

Yogyakarta, 11 Januari 2024

Yang menyatakan,



Novita Sondang Monica

NIM 19101950131

MOTTO

Mazmur 73:28

Tetapi aku, aku suka dekat pada Allah; aku menaruh tempat perlindunganku pada Tuhan Allah, supaya dapat menceritakan segala pekerjaan-Nya.



HALAMAN PERSEMBAHAN

Untuk kedua orang tuaku



KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas karunia-Nya yang begitu besar sehingga penulis dapat menuntut ilmu dan menyelesaikan studi di Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Penulis bersyukur bahwa kini telah sampai ke tahap penyelesaian skripsi yang berjudul “Kajian Musikologis Penerapan Perangkat *Singing Bowl* pada Sesi Terapi Psikologis di Biro Psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta” guna memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana seni pada Program Studi Musik, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta. Tentunya proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. I Nyoman Cau Arsana, S.Sn., M.Hum., selaku Dekan Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
2. Kustap S.Sn., M.Sn., selaku Ketua Program Studi Musik, Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
3. Daniel de Fretes, S.Sn., M.Sn., selaku Sekretaris Jurusan Musik Fakultas Seni Pertunjukan, Institut Seni Indonesia Yogyakarta.
4. Prof. Dr. Andre Indrawan, M.Hum., M.Mus., St., selaku dosen pembimbing I yang selalu mendukung, membimbing, dan mengingatkan penulis dengan penuh kasih. Terima kasih karena telah percaya pada potensi dan kemampuan penulis selama menimba ilmu, sehingga penulis dapat berkembang dalam proses bermusik.

5. Linda Sitinjak S.Sn., M.Sn., selaku Dosen Pembimbing II yang selalu mendukung, membimbing, dan mengingatkan penulis dengan penuh kasih. Terima kasih karena telah percaya pada potensi dan kemampuan penulis selama menimba ilmu, sehingga penulis dapat berkembang dalam proses bermusik hingga saat ini.
6. Narasumber peneliti yang mendukung riset lapangan: Bapak Yussac Cahya Khristianto dan Ibu Chefira Lisantias Pranoto dan Adeline Windy yang dengan senang hati menerima dan membantu saya serta memberikan banyak sekali informasi hingga dukungan yang pada akhirnya penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Kepada kedua orang tua saya yang sudah mempercayai dan mendoakan, serta memberikan saya akomodasi selama berlangsungnya perkuliahan. Dengan selesainya satu tanggung jawab ini, saya harap kalian bisa mempercayai saya untuk bertanggung jawab atas kebahagiaan kalian selanjutnya. Janji-janji yang sudah saya deklarasikan pada kalian, sebisa mungkin saya akan menepatinya dan tidak ada yang terlewatkan. Kepada kedua orang tuaku, ingat ya, jangan tua dulu, ntar aja barengan. Sayang kalian!
8. Teruntuk sahabat saya, saudara saya, seperjuangan saya, Joel Simbolon, yang selalu berada di sisi saya, menemani, dan memberikan dukungan penuh terhadap penelitian ini. Terima kasih karena akhirnya kita bisa selesai bareng-bareng, wisuda bareng, dan merancang masa depan dengan penuh keyakinan. Semoga persahabatan kita disertai sampai akhir. Walaupun namaku tidak

tersedia di kata pengantar skripsimu, but it's okay, i'm fine genchana, neng neng neng neng neng. Yaudahlah ya, intinya Lop u sekebon.

9. Kepada teman-teman saya (Sona, Oti, Agustina, Dian, Ance, Septian, Agung, Vinsen, Mas Chandra, Mas Dimes, dan lain-lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu). Terima kasih atas dukungan kalian, saya bisa semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata saya ucapkan terima kasih kepada pihak lain yang mungkin saya tidak bisa sebutkan satu per-satu yang mungkin secara tidak sadar telah membantu saya dalam memperjuangkan skripsi saya ini. Sekian, terima kasih. Tuhan Memberkati.

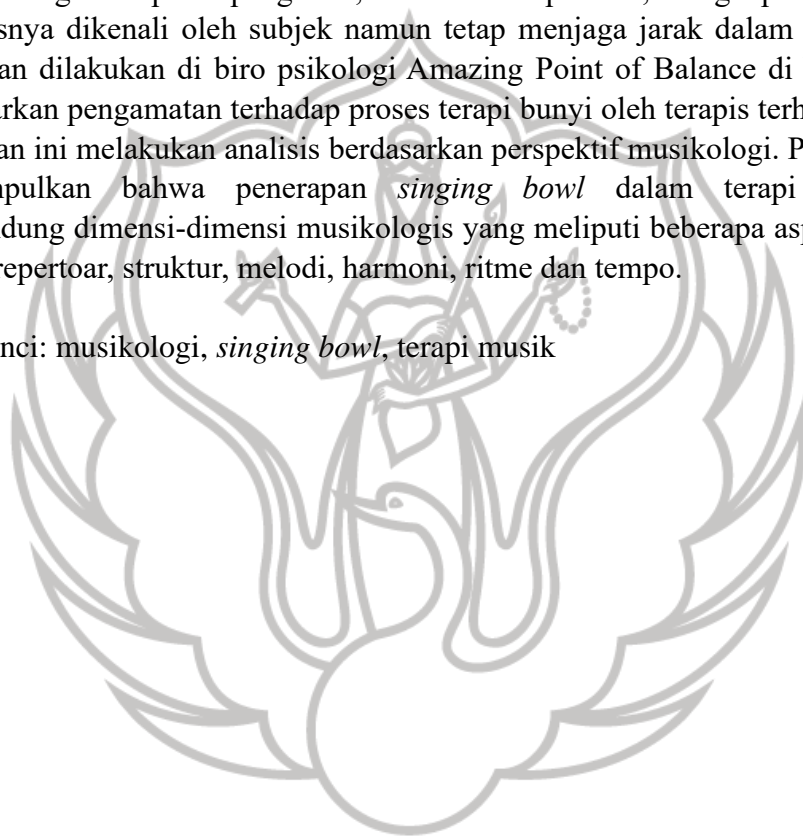
Yogyakarta, 28 Desember 2023

Novita Sondang Monica

ABSTRAK

Musik sebagaimana dikenal dalam budaya Barat, sudah lama digunakan sebagai media terapi psikologi yang dikenal dengan tindakan terapi musik. Sementara itu di dunia pengobatan tradisional penggunaan media-media bunyi, yang dalam perspektif budaya Barat tidak dikenali sebagai musik, bahkan telah lebih lama lagi digunakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dimensi-dimensi musikologis dari salah satu media bunyi yang digunakan dalam terapi psikologis di Yogyakarta baru-baru ini, yaitu perangkat *singing bowls*. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif musikologis melalui observasi berpartisipasi dengan mengambil peran pengamat, dalam hal ini peneliti, sebagai partisipan yang identitasnya dikenali oleh subjek namun tetap menjaga jarak dalam wawancara. Penelitian dilakukan di biro psikologi Amazing Point of Balance di Yogyakarta. Berdasarkan pengamatan terhadap proses terapi bunyi oleh terapis terhadap pasien penelitian ini melakukan analisis berdasarkan perspektif musikologi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan *singing bowl* dalam terapi psikologis mengandung dimensi-dimensi musikologis yang meliputi beberapa aspek musikal seperti repertoar, struktur, melodi, harmoni, ritme dan tempo.

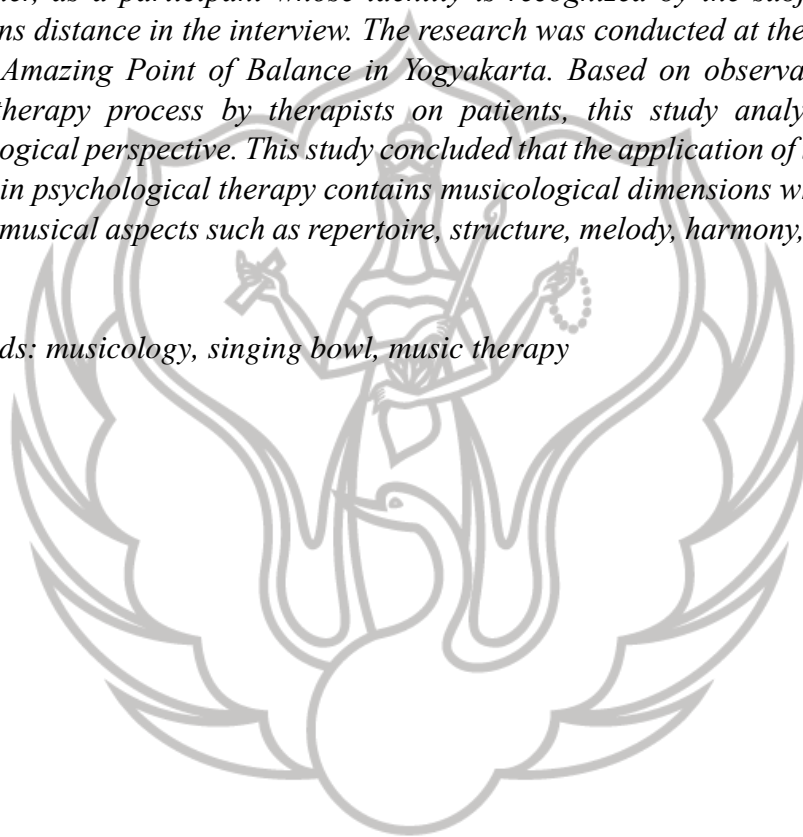
Kata kunci: musikologi, *singing bowl*, terapi musik



ABSTRACT

Music as it is known in Western culture, has long been utilised as a medium of psychological therapy, known as music therapy treatment. Meanwhile, in the world of traditional medicine the use of sound media, which in the perspective of Western culture is not recognized as music, has even been used earlier. This study aims to reveal the musicological dimensions of the sound media application used recently in psychological therapy in Yogyakarta, namely the set of singing bowls. This research design applies a qualitative musicological approach through the participation observation by positioning the observer's role, in this case, the researcher, as a participant whose identity is recognized by the subject but still maintains distance in the interview. The research was conducted at the psychology bureau Amazing Point of Balance in Yogyakarta. Based on observations of the sound therapy process by therapists on patients, this study analyzed from a musicological perspective. This study concluded that the application of the "singing bowls" in psychological therapy contains musicological dimensions which include several musical aspects such as repertoire, structure, melody, harmony, rhythm and tempo.

Keywords: musicology, singing bowl, music therapy



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
MOTTO.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Sistematika Penulisan	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI.....	7
A. Tinjauan Pustaka	7
B. Landasan Teori	11
1. Kajian Musikologi.....	12
2. Terapi Musik.....	19
3. Terapi Psikologis	26
4. <i>Tibetan Singing Bowl</i>	28
BAB III. METODE PENELITIAN.....	36
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Narasumber Penelitian	37
C. Objek Formal	39
D. Objek Material	40

E. Teknik Pengumpulan Data	40
F. Tempat dan Jadwal Penelitian	41
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Terapi Alternatif Psikologi	43
B. Perangkat <i>Singing Bowl</i>	48
C. Konsep Terapi <i>Singing Bowl</i>	70
D. Jenis-Jenis Penerapan <i>Singing Bowl</i>	76
E. Aspek Musikologis Terapi <i>Singing Bowl</i>	87
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	95
A. Kesimpulan	95
B. Saran	96
DAFTAR PUSTAKA	97
LAMPIRAN	103



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Aspek Tibetan Singing Bowl.....	29
Gambar 2 Aspek Musikal.....	31
Gambar 3 Bu Lisa (Psikolog biro psikologi Amazing Point of Balance)	37
Gambar 4 Pak Yussac, terapis yang menggunakan singing bowl	38
Gambar 5 Adeline Windy (Singing Bowl Indonesia)	39
Gambar 6 Lokasi Penelitian	41
Gambar 7 Maps lokasi biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta	42
Gambar 8 Foto bersama narasumber utama.....	43
Gambar 9 Foto bersama narasumber pendukung.....	44
Gambar 10 Mangkuk Thadobati	51
Gambar 11 Mangkuk Jambati	53
Gambar 12 Mangkuk Chalice	55
Gambar 13 Mangkuk Mani	57
Gambar 14 Mangkuk Ultabati.....	58
Gambar 15 Mangkuk Manipuri.....	59
Gambar 16 Mangkuk Lingam	60
Gambar 17 Mangkuk Remuna	61
Gambar 18 Mangkuk Shaman.....	62
Gambar 19 Letak Cakra di Tubuh Manusia	73
Gambar 20 Proses terapi sound healing	80
Gambar 21 Proses Terapi Sound Bath.....	84
Gambar 22 Proses terapi Vibrational Medicine	85
Gambar 23 Transkrip Struktur Bagian A (Intro)	89
Gambar 24 Transkrip Struktur Bagian B (Verse).....	90
Gambar 25 Transkrip Struktur Bagian C (Chorus)	90
Gambar 26 Transkrip Struktur Bagian C (Chorus)	91
Gambar 27 Transkrip Harmoni yang terekam.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Aktivitas Ritme Otak Manusia	33
Tabel 2 Perangkat singing bowl berbahan metal.....	65
Tabel 3 Perangkat singing bowl berbahan kristal	69
Tabel 4 Instrumen pendukung terapi sound bath	83



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Terapi musik dewasa ini umumnya menggunakan perangkat audio modern sebagai media penyembuhan. Alasan para terapis menggunakan musik adalah agar dapat lebih mudah untuk mengatur dan memproses suara sesuai dengan kebutuhan spesifikasi klien. Pengaturan volume, efek suara, dan manipulasi lainnya pada musik dapat mencapai efek terapeutik yang diharapkan oleh para terapis. Pendekatan konseptual musik Barat dengan bantuan perangkat audio modern sangat membantu dalam membuat terapi musik lebih mudah diakses. Penggunaan beberapa aplikasi dan platform digital untuk memberikan akses terapi musik secara virtual bukanlah hal yang baru. Hal yang menguntungkan dari perangkat audio modern di antaranya adalah dapat mereproduksi suara dengan kualitas tinggi dan presisi. Dengan demikian pengolahan suara dengan resolusi tinggi dapat memastikan bahwa pengalaman musik terapi dapat memberikan dampak yang lebih kuat pada tingkat sensorik dan emosional.

Skripsi ini membahas penggunaan perangkat tradisional Tibet, *singing bowl*, dalam praktik terapi musik di biro psikologi Amazing Point of Balance di Yogyakarta. Fenomena ini perlu diteliti karena walaupun Indonesia sangat kaya dengan budaya tradisi musikal namun hingga kini jarang ditemukan biro psikologi yang menggunakan pendekatan konseptual budaya timur. Jumlah biro psikologi di Yogyakarta masih sangat terbatas. Dari delapan biro yang terdapat di kota ini,

kecuali Amazing Point of Balance, tidak ada yang menerapkan terapi melalui musik (Herwanto et al., 2019). Penggunaan instrumen tradisional yang dimainkan secara langsung dengan pendekatan konseptual budaya musik Timur, seperti yang dilakukan di Amazing Point of Balance, perlu dipertimbangkan dalam terapi musik sebagai alternatif pengembangan media terapi selama ini.

Penelitian musikologi tentang penggunaan instrumen tradisional dalam musik terapi perlu dilakukan. Penelitian musik terapi belum pernah dilakukan dengan pendekatan-pendekatan musikologis. Di samping itu, kajian penggunaan instrumen tradisional biasanya dilakukan dalam konteks budaya dan tidak spesifik terapi non fisik (Luthfa et al., 2015; Supriadi et al., 2015). Hingga kini kajian tentang penggunaan musik Barat dalam terapi musik sudah banyak dilakukan (Arif & Sari, 2019; Rusanto et al., 2019; Sumbiyanti, 2016). Kebanyakan peneliti membahas penggunaan terapi musik biasanya dengan menggunakan jenis musik klasik (Amalia, 2018; Finasari et al., 2018; Mida et al., 2021). Penerapan musik terapi biasanya menggunakan media elektronik seperti musik yang direkam (Agustina, 2022; Nazeri et al., 2020). Sehubungan dengan itu pemanfaatan instrumen tradisional, seperti perangkat *singing bowl*, dalam musik terapi belum pernah dibahas dengan cukup, dan oleh karenanya perlu dilakukan.

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengungkap aspek-aspek musikologis penggunaan *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta. Penelitian ini membatasi diri pada kajian musikologis dan tidak akan mengungkap aspek-aspek klinis dan psikiatris. Pengungkapan dalam penelitian ini mencakup informasi historis tentang instrumen *singing bowl*, aspek-aspek organologis,

teoritis, penggunaannya secara tradisional, latar belakang penerapannya dalam terapi psikologis, prospek penggunaannya di biro tersebut. Informasi-informasi tersebut diharapkan akan memberikan pengetahuan-pengetahuan baru sebagai landasan teoretis pengembangan terapi musik di Indonesia.

Studi ini akan menyajikan bukti bahwa *Tibetan singing bowl*, jika ditinjau dari bunyi/ musik yang dihasilkan, akan bermanfaat kepada masyarakat yang membutuhkan, contohnya dimanfaatkan sebagai salah satu media terapi pada masyarakat dengan gangguan kesehatan mental. Jika ditinjau dari beberapa aspek musikologis antara lain organologi, sejarah, dan repertoar, yang kemungkinan bisa menjadi landasan pengetahuan kepada ahli yang membutuhkan. Dengan demikian, pendekatan musikologis inilah yang sedang dibahas dalam kajian ini. Maka dari itu, untuk menggunakan *singing bowl* sebagai media terapi, perlunya pengetahuan akan aspek-aspek musikologis dari *singing bowl* yang digunakan nantinya, agar menjadi pemahaman yang mendalam terhadap pengaruhnya kepada orang yang membutuhkan terapi musik dari *singing bowl* itu sendiri. Sehubungan dengan dugaan sementara tersebut, permasalahan utama terletak pada aspek-aspek musikologis sebagian kajian kelayakan *singing bowl* menjadi alat dalam terapi musik.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah kedudukan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta?

2. Bagaimanakah taksonomi perangkat *singing bowl* yang tercatat di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta?
3. Bagaimanakah konsep penerapan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta?
4. Bagaimanakah pelaksanaan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka tujuan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui kedudukan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta.
2. Untuk mengetahui taksonomi perangkat *singing bowl* yang tercatat di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta.
3. Untuk mengetahui konsep penerapan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta.
4. Untuk mengetahui pelaksanaan terapi *singing bowl* di biro psikologi Amazing Point of Balance Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini memiliki manfaat yang sangat luas bagi berbagai pihak, mulai dari institusi pendidikan, professional dalam bidang musik terapi, hingga peneliti itu sendiri. Berikut adalah elaborasi lebih rinci mengenai manfaat tersebut:

1. Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan materi terapi musik yang diberikan kepada mahasiswa. Dengan mengetahui efektivitas terapi musik dalam penanganan masalah psikologi, institusi pendidikan dapat mengintegrasikan metode ini ke dalam program pembelajaran mereka dan memberikan layanan yang lebih baik bagi masyarakat.
2. Bagi profesional dalam bidang musik terapi, hasil penelitian ini dapat membantu mereka memahami lebih dalam tentang peran musik sebagai media terapi dan meningkatkan kualitas layanan yang diberikan. Selain itu, hasil penelitian juga bisa dijadikan bahan acuan bagi mereka dalam melakukan terapi musik yang lebih efektif.
3. Bagi peneliti, hasil penelitian ini merupakan hasil karya yang bisa dipertanggungjawabkan dan dapat dijadikan bahan acuan bagi penelitian selanjutnya. Selain itu, peneliti juga memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang peran musik sebagai media terapi, yang akan bermanfaat bagi karier dan perkembangan ilmu pengetahuan mereka di masa depan.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memiliki manfaat yang sangat luas dan berguna bagi berbagai pihak, dan diharapkan dapat membantu dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan peningkatan kualitas layanan bagi masyarakat.

E. Sistematika Penulisan

Skripsi ditulis dengan struktur yang dibagi dalam lima bagian oleh peneliti. *Bagian pertama*, terdapat pendahuluan yang mencakup latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan. *Bagian kedua*, membahas landasan teori dan tinjauan pustaka yang relevan dengan ruang lingkup penelitian. *Bagian ketiga*, merinci metode penelitian yang diterapkan dalam penyusunan skripsi ini. *Bagian keempat*, membahas hasil penelitian yang terfokus pada kajian musikologis penerapan perangkat *singing bowl* dalam konteks terapi psikologis di biro psikologi Amazing Point of Balance di Yogyakarta. *Bagian kelima*, menyajikan kesimpulan dari temuan penelitian beserta saran-saran yang diperoleh dari hasil penelitian.

