

**LAPORAN AKHIR  
PENELITIAN DOSEN ISI YOGYAKARTA  
SKEMA PENELITIAN DASAR**



**Judul Penelitian**

**Metode Latihan Alternatif bagi Musisi yang Mengalami Cedera Permanen**

**Peneliti :**

**Pengusul: Ovan Bagus Jatmika, M.Sn. (NIP: 198507032014041002)**

**Anggota: 1. Retno Mustikawati, Ph.D. (NIP: 197710112002122001)**

**2. Adriyan Setiawan (NIM: 20101810133)**

**Dibiayai oleh DIPA ISI Yogyakarta tahun 2022**

**Nomor: DIPA-023.17.2.677539/2022 tanggal 17 November 2021**

**Berdasarkan SK Rektor Nomor: 307/IT4/HK/2022 tanggal 29 Juni 2022**

**Sesuai Surat Perjanjian Pelaksanaan Penelitian**

**Nomor: 3767/IT4/PG/2022 tanggal 1 Juli 2022**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI  
INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA  
LEMBAGA PENELITIAN  
November 2022**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR  
PENELITIAN DOSEN INSTITUT SENI INDONESIA YOGYAKARTA  
SKEMA PENELITIAN DASAR**

**Judul Kegiatan** : Metode latihan alternatif bagi musisi yang mengalami cedera

**Ketua Peneliti**

Nama Lengkap : Ovan Bagus Jatmika, M.Sn.  
Perguruan Tinggi : Institut Seni Indonesia Yogyakarta  
NIP/NIK : 198507032014041002  
NIDN : 0003078502  
Jab. Fungsional : Lektor  
Jurusan : Penciptaan Musik  
Fakultas : FSP  
Nomor HP : 081931660379  
Alamat Email : ovanbagusjatkika@gmail.com  
Biaya Penelitian : DIPA ISI Yogyakarta : Rp. 12.000.000  
Tahun Pelaksanaan : 2022

**Anggota Peneliti (1)**


Nama Lengkap : Retno Mustikawati, S.Sn., M.F.A., Ph.D.  
NIP : 197710112002122001  
Jurusan : Film Dan Televisi  
Fakultas : FSMR

**Anggota Mahasiswa (1)**

Nama Lengkap : Adriyan Setiawan  
NIM : 20101810133  
Jurusan : PENCIPTAAN MUSIK  
Fakultas : SENI PERTUNJUKKAN

Mengetahui  
Dekan Fakultas FSP  
  
**Dr. Dra. Suryati, M.Hum.**  
NIP 196409012006042001

Yogyakarta, 22 November 2022  
Ketua Peneliti

  
**Ovan Bagus Jatmika, M.Sn.**  
NIP 198507032014041002

Menyetujui  
Ketua Lembaga Penelitian  
  
**Dr. Nur Sahid, M.Hum**  
NIP 196202081989031001

## RINGKASAN

Metode gitar yang ada saat ini hanya mengakomodasi siswa dengan kondisi fisik yang normal (tidak mengalami cedera). Jika ada siswa yang cedera, cedera tersebut harus disembuhkan terlebih dahulu sebelum mereka dapat berlatih menggunakan metode berlatih yang ada. Hal ini akan menjadi problematis bagi siswa dengan cedera permanen. Karenanya, perlu dicari metode berlatih alternatif bagi siswa dengan cedera permanen. Penelitian ini dimaksudkan untuk menggali informasi dari beberapa pemain gitar yang mengalami cedera permanen dan tetap aktif bermain gitar pada tingkat profesional. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap beberapa responden. Temuan awal mengindikasikan bahwa batasan fisik dalam bermain teknik tidak selalu menjadi penghalang dalam bermain musik. Mereka membedakan antara tuntutan teknikal dan musical. Aspek musical masih dapat dihadirkan tanpa harus mengikuti teknik bermain konvensional lewat adaptasi-adaptasi yang dapat dikelompokkan menjadi tiga: simplifikasi tuntutan teknis, mempertajam sensibilitas asosiatif, dan kemampuan mem-visualisasi posisi jari pada gitar.

## PRAKATA

Penelitian ini dimaksudkan untuk mencari informasi terkait strategi berlatih diluar metode berlatih konvensional. Tujuannya adalah untuk mencari sudut pandang baru dalam melihat proses pembelajaran gitar klasik. Sudut pandang baru ini diharapkan dapat menjadi titik pijak dalam merumuskan silabus pembelajaran gitar ke depan, yang lebih inklusif dan dapat diterapkan pada semua kategori siswa, baik dengan kondisi normal, maupun siswa yang mengalami cedera permanen.

Dari hasil penelusuran awal, penulis menemukan beberapa poin pijakan yang dapat dijadikan patokan dalam melihat ulang proses belajar gitar, yaitu: kemampuan visualisasi not pada fret gitar, kemampuan mengasosiasikan nada yang dimainkan dengan hal lain di luar bunyi musik actual, serta kecerdikan dalam menyederhanakan tuntutan teknis bermain gitar. Memang ketiga poin ini masih bersifat kesimpulan umum yang perlu diterjemahkan lagi dalam tataran teknis agar dapat diterapkan sebagai substansi dari metode pembelajaran gitar. Untuk tujuan ini, diperlukan riset lanjutan, dan hal inilah yang akan penulis alami untuk program penelitian ke depannya.

Apa yang penulis sajikan pada tulisan ini adalah upaya pendeskripsian proses penelitian dari data mentah berupa pernyataan responden ke upaya elaborasi sehingga ditemukan poin-poin temuan yang dikelompokkan ke dalam tiga poin yang telah disebutkan di atas. Untuk tujuan ini, penulis tidak menyertakan seluruh data mentah yang ada, melainkan hanya menuliskan beberapa contoh pernyataan responden yang dianggap mewakili kondisi dari data yang ada.

Terakhir, penulis mengucapkan selamat membaca, semoga ulasan yang singkat ini dapat dipahami.

Yogyakarta, 25 September 2022

Ovan Bagus Jatmika



## DAFTAR ISI

<b>RINGKASAN .....</b>	<b>3</b>
<b>PRAKATA.....</b>	<b>4</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>6</b>
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>7</b>
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
<b>BAB III. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN.....</b>	<b>11</b>
<b>BAB IV. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>12</b>
<b>BAB V. HASIL YANG DICAPAI.....</b>	<b>13</b>
<b>V.1. Diskusi .....</b>	<b>19</b>
<b>BAB VI. RENCANA TAHAPAN BERIKUTNYA .....</b>	<b>23</b>
<b>BAB VII. KESIMPULAN .....</b>	<b>24</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>25</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>27</b>

## BAB I. PENDAHULUAN

Cedera adalah hal yang banyak dialami musisi. Indikasinya, muncul rasa sakit atau ketidakmampuan mengontrol gerakan tubuh tertentu ketika memainkan instrumen. Hal ini diakibatkan oleh gerakan berulang yang dilakukan secara terus menerus ketika latihan atau karena posisi tubuh yang tidak benar ketika memainkan instrumen. Menurut biro statistik tenaga kerja AS, 50 hingga 76 persen musisi profesional telah melaporkan bahwa mereka mengalami cedera *musculoskeletal*, yaitu kondisi terjadinya gangguan fungsi pada ligamen, otot, saraf, sendi dan tendon, serta tulang belakang. Lebih spesifik, dalam konteks instrumen petik (gitar akustik, gitar elektrik, bas elektrik, dan banjo), riset yang dilakukan oleh Wiklund dan Chesky (Fjellman-Wiklund & Chesky, 2006) pada musisi di *University of Norths Texas* menunjukkan bahwa 81% diantaranya mengalami masalah *musculoskeletal*. Dari 81% responden yang mengalami masalah ini, peringkat tertinggi ditempati pemain gitar akustik (83%), diikuti banjo (78%), bas elektrik (77%), dan gitar elektrik (74%).

Di luar konteks musisi profesional, dari pengalaman penulis, kasus cedera ternyata juga banyak dijumpai dalam lingkup mahasiswa musik di ISI Yogyakarta. Fenomena cedera ini banyak dialami mahasiswa yang memiliki intensitas cukup tinggi dalam berlatih untuk menguasai repertoar dengan tuntutan teknik yang tinggi. Upaya penguasaan repertoar dengan tingkat kesulitan yang tinggi ini biasanya muncul karena adanya kompetisi diantara mahasiswa untuk menjadi yang terbaik (secara mental) diantara mahasiswa lain. Dengan semangat kompetisi semacam ini, seringkali

silabus repertoar yang sudah disusun cenderung diabaikan. Padahal, di dalam silabus tersebut sudah disusun tahapan-tahapan ketrampilan yang dapat membantu mahasiswa menguasai teknik bermain secara bertahap sesuai dengan kemampuan teknis dan musikalnya.

Cedera yang dialami mahasiswa tersebut dapat digolongkan ke dalam dua kategori: non-permanen dan permanen. Dalam kasus yang pertama, cedera yang dialami mahasiswa dapat disembuhkan melalui terapi yang konsisten dalam jangka waktu tertentu; dalam kasus kedua, sebaliknya, cedera yang dialami mahasiswa tidak dapat disembuhkan dan harus diterima sebagai bagian dari kehidupannya. Yang menjadi permasalahan, metode pembelajaran yang selama ini ada dirancang bagi orang dengan kondisi normal: jika seseorang itu mengalami cedera, cedera tersebut harus disembuhkan terlebih dahulu, baru dapat melakukan latihan gitar.

Namun terlepas dari masalah metode pembelajaran tersebut, ada fakta yang cukup menarik bagi penulis karena beberapa mahasiswa dan juga alumni mahasiswa gitar (teman seangkatan penulis ketika menjadi mahasiswa di ISI Yogyakarta) yang pernah mengalami cedera permanen, justru dapat melanjutkan kariernya sebagai musisi hingga saat ini. Mereka tetap melakukan latihan secara intensif di luar prosedur metode pembelajaran gitar standar yang ada saat ini. Berangkat dari fenomena tersebut, penulis ingin mengetahui bagaimana mereka mengembangkan strategi yang dapat mengakomodasi tuntutan teknis permainan dalam keterbatasan kemampuan motorik jari tangan sebagai dampak dari cedera permanen yang mereka alami?