

**PENERAPAN MUSIK DALAM SESI TERAPI ANAK AUTIS BERAT  
RINGAN DI SEKOLAH PERMATA ANANDA YOGYAKARTA TAHUN 2016**

**Dany Indrawan Pratama, A. Gathut Bintarto T.\*), Fortunata Tyasrinestu\*)**

Program Studi Seni Musik, Fakultas Seni Pertunjukan  
Institut Seni Indonesia Yogyakarta

Jl. Parangtritis Km 6,5 Sewon, Bantul, Yogyakarta 55188

[danyindrawan@gmail.com](mailto:danyindrawan@gmail.com)

*Abstract*

*Autistic disorder, is a form of mental disorder. The cause is still not found. Disturbance up to 2 from 5 cases per 10,000 children aged under 12 years. While this is medicines used to cure is through the process of therapy with the goal of reducing the problems or illness. This type of therapy worldwide numbering in the hundreds or even thousands of different methods also vary. One of the therapies applied to healing is using music media. Based on observations in a few special schools with autism, many of which are already applying such methods, one of which is a place of research and author of Permata Ananda School Yogyakarta. The focus of this research relates to the type of music therapy and the role of music in such therapy. The observation and participant observation in the field shows that music is used as a means of strengthening the memory (reinforcement) through a process of repetition of a simple song. Music therapy is applied to provide the opportunity for children with autism to be more daring open and confident with singing solo. Music also helps increase the sensitivity of rhythm through the game glasses that are percussive. Simple song form, one part song form with figures easily imitated or followed provide greater opportunities to strengthen memory, improve focus and assist the development of language.*

**Keywords:** *Music Therapy, Autism, Permata Ananda School*

## Abstrak

Gangguan *autistik*, merupakan suatu bentuk kelainan mental. Penyebabnya masih belum ditemukan. Gangguan yang terjadi hingga mencapai 2 dari 5 kasus setiap 10.000 anak usia di bawah 12 tahun. Sementara ini obat yang dipakai untuk menyembuhkan adalah melalui proses terapi dengan tujuan mengurangi permasalahan atau penyakit yang diderita. Jenis terapi di seluruh dunia berjumlah ratusan bahkan ribuan dengan metode yang berbeda-beda pula. Salah satu terapi yang diterapkan untuk penyembuhan adalah menggunakan media musik. Berdasarkan observasi di beberapa sekolah khusus autis, banyak yang sudah menerapkan metode tersebut, salah satunya dan yang menjadi tempat penelitian penulis yaitu di Sekolah Permata Ananda Yogyakarta. Fokus penelitian ini berkaitan dengan jenis terapi musik dan peran musik dalam terapi tersebut. Hasil pengamatan dan observasi partisipatif di lapangan menunjukkan bahwa musik digunakan sebagai sarana memperkuat ingatan (*reinforcement*) melalui proses pengulangan lagu sederhana. Terapi musik yang diterapkan memberikan kesempatan kepada anak autis untuk lebih berani terbuka dan percaya diri dengan bernyanyi solo. Musik juga membantu meningkatkan kepekaan ritmik melalui permainan gelas yang bersifat perkusif. Bentuk lagu sederhana, *one part song form* dengan figur yang mudah ditiru atau diikuti memberikan peluang lebih besar untuk memperkuat daya ingat, meningkatkan fokus dan membantu perkembangan bahasa.

**Kata Kunci:** Terapi musik, Autisme, Sekolah Permata Ananda

## I. Pendahuluan

ABK (Anak Berkebutuhan Khusus) tentu sering kita mendengarnya, namun kerap masyarakat menilai sama halnya sebagai anak cacat (*defective*) dan anak luar biasa atau memiliki kelainan (*exceptional children*). Pada dasarnya konsep ini salah. Kekeliruan tersebut juga kerap kali terjadi dalam dunia pendidikan khusus (ortopedagogik), misalnya kesalahan dalam mendefinisikan kategori ABK. Ketika banyak orang salah mengartikan ruang lingkup ABK, kemungkinan besar pelayanan yang dilakukan kepada ABK akan salah juga. Istilah ini bertahan cukup lama, namun banyak kalangan yang memahami bahwa anak yang bersekolah di SLB pasti anak cacat atau anak luar biasa yang konotasinya negatif, sebagai contoh adalah anak-anak yang mengalami kesulitan belajar.

Seorang anak dikatakan ABK apabila anak tersebut memiliki tiga ketentuan berikut; (1) Anak memiliki penyimpangan berarti dari anak pada umumnya (kurang atau melebihi anak pada umumnya), (2) Penyimpangan tersebut membuat anak mengalami hambatan dalam kesehariannya, dan (3) Karena hambatan tersebut seorang anak membutuhkan pelayanan khusus.

Dalam kehidupan keseharian, ABK masih dipandang dengan sebelah mata. Mereka dilihat sebagai pribadi yang mengganggu, merepotkan, dan membebani masyarakat. Dalam keluarga, ABK masih sering dikucilkan, bahkan beberapa kasus di sebagian tempat mereka sengaja dipasung, dimasukkan ke dalam rumah kayu dan tidak diijinkan untuk berinteraksi dengan masyarakat sekitar. Ini malah berbahaya bagi kondisi mental mereka. ABK (*hyperactive*) dianggap mengganggu karena mereka sulit untuk diatur dan susah diajak berkomunikasi.

Jumlah gangguan autis pada anak selalu meningkat setiap tahunnya. Sejak tahun 1987 prevalensi penyandang autis adalah satu anak per sepuluh ribu. Sepuluh tahun kemudian penderita autis meningkat menjadi satu anak per lima ratus kelahiran. Pada tahun 2000 menjadi satu anak per dua ratus lima puluh per kelahiran. Menurut laporan terakhir yang diutarakan *Centra for Disease Control* (CDC) di Amerika Serikat, penderita autis kini mencapai satu anak per seratus lima puluh kelahiran. Data tersebut juga diperkirakan sama dengan angka pertumbuhan penderita autis di Indonesia.<sup>1</sup>

Pada beberapa periode terakhir, teknologi ditemukan untuk membantu mereka untuk bertumbuh dan dapat memperbaiki interaksi sosial mereka. Banyak temuan khususnya karya seni yang diteliti khusus untuk membantu merangsang kemampuan mereka. Sejumlah hasil penelitian menjelaskan keterkaitan antara aktivitas bermusik yang melibatkan gerak, dan atau gambar

---

<sup>1</sup> Anonymous, Autisme, Ramai Tersesat di Kota Asing (<http://www.gatra.com>), Akses: 22 Februari. 2006.

dapat menstimulasi ABK khususnya autisme, untuk membantu mengekspresikan perasaan, merehabilitasi fisik, meningkatkan memori, serta membantu untuk dapat berinteraksi dan membangun kedekatan emosional.<sup>2</sup>

Di Indonesia terdapat banyak sekali terapi khusus autisme, namun tidak semua menggunakan media musik dalam terapi yang diterapkan. Setelah melakukan observasi di beberapa Kota, akhirnya penulis memutuskan untuk melakukan penelitian di Sekolah Permata Ananda Yogyakarta dikarenakan mereka memiliki metode yang cukup unik dalam memberikan terapi musik kepada kliennya.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menemukan apa jenis terapi musik yang mereka gunakan, kemudian mengetahui sejauh mana peran musik dalam terapi terkait teori yang ada mengenai jenis terapi musik yang digunakan secara khusus di Sekolah Permata Ananda. Metode penelitian yang digunakan sebagai penunjang, yaitu metode penelitian kualitatif. Metode kualitatif yang dilakukan yaitu dengan melakukan pengamatan, wawancara dan penelaahan dokumen. Penelitian kualitatif ini secara spesifik lebih diarahkan pada penggunaan metode analisis deskriptif.

## II. Pembahasan

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, akan terlihat dan dapat diketahui tata cara dan proses terapi musik yang dilaksanakan. Terapi musik yang diterapkan di Sekolah Permata Ananda melibatkan setidaknya 20 anak autisme, 1 terapis musik, 22 pengajar yang di sini berperan juga sebagai pendamping. Dengan adanya jumlah pendamping yang memadai, suasana dalam proses terapi musik dengan jumlah klien yang cukup banyak membantu proses berjalannya terapi tercipta suasana yang kondusif. Proses terapi musik di Sekolah Permata Ananda tidak dilayani secara individu dengan satu terapis dan satu klien, dengan harapan klien dapat berinteraksi dengan orang di sekitarnya, sehingga mempercepat hubungan komunikasi, bersosial dan berbahasa mereka.

Menurut terapis, terdapat kaidah-kaidah pedoman instruksional dalam penerapan terapi musik. Pembukaan harus diawali dengan musik, mengumpulkan tujuan dari terapi musik terkait dengan target non musik, memulai dari tingkat individu anak, memberikan penghargaan bila anak melakukan sesuatu yang baik, serta selalu mengakhiri sesi terapi dengan musik.

Menurut data yang terkumpul, terapi musik di Sekolah Permata Ananda terbagi dalam 4 bagian, yaitu:

) Pembukaan. Saat klien berkumpul dalam ruang terapi, mereka akan disambut dengan lagu “Selamat Pagi Teman Apa Kabar”. Lagu ini merupakan

---

<sup>2</sup> Djohan, Terapi Musik Teori dan Aplikasi (Yogyakarta: Galang Press, 2006), hlm 25.

perubahan lirik lagu anak-anak yang diciptakan oleh *anonymous* yang berjudul “Kalau Kau Suka Hati Tepuk Tangan”. Lagu ini dinyanyikan tergantung waktu pelaksanaannya. Jika sesi terapi dilakukan pada sore hari, lirik lagu tersebut diubah menjadi “Selamat Sore Teman Apa Kabar”. Lagu tersebut merupakan lagu wajib yang selalu dinyanyikan sebelum memulai sesi terapi. Seorang anak *autis* dapat menghafal lagu ini kurang lebih 1-2 bulan. Kecepatan menghafal satu buah lagu sederhana ini tergantung seberapa sering klien mengikuti terapi dan seberapa sering meninggalkan sesi terapi. Mereka akan dilatih untuk menghafal setiap semi frase yang ada. Penggalan semi frase yang cukup singkat dan jelas, akan mempermudah mereka menghafal dan mengerti maksud dari setiap lirik dan nada yang dipelajari. Setelah lagu dinyanyikan dalam 2-4 kali putaran, perubahan lirik lagu digunakan untuk menyapa teman sekitarnya. Misalnya “Selamat Sore Fadli, Apa Kabar?”. Kemudian sesi sapaan berlanjut sekitar 20-25 kali hingga seluruh anak berhasil disebut namanya. Fungsi atau peran musik dalam pembukaan sesi tersebut yakni untuk memfasilitasi klien untuk memperkuat mengingat/ melakukan sesuatu (*reinforcement*). Contoh sederhananya yaitu, mereka dapat memperkuat memori untuk mengingat nama temannya dengan mudah melalui lagu, mereka dapat membedakan kondisi apa yang disebut siang atau sore hari. Dalam beberapa kasus, terapis bisa saja secara sengaja melompati atau tidak menyebutkan salah satu nama dari klien untuk menguji respons mereka, apakah mereka mengingat siapa yang belum disebut namanya. Dalam kasus ini dapat disimpulkan bahwa dalam sesi terapi musik di sini tidak memfokuskan pada ketepatan nada klien dalam menyanyikan, melainkan musik digunakan untuk memicu atau membangkitkan fokus bagi anak *autis* yang bersangkutan, sekaligus menumbuhkan rasa bahwa mereka berharga di lingkungan kecil tersebut.

) Bernyanyi Secara Individu. Mereka diwajibkan untuk secara bergiliran tiap sesi terapi untuk menyanyikan satu atau dua lagu yang mereka kuasai. Mereka akan diberikan pilihan lagu atau dapat meminta sendiri lagu apa yang ingin dibawakan. Rata-rata klien di Sekolah Permata Ananda memilih lagu topi saya bundar sebagai lagu andalan. Di sini mereka dilatih dan dituntut untuk bernyanyi mengekspresikan diri mereka melalui musik. Selain berekspresi melalui musik, dalam kasus ini mereka juga dilatih untuk menjadi mandiri, menjadi pribadi yang tidak memiliki rasa ketergantungan dengan bantuan orang lain. Dengan bernyanyi secara solo, membuat mereka lebih berani untuk terbuka dan percaya diri.

) Permainan Perkusif dengan Gelas. Permainan ini selalu dilakukan setiap pertengahan sesi terapi berlangsung. Permainan gelas merupakan permainan sederhana. Klien diijinkan untuk memposisikan dirinya terlibat langsung dalam memainkan musik. Intinya, permainan gelas merupakan permainan musik ritmis layaknya perkusi. *Autis* pada dasarnya mereka lebih

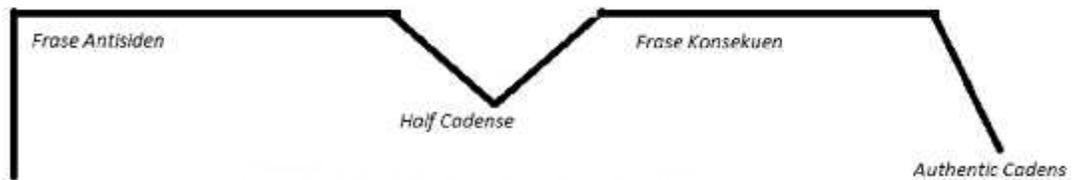
mudah menghafal ritmis daripada melodi. Mereka yang terlahir dengan keterbatasan *autis* akan lebih peka terhadap ritmis. Tidak heran jika kita menyanyikan suatu nada dengan pola ritmik tertentu, mereka akan lebih sering mengimitasi ritmis daripada melodi. Mulanya anak akan bermain dengan temannya, masing-masing anak memiliki satu buah gelas dengan posisi telungkup.; Mereka akan memulai dengan tepuk tangan, menepuk meja, kemudian menukarkan gelas yang dimilikinya dan akan memberikan kepada temannya. Permainan ini dapat dimainkan minimal dua orang. Pola ritmik yang sederhananya sebenarnya secara tidak langsung mereka dapat mengaplikasikan matematika sederhana untuk menghitung jumlah ketukan dalam permainan gelas. Poin penting yang ingin dicapai dalam permainan ini juga tak luput dari membangkitkan rasa (olah rasa) yang dimiliki klien. Musik sangat dekat dengan kehidupan manusia. Bahkan sejak dalam kandungan pun indra yang pertama kali tumbuh yaitu indra pendengaran. Setiap anak normal atau autis sama-sama memiliki kepekaan naluri yang sama terhadap musik. Musik yang paling dekat dengan manusia yaitu detak jantung di mana jantung berdenyut berirama seperti metronom yang ada dalam diri manusia. Permainan musik ritmik seperti permainan gelas tersebut mampu membangkitkan naluri alamiah yang dimiliki manusia guna mengasah kepekaan rasa terhadap musik.

) Penutup. Penutup sesi terapi dilakukan dengan bernyanyi. Sesuai dengan kaidah yang berlaku baiknya sebuah sesi terapi memang ditutup dengan lagu. Lagu yang digunakan di sini merupakan penerapan nada dari lagu “Selamat Pagi Teman Apa Kabar” yang telah diubah liriknya. Biasanya juga digantikan dengan lagu sayonara. Sesi terapi penutup dan pembuka digunakan untuk menambah kedekatan antara terapis dan klien, juga hubungan klien dengan sesama klien. Mencerminkan suasana bahagia merupakan tujuan terpenting dalam akhir sebuah sesi terapi. Dengan metode ini klien akan merasa nyaman tergabung dalam sesi terapi dan mereka akan menantikan setiap sesinya dan dapat dengan mudah menyerap setiap pelajaran baru yang didapatkan dari sesi terapi.

Lagu “Selamat Pagi Teman” memiliki bentuk *one part song form* yang mana lagu ini memiliki satu periode yang terbentuk dari 2 frase. Frase A sebagai Antisiden dan frase B sebagai Konsekuen. *One part song form* sering ditemukan pada era musik tonal era tahun 1600-1900-an. Struktur *one part song form* didasari oleh bentuk musik homofonik baik struktur karya besar maupun kecil.

Ciri-cirinya yaitu ditandai dengan jumlah birama yang simetris yang berarti lagu tersebut memiliki jumlah birama genap (dalam kasus ini terdapat 8 birama). Menurut teori bentuk *one part song form* selalu diakhiri dengan *half cadence* yang artinya diakhiri akor V7 pada birama ke 4. Sedangkan frase konsekuen akan diakhiri dengan autentik *cadense* yang berarti kembali pada akor I sesuai tangga nada. Pada kasus yang ditemukan dalam lagu “Selamat Pagi

Teman” agak sedikit berbeda bila disandingkan dengan kaidah yang ada. Frase antisiden yang digunakan dalam lagu tersebut menggunakan *autentik cadense* pada masing-masing masing-masing frase. Hal ini bukan merupakan masalah jika lagu “Selamat Pagi Teman” masuk dalam kategori *one part song form*. Setidaknya terdapat 2 teori mengenai pengecualian yang “mengijinkan” beberapa “pelanggaran” sah. Yang pertama yaitu didapati pada frase konsekuen mengalami modulasi ke suatu tangga nada tertentu, termasuk juga salah satunya terdapat *cadens* autentik dalam frase antisiden.



Gambar 1. *One Part Song Form*

Pada lagu “Selamat Pagi Teman” menggunakan tangga nada A Mayor dengan simbol ### dalam penulisan notasi balok. Tempo yang digunakan yaitu moderato (berkisar 100-110 bpm) dengan *time signature* 4/4 dan dimulai dengan

Gambar 2. Periode

anacrusis pada ketukan ke 4. Struktur lagu “Selamat Pagi Teman” memiliki 1 periode yang terbagi dalam 2 frase yaitu Antisiden dan Konsekuen. Masing-masing frase memiliki bagian yang lebih kecil lagi yang terbagi ke dalam 2 buah semi frase.

Gambar 3. Anacrusis

Jika diteliti lebih lanjut, kedua frase tersebut mengandung unsur *contrasting period*. Yang dimaksud dengan *contrasting period* yaitu terdapat perbedaan yang cukup mencolok dari frase A (birama 1-4) dan B (birama 5-8). Ritme atau iringan mungkin hampir sama antara frase A dan B, namun adanya perubahan melodi yang sama sekali berbeda dengan frase sebelumnya merupakan alasan yang tepat untuk penyebutan istilah *contrasting period*.

Berikut notasi setiap masing-masing frase dan semi frase lagu “Selamat Pagi Teman”.

a. Frase A (Antisiden)



Gambar 4. Frase Antisiden

) Semi Frase



Gambar 5. Semi Frase

) Semi Frase



Gambar 6. Semi Frase



moderato. Sehingga anak dengan gangguan *autis* dapat dengan mudah menghafal dan memaknai lirik dan nada melodi lagu tersebut.

Melihat uraian prosedur perlakuan lagu “Selamat Pagi Teman” yang selalu diulang berkali-kali sesuai dengan jumlah peserta terapis yang hadir mengartikan peran musik di sini yaitu sebagai pengingat. Lirik yang dinyanyikan oleh klien, seperti “Selamat Pagi”, “Selamat Sore”, “Apa Kabar” mengingatkan mereka untuk selalu saling menyapa dan lebih memperhatikan kehidupan bersosial mereka. Menumbuhkan rasa empati adalah fokus utama dalam sesi terapi musik.

#### b. Musik sebagai Stimulan Fokus

Gejala *autisme* memiliki kelemahan pada fokus. Mereka yang mengalami gangguan tersebut mengalami sulit untuk fokus pada satu hal. Mereka sulit untuk memusatkan pikiran pada salah satu titik yang membuat dirinya sering tidak memperhatikan orang lain di sekitarnya.

Pada sesi terapi, anak akan menyanyikan lagu “Selamat Pagi Teman” dengan mengganti kata “teman” dengan menyebutkan salah satu nama diantara mereka. Mereka akan berusaha mengingat dan memfokuskan satu nama dalam pikirannya. Jika dia berhasil menyanyikan lagu dengan baik dan dengan mudah menyebutkan salah satu nama temannya, berarti musik berhasil membantu mereka mengingat sesuatu dengan nada dan irama.

#### c. Musik sebagai sarana Pengembangan Komunikasi

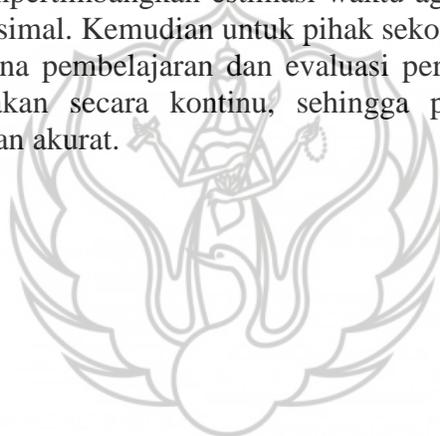
Pada lagu “Selamat Pagi Teman” pada bagian lirik, “Selamat pagi teman apa kabar?” merupakan aktivitas berkomunikasi dan interaksi dengan lingkungan dan orang-orang di sekitarnya. Tidak terhenti di sana, anak yang bersangkutan akan merespon dengan jawaban “baik” merupakan salah satu bentuk interaksi musikal yang kemudian mampu merangsang anak *autis* semakin baik dalam berkomunikasi secara 2 arah.

#### d. Musik Membantu Perkembangan Bahasa

Musik vokal yang dilakukan dengan nyanyian mampu merangsang anak *autis* untuk aktif dalam berbahasa. Dengan musik, anak dapat dengan mudah mengingat sesuatu termasuk bahasa. Kosakata, kalimat dengan struktur yang baik mampu menstimulasi anak untuk lebih aktif dalam berbahasa. Menjawab bila ditanya, mengidentifikasi benda, mengidentifikasi sifat, menolak, menerima merupakan manfaat musik yang secara tidak langsung didapatkan dengan bernyanyi.

### **III. Penutup**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, makada dapat disimpulkan bahwa berdasarkan ciri-ciri penerapan musik dalam terapi, jenis terapi musik yang dilakukan di Sekolah Permata Ananda merupakan bentuk jenis terapi musik Kreatif. Ciri terapi musik kreatif dalam Djohan (2006) disebutkan bahwa setiap sesi disambut dengan musik dengan tujuan menarik adanya interaksi antar klien dengan terapis. Kemudian metode menyanyikan lagu secara diulang-ulang hingga 20-25 kali berdampak positif bagi klien. Klien dapat lebih mudah mengingat sesuatu dan fokus seperti yang bisa dilakukan anak-anak normal. Metode tersebut juga merupakan bentuk dari komunikasi dua arah, yang diharapkan mampu menstimulasi mereka dalam bersosial dan berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, penelitian ini dirasa belum maksimal dikarenakan waktu yang cukup singkat, sehingga ada baiknya jika penelitian berikutnya mempertimbangkan estimasi waktu agar data yang diperoleh lebih akurat dan maksimal. Kemudian untuk pihak sekolah, terapis musik hendaknya membuat rencana pembelajaran dan evaluasi perlakuan terhadap terapi musik yang dilaksanakan secara kontinu, sehingga perlakuan selanjutnya dapat dilakukan dengan akurat.



## DAFTAR PUSTAKA

- Bassano, Mary, 2009. *Terapi Musik dan Warna*. Yogyakarta: Rumpun, merupakan buku panduan dasar dalam menggunakan musik dan warna sebagai sarana pengobatan terhadap ABK
- Delphie, Bandi. 2009. *Matematika untuk Anak Berkebutuhan Khusus*. Sleman: KTSP
- Djohan, 2003. *Psikologi Musik*, Yogyakarta: Buku Baik
- Djohan, 2006. *Terapi Musik*, Yogyakarta: Galangpress
- Firdausyah, Nuri. 2010. *Terapi Musik Klasik Terhadap Perilaku Hiperaktif pada Anak Autis*. [http://www.scribd.com/doc/161924305/Untitled#force\\_seo\\_](http://www.scribd.com/doc/161924305/Untitled#force_seo_) 13  
Desember 2014
- Mangunsong, Frieda. 2009. *Psikologi & Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta: LSP3 UI
- Ningsih, Ike Sulistia, 2008. *Efektivitas Terapi Musik Untuk Mengoptimalkan Fungsi Sensori Integrasi Pada Anak Autis di Pusat Terapi Terpadu A-Plus Malang*. Malang: Skripsi Program Studi Psikologi – Universitas Negeri Malang