

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Menurut Hallam (2010) musisi adalah seseorang yang memiliki kemampuan bermain alat musik. Lebih lanjut dijelaskan dalam *The American Heritage Dictionary of the English Language* (2000) yang mengatakan musisi adalah seseorang yang menciptakan, memimpin, dan menampilkan musik. Menurut KBBI, musisi adalah musikus, sedangkan pengertian dari musikus adalah orang yang mencipta, memimpin, atau menampilkan musik; pencipta atau pemain musik. Berbagai macam tempat yang digunakan musisi untuk bekerja, salah satunya adalah kafe.

Kafe merupakan tempat untuk makan dan minum cepat saji dan menyuguhkan suasana santai dan tidak resmi (Indrayana, 2006). Marsum (2005) juga mengatakan bahwa kafe adalah tempat untuk makan dan minum sajian cepat saji dan menyuguhkan suasana santai atau tidak resmi, selain itu juga merupakan suatu tipe dari restoran yang biasanya menyediakan tempat duduk di dalam dan di luar restoran. Dari pernyataan di atas dapat dikatakan musisi kafe adalah orang yang memainkan musiknya di kafe dan tempat bersantai lainnya.

Sebagai sebuah pekerjaan, nyatanya musisi kafe tidak lepas dari tantangan yang kompleks dalam berkarir. Tantangan tersebut berkaitan dengan kualitas proses pendidikan, tuntutan karir, lingkungan, persaingan sosial, masalah fisik dan psikologis (Pecen, 2018). Isu kesejahteraan psikologis yang kerap menjadi topik

yang dibahas antara lain perihal kecemasan (Cohen, 2018). Menurut Tamisa (2016) kecemasan adalah perasaan tidak menyenangkan dan tidak menentu tentang sesuatu yang akan terjadi dengan disertai beberapa reaksi dari tubuh kita. Christba (2015) mengemukakan bahwa semua orang pasti pernah mengalami kecemasan, akan tetapi orang-orang yang merupakan penampil di depan umum (seperti musisi) lebih sering mengalaminya.

Faktanya, musisi musisi akan mengalami kecemasan dan stres ketika tampil di depan orang lain (Demirbatir, 2012). Hasil penelitian Marchant-Haycox dan Wilson (Parncutt & McPherson, 2002) mengemukakan bahwa musisi lebih banyak mengalami kecemasan sebanyak (47%), dilanjutkan dengan penyanyi (38%), penari (35%), dan aktor (33%).

Senada dengan hasil survei yang dilakukan oleh International Conference of Symphony and Opera Musicians (ICSOM), terhadap lebih dari 2000 musisi profesional maka diperoleh hasil sebesar 24% menderita demam panggung, 13% mengalami kecemasan akut, dan 17% mengalami depresi. (Fishbein et al. al, 1988).

Sigmund Freud (Feist, 2010) menjelaskan bahwa kecemasan merupakan situasi afektif yang dirasa tidak menyenangkan yang diikuti oleh sensasi fisik yang memperingatkan seseorang akan bahaya yang mengancam. Hal ini merupakan emosi yang wajar dirasakan oleh penampil (*performers*) selama masih dalam taraf normal (Cox & Kenade, 1993).

Intensitas kecemasan setiap orang berbeda-beda, bila terlalu sedikit maupun terlalu banyak justru berujung pada hasil penampilan yang kurang baik, namun bila seseorang dapat mengatasi kecemasan yang alami dapat berdampak positif karena

bisa digunakan sebagai penyemangat untuk mengatasi rintangan-rintangan sehingga individu dapat tampil secara efektif (Halgin & Whitbourne, 2009). Pada bidang psikologi, Christba (2015) mengatakan bahwa istilah tersebut dikenal sebagai *Music Performance Anxiety* (MPA).

MPA adalah pengalaman rasa cemas yang nyata dan berkesinambungan terkait dengan pertunjukan musik yang muncul melalui pengkondisian kecemasan tertentu yang disebabkan oleh interaksi banyak faktor, termasuk genetika, rangsangan lingkungan, dan pengalaman, serta emosi, kognisi, dan perilaku individu (Kenny, 2011). *Music Performance Anxiety* adalah kecemasan yang dirasakan individu secara terus-menerus dan kuat yang bertahan lama, terkait dengan kinerja musik yang tidak serta merta mengganggu kinerja individu dan tidak selalu terkait dengan pencapaian performance musik yang sebenarnya, yang dapat dialami berbagai kalangan yang berkecimpung dalam bidang musik (Kenny & Ackermann, 2015).

Menurut Allan (2012) menjelaskan bahwa hal tersebut (rasa cemas, tegang dan upaya untuk mengontrol kinerja secara berlebihan) termasuk ke dalam tanda-tanda *Music Performance Anxiety* (MPA). Terdapat berbagai hal yang mempengaruhi kecemasan performa musikal, yaitu faktor individu dan situasional (Parncutt & McPherson, 2002). Faktor individu terdiri dari kepribadian, usia, jenis kelamin, dan pengalaman. Sedangkan faktor situasional terdiri dari jumlah pemain yang tampil dalam satu performa, jumlah penonton, dan adanya penilaian atau kompetisi.

Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Spielberger (Gunarsa, 2004), kecemasan dapat dibagi menjadi 2 kategori utama, yaitu *state anxiety* dan *trait anxiety*. Menurut Carducci (2009) *trait anxiety* merupakan sebuah penentuan posisi seseorang dalam melihat situasi sebagai ancaman. *Trait anxiety* merupakan sesuatu yang terberi atau diturunkan melalui genetik. Sementara *state anxiety* merupakan keadaan objektif ketika seseorang mempersepsikan rangsangan-rangsangan lingkungan sebagai sesuatu yang memang menimbulkan ketegangan atau kecemasan. Jika seorang musisi memiliki *trait anxiety* yang tinggi maka ia akan cenderung mengalami kecemasan performa musikal yang lebih besar dibandingkan dengan musisi yang memiliki *trait anxiety* yang rendah. Selain itu musisi yang memiliki *trait anxiety* yang rendah akan sangat jarang mengalami simptom fisiologikal (Sloboda et al, 2007).

Seorang musisi yang memiliki *trait anxiety* terlalu tinggi akan cenderung melihat keadaan sebagai sesuatu yang mengancam dan menakutkan, sehingga motif yang akan dilakukannya menjadi tidak terkontrol dan dapat berakibat kegagalan performa musikal. Sementara musisi yang memiliki *trait anxiety* dalam batasan yang wajar akan melihat keadaan sebagai sesuatu yang mengancam, namun memiliki tantangan tersendiri untuk diselesaikan (Pargman, 2006). Oleh sebab itu, seorang musisi yang memiliki *trait anxiety* rendah akan dapat mengontrol motif yang akan dilakukannya dan dapat meningkatkan performa musikal.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Music Performance Anxiety* (MPA) yaitu faktor Somatik dan Kognitif, faktor *Performance Context*, dan faktor *performance Evaluation* (Kenny, 2011). Sejalan dengan pendapat dari Osborne & Kenny (2005)

yang melihat fenomena *Music Performance Anxiety* yang dialami musisi dipengaruhi oleh tiga hal. Faktor yang pertama adalah faktor *somatic* dan kognitif yang terdiri dari keadaan fisik dan kognisi pada individu akan hadirnya *Music Performance Anxiety*. Yang kedua adalah faktor *performance context* yang terdiri dari bagaimana situasi *audience* dan konteks performansi (pertunjukan tunggal vs pertunjukan kelompok). Yang ketiga adalah faktor *performance evaluation* yang terdiri dari bagaimana persepsi pemain musik terhadap *audience*-nya, persepsi yang dimaksud adalah kecemasan yang dialami individu disebabkan karena adanya perasaan takut untuk dievaluasi oleh *audience*.

Penilaian tentang *music performance anxiety* seringkali dilandaskan pada skala yang meliputi gejala agitasi pada tubuh seperti pikiran negatif, cemas dan gelisah. Selain itu kepercayaan diri, penilaian terhadap kualitas penampilan serta cara mengatasi masalah (*coping*) juga kerap menjadi acuan kecemasan musical pada musisi (PQM, Spahn et al., 2016). Penggambaran MPA juga harus dilihat dari proses dan dimensi waktu yang eksplisit, baik di pra, saat, maupun pasca pertunjukkan (Papageorgi et al., 2007).

Berdasarkan data di atas, penulis melakukan wawancara awal sebagai pijakan awal kepada tiga informan. Informan pertama adalah seorang mahasiswa program studi Pendidikan Bahasa Inggris di Universitas Muria Kudus dengan inisial PO. Pria dengan tubuh gempal itu adalah seorang basis. Wawancara dilakukan pada tanggal 22 Maret 2021 di rumah kedai kopi. Informan mengatakan seringkali mengalami kecemasan ketika tampil. Biasanya terjadi ketika pengunjung ramai. Informan PO sering mengalami jantung berdetak kencang dan tangan berkeringan.

Rasa khawatir dengan penampilannya membuat informan sering melakukan kesalahan, seperti salah kunci maupun tempo. Kondisi tersebut terjadi hingga sekarang yang membuat posisinya dalam band beberapa kali digantikan oleh orang lain.

Kemudian, penulis melanjutkan wawancara dengan informan kedua, yaitu seorang laki-laki yang memiliki inisial SB. SB adalah seorang mahasiswa di Universitas Muria Kudus semester tujuh. Saat ini SB tergabung dalam sebuah band yang beberapa kali mengisi di kafe. Proses wawancara dilakukan pada tanggal 19 April 2021 di salah satu kafe di Kudus. SB mengaku sering mengalami kecemasan saat akan tampil. Seperti tangan SB tiba-tiba gemetar dan berkeringat. Menurut SB, hal itu biasa terjadi ketika berhadapan dengan audiens yang memiliki musikalitas yang tinggi. Kondisi tersebut seringkali menyebabkan SB salah dalam bermain, terutama dalam hal tempo. SB mengaku belum bisa mengatasinya sampai sekarang sehingga membuat SB pribadi merasa minder ketika diminta tampil.

Terakhir, penulis melanjutkan wawancara dengan informan ketiga, kepada salah satu gitaris band di kota Kudus. Informan memiliki inisial AA. Wawancara dilakukan pada tanggal 25 Maret 2022 di salah satu kafe. AA mengaku sampai saat ini masih sering mengalami kecemasan saat tampil di depan orang. Menurut AA, ada beberapa hal yang sering menjadi penyebab timbulnya kecemasan pada dirinya, diantaranya kondisi sound dan audiens. Sound yang kurang memadai menimbulkan kekhawatiran pada diri AA, karena takut permainannya jadi jelek. Ditambah bila informan mengetahui ada orang yang lebih ahli datang dan menonton, kekhawatirannya seakan meningkat berkali-kali lipat. Perasaan cemas dan khawatir

tersebut mempengaruhi semangat dan kualitas permainan AA. Saat ini AA jadi sering menolak tampil karena selalu mengaku belum siap.

Penelitian yang dilakukan oleh Burin AB & Osorio FL (2017) yang berjudul *Music Performance Anxiety: A Critical Review of Etiological Aspects, Perceived Causes, Coping Strategies and Treatment* mengatakan bahwa *Music Performance Anxiety* (MPA), *Performance Anxiety* (MPA) muncul karena ada beberapa faktor seperti kognitif, perilaku, dan fisiologis serta adanya kecenderungan biologis dan psikologis dari tiap individu

Penelitian lain dari Barbeau, (2011), yang dilakukan pada 19 grup orkestra yang ada di Kanada, menyatakan bahwa 96% musisi mengalami masalah kesehatan dan kurang lebih hal tersebut diasosiasikan dengan MPA. Penelitian lain dengan sampel 71 mahasiswa dari University of North Texas College of Music menyebutkan bahwa 83,1% musisi mengalami MPA.

Penelitian ini menjadi penting karena nyatanya *Music Performance Anxiety* berpengaruh pada penurunan kualitas bermusik (Kenny, 2006). Steptoe (Pietra, 2019) menyatakan bahwa keberadaan *Music Performance Anxiety* pada musisi dapat dinilai mengancam karir bermusik. Meski demikian, penelitian terkait *Music Performance Anxiety* terbilang masih belum begitu banyak di Indonesia (Rosalinda & Artissy, 2016)

Berdasarkan data pre-eliminatory di atas, ditemukan beberapa kondisi yang menjadi indikasi bahwa musisi kafe memiliki permasalahan dalam hal *Music Performance Anxiety* (MPA). Menggunakan faktor MPA, penelitian ini dikemas

dalam bentuk kajian ilmiah yang berjudul “*Music Performance Anxiety* Pada Musisi Kafe”

## **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi *Music Performance Anxiety* pada musisi kafe.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah pada keilmuan psikologi, berkaitan dengan bidang psikologi klinis yaitu kecemasan sosial tentang *Music Performance Anxiety* (MPA).

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Informan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi informan tentang faktor yang mempengaruhi *Music Performance Anxiety* (MPA) pada musisi kafe.

#### **b. Bagi Peneliti Lainnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti yang ingin meneliti tentang *Music Performance Anxiety* (MPA) pada musisi kafe secara lebih dalam.