

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Penelitian

Musik merupakan suatu karya yang menghadirkan keindahan, juga dapat digunakan sebagai media yang mempengaruhi pikiran serta tingkah laku manusia (Rakhmat, 2001; Prasetya & Sunarto, 2019). Musik tidak hanya sekedar nada-nada tinggi atau rendah dengan irama tertentu, keras dan pelan, cepat dan lambat, tetapi merupakan bahasa atau curahan jiwa seseorang (Sunarto, 2019). Sejarah panjang dalam dunia musik salah satunya terjadi di Kota Bandung, dimana Bandung menjadi pusat musik di Indonesia sejak era kolonial Belanda (komasiana, 2023). Musik memiliki banyak *genre*, salah satunya adalah *Rock*. Pada era 1970-an, Bandung menjadi pusat perkembangan musik *rock* dan pop di Indonesia. Beberapa band *rock* terkenal seperti God Bless, Gombloh, dan Koes Plus berasal dari kota Bandung dimana mereka memainkan musik yang penuh semangat dan menyuarakan kritik sosial terhadap pemerintah dan masyarakat (kompasiana, 2023). Musik *rock* identik dengan pemberontakan, perlawanan, semangat, dan kehidupan yang bebas, dimana hal ini membuat musik *rock* seringkali dikaitkan dengan narkoba, alkohol, *free sex* dan banyak hal negatif lainnya yang membawa para musisi menerapkan gaya hidup tersebut (Fakhriyan, 2019).

Musisi *rock* juga dikenal dengan gaya cuek seperti celana yang dirobek pada bagian paha atau lutut, berambut panjang, hingga bertato sebagai bentuk ekspresi kebebasan dari aturan yang ada (Rachman, 2018). Secara umum,

kebanyakan masyarakat mengatakan bahwa musisi *rock* berpakaian kurang rapi, berbicara kasar, kurangnya sosialisasi terhadap lingkungan sekitar, suka membuat gaduh, dan juga arogan (Fakhriyan, 2019). Musisi *rock* juga dikenal dengan musik yang keras, berpakaian acak-acakan, untuk menunjukkan bahwa dia adalah orang yang garang dan sangar sesuai dengan pandangan masyarakat bahwa rocker adalah seniman musik yang bergaya tidak rapi dan bebas (Rachman, 2018).

Terdapat pula kasus-kasus negatif yang menimpa musisi *rock*. Antara lain kasus penyalahgunaan narkoba seperti halnya Jimi Hendrix, salah satu gitaris yang paling berpengaruh dalam sejarah musik *rock*, kemudian Jim Morrison, vokalis grup Band “*The Doors*”, serta Dee Dee Ramone, basis band The Ramones yang merupakan pionir band punk *rock* di dunia, mereka semua meninggal di puncak keemasan karir karena overdosis narkoba (BNN, 2019). Adapun kasus negatif lainnya berupa bunuh diri seperti Kurt Cobain, vokalis band Nirvana, yang menembak dirinya sendiri, dimana tekanan dalam dirinya bermula sejak perceraian kedua orangtuanya, kekerasan dari ayahnya, hingga mengalami kecanduan heroin (pikiranrakyat.com 2022). Selain itu Chris Cornell, vokalis band Soundgarden yang mengakhiri hidup dengan melakukan gantung diri di kamar mandi hotel setelah konsernya dan juga Chester Bennington, vokalis band Linkin Park yang mengalami depresi akibat pelecehan seksual, *bullying*, perceraian, hingga kecanduan obat-obatan dan alkohol, dan ditemukan meninggal dunia dengan cara gantung diri (bertepatan dengan hari kematian sahabatnya, Chris Cornell) (cnnindonesia.com 2017).

Hal ini pun terjadi pada musisi rock di Indonesia, kasus narkoba pernah menjerat anggota Slank yaitu Bimbim, Kaka, dan Ivanka pada tahun 1994 hingga 2000, yang menggunakan narkoba jenis putaw atau heroin (Heylawedu.id 2021). Dilansir dari situs Badan Narkotika Nasional tahun 2019, Bimbim, drummer grup band Slank menggunakan narkoba karena tawaran seseorang yang kemudian beranggapan bahwa narkoba jenis heroin yang digunakannya adalah doping sementara yang membuat ketagihan tiada akhir. Jika rasa ketagihan itu tidak dipenuhi maka yang timbul adalah kesakitan yang luar biasa. Berdasarkan pengalamannya, Bimbim merasakan sehat saat menggunakan narkoba, namun setelah itu di bagian organ dalam tubuhnya ia merasakan nyeri hingga sering sakit dan berhenti menggunakannya (BNN, 2019). Selain itu, Ahmad Albar, personil grup band Godbless juga terjerat kasus narkoba pada November 2007 dengan ditemukannya 490 ribu butir ekstasi (tempo.com 2018). Hal ini menunjukkan tidak sedikit musisi yang mengalami stress, depresi, kecanduan obat terlarang, ketergantungan pada alkohol hingga melakukan tindakan bunuh diri yang diakibatkan tekanan-tekanan dari dalam diri maupun lingkungan (Fakhriyan, 2019).

Ketika seseorang mengalami situasi yang membuatnya tertekan, akan muncul suatu proses yang dinamakan *coping strategy*. *Coping strategy* menurut pandangan Haber dan Runyon (1984), adalah semua bentuk perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang dapat mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stress (Maryam, 2017;

Muminina & Abidin, 2020). Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping strategy* secara umum dibagi menjadi dua macam yakni strategi *coping* yang berfokus pada masalah, yaitu suatu tindakan yang diarahkan kepada pemecahan masalah, dimana individu akan cenderung menggunakan perilaku ini bila dirinya menilai masalah yang dihadapinya masih dapat dikontrol dan dapat diselesaikan, sedangkan *coping strategy* yang berfokus pada emosi adalah melakukan usaha-usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa melakukan usaha mengubah *stressor* secara langsung (Maryam, 2017). *Coping strategy* tentu bermacam-macam, misalnya seperti terapi perilaku dengan metode relaksasi, meditasi, bermain *game*, beristirahat, berolahraga, mendengarkan lagu, atau pun bermusik (Hayat, 2014). Apapun *coping strategy* yang digunakan, secara umum *coping* ini bertujuan untuk mengolah dan menurunkan ketidaknyamanan pada komponen kecemasan (Maryam, 2017). Hal ini sejalan pada subjek penelitian, dimana saat melakukan *performance*, subjek dapat bernyanyi dan bermain musik serta mampu menampilkan versi terbaik dirinya di atas panggung. Namun hal inipun menjadi pertanyaan peneliti, apakah musik digunakan sebagai *coping strategy* oleh subjek, serta bagaimana pengaruh musik ini pada proses *coping strategy* tersebut? Ketika musik dapat dijadikan media dalam meluapkan perasaan, mengapa masih banyak musisi yang mengalami kasus negatif hingga bunuh diri?

Berdasarkan hasil wawancara awal bersama subjek berinisial N yang merupakan seorang pria berusia 27 tahun. Selain hobi, musik dijadikan

sebagai pekerjaan yakni sebagai musisi solo bergenre *rock*. Subjek juga menjelaskan bahwa dirinya memiliki kecemasan, berawal pada saat pandemi yang menuntut subjek untuk menghentikan aktivitas bernyanyi dari panggung ke panggung sehingga subjek mencoba menyalurkan perasaannya hanya dengan bermain alat musik, menulis lagu, atau membuat aransemen di studio musiknya (tanpa bernyanyi di atas panggung). Hal itu dirasa belum cukup menghilangkan rasa cemasnya sehingga subjek memutuskan untuk berkonsultasi dengan 2 Psikolog di tahun 2020. Psikolog menjelaskan bahwa subjek memiliki masalah pencernaan dan gangguan di bagian lambung, yang memicu respon kecemasan ringan pada subjek berupa nafas pendek, adanya gejala ringan pada lambung, muka berkerut dan bibir bergetar, tidak dapat duduk tenang, dan tremor halus pada tangan. Setelah itu, subjek tidak merasakan adanya perubahan yang signifikan dan akhirnya memutuskan untuk tidak berkonsultasi dengan Psikolog. Pada April 2022, kecemasan muncul kembali dengan intensitas yang cukup tinggi dengan respon perilaku resah seperti berkeringat, berjalan kesana kemari, menggosokkan telapak tangannya, membulatkan mata sembari melamun, berteriak, mengepalkan kedua tangannya sambil merapatkan giginya dengan tubuh yang bergetar, dan otot-otot yang menegang, hal ini terjadi secara bergantian dan perilakunya secara cepat berubah-ubah dalam waktu yang bersamaan dan membuat subjek memutuskan untuk berkonsultasi dengan Psikiater pada 26 April 2022 dan didiagnosa memiliki kecemasan hingga *panic attack* serta dianjurkan untuk

mengonsumsi obat berdasarkan resep Psikiater tersebut sejak April hingga Oktober 2022 (saat kecemasan tersebut berangsur reda).

Subjek lainnya yang berinisial F, seorang mahasiswa berusia 25 tahun, yang juga merupakan vokalis dan basis salah satu band *rock* dari Bandung, menyatakan bahwa musik adalah *passion*. Musik adalah hal menyenangkan dan seringkali menjadi pelarian sejenak ketika harapan orangtua terhadapnya menjadi suatu tuntutan. Subjek dapat menyalurkan apa yang sedang dirasakan, baik itu perasaan menyenangkan ataupun sebaliknya, dan hal tersebut dapat menjadi suatu karya yang menghasilkan. Terutama ketika fokus dalam *genre* musik keras, rasanya lebih menggebu-gebu, dan lebih dapat melepas emosi. Musik keras seperti *rock* dapat dijadikan sebagai motivasi dan semangat, baik itu dalam berekspresi, meluapkan emosi, ataupun pada saat menjalankan rutinitasnya.

Subjek berinisial I, yang juga merupakan mahasiswa berusia 22 tahun, gitaris band asal Bandung, menyatakan bahwa musik sangat penting dalam kehidupannya karena sebagian hidupnya digunakan untuk bermusik terutama *genre* musik keras, menurutnya ada hal yang membuat adrenalin subjek meningkat dan membuat dirinya ingin terus bermusik. Subjek juga merasa dapat melepaskan semua masalah yang ada, baik itu dari lingkungan keluarga, pertemanan, atau pekerjaan. Secara umum subjek mendapat kepuasan tersendiri saat sedang bermusik, terutama saat melakukan *performance* di atas panggung dengan hentakan musik yang berirama dan keras. Subjek merasa

senang dan menjadikan musik bukan hanya sebagai hobi, melainkan juga sebagai pekerjaan dan gaya hidup yang dijalani.

Dari wawancara dengan ketiga subjek, ketika menghadapi suatu masalah seperti dalam lingkup keluarga, pertemanan, dan juga segala hal yang menyebabkan tekanan, baik itu secara eksternal maupun internal dirinya, subjek cenderung meluapkan emosi yang muncul dengan cara bermusik, menulis lagu, atau berkumpul dengan teman. Dalam beberapa kasus, musik juga dapat dijadikan penyelesaian masalah seperti menjadikannya sebagai pekerjaan yang berpenghasilan. Dari hal tersebut, hasil wawancara dengan ketiga subjek dapat menjawab pertanyaan awal peneliti yakni, musik dapat digunakan sebagai *coping strategy* oleh para musisi. Namun begitu, tidak jarang pula subjek tetap mengalami stress dan cemas akibat tekanan yang muncul. Hal ini membuat peneliti ingin melihat bagaimana proses *coping strategy* yang dilakukan musisi *rock* ketika menghadapi suatu permasalahan sehingga peneliti dapat mengetahui gambaran proses *coping strategy* pada musisi *rock* secara lebih detail.

1.2. Identifikasi Masalah

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), *coping strategy* secara umum dibagi menjadi dua macam yakni strategi *coping* yang berfokus pada masalah dan *coping strategy* yang berfokus pada emosi. Dari hasil wawancara dengan ketiga subjek, *coping strategi* yang sering kali digunakan cenderung pada *coping strategy* yang berfokus pada emosi, yakni subjek melakukan suatu usaha untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa mengubah *stressor* secara

langsung, seperti bermusik, bermain game, menyendiri, atau merokok terlebih dahulu sebelum kemudian menyelesaikan masalah atau tekanan yang ada, meskipun masalah atau tekanan yang muncul tersebut tidak ada kaitannya dengan *coping strategy* yang digunakan subjek, seperti masalah dalam lingkup keluarga, pertemanan, dan juga segala hal yang menyebabkan tekanan secara eksternal maupun internal dirinya.

Maka dari itu, penelitian ini berfokus pada gambaran proses *coping strategy* pada musisi *rock* karena dalam kasusnya, tidak sedikit musisi yang mengalami stress, depresi, kecanduan obat terlarang, ketergantungan pada alkohol hingga melakukan tindakan bunuh diri yang diakibatkan tekanan-tekanan dari dalam diri maupun lingkungannya. Musisi dijadikan sebagai subjek dikarenakan musisi tidak lepas kaitannya dengan musik itu sendiri, dan dikatakan bahwa musik dapat dijadikan sebagai media bahasa atau curahan jiwa seseorang. Penelitian inipun berfokus pada individu dewasa awal karena individu dewasa awal dianggap mampu menentukan masa depan dan juga dianggap mampu mengatur kehidupannya secara mandiri, dikarenakan individu tersebut harus melakukan penyesuaian dengan peran barunya yaitu dalam pernikahan atau pekerjaan. Dalam hal ini, pekerjaan musisi masih dianggap pekerjaan yang belum pasti. Dimana musisi dalam pekerjaannya hanya menunggu panggilan jasa mereka melalui *event organizer, wedding organizer, client* mereka, dengan dibarengi adanya pengerjaan proyek seperti: rekaman, membuat lagu, dan membuat *jingle*. Musisi juga memiliki kebutuhan hidup yang harus segera mereka penuhi namun pekerjaan yang didapatkan

belum pasti terutama di awal karirnya. Hal ini juga mendasari pertanyaan penelitian yakni, bagaimana pengaruh musik pada proses *coping strategy* yang dilakukan, serta bagaimana gambaran proses *coping strategy* pada musisi *rock*, dan juga faktor apa sajakah yang mempengaruhi musisi *rock* dalam menggunakan *coping strategy* tersebut.

1.3.Tujuan Penelitian

- 1.3.1 Mengetahui bagaimana gambaran proses *coping strategy* pada musisi *rock*.
- 1.3.2 Mengetahui pengaruh musik pada proses *coping strategy* yang dilakukan musisi
- 1.3.3 Mengetahui faktor yang mempengaruhi musisi *rock* dalam menggunakan *coping strategy*.

1.4.Kegunaan Penelitian

- 1.4.1 Manfaat teoritis
 - a) Penelitian ini diharapkan bisa memberikan gambaran untuk pengembangan dalam penelitian selanjutnya,
 - b) Penelitian ini dapat memberikan pemahaman khususnya untuk peneliti sendiri dalam melihat gambaran proses *coping strategy* pada musisi *rock* hingga faktor yang mempengaruhi *coping strategy* pada musisi *rock* tersebut.
- 1.4.2 Manfaat praktis
 - a) Bagi Subjek/Musisi : Diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran bagaimana proses *coping strategy* yang terjadi pada

musisi *rock*, serta diharapkan mampu membantu subjek penelitian untuk lebih memahami bahwa dalam meredakan kecemasannya atau menyelesaikan masalahnya, subjek dapat melakukan *coping strategy* terhadap apa yang menjadi minat dan bakat khususnya di bidang musik.

- b) Bagi Pendidikan & Perkembangan: Jika musik dapat menjadi strategi *coping* yang efektif, maka pendidikan karakter dalam penyaluran minat dan bakat terutama di sekolah, perlu dikaji lebih dalam dan difokuskan kepada individu sejak dini, umumnya untuk setiap individu khususnya untuk individu dengan *anxiety*, serta diharapkan mampu membantu para praktisi di area psikolog ataupun psikiater untuk mengarahkan para pasien/*client* nya dalam menyalurkan *coping strategy* sesuai dengan kecenderungan yang muncul.