

ABSTRACT

The aim of this research is to introduce and develop the form of musical therapy by utilizing Angklung as the tool in order to solve the psychological problem, especially the problem of loneliness on Elders who stay in three panti werdha in Kotamadya Bandung.

The period of Elders is the end period of a human cycle with the characteristics of deterioration in physiological, psychological, and social interaction as well. Elders are a human group that is very prone to have loneliness. It is caused by losing their spouse, living separately with their children, having no more friends at the same age, and the problem has become worse since they have lived in panti werdha. Basically, there are some ways to decrease the loneliness such as involving them on social activities and listening to the music.

Many people have researched the effect of music on human physiology and psychology. Music has been acknowledged as the media for therapy which then developed as musical therapy. Musical therapy consists of some stages of activities: listening, playing, creating and constructing the music or song. The scope of this research is to the stage of playing musical instrument. Musical instrument which are often used in musical therapy are modern musical instrument, while the traditional ones, such as Angklung, are seldom used. Angklung has unique timbre which is light and also has the meaning of happiness and togetherness. The lonely elders need the ambience which could create positive mood and togetherness that will eliminate sadness and loneliness.

This research is true experimental which means the study of the intentional treatment by observing the effect by strictly controlling some extraneous variables. The research design used is "Before After two group design". Statistical test used in this research is Mann Whitney and Wilcoxon difference test. The subject of this research is Elders which suffer the problem of loneliness, following the rules of UCLA Loneliness scale v.3 by Danniell Russel (1996).

The result of the statistical test shows that there is a difference of loneliness level on experimental group (EG) as the subject by comparing the condition before and after the treatment of Angklung musical therapy (with significant level of 95%). This condition shows that Angklung musical therapy, by playing Angklung together, can create positive mood and increase social interaction ability of the subject, and as the result, decrease the loneliness. At the end of this research, there are some suggestions for the next research.

Keyword : Loneliness, Music Therapy, and Angklung.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memperkenalkan dan mengembangkan bentuk terapi musik dengan menggunakan alat musik angklung dalam mengatasi permasalahan psikologis khususnya masalah kesepian (*loneliness*) pada lansia yang tinggal di tiga panti werdha kotamadya Bandung.

Masa lansia adalah puncak dari siklus manusia yang ciri-cirinya cenderung mengalami penurunan dan kesengsaraan, baik secara fisiologis, psikologis, dan sosial. Lansia adalah kelompok yang paling rentan terhadap permasalahan kesepian (*loneliness*), hal ini disebabkan karena kehilangan pasangan, berpisah dengan anak-anak yang semakin dewasa, kehilangan relasi atau teman sebaya, terlebih lagi bagi mereka yang ditinggalkan di panti werdha. Pada dasarnya terdapat beberapa cara untuk mengurangi penghayatan perasaan kesepian (*loneliness*), antara lain dengan aktif mengikuti kegiatan sosial dan mendengarkan musik. Musik sudah banyak diteliti dan memiliki pengaruh terhadap fungsi fisiologis dan psikologis. Musik sudah diakui dapat menjadi media dalam sebuah terapi, yang kemudian berkembang menjadi terapi musik. Terapi musik dimulai dari kegiatan mendengarkan, bermain, kemudian membuat dan mengaransemen sebuah musik atau lagu. Dalam penelitian ini hanya sampai pada tahap bermain alat musik. Alat musik yang sering digunakan dalam terapi musik adalah alat-alat musik moderen, sedangkan alat musik tradisional seperti angklung seringkali terabaikan keberadaannya. Angklung sendiri memiliki *timbre* yang khas yaitu ringan, selain itu secara filosofi dan perkembangannya mengandung makna dan unsur utama kegembiraan dan kebersamaan. Para lansia yang menghayati perasaan kesepian (*loneliness*) membutuhkan suasana yang dapat membangkitkan *mood* dan penuh kebersamaan sehingga mereka tidak mengalami perasaan sedih terabaikan, terasing sehingga menjadi kesepian.

Penelitian ini merupakan *true experimental* yaitu adanya perlakuan (*treatment*) yang sengaja diberikan untuk melihat pengaruhnya, dengan mengontrol secara ketat *extraneous variable*. Rancangan yang digunakan yaitu *Before After two group design*. Uji statistik yang digunakan adalah uji beda *Mann Whitney* dan uji beda *Wilcoxon*. Subjek penelitian adalah para lansia yang mengalami penghayatan perasaan kesepian (*loneliness*) yang tinggi, dimana telah dijarang melalui *UCLA Loneliness scale v.3* dari Danniell Russell (1996).

Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan antara taraf *loneliness* kelompok eksperimen (EG) sebelum dengan sesudah diberikan *treatment* (dengan taraf signifikansi 95 %). Kondisi ini memperlihatkan bahwa terapi musik angklung dengan memainkan alat musik angklung secara berkelompok dapat membuat suasana hati (*mood*) dan kemampuan berinteraksi para subjek penelitian meningkat sehingga menurunkan penghayatan perasaan kesepian (*loneliness*) karena pada alat musik angklung terdapat unsur kenyamanan, kesenangan, kebersamaan dan rekreatif saat memainkannya. Diakhir penelitian ada beberapa saran yang diajukan.

Kata kunci : Perasaan Kesepian (*Loneliness*), Terapi Musik, dan Angklung.