

Komposisi Musik Alam Menyapa sebagai Media Terapi Pasien Narkoba di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) Sumatera Utara

Kamaluddin Galingging¹, Junita Batubara², Tulus Marbun³, Juliaster Marbun⁴

^{1,2,3}Program Studi Seni Musik Fakultas Bahasa dan Seni Universitas HKBP Nommensen Medan

⁴Program Studi Matematika FKIP Universitas HKBP Nommensen Medan

ABSTRACT

Musical Composition of Alam Menyapa as a Therapy Media for Drug Patients at Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) North Sumatera. The objective of this research is to provide an alternative treatment for people affected by drugs at Mutiara Abadi Binjai Foundation (MAB). Currently, music therapy has been promoted as one of the treatments for various patient conditions. This treatment can be conducted through auditory system in which the audio is then connected to the nerves of the brain. These nerves have relationship with the emotional behavior system. The composition of the instrumental music of Alam Menyapa was used by the author as a therapeutic media for drug patients at Mutiara Abadi Binjai Foundation. The choice of the composition of the instrumental music of Alam Menyapa was based on the strains of the music which are more calming since it combines natural sounds and musical instruments in the form of digital music. The author applied mixed method or both qualitative and quantitative. In this research, the author implemented passive music therapy as it is an easy and highly effective therapy. The patients were instructed to sit down, then listened to the instrumental music through BmT (Music Box Therapy). The results of this research show that patients who take part in music therapy of Alam Menyapa feel they can decrease their stress levels while staying in rehabilitation at Mutiara Abadi Binjai Foundation (MAB). Moreover, they are also able to increase their self-esteem to return for living in society when they release.

Keywords: music therapy; music composition of Alam Menyapa; Box music Therapy (BmT); drug patients; Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB)

ABSTRAK

Terapi musik adalah sebagai salah satu alternatif sistem pengobatan bagi orang-orang yang terdampak narkoba di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB). Saat ini sedang mulai digalakkan terapi musik dapat menjadi salah satu pengobatan dengan berbagai kondisi pasien. Perlakuan ini bisa dilakukan dengan cara melalui sistem pendengaran. Melalui pendengaran yang kemudian dihubungkan dengan saraf otak dimana memiliki hubungan dengan sistem perilaku emosional. Karya komposisi musik instrumental Alam Menyapa digunakan sebagai alat pengobatan terapi kepada pasien narkoba di Yayasan Mutiara Abadi Binjai. Pemilihan komposisi musik instrumental Alam Menyapa ini berdasarkan alunan musiknya lebih bersifat menenangkan dengan adanya penggabungan suara-suara alam dan instrumen musik digital. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian campuran yaitu kualitatif dan kuantitatif. Pemilihan terapi musik secara pasif merupakan terapi yang lebih mudah dilakukan dan sangat efektif, dimana pasien duduk, kemudian mendengarkan musik instrumental melalui Box musik Terapi (BmT). Hasil dari penelitian ini adalah pasien-pasien yang mengikuti terapi musik Alam Menyapa merasakan dapat menurunkan tingkat stress mereka selama dalam rehabilitasi di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) dan memiliki kepercayaan diri untuk kembali melakukan kehidupan ditengah-tengah masyarakat.

Kata kunci: terapi musik; komposisi musik Alam Menyapa; Box musik Terapi (BmT); pasien narkoba; Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB)

¹ Alamat korespondensi: Program Studi S-1 Seni Musik, FBS, Universitas HKBP Nommensen, Medan. Jalan Sutomo No. 4A, Perintis, Kec. Medan Tim, Kota Medan, Sumatera Utara, 20235. *E-mail*: junitabatubara@uhn.ac.id; *HP*: 0811648026.

Pendahuluan

Masyarakat Masalah narkoba menjadi tugas besar bagi bangsa Indonesia. Sebagai negara berpenduduk terbesar keempat di dunia, Indonesia menjadi pasar 'empuk' peredaran gelap narkoba. Tingginya angka permintaan dan tingginya perbedaan harga narkoba di Indonesia menjadikan bandar-bandar narkoba di dunia berbondong-bondong menjadi pemasok narkoba ke Indonesia (BNN, 2019). Dari data yang dirilis BNN pada tahun 2022, jumlah pengguna narkoba mencapai 1,7% populasi penduduk di Indonesia (4,5 juta jiwa) dengan rentang usia 15-64 tahun. Jika kondisi ini dibiarkan maka dapat membuat generasi muda di Indonesia ini menjadi hancur. Sebagai salah satu negara dengan penduduk terbesar di dunia, Indonesia sudah berada ditahap mengkhawatirkan akibat penduduknya banyak mengkonsumsi narkoba. Menurut Batubara (2022:468) mengatakan bahwa kondisi saat ini Negara Indonesia sudah berada pada tahap mengkhawatirkan karena penduduknya banyak menyalahgunakan napza. Hal ini dilakukan dengan adanya penelitian beliau mengenai musik terapi di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB).

Akibat dari ketergantungan penggunaan narkoba mengakibatkan munculnya penyakit mental dan perilaku yang berdampak pada kondisi kejiwaan pengguna narkoba dan menimbulkan berbagai masalah seperti kecerdasan emosional, masalah sosial hingga tindak kriminal yang dapat menimbulkan korban (Lonsdale, 2020; Adorno & Horkheimer, 2020). Kecerdasan emosional atau dalam bahasa inggris disebut *emotional quotient*, (*disingkat EQ*) adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami perasaan dirinya dan orang lain, mengendalikan perasaannya sendiri, menjalin hubungan serta memotivasi diri sendiri untuk menjadi lebih baik. Kecerdasan emosional bekerja secara senergis dengan keterampilan kognitif (Essa, 2017). Tanpa kecerdasan emosional, orang tidak bisa menggunakan kemampuan-kemampuan kognitif mereka sesuai dengan potensi maksimum. Kecerdasan emosional dapat mempengaruhi stres karena seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi dapat mengatur, mentolerir, mengelola,

dan mengendalikan emosi, bahkan ketika mereka marah atau merasa stres (Facco, 2014).

Kecerdasan emosional diperlukan apabila individu menghadapi masalah yang dapat menimbulkan tekanan untuk individu tersebut sehingga dapat mengendalikan emosi yang dimilikinya agar dapat menghadapi masalah dengan baik. Konsep kecerdasan emosional meliputi lima wilayah utama, yaitu: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain dan membina pengaruh (Ernst & Herth, 2017; Copstead, 2005). Kecerdasan emosional sangat penting bagi seseorang karena merupakan suatu kemampuan mengenali perasaan diri sendiri, dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dalam hubungan dengan orang lain (Hidayat, 2022; Rahmat, 2022).

Rendahnya kecerdasan emosional diakibatkan oleh tidak tercapainya kematangan emosional seperti kondisi yang tidak harmonis, tidak saling percaya, tidak saling menghargai sehingga seseorang cenderung bersikap agresif yaitu melawan dan lari dari kenyataan dengan menggunakan obat-obatan terlarang. Situasi tersebut mengakibatkan seseorang perlu mencari strategi yang tepat untuk mengurangi dan menghilangkan ketegangan-ketegangan secara psikologis dan kondisi yang penuh stress dalam dirinya.

Kebutuhan masyarakat akan rehabilitasi pecandu dan korban penyalahgunaan narkoba, Badan Narkotika Nasional (BNN) mengembangkan layanan rehabilitasi di beberapa provinsi yaitu Balai Besar Rehabilitasi Lido di Bogor Jawa Barat, Balai Rehabilitasi Baddoka di Makasar Sulawesi Selatan, Balai Rehabilitasi Tanah Merah di Samarinda Kalimantan Timur, Loka Rehabilitasi Batam di Kepulauan Riau, Loka Rehabilitasi Deli Serdang di Medan Sumatera Utara, Loka Rehabilitasi Kalianda di Lampung. Di Sumatera utara salah satu lembaga yang melakukan rehabilitasi yaitu Yayasan Rehabilitasi Narkoba Mutiara Abadi Binjai (MAB). Lembaga yang didirikan pada tahun 2016 merupakan lembaga *non profit*, lembaga ini didirikan sebagai upaya untuk mendukung pemerintah dalam mengatasi permasalahan para pengguna narkoba yang ingin lepas dari jeratan

ketergantungan penggunaan narkoba yang selama ini mereka konsumsi sehingga menyebabkan hal fatal bahkan kematian. Di lembaga ini pasien yang sedang menjalani rehabilitasi dilayani dengan baik dengan tujuan untuk memulihkan kondisi mental maupun kejiwaan sehingga nantinya ketika sudah pulih bisa beraktivitas dan bergabung dengan masyarakat tanpa ada sekat.

Salah satu bentuk usaha pemerintah untuk menyelamatkan korban penyalagunaan narkoba adalah dengan melakukan proses rehabilitasi. Jumlah pengguna narkoba di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) tercatat sebanyak dua ratus delapan puluh ribu orang yang membutuhkan rehabilitasi. Rehabilitasi bertujuan untuk mewujudkan kepulihan dari ketergantungan narkoba dan mengembalikan keberfungsian sosial pecandu dan korban penyalahgunaan narkoba di masyarakat.

Upaya yang ditempuh untuk mengobati pasien kecanduan narkoba salah satunya adalah dengan terapi musik. Hal ini dilakukan karena tidak selamanya berbagai macam penyakit dapat disembuhkan dengan obat medis atau kecanggihan perangkat medis. Begitupun pecandu narkoba, mereka tidak selamanya dapat dipulihkan hanya melalui obat medis atau perangkat medis saja (Kappert, 2019; Irawati, 2016; Irawati, 2019). Terapi musik adalah suatu proses yang menggabungkan antara aspek penyembuhan musik itu sendiri dengan kondisi dan situasi baik fisik atau tubuh, emosi, mental, spiritual, kognitif dan kebutuhan sosial seseorang (Natalia 2013). Terapi musik kali ini menggunakan komposisi musik Alam Menyapa sebagai sebuah penciptaan komposisi yang dikhususkan untuk rehabilitasi para pasien narkoba di Yayasan Mutiara Abadi (MAB) Binjai Sumatera Utara.

Metode Penelitian

Metode Penelitian ini dilakukan di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) Sumatera Utara mulai bulan Maret sampai Juli 2022. Metode penelitian adalah metode deskriptif kualitatif dengan menggunakan *Participation Action Reseach* (PAR) dan data diperoleh melalui survei langsung ke lokasi, wawancara secara langsung dan mengisi

kuisisioner. Metode PAR terdiri atas tiga kata yang membentuk daur (siklus) dan saling berkaitan satu dengan yang lainnya yakni partisipasi, riset, dan aksi (Denzin, 2009:424-428).

Partisipasi merupakan bentuk sikap kepedulian untuk menghidupkan kembali semangat para pasien rehabilitasi narkoba dengan bergaul dan memberikan semangat kepada mereka. Selanjutnya melakukan riset untuk membuat komposisi musik Alam Menyapa agar sesuai dengan kondisi yang dihadapi oleh pasien rehabilitasi di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB). Setelah tercipta komposisi musik Alam Menyapa dilakukan aksi yang mengarah pada rangkuman hasil dari sensor GSR dan MpdX9950 untuk mengukur tingkat stress, tekanan darah dan detak jantung dengan waktu rata-rata 5 menit yang akan ditampilkan di layar LCD.

Hasil dan Pembahasan

Pasien mengungkapkan bahwa awal mulanya mereka menggunakan narkoba karena pengaruh lingkungan sebagaimana yang diceritakan AH, EG dan ST, mereka menggunakan narkoba karena pengaruh teman dan lingkungan yang ada di sekitarnya. Seperti penuturan AH ia mendapat ajakan teman untuk memakai obat-obatan terlarang sebagai trend dikelompoknya. Berbeda dengan DM dan SU alasan awal menggunakan narkoba karena banyak masalah, tidak bisa mengendalikan diri, hidup seperti dikekang dan juga sering dimarahi oleh orang tua sehingga pelariannya adalah dengan menggunakan narkoba.

Akibat penggunaan narkoba memberikan dampak secara fisik, perilaku, emosi, serta juga berdampak pada hubungan sosial, hal itu seperti yang dituturkan oleh SC, Ni, Ca, dan D. Secara fisik mereka merasakan tubuhnya makin kurus, pegal-pegal, dan buang air besar tidak teratur serta cenderung sakit apabila tidak mengkonsumsi narkoba (Linneman, 2015; Gould, 2016). Dari sisi psikologis berdampak pada kecerdasan emosional dan pengelolaan stress tidak terkendali, mudah marah, sering lupa, dan suka meluapkan emosi berlebihan jika tidak menggunakan narkoba. Dampak pada perilaku yang dirasakan AK, dan

RB cenderung berperilaku kurang baik seperti suka merusak barang jika kondisi emosi memuncak, berteriak tidak jela, dan memukul orang yang ada disekitarnya. Dampak narkoba lainnya terhadap hubungan sosial adalah mereka terkesan lebih tertutup serta lebih suka menghindari interaksi dengan orang lain disekitarnya (Micanovic, 2011; Nozaradan, 2011).

Ketika mulai menjalani rehabilitasi narkoba, para pasien tidak terima kalau diperlakukan seperti orang sakit. Pada awalnya mereka meremehkan rehabilitasi karena memang merasa aneh dengan segala aturan dan perlakuan khusus seperti mengharuskan mereka untuk ditempatkan di suatu tempat yang jauh dari keluarga, dijauhkan dari lingkungan yang selama ini mereka bergaul, dan selalu diawasi. Beberapa pasien menyatakan mereka masih menutup diri karena memang belum akrab dan masih malu-malu, hal tersebut merupakan proses sebelum bisa benar-benar jujur dan terbuka. Penyesuaian diri yang mereka lakukan adalah dengan menerima dan mengikuti program yang diberikan dengan baik. Setelah berusaha menerima proses rehabilitasi, para pasien mengatakan bahwa timbul kesadaran akan kesalahan yang telah dilakukan. Mereka menyadari bahwa telah menyakiti diri sendiri dan orang lain termasuk juga menyusahkan orang tua.

Selain menyadari kesalahan, para pasien juga berusaha terbuka dengan teman sesama rehabilitasi. Proses rehabilitasi yang dijalani oleh para pencandu narkoba terdiri dari banyak program. Secara umum program yang diterima oleh para partisipan dapat diterima dengan baik serta mengikuti arahan dan bimbingan petugas yang melayani mereka selama proses penyembuhan. Salah satu program yang diikuti oleh para pasien rehabilitasi narkoba di Yayasan Rehabilitasi Narkoba Mutiara Abadi (MAB) Binjai adalah terapi musik.

Adapun perlakuan yang dilakukan adalah dengan mengamati gerak tubuh setelah mendengar alunan musik yang telah kami buat komposisinya baik dengan tempo cepat maupun tempo lambat. Seperti yang dikatakan oleh Fischinger (2020), pasien dapat membuat suara musik yang dibangun oleh dirinya sendiri, misalnya tepuk tangan, siulan, hentakkan kaki, jentikan jari, tepuk dada, tepuk

paha, dan sebagainya, seperti halnya musik internal yang dibangun oleh pemain itu sendiri (Colliver, 2015; Gembris, 2020). Hal tersebut terjadi juga pada pasien yang ada di Yayasan MAB. Alunan musik yang dibuat bertujuan untuk mengobati pasien yang sedang menjalani rehabilitasi di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB).

Komposisi Musik Alam Menyapa

Karya ini diciptakan berdasarkan keadaan sekitarnya dimana manusia disibukkan dengan segala kegiatan rutinitas yang sangat membosankan, akibatnya terdapat banyak tempat, lingkungan, dan aktivitas yang mendorong seseorang untuk melakukan kegiatan yang dapat menurunkan efek stress, salah satunya dengan mengkonsumsi narkoba. Di kota besar seperti Medan dan wilayah lainnya di Indonesia, penyalahgunaan obat terlarang atau narkoba lazim kita temui. Banyak dari saudara-saudara kita memiliki ketergantungan pada narkoba, oleh karena itu perlu masyarakat secara massif untuk berpartisipasi dan berkontribusi dengan keahliannya masing-masing untuk membantu mengobati pasien narkoba.

Sekelompok ahli musik dan matematika dari Universitas Nomenen berinisiatif untuk menciptakan komposisi musik Alam Menyapa. Judul ini dipilih berdasarkan melihat keadaan para

The image shows a musical score for a piece titled "Rhythm of Bird". The score is written for a full ensemble including Flute (Fl.), Trombone (Tbn.), Viola (Via.), Double Bass (D.B.), Piano (Pno.), Trumpet (Trp.), Synth, and Snare Drum (in Snck.). The score is in 4/4 time and features a variety of rhythmic patterns and melodic lines. The Flute part has a melodic line with many eighth and sixteenth notes. The Trombone part has a more rhythmic, eighth-note pattern. The Viola and Double Bass parts have similar rhythmic patterns. The Piano part has a complex, multi-layered texture with many notes. The Trumpet part has a melodic line with some rests. The Synth part has a simple, rhythmic pattern. The Snare Drum part has a simple, rhythmic pattern.

Notasi 1: Komposisi musik Alam Menyapa. (Sumber: Junita Batubara, 2022)

pasien narkoba di Yayasan Mutiara Abadi (MAB) Binjai Sumatera Utara. Membuat komposisi untuk terapi musik penting mempertimbangkan penggarapan elemen musikal seperti tempo lagu yang stabil, suasana hati yang tenang, baris melodi yang dapat diprediksi, stabilitas dalam volume, timbre, ritme, harmoni dan nada, struktur sederhana, bentuk yang jelas (Kamien, 1988; Kotz, 2015; Wahyudiono, 2022). Berdasarkan perimbangan tersebut dan data lapangan perlu diciptakan karya yang dalam komposisinya terdapat suara-suara alam yang diwakili oleh beberapa instrumen dan suara alam dari rekayasa komputer.

Proses penggarapan karya komposisi musik Alam Menyapa dilakukan secara manual dan bantuan perangkat komputer. Penggunaan beberapa instrumen direkam secara langsung yaitu flute, viola, double bass, piano, dan trombone, sedangkan bunyi efek suara gemericik air, angin, dan lain sebagainya merupakan rekayasa komputer. Gabungan rekaman langsung dan penggabungan suara rekayasa komputer menjadikan karya ini menjadi harmonis dan digunakan sebagai media terapi untuk pasien ketergantungan narkoba. Adanya hubungan melodi antara flute, trombone, viola, double bass dan piano dengan suara lainnya sehingga membentuk suatu suara yang saling bertautan atau interlocking. Synthesizer dipergunakan untuk menjembatani perpaduan interlocking tersebut agar tercipta rasa yang dapat memberikan sensasi berbeda bagi pendengarnya (Batubara, 2022:304).

Penggunaan Komposisi Musik Alam Menyapa untuk Pasien Narkoba

Terapi musik merupakan suatu proses yang terencana bersifat preventif, dalam usaha penyembuhan terhadap penderita yang mengalami kelainan atau hambatan dalam pertumbuhannya, baik fisik motorik, sosial emosional, maupun mental intelegensi. Terapi musik menggunakan musik atau elemen musik oleh seseorang terapis untuk meningkatkan, mempertahankan dan mengembalikan kesehatan mental, fisik, emosional dan spiritual (Batubara, 2022). Terapi musik sebagai teknik yang digunakan untuk penyembuhan suatu

penyakit dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu. Jenis musik yang digunakan dalam terapi musik dapat disesuaikan dengan keinginan, seperti musik klasik, instrumentalis, dan slow musik.

Musik memiliki kegunaan yang banyak sekali untuk manusia dan salah satunya adalah untuk meningkatkan kemampuan dan fungsi otak manusia. Musik memiliki tiga elemen yang dapat digunakan untuk terapi yaitu *beat*, ritme, dan harmoni. *Beat* mempengaruhi tubuh, ritme mempengaruhi jiwa, sedangkan harmoni mempengaruhi roh (Panggabean, 2023). Musik dapat merangsang perkembangan syaraf-syaraf yang ada di otak. Ada banyak sekali tipe musik di dunia, tetapi musik yang cocok untuk merangsang perkembangan otak adalah musik yang lembut dan musik yang instrumental bukan musik yang keras. Musik yang keras justru akan membuat otak menjadi kaget dan membuat otak menjadi pusing. Musik yang cocok untuk otak adalah musik yang lembut yang akan otak menjadi rileks dan tenang (<http://www.tempo.com>).

Terapi musik diyakini dapat mempengaruhi tubuh kita sebagai sumber suara karena organ-organ tersebut dianalogikan sebagai seperangkat alat musik. Tubuh manusia adalah bunyi, sehingga apabila diberikan rangsangan akan cepat beradaptasi dengan frekuensi bunyi. Pasien rehabilitasi narkoba diujicoba dengan irama yang teratur agar kemampuan motorik otak terlatih dan berangsur-angsur menunjukkan perbaikan.

Musik adalah suatu komponen dinamis yang dapat mempengaruhi psikologi maupun fisiologis bagi pendengarnya. Terapi musik terbukti meningkatkan efektivitas apabila diimplementasikan pada



Gambar 1: Penggunaan komposisi musik Alam Menyapa pada pasien narkoba. (Foto: Junita Batubara, 2022)

bidang kesehatan, karena musik dapat menurunkan kecemasan, nyeri, stress, dan menimbulkan mood yang positif. Alunan musik mampu menstimulus tubuh untuk menciptakan molekul *Nitrit Oxide* (NO) yang bekerja di tonus pembuluh darah sehingga mengurangi kecemasan. Kesamaan antara respon yang harmonis dalam tubuh dan irama musik akan menyesuaikan ritme atau irama tubuh sehingga timbul kesan yang menyenangkan dan membahagiakan.

Penggunaan terapi musik dipilih karena murah, mudah, efektif, dan sesuai dengan kebutuhan pasien. Adapun jenis musik yang digunakan dalam terapi adalah musik instrumental yang dikemas dalam komposisi musik Alam Menyapa sebagai media terapi untuk kecerdasan emosial dan pengelolaan stress pasien yang sedang menjalani rehabilitasi akibat penyalahgunaan narkoba. Pasien cukup mendengarkan dan menghayati alunan musik tertentu yang disesuaikan dengan masalahnya, dimana terapi musik tersebut dapat mengurangi rasa sakit, membuat fisik dan pikiran menjadi lebih rileks serta manfaat lain disesuaikan dengan muatan isi musiknya, Terapi musik yang dilakukan adalah terapi musik pasif melalui *Box musik terapi (BmT)*. *BmT* adalah alat yang digunakan sebagai media untuk analisis gerakan tubuh, tekanan darah dan konduktivitas listrik kulit (tingkat stress).

Prinsip kerjanya yaitu *headphone* diletakkan di telinga kemudian dirambatkan ke komposisi musik Alam Menyapa yang menghasilkan suatu frekuensi gelombang longitudinal dan masuk kedalam gendang telinga untuk menstimulus syaraf dendrit hypothalamus. Gelombang suara akan merespon hormon endorphin untuk beraktivasi menghasilkan Nitric Oxide sehingga otak dan pikiran menjadi lebih tenang kemudian sensor akan mengukur tingkat stress, tekanan darah dan detak jantung dengan waktu rata-rata 10 menit yang akan ditampilkan di layar LCD.

Reaksi Pasien setelah Mendengarkan Komposisi Musik Alam Menyapa

Para pasien menjalani masa rehabilitasi sebagai bentuk pemulihan kondisi, baik kondisi psikologi, emosional maupun fisiknya agar bisa pulih dan

dapat bergabung bersama keluarga maupun bisa bergaul dengan masyarakat serta tidak merasa terkucilkan. Lewat terapi musik diharapkan dapat menurunkan efek kecemasan yang berlebih pada mereka. Pasien rehabilitasi di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB) Sumatera Utara diperlakukan seperti halnya manusia normal, mereka diajak bercerita, menjalankan hobby yang biasa mereka lakukan, dan disela-sela komunikasi tersebut mereka diajak untuk mendengarkan komposisi musik Alam Menyapa.

Terlihat respon melalui gerakan positif yaitu gerakan-gerakan tubuh (fisiologis) serta mengukur tingkat stress, tekanan darah dan detak jantung dengan waktu rata-rata 10 menit yang akan ditampilkan di layar LCD. Tubuh sebagai media pengungkap perasaan, pikiran, dan imajinasi; pengungkap bahasa verbal dan nonverbal; media ungkap geraknonverbal dan kecerdasan otot, berjalan sebagai fenomena metaforik-figural; serta sebagai hubungan antara tubuh-gerak-kultur-zaman.

Terapi musik dengan mendengarkan alunan musik Alam Menyapa responden nomer 13 menjadi yang paling tinggi meraih skor dengan rata-rata sebanyak sebesar 61,65%, sedangkan skor terendah adalah responden no 5 persentase gerakan sebesar 28,3%. Respon yang diberikan responden nomer 13 sangat baik, pasien dengan usia 37 tahun tersebut sangat menikmati alunan musik Alam Menyapa. Setelah mendengar musik tersebut kecerdasan emosional terbangun dengan

Tabel 1: Persentase gerakan tubuh ketika mendengarkan musik instrumental Alam Menyapa.

No	Nama Pasien	Lama Rehabilitasi	Persentase Gerakan 1	Persentase Gerakan 2	Rata-rata
1.	A.H	2 bulan	26,6%	40%	33,3%
2.	Par	8 bulan	20%	50%	35%
3.	Rd	6 bulan	23,3%	50%	36,65%
4.	A.K	3 bulan	26,6%	46,6%	36,6%
5.	Mo	2 bulan	16,6%	40%	28,3%
6.	D.M	3 bulan	30%	56,6%	43,4%
7.	S.U	1 tahun	33,6%	63,3%	48,3%
8.	E.G	4 bulan	46,6%	66,6%	56,6%
9.	S.C	8 bulan	40%	70%	55%
10.	Ni	7 bulan	20%	50%	35%
11.	Ca.D	3 bulan	36,6%	60%	48,3%
12.	S.T	5 bulan	26,6%	46,6%	36,6%
13.	M.G	8 bulan	40%	83,3%	61,65%
14.	S.H	2 bulan	30%	66,6%	48,3%
15.	R.B	9 bulan	43,3%	60%	51,65%
		Rata-rata	30,6%	56,64%	43,62%

baik, mereka dapat bercerita dengan baik, suara yang jelas dan fasih serta tertawa ceria, dan terlihat menikmati alunan musik. Sehingga responden dapat meningkatkan daya ingat, membawa mereka mengingat masa lalunya yang begitu indah dan mengingat hal-hal positif yang mereka lakukan dimasa lalu.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan pada Tabel 2 terdapat 15 responden sedang menjalani masa rehabilitasi, responden semua laki-laki dengan rentang usia dari 22 tahun-53 tahun, lama rehabilitasi yang berbeda-beda mulai 2 bulan sampai 1 tahun serta jenis narkoba yang digunakan sebelum masuk rehab, yaitu ganja, sabu-sabu, pil ekstasi atau pil koplo. Penggunaan narkoba yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan mental seperti menyebabkan kambuhnya gejala psikosis pada mereka yang mengidap skizofrenia. Tidak hanya itu, ganja membuat seseorang mengalami halusinasi, delusi, meningkatkan rasa cemas, dan serangan panik. Penggunaan ganja dalam jangka panjang juga membuat seseorang sulit tidur, mengalami perubahan suasana hati, dan berkurangnya nafsu makan. Sensor MPX5050DP merupakan seri *Piezoresistive Transducer* yaitu sensor tekanan silikon monolitik. Cara kerja dari sensor ini adalah jika ada tekanan udara yang melewati sensor, maka *transduser* akan mengeluarkan beda potensial pada kedua kutub sensor.

Hasil pengukuran tingkat stress, tekanan darah dan detak jantung dengan waktu rata-rata 10 menit didapat data seperti Tabel 3.

Tabel 2: Data hasil sensor MPX5050dp dan GSR.

No	Nama Pasien	Usia (Tahun)	Rata-rata	Rata-rata
			Pembacaan Sensor MPX5050dp (bpm)	Pembacaan Sensor GSR (bit)
1.	A.H	47	93	578
2.	Par	35	72	505
3.	Rd	25	78	510
4.	A.K	40	96	628
5.	Mo	48	90	605
6.	D.M	39	78	510
7.	S.U	53	80	480
8.	E.G	24	83	505
9.	S.C	49	75	510
10.	Ni	28	66	518
11.	Ca.D	30	77	505
12.	S.T	34	75	510
13.	M.G	37	85	467
14.	S.H	22	80	480
15.	R.B	30	95	600

Pembacaan sensor MPX5050dp untuk mengetahui tekanan darah dan detak jantung diperoleh data bahwa semua responden ketika mendengar alunan komposisi musik Alam Menyapa dalam kondisi tenang/normal dengan rentang 72-85 bpm. Hal ini menunjukkan terapi musik bisa membuat pasien yang sedang menjalani rehabilitasi menjadi tenang atau normal. *World Federation of Music Therapy* menjelaskan terapi musik sebagai salah satu cara untuk melakukan optimalisasi kualitas hidupnya dan meningkatkan kesehatan fisik, sosial, komunikatif, emosional, intelektual, spiritualnya serta kondisi *well-being* dirinya (Edwards, 2017).

Perubahan resistansi kulit dapat diukur oleh peralatan listrik khusus dengan sensitivitas yang besar. Alat tersebut merupakan sensor GSR terdiri dari 2 lembar aluminium foil yang terhubung kabel ke rangkaian Box musik Terapi (BmT). Sensor ini berfungsi untuk menangkap sinyal-sinyal listrik yang ada pada kulit tangan. Sensor berpedoman pada kemampuan konduktivitas kulit manusia dengan berbagai bentuk fenomena bioelektrik khususnya pada daerah jari-jari, telapak tangan dan telapak kaki, hal ini dikarenakan daerah tersebut memiliki jumlah serabut syaraf sensory lebih banyak dibandingkan di organ-organ lain.

Pengukuran nilai konduktansi kulit subjek dikelompokkan ke tingkat stres ditampilkan dalam Tabel 4 dengan satuan μ Siemens (analog) dan dalam bit (digital).

Tabel 3: Kondisi berdasarkan nilai denyut jantung dan tekanan darah pada sensor MPX5050DP.

Kondisi	Parameter	
	HR (BPM)	NIBP (mmHg)
Rileks/Rendah	60 - 70	100/70-100/75
Tenang/Normal	70 - 90	110/75-120/85
Cemas/Gelisah	90 - 100	120/85-130/90
Tegang/Tinggi	>100	>130/90

Tabel 4: Tingkat stres berdasarkan nilai konduktansi kulit.

Kondisi Subyek	GSR (μ Siemens)	GSR (dalam bit)
Normal	0 - 0.415	0 - 300
Rileks (Relax)	0.417 - 1.054	301 - 525
Stres Ringan	1.058 - 1.418	526 - 600
Stres Sedang	1.424 - 2.433	601 - 725
Stres Berat	2.444 - 4.166	726 - 825
Stres Sangat Berat	>4.166	826 - 1023

Pembuatan program sensor GSR dalam satuan bit (satuan pengukur) mempermudah pembacaan yang tampil di layar LCD Box musik Terapi (BmT). Penulis memperoleh data tingkat pengendalian stress dan kecerdasan emosional pasien berada pada kondisi normal dan stress ringan. Kondisi denyut jantung dan tekanan darah berpengaruh dengan tingkat stress yang dialami pasien. Kondisi pasien yang sedang menjalani rehabilitasi menunjukkan indikasi belum semua siap untuk direhabilitasi sehingga perlu pendekatan secara persuasif untuk membangun kepercayaan diri setiap pasien dalam menjalani masa rehabilitasi.

Keberhasilan penyembuhan pasien juga dipengaruhi oleh pendekatan para petugas Yayasan, seperti yang dituturkan oleh pimpinan MAB Eben Ezer Simanullang, ketika pasien masuk ke panti rehabilitasi, mereka diperlakukan dengan baik, humanis, dan bersahabat. Para pasien yang masuk ke panti rehabilitasi tersebut merasa nyaman karena diperlakukan seperti keluarga sendiri. Petugas setiap harinya selalu menjalin komunikasi bahkan mengajak para pasien olahraga bersama, menonton TV, sesi sharing, ibadah bersama dengan mengundang pemuka agama. Begitu juga sebaliknya para pasien penyalahgunaan narkoba juga perlu menyesuaikan diri ketika masuk panti rehabilitasi. Penyesuaian diri yang mereka lakukan adalah dengan menerima dan mengikuti program yang diberikan dengan baik dan berusaha menerima proses rehabilitasi sebagai bagian dari proses penyembuhan untuk diri mereka.

Kondisi bangunan yang bagus dilengkapi dengan fasilitas, diantaranya kamar pasien dilengkapi dengan tempat tidur, ruangan konsul, musholla, tempat makan, lahan perkebunan, kantor pelayanan administrasi, serta televisi membuat pasien akan betah, petugas juga melakukan kegiatan-kegiatan positif untuk pasien dengan baik selama menjalani masa rehabilitasi. Adapun pelayanan rehabilitasi sebagai hak yang harus diterima oleh pasien meliputi, pendidikan, makan, minum, pakaian, dan kunjungan dari keluarga. Kepuasan terhadap pelayanan panti rehabilitasi dibuktikan dengan adanya perubahan yang terjadi pada diri pasien, seperti pasien bertambah sehat, pasien mau mengikuti kegiatan kelompok,

semangat untuk hidup lebih baik dan mau membaur dengan sesama pasien serta petugas di Yayasan Mutiara Abadi Binjai (MAB).

Kesimpulan

Akibat dari ketergantungan penggunaan narkoba mengakibatkan munculnya penyakit mental dan perilaku yang berdampak pada kondisi kejiwaan pasien seperti kecerdasan emosional masalah sosial hingga tindak kriminal yang dapat menimbulkan korban. Faktor pendukung keberhasilan terapi dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kondisi fasilitas bangunan yang memadai mencakup kamar pasien dilengkapi dengan tempat tidur, ruangan konsul, musholla, tempat makan, lahan perkebunan, kantor pelayanan administrasi, serta televisi membuat pasien akan betah, selain itu terapis yang baik saat melakukan pengobatan kepada pasien selama menjalani masa rehabilitasi berdampak kepada tingkat kecerdasan dan pengelolaan stress pasien.

Terapi dengan menggunakan musik Alam Menyapa yang dikomposisi dengan memperhatikan elemen musikal seperti tempo lagu yang stabil, suasana hati yang tenang, baris melodi yang dapat diprediksi, stabilitas dalam volume, timbre, ritme, harmoni dan nada, sturuktur sederhana, dan bentuk yang jelas, dapat digunakan sebagai bahan terapi untuk pasien narkoba. Musik aransemen Alam Menyapa dibantu dengan Sensor MPDX5050dp dan sensor GSR serta dikemas dengan sebuah Box musik terapi (BMT), efektif dapat meningkatkan kepercayaan diri pasien saat sedang menjalani masa rehabilitasi. Terapi dengan menggunakan media musik pada pengobatan pasien narkoba dapat mempengaruhi penyembuhan fisik maupun mental dan berefek dapat memberikan ketenangan, mengembalikan semangat mereka untuk hidup normal tanpa menggunakan Napza.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada Kemendikbudristek yang telah membiayai penelitian ini dan mendapat Hibah MBKM melalui LPPM UHN Medan. Semoga hasil

penelitian ini bisa bermnafaat dan dikembangkan lagi sebagai suatu penelitian eksperimental.

Kepustakaan

- Adam J Lonsdale. (2020). *Musical Taste, In-Group Favoritism, and Social Identity Theory: Re-Testing The Predictions Of The Self-Esteem Hypothesis*. 49(4). <https://doi.org/10.1177/03057356198991>
- Adorno, T.W. & Horkheimer, M. (2002). *Dialectic of Enlightenment*. California: Stanford University Press.
- Batubara, J., Marbun, J., Samosir, H. T., & Galinggng, K. (2022). Pemanfaatan Terapi Musik sebagai Pengobatan Alternatif Korban Penyalahgunaan Narkoba di Panti Rehabilitasi Mutiara Abadi Binjai. *Panggung*, 31(4). <https://jurnal.isbi.ac.id/index.php/panggung/article/view/178>
- Batubara, J., Emmi Simangunsong, Kamaluddin Galinggng, Ance Juliet Panggabean. (2022). Moral Message of Nature's Sustainability: Semiotic Analysis of Alam Menyapa on Audio-Visual Music Composition. *Gondang: Jurnal Seni dan Budaya*, 6 (2), 303-313. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/GDG/article/view/41405>
- Colliver, A. A. (2015). *the Effect of Music Listening on Relaxation Level and Volume of Breast Milk Pumped By Mothers of Infants in the Neonatal Intensive Care Unit*. University of Kentucky. https://uknowledge.uky.edu/music_etds/39
- Copstead, L. E., & Banasik, J. L. (2005). *Pathophysiology*. Saunders Elsevier, St. Louis, Mo.
- Denzin, Norman K., Yvona S. Lincoln (2009), *Handbook of Qualitative Research Edisi. Bahasa Indonesia*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ernst, A., & Herth, F. J. F. (2017). *Introduction to Bronchoscopy 2nd Edition*. Cambridge University Press.
- Edwards, J. (2017). *The Oxford Handbook of Music Therapy*. Oxford: *Oxford University Press*.
- Essa, R. M., Ismail, N. I. A. A., & Hassan, N. I. (2017). Effect of Progressive Muscle Relaxation Technique on Stress, Anxiety, and Depression After Hysterectomy. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(7), 77. <https://doi.org/10.5430/jnep.v7n7p77>
- Facco, E., Ermani, M., Rampazzo, P., Tikhonoff, V., Saladini, M., Zanette, G., Casiglia, E., & Spiegel, D. (2014). Top-down Regulation of Left Temporal Cortex by Hypnotic Amusia for Rhythm: A Pilot Study on Mismatch Negativity. *The International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis*, 62(2), 129–144. <https://doi.org/10.1080/00207144.2014.869124>
- Fischinger, T., Kaufmann, M., and Schlotz, W. (2020). If It's Mozart, It Must be Good? The Influence of Textual Information and Age on Musical Appreciation. *Psychol. Music*, 48, 579–597. <https://doi.org/10.1177/0305735618812216>.
- Gembris, H., and Menze, J. (2020). "Between Audience Decline and Audience Development: Perspectives on The Professional Musician, Music Education, and Cultural Policy," in *Classical Concert Studies: A Companion to Contemporary Research and Performance*, ed. M. Tröndle (Milton Park: Routledge), 211–226. <https://doi.org/10.4324/9781003013839-26>.
- Gould, L., Mickleborough, M. J. S., Ekstrand, C., Lorentz, E., & Borowsky, R. (2016). Examining the Neuroanatomical and the Behavioural Basis of the Effect of Basic Rhythm on Reading Aloud. *Language, Cognition and Neuroscience*, 32(6), 724–742. <https://doi.org/10.1080/23273798.2016.1271135>
- Irawati, E. (2016). Transmisi Kêlèntangan dalam Masyarakat Dayak Benuaq. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 17(1), 1-18. <https://doi.org/10.24821/resital.v17i1.1686>
- Irawati, E. (2019). A Transmission of Kêlèntangan Music among the Dayak Benuaq of East Kalimantan in Indonesia. *Malaysian Journal of Music*, 8, 108–121. <https://doi.org/10.37134/mjm.vol8.7.2019>
- Kamien, Roger. (1988). *Music an Appreciation*. New York: McGraw-Hill Book Co.
- Kappert, M. B., Wuttke-Linnemann, A., Schlotz, W., & Nater, U. M. (2019). The Aim Justifies

- the Means—Differences among Musical and Nonmusical Means of Relaxation or Activation Induction in Daily Life. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13(February), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00036>
- Kotz, S. A., & Gunter, T. C. (2015). Can Rhythmic Auditory Cuing Remediate Language-Related Deficits in Parkinson's Disease? *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1337, 62–68. <https://doi.org/10.1111/nyas.12657>
- Linnemann, A., Kappert, M. B., Fischer, S., Doerr, J. M., Strahler, J., & Nater, U. M. (2015). The Effects of Music Listening on Pain and Stress in the Daily Life of Patients with Fibromyalgia Syndrome. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9(JULY), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2015.00434>
- Micanovic, R., Dunbar, J. D., & Kharitonov, A. (2011). Fibroblast Growth Factor 21 as a Novel Metabolic Regulator. *Metabolic Syndrome: Underlying Mechanisms and Drug Therapies*, 377–389. <https://doi.org/10.1002/9780470910016.ch14>
- Nozaradan, S., Peretz, I., Missal, M., & Mouraux, A. (2011). Tagging the Neuronal Entrainment to Beat and Meter. *Journal of Neuroscience*, 31(28), 10234–10240. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0411-11.2011>
- Rahmat, S. P. N., Saad, S. B., & Irawati, E. (2022). Typological Analysis of Metalhead Community's Logo as Visual Communication During Covid-19 Pandemic. *Journal of Urban Society's Arts*, 9(1), 33–47. <https://doi.org/10.24821/jousa.v9i1.7073>
- Panggabean, A. J., Simangunsong, E., & Batubara, J. (2023). Gayutan Rondo Alla Turca Karya WA. Mozart sebagai Iringan dalam Film Amadeus. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 24(1), 58–68. <https://doi.org/10.24821/resital.v24i1.7865>
- Wahyudiono, Teguh, Mulyanto, Slamet Supriyadi. (2022). Tembang Macapat Sebagai Metode untuk Penanaman Dasar-Dasar Musikalitas. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 23(3), 149–159. <https://journal.isi.ac.id/index.php/resital/article/view/7412/2877>
- Wirayudha, Asep Hidayat. (2022). Peran Emosi Dalam Interpretasi Musikal Musisi untuk Meningkatkan Kinerja Estetis: Studi Kasus pada Pemain Cello dan Gitar. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 23(2), 117–127. <https://journal.isi.ac.id/index.php/resital/article/view/6758/2615>

Link YouTube Komposisi Musik Alam Menyapa
https://www.youtube.com/watch?v=3JWtb2STAUY_

Sumber Internet

- American Art Therapy Association (AATA). "The History of Art Therapy." <http://www.arttherapyjournal.org/2021/0510/index.html> (Diakses 21 Mei 2023, pukul 18.06 WIB)
- Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia. (2019). Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Badan Narkotika Nasional Tahun 2019. Retrieved from <http://bnn.go.id>. (Diakses 27 Juli 2023, diakses hari selasa, 4 April 2022, pukul 19.05 WIB).