

BAB 1

Pendahuluan

1.1. Latar Belakang Masalah

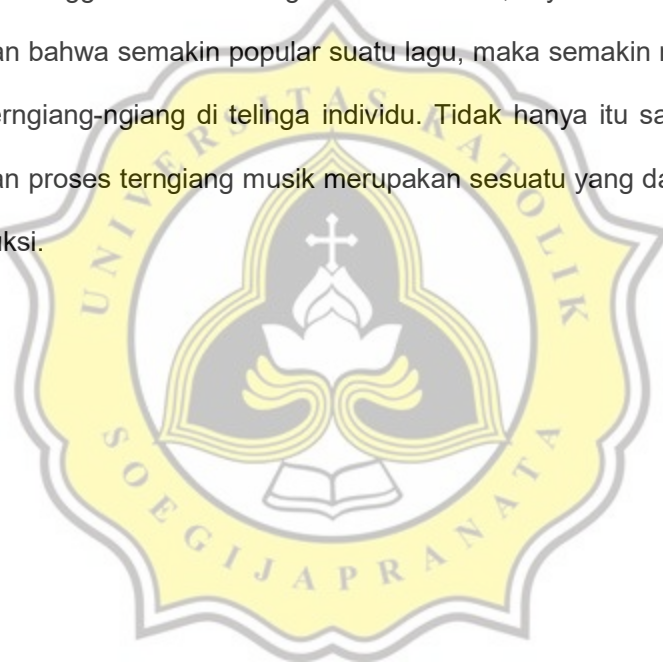
Musik tidak bisa lepas dari bagian kehidupan sehari-hari manusia. Seseorang dapat mendengarkan musik di mana saja dan kapan saja. Musik dapat didengarkan ketika pergi ke restoran, di rumah, transportasi umum, di kampus, bahkan saat di jalan pun dapat bertemu dengan musik (Shaleha, 2019). Beberapa orang cenderung akan mengingat lagu yang ia sukai dan akan cenderung mengabaikan lagu yang tidak disukai. Pada kenyataannya, ada beberapa fenomena yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari yang terlupakan dan tidak diteliti secara intensif. Padahal, kondisi tersebut dapat berlangsung secara terus menerus dan mempunyai kaitan dengan bagaimana seseorang dapat melakukan aktivitas sehari-harinya secara optimal.

Salah satu fenomena yang terkait dengan musik adalah *musical imagery*. Seringkali *musical imagery* terdiri dari pengulangan singkat dari pecahan melodi musik. Bailes (2015) menggambarkan *musical imagery* sebagai mengalami musik secara mental dengan membayangkan propertinya. Dalam bahasa Indonesia, orang sering menyebutnya dengan istilah 'terngiang musik' atau 'pembayangan musik'.

Musik memiliki beragam jenis, keberagaman tersebut mengakibatkan musik semakin memiliki standar yang tinggi dan menuntut pemahaman terhadap detail musik. Terutama karena semakin banyaknya pelaku musik. Musik populer bertolak dari kebiasaan orang dan musisinya ingin memenuhi kebutuhan tersebut.



Gambaran emosional yang muncul pada teks menyebabkan kecenderungan naturalistik dalam bernyanyi (Bintarto, 2014). Biasanya musik yang terngiang adalah musik yang sering didengarkan atau musik yang sedang banyak dinyanyikan dan didengarkan oleh orang lain. Jakubowski, Finkel, Stewart, dan Müllensiefen (2016) memaparkan bahwa lagu-lagu yang biasanya terngiang oleh individu adalah lagu-lagu yang populer dan mempunyai perubahan nada yang tidak terlalu tinggi. Senada dengan hal tersebut, Byron dan Fowles (2015) mengatakan bahwa semakin populer suatu lagu, maka semakin mudah pula lagu tersebut terngiang-ngiang di telinga individu. Tidak hanya itu saja, mereka juga menemukan proses terngiang musik merupakan sesuatu yang dapat dimodifikasi atau diinduksi.



Fungsi *musical imagery* dapat diketahui, induksi musik dapat berguna untuk memaksimalkan performa individu dalam kesehariannya. Menurut Clark, Williamson, dan Aksentijevic (2017) *musical imagery* dapat digunakan untuk mengembangkan dan meningkatkan ekspresivitas selama latihan dan pertunjukkan, membantu dengan belajar, dan menghafal musik. Menurut Satyajati (2010) seseorang yang sedang mengalami *musical imagery* suasana hatinya ternyata lebih positif. Farrugia, Jakubowski, Cusack dan Stewart (2015) mengungkapkan bahwa orang yang lebih aktif bermain musik melalui *musical imagery* dapat meningkatkan atau membangkitkan keinginan untuk bergerak dan membantu dalam aktivitas apapun. Pernyataan tersebut menjadi salah satu faktor bahwa *musical imagery* memiliki peranan yang positif dalam keseharian seseorang.

Para peneliti sering membedakan antara *musical imagery* dengan *Involuntary Musical Imagery* (INMI). INMI dapat terjadi secara spontan dalam pikiran tanpa niat sadar. Dari dua jenis *musical imagery*, INMI sering dikarakteristikan sebagai fenomena yang mengganggu. INMI dianggap mengganggu karena ada peristiwa musik yang terjebak di dalam kepala. Beberapa orang mengalami fenomena terngiang lagu di kepala, sebuah fenomena yang secara umum disebut “*earworms*” atau lebih formal INMI. Liikkanen (2012) menjelaskan bahwa INMI merupakan fenomena musik terngiang di dalam otak dan terus berulang tanpa adanya rangsangan. Farrugia, Jakubowski, Cusack dan Stewart (2015) mengatakan bahwa INMI muncul secara spontan dan tanpa kontrol sadar. Fenomena INMI menyerupai fenomena *musical imagery* dengan tidak adanya rangsangan dan terjadi secara tidak sadar.

Williamson, Liikkanen, Jabukowski, Stewart (2014) melakukan penelitian tentang bagaimana seseorang bereaksi terhadap fenomena INMI. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa INMI memiliki dampak negatif. INMI dapat menyebabkan gangguan berupa kecemasan dan kekesalan. Reaksi negatif tersebut mirip dengan reaksi kognisi spontan seperti pemikiran yang mengembara, yang terkait dengan gangguan perhatian. Reaksi negatif INMI disebut “*Cope*” dan mengacu kepada aktivitas yang bertujuan untuk menghapuskan fenomena INMI yang terjadi termasuk berbagai bentuk gangguan yang terikat dengan musik. Beberapa orang yang terganggu dengan fenomena INMI berusaha untuk menyingkirkan fenomena yang terjadi pada dirinya. Williamson dan Jilka (2014) mengungkapkan bahwa dampak negatif INMI ditandai dengan sifat repetitif dan juga rasa frustrasi yang disebabkan oleh aspek fenomena yang tidak disengaja. Satu hipotesis yang dapat diuji dari temuan penelitian tersebut bisa jadi semakin banyak pengulangan atau siklus yang hadir dalam pengalaman INMI semakin cenderung menyebabkan rasa stress. Frustrasi atas aspek INMI yang tidak terkendali mendukung sugesti sebelumnya yang mencoba mengontrol membuat fenomena INMI semakin buruk, sedangkan penerimaan pasif adalah bentuk pertahanan paling efektif.

Pada hari Jumat, 15 November penulis tergabung dengan penelitian Satyajati (2019) melakukan survey kecil mengenai *musical imagery* pada seseorang. Survey ini direspon sebanyak 174 responden. Pertanyaan pertama yang ditanyakan mengenai apakah subjek pernah mengalami terngiang musik atau *musical imagery*. Ternyata sebanyak 146 orang pernah mengalami *musical imagery* dalam satu minggu terakhir dan 28 orang yang tidak mengalami *musical*

imagery dalam satu minggu terakhir. Pertanyaan kedua yang ditanyakan mengenai lagu apa yang terngiang saat mengalami peristiwa *musical imagery*. Berdasarkan mayoritas jawaban responden, mereka menjawab lebih sering terngiang musik yang sedang populer saat ini baik lagu luar negeri maupun lagu populer Indonesia. Pertanyaan ketiga yang ditanyakan kepada subjek mengenai kegiatan apa yang mendorong mereka melakukan peristiwa *musical imagery*. Mayoritas jawaban menjawab saat santai, saat mengerjakan tugas, saat berkendara, dan saat mandi.

Berdasarkan survey di atas, ternyata antara satu dengan yang lain baik dari lagu yang terngiang dan kegiatan yang dilakukan itu berbeda-beda. Musik yang dibayangkan dan aktivitasnya ternyata beragam. Tidak ada satu kegiatan yang sangat mendominasi untuk terjadinya fenomena *musical imagery*. Dari beberapa respon dari survey tersebut, *musical imagery* lebih sering terjadi saat seseorang melakukan aktivitas yang memerlukan kegiatan mendengarkan yang sedikit.

Pada tanggal 26 Juni 2021, peneliti melakukan wawancara terhadap intensitas INMI dan reaksi terhadap INMI. Wawancara melibatkan lima subjek sebagai sampel dari mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata. Wawancara dilakukan dengan bertanya beberapa pertanyaan tentang aktivitas tentang musik dan dilanjutkan dengan pertanyaan berupa fenomena INMI. Peneliti mendapatkan jawaban bahwa empat subjek mengatakan INMI merupakan fenomena yang menyebalkan dan mendapatkan satu jawaban bahwa INMI bisa menjadi fenomena yang menyenangkan atau menyebalkan. Tiga subjek mengatakan INMI merupakan pengalaman yang menyebalkan karena subjek sering mendapatkan lagu yang tidak subjek inginkan, sedangkan satu subjek mengatakan INMI

merupakan pengalaman yang menyebalkan karena INMI mengingatkan kepada kejadian atau peristiwa tertentu, khususnya peristiwa yang membuat mood menjadi negatif. Satu subjek mengatakan INMI merupakan pengalaman yang menyenangkan karena subjek menjadi kembali teringat lagu yang sudah lama tidak didengarkan. Dari kelima subjek yang telah diwawancarai, didapatkan bahwa mayoritas menganggap fenomena INMI memiliki dampak yang negatif. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Willilamson, Liikkanen, Jabukowski, Stewart (2014) bahwa INMI dapat menyebabkan gangguan berupa kekesalan.

Rojas dan Rodriguez (2018) meneliti sebuah kasus yang dialami seorang wanita berumur 32 tahun dengan riwayat memiliki obsesi terhadap musik selama 12 tahun. Subjek mengalami fenomena dimana dia mendengar serpihan musik yang terulang di kepala, seperti *refrein* atau beberapa bagian dari lagu yang diketahui maupun lagu yang tidak diketahui, yang menyebabkan tingkat kecemasan yang tinggi dalam kehidupan sehari-harinya. Gejala-gejala yang dialami menuntunnya untuk memperkenalkan perilaku kompulsif seperti mendengarkan lagu yang cocok dengan lagu obsesif. Penanganan untuk subjek berupa konsumsi obat dengan *fluoxetine* selama 12 minggu dan mengurangi gejala obsesif hingga 60%, dan meningkatkan kualitas hidupnya.

Intensitas *musical imagery* setiap orang berbeda. Beberapa orang jarang mengalami fenomena *musical imagery* atau INMI dan beberapa orang sering mengalaminya. Salah satu yang menyebabkan intensitas seseorang untuk mengalami *musical imagery* yaitu kepribadian. Perbedaan kepribadian dapat membedakan intensitas seseorang untuk mengalami fenomena *musical imagery*.

Beaty, Burgin, Nusbaum, Kwapil, Hodges, dan Silvia (2013) melakukan penelitian yang mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *musical imagery* adalah kepribadian. Dalam penelitian tersebut, mereka menggunakan *The Big Five Personality* untuk mengukur kepribadian.

Menurut Beaty dkk (2013) Seseorang yang memiliki keterbukaan terhadap hal-hal baru dan keinginan untuk mengetahui sesuatu yang baru (*Openness to experience*) memiliki intensitas *musical imagery* yang tinggi dibandingkan dengan tipe kepribadian yang lain. Kepribadian ini memiliki kesadaran yang tinggi dan dapat menstimulasi dirinya sendiri dalam melakukan *musical imagery*. Lain halnya tipe kepribadian *neuroticism*, tipe kepribadian ini juga mengalami *musical imagery* yang tinggi, tetapi mereka tidak sepenuhnya sadar atas fenomena yang terjadi (INMI). Orang dengan tipe kepribadian *neuroticism* yang tinggi tidak melakukan stimulasi diri atas apa yang mereka lakukan, seperti berpikir dan berdiam. Houvinen dan Tuuri (2019) mengatakan bahwa tipe kepribadian *neuroticism* memiliki kontrol rendah dan sering kehilangan *musical imagery* secara tiba-tiba.

Kepribadian juga memainkan peran penting dalam INMI. Sejumlah penelitian telah melihat hubungan *Obsessive Compulsive Disorder* dan *neuroticism* dengan INMI (Kellaris, 2003; Williamson & Mullensiefen 2012). Beberapa tokoh melakukan penelitian mengenai INMI dan Liikkanen (2018) menyebutkan bahwa ada hubungan *neuroticism* dengan frekuensi dari INMI. Beaty dkk (2013) juga menyebutkan bahwa fenomena lagu yang terjebak di dalam pikiran hanya dapat diprediksi oleh orang dengan kepribadian *neuroticism* yang konsisten dengan gangguan dalam pikiran yang menjadi ciri sifat *neuroticism*. Hal tersebut

menunjukkan bahwa “*stuck song syndrome*” atau sindrom dengan lagu yang terjebak dalam pikiran merupakan gejala orang dengan *neuroticism* yang tinggi.

Penelitian tentang INMI yang dilakukan sebelumnya banyak menyangkut fenomena INMI dengan kepribadian. Dimensi dari kepribadian yang diteliti diambil dari *Big Five Personality*. Penelitian sebelumnya meneliti mengenai hubungan antara *musical imagery* dan INMI dengan *Big Five Personality*. Penelitian sebelumnya mengenai INMI dengan kepribadian diteliti oleh Floridou, Williamson, dan Mullensiefen (2012), Beaty, dkk (2013), Jakubowski; Finkel, Stewart dan Mullensiefen (2017), dan Houvinen & Tuuri (2019). Penelitian yang dilakukan oleh peneliti hanya mencakup kepribadian *neuroticism* yang termasuk satu dari lima aspek kepribadian *Big Five Personality*. Pemilihan kepribadian *neuroticism* didasari pada banyaknya korelasi antara INMI dengan kepribadian *neuroticism*.

Penelitian yang dilakukan merupakan sesuatu yang penting karena penelitian dengan tema INMI jarang dilakukan khususnya di Indonesia. Penelitian ini merupakan wawasan baru terhadap seseorang yang pernah atau sering mengalami fenomena INMI. Penelitian ini juga dapat memberikan jawaban kepada seseorang yang ingin mengetahui fenomena INMI yang dialami.

Berdasarkan fenomena dan teori di atas yang menyebutkan bahwa INMI memiliki hubungan dengan *neuroticism*, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara kepribadian *neuroticism* dengan INMI pada lingkup mahasiswa Unika Soegijapranata.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara INMI dengan kepribadian neuroticism pada lingkup mahasiswa Unika Soegijapranata?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *neuroticism* dengan *Involuntary Musical Imagery* pada mahasiswi Unika Soegijapranata.

1.4. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teori diharapkan dapat menambah referensi literatur dalam hal psikologi musik dan psikologi kepribadian.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini secara praktis dapat membantu seseorang untuk mengetahui dan mengatasi masalah INMI, terutama dalam kaitan dengan kepribadian *neuroticism*.