



Melatih Kontak Mata Anak Autisme melalui Terapi Musik di Daniella Music Course & Therapy

Vania Azalia¹, Dody Candra Harwanto²

DOI: 10.37368/tonika.v7i1.704

Program Studi Musik Gereja Sekolah Tinggi Teologi Abdiel
vaniaazalia439@gmail.com¹

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses terapi musik untuk melatih kontak mata pada anak autisme serta mengetahui alasan musik dapat meningkatkan kontak mata anak autisme di Daniella Music Course & Therapy. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi, wawancara, dan studi pustaka. Pendekatan ilmu yang digunakan dalam penelitian ini adalah terapi musik. Teknik analisis data yang digunakan adalah model interaktif, sedangkan teknik pengabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber. Kesimpulan dari penelitian ini adalah saat ini musik dapat digunakan sebagai media terapi bagi anak berkebutuhan khusus, salah satunya adalah penyandang autisme. Aspek yang dapat ditingkatkan melalui terapi musik adalah peningkatan kontak mata pada penyandang autisme. Daniella Music Course & Therapy merupakan tempat terapi musik bagi penyandang autisme yang dapat membantu meningkatkan kontak mata. Proses terapi musik dilakukan dengan tahapan asesmen, rancangan penanganan terapi musik, pencatatan, serta evaluasi dan terminasi perlakuan. Musik mampu menarik perhatian anak autisme sehingga interaksi musikal dapat terjadi di dalam sesi terapi musik. Dengan adanya interaksi musikal, maka secara perlahan interaksi antara klien dan terapis dapat terjadi, dan secara tidak langsung kontak mata akan terlihat.

Kata Kunci: anak autisme; kontak mata; interaksi musikal; terapi musik

Abstract

This research aims to find out how the music therapy process to train eye contact in children with autism and find out why music can improve eye contact in children with autism at Daniella Music Course & Therapy. This research uses qualitative methods with data collection techniques of observation, interview, and literature study. The data analysis technique used is an interactive model, while the data validation technique uses source triangulation techniques. The conclusion of this research is that currently music can be used as a therapeutic media for children with special needs, one of which is people with autism. The aspect that can be improved through music therapy is the improvement of eye contact in people with autism. Daniella Music Course & Therapy is a music therapy center for people with autism that can help improve eye contact. The music therapy process is carried out with the stages of assessment, design of music therapy, listing, and evaluation and termination of treatment. Music is able to attract the attention of children with autism so that musical interaction can occur in music therapy sessions. With the musical interaction, the interaction between the client and the therapist can slowly occur, and indirectly eye contact will be seen.

Keywords: children with autism; eye contact; musical interaction; music therapy

How to Cite: Azalia, Vania & Harwanto, Dody Candra. (2024). Melatih Kontak Mata Anak Autisme melalui Terapi Musik di Daniella Music Course & Therapy. *Tonika: Jurnal Penelitian dan Pengkajian Seni*, 7(1), 19-31.

ISSN 2685-1253 (Online)

ISSN 2579-7565 (Print)

Pendahuluan

Djohan (2020) mengatakan musik sebagai produk pikiran. Hal ini dikarenakan musik merupakan hasil interpretasi dari elemen vibrasi dalam bentuk frekuensi, amplitudo, dan durasi menjadi pitch (nada-harmoni), timbre (warna suara), dinamika (keras-lembut), dan tempo (cepat-lambat). Saat ini musik dapat digunakan sebagai salah satu media dalam terapi. Terapi musik merupakan kegiatan untuk memperbaiki kondisi seseorang yang mengalami gangguan dalam berbagai aspek (fisik ata mental) menggunakan musik sebagai media bantu. Tujuan utama dari terapi adalah untuk membantu proses perubahan kondisi klien agar menjadi lebih baik (Sunarto, 2019). *World Federation of Music Therapy* menjelaskan terapi musik merupakan penggunaan profesional dari musik dan elemennya sebagai salah satu intervensi dalam bidang kesehatan, pendidikan, dan lingkungan sehari-hari dengan individu, kelompok, keluarga, atau komunitas yang mencoba untuk melakukan optimalisasi kualitas hidupnya dan meningkatkan kesehatan fisik, sosial, komunikatif, emosional, intelektual, spiritualnya serta kondisi *well-being* dirinya (Edwards, 2017).

Penggunaan musik dalam terapi telah dibuktikan melalui banyak penelitian, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh Pujianto & Zainuddin (2019) tentang penggunaan musik klasik sebagai media terapi untuk menurunkan nyeri pada pasien Carcinoma Mammariae (kanker payudara). Saat ini terapi musik juga sudah dapat digunakan untuk membantu anak berkebutuhan khusus. Pembahasan mengenai terapi musik bagi anak berkebutuhan khusus diantaranya adalah Penggunaan Terapi Musik Untuk Meningkatkan Kemampuan Pemahaman Kosakata Pada Anak Tuna Grahita Kelas Dasar IV SLB-C Katolik Santa Anna Tomohon (Doyo, 2021), Musik Angklung sebagai Media Terapi Motorik dan Kognitif pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di SKH 02 Kota Serang (Suhaya, 2020), dan Terapi Musik Tradisional untuk Meningkatkan Konsentrasi, Kemandirian, dan Hasil Belajar Siswa ABK Kelas IV SDN Inklusi Sumber Sari 1 Malang (Istiningsih, 2014). Penelitian yang akan diteliti oleh penulis berfokus pada anak autisme, namun memiliki perbedaan dengan beberapa penelitian yang pernah ditulis yaitu membahas mengenai proses melatih kontak mata anak autisme melalui terapi musik. Hal ini menjadi kebaruan dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis.

Anak berkebutuhan khusus adalah kondisi kelainan dengan karakteristik khusus yang membedakan dirinya dengan anak pada umumnya yang membutuhkan pendidikan khusus yang harus disesuaikan dengan jenis kelainannya (Andesta, 2017). Salah satu kategori anak berkebutuhan khusus adalah autisme (gangguan saraf). Autismen berasal dari

bahasa Yunani, “autos” atau “sendiri” yang artinya seseorang yang memiliki keanehan dalam bersosialisasi di luar dirinya (Djohan, 2020). Masalah perilaku yang dialami oleh penyandang autisme diantaranya adalah kurangnya keterlibatan sosial, menghindari kontak mata, kesulitan dalam perkembangan bahasa, dan melakukan perilaku berulang (Sari, 2016).

Tumbuh kembang anak autisme sama dengan anak normal pada umumnya, hanya saja prosesnya terhambat karena adanya gangguan-gangguan yang dialami. Hal ini disebabkan kekurangan bahkan kehilangan atensi pada anak autisme dalam melakukan hal yang seharusnya dilakukan (Granddywa, 2022). Atensi merupakan suatu proses seseorang untuk merespon stimulus yang muncul (Aryanto & Megananda, 2019). Atensi memiliki kaitan yang erat dengan sistem memori otak pada diri seseorang. Otak manusia akan melakukan regulasi proses perkembangannya secara maksimal melalui atensi yang baik (Hariono, 2019).

Atensi tidak dapat terlepas dari terjadinya kontak mata. Atensi dan kontak mata merupakan keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh anak autisme guna mempersiapkan anak untuk mencapai target pembelajaran atau intervensi lainnya (Hendrifika, 2016). Dengan demikian, penelitian ini penting dilakukan karena pelatihan kontak mata menjadi keterampilan mendasar bagi anak autisme yang perlu diupayakan supaya proses tumbuh kembangnya tidak terhambat.

Daniella Music Course & Therapy merupakan salah satu tempat les piano di Semarang yang juga melayani terapi musik bagi penyandang autisme. Pada bulan Februari 2023, Daniella Music Course & Therapy menangani 5 penyandang autisme yang berusia 3, 5, 8 dan 11 tahun. Ke 5 klien memiliki fokus yang sama yaitu meningkatkan kontak mata. Melihat banyaknya kebutuhan anak autisme untuk meningkatkan kontak mata menjadi alasan penulis ingin membahas mengenai Melatih Kontak Mata Anak Autisme melalui Terapi Musik di Daniella Music Course & Therapy.

Hendrifika (2016) mengatakan bahwa kontak mata merupakan keterampilan mendasar bagi anak autisme yang perlu diupayakan agar proses tumbuh kembangnya tidak terhambat, karena itulah permasalahan ini penting untuk diteliti. Kontak mata juga merupakan kemampuan yang penting untuk dimiliki anak autisme, karena seorang anak autisme dapat mulai berinteraksi dengan orang lain ketika mereka melakukan kontak mata, dan saat melakukan kontak mata, itu akan memicu perhatian mereka atau menimbulkan respons dan mendorong mereka untuk mulai berinteraksi (Carbone et al., 2013). Kontak mata yang baik juga akan mempermudah anak dalam mengikuti terapi yang diberikan oleh

pihak sekolah serta mempermudah untuk mengajarkan aktivitas perilaku yang lain pada anak autis (Herliyanti, 2017), sehingga tanpa adanya kontak mata, penyandang autisme akan kesulitan untuk melakukan berbagai macam hal dengan lingkungannya. Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana proses terapi musik untuk melatih kontak mata pada anak autisme serta mengapa musik dapat meningkatkan kontak mata anak autisme di Daniella Music Course & Therapy.

Metode Penelitian

Penulis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan ilmu terapi musik dalam melakukan penelitian. Penelitian ini berfokus pada proses terapi musik di Daniella Music Course & Therapy pada kegiatan melatih kontak mata bagi penyandang autisme dan alasan musik dapat meningkatkan kontak mata pada penyandang autisme. Sumber data primer dari penelitian ini diperoleh melalui hasil wawancara dengan orang tua klien dan terapis, serta observasi langsung di Daniella Music Course & Therapy. Sedangkan sumber data sekunder diperoleh melalui buku, jurnal, dan dokumen-dokumen yang relevan dengan topik penelitian.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara, observasi, dan studi pustaka. Penulis melakukan wawancara dengan terapis Daniella Music Course & Therapy guna mengetahui informasi mengenai tahapan-tahapan dalam melakukan terapi musik, khususnya dalam terapi musik yang dijalani oleh J. Kemudian, penulis juga melakukan wawancara dengan orang tua J. Wawancara ini bertujuan untuk mengetahui kondisi awal J sebelum mengikuti terapi musik sehingga dapat terlihat bahwa terapi musik yang diikuti oleh J memberikan pengaruh yang baik dalam hidup J. Penulis tidak bisa melihat secara langsung terapi yang dilakukan J karena terapis merasa nantinya proses terapi akan berjalan kurang efektif, sehingga penulis hanya dapat melakukan observasi ketika bertemu dengan J. Studi pustaka dilakukan penulis guna mendapatkan data teori yang terdapat dalam buku dan literasi pendukung.

Teknik pengabsahan data yang digunakan penulis adalah triangulasi sumber dengan cara membandingkan berbagai sumber yang diperoleh pada saat penelitian, sedangkan teknik analisis data menggunakan model interaktif dengan tahapan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Proses Melatih Kontak Mata pada Anak Autisme melalui Terapi Musik di Daniella Music Course & Therapy

Proses terapi musik di Daniella Music Course & Therapy dilakukan dengan tahapan laporan asesmen, rancangan penanganan terapi musik, pencatatan, serta evaluasi dan terminasi perlakuan. Penulis membahas proses terapi musik dari salah satu klien penyandang autisme di Daniella Music Course & Therapy, yaitu klien dengan inisial J berusia 11 tahun yang telah melakukan terapi musik selama kurang lebih 7 bulan, dimulai dari bulan September 2022 hingga bulan Mei 2023.

1. Asesmen

Asesmen adalah hal yang pertama kali harus dipenuhi untuk memulai suatu tindakan terapi. Dalam asesmen, terapis musik melakukan observasi menyeluruh terhadap kliennya, sehingga ia memperoleh gambaran yang lengkap tentang latar belakang, keadaan sekarang, keterbatasan klien dan potensi-potensi yang masih dapat dikembangkan. Evaluasi terhadap minat, kemampuan, dan keterampilan musik klien juga perlu dilakukan. Selain itu, diperlukan juga pengenalan terhadap kekuatan dan kelemahan wilayah non musik yang dimungkinkan untuk menerima stimuli musik, misalnya bagaimana kemampuan klien untuk membedakan suara, bagaimana persepsi auditoriknya, dan perilaku sosial atau pola emosinya (Djohan dalam Agustina, 2020).

Terapis melakukan asesmen mengenai medis, kognitif, sosial, pendidikan, emosi, pendidikan, komunikasi, keluarga, dan spiritual J. Hasil asesmennya adalah, secara medis kondisi J kurang baik karena J sensitif dengan apa yang dikonsumsi oleh tubuhnya baik itu melalui obat ataupun makanan. Sebagai penyandang autisme, J memiliki kelebihan yaitu adanya daya ingat yang begitu tinggi. J merupakan orang yang ramah, hanya saja kemampuan untuk melakukan kontak mata J saat berinteraksi masih kurang. Dalam aspek pendidikan, J pernah bersekolah saat memasuki masa taman kanak-kanak tetapi J kurang mampu mencerna dan menangkap materi yang diberikan, dan setelah itu J tidak melanjutkan sekolah tetapi waktu sehari-harinya diisi dengan mengikuti berbagai macam terapi guna mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Pada aspek emosi, J kurang mampu mengendalikan emosinya karena tidak tahu bagaimana menyampaikan keinginannya sehingga seringkali memicu terjadinya tantrum. Lalu secara musikal, J sangat menyukai musik sejak kecil sehingga hal ini mampu memberikan pengaruh yang baik saat J melakukan sesi terapi musik. Namun, auditori yang dimiliki oleh J kurang, ia tidak bisa menerima 2 suara yang dimainkan bersamaan, contohnya seperti piano. J akan merasa bising dan tidak nyaman ketika

mendengarnya. Dalam hal berkomunikasi, pelafalan J saat berbicara masih kurang dan J kurang mampu berekspresi secara verbal. J berasal dari keluarga Kristen dan merupakan anak tunggal. Hubungan J dengan keluarganya juga sangat baik, bahkan keluarga J mendukung J dalam mengikuti terapi musik.

2. Rancangan Penanganan Terapi Musik

Tahapan ini bertujuan untuk menentukan sasaran dan objektif dalam terapi musik. Terapis musik merancang rencana perlakuan bagi klien secara bertahap sampai dapat meraih batas keinginan yang ditentukan sebelumnya. Sasaran adalah pernyataan luas dalam merangsang perubahan terhadap perilaku klien, sedangkan objektif ditulis untuk merefleksikan apa saja kebutuhan klien untuk mencapai sasaran. Singkatnya, dapat dikatakan bahwa sasaran merupakan tujuan yang akan dicapai dalam terapi musik, dan objektif merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan (Djohan dalam Agustina, 2020).

Ada beberapa sasaran yang akan menjadi tujuan dalam terapi musik J, diantaranya adalah meningkatkan kemampuan dalam merespon, tidak menolak apabila bermain atau bernyanyi bersama (tidak menutup telinga), meningkatkan kejelasan lafal, dan meningkatkan kontak mata. Sedangkan objektifnya adalah J mampu mendekat dan berinteraksi (menjawab pertanyaan, memberikan kontak mata) dengan terapis. Dalam hal ini, kegiatan yang dilakukan adalah komunikasi musik, bernyanyi dan mendengarkan lagu bersama terapis, bergerak menggunakan musik, dan interaksi musik. Selain itu, objektif lain yang ditulis terapis adalah J mampu memainkan alat musik secara bersamaan dengan nyaman tanpa merasa bising dan menutup telinganya. Kegiatan yang dilakukan adalah melakukan eksplorasi alat musik dan memainkan alat musik sendiri atau pun bersama terapis.

Hasil asesmen yang telah dilakukan pada tahapan sebelumnya menunjukkan bahwa ada beberapa kebutuhan J yang perlu ditingkatkan, diantaranya adalah kontak mata, komunikasi, pelafalan, dan interaksi. Maka dari itu, sasaran dan objektif yang dirancang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan J pada bagian-bagian tersebut.

3. Pencatatan

Tahapan pencatatan memiliki 3 bagian, yaitu laporan mingguan (berisi laporan yang diberikan oleh orang tua J kepada terapis mengenai kondisi J selama 1 minggu sebelum

terapi dilaksanakan), laporan kegiatan (berisi tentang berbagai kegiatan yang dilakukan oleh J, apa yang dilakukan J pada setiap kegiatan, serta respon yang diberikan J pada setiap kegiatan), dan yang terakhir adalah kesimpulan (berisi mengenai hasil pada setiap sesi yang telah dilaksanakan).

Selama mengikuti terapi musik, banyak hal yang dilakukan oleh J saat sesi berlangsung. kegiatannya tidak hanya mendengarkan musik, tetapi juga melakukan kegiatan yang mengajak J untuk dapat terlibat didalamnya. Beberapa kegiatan dalam sesi diantaranya adalah bermain alat musik, bernyanyi, eksplorasi musik, musik dan ritmis, musik dan menggambar, serta komunikasi musik. Dalam memberikan kegiatan yang baru, terapis harus melihat apakah J menyukai dan dapat menikmati kegiatan tersebut. Jika J tidak merasa nyaman, maka terapis tidak akan memaksa dan langsung menghentikan kegiatan.

Lagu-lagu yang digunakan saat J mengikuti sesi terapi dipilih oleh terapis sebelum terapi dimulai, yaitu dalam tahapan asesmen. Secara umum lagu memiliki efek signifikan dalam mempengaruhi kecerdasan emosional anak sehingga dapat diterapkan dalam pembelajaran di sekolah dasar (Putri Grandena, 2022). Pemilihan lagu anak disesuaikan dengan fase perkembangan anak, dan ini merupakan salah satu wujud dari metode terapi musik demi menanamkan nilai-nilai pendidikan karakter yang dibutuhkan anak (Putri Grandena, 2022). Hal ini sama seperti J ketika mengikuti terapi musik. Meskipun J merupakan penyandang autisme, tetapi usianya merupakan usia sekolah dasar sehingga lagu-lagu yang digunakan J adalah lagu anak-anak seusianya, seperti Cicak-Cicak di Dinding, Balonku, Lihat Kebunku, dan Beddy Bye Butterfly. Lagu sekolah minggu juga digunakan dalam sesi terapi musik, diantaranya adalah Happy Ya Ya Ya dan Kasih Yesus.

Melalui 29 sesi terapi musik dengan berbagai kegiatan yang telah dilakukan, kontak mata J dapat mengalami peningkatan secara perlahan. Pada sesi terapi musik yang pertama dan kedua, belum terlihat terjadinya kontak mata antara J dengan terapis karena J masih mengenali lingkungan yang baru bagi dirinya. Kontak mata J terjadi pertama kali saat sesi yang ke 3 pada Bulan Oktober 2022. Lalu kontak mata kembali terlihat pada sesi ke 5 ketika J sedang mendengarkan musik. Selanjutnya J dapat memberikan kontak mata pada sesi yang ke 7 ketika ia sedang bernyanyi menggunakan lagu sesuai permintaannya kepada terapis.

Pada sesi ke 10 hingga 12, J mulai memberikan kontak mata yang cukup banyak kepada terapis. di sesi 10, kontak mata terjadi saat J sedang menyampaikan lagu yang diinginkannya kepada terapis, sedangkan pada sesi ke 11, kontak mata terjadi setelah J melakukan beberapa kali pemanasan. Pada sesi 12, J banyak memberikan kontak mata saat

kegiatan bermain alat musik menggunakan maracas. J juga kembali memberikan kontak mata ketika sedang menyampaikan permintaan lagu kepada terapis.

Kemajuan J dalam memberikan kontak mata mulai meningkat. Hal ini terlihat pada saat J melakukan sesi yang ke 13. Pada sesi ini, J mampu memberikan kontak mata kepada terapis selama 3 detik saat menyampaikan permintaan lagu keinginannya. Selanjutnya pada sesi yang ke 14, J mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh terapis sambil memberikan kontak mata selama 2 detik. Kontak mata dengan durasi terlalu lama yang mampu diberikan oleh J terjadi pada sesi 15, dimana saat terapis memberikan pertanyaan, J mampu memberikan kontak mata selama 5-6 detik. Pada sesi 16, kontak mata kembali terjadi saat kegiatan bermain instrumen ritmis.

Pada sesi 17 dan 18, kontak mata terjadi ketika J menyampaikan keinginannya kepada terapis dan ketika terapis memberikan pertanyaan dalam kegiatan komunikasi musik. Kemudian pada sesi 20, J mampu memberikan kontak mata kepada terapis sambil tertawa senang saat menyampaikan keinginannya. Kontak mata juga banyak terjadi saat sesi 21 dalam kegiatan bernyanyi menggunakan lagu lagu kesukaan J. Pada sesi ini juga J mampu berinteraksi dengan terapis. selanjutnya pada sesi 23, J memberikan kontak mata kepada terapis saat menjawab pertanyaan yang diberikan.

Sesi 25 menunjukkan kemajuan J dalam memberikan kontak mata kepada lawan bicaranya. Dalam sesi tersebut, terapis mencoba melakukan percakapan dengan J tentang apa yang sedang J inginkan, dan J mampu memberikan kontak mata kepada terapis selama percakapan berlangsung. Hal ini juga terjadi pada sesi 27, dimana saat terapis melakukan percakapan, kontak mata terjadi sangat intens.

J juga mampu memberikan kontak mata selama kurang lebih 2 detik saat berkenalan dengan penulis. J mampu memberikan kontak mata sambil menjabat tangan penulis. Hal ini menjadi pendukung bahwa kontak mata J telah terlatih dan saat ini sudah meningkat serta lebih baik dari sebelumnya.

4. Evaluasi dan Terminasi Perlakuan

Evaluasi dan terminasi perlakuan merupakan tahapan terakhir dalam terapi musik. Evaluasi yang diberikan oleh terapis kepada J adalah bahwa musik mampu memberikan efek terapeutik untuk kebutuhan J. Hal ini dibuktikan dengan melihat hasil akhir yang sangat menunjang perkembangan emosi, konsentrasi, serta kontak mata J.

Hasil asesmen pada tahapan pertama telah menjelaskan bahwa J kurang mampu untuk mengungkapkan apa yang diinginkan sehingga menyebabkan J menjadi emosi dan seringkali membuat dirinya menjadi tantrum. Melalui sesi terapi musik, saat ini J sudah dapat menyampaikan keinginannya meskipun belum dapat menyampaikan secara verbal. Seperti pada sesi 16, J mampu menyampaikan keinginannya kepada terapis untuk mengambil waktu tenang dengan meminta terapis untuk menurunkan gitarnya. orang tua J juga mengatakan bahwa J sudah tidak tantrum ketika keinginannya tidak dapat terpenuhi.

Konsentrasi J pada awal-awal sesi terapi musik terlihat kurang baik. Hal ini dapat dilihat saat pertama kali J melakukan kegiatan musik dan menggambar pada sesi ke 3. Saat itu J tidak dapat fokus menggambar sambil mendengarkan musik. Tetapi melalui sesi terapi musik, saat ini konsentrasi J dapat meningkat. J mampu berkonsentrasi saat menggambar sambil mendengarkan musik, bahkan J menjadi sangat tenang. J juga mampu berusaha memberikan jawaban kepada terapis saat J sempat kehilangan fokusnya. Saat ini J mampu memainkan alat musik pianica, dimana konsentrasi sangat dibutuhkan untuk meniup sambil menekan tuts, mendengarkan, dan membaca not. Ini merupakan salah satu pencapaian yang tidak pernah dibayangkan oleh orang tua J.

Kontak mata J juga mampu meningkat. Dibuktikan ketika J baru memulai terapi musik, terapis mengatakan bahwa kontak mata J sama sekali tidak terlihat. Namun sekarang, J sudah mampu memberikan kontak mata dengan durasi terlalu lama yaitu 5-6 detik, dan intensitasnya juga semakin banyak. Terminasi yang diberikan terapis kepada J yaitu untuk melanjutkan terapi atau melakukan saran-saran yang telah diberikan oleh terapis.

5. Kesimpulan Proses Terapi Musik untuk Melatih Kontak Mata pada Anak Autisme

Kontak mata J dapat terlatih melalui terapi musik selama kurang lebih 7 bulan. Hal ini dibuktikan dengan perbandingan pada sesi pertama dengan sesi-sesi selanjutnya (Sesi pertama belum terlihat adanya kontak mata yang terjadi. Setelah beberapa sesi dilakukan, kontak mata mulai terlihat secara perlahan, hingga pada sesi ke 15 terjadi kontak mata terlalu lama yaitu 5-6 detik. Kontak mata terus meningkat di sesi-sesi selanjutnya. Hal ini dapat terlihat melalui intensitas kontak mata J yang semakin banyak kepada terapis).

Selain kontak mata, orang tua J mengatakan bahwa kemampuan J untuk bermain alat musik terlihat meningkat sedikit demi sedikit, dan secara tidak langsung, J juga mampu mengontrol emosinya secara perlahan sehingga intensitas tantrumnya berkurang. Hal ini

menunjukkan bahwa terapi musik membawa kehidupan J sebagai penyandang autisme dapat menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Musik dapat Meningkatkan Kontak Mata pada Anak Autisme di Daniella Music Course & Therapy

Kegiatan yang dilakukan J selama mengikuti sesi terapi musik sangatlah beragam, diantaranya yaitu melakukan eksplorasi alat musik, bernyanyi, mendengarkan musik, musik dan menggambar, bermain alat musik, serta komunikasi musik. Menurut Jasemi et al., (2016), penerapan terapi musik dapat dilakukan dengan melibatkan beberapa bentuk kegiatan seperti; mendengarkan musik, bernyanyi, bermain alat musik, menari, menciptakan karya musik, dan berdiskusi soal musik. Semua ini dipraktikkan dalam sesi terapi J, kecuali menciptakan karya musik dan berdiskusi soal musik karena J belum mampu melakukannya. Orff menggunakan 4 prinsip dalam terapi musiknya, yaitu exploration, imitation, improvisation, dan creation (Voigt, 2013). Namun yang sering terapis gunakan hanyalah exploration. Terapis sempat menggunakan imitation sebanyak 2 kali namun tidak terlihat progress dalam kegiatan tersebut, sehingga terapis menghentikan kegiatan. Sedangkan improvisation dan creation belum digunakan oleh terapis karena J belum mampu untuk melakukannya.

Musik dalam terapi terlihat mampu menarik perhatian J. Hal ini terbukti ketika J tertarik untuk mengamati berbagai alat musik karena bunyi dan bentuknya yang beragam. Ketertarikan J dengan musik mampu mempengaruhi terjadinya sebuah interaksi musikal di dalam kegiatan pada sesi terapi musik. Interaksi musikal merupakan pendekatan menggunakan musik untuk menjangkau anak-anak melalui kesenangan, pengalaman, dan lagu. Musik menjadikan anak-anak dapat mengekspresikan perasaan dan kepribadian melalui permainan musik serta mengembangkan kemampuan dasar untuk bersosialisasi dan berkomunikasi. Salah satu tujuan dari interaksi musikal adalah untuk meningkatkan kemampuan kontak mata (School, 2023).

Bagi anak autisme, musik berguna untuk menekan emosi, melatih kontak mata dan konsentrasi, serta menjadi perantara untuk membangun hubungan dengan individu lain karena musik dilihat sebagai sesuatu yang menyenangkan (Aizid, 2011). Orang tua J mengatakan bahwa J sudah menyukai musik sejak kecil. Ini menyebabkan J mampu menikmati setiap sesi terapi yang dilakukan.

Anak-anak autisme biasanya lebih mudah mengenali dan terbuka dengan musik daripada pendekatan verbal. Seperti dalam terapi musik, anak autisme dapat membangun hubungan dengan benda (instrumen musik), dan hal ini mampu menghentikan adanya penarikan diri. Hubungan antara tindakan anak autisme dengan musik berpotensi mendorong terjadinya komunikasi, dan perlahan anak autisme akan berani untuk berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya (Aizid, 2011). Hal ini juga terjadi dalam terapi musik J. Komunikasi yang terjadi antara J dengan musik pada setiap sesi mampu mendorong J secara perlahan untuk berkomunikasi dengan terapis (seperti menjawab pertanyaan yang diberikan terapis dan menyampaikan keinginannya).

Interaksi musikal yang terjadi dipengaruhi adanya elemen-elemen pada musik, diantaranya yaitu melodi, ritme, tempo, dan dinamika. Melodi merupakan susunan nada yang diatur tinggi rendah dan polanya sehingga menjadi kalimat lagu (Panjaitan, 2019). Melodi mempunyai peranan penting dalam musik, khususnya dalam menarik perhatian para pendengarnya, tanpa adanya melodi, sebuah musik bisa jadi akan kurang menarik untuk didengarkan (Panjaitan, 2019). Hal ini terlihat dalam sesi terapi J ketika ia merespon lagu yang didengarnya dengan bersenandung mengikuti alunan melodi. Elemen yang kedua adalah ritme. Ritme dimengerti sebagai perulangan bunyi bunyian menurut pola tertentu dalam lagu (Panjaitan, 2019). Adanya elemen ritme ini terlihat dalam kegiatan musik dan ritmis, dimana terapis memberikan pola ketukan yang harus ditiru oleh J menggunakan alat musik maracas, djimbe, dan rebana. Meskipun J belum konsisten dalam meniru pola ketukan, tetapi dalam kegiatan ini interaksi antara J dengan terapis dapat terjadi. Selanjutnya adalah tempo. Tempo merupakan tingkat kecepatan dan lambatnya permainan musik (Nurmalinda, 2014). Tempo dapat membawa implikasi- implikasi emosional, contohnya saat seseorang cenderung mempercepat tutur katanya ketika merasa gelisah atau kebingungan, tubuh cenderung bergerak cepat ketika bersemangat, dan melambat ketika dilanda kelesuan (Panjaitan, 2019). Dalam sesi terapi J, elemen ini terlihat saat J mengikuti permainan alat musik yang dimainkan terapis. saat terapis bermain dengan cepat, J juga ikut bermain dengan cepat, begitupun sebaliknya. Kemudian, saat J diperdengarkan lagu lambat, J mampu memberikan respon dengan mengontrol gerakannya dan terlihat tenang. Dan ketika lagu riang diputar, J dapat melompat, menari, bertepuk tangan, dan berlari. Hal ini menunjukkan adanya interaksi J dengan musik melalui respon yang diberikan J.

Elemen yang terakhir adalah dinamika. Dinamika merupakan keras lembutnya dalam memainkan musik (Nurmalinda, 2014) serta kekuatan lain yang ditemukan dalam musik,

terutama untuk merangsang perhatian dan mempengaruhi para pendengarnya (Panjaitan, 2019). Ini terlihat saat J dapat menikmati dan tenang ketika menggambar sambil mendengarkan lagu yang juga tenang.

Adanya perhatian J pada musik serta interaksi musikal yang terjadi, akan membuat J secara tidak langsung memberikan perhatian kepada terapis yang ikut terlibat dalam setiap kegiatan. Seperti ketika J mengizinkan terapis bermain alat musik bersama dan menyampaikan keinginannya pada terapis. Ketika terapis menuruti keinginan J, maka J akan merasa diterima oleh lingkungannya. Dengan begitu, interaksi dan komunikasi antara J dengan terapis akan meningkat. Interaksi dan komunikasi ini yang menyebabkan terjadinya kontak mata. Dan secara perlahan, kontak mata dapat meningkat dengan durasi dan intensitas yang terus bertambah.

Kesimpulan

Terapi musik di Daniella Music Course & Therapy dilakukan melalui tahapan asesmen, rancangan penanganan terapi musik, pencatatan, serta evaluasi dan terminasi perlakuan. Dua (2) tahapan awal digunakan sebagai acuan untuk setiap kegiatan yang akan dilakukan dalam sesi terapi musik. Tahapan ketiga berisi kegiatan dalam sesi serta respon klien dalam melakukan kegiatan, sedangkan tahapan terakhir adalah kesimpulan akhir serta rekomendasi lanjutan yang akan diberikan terapis kepada klien. Musik dapat menarik perhatian J, dan elemen-elemen di dalam musik menyebabkan terjadinya interaksi musikal. Hadirnya interaksi musikal, maka interaksi antara J dengan terapis juga dapat terlihat sehingga secara tidak langsung kontak mata akan terjadi di dalamnya. Dan melalui sesi terapi musik yang dilakukan setiap minggu, maka kontak mata J dapat meningkat secara perlahan.

Kepustakaan

- Agustina, D. H. (2020). *Stress pada Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) di Panti Hafara Bantul Yogyakarta*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Aizid, R. (2011). *Sehat dan Cerdas dengan Terapi Musik*. Laksana.
- Andesta, N. (2017). *Pengalaman Keagamaan Anak Berkebutuhan Khusus (Studi di SLB A Bina Insani Kelurahan Gedung Meneng Kecamatan Rajabasa Bandar Lampung*. Universitas Islam Negeri Raden Intan.
- Aryanto, C. B., & Megananda, R. (2019). Pengaruh Musik dengan Tempo Cepat & Lambat terhadap Atensi Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, 8(2).
- Carbone, V. J., Obrien, L., Sweeney-Kerwin, E. J., & Albert, K. M. (2013). Teaching Eye Contact to Children With Autism: A Conceptual Analysis and Single Case Study.

Education and Treatment of Children, 36(2), 139–159.

- Djohan. (2020). *Psikologi Musik*. Kanisius.
- Doyo, U. (2021). Penggunaan Terapi Musik untuk Meningkatkan Kemampuan Pemahaman Kosakata pada Anak Tuna Grahita Kelas Dasar IV SLB-C Katolik Santa Anna Tomohon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 7(8).
- Edwards, J. (2017). *The Oxford Handbook of Music Therapy*. Oxford University Press.
- Granddywa, A. (2022). *Penggunaan Musik Anak untuk Meningkatkan Atensi dan Produktivitas Anak Autisme di Klinik Tumbuh Kembang Sandbox Bekasi*. Institut Seni Indonesia.
- Hariono, B. R. . (2019). *Hubungan Antara Breakfast Behaviour Terhadap Nilai Atensi Siswa Kelas VIII SMPN 18 Malang*. University of Muhammadiyah Malang.
- Hendrifika, D. (2016). Terapi Bermain untuk Meningkatkan Konsentrasi pada Anak yang Mengalami Gangguan Autis. *Procedia: Studi Kasus & Intervensi Psikologi*, 4(2), 47–56.
- Herliyanti, A. (2017). Teknik Token Economic untuk Meningkatkan Kemampuan Kontak Mata Anak Autis. *Jurnal Pendidikan Khusus*, 1–17.
- Istiningsih, T. (2014). Terapi Musik Tradisional untuk Meningkatkan Konsentrasi, Kemandirian dan Hasil Belajar Siswa ABK Kelas IV SDN Inklusi Sumber Sari I Malang. *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (JP2SD)*, 1(3).
- Jasemi, M., Aazami, S., & Zabihi, R. (2016). The Effects Of Music Therapy On Anxiety And Depression Of Cancer Patients. *Indian Journal Of Palliative Care*, 22(4).
- Nurmalinda. (2014). Pertunjukkan Biangbung Ditinjau di Koala Tolam Pelalawan: Tinjauan Musikal dan Ritual. *Jurnal Ekspresi Seni*, 16(2).
- Panjaitan, A. P. (2019). Kekuatan Musik dalam Pendidikan Karakter Manusia. *Melintas*, 35(2).
- Pujianto, R. A., & Zainuddin, R. (2019). Penerapan Terapi Musik Klasik dalam Menurunkan Nyeri pada Pasien Ca Mamme Literature Review. *Jurnal Keperawatan Global*, 4(2).
- Putri Grandena, E. (2022). Pemilihan Lagu Anak dan Penerapannya sebagai Pendidikan Karakter Berlandaskan Fase Perkembangan Anak di Usia Sekolah Dasar. *TAMUMATRA: Jurnal Seni Pertunjukan*, 5(1).
- Sari, N. (2016). Pola Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling untuk Mengoptimalkan Kemampuan Anak Autis di Sekolah Dasar. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 1(2), 31–35.
- School, T. B. (2023). *Musical Interaction*. The Bridge School.
<https://www.thebridgeschool.co.uk/musical-interaction/>
- Suhaya, A. P. (2020). Musik Angklung sebagai Media Terapi Motorik dan Kognitif pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di SKH 02 Kota Serang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan FKIP*.
- Sunarto. (2019). *Psikologi Musik*. LPPM UNNES.
- Voigt, M. (2013). Orff Music Therapy: History, Principles and Further Development. *Approaches: Music Therapy & Special Music Education*, 5(2), 97–105.