

UNIVERSITAS KATOLIK PARAHYANGAN
FAKULTAS FILSAFAT
PROGRAM STUDI ILMU FILSAFAT
Terakreditasi Berdasarkan Keputusan BAN-PT Depdiknas-RI
Nomor: 468/SK/BAN-PT/Akred/S/XII/2014

TINJAUAN ATAS EFEK PSIKOFISIOLOGIS DARI MUSIK

SKRIPSI

Oleh:
Jh Fandi Gilar Saputro
NPM: 2013510007

Pembimbing:
Prof. Dr. Ignatius Bambang Sugiharto



Bandung
2017

UNIVERSITAS KATOLIK PARAHYANGAN
FAKULTAS FILSAFAT
PROGRAM STUDI ILMU FILSAFAT
Terakreditasi Berdasarkan Keputusan BAN-PT Depdiknas-RI
Nomor: 468/SK/BAN-PT/Akred/XII/2014

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : JH. Fandi Gilar Saputro

NPM : 2013510007

Fakultas : Filsafat

Jurusan : Ilmu Filsafat

Judul : **TINJAUAN ATAS EFEK PSIKOFISIOLOGIS DARI MUSIK**

Bandung, Juni 2017

Mengetahui,

Menyetujui,

C. Harimanto Suryanugraha, Drs, SLL
Dekan Fakultas Filsafat

Prof. Dr. Ignatius Bambang Sugiharto
Dosen Pembimbing

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis haturkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi yang berjudul “ Tinjauan Atas Efek Psikofisiologis Dari Musik” ini disusun sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana (S1) di Fakultas Filsafat, Universitas Katolik Parahyangan Bandung. Skripsi ini dimaksudkan sebagai wacana eksploratif guna memahami efek musik bagi tubuh manusia. Sepanjang proses penulisan ini, saya mencoba untuk menggali lebih dalam tentang realitas musik itu sendiri. Ada begitu banyak hambatan dan rintangan selama proses penulisan ini. Namun berkat usaha keras dan setia akan proses yang sedang saya jalani akhirnya saya dapat melampaui keterbatasan saya tadi. Saya mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung saya sehingga saya dapat menjalani proses penulisan skripsi ini dengan lancar.

Secara istimewa saya hendak mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. I Bambang Sugiharto, selaku dosen pembimbing yang telah mendampingi saya dengan memberikan kritik, saran, dan ide-ide cemerlang sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih bapak, karena telah mengajarkan saya untuk berpikir terstruktur dan mengetahui banyak hal dari musik.

2. Para pastor dan frater komunitas Priorat Pratista Kumara Warabrata, Sultan Agung, terutama kepada Pst. Fransiskus Samong OSC selaku Prior Priorat Sultan Agung, Pst. Onesius Otenieli Daeli OSC selaku magister para frater Skolastikat Ordo Salib Suci, Pst. Agustinus Sugiharto OSC, Pst. Riston Situmorang OSC, Pst, Joseph Souw Hong Goan OSC, Pst. Anton Rutten OSC, dan Pst. Cor Balok Priyanto OSC selaku tim formator, beserta Pst. Agustinus Gani OSC dan pastor sepuh lainnya. Terima kasih atas doa, pendampingan, dan motivasi yang diberikan kepada saya selama penulisan skripsi ini.
3. Terima kasih juga kepada Ordo Salib Suci, yang telah memberi kesempatan kepada saya untuk menempuh studi di Fakultas Filsafat, Universitas Katolik Parahyangan, Bandung.
4. Dekan Fakultas Filsafat, Pst. C. H. Suryanugraha OSC beserta para dosen, staff Tata Usaha Fakultas Filsafat Unpar.
5. Teman-teman seperjalanan dan sepanggilan yang senantiasa membantu proses penyelesaian skripsi ini; Fr. Konstantinus Frederikus Jawa, Fr. Gregorius Genius Waruwu, Fr. Roberto Reno Sitepu.
6. Keluarga saya yang tercinta, Bapak, kakak, adik, serta keponakan yang senantiasa memberikan dukungan dan motivasi.

Saya juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu. Terima kasih telah membantu saya selama proses pengerjaan skripsi ini hingga akhir.

Besar harapan saya agar skripsi ini dapat berguna bagi para pembaca. Semoga tulisan ini dapat menginspirasi kita semua dan dapat memberikan pandangan baru bahwa musik juga memiliki sisi lain yang sesungguhnya sangat berguna bagi kebutuhan manusia. Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu, saya sangat mengharapkan saran dan kritik dari pembaca untuk menyempurnakan skripsi ini. Saya berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata saya mengucapkan selamat membaca dan mendapatkan inspirasi dari musik yang indah ini.

Bandung, Juni 2017

Jh Fandi Gilar Saputro

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	vi
SURAT PERNYATAAN	x
ABSTRAK.....	xi

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penulisan.....	1
1.2 Tujuan Penulisan.....	4
1.3 Ruang Lingkup Pembahasan dan Metode Penulisan	5
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Sistematika Penulisan	6

BAB II MUSIK: HAKIKAT DAN UNSUR-UNSURNYA

2.1 Pengertian Formal Musik.....	8
----------------------------------	---

2.2 Sejarah Singkat Musik	9
2.2.1 Mesir Kuno	9
2.2.2 Yunani	11
2.2.3 Yahudi	14
2.2.4 Roma	15
2.3 Hakikat Filosofis Musik	16
2.4 Makna Empirik Musik	22
2.5 Unsur-Unsur Musik	29
2.5.1 Elemen Waktu	30
2.5.1.1 Prasyarat Ritme	31
2.5.1.2 Tempo	33
2.5.2 Elemen Pitch	35
2.5.2.1 Timbre	35
2.5.2.2 Melodi	37
2.6 Rangkuman	43

**BAB III TUBUH MANUSIA: KETUBUHANNYA DAN
KEBUTUHANNYA DALAM MUSIK**

3.1 Hakikat Filosofis Tubuh	48
-----------------------------------	----

3.1.1 Plato	48
3.1.2 Aristoteles	49
3.1.3 Thomas Aquinas	49
3.1.4 Rene Descartes	50
3.1.5 Deepak Chopra.....	51
3.2 Musik dan Tubuh Manusia	56
3.3. Musikalitas Manusia	59
3.4 Mekanisme Musik Dalam Mempengaruhi Manusia.....	62
3.5 Musik dan Fungsinya	66
3.5.1 Musik dan Otak.....	67
3.5.2 Musik untuk Penyembuhan.....	68
3.5.3 Musik dan Obat-Obatan	69
3.5.4 Musik untuk Orang Tua	70
3.5.5 Musik untuk Remaja	71
3.5.6 Musik untuk Penyakit Jiwa	71
3.5.7 Musik sebagai Komunikasi.....	71
3.5.8 Terapi Musik	73
3.6 Rangkuman	74

BAB IV KORELASI ANTARA UNSUR MUSIKAL DENGAN MANUSIA

4.1 Bunyi.....	78
4.2 Gelombang	81
4.2.1 Jenis Gelombang	82
4.3 Frekuensi.....	86
4.3.1 Frekuensi Tinggi	90
4.3.2 Frekuensi Menengah	90
4.3.3 Frekuensi Rendah.....	90
4.4 Ritme.....	91
4.5 Rangkuman	94
BAB V SIMPULAN	97
DAFTAR PUSTAKA	105
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	108

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Tinjauan atas Efek Psikofisiologis dari Musik” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko dan sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau jika ada tuntutan formal atau tidak formal dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Juni 2017

Jh. Fandi Gilar Saputro
(2013510007)

TINJAUAN ATAS EFEK PSIKOFISIOLOGIS DARI MUSIK

Oleh

Jh Fandi Gilar Saputro

Pembimbing

Prof. Dr. Ignatius Bambang Sugiharto

ABSTRAK

Musik mampu menggerakkan kita untuk menari mengikuti iramanya. Musik dapat membuat kita kecanduan hingga ingin memutarinya berulang kali. Musik merayu kita untuk mengeluarkan uang sebanyak mungkin demi menonton konser idolanya. Musik juga mendorong mempengaruhi emosi atau perasaan kita. Bahkan musik juga dapat mengingatkan kita akan memori masa lalu. Tetapi kekuatan musik menjangkau lebih jauh lagi. Sesungguhnya musik menempati wilayah yang lebih luas dalam otak kita. Musik dan manusia saling berkaitan. Dalam sejarah peradaban pun musik selalu memiliki peran yang penting, baik dalam ritual, pujian, bahkan, sekadar hiburan. Keberadaan musik sangat erat kaitannya dengan manusia. Manusia adalah pencipta musik sekaligus manusia menerima efek dari musik yang diciptakan atau didengarkan. Efek yang dihasilkan dari musikpun bermacam-macam. Ada musik yang memberikan efek positif tetapi ada juga yang dapat memberikan efek negatif. Musik bisa melakukan keduanya, musik bisa membangun jembatan sehingga orang saling

memahami satu sama lain atau bahkan musik bisa menggali lubang dan membuat masalah besar.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penulisan

Musik adalah karya seni yang mampu mengungkapkan hal-hal yang tidak dapat diekspresikan dengan kata-kata. Musik lebih ekspresif dalam mengungkapkan perasaan daripada bahasa lisan dan tulisan; bentuk-bentuk perasaan manusia lebih dekat atau sesuai dengan bentuk musikal. Sepanjang proses musikal, dunia musik bukan lagi sekadar untuk *show*, hiburan, atau sarana pengungkapan emosi semata, lebih daripada itu musik memiliki daya positif bagi tubuh manusia. Musik memiliki dimensi lain bagi tubuh manusia. Musik bagaikan merasuk pada sendi-sendi kehidupan manusia. Bahkan musik mempengaruhi emosi dan jiwa manusia. Tak jarang orang menangis karena mendengarkan musik yang bernada sendu tanpa mengerti kenapa dia menangis, atau orang merasa bahagia karena mendengarkan musik yang riang, lebih jauh lagi musik mampu mengajak orang-orang untuk menari bersama tanpa tahu arti dari lagu tersebut.

Efek yang diberikan musik kepada manusia tidak hanya pada batas itu. lebih jauh lagi musik mampu mempengaruhi manusia terlebih dalam hal karakter, spiritual, kejiwaan, bahkan kesehatan misalnya musik untuk kesehatan yang lebih dikenal dengan musik terapi. Dewasa ini berbagai bentuk pengobatan alternatif mulai bermunculan, ada pengobatan alternatif akupuntur, yoga, bahkan praktik intuitif dan

imajinatif para dukun pun masih diminati. Pada dasarnya manusia ingin hidup bahagia dengan kesehatan yang terjaga. Tak satupun manusia yang ingin sakit secara fisik. Musik yang mana mampu memberikan pengaruh pada aspek fisiologis manusia, diyakini memiliki unsur yang berkaitan dengan indra manusia. Keterkaitan inilah yang membuat musik menjadi alternatif bagi kesehatan manusia. Suatu penelitian di Barat seringkali menyatakan bahwa dengan memperdengarkan musik bagi bayi sejak dalam kandungan dapat membangun deposit kecerdasan humanistik bagi anak.

Kompleksitas musik jaman ini melahirkan bentuk musik yang baru dan berbeda. Pada dimensi spiritual misalnya, ada yang disebut sebagai musik religi dan musik transenden. Itulah sebabnya pada setiap agama selalu memiliki bentuk musiknya tersendiri. Musik visual sering kita jumpai dalam layar kaca televisi misalnya, JKT 48 adalah contoh produksi musik yang lebih mengedepankan sisi visual. Selain itu Musik sunyi yang digawangi oleh musisi John Cage melahirkan pemahaman baru bahwa ruang kosong itu juga musik. Musik kontemporer seakan ingin lari mendahului jaman, meretas batas, dan lepas bebas. Bentuknya yang selalu disonan, pusat nada yang banyak, dan lebih berkonsentrasi pada timbrenya saja membuat musik kontemporer seolah sulit untuk digolongkan sebagai musik. Persepsi musik yang kita dengar semakin luas hingga cara kita mendengarkan musikpun semakin berkembang. Kita dapat mendengarkan musik melalui kepekaan emosional yang mengakibatkan kita hanya merasa sedih, atau senang. Melalui kepekaan intelektual (*perspective listening*), yakni mendengarkan musik secara cerdas dengan alegori-perumpamaan misalnya, dapat membuat kita seolah mendengarkan instrumen

tertentu suaranya terdengar seperti angin.¹ Dengan demikian kita butuh imajinasi untuk mendengarkan musik dan proses imaji ini tentu mempengaruhi otak atau cara berpikir kita.

Musik telah menjadi bagian dari sejarah peradaban umat manusia. Setiap jaman memiliki musiknya tersendiri dan setiap musik memiliki jamannya tersendiri. Musik berkembang seturut perkembangan manusia. Berbagai peradaban telah mengubah bentuk musik. Kerumitan teknologi masa kini menjadikan musik semakin bercita rasa *hi-tech* contohnya, musik EDM. Meski demikian komponen musik tidaklah berubah. Konstruksi musik dari abad-abad sebelumnya masih terlalu relevan untuk masa kini. Musik klasik misalnya, selalu disebut sebagai musik sepanjang masa. Kiprahnya dalam dunia musik internasional selalu memiliki *taste* yang berkualitas. Musik menjadi terlalu mudah untuk tidak dilupakan, terlalu dalam untuk dipikirkan, terlalu luas untuk dirasakan, dan terlalu munafik untuk tidak berdampak pada manusia.

Dari perspektif filsafat, musik diartikan sebagai bahasa nurani yang menghubungkan pemahaman dan pengertian antar manusia pada sudut-sudut ruang dan waktu di mana saja kita berada.² Oleh karena itu Nietzsche, seorang filsuf Jerman, meyakini bahwa musik tidak diragukan dapat memberikan kontribusi yang positif bagi kehidupan manusia. Sehubungan dengan itu ia mengatakan: “*Without music, life would be an error*”. Dalam kenyataannya musik memang memiliki fungsi atau peran yang sangat penting sehingga tidak satupun manusia yang bisa lepas dari keberadaan musik. Seberapa pentingkah musik hingga mampu meretas sendi-sendi kehidupan

¹ Lih. Oscar Thompson, *How To Understand Music-and Enjoy It* (New York: Dial Press, 1958), hlm. 21

² Lih. Stephen Davies, *Theme In The Philosophy Of Music* (Oxford: Oxford University Press, 2013), hlm. 489

manusia. Sederet pemikir ternama berpendapat bahwa musik adalah fenomena yang penting dan berpengaruh. Pada abad Ke-5 Plato menyatakan bahwa “Musik memberi jiwa kepada semesta, menerbangkan akal dan imajinasi manusia, menghidupkan semua”. Bagi Aristoteles musik adalah “Irama jiwa”. Bagi Schopenhauer “Melodi adalah tersingkapnya rahasia-rahasia terdalam kehendak dan perasaan manusia. Musik adalah bentuk seni tertinggi”. Seorang komposer kenamaan Jerman Ludwig Van Beethoven mengungkapkan “Musik adalah bahasa Tuhan yang bicara kepada jiwa manusia; jembatan antara yang spiritual dan yang sensual”. Bahkan Nietzsche berpendapat bahwa “Dalam musik, gelegak gairah menikmati dirinya sendiri”. Sepanjang sejarah dunia, musik menghadirkan pengaruh bagi manusia.

1.2 Tujuan Penulisan

Tujuan dari penulisan skripsi ini antara lain, pertama sebagai kesempatan bagi saya sebagai penulis untuk menuangkan ide dan gagasan saya dalam bentuk karya ilmiah dan dapat mempertanggungjawabkannya secara akademis. Kedua, skripsi ini adalah untuk mencapai gelar sarjana (Strata 1) di Fakultas Filsafat, Universitas Katolik Parahyangan, Bandung. Ketiga, mengeksplorasi konstruksi musik yang ada di sekitar kita. Keempat, hendak mencari unsur-unsur yang membangun musik serta menjelaskan efek yang mungkin ditimbulkan dari musik dalam kaitannya dengan manusia. Kelima, memahami lebih dalam tentang karya seni musik beserta efek psikofisiologisnya.

Keenam, menawarkan sikap-sikap yang dapat diambil dan dilakukan dalam menghadapi fenomena musikal pada diri manusia. Ketujuh, memberikan kesadaran baru bahwa musik memiliki pengaruh yang besar bagi kehidupan manusia. Semua

tujuan ini secara umum adalah untuk mendorong setiap orang memahami bahwa musik memiliki peran yang besar bagi kehidupan manusia, selain itu dapat membantu kinerja tubuh manusia menjadi lebih sehat atau bahkan sebaliknya merusaknya. Keterkaitan antara unsur-unsur yang ada dalam musik dengan tubuh manusia adalah korelasi yang memungkinkan adanya efek yang ditimbulkan dari musik bagi tubuh manusia.

1.3 Ruang Lingkup Pembahasan dan Metode Penulisan

Ruang lingkup permasalahan dalam skripsi ini akan berkisar pada persoalan musik itu sendiri dalam kaitannya dengan manusia. Musik yang sudah sering diperdengarkan oleh manusia dikatakan memiliki banyak pengaruh bagi manusia. Pengaruh yang diberikan oleh musik tidak hanya yang bersifat positif tetapi juga negatif. Dalam proses pembahasannya, penulis hendak mencari kaitan atau korelasi yang dapat dipercaya atau diakui kebenarannya bahwa musik itu benar-benar memiliki efek bagi manusia. Jika musik benar mampu memberikan pengaruh bagi manusia maka perlu diketahui bagaimana sistem kinerja musik itu sendiri untuk dapat mempengaruhi manusia. Namun jika salah maka perlu dikaji kenapa musik tidak sama sekali memberikan efek bagi manusia.

Guna memahami dan memaparkan isi penulisan ini, yakni apakah musik itu sendiri? Apakah musik memberikan efek pada manusia? Apakah musik itu dapat membuat manusia menjadi sejahtera? Maka penulis menggunakan metode analitis deksriptif dengan menggunakan sejumlah literatur. Literatur yang digunakan berupa pustaka-pustaka filsafat, psikologi, psikofosik, dan beberapa pustaka lain yang mendukung.

1.4 Rumusan Masalah

Dalam proses penelitian ini penulis hendak merumuskan beberapa persoalan yang akan dibahas melalui analisis dan studi pustaka. Adapun rumusan masalah tersebut sebagai berikut:

1. Apakah yang dimaksud dengan musik? Penulis hendak memaparkan apa yang dimaksud dengan musik serta aspek filosofi dan kognisi yang menyertainya.
2. Apakah musik memiliki korelasi atau keterkaitan dengan struktur psikofisik manusia tubuh manusia?
3. Apakah musik benar-benar memberikan efek psikofisik pada manusia?
4. Efek seperti apakah yang diberikan musik bagi manusia?

1.5 Sistematika Penulisan

Skripsi ini terdiri dari lima (5) bab, pada setiap bab-nya disusun secara berkaitan antara satu dengan lainnya. Penulis menggunakan sistematika sebagai berikut:

Bab I merupakan bab pendahuluan yang memaparkan latar belakang penulisan, tujuan penulisan, ruang lingkup pembahasan dan metode penulisan, rumusan masalah, dan sistematika penulisan.

Bab II akan mengeksplorasi pengertian musik baik dari aspek sejarahnya, esensinya, filosofisnya, maupun dari segi kognisinya.

Bab III membahas mengenai korelasi antara musik dengan tubuh manusia serta menjelaskan bagaimana kaitan antara unsur musikal pada musik dengan unsur musikal pada manusia.

Bab IV membahas tentang kaitan unsur-unsur musikal dengan tubuh manusia serta efek yang menyertainya.

Bab V adalah bab penutup, berisi simpulan; refleksi, serta keseluruhan paparan ide mengenai musik.