

Gambaran *Music Performance Anxiety* pada Musisi Dewasa Awal di Kota Makassar

Description of Music Performance Anxiety in Early Adult Musicians in Makassar

Jasmine Risach Athari*, Musawwir, Minarni
Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar
Email: jasminerisach16@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini terdiri dari 409 responden musisi dewasa awal yang berdomisili di Kota Makassar. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala *Music performance anxiety Inventory for Adolescents* (MPAI-A) oleh Kenny & Osborne (2006) dan telah diadaptasi oleh peneliti sebelumnya yaitu Mishbachuddin (2020). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *music performance anxiety* (MPA) pada musisi dewasa awal di Kota Makassar terdiri dari 27 (7%) responden yang memiliki tingkat MPA sangat rendah, 127 (31%) responden yang memiliki tingkat MPA rendah, 118 (29%) responden yang memiliki tingkat MPA sedang, 121 (30%) responden yang memiliki tingkat MPA tinggi, dan terdapat 16 (4%) responden yang memiliki tingkat MPA sangat tinggi.

Kata Kunci: *Music Performance Anxiety*, Musisi, Dewasa Awal.

Abstract

This study aims to determine the description of music performance anxiety in early adult musicians in Makassar City. This research conducted using a descriptive quantitative approach. Respondents who participated in this study consisted of 409 early adult musician respondents who live in Makassar City. Data were collected using the Music performance anxiety Inventory for Adolescents (MPAI-A) scale by Kenny & Osborne (2006) and has been adapted by previous researchers by Mishbachuddin (2020). The results show that music performance anxiety (MPA) in early adult musicians in Makassar City consists of 27 (7%) respondents who have very low levels of MPA, 127 (31%) respondents who have low levels of MPA, 118 (29%) respondents who have low levels of MPA. Medium MPA, 121 (30%) respondents had a high MPA level, and there were 16 (4%) respondents who had a very high MPA level.

Keyword: *Music performance anxiety, Musicial, Early Adults*

PENDAHULUAN

Musik adalah salah satu hal yang paling dicintai dan dibutuhkan di seluruh dunia. Musik merupakan hal yang paling tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan setiap orang, karena sifat dasar manusia ingin mengekspresikan jati dirinya sebagai makhluk hidup dengan emosi, moralitas, selera dan akal. Beberapa orang yang belajar musik pernah menampilkan permainan musiknya di hadapan orang lain, baik orang yang belajar secara informal maupun formal. Bentuk penampilan musik sebagai musisi yang mampu tampil di hadapan banyak orang dapat dikatakan dengan Music Performance. Zakaria (2013) menjelaskan bahwa seorang pemain musik yang baik tidak hanya mempunyai kemampuan memainkan suatu alat musik dengan baik, tetapi juga harus memiliki dan menunjukkan rasa percaya diri dan mental yang kuat, mampu membawakan lagu dengan baik, membawakan pertunjukan musik yang menyentuh hati, pikiran, dan emosi penonton.

Dalam pertunjukan musik perlu namanya performa yang bagus, oleh karena itu banyak musisi yang mengalami kecemasan sebelum ingin menampilkan pertunjukan musik. Papageorgi, Hallam, dan Welch (2007) menjelaskan bahwa pertunjukan musik menuntut kemampuan yang tinggi dalam berbagai

bidang keterampilan, baik dalam keterampilan motorik, koordinasi, atensi dan memori, nilai estetika dan kemampuan interpretative. Untuk bisa unggul dibutuhkan pencapaian yang hampir sempurna seperti keindahan dalam memainkan alat musik, menyuarakan, atau menyatukan tangga nada dan melodi yang menuntut latihan bertahun-tahun, latihan sendiri, dan evaluasi diri yang konstan dan intens.

Demirbatir (2012) menyatakan bahwa bagi sebagian musisi, tampil identik dengan ketakutan dan stres, yang merupakan tantangan yang harus diatasi. Tidak semua musisi antusias menampilkan musiknya di depan umum. Saat tampil di depan orang lain, musisi akan merasa gugup dan mungkin merasa stres. Kenny dan Osborne (2006) menyatakan bahwa MPA adalah fenomena psikologis yang bervariasi di antara individu-individu yang berkecimpung dalam dunia musik. Beberapa musisi mungkin mengalami tingkat MPA yang rendah atau bahkan tidak mengalami sama sekali, sementara yang lain mungkin mengalami tingkat MPA yang tinggi. Santrock (2011) mengemukakan bahwa masa dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja ke masa dewasa yang berlangsung antara rentang usia 18 hingga 25 tahun. Santrock (2002) juga menjelaskan bahwa masa dewasa awal merupakan masa bekerja dan masih banyak orang yang menemukan jalur karier yang ingin mereka kejar, ingin menjadi orang seperti apa, dan gaya hidup seperti apa yang diinginkan.

Berdasarkan hasil data awal yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu wawancara kepada sepuluh musisi dewasa awal di Kota Makassar, pada aspek somatik dan kognitif bahwa saat sebelum pertunjukan ingin dimulai dua orang mengalami mual, keringat dingin, sesak napas kemudian dua orang merasakan dada terasa berat dan tremor serta empat orang merasakan jantung berdetak lebih cepat dan dua orang menyatakan bahwa telapak tangannya terasa dingin serta mengeluarkan keringat yang tidak normal.

Pada aspek performance context menunjukkan bahwa enam musisi solois merasa lebih cemas pada saat melakukan pertunjukan sebagai solois dibandingkan pada saat berkelompok serta empat orang menyatakan lebih merasa cemas ketika audiensnya lebih sedikit dibandingkan audiens terlihat banyak hal itu dikarenakan merasa lebih intim dan dekat dengan penonton pada saat berada di atas panggung. Pada aspek performance evaluation ada enam subjek yang merasa khawatir jika penampilannya tidak sesuai dengan apa yang di harapkannya serta tidak sesuai dengan harapan audience. Faktor-faktor yang mempengaruhi *music performance anxiety* yaitu regulasi emosi, perfeksionisme, efikasi diri dan traits kepribadian the big five. Barlow (2000) juga berpendapat bahwa ada tiga faktor yang mempunyai pengaruh besar terhadap MPA, yang pertama adalah faktor biologis, artinya sering diturunkan dari keluarga, yang kedua adalah faktor psikologis, artinya adalah dasar. berdasarkan pengalaman dan berkembangnya rasa kendali terhadap kondisi tertentu yang dialami individu. dan yang terakhir, faktor lingkungan dipengaruhi oleh lingkungan itu sendiri.

Berdasarkan data awal diatas, pengalaman-pengalaman lah yang membuat para musisi tidak percaya dengan kemampuannya, apa yang dituju tidak sesuai dengan apa yang di harapkannya, serta takut kesalahan sebelumnya akan terjadi kedepannya. Seperti peneliti Zakaria (2013) mengatakan bahwa MPA dapat berdampak positif apabila kecemasan yang dialami dapat terkontrol dengan baik. Akan tetapi, dampak negatifnya akan menimbulkan gejala-gejala yang bisa meliputi fisiologis, perilaku, dan mental. Gejala fisiologis seperti, peningkatan denyut jantung (jantung berdetak lebih cepat), sesak napas, berkeringat (tangan atau wajah berkeringat) dan lain-lain. Gejala perilaku seperti gemetar dan kaku. Sedangkan gejala mental atau yang dikenal sebagai perasaan subyektif dan pikiran negatif dalam pikiran yang mengganggu kepercayaan diri seseorang, perasaan dan indera terhadap penampilan.

Berdasarkan hasil penelitian Nicholson, Cody dan Beck (2014) menunjukkan bahwa musisi memiliki MPA yang berbeda-beda tergantung situasi pertunjukan musiknya, penampilan solo lebih mencemaskan dibandingkan penampilan grup. Masalah yang dialami para musisi tersebut meliputi stres, kecemasan sebelum tampil, ketidaksabaran dalam kemajuan karir musiknya, kebuntuan, ketidakamanan dalam bekerja, konflik antara musik dan kehidupan pribadi, ketidakcukupan fasilitas untuk berlatih, serta depresi. Kebanyakan fenomena yang ditemukan diatas merupakan masalah psikologis dari musisi tersebut. Paparan data di atas menunjukkan bahwa kecemasan merupakan bagian dari banyak masalah yang ditemui pada musisi. Peneliti melihat bahwa pengalaman dalam melakukan pertunjukan mungkin menjadi pengaruh terjadinya MPA pada musisi dewasa awal.

Ditemukan pula bahwa dewasa awal yang bermain musik memiliki dasar untuk melepas kepenatan dalam kegiatan yang sedang dijalannya. Namun, menurut data awal yang peneliti temukan masih terdapat musisi yang mengalami *music performance anxiety*. Perlu dilihat lebih lanjut apakah kondisi MPA yang ditunjukkan dapat membantu memaksimalkan pertunjukan dari musisi dewasa awal atau

membuat pertunjukan dari musisi dewasa awal menjadi tidak maksimal. Sehingga peneliti tertarik untuk meneliti mengenai bagaimanakah gambaran *Music performance anxiety* pada musisi dewasa awal.

Music performance anxiety

Music performance anxiety (MPA) merupakan suatu keadaan kecemasan yang terjadi secara terus-menerus, berhubungan dengan performa bermusik yang dapat muncul karena didasari oleh faktor biologis atau kerapuhan psikologis, serta pengalaman-pengalaman kecemasan yang pernah terjadi sebelumnya, diwujudkan dalam aspek kognitif dan somatik, performance context, performance evaluatuion (Kenny, 2011). Brodsky (1996) menjelaskan bahwa kecemasan pertunjukan musik terjadi pada rangkaian keparahan, dari "aspek sehat sehari-hari yang normal dari stres dan kecemasan yang intrinsik dengan profesi hingga gejala demam panggung yang sangat melemahkan".

Kenny (2011) menyatakan bahwa kecemasan dalam pertunjukan musik ini dapat terjadi karena adanya keadaan-keadaan tertentu selama pertunjukan, tetapi biasanya lebih sering terjadi dalam keadaan yang melibatkan ego yang tinggi, ancaman berupa evaluasi (penonton), dan ketakutan akan kegagalan. Kecemasan ini bisa mempengaruhi kualitas pertunjukan musik itu sendiri. performance anxiety merupakan suatu keadaan di mana seorang individu harus menampilkan dirinya dalam sebuah pertunjukan, aktivitas, atau kinerja pada penonton, yang dapat menyebabkan performer mengalami ketakutan dengan tingkat tinggi sebelum, selama, dan bahkan setelah pertunjukan (Tamborrino, 2001).

METODE PENELITIAN

Responden

Karakteristik sampel penelitian ini adalah musisi dewasa awal di Kota Makassar yang pernah melakukan pertunjukan musik. Untuk penentuan sampel penelitian ini menggunakan tabel Isaac. Peneliti berhasil mengumpulkan sebanyak 409 sampel Musisi dewasa awal di Kota Makassar. Hasil demografi responden dari 409 memperlihatkan bahwa jenis kelamin laki-laki 50.1% dan jenis kelamin perempuan 49.9%.

Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data ialah model skala likert. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuisioner. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan skala *Music performance anxiety* Inventory for Adolescents (MPAI-A) oleh Kenny & Osborne (2006) dan telah diadaptasi oleh peneliti sebelumnya yaitu Mishbachuddin (2020) memiliki tiga aspek yaitu kognitif dan somatik, performance context, performance evaluatuion. Berdasarkan hasil uji reliabilitas skala *music performance anxiety* pada penelitian yang sebelumnya dilakukan oleh Mishbachuddin (2020) diperoleh nilai sebesar 757 yang berarti alat *music performance anxiety* terbukti reliabel.

Metode Analisis Data

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Analisis deskriptif memiliki tujuan untuk memberikan gambaran mendetail tentang data yang diperoleh dari beragam variabel yang berkaitan dengan subjek penelitian, dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis. Analisis deskriptif merupakan langkah yang penting untuk dilakukan sebelum pengujian hipotesis, karena melalui analisis ini, peneliti dapat memahami dengan lebih baik konteks empiris dari variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian. (Azwar, 2017). Dalam penelitian ini, analisis deskriptif dilakukan untuk menggali informasi mengenai karakteristik demografis dari responden atau sampel, yang dalam konteks ini adalah Musisi Dewasa Awal di Kota Makassar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Data

Berdasarkan data yang didapatkan sebanyak Musisi dewasa awal di Kota Makassar. Penelitian ini memiliki deskriptif demografi terdiri atas jenis kelamin, usia, dan pernah melakukan pertunjukan secara solo/grup. Berikut tabel hasil analisis demografi:

Tabel 1. Demografi Responden

Demografi Responden	Karakteristik	Frekuensi	Persen (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	205	50.1

	Perempuan	204	49.9
Usia	18-21 tahun	139	34.0
	22-25 tahun	270	66.0
Pernah melakukan pertunjukan musik secara solo/group	Solo	92	22.5
	Group	177	43.3
	Solo & Group	140	34.2

Berdasarkan hasil analisis demografi diatas, terlihat bahwa responden pada demografi jenis kelamin setara, demografi usia yang paling banyak berada pada responden yang berusia 22-25 tahun, demografi pernah melakukan pertunjukan musik secara solo/group yang mendominasi adalah grup yaitu sebanyak 177.

Selanjutnya, tabel kategorisasi berdasarkan hasil dari analisis kategorisasi tingkat skor variabel *music performance anxiety* dimulai dari sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Berikut adalah tabel kategorisasi tingkat skor penyesuaian diri:

Tabel 2. Kategorisasi Penyesuaian Diri

Kategorisasi	Frekuensi
Sangat Rendah	27
Rendah	127
Sedang	118
Tinggi	121
Sangat Tinggi	16

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, kategorisasi ini dibagi menjadi lima kategori, yakni sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Kategorisasi sangat tinggi diperoleh 16 responden (4%), kategorisasi tinggi diperoleh 121 responden (30%). Kategorisasi sedang diperoleh 118 responden (29%), kategorisasi rendah 127 responden (31%), dan kategori sangat rendah diperoleh 27 responden (7%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa kategorisasi terhadap 409 responden di Kota Makassar, hasil yang diperoleh yaitu 27 responden yang termasuk dalam kategori sangat rendah, sebanyak 127 responden yang termasuk dalam kategori rendah, 118 responden yang termasuk dalam kategori sedang, 121 responden yang termasuk dalam kategori tinggi. Kemudian pada kategori sangat tinggi terdiri dari 16 responden.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa musisi dewasa awal di Kota Makassar memiliki *music performance anxiety* dengan kategori rendah. Hal tersebut dapat dilihat dari jumlah keseluruhan subjek sebanyak 409 responden. Demikian pula dapat dikatakan bahwa musisi dewasa awal di Kota Makassar memiliki rasa cemas sebelum ingin menunjukkan pertunjukan musik seperti yang dikatakan pada data awal bahwa sebelum ingin melakukan pertunjukan para musisi mengalami mual, keringat dingin, dan beberapa aspek kognitif dan somatik tetapi hal itu dapat teratasi pada saat setelah pertunjukan itu selesai.

Hal diatas sejalan dengan Saputro (2021) yang menunjukkan bahwa ketika sebelum dan pada saat tampil dalam pertunjukan, solois gitar profesional pun dapat mengalami kecemasan performa musikal tetapi hal itu bukan lah halangan karena mereka dapat mengatasinya sehingga mampu tampil dengan optimal. Kecemasan tersebut muncul pada saat sebelum ingin melakukan pertunjukan musik.

Tingkat *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan jenis kelamin perempuan bahwa jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat skor rendah dibandingkan dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat skor yang tinggi. Hal ini sejalan dengan Marzam dan Neviyarni (2021) yang mengatakan bahwa perempuan mengalami lebih banyak kecemasan sebelum tampil tetapi hal ini dapat berkurang setelah selesai tampil.

Pada penelitian Ekaputra dan Andriani (2023) mengatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata tingkat MPA yang cukup besar antara musisi laki-laki dengan musisi perempuan, pada musisi perempuan memiliki rata-rata tingkat MPA yang lebih tinggi dibanding musisi laki-laki. Sokoli, dkk (2022) menunjukkan bahwa perempuan memiliki kerentanan psikologis yang lebih besare

dibandingkan laki-laki, baik dalam hal kecemasan, dan stres. Ryan (1998) juga mengatakan bahwa entah bagaimana perempuan lebih banyak merasakan kecemasan dibandingkan dengan laki-laki di semua kelompok umur dimulai dari 6-25 tahun. Pada penelitian ini tingkat *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar berdasarkan usia yaitu musisi dewasa awal dengan rentang usia 18-21 tahun memiliki tingkat skor terendah dibanding dengan rentang usia 22-25 tahun.

Tingkat *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar yang pernah melakukan pertunjukan musik secara solo memiliki tingkat skor sedang. Pada group memiliki tingkat skor tinggi, sedangkan pada musisi dewasa awal yang pernah melakukan pertunjukan baik solo maupun group memiliki tingkat skor rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Castiglione, Rampullo, dan Cardullo, (2018) yang mengatakan bahwa tingkat MPA lebih tinggi pada mahasiswa pemain orkestra yang hendak ingin menjadi musisi profesional dibandingkan dengan hanya menjadikan musik sebagai hobi saja.

Pratiknyo (2016) mengatakan bahwa format pertunjukan dengan jumlah orang yang sedikit (seperti solo) akan menyebabkan tanggung jawab yang dimiliki ketika tampil makin besar sehingga situasi eksternal menjadi makin mengancam. Ryan dan Andrews (2009) juga menyatakan bahwa baik penyanyi maupun musisi dapat mengalami kecemasan yang lebih tinggi apabila melakukan pertunjukan solo karena itu adalah satu-satunya objek evaluasi sosial

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti terkait *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *music performance anxiety* pada musisi dewasa awal di Kota Makassar berdasarkan demografi sebanyak 127 (31%) responden berada di kategori rendah sehingga dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan musisi dewasa awal tidak memiliki kecemasan yang berlebihan yang artinya para musisi dapat mengontrol kecemasannya sebelum manggung sehingga dapat menampilkan penampilan yang maksimal dan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Barlow, D. H. (2000). Unravelling the mysteriest of anxiety and its disorders from the perpective of emotion theory. *55(11)*, 1247-1263.
- Bordsky, W. (1996). *Music performance anxiety* reconceptualised: A critique of current research practices and findings. *Medical Problems of Performing Artists*, September, 88-98.
- Castiglione, C., Rampullo, A., & Cardullo. (2018). Self representations and music perfomance anxiety: A study with professional and amateur musicians. *Europe's Journal of Psychology*, *14*, 792-805.
- Demirbratir, R. E. (2012). Undergraduate music students' depression, anxiety and stress levels: a study from Turkey. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2995-2999.
- Ekaputra, J. H., & Andriani, F. (2023). *Music performance anxiety* pada Musisi di Indonesia. *Psikologi Unair*, 27-37. Sumedang Press.
- Kenny, D. T. (2006). *The Psychology of Music performance anxiety*. Oxford: Ofcord University Press.
- Kenny, D. T. (2011). *The Psychology of Music performance anxiety*. New York: Oxford University.
- Marzam, & Neviyarni. (2021). Tingkat Kecemasan Siswa SMA dalam Pertunjukan Musikj. *EJurnal Sendratasik*, *10(1)*, 279-289.
- Mishbachuddin, Mohammad (2020) Pengaruh Self-Efficacy dan Social Support terhadap Tingkat *Music performance anxiety* anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Komunitas Musik Studio Tiga (UKM KOMMUST) Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Nicholson, D., Cody, M., & Beck, J. (2014). Anxiety in musicians: On and off stage. *Psychology of Music*, *4(3)*, 438-449.
- Papageorgi, L., Hallam, S., & Welch, G. F. (2007). *A Conceptual Framework for Understanding Music performance anxiety*. SAGE.
- Pratiknyo, Y. I. (2016). Analisis Faktor *Music performance anxiety* pada Pelajar Musik Remaja di Surabaya. *CALYPTRA*, *5(1)*, 1-10.
- Ryan, C. (1998). Menjelajahi kecemasan pertunjukan musik pada anak-anak. *Medical Problems of Performing Artist*, *13(3)*, 83-88.

- Ryan, C., & Andrews, N. (2009). An Investigation into the Choral Singer's Experience of *Music performance anxiety*. *Journal of Research in Music Education*, 5(7), 108-126.
- Santrock, J. W. (2011). *Life Span Development Jilid 2*. Jakarta: Erlangga.
- Saputro, E. A. (2021). Penanganan Kecemasan Performa Musikal pada Solois Gitar Ahli Ketika Sebelum dan Saat Tampil dalam Perlombaan. *Ikonik: Journal Seni dan Desain*, 3(2), 33-40.
- Sokoli, E., Hildebrandt, H., & Gomez, P. (2022). Classical Music Students' Pre-performance Anxiety, Catastrophizing, and Bodily Complaints Vary by Age, Gender, and Instrument and Predict Self-Rated Performance Quality. *Frontiers in Psychology*(13), <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.905680>.
- Tamborrino, R. A. (2001). *An Examination of Performance Anxiety associated with Solo Performance of College-Level Music Majors*. America: Indiana University.
- Zakaria, J. B., Musib, H. B., & Sharrif, S. M. (2013). Overcoming *music performance anxiety* among music undergraduates. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 226-234.