

PENGEMBANGAN PANDUAN TERAPI MUSIK KELOMPOK UNTUK MENGURANGI DAMPAK KEKERASAN EMOSIONAL PADA REMAJA

Dwi Auliana Putri¹ Susi Fitri² Karsih³

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan buku panduan konseling kelompok dengan teknik songwriting untuk mengurangi dampak kekerasan emosional yang dialami remaja selama masa pengasuhan. Model pengembangan yang digunakan pada penelitian ini adalah *Educational Design Research* yang termasuk dalam *Research and Development (R&D)*. *Educational Design Research* memiliki empat tahapan, yakni Analisis dan Eksplorasi, Desain dan Konstruksi, Evaluasi dan Refleksi, serta Implementasi dan Penyebarluasan. Namun, penelitian ini terbatas pada tahap evaluasi dan refleksi. Studi pendahuluan dan pengumpulan data dilakukan pada tahap analisis dan eksplorasi dengan menggunakan metode wawancara dan penyebaran instrumen emotional abuse checklist kepada 53 responden. Selanjutnya hasil perolehan data digunakan untuk pengembangan buku panduan pada tahap desain dan konstruksi. Tahap evaluasi dan refleksi memaparkan saran dan penilaian buku panduan. Hasil validasi uji materi mencapai persentase sebesar 92.10%, validasi uji media mencapai persentase sebesar 88.75% sedangkan uji keterbacaan yang dilakukan kepada guru BK SMK Negeri 2 Cibinong mencapai persentase sebesar 94.75%. Berdasarkan ketiga hasil pengujian tersebut buku panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja masuk dalam kategori sangat layak untuk melalui uji coba lapangan.

Kata Kunci : *Educational Design Research*, Buku Panduan, *Music Therapy*, Kekerasan Emosional.

THE DEVELOPMENT OF A GROUP MUSIC THERAPY GUIDEBOOK TO REDUCE THE IMPACT OF EMOTIONAL ABUSE IN ADOLESCENTS

Abstract

This study aims to develop a group counseling guidebook with songwriting techniques to reduce the impact of emotional violence experienced by adolescents during parenting. The development model used in this research is Educational Design Research which is included in Research and Development (R&D). Educational Design Research has four stages, namely Analysis and Exploration, Design and Construction, Evaluation and Reflection, and Implementation and Dissemination. However, this research only reached the stage of Evaluation and Reflection. Preliminary studies and data collection were carried out at the analysis and exploration stage using the interview method and distributing the emotional abuse checklist instrument to 53 respondents. Furthermore, the results of the data acquisition are used for the development of the guidebook at the design and construction stages. The evaluation and reflection stages present suggestions and assessments of the guidebook. The results of the material test validation reached a percentage of 92.10%, the media test validation reached a percentage of 88.75%, while the readability test conducted for BK teachers at SMK Negeri 2 Cibinong reached a percentage of 94.75%. Based on the three test results, the guidebook for group music therapy to reduce the impact of emotional violence on adolescents is in the very worthy category to go through a field trial.

Keywords: Educational Design Research, Guidebooks, Music Therapy, Emotional Abuse.

¹ Universitas Negeri Jakarta, dwiaulputri97@gmail.com

² Universitas Negeri Jakarta, susi.fitri@unj.ac.id

³ Universitas Negeri Jakarta, karsih@unj.ac.id

PENDAHULUAN

Kasus kekerasan pada anak di Indonesia menjadi isu yang harus terus diperhatikan. Sepanjang tahun 2015-2016, kasus meningkat lebih dari tiga kali lipat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2017) menghimpun data dari pelaporan Sistem Informasi *Online* Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI-PPA), kasus kekerasan terhadap anak yang dilaporkan pada tahun 2015 tercatat sebanyak 1975 kasus dan meningkat menjadi 6.820 kasus pada 2016. Korban didominasi oleh anak usia 13-17 tahun, dengan jenis kekerasan terbesar yaitu kekerasan emosional 96,22 persen yang dialami anak perempuan dan 86,65 persen oleh anak laki-laki (Pinandhita, 2020). Kekerasan emosional pada anak merupakan pola perilaku pengasuh yang berulang atau kejadian-kejadian ekstrem yang melibatkan penyampaian kepada anak-anak bahwa mereka tidak berharga, cacat, tidak dicintai, tidak diinginkan, atau hanya berharga dengan syarat tertentu.

“Kata-kata bisa memukul sekeras tinju” slogan populer itu adalah benar adanya. Gestur, nada suara, cara berbicara, frekuensi, dan intensitas ini dalam konteks hubungan yang buruk akan menyampaikan pesan negatif tentang betapa seorang anak tidak diinginkan dan tak berharga. (Iwaniec, 2006). Maka, kekerasan emosional patut dianggap sebagai bentuk kekerasan yang paling menyakitkan dan yang paling merugikan bagi penghargaan diri (Engel, 2001). Sulitnya mengukur dan melihat langsung dampak kekerasan emosional, membuat fenomena ini tidak mendapat perhatian khusus, (Jantz & McMurray, 2003). Padahal, hampir semua orang yang mengalami bentuk peristiwa traumatis atas kekerasan atau pelecehan di masa lalu (baik anak-anak, remaja, dan orang dewasa) selalu merujuk pada luka emosional dan rasa sakit psikologisnya sebelum menyebutkan rasa sakit fisik ketika diteror atau disiksa oleh orang terdekatnya (Iwaniec, 2006).

Dalam jurnal dampak kekerasan domestik dan pelecehan emosional pada anak, melalui teori pembelajaran sosial Graham Bermenn & Hughes (1998) menjelaskan bahwa anak korban kekerasan domestik memiliki

kecenderungan untuk belajar bahwa satu-satunya cara untuk hidup berdampingan dengan orang lain adalah dengan tunduk, menyalahkan diri sendiri, atau menyerah saat menghadapi kesulitan. Hal-hal tersebut terprogram ke dalam repertoar anak yang membuatnya memiliki konsep diri yang buruk, mempengaruhi perkembangan psikologis awal dengan efek yang besar pada perkembangan dan fungsi mereka sebagai orang dewasa (Thomson & Kaplan, 1996). Serangkaian peristiwa negatif yang dialami korban kekerasan emosional menimbulkan penumpukkan emosi yang menyebabkan timbulnya berbagai perasaan negatif pada diri remaja (Yearwood, Pearson, & Newland, 2012).

Penumpukkan emosi negatif atas pengalaman traumatis tidak dapat diurai dengan mudah. Seseorang yang hidup dengan bayang-bayang pengalaman menyakitkan atau traumatis memerlukan sesuatu untuk memproses pengalamannya. Maka, intervensi atas dampak kekerasan emosional perlu dilakukan untuk meminimalisir kompleksitas masalah yang dihasilkan. Salah satu media yang tepat digunakan untuk membantu intervensi tersebut sangat dekat keseharian kita yaitu musik. Menurut Duffey dalam Gladding (2016), Musik dapat memfasilitasi ekspresi emosi dan mengurangi stres sehingga mampu membantu seseorang menceritakan kisahnya dan memproses pengalamannya. Owens dalam Gladding (2016) menyatakan, jika seseorang yang mengalami kekerasan emosional memerlukan upaya untuk mengeksternalisasikan emosi negatif, musik adalah media yang tepat karena memiliki kemampuan untuk memprovokasi katarsis.

Penggunaan musik sebagai intervensi sangat sesuai dengan sifat proses konseling. Konseling adalah proses kreatif. Dalam mencapai tujuannya, konselor hendaknya membantu konseli membuat pilihan dan perubahan yang sesuai dengan perkembangannya (Gladding, 2016). Dalam hal ini, remaja adalah populasi yang sangat tepat untuk diberi intervensi melalui musik.

Studi pendahuluan dilakukan pada sekolah menengah atas yang memiliki jurusan musik.

Guru BK SMKN 2 Cibinong mengkonfirmasi bahwa permasalahan umum yang terjadi di sekolah merupakan permasalahan yang berasal dari keluarga atau isu domestik. Mengingat sekolah tersebut didominasi oleh kelas sosial menengah kebawah, pengabaian yang dilakukan pengasuh kerap dikeluhkan oleh siswa. Permasalahan tersebut berdampak pada rendahnya motivasi belajar dan kenakalan remaja. Selain itu, tingginya isu kekerasan emosional diperoleh melalui beberapa laporan siswa mengenai permasalahan dalam keluarganya.

Terbatasnya fasilitas dalam melakukan intervensi spesifik khususnya isu kekerasan emosional dengan terapi musik, menjadi landasan yang kuat untuk mengembangkan sebuah panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja. Panduan ini berfungsi sebagai perencanaan konseling yang berguna untuk melihat kemungkinan keberhasilan kegiatan konseling (Hutchinson & Casper, 2008).

Berbagai penelitian terdahulu turut membuktikan efektifitas penggunaan terapi musik untuk isu kekerasan. Penelitian Amir (2004) *"Giving Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse"*; Robarts (2006) *"Music Therapy with Sexually Abused Children"* dan Thompson (2007) *"Improvised Stories in Music Therapy with a Child Experiencing Abuse"*; Levell (2019) *"Those songs were the ones that made me, nobody asked me this question before"* -- *Music Elicitation with ex-gang involved men about their experiences of childhood domestic violence and abuse* dan Roberts (2006) *"i want to play and sing my story"*: *Home-Based Songwriting For Bereaved Children and Adolescence*. Mengingat isu kekerasan merupakan isu yang sensitif penelitian-penelitian tersebut menekankan pada fungsi musik sebagai alat elisitasi yang sangat menunjang efektivitas proses konseling. Selain itu, melalui terapi musik konseli diberi kesempatan untuk mengekspresikan emosi mereka dan memverbalisasikan hal yang sulit diungkapkan. Melalui musik, seseorang dapat melakukannya secara metaforis.

Musik dan Emosi

Umumnya, musik dihargai karena imbalan emosional yang diberikan kepada pendengar (Glowinski & Camurri, 2011). Keterkaitan musik dan emosi telah banyak diulas oleh beberapa penelitian terdahulu. Mayoritas penelitian telah berfokus pada bagaimana pendengar mempersepsikan emosi dalam musik dan hubungannya dengan emosi yang dirasakan.

Sebuah eksperimen yang dilakukan Balkwill, Thompson, & Matsugana, (2004) menyimpulkan bahwa seseorang dapat menangkap emosi yang dimaksudkan dalam musik di beberapa budaya tertentu. Bahkan bayi berusia empat bulan dalam kandungan juga dapat memberikan reaksi emosional terhadap musik Zentner dan Kagan dalam (Glowinski & Camurri, 2011).

Hampir setiap individu memiliki pengalaman yang berkaitan dengan musik baik yang menyenangkan maupun tidak menyenangkan. Musik dapat membantu memicu gairah emosional yang merangsang beberapa memori tentang pengalaman seorang penderita gangguan memori (Samson, Dellacherie, & Platel, 2009).

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa musik dapat membantu memfasilitasi ekspresi emosi seseorang melalui identifikasi emosi.

Kekerasan Emosional

Jantz dan McMurray (2003) mendefinisikan kekerasan emosional sebagai respons emosional terhadap emosi yang dirasakan anak yang dilakukan secara berkelanjutan, berulang, tidak pantas, beserta perilaku ekspresif yang menyertainya. Pelecehan emosional menghambat perkembangan emosional.

Hal tersebut berdampak fatal terhadap perkembangan emosional anak. Kekerasan emosional meliputi penyampaian pengasuh kepada anak-anak bahwa mereka tidak berharga atau tidak dicintai, tidak cukup, atau hanya dihargai sejauh mereka memenuhi kebutuhan orang lain. Termasuk menakut-nakuti anak, membuatnya merasa terancam, mengeksploitasi atau mengkorupsi anak. Beberapa tingkat pelecehan emosional pun terlibat dalam semua jenis pelecehan terhadap seorang anak.

Kekerasan emosional memiliki berbagai macam bentuk yang seringkali tidak disadari pelaku maupun korban, baik dalam bentuk verbal, sikap maupun pengabaian. Seringkali fenomena ini tidak mendapatkan perhatian khusus karena sulitnya mengukur dan melihat langsung dampak kekerasan emosional (Jantz & McMurray, 2003) padahal dampak yang dihasilkan jenis kekerasan tersebut sangatlah kompleks. Dimulai dari dampak pada rasa diri, hubungan dengan oranglain dan dampak fisik.

Berdasarkan kompleksitas masalah yang ditimbulkan, kecemasan, stress dan gejala depresi adalah dampak yang dapat diakomodasi secara langsung oleh terapi musik yang berimplikasi pada penurunan dampak kekerasan emosional yang lainnya.

Musik dan Konseling

Keterkaitan antara musik dan emosi menjadi hal yang mendasar untuk membantu memahami bagaimana musik menjadi media yang efektif dalam konseling. Terapi ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan konseli. Individu yang mengalami depresi perlu secara aktif terlibat dalam pembuatan musik, sementara bagi yang lainnya mendengarkan musik dapat menjadi hal yang paling bermanfaat misalnya untuk seseorang yang mengalami kecemasan atau adiksi (Gladding, 2016).

Terapi musik yang bersifat nonverbal memiliki beberapa keunggulan seperti: (1) memberi peluang untuk berpikir dan bersifat eksperiensial; (2) memberi peluang untuk mengeksplorasi perasaan dan mengolahnya melalui kerja sama dengan terapis/konselor; (3) secara nonverbal mampu mengkondisikan ekspresi pikiran dan perasaan konseli; (4) mengungkapkan hal yang tidak dapat diakses secara verbal melalui perumpamaan dan asosiasi; (5) mencoba berbagai solusi terhadap pikiran dan perasaan melalui cara-cara yang kreatif dan kebebasan bereksplorasi secara langsung menguntungkan individu secara fisiologis Djohan dalam (Kriswanto, 2020).

Dalam Penelitian Thompson (2007) terapi musik digunakan sebagai intervensi untuk anak-anak yang pernah mengalami pelecehan seksual. Thompson menjelaskan bahwa hal tersebut menawarkan mereka kesempatan untuk mengungkapkan kesulitan mereka saat ini dan menceritakan kisah mereka secara

musikal dan metaforis, serta untuk mendapat dukungan dan perhatian dari orang yang tepat. Penelitian yang serupa menggunakan musik dan video musik sebagai alat elisitasi yang dinilai efektif dalam wawancara naratif tentang kehidupan seorang pria yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga dan pelecehan di masa kanak-kanak serta terlibat hidup di jalan dan menjadi anggota geng (Levell, 2019). Intervensi konseling berbasis terapi musik memudahkan konselor untuk memperoleh informasi mengenai isu yang tergolong sensitif dan sulit konseli ungkapkan dengan kata-kata.

Dalam terapi musik terdapat dua jenis teknik yang dapat diaplikasikan konselor yaitu terapi musik pasif/reseptif (*Passive Music Therapy*) dan terapi musik aktif (*Active Music Therapy*) (Wigram, Pedersen, & Bonde, 2002). Fleksibilitas terapi musik memungkinkan perancangan terapi yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli. Namun, individu yang mengalami depresi perlu secara aktif terlibat dalam pembuatan musik, sementara bagi yang lainnya mendengarkan musik dapat menjadi hal yang paling bermanfaat misalnya untuk seseorang yang mengalami kecemasan atau adiksi (Gladding, 2016). Maka, penggunaan teknik *songwriting* (terapi musik aktif) dinilai tepat untuk mengintervensi isu kekerasan emosional. Dalam proses konseling, anggota kelompok didorong menuangkan perasaan dan fikirannya terkait pengalaman kekerasan emosional. Hal tersebut berfungsi untuk memproses emosi mereka melalui eksternalisasi perasaan negatif.

Panduan Konseling

Panduan konseling merupakan sebuah proses perencanaan konseling dimana konselor dan konseli memiliki gambaran langkah-langkah yang akan dilalui (Seligman, 2004). Langkah tersebut dibuat untuk memudahkan konselor dalam menentukan pendekatan yang sesuai dengan permasalahan, menentukan tujuan konseling, dan membuat kegiatan yang akan dilakukan selama proses konseling. Perencanaan konseling berguna untuk melihat kemungkinan keberhasilan kegiatan konseling (Hutchinson & Casper, 2008). Menurut Seligman (2004) terdapat empat alasan penting dibalik penyusunan panduan konseling

sebelum melakukan proses konseling, antara lain: 1) panduan konseling dikembangkan berdasarkan pada penelitian tentang efektivitas intervensi terkait sehingga memberikan kemungkinan keberhasilan konseling; 2) Perencanaan intervensi secara tertulis memungkinkan konselor untuk menunjukkan akuntabilitas dan efektivitas dalam melaksanakan tugasnya; 3) Panduan konseling membantu konselor dan konseli untuk melacak progress atau memantau pencapaian kegiatan konseling karena mengandung tujuan dan memiliki prosedur; 4) panduan konseling dapat menentukan arah konseling, dan mengembangkan harapan bersama.

Panduan Terapi Musik Kelompok

Tony Day dalam Baker & Wigram (2005) memaparkan langkah-langkah *Music Therapy* bagi individu yang mengalami semua jenis kekerasan dalam pengasuhan dengan menggunakan teknik *songwriting*. Penggunaan musik dan penulisan lagu membantu dalam mengungkapkan perasaan dan ingatan individu. Pengembangan panduan ini diperuntukkan untuk layanan konseling kelompok.

Menurut pendapat para ahli, konseling kelompok memiliki dua kelebihan umum yaitu lebih efisien dan menawarkan banyak sumber dan sudut pandang (Jacobs, Masson, Harvill, & Schimmel, 2012). Pendekatan kelompok juga memiliki beberapa keunggulan yaitu menimbulkan perasaan kesamaan, memberikan kesempatan untuk mempraktikkan perilaku baru, untuk mendapatkan berbagai respon, dan kesempatan belajar untuk merasa terwakili melalui mendengarkan dan mengamati oranglain. Mengingat isu kekerasan adalah isu yang sangat personal, melalui konseling kelompok anggota dapat mengetahui peristiwa serupa yang dialami oleh anggota lain sehingga timbul perasaan kesamaan dan optimisme. Mereka tidak merasa sendiri dalam menghadapi isu kekerasan emosional. Konseling kelompok memungkinkan timbulnya pemahaman baru dan kesadaran atas apa yang mereka alami melalui berbagai sudut pandang. Khususnya dalam terapi musik kelompok, anggota dapat bertemu dengan oranglain yang memiliki minat dan pengalaman yang sama dimana keduanya merupakan hal yang menarik. Melalui teknik

menulis lagu, individu dapat menyuarakan perasaan mereka dan meningkatkan kesadaran diri atas pengalaman tersebut. Melalui penulisan lagu secara berkelompok, individu dapat memperoleh inspirasi mengenai kata atau metafora yang benar-benar menggambarkan perasaan mereka. Terapi musik secara berkelompok memiliki banyak keunggulan bagi remaja yang terdampak kekerasan emosional dalam masa pengasuhan.

METODOLOGI

Penelitian Berbasis Desain atau *Design-Based Research* (DBR) adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini.. Dalam buku (McKenney & Reeves, 2012, p. 7) metode penelitian ini disebut dengan *Educational Design Research*. Metodologi ini memiliki empat tahapan, yakni Analisis dan Eksplorasi, Desain dan Konstruksi, Evaluasi dan Refleksi, serta Implementasi dan Penyebarluasan. Namun, penelitian ini terbatas pada tahap Evaluasi dan Refleksi. Studi pendahuluan dan pengumpulan data dilakukan pada tahap analisis dan eksplorasi dengan menggunakan metode wawancara dan penyebaran instrumen *emotional abuse checklist* kepada 53 responden sampel tersebut diperoleh melalui perhitungan dengan menggunakan rumus Slovin.

Selanjutnya hasil perolehan data digunakan untuk pengembangan buku panduan pada tahap desain dan konstruksi. Tahap evaluasi dan refleksi memaparkan saran dan penilaian buku panduan. Peneliti menggunakan strategi *expert appraisal*. Strategi tersebut melibatkan bantuan para ahli untuk mengevaluasi produk yang dikembangkan. Kumpulan ide-ide untuk perbaikan produk diperoleh melalui *expert appraisal*. Proses ini digunakan untuk memverifikasi atau memvalidasi intervensi. Panduan pertanyaan *Alpha Testing* digunakan untuk memvalidasi media berdasarkan ahli media dan materi. Panduan pertanyaan atau instrumen yang digunakan merupakan kuisioner yang dikembangkan peneliti berdasarkan rujukan dari buku media dan pengembangan manual dan digital yang dikembangkan oleh Kustandi&Sujipto (2011)

Adapun kedua ahli penguji merupakan dosen Bimbingan dan Konseling Universitas

Negeri Jakarta yang memiliki kualifikasi dan berpengalaman dalam pengembangan media bimbingan dan konseling. Selain melakukan uji ahli materi dan media, peneliti juga melakukan uji keterbacaan kepada dua calon pengguna media yang dikembangkan yaitu 2 guru BK SMKN 2 Cibinong.

HASIL PENELITIAN

Pengembangan panduan terapi musik kelompok disusun berdasarkan model pengembangan *Educational Design Research*. Pada proses analisis dan eksplorasi peneliti memperoleh kajian pustaka mengenai literatur yang menjadi pondasi penelitian ini. Termasuk penggunaan metode pengumpulan data penelitian yaitu penyebaran instrumen *emotional abuse checklist* dan wawancara kepada guru BK juga siswa. Penyebaran instrumen ditujukan untuk mengukur gradasi atau level kekerasan emosional yang dialami siswa. Penyebaran instrumen dilakukan secara daring via *google form* di kelas X dan XI Kejuruan Musik SMKN 2 Cibinong. Berdasarkan hasil analisis data instrumen, terdapat 6 orang siswa dengan kategori kekerasan emosional yang tinggi, 22 sedang dan 25 rendah. Persentase berada pada angka 11.3% dengan kategori “Tinggi”, 41.5% persen kategori “Sedang” dan 47.2 % kategori Rendah.



Grafik 1. Hasil Kategorisasi Instrumen *Emotional Abuse Checklist*

Selain itu, peneliti mengumpulkan data mengenai peluang dan hambatan pengembangan panduan terapi musik kelompok di sekolah dan wawancara mengenai pengalaman musikal dan kekerasan emosional siswa. Data yang diperoleh menjadi landasan pengembangan buku panduan pada tahap desain dan konstruksi. Setelah prototipe selesai, tahap selanjutnya adalah

penyempurnaan buku panduan berdasarkan metode *expert appraisal*. Metode ini melibatkan ahli media, materi dan uji keterbacaan oleh dua guru BK untuk menyempurnakan pengembangan produk. Setelah melalui beberapa perbaikan, berikut adalah hasil evaluasi dan refleksi pengembangan panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja.

Validasi	Persentase	Kriteria
Media	88,75%	Sangat Layak
Materi	92.10%	Sangat Layak

Tabel 1. Hasil validasi ahli media dan materi

Setelah melakukan uji validasi ahli, selanjutnya peneliti melakukan perbaikan media berdasarkan hasil masukan dan saran yang diberikan para ahli :

Saran	Perbaikan
Merespon indikator-indikator yang skor nya 3 (skala 1-4) sebagai penyempurnaan buku panduan	Melakukan perubahan desain pada sampul buku panduan Mengubah <i>tone</i> warna buku agar lebih menarik dan meningkatkan keterbacaan Mengubah beberapa <i>lay out</i> pada bagian buku panduan
Mengkaji ulang dan merumuskan kembali prosedur <i>music therapy</i> berdasarkan teori yang digunakan	Mengkaji ulang prosedur <i>music therapy</i> dan melakukan beberapa perbaikan khususnya pada cara penyajian buku panduan.
Mengkaji ulang ketepatan teknik yang digunakan dalam konseling kelompok	Mengkaji kembali teknik konseling kelompok dan diterapkan pada rangkaian kegiatan
Menambahkan bab khusus petunjuk penggunaan buku panduan.	Membuat bab khusus petunjuk penggunaan buku panduan.

Tabel 2. Perbaikan Ahli Media

Saran	Perbaikan
Merespon indikator-indikator	Melakukan perubahan

yang skor nya 3 (skala 1-4) sebagai penyempurnaan buku panduan	desain pada sampul buku panduan Mengubah <i>tone</i> warna buku agar lebih menarik dan meningkatkan keterbacaan Mengubah beberapa <i>lay out</i> pada bagian buku panduan
Mengkaji ulang dan merumuskan kembali prosedur <i>music therapy</i> berdasarkan teori yang digunakan	Mengkaji ulang prosedur <i>music therapy</i> dan melakukan beberapa perbaikan khususnya pada cara penyajian buku panduan.
Mengkaji ulang ketepatan teknik yang digunakan dalam konseling kelompok	Mengkaji kembali teknik konseling kelompok dan diterapkan pada rangkaian kegiatan
Menambahkan bab khusus petunjuk penggunaan buku panduan.	Membuat bab khusus petunjuk penggunaan buku panduan.

Saran	Perbaikan
Tambahkan Bab Petunjuk Penggunaan	Menambahkan Bab Penggunaan pada bagian awal buku panduan
Bagian penentuan tema berdasarkan hasil instrumen cukup sulit dipahaminya penggunaannya	Ketentuan dalam penentuan tema dihapuskan, diganti dengan eksplorasi pengalaman kekerasan emosional anggota kelompok melalui sebuah panduan.
Kaji ulang waktu yang diperlukan pada setiap sesi	mengurangi durasi sesi konseling kelompok terutama pada tahap latihan dan perekaman yang sebelumnya berdurasi 3x100 menit Menjadi 2x100 menit
Sinkronisasi antara tabel rencana kegiatan konseling dengan bagian uraiannya	Menyelaraskan tabel rencana kegiatan konseling dengan bagian uraian.

Pastikan setiap proses kegiatan di dalam setiap tahap *music therapy* bisa mencapai tujuannya.

Teknis pelaksanaan *music therapy* diubah menjadi kelompok kecil agar keterlibatan anggota kelompok lebih tinggi

Peneliti mengubah teknis pelaksanaan *music therapy*. Terutama pada tahap pembuatan lirik lagu bersama, pembuatan musik dan perekaman karya. Format *choir* atau paduan suara diganti dengan kelompok kecil (*duo/trio*).

Tabel 3. Perbaikan Ahli Materi

Setelah melakukan perbaikan berdasarkan saran ahli media dan materi, peneliti melakukan uji keterbacaan kepada dua guru BK SMKN 2 Cibinong sebagai calon pengguna. Adapun skor dan masukan yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Uji Keterbacaan	Persentase	Kriteria
Guru 1	96,50%	Sangat Layak
Guru 2	93%	Sangat Layak

Tabel 4. Hasil Uji Keterbacaan

Saran	Perbaikan
Durasi dinilai terlalu panjang dan sulit untuk diterapkan pada proses konseling	Peneliti mengurangi alokasi waktu pada sesi konseling berikut : a. Pertemuan IV 2 x 90 menit → 100 Menit b. Pertemuan V 2 x 90 menit → 100 Menit c. Pertemuan VI 2 x 100 menit → 100 Menit
Sesi latihan dan perekaman sebaiknya dipisah	Sesi perekaman dilakukan diluar jam konseling untuk

<p>Alat <i>recording</i> yang tersedia di sekolah terbatas, dan cukup mahal bagi siswa jika melakukan proses perekaman di luar sekolah.</p> <p>Terdapat kekhawatiran apabila pembuatan musik tidak selesai karena berbagai faktor yang berkaitan dengan karakteristik peserta didik.</p>	<p>meningkatkan efektifitas durasi konseling</p> <p>Sesi perekaman dijadikan sebagai pekerjaan rumah sehingga, mampu menghemat biaya dan meminimalisir keterbatasan fasilitas pengguna.</p> <p>Pada bagian petunjuk penggunaan, peneliti menekankan pengguna untuk mempelajari terlebih dahulu prosedur <i>music therapy</i>, khususnya pada tahap penyeleksian. Selain itu, peneliti juga memperjelas rangkaian kegiatan pada <i>informed consent</i> agar calon anggota kelompok mendapat informasi yang jelas dan mampu mempertimbangkan keputusan mereka dalam mengakses layanan <i>music therapy</i>.</p>
--	--

Tabel 5. Perbaikan Pengguna Media

KESIMPULAN

Hampir semua orang mendengarkan musik dari berbagai rentang usia , anak-anak remaja dan dewasa tanpa memandang status ekonomi dan budaya. Penggunaan musik sebagai intervensi sangat sesuai dengan sifat proses konseling. Menurut Gladding (2016) konseling adalah proses kreatif. Dalam mencapai tujuannya, konselor membantu konseli membuat pilihan dan perubahan yang sesuai dengan perkembangannya.

Konselor yang efektif menyadari sifat multidimensi profesi dan dapat memilih dari berbagai macam intervensi dengan populasi yang beragam. Dalam hal ini, remaja adalah populasi yang dinilai tepat untuk diberi intervensi melalui musik. Keterkaitan antara musik dan emosi telah banyak dibahas dalam penelitian-penelitian terdahulu.

Fleksibilitas terapi musik memungkinkan perancangan terapi yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli. Namun, individu yang mengalami depresi perlu secara aktif terlibat dalam pembuatan musik. Penggunaan teknik *songwriting* (terapi musik aktif) dinilai tepat untuk mengintervensi isu kekerasan emosional. Penggunaan musik dan penulisan lagu membantu dalam mengungkapkan perasaan dan ingatan individu.

Melalui teknik menulis lagu, individu dapat menyuarkan perasaan mereka dan meningkatkan kesadaran diri atas pengalaman tersebut. Melalui penulisan lagu secara berkelompok, individu dapat memperoleh inspirasi mengenai kata atau metafora yang benar-benar menggambarkan perasaan mereka

Berdasarkan hasil validasi uji ahli media dan materi, pengembangan panduan terapi musik kelompok masing-masing mencapai skor 71 dari skor maksimal 80, dan skor 70 dari skor maksimal 76. Sementara dalam bentuk persentase, capaian validasi masing-masing menyentuh angka 88,75% dan 92% .Buku panduan yang telah direvisi berdasarkan saran ahli media dan materi selanjutnya melalui proses uji pengguna. Hasil uji keterbacaan media oleh pengguna mencapai persentase 94.75% dengan rata-rata skor 89.5 dari skor maksimal 200. Meskipun demikian, pengembangan media terbatas pada *alpha testing*. Sehingga buku panduan terapi musik kelompok ini belum dapat digunakan sebagai referensi guru BK untuk menyelenggarakan layanan. Dengan kata lain, tingkat keberhasilan buku panduan terapi musik kelompok untuk mengurangi dampak kekerasan emosional pada remaja belum dapat diperhitungkan sebelum melewati tahap coba di lapangan/ uji pilot.

DAFTAR PUSTAKA

Amir, D. (2004). Giving Trauma a Voice: The Role of Improvisational Music Therapy in Exposing, Dealing with and Healing a Traumatic Experience of Sexual Abuse. *American Music Therapy Association*, 96-103.

- Baker, F., & Wigram, T. (2005). *Songwriting : Methods, Techniques and Applications for Music Therapy Clinicians, Educators and Students*. Dalam T. Day, F. Baker, & T. Wigram (Penyunt.), *Giving a Voice to Childhood Trauma through Therapeutic Songwriting*. UK: Jessica Kingsley Publisher.
- Balkwill, L.-L., Thompson, W. F., & Matsugana, R. (2004). Recognition of emotion in Japanese, Western, and Hindustani music by Japanese listeners. *Japanese Psychological Research*, 337.
- Engel, B. (2001). *The Emotionally Abusive Relationship*. Canada: John Wiley&Sons,Inc.
- Gladding, S. T. (2016). *The Creative Art of Counseling : Fifth Edition*. United States of America: American Counseling Association.
- Glowinksi, D., & Camurri, A. (2011). Music and Emotions. Dalam P. Petta, C. Pelachaud, & C. Roddy, *Emotion-Oriented System* (hal. 247). United States: Springer.
- Graham Bermennn, S. A., & Hughes, H. M. (1998). The Impact of Domestic Violence and Emotional Abuse on Children. *Journal of Emotional Abuse*, 1(2), 1-21.
- Hutchinson, M., & Casper, P. (2008). *The Clinician's Guide To Writing Treatment Plans and Progress Notes*.
- Iwaniec, D. (2006). *The Emotionally Abuse and Neglected Child*. England: John Wiley & Sons,Ltd.
- Jacobs, E. E., Masson, R. L., Harvill, R. L., & Schimmel, C. J. (2012). *Group Counseling Strageties and Skills*. Nashville: Brooks/Cole Cengage Learning.
- Jantz, G. L., & McMurray, A. (2003). *Healing The Scars of Emotional Abuse*. Michigan: Fleming H. Revell.
- KPAI. (2017). *Statistik Gender Tematik Mengakhiri Kekerasan Terhadap Perempuan dan Anak di Indonesia*. . Jakarta: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.
- Kriswanto, Y. J. (2020). Peran Musik sebagai Media Intervensi dalam Lingkup Klinis. *Ikonik : Jurnal Seni dan Desain*, 2, 81-86.
- Kustandi, C., & Sujipto, B. (2011). *Media Pembelajaran Manual dan Digital*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Levell, J. (2019). "Those songs were the ones that made me,nobody asked me this question before":Music Elicitation with ex-gang involved men about their experiences of childhood domestic violence and abuse. *International og Qualitative Methods*, 18, 1–10.
- McKenney, S., & Reeves, T. C. (2012). *Conducting Educational Design Research*. Canada: Routledge.
- Pinandhita, V. (2020, January 10). 2020 Kekerasan pada anak tak menurun. Dipetik October 21, 2020, dari lokadata.id: <https://lokadata.id/artikel/2020-kekerasan-pada-anak-tak-menurun>
- Robarts, J. (2006). Music Therapy with Sexually Abused Children. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 11(2), 249–269.
- Roberts, M. (2006). " i want to play and sing my story" : Home-Based Songwriting For Bereaved Children and

- Adolesence. *Australian Journal of Music Therapy*, 18-34.
- Samson, S., Dellacherie, D., & Platel, H. (2009). Emotional Power of Music in Patients with Memory Disorders : Clinical Implications of Cognitive Neuroscience. *The Neurosciences and Music III-Disorders and Plasticity*, 245.
- Seligman, L. (2004). *Diagnosis and Treatment Planning in Counseling : Third Edition*. Virginia: Springer Science+Business Media, LLC.
- Thompson, S. (2007). Improvised Stories in Music Therapy with a Child Experiencing Abuse. *British Journal of Music Therapy*, 21, 43-52.
- Thomson, A. E., & Kaplan, C. A. (1996). Childhood Emotional Abuse. *British Journal of Psychiatry*, 143-148.
- Wigram, T., Pedersen, I. N., & Bonde, L. O. (2002). A Comprehensive Guide to Music Therapy Theory, Clinical Practice, Research and Training. Dalam T. Wigram, I. N. Pedersen, & L. O. Bonde. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Yearwood , E. L., Pearson, G. S., & Newland, J. A. (2012). *Child and Adolescence Behavioral Health*. United Kingdom: John Wiley & Sons.

