

## **Analisis Faktor *Music Performance Anxiety* pada Pelajar Musik Remaja di Surabaya**

**Yosephine Livia Pratiknyo**

Fakultas Psikologi

yosephine.livia@yahoo.com

**Abstrak-** Pada suatu penampilan, musisi harus mengontrol intensitas music performance anxiety yang cukup agar dapat tampil dengan baik. Namun, seringkali musisi sulit mengontrol music performance anxiety pada intensitas yang tepat. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi intensitas music performance anxiety pada siswa remaja. Penelitian ini mengambil subjek 150 orang pelajar musik remaja di Surabaya dengan menggunakan teknik incidental sampling. Persyaratan yang harus dipenuhi adalah berusia 11-19 tahun, aktif mengikuti kursus musik, pernah minimal sekali tampil secara solo dan berkelompok. Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dan data yang diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis faktor eksploratori. Penelitian menggunakan angket modifikasi music performance anxiety for adolescence dari Kenny serta angket terkait faktor-faktor music performance anxiety. Hasil penelitian menunjukkan terbentuk 3 faktor baru dari 17 faktor awal hasil elisitasi teori dan survey awal, yaitu standar kualitas pencapaian, persepsi terhadap penampilan pribadi, serta situasi lingkungan tampil. Faktor dominan yang dapat memprediksi intensitas music performance anxiety adalah persepsi terhadap penampilan pribadi. Faktor tersebut memengaruhi kognisi dan persepsi individu terhadap stressor yang dianggap sebagai ancaman, terutama pada situasi evaluatif. Situasi lingkungan tampil merupakan faktor kedua yang memengaruhi music performance anxiety. Sementara standar kualitas pencapaian tidak berkontribusi dan kurang prediktif terhadap music performance anxiety.

**Kata Kunci :** *Music Performance Anxiety, Pelajar, Siswa, Remaja*

**Abstract-** During a performance, musician should control enough instensity of music performance anxiety to perform well. However, musician often find it hard to control music performance anxiety at the right intensity. Therefore, this study aims to look at the factors influencing intensity of music performance anxiety on adolescence student. This study took 150 subjects of music learner in Surabaya using incidental sampling technique. The subject qualifications are 11-19 years old, actively taking music courses, had perform at least once on solo and group. This study is quantitative descriptive and the data was analyzed using exploratory factor analysis. This study uses the modified music performance anxiety for adolescence questionnaire by Kenny and music performance anxiety factors questionnaire. The result shows three new factors from 17 earlier factors earned from theory and survey elicitation, which are achievement quality standard, perception towards personal performance, and performance situation. The

*dominant factors that best predict the intensity of music performance anxiety are perception towards personal performance. It influences cognition and individual perceptions of stressors as threat, moreover at evaluative situation. Performance situation is the second influencing factors to music performance anxiety. While achievement quality standard does not contribute and less predictive to music performance anxiety.*

**Keywords :** *Music Performance Anxiety, Learner, Student, Adolescence*

## **PENDAHULUAN**

Hampir semua orang yang belajar musik, baik yang belajar secara formal atau informal, pernah menampilkan permainan musiknya di hadapan orang lain. Salah satu bentuk penampilan musik adalah musisi yang tampil di hadapan orang lain, yang disebut dengan *music performance*. Untuk menampilkan sebuah *music performance*, dibutuhkan keterampilan tingkat tinggi yang beragam, termasuk kelenturan dan koordinasi motorik halus, perhatian dan memori, serta keterampilan estetika dan interpretatif (Kenny, 2006). Menurut Zakaria (2013), penampil musik yang baik tidak hanya harus mampu memainkan instrumennya dengan baik, namun juga memiliki dan menunjukkan kepercayaan diri dan mental yang kuat, mampu menampilkan lagu dengan baik, serta memberi penampilan *music* yang dapat menyentuh pikiran dan perasaan penonton.

Terdapat musisi yang menganggap bahwa tampil di hadapan banyak orang merupakan hal yang menakutkan karena musisi dapat mengekspresikan *inner music* yang dirasakan dan menuangkannya melalui jari-jari dan koordinasi motorik tubuh sehingga musisi merasa positif dan bersemangat ketika tampil (Kenny, 2011). Namun, tidak semua musisi merasa antusias terhadap *music performance* dalam menampilkan permainan musiknya di depan umum. Bagi beberapa musisi, *performance* identik dengan rasa takut dan ketegangan yang menjadi sebuah tantangan tersendiri untuk diatasi. Ketika akan tampil dihadapan orang lain, musisi akan mengalami kecemasan dan stres (Demirbatir, 2012). Hal ini dikenal dengan *music performance anxiety*. Banyak musisi-musisi besar dunia yang mengalami *music performance anxiety*, diantaranya adalah Frederic Chopin, Maria Callas, Sergei Rachmaninoff, dan lain sebagainya. Menurut hasil survey awal, pelajar musik remaja juga mengalami *music performance anxiety*. Dari 29

pelajar musik di Surabaya, 28 diantaranya mengaku merasa tegang, grogi, dan cemas ketika tampil.

*Music Performance Anxiety* (MPA) adalah pengalaman *stressful* yang menetap mengenai kesalahan pada permainan musik di hadapan publik, tanpa pengaruh dari kemampuan musik, latihan yang dijalani, dan persiapan individu. (Salmon, 1990). Hal ini merupakan emosi yang wajar dirasakan oleh penampil (*performers*) selama masih dalam taraf normal (Cox dan Kenade, 1993). Secara teori, intensitas sedang merupakan intensitas yang tepat untuk menghasilkan penampilan yang optimal. Tingkat intensitas kecemasan yang tepat dapat menghasilkan penampilan yang baik. Sementara intensitas kecemasan yang terlalu sedikit maupun terlalu banyak justru berujung pada hasil penampilan yang kurang baik. (Hille, 2002; Zakaria, 2013). Terdapat berbagai macam faktor yang memengaruhi intensitas *music performance anxiety*. Dari hasil elisitasi teori dan survey awal yang dikumpulkan peneliti, terdapat 20 faktor yang memengaruhi *music performance anxiety* yaitu *trait anxiety*, perfeksionisme, pola asuh, persiapan, kognisi negatif, evaluasi dari lingkungan sosial, pengalaman negatif, tuntutan lingkungan, rasa percaya diri, takut gagal, ekspektasi tinggi, format penampilan, jumlah penonton, status penonton, kompetensi penonton, urutan penampilan, dan acara. Dari sekian banyak faktor belum diketahui faktor mana yang dapat dikendalikan atau dimodifikasi sehingga musisi bisa mengontrol munculnya kecemasan ketika tampil (Fehm, 2006). Dengan melakukan analisis faktor, dapat diketahui faktor apa saja yang memengaruhi *music performance anxiety*, bagaimana faktor-faktor tersebut memengaruhi *music performance anxiety*, dan seberapa besar peran faktor-faktor tersebut. Selain itu, sepengetahuan peneliti belum ada penelitian yang menggunakan analisis faktor *music performance anxiety* pada subjek remaja. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan analisis faktor dengan tujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang berpengaruh pada intensitas *music performance anxiety* pada pelajar musik remaja dan mengetahui seberapa besar peran dan pengaruh faktor-faktor tersebut terhadap *music performance anxiety*.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan subjek remaja berusia 11-19 tahun yang merupakan pelajar musik (siswa) aktif sedang menjalani pembelajaran musik. Subjek yang diambil adalah siswa yang pernah tampil di hadapan umum setidaknya satu kali secara solo dan satu kali secara berkelompok. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *incidental sampling*. Metode pengambilan data menggunakan kuesioner yang terbagi menjadi tiga angket, yaitu angket terbuka, angket faktor-faktor *music performance anxiety*, dan angket *music performance anxiety for adolescence* (MPAI-A) oleh Kenny. Teknik analisis data menggunakan analisis faktor eksplanatori dengan program SPSS 16.00 for Windows.

Hasil pengambilan data menggunakan 150 subjek (80 perempuan dan 20 laki-laki) menunjukkan sebagian besar subjek memiliki *music performance anxiety* sedang (64,7%). Sebagian subjek yang lain memiliki *music performance anxiety* tinggi (28%).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki *music performance anxiety* sedang cenderung tinggi. Melalui hasil elisitasi awal terdapat 17 faktor yang diuji menggunakan analisis faktor. Hasil pengujian angket yang mengukur 17 faktor tersebut menunjukkan reliabilitas yang baik yaitu nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,939. Dari hasil uji reliabilitas terdapat tiga butir yang memiliki nilai *Corrected Item Total Correlation* <0,2 sehingga dipertimbangkan untuk digugurkan. Ketiga butir tersebut merupakan faktor yang sama yaitu pola asuh. Analisis faktor dilanjutkan menggunakan 16 faktor, namun hasilnya menunjukkan bahwa faktor percaya diri tidak mengelompok pada komponen manapun. Oleh karena itu, faktor rasa percaya diri digugurkan sehingga analisis faktor kembali dilakukan menggunakan 15 faktor. Pola asuh dan rasa percaya diri pada awalnya diduga memiliki hubungan dengan *music performance anxiety*. Namun, kedua faktor ini tidak dapat digunakan sebagai faktor yang secara independen berkontribusi terhadap *music performance anxiety* dan tidak dapat digunakan pada analisis faktor. Perbedaan variasi pola asuh seperti pola asuh otoriter, *neglectful*,

permissif, dan otoritatif menyebabkan anak membentuk sifat-sifat tertentu dalam dirinya seperti tuntutan, munculnya pikiran-pikiran negatif, dan rasa takut gagal. Pola asuh tidak secara langsung memengaruhi *music performance anxiety*. Namun, pola asuh memengaruhi faktor-faktor seperti tuntutan, ekspektasi, atau rasa takut gagal yang secara langsung memengaruhi *music performance anxiety*. Rasa percaya diri merupakan faktor dua arah. Rasa percaya diri yang kurang dan berlebihan sama-sama dapat menimbulkan kecemasan sehingga rasa percaya diri tidak dapat secara langsung berhubungan dan prediktif terhadap *music performance anxiety*.

Dari hasil analisis faktor diketahui bahwa 15 faktor tersebut mengelompok pada tiga faktor utama, yaitu standar kualitas pencapaian, persepsi terhadap penampilan pribadi, dan situasi lingkungan tampil. Standar kualitas pencapaian adalah tingkat kualitas dan keberhasilan permainan musik yang ingin dicapai seseorang pada suatu penampilan.

Standar kualitas pencapaian merupakan faktor baru hasil pengelompokan lima faktor yaitu perfeksionisme, persiapan, tuntutan lingkungan, takut gagal, dan ekspektasi. Faktor baru ini mencakup faktor-faktor yang seluruhnya bertujuan untuk tampil sempurna. Secara internal, standar kualitas yang ingin dicapai musisi meliputi perfeksionisme. Sifat perfeksionisme menyebabkan musisi dituntut untuk tampil sempurna sesuai standar personal dan sosialnya (Kenny, 2004). Karena dituntut untuk tampil sesuai standar personal dan sosial, maka musisi membentuk ekspektasi yang tinggi terkait penampilannya. Tuntutan dari ekspektasi dan tampil sempurna menyebabkan musisi menjadi takut mengalami kegagalan sehingga terbentuk rasa takut gagal. Hal ini dialami oleh 32,04% subjek penelitian yang menyatakan bahwa mereka merasa takut gagal tampil dengan baik, takut melakukan kesalahan, dan takut lupa. Oleh karena itu, unsur internal menjadi aspek dalam diri musisi yang bertujuan untuk main dengan sempurna. Secara eksternal, standar kualitas pencapaian musisi meliputi tuntutan lingkungan. Tuntutan dapat muncul dari perkataan dan dorongan orang tua, guru, maupun pengamatan terhadap teman atau kompetitor. Musisi yang didorong oleh lingkungan untuk bermain secara sempurna tanpa ada kesalahan akan dituntut untuk main dengan sempurna. Dari pengaruh tuntutan eksternal dan internal

tersebut, maka musisi akan menjalani persiapan penampilan. Musisi yang secara internal memiliki ekspektasi tinggi dan secara eksternal mendapat tuntutan tinggi dari lingkungan akan berusaha melakukan persiapan hingga sempurna (Kenny, 2004). Unsur eksternal dari tuntutan lingkungan tersebut menjadi aspek dari luar musisi yang bertujuan untuk main dengan sempurna. Unsur internal memiliki hubungan dengan unsur eksternal. Secara internal, musisi yang perfeksionis akan menganggap tuntutan lingkungan secara eksternal sebagai hal yang mengancam tujuan musisi untuk main dengan sempurna sehingga musisi melakukan persiapan dengan sebaik-baiknya. Seberapa banyak persiapan yang dilakukan musisi bergantung pada unsur internal dan eksternal tersebut. Oleh karena itu, tujuan untuk bermain secara sempurna menyebabkan seluruh unsur berkumpul menjadi satu dalam standar kualitas pencapaian.

Persepsi terhadap penampilan pribadi adalah penilaian dan pikiran musisi terhadap situasi penampilannya. Persepsi terhadap penampilan pribadi merupakan faktor baru hasil pengelompokan lima faktor yaitu *trait anxiety*, urutan penampilan, kognisi negatif, evaluasi lingkungan, dan pengalaman negatif. Faktor ini mencakup faktor-faktor yang seluruhnya memengaruhi penilaian stimulus sebagai *stressor*. Dalam menilai apakah suatu stimulus dapat menjadi *stressor* terdapat kombinasi antara hal-hal yang telah dimiliki musisi sebelumnya dengan situasi yang dihadapi saat tampil. Salah satu hal yang dimiliki musisi sebelumnya yang dapat memengaruhi penilaian stimulus sebagai *stressor* adalah *trait anxiety*. Orang yang memiliki *trait anxiety* tinggi merupakan tipe orang pencemas dan cenderung menilai pengalaman sebagai *stressor* sehingga mudah memiliki kognisi-kognisi negatif terkait situasi yang dihadapinya (Osborne & Kenny, 2005). Pada musisi, pengalaman negatif yang sebelumnya pernah dialami semakin memperparah kognisi negatif serta menyebabkan musisi semakin negatif dalam menilai suatu stimulus, sehingga lebih mudah menganggap stimulus sebagai *stressor*. Hal ini disebabkan karena pengalaman negatif mampu menghadirkan *cues-cues* yang memicu kognitif yang negatif, sensasi somatis, dan *cognitive self-statement* yang parah (Kenny, 2004). Akibatnya, ketika situasi tampil dihadirkan, musisi dengan *trait anxiety* tinggi lebih cenderung menilai stimulus tersebut sebagai *stressor*. Sementara itu, situasi yang dihadapi saat ini dapat meliputi

evaluasi lingkungan dan urutan penampilan. Musisi yang menerima evaluasi dari lingkungan dapat memengaruhi penilaian stimulus sebagai *stressor* pada situasi tampil. Hal ini disebabkan karena situasi evaluatif dapat mengancam ego seseorang (Fehm, 2006). Urutan penampilan mencerminkan kesiapan musisi untuk tampil. Musisi yang merasa sudah siap tidak akan merasa terancam bila harus tampil di urutan awal maupun akhir sehingga penilaian terhadap stimulus mungkin tidak dianggap sebagai *stressor*. Namun sebaliknya jika musisi merasa belum siap, maka urutan tampil di awal dapat dinilai sebagai stimulus yang menjadi *stressor* bagi musisi. Hal yang dimiliki dulu dan situasi yang dihadapi ketika tampil menciptakan penilaian musisi terhadap stimulus-stimulus ketika tampil sebagai *stressor*. Hasil penilaian *stressor* musisi terhadap situasi disebut sebagai persepsi terhadap penampilan pribadinya.

Situasi lingkungan tampil adalah situasi eksternal yang mencakup komponen-komponen yang selalu ada ketika tampil. Faktor ini merupakan faktor baru hasil pengelompokan lima faktor, yaitu jumlah penonton, kompetensi penonton, status penonton, format penampilan, dan acara. Suatu penampilan pasti melibatkan situasi lingkungan tampil tertentu. Seorang musisi disebut tampil apabila musisi memainkan suatu komposisi dihadapan orang lain. Oleh karena itu, pada setiap penampilan pasti terdapat setidaknya tiga komponen. Komponen pertama adalah musisi yang memainkan musik. Musisi yang tampil bisa menampilkan musiknya dalam format solo atau berkelompok. Format penampilan berhubungan dengan tanggung jawab musisi terhadap keberhasilan penampilannya. Format penampilan dengan semakin sedikit orang akan menyebabkan tanggung jawab yang dimiliki ketika tampil semakin besar, sehingga situasi eksternal menjadi semakin mengancam. Komponen kedua adalah acara dimana musisi dapat menampilkan permainan musiknya. Pada acara ujian, penampilan musisi akan dievaluasi melalui sistem penilaian formal yang dilakukan oleh juri, guru, atau pihak lain. Hasil evaluasi tersebut akan mendatangkan konsekuensi tertentu terhadap subjek, seperti menang atau kalah pada lomba, lulus atau tidak lulus ujian, diterima atau tidak diterima dalam audisi, dan lain-lainnya. Komponen ketiga adalah penonton yang melihat dan mendengarkan permainan musik musisi. Pada suatu penampilan pasti ada

penonton yang melihat dan mendengarkan permainan musisi. Penonton dapat dilihat melalui beberapa dimensi, yaitu jumlah penonton, kompetensi penonton, dan status penonton. Ketika tiga komponen tersebut disatukan, tercipta suatu situasi eksternal dimana musisi tampil dalam segi format penampilan, penonton, dan acara. Ketika acaranya bersifat ujian sehingga ada konsekuensi terhadap hasil penampilannya, maka musisi akan lebih sensitif terhadap kehadiran penonton terutama jika penonton berjumlah banyak, memiliki kemampuan tinggi, dan memiliki status sebagai evaluator. Hal ini menjadi semakin parah ketika musisi tampil dengan format penampilan solo sehingga seluruh tanggung jawab keberhasilan penampilan tergantung pada dirinya. Dinamika ketiga komponen tersebutlah yang membentuk situasi lingkungan tampil musisi ketika tampil.

Dari hasil analisis regresi untuk mengetahui faktor dominan diketahui bahwa intensitas *music performance anxiety* dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu persepsi terhadap penampilan pribadi (16,254% dengan korelasi sebesar 0.516) dan situasi lingkungan tampil (15,33% dengan korelasi sebesar 0.511). Sementara itu, standar kualitas pencapaian tidak berkontribusi secara signifikan terhadap *music performance anxiety* (korelasi sebesar 0.412). Faktor dominan pertama yang memengaruhi intensitas *music performance anxiety* adalah persepsi terhadap penampilan pribadi. Persepsi terhadap penampilan memegang peran penting dalam memengaruhi *music performance anxiety* karena merupakan penilaian terhadap situasi apakah dianggap sebagai *stressor* yang mengancam atau tidak. Persepsi musisi terhadap penampilan dapat memengaruhi tinggi rendahnya intensitas *music performance anxiety* pada situasi lingkungan tampil tertentu. Situasi lingkungan tampil baru akan memengaruhi *music performance anxiety* ketika dipersepsi secara mengancam. Sementara standar kualitas pencapaian diduga tidak berkontribusi secara signifikan karena sifatnya dua arah (mengikuti kurva U) sehingga kurang prediktif terhadap *music performance anxiety*.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Faktor-faktor yang berkorelasi dengan *music performance anxiety* dapat dikelompokkan menjadi tiga faktor utama yaitu standar kualitas pencapaian, persepsi terhadap penampilan pribadi, dan situasi lingkungan tampil. Dari ketiga

faktor tersebut, persepsi terhadap penampilan pribadi memiliki pengaruh kontribusi paling besar dan prediktif terhadap *music performance anxiety* dilanjutkan dengan situasi lingkungan tampil. Sementara itu, standar kualitas pencapaian berkontribusi kecil dan kurang signifikan terhadap *music performance anxiety*. Saran penelitian ini terhadap musisi, guru, dan orang tua adalah untuk memperhatikan persepsi musisi terhadap penampilannya agar tetap optimis dan positif supaya dapat menghasilkan penampilan yang optimal. Selain itu, penelitian selanjutnya perlu menggunakan subjek yang lebih spesifik terutama dalam segi alat musik yang dikuasai dan jeda waktu antara penampilan dengan pengambilan data agar tidak terlalu lama. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan alat ukur *music performance anxiety* yang berbeda untuk melihat apakah terdapat perbedaan hasil faktor-faktor yang memengaruhi *music performance anxiety* atau apakah ada faktor lain yang juga memengaruhi *music performance anxiety* namun belum tercakup pada penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Cox, W. J., & Kennardy, J. (1993). Performance anxiety, social phobia, and setting effects in musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 49-60.
- Demirbrater, R. E. (2012). Undergraduate music students' depression, anxiety and stress levels: a study from Turkey. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 2995-2999.
- Fehm, L., & Schmidt, K. (2006). Performance anxiety in gifted adolescent musicians. *Anxiety disorders*, 98-109.
- Hille, C. (2002). Performance anxiety in music students. Unpublished manuscript, Technische Universitat Dresden.
- Kenny, D. T. (2004). Music performance anxiety: is it the music, the performance or the anxiety? *In Music Forum*, 38-43.
- Kenny, D. T. (2006). Music Performance Anxiety: Origins, Phenomenology, Assessment and Treatment. *Context: Journal of Music Research*.
- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. Oxford University Press.

- Osborne, M. S., & Kenny, D. T. (2005). Development and validation of a music performance anxiety inventory for gifted adolescent musicians. *Anxiety Disorders*, 725-751.
- Salmon, P. G. (1990). A psychological perspective on musical performance anxiety: a review of the literature. *Medical Problems of Performing Artist*, 2-11.
- Zakaria, J. B., Musib, H. B., & Shariff, S. M. (2013). Overcoming music performance anxiety among music undergraduates. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 226-234.