

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Ada beberapa permasalahan besar yang akan dihadapi oleh remaja, salah satunya ialah pergaulan dan tontonan-tontonan pada media sosial yang mampu memengaruhi pemikiran mereka. Pemikiran adalah sekumpulan ide tentang kehidupan yang diambil dan diekstraksi oleh remaja itu ke dalam benaknya sehingga menjadi sebuah pemahaman yang mendorong setiap perilakunya. Pemikiran penting yang membentuk remaja adalah: makna kehidupan, standar kebahagiaan hidup, dan standar perilaku. Misalnya, standar kebahagiaan hidup adalah harta yang berlimpah agar bisa seperti tokoh yang dikaguminya. Namun, pada faktanya kondisi remaja belum sampai pada mandiri secara finansial. Ketika remaja menyadari bahwa dirinya belum mampu untuk seperti role modelnya, tidak sedikit remaja yang tidak menerima hal itu. Bahkan tidak sedikit remaja melakukan tindakan kriminal untuk memenuhi keinginannya.

Banyak ditemukan siswa remaja kelas VIII di SMPN 3 Banyuresmi Garut secara impulsive menonton kehidupan-kehidupan *influencer* yang *flexing* untuk menaikkan pamornya pada media social, hal ini secara tidak langsung mempengaruhi pemikiran yang menjadi landasan dalam sebuah tindakan siswa. Tidak sedikit siswa yang menirukan gaya *flexing* dengan ditunjukkannya perilaku angkuh merasa dia paling memiliki segalanya.

Masa transisi peralihan dari anak menuju dewasa yaitu masa remaja. Pada masa remaja terdapat fase-fase perkembangan didalamnya. Meliputi perubahan emosional, sosial, mental, dan fisik. Fase ini merupakan fase perkembangan yang dinamis dan remaja umumnya mengalami persoalan. Pada masa remaja perkembangan emosi biasanya memiliki energi yang besar dan menggebu-gebu, namun kemampuan untuk mengendalikan dirinya masih belum sempurna. Pada masa ini, remaja sering sekali merasa tidak aman, khawatir kesepian, dan tidak tenang

Persoalan dan perubahan yang terjadi pada masa ini, dapat menjadi pemicu masalah mental emosional pada remaja jika remaja tersebut tidak dapat mengontrolnya dengan baik **(Devita, 2019, hal. 33)**.

Keadaan seseorang mengalami distress psikologik dikarenakan adanya perubahan psikologis pada kondisi tertentu merupakan pengertian dari mental emosional, keadaan seperti ini dapat pulih Kembali seperti semula, namun apabila



masalah mental emosional tidak segera ditangani dengan tepat, dapat menimbulkan dampak kurang baik bagi proses perkembangan remaja (Wahyuni et al., 2018, hal. 251). Daniel Goleman mengidentifikasi beberapa kelompok emosi yaitu, amarah, kenikmatan kesedihan, rasa takut, bermusuhan, tindakan kekerasan, dan kebencian patologis.

Media ekspresi emosi yang biasanya remaja lakukan ialah mendengarkan musik yang sesuai dengan apa yang sedang dirasakannya. Namun, pada masa kini, musik tidak hanya berfungsi sebagai hiburan dikala sepi. Ada banyak sekali musik yang mengandung unsur terapeutik seperti lagu Tulus dalam album manusia. Tidak sedikit remaja yang merasa terwakili perasaannya dengan lirik tersemat dalam musik tersebut, sehingga dengan mendengarkan musik pendengar mendapatkan *insight* bagi dirinya sendiri.

Lagu Tulus hadir ditengah maraknya gaya hidup *flexing* sebagai Pereda, karena tidak sedikit orang yang merasa terbantu dengan adanya lagu Tulus tersebut. Sesuai dengan fungsi dari musik itu sendiri, musik memiliki fungsi sebagai berikut: 1). Memberikan kenikmatan estetis; 2). Sebagai media ekspresi diri; 3). Respon fisik; 4). Memberikan relaksasi atau hiburan; 5). Media terapeutik; 6). Sarana pemersatu masyarakat yang sedang mengalami krisis; 7). Representasi simbolik; 8). Memelihara kontinuitas dan stabilitas budaya; 9). Memvalidasi intuisi-intuisi sosial dan ritual-ritual keagamaan; dan 10). Sebagai media Pendidikan serta pembelajaran (Eko Raharjo, 2007, hal. 1).

Remaja ini memiliki tugas perkembangannya diantaranya adalah, perkembangan sosial, pada masa remaja kemampuan bersosialisasi ini kuat terhadap teman dekat dan teman sebaya. Remaja harus mampu menetapkan sebuah identitas yang mandiri dan membaskandiri dari domansi keluarga, kedua perkembangan psikologis, pada perkembangan ini remaja menghasilkan bentuk identitasnya, dan yang terakhir ialah perkembangan spiritualitas, yaitu remaja sudah mampu memahami konsep abstrak, mampu berempati, berfilosofi, dan menginterpretasikan analogi serta simbol-simbol.

Perkembangan spiritual ini harus diperhatikan bagi kita umat muslim karena, salah satu yang paling dibutuhkan pada saat ini adalah mengenalkan

qona'ah atau sikap menerima dan bersyukur atas yang ia miliki. Buya Hamka menjelaskan bahwa qona'ah memiliki pengertian yang sangat luas, meliputi kesabaran terhadap ketentuan Ilahi yang tidak menyenangkan, tetap berusaha sepanjang hidupnya bukan karena tamak akan tetapi karena itu merupakan perintah agama, kepercayaan kepada kekuasaan Allah, dan bersyukur atas nikmat yang telah diberikan oleh-Nya. Dalam membangun qona'ah ada dua aspek yang harus diperhatikan yaitu yaitu kehidupan yang baik (hayatan tayyibah) dan kesediaan dalam penerimaan (ridha). (Noorhayati, 2016, hal 1)

Qona'ah memiliki arti hatinya yakin bahwa Allah lah yang memberi Zat yang Maha sempurna, tidak ada keraguan, dan kekurangan karena semua berasal dari Allah SWT berapapun yang Allah berikan akan bernilai sempurna dihatinya. Keyakinan yang seperti inilah yang menjadikan pemilik sifat qona'ah akan selalu merasa tentram kehidupannya.

Menerima dengan rela akan apa yang ada, memohon kepada tuhan tambahan yang pantas dan berusaha, menerima dengan sabar ketentuan Tuhan, bertawakkal kepada tuhan, dan tidak tertarik oleh tipu daya dunia merupakan sikap qona'ah yang harus ada pada setiap manusia beraga Islam. Berdasarkan fungsi dan tugas perkembangan remaja dalam spiritualitas nya memaknai lagu ini dapat dijadikan salah satu pendekatan yang bisa dilakukan dalam psikoterapi modern.

Menerima dengan rela apa yang ada memang bukanlah hal yang mudah, ada banyak faktor penerimaan pada setiap individu salah satunya lingkungan sekolah. Ada banyak hal yang bisa dan kerap terjadi, salah satunya ialah pem-bully-an. Pem-bully-an ini kerap terjadi pada siswa kelas VIII di SMPN 3 Banyuresmi Garut, sehingga menimbulkan hal-hal yang kurang baik pada korban, seperti kurang percaya diri, merasa dirinya tidak cukup baik, pintar, dan atau rupawan. Terjadinya penindasan terhadap siswa lain yang memiliki ekonomi lemah, dan masih banyak lagi.

Hal-hal tersebut, berdampak pada cara berpikir yang mempengaruhi perilakunya, seperti rasa tidak terima pada kondisi dirinya, kondisi keluarganya, kondisi ekonomi keluarganya, mudah marah, dan bahkan berkata kasar. Lain halnya dengan jenjang kelas VII yang baru saja mengenal teman sekelasnya dan belum

mendapatkan keberanian untuk melakukan tindakan pem-*bully*-an atau penindasan, juga dengan jenjang kelas IX anak cenderung sudah memiliki keberanian untuk melawan.

Atas permasalahan dan uraian tersebut penulis kemudian membuat sebuah penelitian mengenai pengaruh lagu Tulus terhadap remaja dalam proses perkembangan spiritual. Selain itu, pengkajian terhadap pengaruh lagu Tulus terutama terhadap sikap qona'ah remaja ini sangat minim. Sehingga, besar harapan penelitian ini dapat menjadi pelengkap pengkajian-pengkajian sebelumnya. Dalam penelitian ini penulis memberi judul "Pengaruh Lagu Tulus Terhadap Qona'ah Siswa Remaja Kelas VIII".

I.2 Rumusan Masalah

Apabila kita merujuk pada pendahuluan di bagian sebelumnya, maka dapat disimpulkan beberapa rumusan masalah, yaitu:

1. Apa yang dimaksud dengan lagu dan *qona'ah*?
2. Bagaimana lagu Tulus dapat memengaruhi sikap qona'ah pada siswa remaja kelas VIII?

I.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilaksanakan penelitian ini senagai berikut:

1. Untuk mengetahui lagu dan *qona'ah*.
2. Untuk mengukur apakah lagu Tulus dapat berpengaruh terhadap *qona'ah* pada siswa.

I.4 Manfaat Penelitian

Berikut ini merupakan manfaat penelitian, yaitu:

1. Manfaat teoritis
 - a. Dapat menggambarkan dan mengetahui proses lagu berpengaruh terhadap perkembangan spiritualitas remaja.
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi sekolah ini dapat dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling/BK guna menjaga komunikasi dengan siswa-siswi yang aktif.

- b. Bagi remaja yang kurang mampu mengungkapkan emosi dan perasaannya, ini sangat penting karena dapat menjadi media penyampaian emosi dan perasaannya.

I.5 Kerangka Berpikir

Pada masa kini ada banyak permasalahan yang menghampiri remaja, hal yang bisa membuat remaja mengalami permasalahan Menurut Holt & Kaiser dalam Yuri Christiani dkk (2021:110) karya seni berfungsi sebagai bentuk nyata dengan maksud dan tujuan memberi jalan dan *feedback*. Karya seni juga dapat dijadikan tempat atau wadah guna menggali lebih jauh pikiran, keyakinan, emosi, pengalaman, dan sudut pandang atau persepsi. Terapi seni menggunakan bunyi-bunyian yang disusun dalam rangkaian melodi dan proses karya komposisi music.

Dalam *World Federation of Music Therapy* musik dapat digunakan sebagai terapi apabila musik digunakan dengan professional, dan unsur-unsur yang terkandung dalam music dapat dijadikan sebagai intervensi dalam berbagai bidang seperti Pendidikan, lingkungan sehari-hari dengan individu, keluarga, atau kelompok tertentu, dan Kesehatan. Yang mencoba untuk melakukan optimalisasi kualitas hidupnya dan meningkatkan kesehatan fisik, sosial, komunikatif, emosional, intelektual, spiritualnya serta kondisi *well-being* dirinya. (Kriswanto, 2020, Hal. 86)

Hal ini dapat digunakan bagi terapis sebagai media untuk mengetahui suasana hati klien dan tentunya bagi pendengar bisa menjadi media belajar. Music ini dapat menjadi penunjang tugas perkembangan remaja yaitu sebagai berikut: 1) Menerima kualitas dan keragaman fisiknya sendiri. 2) orang tua atau figur-figur otoritas menjadi acuan guna mencapai kemandirian emosional. 3) belajar bergaul dengan sebuah individu seperti orang lain atau teman sebaya maupun kelompok, guna mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal. 4) Menemukan identitasnya melalui role model dikehidupan nyata. 5) percaya terhadap kemampuannya sendiri dan menerima dirinya sendiri. 6) mengatkan kemampuan mengendalikan diri (*selfcontrol*) berdasarkan prinsip-prinsip, falsafah hidup, atau skala nilai. 7) Bisa atau mampu menyesuaikan diri dan meninggalkan reaksi kekanak-kanakan.

Menerima kualitas diri merupakan salah satu sikap yang baik, dalam Islam penerimaan biasa disebut dengan qona'ah. Qona'ah dalam kamus Arab-Indonesia didefinisikan dengan "suka menerima yang diberikan kepadanya". Menurut Bahasa qona'ah adalah rela/ridho, sedangkan menurut istilah dimaknai menerima ketika berada dalam ketiadaan/tidak memiliki apa yang diinginkan. Qona'ah sebagai bagian dari komponen dalam jiwa manusia, merupakan cermin dari keadaan *nafsiah* (ruhaniah). Unsur ruh ini merupakan takaran bagi setiap individu dalam merefleksikan jasadnya. Setiap *nafs* (jiwa) berada dalam kelabilan pada waktu-waktu tertentu, karena dia teramat misterius bagi setiap individu lainnya. Jadi, keberadaan sifat qona'ah dalam jiwa setiap individu sejatinya bisa dikaji dengan mengukur keberadaan jiwanya. Kondisi jiwa (*nafs*) dengan ketenangan, kegelisahan, kebimbangan dan lain sebagainya.

Jiwa merupakan perpaduan antara jasmani dan ruhani manusia. Perpaduan ini kemudian menjadikan manusia mengenal perasaan, emosi, dan pengetahuan yang membedakan setiap individu. Sehingga, manusia bisa memilih perbuatannya. Baik itu perbuatan yang baik atau bahkan perbuatan yang buruk. Perbuatan baik atau buruk menjadi pilihan manusia, setelah dirinya memenangkan pergolakan jiwa dalam dirinya. Merasa cukup (qona'ah) terhadap apa yang semestinya dinikmati, merupakan upaya melawan perbuatan serakah atau keinginan memiliki hal lainnya yang bukan haknya. Menurut Mubarak setiap individu memiliki kesempatan yang sama untuk menentukan apakah sebuah kenikmatan atau penderitaan, keberhasilan atau kegagalan, serta ketenangan atau kegelisahan dalam hidupnya.

Jiwa yang tenang, mampu mengarungi semua permasalahan yang dihadapi dalam realitas kehidupan. Misalnya, menyikapi pertumbuhan seksual pada remaja, jika dihadapi dengan tenang dan mengerti apa yang harus dilakukan seperti merawat tubuh. Lanjut, dalam menyikapi pengaruh yang terjadi dari sosial pertemanan dan tontonan, remaja akan cenderung melakukan kegiatan dan perilaku yang ia lihat disekitarnya. Apabila yang remaja lihat perilaku baik maka ia akan menanamkan dalam pikirannya dan memproyeksikannya dalam perilaku, jika yang remaja lihat adalah perilaku baik maka remaja akan memproyeksikan hal-hal yang baik atau sebaliknya, jika remaja melihat perilaku yang kurang baik maka remaja

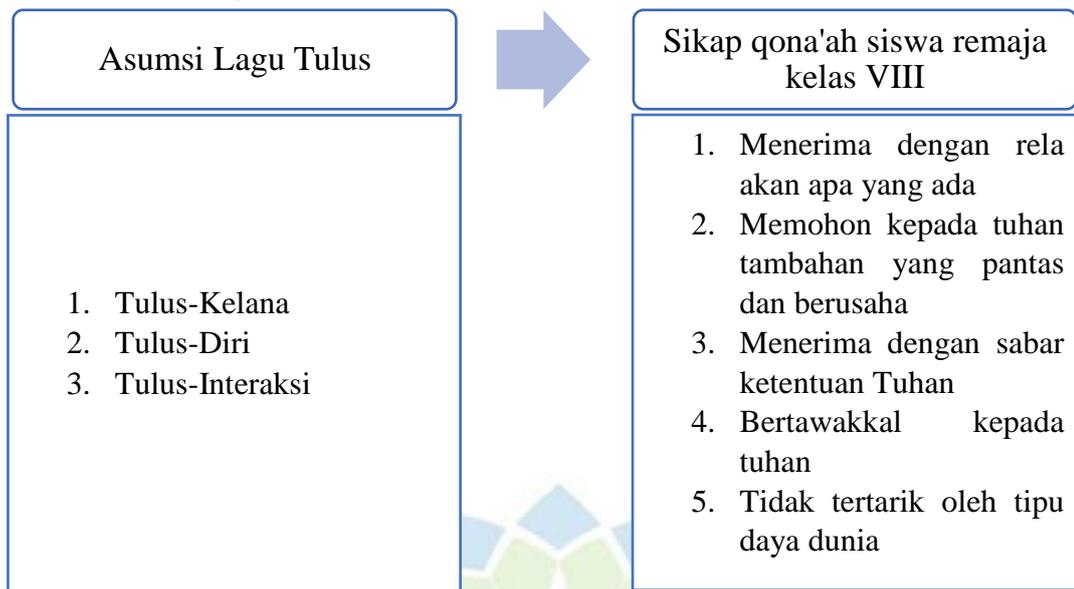
akan memproyeksikan hal-hal yang kurang baik. Contohnya, berfoya-foya menghambur-hamburkan uang padahal ia belum memiliki uang yang cukup untuk itu. Namun, karena dorongan dari lingkungan dan tontonan remaja akan berusaha dengan segala upaya untuk mendapatkan hal itu.

Disinilah pentingnya memahami dan mengaplikasikan sikap qona'ah pada remaja dalam kehidupan sehari-hari. Agar remaja dapat merasa cukup dalam segala sesuatu yang didapatkannya dan terjadi pada dirinya meskipun itu bukan hal yang diinginkannya. Banyak perilaku yang akan timbul baik itu perilaku baik atau perilaku yang kurang baik terutama apabila remaja dihadapkan kepada hal-hal yang tidak sesuai dengan keinginannya. Dengan demikian, manusia dalam konsep Islam menerima takdirnya dengan sepenuh hati, yaitu menghambakan diri kepada Allah dengan sebaik-baiknya, melalui ibadah ritual (vertikal) dan juga ibadah sosial (horizontal) secara berimbang, tidak berat sebelah ataupun tidak menghilangkan salah satunya. Keseimbangan hubungan dengan Tuhan (*hablum minallah*) dan hubungan dengan sesama (*hablumminannas*) merepresentasikan sunnatullah yang berjalan sesuai dengan ekosistem alam.

Lagu Tulus dalam album Manusia ini ada tiga lagu yang mengusung pada penerimaan dan pencarian tempat bertumpu. Maka dari itu, penulis menyimpulkan bahwa lagu Tulus dalam album Manusia ini akan menjadi media belajar bagi remaja dalam mengenal sikap qona'ah dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berikut merupakan bagan dari kerangka pemikiran penelitian ini.

Tabel 1. 1 Kerangka Pemikiran



I.6 Hipotesis

Dalam penelitian ini akan menggunakan Hipotesis Kerja (H_a) dan Hipotesis Nihil (H_o)

1. Hipotesis Kerja (H_a)

Hipotesis kerja membuktikan terdapat pengaruh antara variabel X dan variabel Y, dengan keterangan variabel X adalah makna lagu Tulus dalam album Manusia dan variabel Y adalah *qona'ah* pada siswa remaja kelas VII. Jadi hipotesis kerjanya adalah “terdapat pengaruh antara lagu Tulus dalam album Manusia terhadap *qona'ah* pada siswa remaja kelas VIII”

2. Hipotesis Nihil (H_o)

Hipotesis nihil menyatakan tidak adanya pengaruh antara variabel X dengan variabel Y, dengan keterangan variabel X adalah makna lagu Tulus dalam album Manusia dan variabel Y adalah *qona'ah* pada siswa remaja kelas VIII. Jadi hipotesis nihilnya adalah “tidak terdapat pengaruh antara lagu Tulus dalam album Manusia dengan *qona'ah* siswa remaja kelas VIII”

I.7 Tinjauan Pustaka

Dalam penulisan ini tentunya penulis memiliki beberapa acuan terkait penelitian yang relevan dengan karya tulis ilmiah ini diantaranya:

1. Kajian Yanuarius Jefri Kriswanto mengemukakan dalam jurnalnya *Peran Musik Sebagai Media Intervensi dalam Lingkup Praktik Klinis* menunjukkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa musik memegang peranan penting sebagai media intervensi atau pelengkap dari bentuk terapi lain dalam konteks meringankan rasa nyeri atau perasaan cemas berlebihan. Dalam kasus-kasus tertentu musik bisa jadi elemen pelengkap dan bahkan bisa menggantikan peran obat-obatan farmasi sebelum, selama, dan setelah proses penyembuhan, terapi musik mungkin akan efektif bila dikombinasikan dengan mode perawatan lain. Dalam banyak kasus, intervensi musik tidak dapat sepenuhnya menghilangkan rasa sakit dan stres tetapi lebih ditujukan pada pemfasilitasian dan pengelolaan sistem tubuh-otak yang relevan, yang bisa meningkatkan fungsionalitas setiap organ tubuh. Terapi musik bisa menjadi sarana yang sederhana dan efektif untuk meningkatkan keuntungan psikosomatis ini.
2. Siti Wardaya Yaman dan Ahmad Ridfah dalam jurnalnya *Pemberian Terapi Musik Sebagai Media Penyaluran Emosi Bagi Pasien Jiwa Rawat Inap Di RSKD Dadi Makasar* mendapatkan hasil bahwa terapi music syang diberikan mampu membantu pasien dalam mengekspresikan emosi positif. Terapi yang diberikan mampu memberikan kesempatan bagi pasien untuk saling berinterkasi satu sama lain. (Yaman & Ridfah, 2022)
3. M. Hafid Kumaini dalam skripsinya yang menjelaskan bahwa terapi music islam dapat menurunkan permasalahan dalam hidup lansia dan klien merasa lebih tenang setelah melakukan konseling dan terapi music. Untuk menuju hidup yang harmoni tentunya diperlukan mental yang sehat, mental yang sehat itu ialah tidak ada penolakan terhadap dirinya baik itu dalam lingkungan ataupun dirinya sendiri. Untuk mencapai itu diperlukan sikap *qona'ah* seperti yang dijelaskan dalam skripsi berjudul *Implikasi Konsep*

Qona'ah Hamka Terhadap Kesehatan Mental oleh Silvia Riskha Fabriar.
(Fabriar, 2020)

