

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan dan aktifitas musik dari awal hingga kini sejalan dengan dinamika kehidupan manusia. Musik tidak terlepas dari salah satu kebutuhan manusia. Berkembangnya teknologi informasi dalam berbagai media seperti radio, televisi, internet, membawa dampak yang kompleks bagi manusia itu sendiri. Begitu halnya dengan musik, berfungsi sebagai sarana untuk mengungkapkan perasaan dan kehendak manusia. Musik juga dapat menggugah emosi serta gerak manusia. Hal ini dapat dilihat dari beberapa kebudayaan manusia berupa tari-tarian adat yang mengikuti irama dengan musik tertentu.

Musik itu sendiri merupakan wujud hasil karya manusia yang mencakup berbagai pengetahuan manusia, kepercayaan, seni, moral, dan kebiasaan lainnya yang diperoleh manusia sebagai makhluk sosial. Musik salah satu bentuk seni sebagai bahasa emosi yang bersifat universal. Orang dapat mengungkapkan emosinya melalui musik. Kemampuan untuk dapat mengungkapkan emosi melalui musik ini merupakan keterampilan yang unik terhadap perasaan. Musik tidak hanya terikat pada kata-kata yang mempunyai arti verbal. Dengan musik orang dapat menyatakan ungkapan perasaan pribadinya dengan cara yang berbeda-beda. Selain itu manusia juga memiliki kebiasaan mendengarkan musik. Alasan manusia mendengarkan musik cukup banyak dan ada juga yang menggunakan kebiasaan ini sebagai terapi untuk pengobatan tertentu.

Musik memiliki 10 (sepuluh) jenis fungsi, salah satunya berfungsi sebagai reaksi jasmani. Jika sebuah musik dimainkan, musik itu dapat merangsang sel-sel saraf manusia sehingga menyebabkan tubuh kita bergerak mengikuti irama musik tersebut. Jika musiknya cepat maka gerakan kita cepat, demikian juga sebaliknya (Meriam 1964:32). Berarti musik mempunyai hubungan yang erat dengan sejarah manusia, hal ini dapat terlihat pada kegiatan manusia sehari-harinya. Selain sebagai sarana pengungkapan perasaan dan komunikasi, musik juga berfungsi untuk kegiatan olahraga, salah satunya kegiatan berolahraga yang berhubungan dengan musik adalah senam. Dengan adanya perkembangan wawasan tentang senam maka beberapa ahli menggabungkan musik sebagai pengiring senam dan hal ini mampu menarik minat masyarakat dalam berolahraga senam.

Sejalan dengan kebutuhan, dan dengan perkembangan sosial dan *trend* jaman, senam cukup diminanti, salah satunya senam yoga. Menurut www.impresion.co.id: kata “yoga” berasal dari bahasa Sansekerta, yang mengandung makna sebagai sebuah aktifitas dimana seseorang harus memusatkan seluruh pikiran agar dapat mengendalikan panca inderanya. Hal ini berarti bahwa setiap individu yang melakukan senam ini harus mampu mengontrol, mengatur, dan berkonsentrasi penuh sehingga dapat menciptakan keselarasan serta keseimbangan antara pikiran, jiwa, dan tubuh. Dalam sejarahnya senam yoga telah dipraktikan sejak 4000 tahun yang lalu. Di Indonesia sendiri, senam yoga mulai dikenal tahun 90 an.

Perkembangan yoga di Indonesia semakin pesat sehingga banyak para pengusaha membuka tempat pelatihan olahraga atau *fitness* hampir di berbagai kota di Indonesia. Ini di mulai ketika terjadi krisis ekonomi yang terjadi pada pertengahan tahun 90 an, membuat banyak dampak dalam masyarakat. Mereka yang dilanda stress mulai menyadari bahwa pengobatan medis tidak cukup ampuh mengobati penyakit yang sumbernya dari psikis atau mental. Yoga memiliki banyak gaya dan aliran yang berbeda sesuai dengan kemampuan tubuh setiap individu yang melakukannya seperti (1) Bikram yoga (2) Prenatal yoga (3) Vinyasa hatha yoga (4) Ashtanga yoga (5) Inyengar yoga (6) Kundauni yoga (7) Power yoga (8) Ishta yoga (9) Acro Yoga (Dalam <http://www.yoga-center.info/yoga-in.php?city=Medan>)

Di kota Medan senam yoga termasuk digermari banyak kalangan masyarakat. Tetapi dari semua jenis senam yoga hanya beberapa jenis yang dapat dipelajari, salah satunya *acro yoga*. Masyarakat kota medan semakin menyadari pentingnya berolahraga jenis senam yoga ini. Hal ini terbukti dengan semakin menjamurnya tempat *fitness* yang menyediakan senam yoga sebagai salah satu senam yang akan ada di setiap jenis senam yang ditawarkan oleh tempat-tempat *fitness* di kota Medan.

Didalam senam, musik hanya untuk diperdengarkan, namun pada umumnya dalam keterlibatan mendengarkan musik, ada kecenderungan seseorang untuk mengikuti irama musik melalui gerakan ataupun hentakan kaki, bahkan seseorang secara spontan ikut bernyanyi. Hal ini berbeda dengan musik yang diperdengarkan untuk senam yoga. Fungsi musik di sini diyakini memberi

dampak tertentu bagi psikologis manusia. sehingga muncul berbagai lembaga senam yoga di beberapa tempat di kota Medan yang memakai musik sebagai pengiring senam yoga. Salah satunya *New Life Gym*, tempat *fitness* ini menyediakan senam yoga yang menggabungkan musik sebagai pengiringnya.

Penggunaan musik di *New Life Gym* mungkin didasari dari suatu keyakinan bahwa musik suatu hal baik yang banyak manfaatnya jika di gabungkan dengan ilmu kesehatan. Termasuk didalam yoga, musik digunakan sebagai relaksasi. Relaksasi musik atau yang disebut juga dengan terapi musik dipercaya untuk penyembuhan manusia dari penyakit tertentu. Terapi musik adalah penggunaan musik sebagai peralatan terapis untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik, dan kesehatan emosi (dalam Djohan). Musik pada hakekatnya dapat melampaui kondisi kesadaran seseorang setiap saat dan menghantar ketempat-tempat yang sama sekali tidak terbayangkan sebelumnya.

Pada jaman Yunani kuno, musik adalah seni yang dikaruniai kekuatan yang menembus ke dalam jiwa. Kepercayaan ini bertahan melalui doktrin etos mereka. Dalam aliran gaib Arab dan Yunani, penyembuhan dengan suara dianggap sebagai pengetahuan sakral (dalam Djohan 2009). Didalam terapi, musik memiliki kekuatan untuk mengurangi kekerasan dalam hati dan menghilangkan cengkraman emosi yang tak dikenal. Sama halnya dengan musik untuk relaksasi dan penyembuhan adalah musik yang bunyinya dianggap mampu memberi dampak bagi pendengarnya.

Namun jenis musik untuk penyembuhan adalah jenis musik yang dapat meredakan atau mengurangi rasa sakit sehingga dapat digunakan sebagai pengganti obat penawar rasa. Bila musik digunakan untuk kepentingan itu, maka musik menjadi sesuatu yang dibutuhkan dalam rangka memperoleh hasil dari pengobatan ataupun penyembuhan. Musik untuk penyembuhan seringkali digabungkan dengan suara-suara yang berbeda. Suara dan musik dapat menjadi alat yang berguna dalam proses penyembuhan yang diyakini berkoneksi antara pikiran dan tubuh manusia.

Musik dan suara menyentuh manusia dengan cara merambat melalui udara sebagai penghantar. Ketika seseorang mendengarkan musik, pada umumnya mereka akan melakukan sedikit banyaknya gerakan merespon seperti menganggukkan kepala. Gerakan-gerakan ini juga tercermin dari jenis musik yang didengarkan. Jenis musik seperti pop, jazz, regge, dan rock biasanya digunakan sebatas pertunjukan seni musik dan hiburan. Hal ini sangat berbeda dengan jenis musik *new age*. Musik *new age* sepertinya diciptakan untuk tujuan tertentu. Musik ini memiliki keistimewaan yang menghadirkan suasana tenang dan aman. Perasaan inilah yang digunakan ketika melakukan senam yoga. Maka para instruktur senam memilih menggunakan musik *new age* sebagai iringan kegiatan senam yoga di *New Life Gym*.

Walaupun belum dikenal luas musik *new age* ini ternyata sudah lama digunakan untuk mengiringi senam yoga di *New Life Gym* Medan. Musik ini juga seringkali digunakan sebagai musik ilustrasi di beberapa acara televisi ataupun *soundtrack* film-film layar lebar. Namun demikian tidak jarang juga bagi orang-

orang yang belum terlalu mengenal musik seperti ini, telinga mereka terasa asing mendengarnya.

Musik *new age* sering digunakan untuk mengiringi senam yoga, dan kebanyakan masyarakat hanya mengetahui musik ini sebagai musik senam yoga saja tanpa mengetahui nama genre yang sebenarnya. Istilah dari *new age* sendiri diambil dari kata “jaman baru”. Irama yang dilantunkan di dalam musik ini bervariasi dari yang melankolis hingga yang berirama *beat*, dari yang mengalun dengan merdu, hingga dilantunkan dengan lirik-lirik yang bernuansa ritual ataupun pemujaan. Oleh karena itu musik *new age* seringkali digunakan oleh praktisi-praktisi meditasi, terapi musik, yoga ataupun sebagai cara untuk meredakan ketegangan. Beberapa jenis musik *new age* akan sangat terasa nyaman dan menenangkan jika didengar dalam suasana alam yang indah.

Dengan demikian dapat dikatakan musik *new age* mempunyai peranan penting dalam mengiringi kegiatan senam yoga. Kenyataan inilah yang mendasari peneliti memilih judul, **“Kontribusi Musik New Age Sebagai Iringan Senam Yoga di New Live Gym Medan”**.

B. Identifikasi Masalah

Tujuan dari penelitian masalah adalah agar penelitian yang dilakukan menjadi terarah dan masalah yang dibahas tidak terlalu luas. Identifikasi masalah tersebut sesuai dengan pendapat Hadeli (2006:23) yang menyatakan bahwa : “Identifikasi masalah adalah suatu situasi yang merupakan akibat dari interaksi dua atau lebih faktor (seperti kebiasaan-kebiasaan, keadaan-keadaan, dan yang lain sebagainya) yang menimbulkan beberapa pertanyaan”.

Berdasarkan pendapat dan uraian yang disajikan dalam latarbelakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimanakah latar belakang penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
2. Apa judul musik *new age* yang sering digunakan sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
3. Bagaimanakah ciri-ciri musik *new age* yang dipakai sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
4. Bagaimanakah kontribusi musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
5. Apa manfaat musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
6. Bagaimanakah tanggapan peserta terhadap musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
7. Apa sarana dan prasarana dalam penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?

C. Pembatasan Permasalah

Mengingat luasnya cakupan masalah dan keterbatasan waktu, maka peneliti perlu mengadakan pembatasan masalah untuk memudahkan pemecahan masalah yang di hadapi. Pembatasan masalah sangat diperlukan, mengingat adanya keterbatasan yang dimiliki peneliti, baik dari segi waktu, dana maupun

kemampuan dalam menganalisis. Untuk itu peneliti mambatasi masalah dalam topik ini agar dapat menganalisisnya dengan baik serta dipertanggung jawabkan. Sugiyono (2012:286) mengatakan bahwa: “Pembatasan dalam penelitian kualitatif lebih didasarkan kepada tingkat kepentingan, urgensi serta faktor keterbatasan tenaga, dana dan waktu”.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, maka peneliti membatasi masalah penelitian. Adapun pembatasan masalah dari penelitian ini yaitu :

1. Bagaimanakah latar belakang penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
2. Apa judul musik *new age* yang sering digunakan sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
3. Bagaimanakah ciri-ciri musik *new age* yang dipakai sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
4. Bagaimanakah kontribusi musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
5. Apa manfaat musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
6. Bagaimanakah tanggapan peserta terhadap musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?
7. Apa sarana dan prasarana dalam penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym* Medan?

D. Perumusan Masalah

Rumusan masalah merupakan suatu titik fokus dari sebuah penelitian yang hendak dilakukan, mengingat penelitian merupakan upaya untuk menemukan jawaban pada setiap pertanyaan. Maka dari itu perlu dirumuskan dengan baik, sehingga dapat mendukung untuk menemukan jawaban pada pertanyaan.

Sugiyono (2008:35) menyatakan bahwa :

“Rumusan masalah merupakan suatu pernyataan yang akan dicari jawabannya melalui pengumpulan data. Namun demikian terdapat kaitan erat antara masalah dan perumusan masalah, karena setiap rumusan masalah penelitian didasarkan pada masalah”.

Berdasarkan pendapat Sugiyono dan uraian pada latar belakang, identifikasi, serta pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “ Bagaimanakah Kontribusi Musik *New Age* Sebagai Iringan Senam Yoga di *New Life Gym* Medan?”.

E. Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan yang dilakukan oleh seseorang pada umumnya pasti mempunyai tujuan tertentu. Tanpa adanya tujuan yang jelas, maka penelitian tersebut tidak terarah karena tidak tahu apa yang ingin dicapai dari kegiatan yang dilakukan. Hal ini sesuai dengan pendapat Sugiyono (2013:397) yang mengatakan bahwa :

“Tujuan penelitian adalah untuk menemukan. Berarti sebelumnya belum pernah ada atau belum diketahui. Dengan metode kualitatif, maka peneliti dapat menemukan pemahaman meluas dan mendalam terhadap situasi sosial yang kompleks, memahami interaksi dalam situasi sosial tersebut sehingga dapat dikembangkan menjadi teori”.

Berdasarkan pendapat ini dapat disimpulkan bahwa penelitian tidak lain untuk mengetahui indikator-indikator apa yang hendak ditemukan dalam penelitian terutama yang berkaitan dengan variabel-variabel penelitian. Untuk melihat berhasil atau tidaknya suatu kegiatan, dapat dilihat melalui tercapainya tujuan yang telah diterapkan.

Dalam hal ini ditemukanlah tujuan penelitian. Ada pun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui latar belakang penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*?
2. Untuk mengetahui judul musik *new age* yang sering digunakan sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.
3. Untuk mendeskripsikan ciri-ciri musik *new age* yang dipakai sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.
4. Untuk mengetahui bagaimana kontribusi musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.
8. Untuk mengetahui manfaat musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.
6. Untuk mengetahui tanggapan peserta terhadap musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.
7. Untuk mengetahui sarana dan prasarana yang dipakai dalam penggunaan musik *new age* sebagai iringan senam yoga di *New Life Gym Medan*.

F. Manfaat Penelitian

Setelah penelitian dirampungkan, maka terdapat juga manfaat dari penelitian ini. Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk memperkenalkan musik *new age* yang digunakan pada kegiatan senam yoga agar masyarakat atau instruktur senam yoga dapat memilih jenis musik yoga dengan mudah.
2. Sebagai bahan masukan bagi seniman dalam upaya pengembangan musik *new age* yang dibutuhkan untuk mengiringi senam yoga.
3. Untuk memperkenalkan musik *new age* yang digunakan pada kegiatan senam yoga agar masyarakat atau instruktur senam yoga dapat memilih jenis musik yoga dengan mudah.
4. Sebagai sumber konsumsi pengetahuan baru bagi masyarakat luas tentang manfaat yoga dalam meningkatkan kesehatan lahir dan batin serta menambah energi positif bagi tubuh, pikiran, serta jiwa para pelakunya.
5. Untuk memperkenalkan proses kegiatan senam yoga yang menggunakan peranan musik *new age* sebagai daya tarik bagi masyarakat untuk melakukan kebiasaan baik untuk tubuh yaitu senam yoga.
6. Sebagai bahan masukan bagi peneliti dan masyarakat untuk menambah wawasan mengenai kontribusi musik *new age* sebagai pengiring senam yoga.
7. Sebagai bahan referensi untuk menjadikan acuan pada penelitian yang relevan dikemudian hari.
8. Menambah sumber kajian bagi Kepustakaan Seni Musik Unimed.