

EKSISTENSI LAGU POP BALI DALAM SIARAN TV SWASTA LOKAL DI BALI

Oleh
Anak Agung Gede Bagus
Ida Ayu Ratna Wesnawati

ABSTRAK

Hasil Studi Tim Peneliti FIKOM UNDWI (2006: iii), bahwa terdapat hubungan positif antara keberadaan TV Swasta Lokal di Bali (Bali TV) dengan perkembangan lagu POP Bali. Dari persepektif Psikologi berarti Penyanyi lagu POP Bali di media Bali TV dijadikan **Modelling** bagi Pengikutnya sehingga bermunculan Penyanyi-penyanyi baru .
Proses **Modelling** terjadi ketika seseorang melihat model (penyanyi) sebagai rangsangan (**stimulus**), maka akan terjadi reaksi (**response**) berupa kegiatan meniru model baik suara maupun gaya penyanyi. Ada tiga syarat utama dalam proses **Modelling** yaitu: dorongan (**drive**), penghargaan (**reward**), dan penguatan perilaku (**reinforcement**)

Dorongan digerakan oleh kebutuhan aktualisasi diri sebagai penyanyi populer, mengharapkan memperoleh penghargaan dari investor rekaman kemudian mendapat dukungan penguatan perilaku berupa ucapan selamat atas keberhasilannya, dan kaset, VCD, CD laris terjual. Beredarnya kaset, VCD, dan CD lagu POP Bali dapat dijadikan sebagai terapi untuk meredakan ketegangan (**tension**), sehingga terhindar dari stres. Stres yang berkepanjangan akan berkembang menjadi distres, distres yang tidak cepat ditangani akan berubah menjadi depresi, dan bahkan akan menjadi struke, akhirnya akan berdampak fatal yaitu kematian.

*Stres tidak selalu berdampak negatif tetapi juga berdampak positif misalnya banyak pasuri menjadi lebih hot diranjang padahal sebelumnya mereka bertengkar hebat. Saat bertengkar jantung berdetak lebih cepat, darah mengalir lebih kencang membuat gairah seksual melonjak, karena keduanya sama-sama emosional dan terkejut. Naiknya adrenalin ini tidak setiap saat, jika dimanfaatkan untuk melakukan hubungan seks yang sehat, maka akan dapat mengurangi kadar stres, karena dalam hubungan seks yang sehat juga terjadi komunikasi dua arah atau hubungan interpersonal (*interpersonal relationship*) semakin intim.*

*Kemampuan seseorang berkomunikasi akan membantu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan dan dirinya, hal ini akan berkontribusi pada kesehatan fisik yang ditunjang dengan kemampuan memberikan citra bahwa mendengarkan lagu POP Bali, (*relaxation*) olah raga dan jalan santai dapat meningkatkan kebugaran dan meredakan stres.*

Kata kunci: Modelling, stress, dan Relaxation.

Pendahuluan

Memahami kondisi obyektif lingkungan dan kondisi subyektif sebagai pengalaman seseorang yang ikut berperan dalam proses persepsi (pencitraan) adalah pengalaman melihat model yang mampu menggugah motivasi, sikap dan perilaku meniru model.

Proses Modelling oleh pengikutnya didahului oleh kebutuhan menjadi penyanyi populer dan dalam teori belajar *social proses* peniruan ini tidak selalu berjalan mulus, karena perilaku model yang tidak sesuai akan dihambat timbulnya sedangkan perilaku model yang sesuai dengan perilaku pengikutnya akan ditiru dan dikukuhkan.

Ketidakmampuan pengikutnya meniru model berdampak pada ketegangan yang dapat memunculkan stres. Stres yang dialami oleh pengikut model dan masyarakat dapat dikelola dengan terapi mendengarkan musik (*relaxation training*)

Stres sebenarnya bukanlah hal yang buruk, seseorang atlet yang sedang berlatih secara metodologis dan secara sengaja menekan tubuhnya sehingga ia akan meningkat pada tingkat kinerja yang lebih tinggi dan even atletik tidak akan melelahkannya. Contoh lain dari penggunaan stres untuk menguntungkan seseorang adalah termasuk sesi-sesi pelatihan polisi, hubungan seks pasutri yang sehat, dan olahraga yang teratur agar tetap bugar semuanya dapat memperbaiki kemampuan untuk mengatasi stres, tetapi kebanyakan seseorang memberikan makna stres sebagai tantangan-tantangan emosional yang dihadapi sehingga merugikan kesehatan dan penurunan kemampuan berpikir.

Sebagai ilustrasi, pada tahun 2004 seorang anak bunuh diri karena tidak dibelikan baju safari (frustrasi memacu stres yang tinggi), pada tahun 2005 Seorang anak bunuh diri karena takut dimarahi oleh orang tuanya akibat menjatuhkan adiknya (rasa takut yang hebat memacu stres tinggi), juga pada tahun 2006 seperti diberitakan dalam harian Bali Post kasus bunuh diri yang dipicu oleh stres semakin banyak terjadi.

Pada tahun 1996 Amerika Utara karyawan yang tidak diPHK dituntut menyelesaikan pekerjaan secara maksimal akibatnya stres meningkat (ketidak mampuan dalam menyesuaikan potensi diri dengan sumber stres), dan sebelum tahun 2003 Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) belum diterapkan, aktivitas pendidikan lebih menekankan perkembangan IQ dibandingkan dengan EQ dan SQ. Hal ini berdampak pada peningkatan stres sebagian siswa.

Permasalahan yang harus dijawab dalam penelitian ini adalah (1) Apakah tayangan lagu POP Bali pada Bali TV dapat sebagai model bagi pengikutnya sehingga penyanyi lagu POP Bali semakin banyak jumlahnya dan semakin baik kualitasnya. (2) faktor apakah yang menjadi sumber munculnya perilaku stres pada Penyanyi dan masyarakat, dan (3) apakah mendengarkan musik dapat meredakan stres sehingga tidak memunculkan perilaku yang tidak diinginkan seperti bunuh diri, mengkomsumsi alkohol berlebihan, perokok, dan makan (*snacks*) berlebihan sebagai dampak dari penurunan kesehatan fisik dan penurunan kemampuan berpikir?

Untuk menjawab permasalahan penelitian ini, maka tujuan penelitian dirumuskan adalah (1) untuk mengetahui tayangan lagu POP Bali pada Bali TV sebagai model bagi pengikutnya, dan (2) untuk mengetahui mendengarkan musik dapat meredakan stres yang dihadapi oleh masyarakat dan penyanyi.

Kajian Pustaka

Sejak keberadaan Bali TV budaya kesenian Bali seperti lagu POP Bali semakin populer dan semakin produktif. Sebagai ilustrasi sebelum Bali TV menayangkan lagu POP Bali sangat jarang ditemukan adanya orang Bali yang mendengarkan lagu Bali dalam kehidupan keseharian mereka.

Hasil studi tim peneliti FIKOM UNDWI menyimpulkan bahwa, usia remaja berpandangan berkeinginan untuk populer, sehingga terdorong untuk menjadi penyanyi. Dengan meniru model yang ditayangkan oleh Bali TV mempunyai dampak positif untuk perkembangan lagu POP Bali. (Tim Peneliti Fikom Undwi, 2006: 30-31)

Seseorang (pengikut penyanyi lagu POP Bali) melihat suatu rangsangan dan ia melihat model (penyanyi lagu POP Bali yang dibanggakan), akan bereaksi secara tertentu terhadap rangsangan itu, dalam khayalan (*imagination*) orang tersebut terjadi serangkaian simbol-simbol yang menggambarkan rangsangan dari perilaku, melalui asosiasi peniru akan melakukan perilaku yang sama dengan perilaku model. (adaptasi dari Sarwono, S. W., 1987:28)

Menurut Bandura dan Walters pakar *Social Learning* (dalam Sarlito S.W. 1987:29) Proses asosiasi yang tersembunyi sangat dibantu oleh kemampuan verbal seseorang, dalam proses ini tidak ada cara ralat (coba-coba) karena semuanya berlangsung secara tersembunyi dalam diri individu. Dalam hal ini yang terpenting adalah pengaruh perilaku model pada perilaku peniru.

Pengaruh perilaku model pada peniru, akan dapat berupa (1) peniru melakukan tingkah laku baru melalui asosiasi-asosiasi sehingga sesuai dengan perilaku model, kondisi ini disebut efek modeling (*modelling effect*), (2) peniru menghilangkan hambatan (*disinhibition*) berupa perilaku peniru yang tidak sesuai dengan model, sehingga memunculkan perilaku nyata yang diharapkan, dan (3) Efek kemudahan (*Fascilitation effect*) artinya perilaku yang telah pernah dipelajari oleh peniru, akan lebih mudah muncul kembali dengan mengamati perilaku model.

Peniru menghilangkan hambatan (*disinhibition*) berupa perilaku peniru yang tidak sesuai dengan model, sehingga memunculkan perilaku nyata. Peniru dalam kondisi seperti ini mengalami tingkat stresor yang cukup tinggi karena

dorongan untuk mencapai tujuan yang ditargetkan mengalami rintangan (*barrier*).

Melalui penataan proses berpikir (*recognition*) peniru akan menata kembali hal-hal yang menjadi motivasi untuk meniru model dan menyesuaikan diri dengan kemampuan diri sehingga mampu menyesuaikan diri dengan kemampuan yang dimiliki (*welladjusted*). Sebaliknya ketidak mampuan peniru dalam menyesuaikan diri dapat memunculkan perilaku frustrasi dan agresif.

Pengaruh musik terhadap perilaku agresif dijelaskan dalam studi Baronang dan Hall 1995 (dalam Sarlito Wirawan Sarwono, 1999:99) bahwa, musik yang mengandung kata-kata agresif lebih mendorong agresif pada wanita daripada musik yang netral. Pandangan Sarwono S.W. di atas, dapat dijadikan dasar untuk membuat asumsi dasar, yaitu: musik dapat merubah persepsi, motivasi, sikap, dan perilaku, artinya lagu POP Bali yang sebagian besar bermuansa dan mengisahkan kehidupan generasi muda, dipersepsi sebagai sesuatu hal yang dapat menghibur dan sekaligus meredakan ketegangan sehingga terhindar dari stres yang muncul dari dampak krisis yang berkepanjangan, situasi politik yang tidak menentu, dan *overload* pekerjaan.

Beberapa hasil studi membuktikan bahwa, stres berdampak pada perilaku seseorang seperti hasil studi: A. C. Parrott (1999): Aktivitas merokok mengakibatkan peningkatan stress. (Thomas, James and Alison. *Stress and Smoking in Adolescence*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 21, No. 2, Pg. 122. 2002)

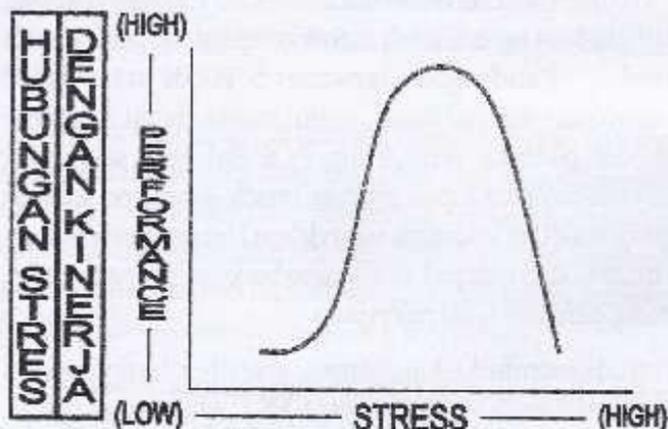
Penelitian Johnson (2000): Remaja usia 16 tahun yang merokok paling sedikit 20 batang rokok sehari, akan mengalami peningkatan rasa cemas secara umum pada usia 22 tahun. (Thomas, James and Alison. *Stress and Smoking in Adolescence*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 21, No. 2, Pg. 128. 2002)

Penelitian Elizabeth dan Edward (2002): Menyusui dapat mengurangi stres dan perasaan negatif para ibu menurun. (*Elizabeth and Edward. Breast-Feeding Is Associated With Reduced Perceived Stress and Negative mood in Mothers*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 21, No. 2, Pg. 187. 2002)

Penelitian Avi, Giora, dan Karen (2004): Strees level tinggi terjadi pada saat ujian akhir pelulusan sedangkan stress level rendah terjadi pada

minggu-minggu perkuliahan reguler dan stress berdampak pada pengurangan jam tidur. (Avi, Giora and Karen. *Effects of Stress on Sleep*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 23, No. 5, Pg. 542. 2004)

Yati Utoyo Lubis. Psikolog Universitas Indonesia (dalam Sulhi, Moh., 2002) mengungkapkan pada majalah Intisari Mei 2002 bahwa, pengendalian stres mempunyai arti penting dalam mencapai tingkat kepuasan. Pernyataan ini dapat dilihat pada gambar kurva U terbalik di bawah ini:



Model ini menjelaskan bahwa semakin lemah tantangan, maka semakin rendah kinerja seseorang atau sebaliknya. Jika seseorang ingin mencapai prestasi terbaik, maka dia harus mendapat rangsangan berupa stres yang berkekuatan tinggi sebagai pemicu untuk mencapai prestasi.

Terdapat tiga faktor yang menyebabkan terjadinya stres yaitu: (1) lingkungan seperti: ketidakpastian politik dan ekonomi, (2) organisasi seperti: tuntutan tugas, tuntutan peran, struktur organisasi, dan kepemimpinan, (3) individu seperti: masalah keluarga, masalah ekonomi, dan kepribadian. (Stephen P. Robbins, 1996)

Beberapa strategi pengelolaan stres yang sering dianjurkan oleh Konselor kepada Kliennya adalah: (1) pengelolaan waktu, (2) latihan fisik, (3) Latihan Pengendoran ketegangan, (4) Dukungan sosial atau ngobrol, (5) curhat dengan teman sehati, (6) konseling, dan (7) melalui kegiatan ritual agama hindu yaitu *melasti* merupakan teknik kombinasi dari strategi 1, 2, 3, 4, 5, dan 6 untuk meredakan ketegangan kumulatif setahun. (Pande Suastawa, 2005).

Metode Penelitian

Jenis data yang dikumpulkan meliputi data kualitatif. Data kualitatif bersumber pada (1) data primer dari hasil wawancara berstruktur terhadap responden dengan menggunakan kuesioner (dalam bentuk *interview guide*) yang telah disiapkan sebelumnya; (2) observasi pada pesawat TV Krama Banjar Dlod pangkung Sukawati Desa Sukawati Gianyar Bali, kegiatan ceplos-ceplos di TVRI Denpasar, dan kegiatan safari kantibmas-narkoba Polres Gianyar di Kecamatan Sukawati, dan (3) melalui pencatatan dokumen kegiatan yang terkait dilakukan oleh peneliti. Metode analisis kasus deskriptif untuk analisis data.

Keseluruhan proses penelitian; mulai dari observasi pendahuluan, penentuan sampel, pengumpulan data kualitatif, pengolahan data, analisis data, dan penulisan laporan dilangsungkan selama periode Mei 2005 – juni 2006.

Analisis studi kasus deskriptif digunakan untuk menggambarkan proses *modeling*, tingkat stres dan pengelolaan stres. Data kualitatif yang diolah sebagai dasar untuk menentukan penirian model dan menentukan sumber stres, dan tingkat stres.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi partisipasi menunjukkan bahwa, perilaku meniru dilakukan oleh pengikutnya melalui proses *modeling* bertujuan untuk menjadi populer disamping menyalurkan hobi serta mengembangkan bakat seni. Dalam proses ini juga terjadi gejala perilaku stres tingkat rendah dan sedang, yang bersumber pada rutinitas pekerjaan/*overload* pekerjaan, dan daya beli menurun dampak bencana alam di Indonesia dan krisis berkepanjangan juga dampak Bom Bali I, II.

Untuk stres tingkat rendah dan sedang, dengan menyaksikan dan mendengarkan lagu POP Bali sambil bekerja dan atau berkomunikasi (ngobrol) merupakan terapi yang efektif. Sedangkan untuk stres tingkat tinggi diperlukan orang profesional seperti tokoh agama dan psikolog untuk memberikan konseling

Hasil dan Pembahasan

Sejalan dengan perkembangan penayangan lagu POP Bali di Bali TV, bermunculan pula penyanyi lagu POP Bali baik secara kualitas semakin baik, Perkembangan ini sebagai hasil dari *Modeling* Hasil diskusi peneliti dengan

penyanyi lagu POP Bali Pande Nyoman Bajra, bahwa, penyanyi meniru model dapat dikategorikan atas dua hal yaitu meniru dengan kreativitas dan inovasi dan sekedar meniru model agar menjadi penyanyi yang cepat populer.

Faktor ketidak pastian ekonomi dan ketidak pastian politik sebagai penyebab utama munculnya perilaku stres pada masyarakat dan penyanyi, hal ini dapat diterima setelah dilakukan analisa terhadap input yang diberikan oleh masyarakat dan penyanyi , bahwa daya beli masyarakat yang menurun berdampak pada penurunan jumlah hasil rekaman, peningkatan tindakan kriminal dan stresor. Simpulan ini disampaikan pada acara ceplas-ceplos dengan tema “ menyikapi perilaku anarkis di masyarakat” di TVRI, tgl, 13 April 2006, dan dibenarkan oleh nara sumber: Soenarko(Kapolda Bali), Wayan Sura (Cendikiawan Hindu), dan Pande Suastawa (Psikolog Sosial).

Cara yang digunakan oleh masyarakat dan penyanyi untuk meredakan ketegangan adalah *relaxation training, physical exercise, dan social support*. Hal ini dapat diterima dari hasil wawancara dan pengamatan Nara Sumber (pande Suastawa, 2006) pada kegiatan safari Kapolres Gianyar di Kecamatan Sukawati tentang Kamtibmas dan Bahaya Narkoba, tgl 19 Mei 2006 diisi dengan kegiatan ceramah dan lawak serta pentas lagu POP Bali yang diikuti dan disaksikan oleh masyarakat kecamatan sukawati , polisi polsek sukawati, Kapolsek, Kapolres serta pejabat kepolisian Polres Gianyar.

Simpulan dan Rekomendasi

Media masa elektronik sangat efektif digunakan untuk menggugah perilaku sebagai penyanyi lagu POP Bali melalui proses belajar sosial (*modelling*)

Stres tidak harus dihindari melainkan harus dikelola, pengelolaan stres yang dilakukan oleh masyarakat dan penyanyi dapat diteruskan sebagai kegiatan produktif untuk kesehatan fisik dan psihis terutama dalam meredakan stres tingkat sedang dan rendah, untuk stres tingkat tinggi diharapkan penderita berkonsultasi pada tenaga professional seperti Psikolog, Tokoh Agama, dan Konselor

Daftar Rujukan

- Avi Giora and Karen. 2004. *Effects of stress on sleep*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 23 No5, Pg. 542.
- Atkinson, Rita J. et.all. 1983. *Introduction To Psychology*. Eight Edition (terjemahan). Erlangga. Jakarta.
- Haas, K. 1979. *Abnormal Psychology*. Van Nostrand Comp. New York.
- Luthan, F. 1995. *Organizational Behavior*. Mc.Graw-Hill, Inc. New York.
- Pande Suastawa. 2003. *Perilaku Organisasi*. (handout mata kuliah Prilaku Organisasi Program MM Untag Surabaya). Surabaya.
- _____. 2004. *Manajemen stres*. Makalah pelatihan pada LKMM BEM FKG UNMAS Denpasar. Denpasar.
- _____. 2005. *Manajemen Stres*. Makalah Seminar Nasional dan LKMM TM Nasional. Perhimpunan Senat Mahasiswa Kedokteran Gigi Indonesia (PSMKGI). Senat Mahasiswa FKG Unmas Denpasar. Denpasar.
- _____. 2005. *Model Konseling Efektif Dalam Mengelola Stres*. Orasi Ilmiah Yang Disampaikan Pada Dies Natalis UNMAS Denpasar Ke XXIII dan Wisuda Kc XXIX. Tanggal 22 Maret 2005. Westin Hotel Convention Center. Nusa Dua Bali.
- _____. 2006. *Menyikapi Perilaku Anarkis Di Masyarakat*. Materi Interaktif Disampaikan pada Kegiatan Ceplos-Ceplos di TVRI Bali. Tanggal 13 April 2006. Denpasar.
- _____. 2006. *Stres Tidak Harus Dihindari*. Bahan Ceramah Pada Kegiatan Safari Kantibmasdan Narkoba. Polres Gianyar Di Kecamatan Sukawati, Tanggal, 19 Mei 2006. Sukawati.
- Robbin, Stephen P. 1996. *Organizational Behavior*. Engglewood Cliffs. New Jersey.
- Robert K Yin. 2004. *Studi Kasus: Desain & Metode*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta

- Sarwono, S.W.1987. *Teori-Teori Psikologi Sosial*. CV Rajawali. Jakarta.
- .1999. *Psikologi Sosial: Psikologi Kelompok dan Psikologi Terapan*. Balai Pustaka. Jakarta.
- Suhi, Muhammad. 2002. *Stres Bisa Bikin Ranjang Memmas*. Majalah Intisari. Mei 2002. hal. 159-164.
- Thomas, J, and Alison. 2002. *Stress and Smoking In Adolescence*. The American Psychological Association, Inc. Vol. 21, No. 2. Pg. 122.
- Tim Peneliti Fikom UNDWI. 2006. *Televisi Swasta Dan Perkembangan Budaya Bali Studi Kasus: Lagu POP Bali*. Makalah Hasil Penelitian Yang Disampaikan Pada Seminar Nasional Kerjasama FIKOM UNDWI Dengan Departemen Komunikasi dan Informasi RI. Hotel Natour Kuta Bali