

Representation of Anxiety Through the Use of Glass in the Work *Fragile Anxious*: A Conceptual Study of the Creation of Minimalist Music Compositions

Syifa Friscilla Mulyadi¹, Henry Virgan², Widya Febiyanti³

Universitas Pendidikan Indonesia

syifafriscilla@upi.edu¹, henryvirgan@upi.edu², widyafebiyanti@upi.edu³

Abstract: *Mental health issues are increasingly receiving widespread attention across various disciplines, including the field of music. Music serves not only as a medium for entertainment and communication, but also as a means of emotional expression and psychological reflection. This study aims to examine the process of creating a musical work that addresses the theme of anxiety disorders through a creative approach that combines musical and non-musical elements. The method used is Practice-Based Research (PBR), an approach that places artistic practice at the core of the research process, with reference to the creative stages of exploration, improvisation, and formation. The result of this study is a musical work entitled *Fragile Anxious*, a minimalist musical composition that uses glass as the primary medium for producing sound. The creative process in creating this work involves musical techniques such as adaptation, repetition, phasing, and augmentation to build an emotional atmosphere that represents anxiety. This study demonstrates that a simple sound medium, such as glass, can be musically processed to present complex psychological expressions. Furthermore, this work demonstrates how music can be a reflective medium for mental health issues and contribute to the development of creative discourse in contemporary music. Thus, this research not only contributes to the artistic realm, but also opens up an interdisciplinary space between music and psychology.*

Keywords: *Minimalist music, mental health, creative work, sound resonance, glass.*

Representasi Kecemasan Melalui Penggunaan Gelas Dalam Karya *Fragile Anxious*: Studi Konseptual Penciptaan Komposisi Musik Minimalis

Abstrak: Isu kesehatan mental semakin mendapatkan perhatian luas di berbagai disiplin ilmu, termasuk dalam bidang seni musik. Musik tidak hanya berperan sebagai media hiburan dan komunikasi, tetapi juga memiliki fungsi sebagai sarana ekspresi emosional dan refleksi psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses penciptaan karya musik yang mengangkat tema gangguan kecemasan melalui pendekatan kreatif yang memadukan unsur musikal dan nonmusikal. Metode yang digunakan adalah *Practice Based Research* (PBR), yakni pendekatan yang menempatkan praktik artistik sebagai inti dari proses penelitian, dengan merujuk pada tahapan penciptaan berupa eksplorasi, improvisasi, dan pembentukan. Hasil dari penelitian ini berupa karya musik berjudul *Fragile Anxious* atau Kecemasan yang Rapuh, sebuah komposisi musik minimalis yang menggunakan gelas kaca sebagai medium utama penghasil bunyi. Proses kreatif dalam penciptaan karya ini melibatkan teknik-teknik musikal seperti adaptasi, repetisi, phasing, dan augmentasi untuk membangun suasana emosional yang merepresentasikan kondisi kecemasan. Penelitian ini menunjukkan bahwa medium bunyi yang sederhana, seperti gelas kaca, dapat diolah secara musikal untuk menghadirkan ekspresi psikologis yang kompleks. Selain itu,

karya ini memperlihatkan bagaimana musik dapat menjadi medium reflektif terhadap isu kesehatan mental serta berkontribusi pada pengembangan wacana penciptaan dalam musik kontemporer. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi pada ranah artistik, tetapi juga membuka ruang interdisipliner antara musik dan psikologi.

Kata Kunci: Musik minimalis, kesehatan mental, penciptaan karya, resonansi bunyi, gelas kaca.

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia merupakan suatu kesatuan yang utuh antara aspek jasmani dan rohani, yang keduanya saling berinteraksi secara dinamis dan mempengaruhi dalam berbagai dimensi kehidupan untuk keberlangsungan hidup manusia. Menurut Hasmiansyah et al (2021), terdapat empat aspek utama yang melekat dalam diri manusia yaitu fitrah, ruh, kebebasan kemauan serta akal. Dalam memahami hakikat manusia, penting untuk disadari bahwa manusia bukan sekedar makhluk biologis yang hidup dan berkembang secara fisik, tetapi juga makhluk spiritual. Dimensi jasmani, yang bersifat biologis, meliputi kebutuhan dasar seperti pangan, sandang, dan papan, yang menjadi pondasi utama bagi kelangsungan fisik dan kesehatan manusia. Sedangkan dimensi rohani juga memegang peranan penting dalam keberlangsungan hidup manusia, dimensi rohani berhubungan dengan aspek penghayatan iman dan spiritualitas terhadap Tuhan (Wibowo et al., 2023). Pemahaman yang menyeluruh tentang hakikat manusia ini membawa implikasi penting terhadap cara pandang kita dalam memaknai kesejahteraan manusia. Kesejahteraan yang mencakup aspek pemenuhan kebutuhan fisik, keseimbangan mental, dan hubungan sosial serta pemenuhan kebutuhan dasar lainnya (Nabila et al., 2023).

Dalam teori Hierarki Maslow terdapat lima kategori utama yang menjadi kebutuhan dasar manusia, salah satu kategori paling mendasar adalah kebutuhan fisiologis, kebutuhan ini bersifat primer dan menjadi fondasi bagi keberlangsungan hidup manusia secara biologis, yang mencakup sandang, pangan, dan papan (Bagas, 2020). Selain dari kebutuhan fisiologis, manusia juga memerlukan kebutuhan akan rasa aman dan keselamatan yang menjadi fondasi psikologis dan biologis dalam kehidupan manusia, yang mencakup keamanan fisik, stabilitas lingkungan, serta kesehatan. Kesehatan merupakan salah satu aspek fundamental dalam menunjang keberlangsungan hidup manusia secara menyeluruh, Tanpa kondisi kesehatan yang baik, manusia akan mengalami kesulitan dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Menurut definisi yang

dikemukakan oleh *World Health Organization* (WHO) dalam Putri et al. (2022), kesehatan tidak hanya dimaknai sebagai ketiadaan penyakit atau kelemahan fisik, tetapi sebagai keadaan sejahtera baik secara fisik, mental, spiritual, dan sosial, yang memungkinkan setiap individu untuk hidup secara produktif, baik dalam lingkup sosial, maupun ekonomi.

Kesehatan tidak hanya terbatas pada kondisi fisik, tetapi juga mencakup kesehatan mental yang sama pentingnya. Kesehatan mental merupakan kondisi sejahtera yang dialami individu ketika mampu menyadari potensi dirinya, mengelola tekanan hidup sehari-hari, serta menjalankan aktivitas secara produktif, selain itu mampu berkontribusi secara positif dalam lingkungan sosialnya (WHO, 2021 dalam Wijayanti et al., 2022). Kesehatan mental yang terjaga dengan baik tidak hanya memperkuat kondisi psikologis, tetapi juga dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan fisik, hal ini sejalan dengan pendapat Khoirunissa & Sukartini (2020), bahwa “Kerugian akibat gangguan kesehatan mental akan berdampak pada gangguan fungsi fisik penderitanya.” Maka dari itu, menjaga kesehatan mental menjadi komponen penting tidak hanya berperan dalam menjaga fungsi psikologi, tetapi juga mendukung kestabilan fungsi biologis dalam mewujudkan kesejahteraan manusia secara menyeluruh.

Namun, dalam realitas sosial saat ini, terdapat peningkatan signifikan terhadap jumlah kasus gangguan kesehatan mental di masyarakat, khususnya di kalangan remaja. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2018, tercatat lebih dari 19 juta penduduk Indonesia yang berusia 15 tahun ke atas tercatat mengalami gangguan kesehatan mental emosional. Khusus pada kelompok usia remaja, dengan persentase kasus depresi mencapai 6,2% (Dewanto et al., 2023). Temuan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental merupakan isu yang signifikan dalam konteks kesehatan masyarakat, salah satunya kelompok usia remaja dengan tingkat kerentanan psikologis yang cukup tinggi pada tahap perkembangan tersebut. Masa remaja ditandai oleh serangkaian perubahan perkembangan, termasuk perubahan emosional yang signifikan, perubahan ini menyebabkan ketidakseimbangan emosi yang berdampak pada cara berpikir serta pola perilaku remaja (Purwanto, 2014 dalam Amalia et al., 2023). Salah satu bentuk gangguan kesehatan mental yang sering terjadi di kalangan remaja adalah gangguan kecemasan atau *Anxiety Disorder*. Kondisi ini secara umum ditandai

dengan munculnya rasa cemas atau kekhawatiran yang berlebihan dan sulit dikendalikan terhadap berbagai situasi, baik yang nyata maupun yang dibayangkan serta berdampak buruk pada kehidupan sehari-hari (Febriyana, 2022). Menurut Ramaiah (2025), terdapat empat faktor utama yang mempengaruhi terhadap munculnya gangguan kecemasan, yaitu faktor lingkungan, tekanan emosional, kondisi fisik, dan aspek genetik atau keturunan. Keempat faktor ini saling berkaitan dan memberi dampak terhadap kerentanan individu.

Seiring dengan perkembangan zaman dan kemajuan teknologi digital, faktor lingkungan yang mempengaruhi munculnya gangguan kecemasan turut mengalami perubahan. Penggunaan media sosial merupakan salah satu aspek lingkungan modern, yang menjadi pemicu peningkatan kasus gangguan kecemasan (Anjarsari et al., 2022). Sejumlah penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dan gangguan kesehatan mental pada remaja, khususnya kecemasan. Studi yang dilakukan oleh Prasmudani et al. (2020), menyatakan bahwa berdasarkan hasil survey siswa SMAN 1 Jepara intensitas penggunaan situs media sosial yang tinggi mengalami tingkat kecemasan klinis sebesar 63% dibandingkan dengan siswa remaja yang menggunakannya dalam intensitas rendah. Hal yang serupa ditemukan oleh Simanjuntak et al. (2024), mengungkapkan bahwa remaja yang menggunakan media sosial cenderung mengalami gangguan kecemasan yang lebih tinggi serta perkembangan emosi yang kurang stabil. Selaras dengan hasil penelitian oleh Rezki et al. (2024) menjelaskan bahwa semakin tinggi intensitas seseorang menggunakan media sosial, maka semakin tinggi tingkat gangguan kecemasan dan stress yang dialami. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa penggunaan media sosial tidak hanya memberikan dampak positif, tetapi juga menimbulkan konsekuensi psikologis yang perlu mendapat perhatian serius. Kondisi ini menjadi isu dan tantangan besar, dalam menjaga kesehatan mental di tengah perkembangan teknologi digital yang semakin pesat. Dalam hal ini, seni dapat berperan sebagai salah satu sarana untuk mengekspresikan emosi secara konstruktif, salah satunya adalah seni musik.

Seni merupakan bentuk ekspresi mendalam dari kreativitas manusia untuk menyampaikan perasaan yang pada dasarnya sulit untuk didefinisikan secara mutlak maupun diukur secara objektif (Batubara, 2021 dalam Panggabean, 2023). Salah satu cabang seni yang memiliki bentuk

ekspresi khas melalui elemen bunyi adalah seni musik. Menurut Suci (2023), musik merupakan wujud nyata dari bunyi dalam perspektif fisika, yang membawa dimensi emosional dan kognitif serta memiliki peranan dalam pembentukan karakter serta pengembangan budi pekerti manusia. Dalam konteks kesehatan mental, musik memiliki peranan sebagai salah satu bentuk media yang dapat dimanfaatkan untuk membantu individu dalam mengekspresikan emosi secara lebih terbuka, sekaligus berperan dalam proses pengaturan emosi agar tetap berada dalam kondisi yang seimbang (Sinaga & Winangsit, 2023). Musik tidak hanya berperan penting dalam pembentukan karakter dan pengaturan emosi individu, tetapi juga musik berfungsi sebagai alat komunikasi. Menurut Syihabuddin et al. (2023), musik dapat dipandang sebagai bagian dari proses komunikasi, hal ini dikarenakan salah satu fungsi utama music adalah sebagai media untuk menyampaikan pesan dan emosi serta musik disajikan dengan bertujuan sebagai media untuk berkomunikasi dengan orang lain. Dalam konteks seni musik, proses penggarapan musik merupakan tahapan krusial dalam penciptaan karya musik.

Dalam proses penciptaan karya musik, faktor ekstra musikal memiliki peran penting dalam membentuk ide kreatif dalam penggarapan musik. Faktor ekstra musikal merujuk pada rangsangan atau stimulus dari objek yang diamati, pengamatan dan pengolahan terhadap objek yang menjadi titik tolak penciptaan karya sangat membantu dalam memperkuat makna yang ingin disampaikan oleh pencipta melalui karya musik yang dihasilkan (Sitompul, 2017). Oleh karena itu, pengalaman emosional yang berkaitan dengan gangguan kecemasan menjadi objek ekstra musikal yang memicu proses kreatif. Sehingga melalui pengamatan serta pengolahan berbagai bentuk ekspresi emosional, menginspirasi penulis untuk membuat komposisi musik minimalis musik yang berjudul "*Fragile Anxious*", dengan mengangkat tema gangguan kecemasan yang rapuh. Komposisi karya ini tidak hanya bersifat artistik, tetapi memiliki nilai komunikatif yang relevan dengan kondisi sosial saat ini. Menurut Wicaksana et al. (2022), musik minimalis merupakan salah satu bentuk ekspresi dalam seni musik kontemporer yang mengusung pendekatan eksperimental dengan prinsip kesederhanaan dalam struktur, terletak pada penggunaan pola-pola yang terbatas, diulang secara berkelanjutan, disertai perubahan-perubahan kecil yang terjadi secara bertahap

membentuk suatu komposisi musik yang utuh. Yang dipelopori oleh beberapa composer yaitu: *Steve Reich, Terry Riley, La Monte Young, dan Philip Glass.*

Dalam penggarapan komposisi musik minimalis ini penulis menggunakan pendekatan musikal berupa pendekatan ritme. Ritme merupakan susunan bunyi dan diam yang diorganisasi berdasarkan durasi atau panjang-pendeknya waktu yang membentuk pola ritme, serta bergerak menurut pulsa (Jamalus, 1996 dalam Gutama, 2020). Pendekatan ritme dalam karya ini berfokus pada tiga Teknik utama yang digunakan diantaranya: adaptif, repetisi, dan augmentasi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), adaptif merupakan mudah menyesuaikan diri dengan suatu keadaan atau kondisi baru. Dalam konteks musik, pendekatan menggunakan teknik adaptif adalah dengan mengubah pola sederhana secara bertahap, namun tetap mempertahankan ciri khas minimalis. Selain itu, penggunaan teknik repetisi. Pengulangan atau repetisi merupakan salah satu elemen fundamental dalam struktur musik. Dalam praktik musik minimalis, teknik repetisi menjadi fondasi dalam membangun karya-karyanya, salah satunya pendekatan karya musik minimalis oleh *Steve Reich* (Narayanasandhy, 2019 dalam Ananda et al., 2022). Dan penggunaan teknik augmentasi, augmentasi merupakan salah satu teknik dalam komposisi musik yang melibatkan perpanjangan durasi nilai not atau tema utama dalam sebuah karya. Penggunaan pendekatan ritme dengan teknik adaptif, repetisi, dan augmentasi dalam proses penciptaan musik saling melengkapi dalam penggarapan komposisi musik minimalis.

Selain pendekatan yang berfokus pada aspek musikal, seperti teknik adaptif, repetisi, dan augmentasi, dalam penciptaan karya musik juga terdapat pendekatan dari aspek non-musikal. Aspek non-musikal dalam garapan karya berperan penting dalam memberikan makna dan interpretasi terhadap karya, berupa pemilihan medium gelas kaca sebagai medium bunyi dan representasi gangguan kecemasan. Gelas kaca merupakan salah satu objek yang sering digunakan untuk menjelaskan prinsip resonansi bunyi dalam fisika. Resonansi merupakan peristiwa suatu benda apabila dipukul, diketuk, ataupun dibunyikan frekuensi yang sama dengan frekuensi yang dimiliki oleh suatu benda, maka benda tersebut akan bergetar dan mengeluarkan bunyi (Oktapiani et al., 2024). Begitupun dengan prinsip gelas kaca yang digunakan sebagai medium bunyi dari penciptaan karya musik ini, digunakan dengan cara diketuk menggunakan sumpit aluminium dan

menghasilkan beberapa timbre atau warna suara. Menurut Phetorant (2020), timbre atau warna suara merupakan karakteristik suara yang menjadi pembeda antara warna suara yang satu dengan warna suara lain. Pemilihan gelas kaca bukan hanya sebagai sumber bunyi, tetapi juga makna simbolik dan konseptual yang merepresentasikan kerapuhan. Hal ini sejalan dengan pendapat Saraswati et al. (2024), menyatakan bahwa gelas kaca merupakan simbol dari tingkat kerentanan individu yang mudah pecah atau rapuh. Selaras dengan pendapat Irawan & Az-Zahra (2020), menjelaskan bahwa kaca menyimbolkan kerentanan dan kerapuhan, serta kaca dapat disimbolkan sebagai lambang perlindungan yang tidak terlihat, tetapi mudah pecah atau rapuh. Oleh karena itu, gelas kaca sebagai pendekatan non musikal merupakan sebuah medium bunyi dan metafora langsung atas kondisi psikologis kecemasan yang rentan dan mudah pecah.

Melalui berbagai pendekatan baik musikal maupun non-musikal, penciptaan karya musik dapat mencerminkan respons emosional dan pemaknaan personal terhadap isu tertentu, termasuk kesehatan mental. Dengan penggunaan medium gelas dan pendekatan ritme sebagai representasi dari gangguan kecemasan. Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk menunjukkan proses penciptaan sebuah karya komposisi musik minimalis yang berjudul “*Fragile Anxious*” sebagai representasi gangguan kecemasan.

METODE PENCIPTAAN

Dalam konteks hubungan antara seni dan penelitian, trikotomi konseptual sering dijadikan acuan yang dibagi menjadi tiga kategori utama, yakni *research on th art* (penelitian dalam seni), *research for art* (penelitian untuk seni), dan *research in art* (penelitian melalui seni) (Rustiyanti, 2021 dalam Panggabean, 2023). Ketiga pendekatan ini memainkan perananan penting dalam memperluas pemahaman tentang seni sebagai bentuk pengetahuan. Penelitian seni pada dasarnya tidak dapat dipisahkan dari tiga unsur utama, yaitu isi, proses, dan bentuk atau karya seni itu sendiri. Ketiganya mencakup ide dan gagasan awal, perumusan konsep, serta tahapan proses, kreatif yang dijalankan oleh seniman dalam mewujudkan karya. Oleh karena itu, metode penelitian kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah *practice based research* (PBR) atau penelitian berbasis praktik.

Practice based research (PBR) atau penelitian berbasis praktik merupakan kategori penelitian yang berfokus pada proses praktik penciptaan yang ditulis secara ilmiah dengan objek risetnya yakni berupa karya. Pendekatan ini sejalan dengan karakteristik penelitian seni, yang tidak terlepas dari unsur isi, proses, dan bentuk karya, serta mencakup aktivisasi ideatif, konseptual, dan kreatif. Dalam konteks ini, proses penciptaan karya musik tidak hanya sebagai hasil akhir, tetapi sebagai metode utama untuk mengeksplorasi dan merumuskan pemahaman atas isu yang dikaji, yakni representasi kecemasan melalui medium bunyi berupa alat yang digunakan adalah gelas.

Dengan kerangka kerja atau proses penciptaan didasarkan pada teori Alma M. Hawkins (1991) dalam Wicaksana et al. (2022), yang membagi proses kreatif menjadi tiga tahapan utama, yaitu Eksplorasi, Percobaan (Improvisasi), dan Pembentukan (*forming*). Tahap eksplorasi merupakan tahap pertama dari proses penciptaan karya yang diawali dengan penentuan tema, ide, dan judul karya. Kemudian dilanjutkan dengan aktivitas berpikir, berimajinasi, dan menafsirkan tema yang telah dipilih sebagai dasar konseptual penciptaan. Tahapan kedua yakni tahap improvisasi mencakup proses pemilihan, perbandingan, dan pertimbangan atas berbagai elemen artistik, guna menemukan integritas dan kesatuan ekspresi dalam berbagai percobaan kreatif. Selanjutnya, tahap pembentukan dilakukan dengan menentukan bentuk akhir karya melalui penggabungan simbol-simbol yang muncul dari tahap-tahap sebelumnya, tahap ini juga mencakup penetapan aspek-aspek pendukung untuk memperkuat estetika dan makna dalam karya. Seluruh proses ini didokumentasikan secara sistematis untuk memahami bagaimana praktik penggunaan gelas sebagai medium sonik atau bunyi dapat merepresentasi kecemasan serta memberikan kontribusi pengetahuan dalam ranah penelitian seni musik. Melalui metode ini, penelitian berupaya mengeksplorasi bagaimana gagasan dan proses penciptaan karya yang melekat dengan tema kecemasan dengan gelas sebagai medium utama dalam praktik penciptaannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Eksplorasi

Tahap eksplorasi merupakan fase awal dalam proses penciptaan karya, yang diawali dengan penentuan tema, ide, dan judul. Tahapan ini dilanjutkan dengan aktivitas berpikir, berimajinasi, serta menafsirkan tema yang telah dipilih sebagai dasar konseptual dalam proses

penciptaan karya. Proses pengamatan dan pengolahan yang dilakukan penulis dalam menggarap karya berjudul *Fragile Anxious* dilandasi oleh apresiasi terhadap salah satu karya musik minimalis Steve Reich yang berjudul *Music for Pieces of Wood*. Karya tersebut merupakan komposisi musik minimalis yang menggunakan pendekatan repetisi serta menerapkan teknik *additive process*, yaitu penambahan dan modifikasi pola ritmis secara bertahap sehingga menciptakan ketegangan melalui perubahan perlahan dan pengulangan motif ritmis.

Pendekatan inilah yang menjadi landasan utama dalam perancangan konsep karya musik minimalis *Fragile Anxious*. Ide tersebut kemudian dikembangkan oleh penulis dengan menambahkan teknik augmentasi, *phasing* serta pendekatan dalam aspek non-musikal. Penulis sejak awal terinspirasi untuk menciptakan sebuah karya musik minimalis yang mengangkat isu kesehatan mental yang sesuai dengan kondisi sosial yang terjadi di lapangan. Dengan melakukan pengamatan dan pengolahan sejumlah penelitian-penelitian terdahulu terkait gangguan kecemasan dengan intensitas tinggi dialami oleh usia remaja.

Karya ini diberi judul "*Fragile Anxious*", yang merujuk pada tema utama yang diangkat. Kata *fragile* berarti rapuh, sedangkan *anxious* berarti cemas; ketika digabungkan, keduanya merepresentasikan kondisi kecemasan yang rapuh. Representasi ini diwujudkan melalui penggunaan gelas kaca sebagai instrumen utama dalam karya. Pemilihan gelas kaca didasarkan pada studi literatur mengenai makna simbolik dan karakteristik resonansi bunyi yang dimilikinya.



Gambar 1
Kerangka berpikir ide penciptaan karya “*Fragile Anxious*”

Tahap Percobaan (Improvisasi)

Tahapan kedua, yaitu tahap improvisasi, mencakup proses pemilihan, perbandingan, dan pertimbangan terhadap berbagai elemen artistik guna menemukan integritas dan kesatuan ekspresi melalui berbagai percobaan kreatif. Pada tahapan ini, penulis melakukan serangkaian eksperimen, dimulai dari eksplorasi warna suara (*timbre*) yang dihasilkan oleh gelas kaca ketika dipukul menggunakan alat bantu berupa sumpit aluminium. Penulis membatasi eksplorasi pada empat jenis warna suara, yaitu: alas gelas, pinggir alas, bagian atas, dan tengkep.



Gambar 2 Tahapan Percobaan

Gambar kiri atas merupakan alas gelas, gambar kanan atas merupakan atas gelas, gambar kiri bawah merupakan pinggir alas, dan gambar kanan bawah merupakan tengkep.

Keempat warna suara yang telah ditetapkan selanjutnya diolah lebih lanjut menjadi sebuah garapan musik. Penulis menggunakan *Digital Audio Workstation* (DAW) **FL Studio** untuk merekam, mengedit, serta mengolah data audio dan *MIDI*.

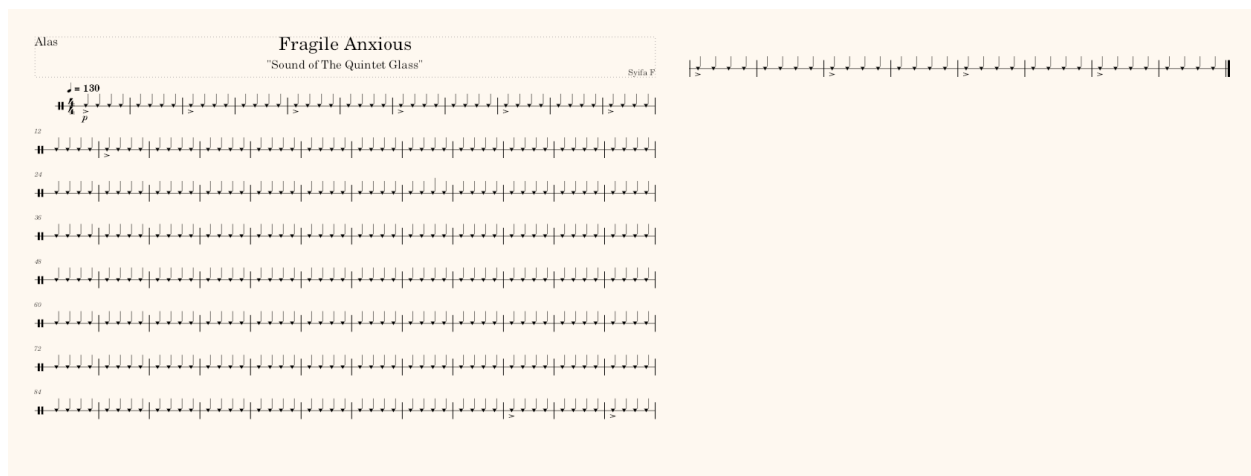
Setelah menentukan *timbre* yang akan digunakan, tahapan berikutnya adalah melakukan serangkaian percobaan dalam penyusunan pola ritme untuk karya *Fragile Anxious*, dengan memanfaatkan perangkat lunak **MuseScore**. Penggunaan MuseScore memudahkan penulis dalam penulisan *full score* dalam berkomposisi, serta dalam pengolahan data *MIDI*, karena data *MIDI* yang dihasilkan dapat diimpor langsung ke dalam DAW untuk tahap komposisi lebih lanjut. Pada tahapan ini, penulis melakukan berbagai percobaan dalam pembuatan pola dengan menggunakan teknik repetisi, adaptif, augmentasi dan penggeseran *phasing* di setiap warna suara yang telah ditetapkan.

Tahap Pembentukan (*Forming*)

Tahap pembentukan dilakukan dengan menetapkan bentuk akhir karya melalui penggabungan simbol-simbol yang telah muncul pada tahap-tahap sebelumnya. Tahap ini juga mencakup penetapan aspek-aspek pendukung guna memperkuat nilai estetika dan makna dalam karya. Dalam tahapan ini, penulis menetapkan tempo yang sesuai dengan karya ini yaitu 130bpm, dengan birama 4/4, serta memiliki 104 bar dengan durasi sekitar 3 menit 10 detik. Terdapat pula pengembangan pada salah satu warna suara, yaitu *pinggir alas*, yang dibagi menjadi dua bagian: *pinggir alas 1* dan *pinggir alas 2*. Pada karya "*Fragile Anxious*" setiap *timbre* dari gelas kaca tidak membentuk sebuah harmoni melainkan menciptakan tekstur bunyi yang berbeda, tidak stabil, sehingga menciptakan nuansa tidak nyaman. sehingga menghasilkan nuansa ketidaknyamanan.

Kondisi ini merepresentasikan ketidakseimbangan batin yang dialami individu saat mengalami kecemasan.

Pada tahapan ini setiap teknik dan karakteristik yang digunakan telah disesuaikan dengan setiap warna suara pada gelas. **Alas gelas** memegang peranan penting dalam garapan ini yakni sebagai pemegang tempo, alas gelas memiliki pola ritme yang statis dari awal hingga akhir. Ditandai dengan hanya menggunakan not $\frac{1}{4}$ di setiap barisnya.



Gambar 3
Partitur alas gelas sebagai pemegang tempo

Pinggir alas 1 merupakan fondasi pola ritme utama dari *timbre* bunyi gelas lainnya. Pada bagian ini, digunakan teknik adaptif dan repetisi, di mana terdapat proses penambahan dan pengurangan pola ritme sedikit demi sedikit atau secara bertahap. Pola ritme yang digunakan mengalami pengulangan (*repetisi*) sebelum mengalami perubahan, baik berupa penambahan maupun pengurangan. Pinggir alas 1 mulai masuk pada bar ke-7. Terdapat lima kali penambahan ritme dan lima kali pengurangan ritme yang dilakukan secara bertahap. Proses penambahan ritme menggunakan teknik adaptif terjadi pada bar 15 hingga bar 39, sedangkan proses pengurangan ritme dimulai dari bar 61 hingga bar 93. hal ini ditandai dengan berhentinya penggunaan teknik adaptif pada pola ritme 1 dan diakhiri kembali dengan teknik repetisi atau pengulangan hingga semua warna suara kecuali alas gelas perlahan berhenti.

Gambar 4

Partitur pinggir alas gelas 1 yang menjadi fondasi utama pola ritme keseluruhan karya

Atas gelas merupakan hasil imitasi atau *cloning* dari pola ritme pinggir alas 1. Namun, perbedaan utama antara keduanya terletak pada teknik baru yang diterapkan pada atas gelas, yaitu teknik *phasing*. Dalam konteks ini, pinggir alas 1 mempertahankan pola ritmenya secara konsisten, sementara atas gelas mengalami pergeseran pola ritme sebanyak 1,5 nilai not ke depan.

Pendekatan ini memiliki kemiripan dengan karya *Clapping Music* oleh Steve Reich. Namun, dalam karya *Fragile Anxious*, pergeseran pola pada atas gelas berlangsung secara stabil dan dipertahankan dari awal hingga akhir, tanpa mengalami perubahan pergeseran lebih lanjut maupun proses sinkronisasi kembali dengan pinggir alas 1. Dengan penggunaan teknik adaptif dan repetisi yang sama persis digunakan pada pinggir alas 1.

Gambar 5

Partitur atas gelas yang merupakan imitasi dari pinggir alas 1, akan tetapi terjadi pergeseran pola (*phasing*)

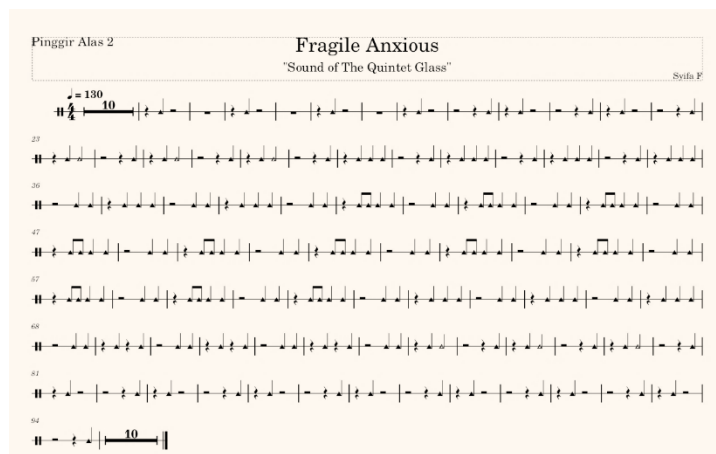
Pinggir alas 2 merupakan bentuk augmentasi dari pola ritme pinggir alas 1, yaitu pengembangan melalui perpanjangan durasi nilai not dari pola ritme aslinya. Dengan kata lain, pinggir alas 2 mempertahankan struktur ritmis dasar dari pinggir alas 1, namun setiap not diperpanjang durasinya sehingga menciptakan kesan tempo yang lebih lambat dan ruang bunyi yang lebih luas.

Bagian ini mulai masuk pada bar ke-11 dan berakhir pada bar ke-95. Dalam pengolahannya, pinggir alas 2 juga menggunakan teknik adaptif dan repetisi, sama persis seperti yang diterapkan pada pinggir alas 1. Kesamaan teknik ini memberikan kontinuitas dan koherensi antar bagian, meskipun secara tekstur dan dinamika keduanya memiliki karakteristik yang berbeda akibat proses augmentasi.

Gambar 6

Pinggir alas 2 yang augmentasi pola dari pinggir alas 1

Tengkep ritme tersendiri yang warna suara lainnya. dimaksudkan untuk nuansa baru yang

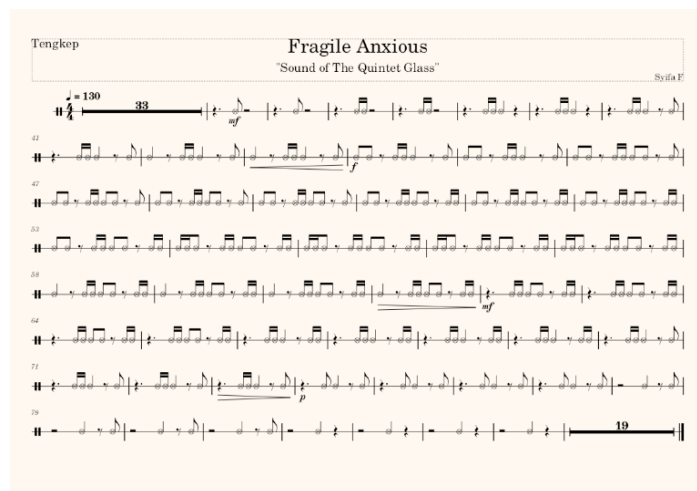


merupakan pola ritme

memiliki pola berbeda dari Perbedaan ini menghadirkan kontras,

sekaligus memperkaya tekstur musikal dalam karya. Dengan pola ritme yang unik, tengkep berfungsi sebagai elemen penyeimbang dan pembeda dalam komposisi, sehingga tidak seluruh bagian karya terdengar homogen.

Tengkep mulai masuk pada bar ke-34 dan berakhir pada bar ke-86. Dalam pengolahannya, tengkep menggunakan teknik adaptif dan repetisi yang serupa dengan yang diterapkan pada pinggir alas 1. Teknik ini melibatkan proses penambahan dan pengurangan pola ritme secara bertahap, di mana pola yang sama diulang beberapa kali sebelum mengalami modifikasi. Secara rinci, terdapat delapan kali penambahan ritme dan tujuh kali pengurangan ritme pada bagian tengkep, yang seluruhnya dilakukan secara bertahap.



Gambar 7

Partitur tengkep dengan pola ritme yang tidak berkaitan dengan pola ritme lainnya

Garapan karya ini dibagi menjadi tiga bagian utama, yang secara jelas ditandai oleh *pinggir alas 1* sebagai fondasi pola ritme dari *timbre* bunyi gelas lainnya. Bagian pertama berlangsung dari bar 1 hingga bar 28, dan ditandai dengan masuknya warna-warna suara secara bertahap.

Proses ini dimulai dengan *alas gelas* sebagai penentu tempo dasar, diikuti oleh *pinggir alas 1* sebagai pembawa pola ritme utama. Selanjutnya, *pinggir alas 2*, *atas gelas*, dan *tengkep* masuk satu per satu, membentuk lapisan tekstur bunyi yang berkembang secara progresif. Tahapan ini menunjukkan prinsip bertumbuh secara minimalis, di mana elemen-elemen musikal diperkenalkan secara perlahan untuk membangun struktur dan dinamika karya secara bertahap.

Gambar 8
Awal dan akhir bagian pertama (bar 1-28)

Bagian kedua dimulai dari bar 29 hingga bar 60, yang ditandai dengan peningkatan intensitas musikal melalui penerapan dinamika *crescendo* menuju *forte* pada *pinggir alas 1*. Selain itu, bagian ini juga ditandai oleh semakin rapatnya pola ritme pada setiap warna suara, menciptakan kesan ketegangan dan desakan secara musikal.

Perkembangan ini mencerminkan proses akumulasi energi dalam struktur karya, di mana seluruh pola ritme tiap warna suara bergerak menuju titik maksimal. Bagian kedua berakhir setelah seluruh warna suara mencapai bentuk ritme yang paling kompleks atau padat, yakni titik maksimal dari proses penambahan ritme. Momen ini menjadi penanda transisi menuju bagian ketiga, yang memperlihatkan perubahan arah atau resolusi dari ketegangan yang telah dibangun sebelumnya.

Gambar 9
Awal dan akhir bagian kedua (bar 29-60)

Bagian ketiga dimulai dari bar 61 hingga bar 104, ditandai dengan penerapan dinamika *decrescendo* menuju *mezzopiano* pada *pinggir alas 1*. Selanjutnya, setiap warna suara mengalami

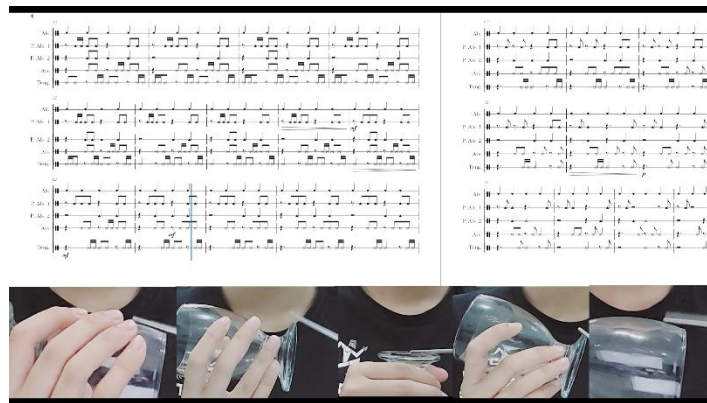
pengurangan pola ritme secara bertahap, menciptakan suasana yang semakin tenang dan mengarah pada penyelesaian musikal.

Akhir bagian ketiga ditandai dengan penghentian bertahap dari setiap warna suara disertai dinamika yang meredup menuju *piano*. Pada akhir karya, hanya *alas gelas* yang tersisa, dengan artikulasi aksentuasi pada ketukan pertama setiap dua bar, berfungsi sebagai penanda jelas akan berakhirnya karya *Fragile Anxious*.

Penggunaan teknik ini menimbulkan kesan penyelesaian yang halus namun tegas, memperkuat narasi musikal yang mencerminkan perjalanan emosional dalam komposisi tersebut.

Gambar 10
Awal dan akhir bagian ketiga (bar 61-104)

Seluruh proses penggarapan karya ini didokumentasikan secara sistematis, mulai dari tahap eksplorasi alat hingga penyelesaian keseluruhan karya. Dokumentasi ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif mengenai proses kreatif yang dilalui penulis. Sebagai hasil akhir, karya *Fragile Anxious* telah dipublikasikan secara terbatas melalui platform YouTube dan hanya dapat diakses melalui tautan khusus yang disediakan.



Gambar 11
Dokumentasi akhir karya “*Fragile Anxious*”

Secara keseluruhan, proses penciptaan karya *Fragile Anxious* menunjukkan pendekatan komposisi musik minimalis yang dikembangkan secara sistematis melalui teknik-teknik seperti repetisi, augmentasi, adaptasi, dan phasing. Teknik-teknik tersebut digunakan secara strategis untuk membangun tekstur bunyi yang berlapis dan dinamis, yang tidak hanya berfungsi sebagai elemen musikal, tetapi juga sebagai medium ekspresi untuk menggambarkan kompleksitas isu kesehatan mental, khususnya kecemasan yang rapuh. Setiap *timbre* dari gelas kaca diperlakukan dengan karakteristik unik yang saling melengkapi, membentuk suasana ketegangan dan ketidakstabilan yang mencerminkan ketidakseimbangan batin.

Penggunaan gelas kaca sebagai instrumen utama tidak hanya memberikan kualitas suara yang khas, tetapi juga mengandung nilai simbolik yang mendalam, memperkuat pesan emosional karya. Proses pengembangan pola ritme yang bertahap dan terstruktur dalam tiga bagian memperlihatkan evolusi narasi musikal dari ketenangan awal, melalui puncak intensitas, hingga penurunan yang reflektif dan resolutif.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan dapat diambil kesimpulan, bahwa karya *Fragile Anxious* merupakan hasil dari proses penciptaan musik minimalis yang tidak hanya mengedepankan eksplorasi artistik, tetapi juga memiliki kedalaman makna yang merepresentasikan isu kesehatan mental, khususnya kecemasan yang dialami remaja. Melalui penerapan teknik repetisi, adaptasi, augmentasi, dan phasing, serta pemanfaatan warna suara dari gelas kaca sebagai elemen utama, karya ini berhasil

membentuk struktur musikal yang berlapis, dinamis, dan ekspresif. Pembagian karya ke dalam tiga bagian yang berkembang secara bertahap menunjukkan bagaimana pendekatan minimalis dapat digunakan untuk membangun narasi emosional secara efektif. Dokumentasi proses secara sistematis dan publikasi terbatas melalui platform digital juga menjadi bagian dari strategi konseptual yang memperkuat nilai artistik dan eksklusivitas karya. Dengan demikian, *Fragile Anxious* tidak hanya menjadi contoh praktik penciptaan karya musik yang berbasis riset dan eksplorasi, tetapi juga memberikan kontribusi terhadap seni kontemporer yang mengangkat isu-isu sosial dan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, R. F., Limbong, H. E., & Budiawan, H. (2022). Saru Pakareman: Refleksi Pengalaman Diri sebagai Practice-led Research. *Resital: Jurnal Seni Pertunjukan*, 23(2), 75-87.
- Anjarsari, T., Astutik, I. R. I., & Indahyanti, U. (2022). Deteksi Dini Gangguan Kecemasan Menggunakan Metode Naive Bayes. *JUPI (Jurnal Ilmiah Penelitian dan Pembelajaran Informatika)*, 7(4), 1198-1210.
- Amalia, A. A. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Regulasi Emosi Pada Remaja. *Jiksa-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 5(2), 106-114.
- Bagas, M. A. (2020). Relevansi Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow Terhadap Motivasi Kerja Anggota Organisasi Penyuluhan Agama Islam. *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 1(2), 100-108.
- Dewanto, A. C., Khasanah, K., Isrofah, I., Prasetya, E. Y., & Islammudin, M. (2023). Edukasi Peningkatan Kesehatan Mental Pada Remaja Karang Taruna Bina Karya Remaja Desa Sumurjomblangbogo Kabupaten Pekalongan. *Madaniya*, 4(3), 1281-1287.
- Febriyana, F. (2022). Analisis Studi Kasus Klien Dengan Gangguan Kecemasan (Anxiety Disorder). *Perspektif*, 2(2), 149-154.
- Gutama, A. (2020). Analisis Pola Ritme dan Bentuk Lagu Anak. *Virtuoso: Jurnal Pengkajian dan Penciptaan Musik*, 3(1), 23-32.
- Hasmiansyah, R., Fauzan, A., & Samsudin, M. (2021). Analisis Pemikiran Psikologi Islam (Studi Terhadap Konsep Psikologi Islam Dalam Pandangan Hasan Langgulung). *Jurnal Diversita*, 7(1), 63-71.
- Irawan, Y., & Az-Zahra, N. H. (2020). Makna Bunga Mawar Pada Film Beauty and The Beast Dalam Bingkai Teori Semiotik Roland Barthes. *Kelasa*, 15(1), 1-14.
- Khoirunissa, D. H., & Sukartini, N. M. (2020). Kesehatan Mental Sumber Daya Manusia Indonesia. *Jurnal Sains Sosio Humaniora*, 4(1), 241-258.

-
- Nabila, A. S., Idris, N. A., Arimbi, S. N., Rahmadani, S., Ramadhani, F., Ferawaty, F., ... & Abd Muis, A. (2023). Hakikat Manusia Dalam Pandangan Islam: Kesejahteraan dan Kesetaraan. *At-Tuhfah*, 12(2), 1-14.
- Oktapiani, R. A., Hamdie, H. N. N., & Damayanti, F. E. (2024). Analisis Efisiensi Pengajaran Project Based Learning Pada Praktikum Pipa Organa Sederhana. *Jurnal Pendidikan Fisika dan Sains (JPFS)*, 7(2), 136-143.
- Panggabean, A. J. (2023). MUTE: Duet Bahasa Isyarat dalam Komposisi Kontemporer. *Panggung*, 33(2), 285-300.
- Phetorant, D. (2020). Peran musik dalam film score. *Journal of Music Science, Technology, and Industry*, 3(1), 91-102.
- Rezki, A. N., Naryoso, A., & Pradekso, T. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Stres. *Interaksi Online*, 12(2), 79-88.
- Saraswati, I., Utami, N. M. P., & Pelayun, T. U. N. (2024). Newcomers Self-Adjustment And Interpersonal Communication As An Idea For Digital Painting Art Creation. *CITA KARA: JURNAL PENCIPTAAN DAN PENGKAJIAN SENI MURNI*, 4(2), 237-245.
- Sihabuddin, S., Itasari, A. A., Herawati, D. M., & Aji, H. K. (2023). Komunikasi Musik: Hubungan Erat Antara Komunikasi dengan Musik. *Translitera: Jurnal Kajian Komunikasi dan Studi Media*, 12(1), 55-62.
- Sinaga, F. S. H. S., & Winangsit, E. (2023). Terapi Musik untuk Meningkatkan Kesehatan Mental: Tinjauan Literatur dalam Perspektif Psikodinamika. *Assertive: Islamic Counseling Journal*, 2(1), 1-12.
- Sitompul, A. (2017). Metamorfosis Kupu-kupu: Sebuah Komposisi Musik. *Promusika*, 5(1), 17-24.
- Suci, D. W. (2023). Penggunaan Seni Musik dalam Mendukung Perkembangan Kognitif dan Emosional Siswa SD. *Jurnal Pelita Ilmu Pendidikan*, 1(2), 49-52.
- Wibowo, S., Adinuhgra, S., & Winei, A. A. D. (2023). Upaya Orang Tua Mendampingi Anak-Anak Dalam Hal Berdoa Di Stasi ST. Yosef Ampari Bura Dalam. *Sepakat: Jurnal Pastoral Kateketik*, 9(2), 52-64.
- Wicaksana, I. P. A. W., Suweca, I. W., & Aryanto, A. S. (2022). CLONING. *MELODIOUS: JOURNAL OF MUSIC*, 1(1), 9-18.
- Wijayanti, R., Hestiningih, R., Yuliawati, S., & Kusariana, N. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan pada Tenaga Kesehatan saat Pandemi COVID-19 (Studi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 7(1), 465-470.