

## The Development of Music Media as Relaxation for Students Who are Carrying Out Final Projects (Thesis)

**Akmal Sutja\*, Rully Andi Yaksa, Siti Amanah.**

Universitas Jambi, Jambi, Indonesia.

\*Korespondensi: [sutja.akmal@unja.ac.id](mailto:sutja.akmal@unja.ac.id)

### Abstract

*This study aims to develop and prove that the music media as relaxation for students who are carrying out their final project (thesis) in the program study Guidance and Counseling FKIP Jambi University. This study uses a type of R & D (Research & Development) research, namely researching, designing, producing, testing, the validity of the products produced using the ADDIE model (Analysis Design Development Implementation and Evaluation). The population in this study amounted to forty-six people, and the sample was divided into three groups, including: the first, a individual groups of four people, the second, a small groups of ten people, and the third, a large groups of thirty-two people. Data were analyzed in two ways, the first qualitative analysis to interpret the responses of experts, lecturers and students, and the second quantitative analysis using the percentage formula. Based on the research results, it was concluded that: the first development of relaxation music media products is produced through five stages, that is Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation, The second The resulting product is declared suitable for use in providing relaxation music therapy for students who are carrying out their final assignments, the third Music media developed according to peers is in the "very good" category with a percentage of 90.4%, and the fourth The large group trial obtained an average percentage of 94% in the "very good" category.*

**Keywords:** Development; Music Media; Relaxation; Thesis.

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan membuktikan bahwa media musik sebagai relaksasi bagi mahasiswa yang sedang melaksanakan tugas akhir (skripsi) di Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Jambi. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian R & D (Riset & Development) yaitu meneliti, merancang, memproduksi, menguji, validitas produk yang dihasilkan dengan menggunakan model ADDIE (Analysis Design Development Implementation dan Evaluation). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 46 orang, dan sampelnya terbagi menjadi 3 kelompok, diantaranya: 1) kelompok perorangan sebanyak 4 orang, 2) kelompok kecil sebanyak 10 orang, dan 3) kelompok besar sebanyak 32 orang. Data dianalisis dengan dua cara yaitu analisis kualitatif untuk menginterpretasikan tanggapan para ahli, dosen dan mahasiswa serta analisis kuantitatif dengan menggunakan rumus persentase. Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa: 1) Pengembangan produk media music relaksasi dihasilkan melalui 5 tahap, yaitu Analysis, design, development, Impelementation, dan Evaluation, 2) Produk yang dihasilkan dinyatakan layak digunakan dalam memberikan terapi music relaksasi bagi mahasiswa yang sedang melaksanakan tugas akhir, 3) media musik yang dikembangkan menurut teman sejawat termasuk dalam kategori "sangat baik" dengan persentase sebesar 90,4 %, dan 4) Ujicoba kelompok besar memperoleh persentase rata-rata 94% termasuk kategori "sangat baik".

**Kata Kunci:** Pengembangan; Media Musik; Relaksasi; Skripsi.

**How To Cite :** Sutja, A., Yaksa, R. A., & Amanah, S. (2021). The Development of Music Media as Relaxation for Students Who are Carrying Out Final Projects (Thesis). *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 4(3), 195-202.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2021 by author

## PENDAHULUAN

Musik adalah resonansi dan eksplorasi jiwa seorang individu melalui irama, ritme, alunan suara, harmoni, ketukan, dan nada seorang individu dapat merasakan ketenangan, kenyamanan, kebahagiaan, kesedihan, merenung dan relaks. Music sangat dibutuhkan oleh semua individu karena music memiliki aneka ragam genre, ada music klasik, pop, jazz, melayu, instrumen, mozart, rock, harmoni, hip-hop dan rohani. Menurut Pamungkas (2019) musik adalah bahasa universal yang terbukti mampu menggugah pikiran hati manusia, sehingga orang bisa bergembira ria, merenung, bersedih, menangis, dan menghasilkan berbagai respons karena suatu nyanyian. Menurut Djohan (2009) mengatakan bahwa music merupakan saluran paling tegas untuk mengekspresikan emosi, sehingga seseorang dapat belajar menanggung rasa sedih, frustrasi, rasa marah, ekspresi gembira, dan cinta melalui pengalaman musical. Maka menurut De Porter et al (dalam Supradewi, 2010) Musik dalam proses belajar dapat digunakan untuk: a) meningkatkan semangat, b) merangsang pengalaman, c) menumbuhkan relaksasi, d) meningkatkan fokus, e) membina hubungan, f) menentukan tema untuk hari itu, g) memberi inspirasi, h) bersenang-senang.

Terapi musik adalah salah satu pengkodean (*coding*) yang diterima oleh individu secara stimulus melalui indera pendengaran yang langsung berimpact ke perilaku manusia (*behavior heart*) dan perasaan manusia (*feeling heart*) seperti: rasa, nyaman, bahagia, tenang, senang dan rileks. Melalui penelitian ini diharapkan mahasiswa dapat memiliki perilaku yang baik dan positif serta di imbangi dengan perasaan yang senang, nyaman, bahagia, tenang dan rileks dalam menyelesaikan masa studinya dalam perkuliahan di Perguruan Tinggi. Sehingga, mahasiswa mendapatkan nilai yang bagus dan wisuda dengan tepat waktu. Menurut Federasi Terapi Musik Dunia (WMFT) (dalam Djohan, 2006) terapi musik adalah penggunaan musik dan atau elemen musik (suara, irama, melodi, dan harmoni) oleh seorang terapis musik dalam proses membangun komunikasi, meningkatkan relasi interpersonal, belajar, meningkatkan mobilitas, mengungkapkan ekspresi, menata diri atau untuk mencapai berbagai tujuan terapi lainnya.

Mahasiswa merupakan individu yang memiliki keanekaragaman kegiatan sehingga dengan kegiatan tersebut dapat membuat mahasiswa menjadi tidak rileks, salah satunya adalah dalam penyelesaian tugas akhir (skripsi). Mahasiswa dituntut untuk semangat, bersabar dan ikhlas dalam menjalani proses bimbingan tugas akhir (skripsi) sampai dengan ujian dalam penentuan akhir sehingga mahasiswa dapat wisuda dalam waktu yang tepat. Maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa individu yang memiliki banyak kegiatan dapat menimbulkan beraneka ragam permasalahan dalam dirinya khususnya dalam permasalahan mental, dimana individu memerlukan music sebagai relaksasi dalam kehidupannya agar terwujud rasa ketenangan, kenyamanan dan kebahagiaan. Menurut Pristianto, Wijianto dan Rahman (2018) mengatakan bahwa ada kegiatan-kegiatan yang dapat membangkitkan perasaan relaks, antara lain: 1) membaca buku ringan, 2) mendengarkan music yang lembut, 3) berbaring dengan rileks, 4) yoga, 5) berjalan kaki ringan, 6) berenang, dan 7) bersepeda.

Kenyataannya sekarang bahwa individu mengalami permasalahan-permasalahan jiwa, karena disibukkan dengan kegiatan-kegiatan dan tuntutan-tuntutan yang menguras tenaga dan pikiran, sehingga dapat mengakibatkan stress, depresi, kecemasan, dan ketegangan. Permasalahan tersebut tidak memandang umur dan gender baik anak-anak, remaja, dewasa, dan lansia Maka sangat diperlukanlah media seperti music sebagai relaksasi bagi individu dalam menjalani kehidupannya sehingga individu tersebut menjadi relaks.

## METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian R & D (Riset & Development) yaitu meneliti, merancang, memproduksi, menguji, validitas produk yang dihasilkan dengan menggunakan model ADDIE (*Analysis Design Development Implementation dan Evaluation*). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 46 orang, dan sampelnya terbagi menjadi 3 kelompok,

diantaranya: 1) kelompok perorangan sebanyak 4 orang, 2) kelompok kecil sebanyak 10 orang, dan 3) kelompok besar sebanyak 32 orang. Data dianalisis dengan dua acara yaitu analisis kualitatif untuk menginterpretasikan tanggapan para ahli, dosen dan mahasiswa serta analisis kuantitatif dengan menggunakan rumus persentase.

## HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN

Penelitian ini menggunakan prosedur pengembangan ADDIE yang meliputi 4 tahap pengembangan yaitu *analysis, Design, Develop, Implement* dan *Evaluate* atau yang dinamakan menjadi model ADDIE, Secara garis besar keempat tahapan pengembangan tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut.

### 1. Tahap Analisis (Analysis)

Pada tahap ini menetapkan dan mendefinisikan syarat-syarat pengembangan diawali dengan analisis tujuan dari batasan jenis musik yang dikembangkan dan perangkatnya. Analisis ini secara garis besar berupa analisis kebutuhan dan permasalahan beserta karakteristik mahasiswa.

### 2. Tahap Perancangan (Design)

Pada tahap ini dilakukan perancangan prototipe jenis music terapi, komponen-komponen musik terapi antara lain berupa rancangan produk jenis music yang layak sebagai music terapi berdasarkan format yang dipilih.

### 3. Tahap Pengembangan (Develop)

Pada tahap ini dikembangkan music terapi berdasarkan format yang dipilih

### 4. Tahap Pengembangan Evaluasi

Dalam tahap pengembangan evaluasi peneliti melihat menggunakan evaluasi formatif untuk memastikan tujuan yang diharapkan dapat tercapai dan untuk melakukan perbaikan suatu produk atau program.

Adapun penyajian data validasi produk yang dikembangkan melalui beberapa validasi dengan mengujikan media pada para expert judgement yaitu para ahli yang ahli materi dan ahli media, diantaranya Validasi ahli materi oleh Drs. Rasimin M.Pd beliau adalah Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Jambi, dari ahli materi disimpulkan bahwa tingkat pencapaian produk termasuk dalam kategori "baik" dan tidak perlu direvisi, validasi ahli desain dilakukan oleh Prof. Dr. Ekawarna, M.Psi, beliau adalah Guru Besar bidang Manajemen Pendidikan pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi, dari ahli desain disimpulkan bahwa tingkat pencapaian produk media music terapi termasuk dalam kategori "cukup baik" sehingga perlu dilakukan revisi seperlunya untuk memperbaiki komponen media musik ini agar menjadi lebih baik.

## Analisis Data Dan Uji Coba Produk

Tahap Uji coba produk pengembangan media music ini pada dasarnya merupakan bagian dari evaluasi formatif. Uji coba yang dilakukan meliputi Uji coba perorangan, uji coba kelompok kecil, Uji coba lapangan atau kelompok besar.

### Uji Coba Perorangan

Uji coba perorangan dilakukan pada tanggal 29 Juni 2020 di Prodi Bimbingan Konseling Universitas Jambi dilakukan terhadap 4 orang mahasiswa semester 8 yang dipilih secara acak dan dapat mewakili kemampuan mahasiswa secara keseluruhan, 1 orang mahasiswa mempunyai kemampuan diatas rata-rata, 2 orang mempunyai kemampuan sedang, dan 1 orang mempunyai kemampuan dibawah rata-rata. Adapun data hasil uji coba perorangan terhadap produk media musik disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Ujicoba Perorangan Media Musik Terapi**

No	Komponen yang dinilai	Responden				Jumlah Skor	Skor ideal	%
		1	2	3	4			
1	Apakah penggunaan media music terapi memberikan ketenangan dan fokus yang baik dalam menyelesaikan tugas akhir?.	5	5	5	5	20	20	100
2	Apakah penggunaan irama dalam media music terapi memberikan rasa menyenangkan?	4	4	4	4	16	20	80
3	Apakah Inatrumen yang ada dalam media music terapi membuat anda semakin tenang dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir?	4	5	4	4	17	20	85
4	Apakah Syair yang ada dalam media music terapi membuat anda semakin tenang dan fokus dalam menyelesaikan tugas akhir?	3	5	5	4	17	20	85
5	Apakah isi suara pada media musik sesuai dengan kebutuhan Anda ?	5	5	5	4	19	20	95
6	Apakah isi suara mudah Anda pahami ?	4	5	4	4	17	20	85
7	Apakah interval waktu sesuai dengan kebutuhan anda.	4	5	3	4	16	20	80
8	Apakah penilaian keserasian dalam media music dapat anda rasakan?	4	4	5	5	18	20	90
9	Apakah isi media music sesuai dengan kondisi psikologia anda?	4	5	3	3	15	20	75
10	Apakah suara alam anda rasakan manfaatnya?	5	3	5	5	18	20	90
11	Apakah ilustrasi, contoh dan gambar sesuai dengan isi media musik?	5	5	5	5	20	20	100
12	Apakah bentuk isntumen serasi anda sarakan dengan irama dan syairnya?	5	5	5	5	20	20	100
13	Apakah Anda merasa menyukai mendengarkan music terapi ?	4	4	5	4	17	20	85
14	Apakah tampilan cover secara keseluruhan menarik ?	3	3	3	3	12	20	60
15	Apakah tampilan isi music terapi secara keseluruhan menarik untuk didengarkan?	5	5	3	4	17	20	85
Jumlah skor		64	68	64	63	259		
Skor ideal		75	75	75	75	300	86	
Prosentase		85	91	85	84	86		

Berdasarkan tabel 1 Hasil Uji Coba Perorangan dari 4 mahasiswa yang dijadikan responden mahasiswa pertama memberikan penilaian dengan persentase 85%, mahasiswa kedua dengan persentase 91%, mahasiswa ketiga dengan persentase 85%, dan mahasiswa keempat dengan persentase 84% sehingga secara keseluruhan diperoleh skor rata-rata 86%, sehingga jika dikonsultasikan pada tabel 1 Konversi tingkat pencapaian maka produk media music terapi termasuk kategori "baik".

Terdapat saran yang diberikan oleh responden yaitu terkait cover pada musik terutama cover bagian belakang agar dibuat lebih menarik dan selaras dengan cover depannya.

### Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada tanggal 30 Juni 2020 di Prodi Bimbingan Konseling Universitas Jambi terhadap 10 siswa yang dipilih secara acak yang dapat mewakili siswa secara keseluruhan, dengan ketentuan 3 mahasiswa mempunyai kemampuan diatas rata-rata, 4 mahasiswa mempunyai kemampuan rata-rata, dan 3 mahasiswa mempunyai kemampuan dibawah rata-rata. Uji coba kelompok kecil ini dilakukan dengan cara siswa mengisi angket yang sudah disiapkan oleh pengembang dan wawancara. Hasilnya disajikan pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Hasil Ujicoba Kelompok Kecil Media Musik Terapi

No	Komponen yang dinilai	Responden										Σ	Skor ideal	%
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	Petunjuk penggunaan media musik memudahkan anda dalam memanfaatkannya.	4	3	4	4	5	4	4	4	4	4	40	50	80
2	Apakah penggunaan irama jelas dan mudah dipahami ?	4	5	5	5	5	4	4	3	4	4	43	50	86
3	Apakah instrument yang ada dalam media music anda rasakan manfaatnya ?	4	4	5	5	4	4	5	5	4	4	44	50	88
4	Apakah suara yang didengarkan menarik ?	5	4	4	5	3	3	4	4	4	5	41	50	82
5	Apakah iramanya sesuai Anda ?	4	5	5	5	5	5	5	5	3	4	46	50	92
6	Apakah suara alam berperan dalam menenangkan anda ?	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	42	50	84
7	Apakah kolaborasi irama anda nikmati untuk didengar ?	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	38	50	76
8	Apakah konsentrasi anda lebih baik dari sebelumnya?	5	5	4	5	5	5	5	4	4	5	47	50	94
9	Apakah dapat memacu semangat anda?.	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	38	50	76
10	Apakah anda menikmati jenis music tersebut	3	5	3	4	4	4	4	3	4	5	39	50	78
11	Apakah intrumen music sesuai dengan suasana hati anda?	4	4	3	5	4	5	5	5	4	5	44	50	88
12	Apakah suaranya nyaman anda dengarkan ?	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	41	50	82
13	Apakah syair musik tersebut membawa ketenangan ?	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	41	50	82
14	Apakah durasi music sesuai dengan kebutuhan anda ?	4	5	4	4	3	5	5	5	4	5	44	50	88
15	Apakah secara keseluruhan isi dari music tersebut membuat anda merasa rilex ?	4	3	4	5	5	4	5	5	5	5	45	50	90
	Jumlah skor	61	60	62	68	64	64	66	61	60	66	632		
	Skor Maksimal	75	75	75	75	75	75	75	75	75	75	750	84	
	Prosentase	81	80	83	91	85	85	88	81	80	88	84		

Berdasarkan tabel 2 Hasil Uji Coba Perorangan dari 10 mahasiswa yang dijadikan responden diperoleh persentase rata-rata 84%, sehingga jika dikonsultasikan pada tabel 3.5 konversi tingkat pencapaian maka produk media music terapi termasuk kategori "baik".

### Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan pada tanggal 30 Juni 2020 di Prodi Bimbingan Konseling Universitas Jambi dengan mahasiswa berjumlah 32 orang. Uji coba kelompok besar dilakukan dengan melakukan pretes dan setelah terapi music dilakukan post test dan mahasiswa mengisi angket respon terhadap media music yang dihasilkan. Hasil uji coba kelompok besar disajikan pada Tabel 3 berikut.

**Tabel 3. Hasil Ujicoba Kelompok Besar Media Musik Terapi**

No	Komponen yang dinilai	$\Sigma$	Skor ideal	%
1	Petunjuk penggunaan musik memudahkan anda dalam memanfaatkannya.	121	130	93
2	Apakah penggunaan instrument dalam penerapan terapi music dapat anda nikmati?	123	130	94,6
3	Apakah isi media musik sesuai dengan kebutuhan suasana hati anda?	120	130	92,2
4	Apakah syair dan irama music sudah menarik anda dengarkan ?	119	130	91,8
5	Apakah isi irama sesuai dengan kebutuhan Anda ?	125	130	96,2
6	Apakah syair pada music Anda pahami ?	122	130	93,8
7	Apakah lama durasi music sesuai dengan kebutuhan anda ?	121	130	93
8	Apakah suara alam membuat anda merasa nyaman?	122	130	93,8
9	Apakah lamanya durasi music membawa kenyamanan dan fokus belajar anda	118	130	90,8
10	Apakah secara keseluruhan irama music anda nikmati?	126	130	97
11	Apakah ilustrasi music sesuai dengan suasana hati anda?	125	130	96
12	Apakah bentuk irama music dapat anda rasakan ?	121	130	93
13	Apakah bentuk syair music nyaman untuk didengar?	123	130	94,6
14	Apakah tampilan cover music menarik?	121	130	93
15	Apakah durasi ini music anda rasakan ?	118	130	90,6
16	Apakah terapi music ini bermanfaat bagi anda ?	126	130	97
17	Apakah music terapi ini efektif menjadi terapi anda saat mengerjakan tugas akhir ?	128	130	98,4
18	Apakah mendengarkan music tersebut menyenangkan untuk anda?	124	130	95,4
19	Apakah anda memahami keseluruhan irama music terasi tersebut?	119	130	91,6
20	Apakah media music terapi ini anda menyukai secara keseluruhan ?	122	130	93,8
Jumlah Skor		2,443	2,600	94%
Skor Maksimal		2,600	2,600	

Pada table 3 di atas hasil uji coba kelompok besar terhadap produk media music terapi dengan jumlah mahasiswa 32 orang diperoleh data rata-rata persentasenya adalah 94%, jika dikonsultasikan pada table 3 konversi tingkat pencapaian termasuk dalam kategori "sangat baik/sangat menarik".

### Uji Analisis Pretest dan Posttest

Hasil *pretest* dan *posttest* penggunaan media musik terapi disajikan pada Tabel 4. Berdasarkan tabel 4 Nilai Pretest dan Posttest Uji Coba Kelompok Besar menunjukkan bahwa nilai rata-rata pretest adalah 27 dan nilai rata-rata posttest 86, terdapat selisih peningkatan nilai rata-rata sebesar 59. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum diberikan perlakuan dengan setelah diberikan perlakuan melalui media music sebagai relaksasi bagi mahasiswa yang sedang melaksanakan tugas akhir (Skripsi) di Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Jambi.

**Tabel 4. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Besar Media Music Terapi**

No Mahasiswa	Nilai Pretest	Nilai Posttest	Selisih
1	54	100	46
2	54	85	31
3	23	100	77
4	15	100	85
5	38	69	31
6	38	85	47
7	23	92	69
8	15	85	69
9	23	69	46
10	15	100	85
11	23	85	62
12	23	77	54
13	15	69	54
14	54	85	31
15	38	100	62
16	31	100	69
17	38	69	31
18	15	69	54
19	23	92	69
20	38	100	62
21	54	69	15
22	23	85	62
23	15	100	85
24	15	85	70
25	8	85	77
26	23	85	62
<b>Jumlah</b>	<b>734</b>	<b>2.239</b>	<b>1.505</b>
<b>Rata-rata</b>	<b>27</b>	<b>86</b>	<b>59</b>

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengembangan media music terapi dengan menggunakan model ADDIE dapat disimpulkan sebagai berikut:

Pengembangan produk media music relaksasi dihasilkan melalui 5 tahap, yaitu *Analysis, design, development, Impelementation, dan Evaluation* pengembangan ini diawali dengan melakukan analisis terhadap permasalahan dan kebutuhan serta analisis karakteristik mahasiswa, berdasarkan analisis ini kemudian dibuat rancangan (*design*) berdasarkan format music terapi yang dibutuhkan yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir dan kemudian dikembangkan (*develop*). Setelah dikembangkan untuk menghasilkan produk media music yang layak maka dalam kegiatan ini dilakukan evaluasi produk melalui tiga tahap yaitu validasi ahli meliputi ahli materi dan ahli desain, uji coba perorangan, uji coba kelompok kecil, dan uji coba lapangan.

Hasil validasi ahli materi berdasarkan perolehan skornya untuk produk media music terapi termasuk kategori "sangat baik". Hasil validasi ahli desain berdasarkan perolehan persentase rata-rata termasuk dalam kategori "cukup baik" sehingga dilakukan revisi seperlunya. Sehingga setelah melalui serangkaian proses validasi dan revisi produk yang dihasilkan dinyatakan layak digunakan dalam memberikan terapi music relaksasi bagi mahasiswa yang sedang melaksanakan tugas akhir.

Penilaian teman sejawat terhadap media music terapi dosen pertama memberikan penilaian terhadap media musik dengan persentase rata-rata 90,4% dan dosen kedua memberikan penilaian dengan persentase rata-rata 97,6%, sehingga media musik yang dikembangkan menurut teman sejawat termasuk dalam kategori "sangat baik".

Respon mahasiswa adalah penilaian mahasiswa terhadap media music terapi ini dapat dilihat setelah dilakukan uji coba. Dalam pengembangan media music terapi ini respon mahasiswa setelah pelaksanaan mendengarkan music terapi kepada mahasiswa selanjutnya diberikan angket tanggapan untuk menilai media music terapi yang dikembangkan. Respon mahasiswa positif terhadap media music terapi relaksasi karena pada ujicoba kelompok besar memperoleh persentase rata-rata 94% termasuk kategori "sangat baik". Maka media music terapi relaksasi dikatakan berhasil digunakan sebagai media music relaksasi yang menarik, efektif, dan efisien dalam membantu mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir/penyusunan skripsi.

## REFERENSI

Djohan. (2006). *Terapi Musik, Teori dan Aplikasi*. Galangpress

Djohan. (2009). *Psikologi Musik*. Galangpress

Pamungkas, P. (2019). *Love of My Life (A Life and Management Wisdom)*. E-Book

Pristianto, A. W., & Rahman, F. (2018). *Terapi Latihan Dasar*. Universitas Muhamadiyah University Press

Supradewi, R. (2010). Otak, Musik, dan Proses Belajar. *Jurnal Buletin Psikologi*. 18(2). 58-68.