

## Manfaat Musik Bagi Balita

<sup>1</sup>Khairunnisa Risnandar Putri, <sup>2</sup>Achmad Zulfikar Siregar

<sup>1,2</sup> Pendidikan Seni Musik, Fakultas Syariah Dan Hukum Prodi Hukum, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

### ARTICLE INFO

Kata kunci:  
Balita,  
Musik,  
Golden Age

Keywords:  
Toddler,  
Music  
Golden Age

Email :  
khairunnisa@gmail.com

### ABSTRACT

Seperti yang kita ketahui bahwa anak dengan usia 5 tahun kebawah adalah usia yang penting bagi perkembangan otak dan penanaman pola pikir, atau bisa disebut juga dengan istilah Golden Age. Jika yang berperan sebagai orang menginginkan anaknya kelak menjadi seseorang yang ahli dalam bermusik, maka orang tua dapat mengembangkan keterampilan musik di usia ini. Bagaimana dengan anak yang mempunyai keterbatasan dalam kemampuan bicara, apakah anak yang mempunyai keterbatasan dalam bicara tidak bisa bermain musik? Tidak, justru musik dapat digunakan sebagai media alternatif dalam berkomunikasi. Musik juga memiliki beberapa manfaat bagi balita. Apakah semua jenis musik dapat digunakan untuk pendidikan dan mempertajam kecerdasan? Tidak, hanya beberapa jenis musik yang dapat digunakan untuk pendidikan dan mempertajam kecerdasan, dan sebagian lagi ada yang sampai dapat membuat ketergantungan. Musik yang dapat dipergunakan untuk pendidikan dan media mempertajam kecerdasan manusia adalah musik yang mempunyai keseimbangan 3 unsur.

As we know that children under the age of 5 years are an important age for brain development and mindset cultivation, or it can also be called the Golden Age. If the person who plays the role of a person wants their child to become someone who is an expert in music in the future, then parents can develop musical skills at this age. What about children who have numbness in speech, can children who have speech limitations not be able to play music? No, music can be used as an alternative medium in communication. Music also has several benefits for toddlers. Can all types of music be used for education and sharpen intelligence? No, only some types of music can be used for education and sharpening intelligence, and some can even create dependence. Music that can be used for education and media to sharpen human intelligence is music that has a balance of 3 elements.

Copyright © 2024 Jurnal Sosial Politik dan Hukum.

All rights reserved is Licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

Musik adalah suara yang disusun sedemikian rupa sehingga mengandung irama, lagu, dan keharmonisan terutama suara yang dihasilkan dari alat-alat yang dapat menghasilkan irama. Walaupun musik adalah sejenis fenomena intuisi, untuk mencipta, memperbaiki dan mempersembahkannya adalah suatu bentuk seni. Mendengar pula adalah sejenis hiburan. Musik adalah fenomena yang sangat unik yang bisa dihasilkan oleh beberapa alat musik atau sesuatu yang bisa menghasilkan bunyi/suara. Masyarakat Indonesia, khususnya pelajar cenderung gemar mendengarkan musik yang nyaring dan memiliki tempo cepat. Kebanyakan dari mereka juga mendengarkan musik-musik dan lagu beraliran *heavy rock* yang penuh dentuman dan suara yang memekakkan telinga.

Padahal belakangan diketahui bahwa salah satu genre musik memiliki kontribusi yang cukup besar bagi perkembangan IQ. Mengingat penelitian bahwa mendengar lebih efektif untuk belajar dari membaca, dan budaya baca masyarakat yang rendah, nampaknya hal ini patut diperhitungkan sebagai alternatif.

Pada masa balita adalah saatnya dilakukan latihan mengendalikan diri. Freud mengatakan bahwa pada usia ini individu mulai berlatih untuk mengikuti aturan melalui proses penahan

keinginan, contohnya adalah keinginan untuk membuang kotoran. Pada periode usia ini pemahaman terhadap objek telah lebih ajeg. Balita memahami bahwa objek yang disembunyikan masih tetap ada dan akan mengetahui keberadaan objek tersebut jika proses penyembunyian terlihat oleh mereka. Akan tetapi, jika proses penghilangan objek tidak terlihat, balita mengetahui bahwa objek tersebut masih ada, namun tidak mengetahui dengan tepat letak objek tersebut. Balita akan mencari ke tempat terakhir ia melihat objek.

## METODE

Menurut penjelasan dari seorang peneliti, rangsangan musik meningkatkan pelepasan endorfin dan menurunkan kebutuhan akan obat-obatan. Pelepasan tersebut juga memberikan suatu pengalihan perhatian dari rasa sakit dan mengurangi kecemasan. Namun pengaruh musik terhadap aktivitas nonmusikal tidak saja bersumber dari musik klasik. Secara misterius, musik menjangkau kedalaman otak dan tubuh kita. Hal ini mengubah banyak sistem tak sadar menjadi ekspresi.

Lagu-lagu yang menggunakan ritme pernapasan alamiah seperti lagu-lagu Gregorian dapat menciptakan perasaan santai. Sebaliknya *jazz, blues, dixieland, soul, calypso, reage* dan jenis musik dansa lain memberi ilham yang membawa pada kecerdasan sekaligus melepaskan rasa gembira maupun sedih yang mendalam.

Musik Rock dari Elvis Presley, Rolling Stone, dan Michael Jackson dapat memancing nafsu, merangsang gerakan aktif, melepas ketegangan dan menutupi rasa sakit. Namun musik itu juga dapat menciptakan ketegangan, stres dan rasa sakit dalam tubuh apabila kita sedang tidak dalam suasana batin untuk dihibur secara energik. Sedangkan musik *heavy metal, punk, rap, hip hop, dan grunge* dapat menggugah sistem saraf, menjurus pada perilaku dinamis maupun pengungkapan diri.

Penelitian membuktikan bahwa musik, terutama musik klasik sangat mempengaruhi perkembangan IQ (Intelligent Quotien) dan EQ (Emotional Quotien) serta dalam kedisiplinan. Yang dimaksud disini adalah musik yang memiliki irama teratur dan nada-nada yang teratur, bukan nada-nada "miring". Grace Sudargo, seorang musisi dan pendidik menyatakan bahwa dasar-dasar musik klasik secara umum berasal dari ritme denyut nadi manusia sehingga ia berperan besar dalam perkembangan otak, pembentukan jiwa, karakter, bahkan raga manusia.

Musik klasik dapat memberikan rangsangan pada bayi karena kaya komponen suara atau beragam alat musik yang tergabung didalamnya. Stimulasi musik klasik bisa dimulai sejak janin berusia empat bulan, karena di usia ini janin sedang membentuk sel-sel otak dan syaraf janin maka janin sudah bisa memberikan respons pada stimulasi suara.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbagai macam aktivitas yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan musik sejak balita adalah antara lain :

### 1. Variasi Nada (Lahir - 3 Bulan)

Para peneliti menyimpulkan bahwa ketika bayi masih berada dalam rahim, mereka mampu membedakan bunyi dari suara manusia. Kalau Anda berbicara dengan suara bernada rendah, bayi Anda akan merasa tenang dan damai. Caranya, Anda dapat memvariasikan lagu-lagu atau musik yang Anda nyanyikan atau dengarkan. Misalnya Anda dapat menyanyikan lagu dalam nada tinggi, lalu perhatikan reaksi balita Anda. Begitu juga dengan lagu yang bernada rendah.

### 2. Menyanyi dan Menari (3-6 Bulan)

Menurut peneliti aktivitas menyanyi dan menari bersama bayi merupakan dua hal yang paling baik yang dapat dilakukan untuk membantu otaknya membuat “hubungan tetap”. Anda dapat mulai memegang bayi dekat dengan badan dan bergeraklah berkeliling dalam ruang sambil menyanyikan lagu kesayangan. Cara lain, kita dapat bergoyang, membalik, berjalan dengan jingjit, dan mengambil langkah- langkah yang lebar. Atau dengan kata lain kita berdansa waltz dengan bayi.

**3. Bernyanyi dan Berkata (6-9 Bulan)**

Balita yang sering diajak berbicara dapat mampu lancar berbicara pada usia 3 tahun. Anak-anak yang jarang diajak berbicara mungkin harus berusaha keras untuk dapat berbicara dengan baik. Peneliti di University of Konstanz di Jerman menemukan bahwa ‘memperdengarkan musik menjalin ulang hubungan jaringan saraf dalam otak. Hal yang dapat dilakukan yaitu dengan mulai menyanyikan lagu Anda senangi kepada bayi, meskipun bayi belum memahami artinya. Perhatikan, jika dalam lagu ada kata yang sudah dikenali, ulangi kata tersebut dengan menyanyikan kata tersebut dengan menyanyikan kata itu lebih keras ketimbang kat-kata yang lain. Lalu mulai mencoba untuk mengucapkan kata-kata yang sama dengan cara yang berbeda, seperti dengan berbisik, lembut, keras dan dengan nada tinggi. Aktivitas ini akan membuka jendela peluang dalam otak bayi Anda.

**4. Lagu Mulut (9-12 Bulan)**

Bernyanyi dan menari pada masa anak-anak merupakan latihan saraf yang membantu anak-anak belajar pola bicara dan keterampilan gerakan. Anda dapat memilih lagu yang sedang populer saat ini, kemudian nyanyikan lagu itu dengan cara berbeda. Nyanyikan dengan suara tinggi, berbisik, bergumam dst. Semakin banyak cara bayi Anda mendengar lagu ini, semakin banyak ia akan mencoba meniru Anda dan mengembangkan keterampilannya sendiri dalam berbahasa.

**5. Nyanyi Tepuk (12-15 Bulan)**

Ketika Anda melantunkan lagu favorit kepada anak Anda yang baru belajar berjalan dan sekaligus tepuk perutnya, colek pipinya atau gosok punggungnya dengan telunjuk Anda seiring dengan sajak dari lagu. Anda dapat menyanyikan satu baris lagu dan menepuk hanya satu kata.

**6. Menyanyi (15-18 Bulan)**

Dari hasil penelitian, semakin cepat seorang anak diperkenalkan pada musik, potensinya semakin besar untuk belajar dan menyenangi musik. Anda dapat mengembangkan kemampuan dan kepekaan anak dengan bernyanyi bersamanya. Menikmati adalah bagian yang penting. Mulailah bernyanyi lagu yang Anda sukai dengan menambahkan beberapa peragaan, seperti bertepuk tangan, melambai dan lainnya. Lakukan berulang-ulang sampai balita mulai mebgikutinya.

**7. Mendengarkan Musik Klasik (18-21 Bulan)**

Pada umumnya, jenis musik klasik sangat dianjurkan untuk dikenalkan kepada balita, hal ini disebabkan jenis musik ini dapat memperkuat sirkuit otak yang digunakan untuk matematika. Musik klasik yang lembut dan halus akan membuat balita merasa relaks dan baik sekali diperdengarkan saat akan tidur.

**8. Bermain Musik Bersama (21-24)**

Peganglah tangannya dan lakukan gerakan berbeda mengikuti musik. Anda dapat melompat, meluncur, berlari, berputar-putar, dan berjingkat-jingkat. Bergeraklah bebas mengikuti musik dan biarkan anak Anda melakukan hal yang sama. Ketika dia melihat bahwa Anda menikmati musik, dia akan menikmatinya juga. Pengalaman dengan musik amat penting bagi pengembangan pembicaraan dan gerakan serta integrasi panca indra.

## 9. Alat Musik (24 Bulan ke Atas)

Saat usia ke atas, Anda dapat mulai untuk memberikan pilihan alat musik bagi balita Anda yang berusia dua tahun atau lebih untuk mengetahui berbagai macam bunyi atau suara berbeda.

Anak dengan kemampuan bicara yang terbatas dapat menggunakan musik sebagai media alternatif dalam berkomunikasi, diantaranya :

- a. Musik berguna untuk mengenalkan kalimat dan gerakan sehari-hari, misalnya mengubah lagu sendiri dengan tema seperti makan, menyikat gigi, naik kendaraan ataupun berolahraga, sehingga anak dapat menarik hubungan-hubungan antara lagu dengan aktivitas sehari-hari.
- b. Musik sebagai alat untuk belajar bahasa tubuh dan gerakan, mengajarkan bahasa tubuh sangat bermanfaat untuk mengungkapkan keinginan anak dan dapat mendorong kemampuan bicara.
- c. Musik berguna untuk melatih imitasi verbal dan bicara. Anak dengan *down syndrome* perlu belajar meirukan bunyi. Potensi kecerdasan musikal serta kemandirian anak dapat dioptimalkan lewat lomba musik atau kegiatan-kegiatan musikal.

Adapun manfaat musik bagi balita :

- a. Menjadi lebih peka terhadap nada
- b. Religius
- c. Ekspresif

Musik yang dapat dipergunakan untuk pendidikan dan alat mempertajam kecerdasan manusia adalah musik yang mempunyai keseimbangan tiga unsur, yaitu :

- a. Melody (Movement Nada)
- b. Ritme (Hentakan Irama)
- c. Timbre (Tone Colour atau Warna Musik)

Contoh musik yang dapat digunakan untuk pendidikan dan mempertajam kecerdasan manusia adalah musik klasik. Pengaruh musik klasik adalah daya yang ada dari seni penataan bunyi secara cermat yang membentuk pola teratur, merdu dan apresiasi seni bunyi yang tak terbatas berupa karya yang memiliki mutu yang tinggi dan diakui kesempurnaannya sebagai tolak ukur kesempurnaan yang abadi yang ikut membentuk suatu kepercayaan yang membawa individu kepada kesempurnaan perkembangan akal/kecerdasan yang menuntut pemberdayaan otak, hati, jasmani dan pengaktifan manusia untuk berinteraksi secara fungsional dengan yang lain.

## KESIMPULAN

Berbagai macam aktivitas yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keterampilan musik sejak balita adalah variasi nada, menyanyi dan menari, bernyanyi dan berkata, lagu mulut, nyanyi tepuk, menyanyi, mendengarkan musik klasik, bermain musik bersama dan alat musik. Anak dengan kemampuan bicara yang terbatas dapat menggunakan musik sebagai media alternatif dalam berkomunikasi, diantaranya musik berguna untuk mengenalkan kalimat dan gerakan sehari-hari, musik sebagai alat untuk belajar bahasa tubuh dan gerakan dan musik berguna untuk melatih imitasi verbal dan bicara. Manfaat musik bagi balita adalah menjadi lebih peka terhadap nada, religius dan ekspresif. Musik yang dapat dipergunakan untuk pendidikan

dan alat mempertajam kecerdasan manusia adalah musik yang mempunyai keseimbangan 3 unsur, yaitu melody (movement nada), ritme (hentakan irama) dan timbre (tone colour atau warna musik). Contoh musik yang dapat digunakan untuk pendidikan dan mempertajam kecerdasan manusia adalah musik klasik.

## REFERENSI

- Satiadarma, Monty. P. (2002). *Terapi Musik*. Jakarta: Milenia Populer.
- Satyadarma, M. (2004). *Cerdas dengan musik*. Niaga Swadaya.
- Hidayatullah, R. (2020). Pendidikan Musik: Pendekatan Musik Untuk Anak di Era 4.0.
- Andaryani, E. T. (2019). Pengaruh Musik Sebagai Moodbooster Mahasiswa. *Musikolastika: Jurnal Pertunjukan Dan Pendidikan Musik*, 1(2), 109-115.
- Rahman, H. (2021). Musik Dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *EDUCHILD (Journal of Early Childhood Education)*, 1(1), 130-142.
- Aulia, A., Diana, D., & Setiawan, D. (2022). Pentingnya Pembelajaran Musik untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 6(1), 160-168.
- Wulandari, R. (2021). Profil Lagu untuk Anak Usia Dini. *PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(02), 70-81.
- Halimah, L. (2016). Musik Dalam Pembelajaran. *EduHumaniora | Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 2(2).
- Shaleha, R. R. A. (2019). Do re mi: Psikologi, musik, dan budaya. *Buletin Psikologi*, 27(1), 43-51.
- Abrani, Ani. (2008). Peningkatan Kemampuan Berbicara Siswa Tunagrahita Sedang (imbesil) melalui Kegiatan Bernanyi di SLB Amalia Bhakti Kecamatan Conggeang Kabupaten Sumedang. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia. Skripsi pada UPI Bandung. Tidak Diterbitkan
- De l'Etoile, Shannon K. (2010). *Neurologic Music Therapy, Music and Medicine*, Vol. 2, No. 2, 78-84.
- Mareta, Diana. (2002). Pengaruh Kajian Bernanyi terhadap Penambahan Kosa Kata Bagi Anak Tuna Grahita Ringan di SLB-C jl.Cipaganti Bandung. Skripsi pada Universitas Pendidikan Indonesia. Tidak Diterbitkan
- Melyana, Rita. (2009). Proses Pembelajaran Musik bagi Anak Down Syndrome di Taman Musik Dian Indonesia Jakarta. Skripsi pada Universitas Pendidikan Indonesia. Tidak Diterbitkan.
- Sheppard, Phillip. (2007). *Music Makes Your Child Smarter- Peran Musik dalam Perkembangan Anak*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama