

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Istilah karawitan berasal dari kata *rawit* yang dalam bausastra Poerwadarminta berarti halus, lembut, serba halus (Jawa: *remit*). Istilah karawitan pernah memiliki pengertian cukup luas yaitu segala bentuk kesenian yang bersifat serba halus seperti seni kriya, seni tari, seni pedhalangan, seni suara, dan seni gamelan (Wawancara Eko Prasetyo, 28 Juli 2022). Pengertian karawitan yang lebih khusus adalah seni musik tradisi yang menggunakan alat musik gamelan Jawa berlaras *sléndro* dan *pélog*, baik instrumental maupun vokal (Supanggah 2002: 12). Dengan demikian, karawitan merupakan salah satu cabang seni suara yang menggunakan nada-nada pentatonis (*sléndro* dan *pélog*) baik menggunakan instrumen gamelan (*ricikan*) maupun suara manusia (vokal). Karawitan dapat berdiri sendiri sebagai sebuah kesenian yang mandiri dan dapat pula bergabung dengan kesenian lain seperti seni pedalangan, seni tari, seni wayang wong, dan sebagainya.

Seni karawitan memiliki banyak sekali unsur-unsur yang dapat membentuk rasa keindahan. Bagi para pemula, setidaknya diperlukan lima unsur pembentuk keindahan, antara lain: (1) irama, (2) *laya* atau tempo, (3) lagu, (4) *laras*, dan (5) *greget saut* atau dinamika (Wawancara Eko Prasetyo, 28 Juli 2022). Irama oleh Martopangrawit dijelaskan sebagai pelebarana atau penyempitan gatra (Purwanto,

2021:39). Logika ini diambil dari tabuhan saron penerus. Apabila tabuhan saron penerus memiliki kecepatan sama persis dengan demung maka irama yang dimainkan adalah irama *gropak*. Apabila tabuhan saron penerus memiliki kecepatan yang lebih cepat dari demung dua kali lipat, maka irama yang dimainkan adalah irama *tanggung*, demikian seterusnya hingga irama *dados*, *wiled*, dan yang terakhir *rangkep*.

Laya atau tempo adalah cepat dan lambatnya sajian karawitan (Purwanto, 2012:40). Lagu diartikan sebagai susunan nada-nada yang diatur dan apabila dibunyikan sudah terdengar indah (Martopangrawit, 1972:3). *Laras* bias berarti enak didengar, nada, atau tangga nada *scale/gamme*, yaitu susunan nada dengan jarak atau interval tertentu (Supanggah, 2002:86). *Greget saut* atau dinamika adalah kekompakan seluruh pengrawit dalam menyajikan irama, *laya* atau tempo, lagu, dan *laras*.

Apabila semua unsur estetik dalam sebuah sajian gending tersebut terpenuhi dengan baik, maka akan tercipta sajian gending yang *rempeg* dan *rampak*, yang merupakan salah satu tuntutan rasa estetis dalam seni karawitan (Wawancara Eko Prasetyo, 28 Juli 2022). Semua unsur pembentuk estetika dalam menabuh gamelan tersebut tidak dapat diwujudkan apabila para pengrawit tidak mempraktikkan *mindfulness*. Tanpa adanya *mindfulness*, penyajian irama, *laya* atau tempo, lagu, dan *laras*, *greget saut* para pengrawit akan menabuh semauanya sehingga tabuhan menjadi kacau dan rasa estetis tidak tercapai.

Karawitan merupakan kesenian tradisi yang masih bertahan sampai saat ini bahkan dikenal juga di mancanegara. Karawitan memiliki kedudukan yang sangat penting bagi masyarakat pendukungnya. Banyak kelompok-kelompok karawitan bermunculan baik di Indonesia maupun di mancanegara seperti yang sering muncul di kanal youtube seperti kelompok karawitan “Gamelan Dadali” di Moscow (Rusia), “Siswa Sukra” di Inggris, Jepang, Amerika, dan China.

Masyarakat pendukung karawitan di Indonesia yang berasal dari suku Jawa biasanya menghadirkan seni karawitan untuk berbagai keperluan seperti hajatan, menyambut hari besar, dan keperluan penting lainnya. Seni karawitan juga sering dijadikan materi perlombaan di tingkat sekolah dan masyarakat umum. Kelompok karawitan di Indonesia juga banyak bermunculan dan tampil di berbagai media sosial. Lembaga-lembaga pendidikan baik yang bersifat formal dan nonformal dalam wilayah kebudayaan Jawa banyak yang menyelenggarakan pelatihan seni karawitan. Mahasiswa/i STIAB Smarattungga dalam mengikuti kegiatan karawitan banyak yang nol pengetahuan tentang karawitan, sekedar mengikuti ukm karena diwajibkan bagi semester tertentu, maka sesuai pengamatan penulis ada beberapa grup mahasiswa yang menabuh gamelan tidak sesuai, karena kurang memiliki kesadaran (*mindfulness*) dan konsentrasi tetapi sekedar hafal dan menabuh maka ada beberapa yang tidak sesuai ketukan, tidak selaras atau tidak seirama dalam volume gamelan. Maka penerapan *mindfulness* pada penabuh gamelan sangat diperlukan di kegiatan UKM Karawitan STIAB smaratungga

Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha (STIAB) Smaratungga adalah perguruan tinggi pendidikan keagamaan Buddha yang menghadirkan seni karawitan dalam berbagai acara. Kegiatan penting di STIAB Smaratungga yang sering menghadirkan seni karawitan adalah dies natalis dan wisuda mahasiswa. Kegiatan latihan karawitan di STIAB Smaratungga dilaksanakan seminggu sekali secara rutin melalui program Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sejak tahun 2018 sampai sekarang. Peserta kegiatan latihan karawitan tersebut adalah para mahasiswa dan mahasiswi STIAB Smaratungga. Penyelenggaraan latihan karawitan di STIAB Smaratungga memiliki beberapa tujuan antara lain: (1) untuk melestarikan kebudayaan, (2) untuk memberikan keterampilan menabuh gamelan bagi mahasiswa, dan (3) menjadi sarana melatih *mindfulness* bagi seluruh peserta latihan (Wawancara Budi Utomo, 15 Juli 2022).

Mindfulness dalam agama Buddha sepadan dengan istilah *sati* (Pali). Alidina (2010) mendefinisikan istilah *mindfulness* sebagai kesadaran, perhatian, dan mengingat. Kesadaran adalah sesuatu yang membuat orang sadar akan pengalamannya, perhatian adalah kesadaran yang terfokus, dan mengingat berarti mengingat untuk memperhatikan pengalaman dari waktu ke waktu (Tirto & Kahija, 2015: 127). *Mindfulness* dapat dilatih melalui *samatha bhavana* dan *vipassana bhavana* (Cernetic, M., 2018: 100). Orang yang memiliki *mindful* (kesadaran) lebih mampu dalam melakukan kontrol diri dan regulasi diri (Brown dkk, 2007: 830). Dapat dikatakan bahwa Buddhisme merupakan sumber utama dari *mindfulness* yang kini berkembang (Mace, 2008).

Mindfulness menjadikan seseorang memiliki kemampuan dalam penyesuaian dengan kebutuhan, perasaan, dan nilai-nilai yang sesuai dengan situasi tertentu. Peningkatan ingatan dalam menabuh gamelan dengan *mindfulness* dilakukan dengan meditasi *anapassati* yaitu dengan terpusat pada objek pernafasan atau dengan cara merealisasikan perasaan dan melepaskan perasaan secara hati-hati kemudian kembali memusatkan perhatian. *Mindfulness* memperhatikan dengan sengaja pada saat ini dan tanpa menghakimi (Kabat-Zinn, J., 2015: 17). *Mindfulness* diketahui dapat membuat manusia berkesempatan untuk menemukan ide-ide baru, membentuk perspektif baru dan bertransformasi secara personal (Alidina 2010, Crane 2009).

Hubungan *mindfulness* dengan proses menabuh gamelan menarik untuk diteliti. Apalagi, penelitian yang mencoba mengaitkan *mindfulness* dengan proses menabuh gamelan sejauh ini belum ditemukan. Oleh karena itu, penelitian terhadap permasalahan ini perlu dilakukan untuk mengetahui bagaimana penerapan *mindfulness* terhadap Mahasiswa STIAB Smaratungga dalam menabuh gamelan pada tahun 2022.

B. Fokus Penelitian

Mindfulness memiliki manfaat yang besar bagi kehidupan manusia. Apabila setiap aktivitas dilakukan dengan *mindfulness* maka hasilnya akan menjadi lebih baik, demikian pula pada saat menabuh gamelan. Di sisi lain, Seni Karawitan sebagai warisan budaya lokal memiliki cara menabuh yang unik, yang menuntut seorang pengrawit menerapkan *mindfulness* dalam menabuh gamelan.

Dengan demikian, *mindfulness* dan Seni Karawitan memiliki keterkaitan erat. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka penelitian akan fokus pada persoalan seperti penerapan *mindfulness* terhadap Mahasiswa STIAB Smaratungga dalam menabuh gamelan pada tahun 2022 dan seperti apa hasil tabuhan apabila seorang pengrawit menabuh dengan menerapkan *mindfulness*.

C. Batasan Masalah

Pembatasan dalam sebuah penelitian ini diperlukan menghindari munculnya pembahasan permasalahan menjadi meluas dan tidak efektif. Oleh karena itu penelitian ini dibatasi pada masalah penerapan *mindfulness* mahasiswa STIAB Smaratungga dalam menabuh gamelan Menabuh Gamelan Tahun 2022.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, focus masalah, dan batasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana penerapan *mindfulness* mahasiswa STIAB smaratungga dalam menabuh gamelan Menabuh Gamelan dalam Tahun 2022?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan dalam penelitian ini adalah mendeskripsikan secara lengkap bagaimana penerapan *mindfulness* mahasiswa STIAB Smaratungga dalam menabuh gamelan Menabuh Gamelan Tahun 2022.

F. Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pemahaman tentang kesadaran (*mindfulness*) dalam menabuh karawitan.
2. Penelitian ini juga bermanfaat untuk menyampaikan pesan kepada para pembaca (terutama pembaca dari masyarakat Indonesia), khususnya mahasiswa STIAB Smaratungga atau para praktisi penabuh gamelan yang akan memainkan alat musik ini tentang penerapan *mindfulness* dalam menabuh gamelan menabuh gamelan.
3. Penelitian ini dapat dijadikan bahan kajian atau referensi untuk penelitian selanjutnya tentang penerapan kesadaran (*mindfulness*) dalam praktik menabuh gamelan tahun 2022.

G. Kebaharuan dan Orisinalitas Penelitian (*state of the arts*)

No	Penulis/Tahun	Judul/Jurnal	Hasil Penelitian
1.	Veri Julianto (2017)	Meningkatkan Memori Jangka Pendek Dengan Karawitan. Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi Vol. 2 No. 2 2017 ISSN: 2541450X (online) Prodi. Psikologi Fakultas Sosial Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta y_psi07@yahoo.com.	menunjukkan bahwa mendengarkan musik karawitan, mampu meningkatkan kinerja memori jangka pendek. Kata kunci: memori jangka pendek, musik karawitan.

2.	Teti Ratnawulan dkk (2020)	Kemampuan Dalam Belajar Menabuh Gendang Untuk Mengiringi Gamelan Degung Pada Anak Tunagrahita Ringan Kelas X Di SLB Negeri Cileunyi Kabupaten Bandung. <i>Journal of Special Education</i> Volume VI Nomor 1 - Februari 2020 pISSN 2502-437X.	menunjukkan bahwa anak tunagrahita ringan kelas X mampu mengikuti pembelajaran menabuh gendang untuk mengiringi gamelan degung dengan bantuan guru mulai dari mengenal alat, bagian-bagian di dalam gendang, tepakan-tepakan di dalam gendang, dan melakukan tabuhan gendang.
3.	Razali Md Amin dkk (2017)	Komunikasi, Instrumentasi Dan Seni Persembahan Gamelan Melayu Dan Jawa. <i>Jurnal Melayu Isu Khas</i> 2017 ISSN 1675-7513.	mendapati terdapat beberapa persamaan dan perbezaan yang ketara antara ensembel gamelan Melayu dengan ensembel gamelan Jawa dari aspek komunikasi antara penyampai dan penerima, jenis dan jumlah instrumen musik yang digunakan dan beberapa aspek dalam seni persembahan.
5.	Risnandar, S.Sn., M.Sn (2017)	Karawitan Sebagai Media Pendidikan Budi Pekerti dan Pengembangan Karakter di SMP Warga Surakarta.	diharapkan menjadi percontohan sekaligus menjadi solusi sekolah yang belum memiliki gamelan lengkap bisa mengadakan pelatihan gamelan dengan dipadu dengan alat musik lain yang dimiliki sekolah.

6.	Danu Mukti dkk (2020)	Pengaruh Pelatihan Meditasi Mindfulness terhadap Atensi Selektif pada Siswa SMP. Jurnal Gajah Mada Journal Of Professional Psychology Volume 6, No. 1, 2020: 30-46 Doi:10.22146/Gamajpp.53189.	memberikan usulan logis pada sekolah untuk pengadaan program meditasi mindfulness secara berkala, mengingat pentingnya hal tersebut bagi perkembangan kemampuan atensi selektif dan performasi belajar matematika.
----	-----------------------	--	--

Berdasarkan penelusuran hasil penelitian yang peneliti angkat, signifikan dengan peneliti peroleh diantara penelitian terdahulu terletak pada kasus peneliti ambil. Kebaharuan dari penelitian peneliti ambil adalah tentang penerapan kesadaran (*mindfulness*) dalam praktik menabuh gamelan tahun 2022.

Desain penelitian yang digunakan peneliti menggunakan metode kualitatif dengan desain deskripsi. Obyek penelitian ini adalah mahasiswa stiab smar tungga yang ada di ukm karawitan sedangkan penelitian ini yaitu penerapan penerapan kesadaran (*mindfulness*) dalam praktik menabuh gamelan tahun 2022. Kebermanfaatan dari penelitian ini adalah dapat menjadikan gamelan di dalam dunia pendidikan yaitu menjadi sarana untuk melatih keterampilan atau motorik seperti ngendhang, cacah saron, dan simbal saron. Selain itu gamelan juga dapat melatih konsentrasi, juga melatih kekompakan, karena menabuh gamelan tanpa adanya kekompakan tentu hasilnya tidak baik, kekompakan, dan kebersamaan.