

INTEGRASI MUSIK DAN *DEEP TALK*: INOVASI PEMBELAJARAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DI KALANGAN MAHASISWA

Indah Fajar Rosalina

Universitas Negeri Jakarta

e-mail: indah.fajar@unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan memperkenalkan inovasi pembelajaran komunikasi interpersonal bagi mahasiswa semester awal melalui integrasi musik dan *deep talk*. Mahasiswa pada tahap awal perkuliahan umumnya menghadapi tantangan dalam membangun komunikasi interpersonal karena keterbatasan pengalaman dan kecenderungan lebih nyaman berinteraksi di ruang digital. Untuk itu, penelitian ini merancang aktivitas percakapan berpasangan mahasiswa untuk mengimplementasi komunikasi interpersonal secara langsung. Mahasiswa dibagi berpasangan, kemudian memilih kategori pertanyaan terkait kehidupan, cinta, serta masa depan dan harapan. Setiap pasangan diberi waktu 30 menit untuk berdialog dengan topik yang sudah ditetapkan dan didukung latar musik lagu “Dunia Tipu-tipu” karya Yura Yunita. Mereka kemudian diminta menganalisis lawan bicara berdasarkan prinsip komunikasi interpersonal menurut DeVito, yakni empati, *supportiveness, openness, positivity, and equality*. Data dikumpulkan melalui catatan refleksi mahasiswa dan observasi dosen. Hasilnya menunjukkan bahwa musik mampu menciptakan suasana percakapan yang lebih hangat, memfasilitasi keterbukaan, serta memperkuat dimensi empati dalam komunikasi. Selain itu, mahasiswa melaporkan meningkatnya rasa kedekatan dengan teman baru dan kesadaran akan pentingnya mendengarkan aktif. Penelitian ini menyimpulkan bahwa integrasi musik dan *deep talk* merupakan strategi pembelajaran inovatif yang efektif untuk membangun komunikasi interpersonal di kalangan mahasiswa semester pertama.

Kata Kunci: *Komunikasi, Interpersonal, Musik, Mahasiswa, Pembelajaran*

ABSTRACT

This study aims to introduce an innovative approach to teaching interpersonal communication for first-year university students through the integration of music and deep talk. At the early stage of their academic journey, students often face challenges in developing interpersonal communication skills due to limited experience and a tendency to feel more comfortable interacting in digital spaces. To address this issue, the study designed a paired conversation activity to directly implement interpersonal communication practice. Students were paired and asked to choose from categories of questions related to life, love, as well as future aspirations and hopes. Each pair was given 30 minutes to engage in dialogue on the assigned topic, accompanied by the background music “Dunia Tipu-tipu” by Yura Yunita. They were then asked to analyze their partners’ responses based on DeVito’s principles of interpersonal communication: empathy, supportiveness, openness, positivity, and equality. Data were collected through students’ reflective notes and lecturers’ observations. The findings reveal that music successfully created a warmer conversational atmosphere, facilitated openness, and strengthened the empathetic dimension of communication. Furthermore, students reported an increased sense of closeness with new peers and greater awareness of the importance of active listening. This study concludes that integrating music and deep talk is an effective and innovative learning strategy for fostering interpersonal communication among first-year students.

Keywords: *Communications, Interpersonal, Music, Students, Learning*

PENDAHULUAN

Komunikasi interpersonal merupakan salah satu keterampilan dasar yang penting bagi mahasiswa dalam membangun hubungan sosial, mendukung proses akademik, serta mempersiapkan diri menghadapi tantangan kehidupan profesional (Beebe, Beebe, & Ivy, 2019). Namun, mahasiswa semester awal kerap menghadapi hambatan dalam mengembangkan keterampilan tersebut. Hambatan ini muncul karena keterbatasan pengalaman, rasa canggung dalam berinteraksi, serta kecenderungan generasi muda yang lebih nyaman berkomunikasi melalui media digital dibandingkan tatap muka langsung (Spataro & Bloch, 2018). Akibatnya, keterampilan mendengarkan aktif, empati, dan keterbukaan dalam komunikasi tidak berkembang secara optimal.

Sejumlah penelitian menekankan pentingnya inovasi pedagogis dalam pembelajaran komunikasi, khususnya dengan pendekatan yang mampu menggabungkan aspek kognitif dan afektif. Musik, misalnya, telah terbukti berperan dalam memengaruhi suasana emosional, mendorong keterlibatan, serta menciptakan ruang reflektif dalam proses pembelajaran (McRae, 2020; Juslin & Västfjäll, 2008). Dalam konteks pendidikan komunikasi, integrasi musik dapat membantu mahasiswa menginternalisasi keterampilan interpersonal, terutama ketika musik digunakan sebagai stimulus emosional untuk memfasilitasi percakapan mendalam.

Temuan penelitian sebelumnya dari Susanto dan Anggara (2024) menunjukkan bahwa penggunaan lagu "Sampai Jadi Debu" karya Banda Neira dalam aktivitas kelas mampu meningkatkan keterampilan mendengarkan aktif, empati, serta keterlibatan emosional mahasiswa dalam komunikasi interpersonal. Studi ini mendukung konsep mendengarkan performatif (McRae, 2020), yakni mendengarkan bukan hanya sebagai penerimaan pasif, namun tindakan aktif, reflektif, dan etis. Hal ini menunjukkan bahwa musik dapat menjadi medium yang efektif untuk menghubungkan mahasiswa dengan dimensi emosional percakapan.

Sejalan dengan temuan tersebut, penelitian ini mengembangkan inovasi pembelajaran komunikasi interpersonal melalui integrasi musik dan *deep talk*. Musik diposisikan sebagai latar emosional yang dapat membuka ruang percakapan lebih hangat, sementara *deep talk* difungsikan untuk memfasilitasi dialog bermakna. Di sisi lain, *deep talk* atau percakapan mendalam yang berfokus pada tema personal seperti kehidupan, relasi, dan harapan masa depan, diyakini mampu mempercepat proses keterikatan emosional. Melalui pertanyaan reflektif, mahasiswa ter dorong untuk berbagi pengalaman dan mengembangkan kemampuan mendengarkan secara aktif serta merespons dengan empati. Jika kedua pendekatan ini digabungkan, musik dan *deep talk* berpotensi menjadi strategi inovatif dalam pembelajaran komunikasi interpersonal, khususnya bagi mahasiswa semester pertama.

Dalam konteks komunikasi interpersonal, Joseph A. DeVito (2019) mengemukakan lima prinsip fundamental: empati, sikap suportif, keterbukaan, sikap positif, dan kesetaraan. Kelima dimensi ini menjadi kerangka evaluatif yang relevan untuk menilai kualitas percakapan dalam aktivitas *deep talk*. Dengan demikian, penelitian ini menempatkan *deep talk* bukan sekadar percakapan mendalam mengenai tema kehidupan, cinta, dan masa depan, tetapi juga sebagai arena untuk melatih penerapan kelima prinsip komunikasi interpersonal tersebut. Oleh karena itu, *deep talk* dapat berfungsi sebagai instrumen praktis untuk meningkatkan kualitas hubungan antarpribadi. Latihan ini juga dapat memperkuat keterampilan komunikasi yang lebih efektif dan bermakna dalam berbagai konteks sosial.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model pembelajaran komunikasi interpersonal berbasis integrasi musik dan *deep talk* yang kontekstual bagi mahasiswa semester awal. Tujuan khusus penelitian ini adalah: (1) mengeksplorasi peran musik dalam menciptakan suasana emosional yang kondusif bagi percakapan bermakna; (2) menguji penerapan prinsip



komunikasi interpersonal menurut Joseph A. DeVito yang mencakup empati, suportif, keterbukaan, sikap positif, dan kesetaraan dalam aktivitas *deep talk*; serta (3) menilai efektivitas metode ini dalam meningkatkan keterbukaan, kedekatan, dan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya mendengarkan aktif dalam komunikasi interpersonal.

Penelitian ini penting karena menawarkan pendekatan alternatif yang relevan dengan karakteristik generasi mahasiswa saat ini, yang lebih membutuhkan pengalaman belajar kolaboratif, emosional, dan reflektif. Dengan menggabungkan musik populer yang dekat dengan keseharian mahasiswa, pembelajaran komunikasi interpersonal diharapkan lebih kontekstual, menarik, dan bermakna. Selain itu musik telah lama diakui sebagai medium komunikasi yang efektif dalam membangkitkan emosi dan menciptakan keterhubungan sosial (McRae, 2020). Dalam konteks pendidikan, musik dapat berfungsi sebagai stimulus emosional yang menciptakan suasana kondusif untuk refleksi dan keterbukaan (Sihabuddin et al., 2023). Penelitian Youm (2013) bahkan menunjukkan bahwa integrasi musik dalam pembelajaran dapat meningkatkan partisipasi, kenyamanan, serta kualitas interaksi antar peserta didik. Dengan demikian, musik bukan hanya elemen hiburan, tetapi juga dapat menjadi *pedagogical tool* yang memperkaya pengalaman belajar.

Pada penelitian ini, peneliti memilih lagu "Dunia Tipu-Tipu" dari Yura Yunita. Pemilihan lagu tersebut sebagai latar musik dalam penelitian ini didasarkan pada relevansi tematik dan kekuatan emosional yang dimilikinya. Lagu ini secara lirik mengangkat isu keseharian tentang kepalsuan, pencitraan, dan kejujuran diri dalam relasi sosial, yang dekat dengan pengalaman generasi muda, termasuk mahasiswa. Nuansa musical yang melankolis namun reflektif menjadikannya efektif sebagai *emotional primer* yang membuka ruang perenungan dan kerentanan dalam percakapan. Video musik resmi lagu ini pun menampilkan konsep *deep talk*, di mana individu saling berbagi cerita personal secara jujur tanpa topeng sosial, sehingga paralel dengan desain pembelajaran yang dirancang dalam penelitian ini (Yura Yunita, 2022). Dengan demikian, "Dunia Tipu-tipu" dipilih bukan hanya karena popularitasnya di kalangan mahasiswa, tetapi juga karena nilai-nilai komunikasi yang dikandungnya selaras dengan prinsip-prinsip interpersonal menurut DeVito, yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan.

Penggabungan musik dengan *deep talk* menawarkan pendekatan yang unik dalam pengembangan keterampilan komunikasi interpersonal. Musik berfungsi sebagai latar emosional yang memperkuat makna percakapan, sedangkan *deep talk* menjadi sarana eksplorasi personal dan refleksi diri. Studi terbaru menunjukkan bahwa kombinasi ini efektif dalam meningkatkan empati, keterbukaan, serta kesadaran sosial mahasiswa (Agbabiaka et al., 2023; Tomescu et al., 2023). Oleh karena itu, integrasi musik dan *deep talk* relevan untuk diaplikasikan pada mahasiswa semester pertama yang sedang membangun identitas sosial dan relasi baru di lingkungan kampus. Dengan begitu, mereka dapat menemukan cara yang lebih nyaman dan mendalam untuk berinteraksi. Pendekatan ini juga membantu mengurangi kecanggungan dan meningkatkan kualitas hubungan yang baru terbentuk.

Terutama di tengah kondisi perkembangan teknologi digital telah mengubah cara mahasiswa berinteraksi (Ratnawita, 2024). Generasi muda cenderung lebih nyaman berkomunikasi melalui media sosial daripada membangun interaksi tatap muka, terutama di awal masa perkuliahan. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan penting: bagaimana model pembelajaran komunikasi interpersonal dapat dikembangkan agar relevan dengan karakteristik mahasiswa masa kini, sekaligus mampu memperkuat keterampilan dasar komunikasi mereka? Dari persoalan tersebut, penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan penelitian: bagaimana integrasi musik dan *deep talk* dapat menjadi strategi inovatif dalam pembelajaran komunikasi interpersonal bagi mahasiswa semester awal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan memahami bagaimana integrasi musik dan *deep talk* dapat menjadi strategi inovatif dalam pembelajaran komunikasi interpersonal bagi mahasiswa semester awal. Pendekatan kualitatif dipilih karena fokus penelitian ini terletak pada eksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa dalam membangun komunikasi interpersonal melalui interaksi yang emosional dan reflektif (Creswell, 2013). Subjek penelitian adalah mahasiswa semester pertama pada mata Kuliah Pengantar Ilmu Komunikasi, Program Studi Ilmu Komunikasi di sebuah universitas swasta di Jakarta, dengan total partisipan sebanyak 10 orang yang dipilih secara purposif. Pemilihan mahasiswa semester awal didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka masih berada pada tahap adaptasi sosial di lingkungan kampus dan relatif belum memiliki keterampilan komunikasi interpersonal yang matang (Beebe, et al, 2019). Kelas ini sekaligus menjadi laboratorium alami untuk menguji efektivitas model pembelajaran berbasis musik dan *deep talk*.

Penelitian ini merancang sebuah aktivitas kelas atau *classroom action research* yang mengintegrasikan musik dan *deep talk*. Mahasiswa dibagi secara berpasangan, kemudian memilih kategori pertanyaan yang telah disiapkan dosen terkait kehidupan, cinta, serta masa depan dan harapan. Setiap pasangan diberi waktu sekitar 30 menit untuk melakukan percakapan mendalam dengan dukungan musik latar lagu “*Dunia Tipu-tipu*” karya Yura Yunita. Lagu tersebut dipilih karena secara tematis mengandung narasi reflektif dan emosional, sejalan dengan tujuan penelitian untuk memfasilitasi keterbukaan dan kedekatan dalam komunikasi interpersonal. Aktivitas ini mengadaptasi gagasan Susanto dan Anggara (2024) yang menggunakan musik “*Sampai Jadi Debu*” Banda Neira dalam latihan mendengarkan aktif. Bedanya, penelitian ini tidak hanya menekankan keterampilan mendengarkan, tetapi juga mendorong mahasiswa untuk aktif berdialog dan menganalisis percakapan mereka berdasarkan lima prinsip komunikasi interpersonal menurut DeVito (2019), yakni empati, suportif, keterbukaan, sikap positif, dan kesetaraan.

Data dikumpulkan melalui dua teknik utama. Pertama, refleksi tertulis mahasiswa setelah kegiatan, di mana mereka diminta mendeskripsikan pengalaman komunikasi, kesulitan yang dihadapi, serta evaluasi penerapan prinsip-prinsip komunikasi interpersonal. Kedua, observasi kelas oleh dosen yang mencatat dinamika interaksi, keterlibatan emosional, serta sikap mendengarkan dan merespons mahasiswa selama percakapan berlangsung. Observasi dilakukan dengan pedoman berbasis dimensi komunikasi interpersonal DeVito (2019) untuk memastikan konsistensi pengamatan. Data dianalisis dengan pendekatan analisis tematik (Braun & Clarke, 2006). Refleksi mahasiswa dan catatan observasi dosen dibaca berulang-ulang untuk mengidentifikasi pola tematik terkait efektivitas musik dalam membangun suasana emosional, penerapan prinsip komunikasi interpersonal, serta dampak *deep talk* terhadap kedekatan sosial mahasiswa. Tema-tema yang muncul kemudian dikategorikan dalam kerangka teori komunikasi interpersonal DeVito serta konsep *mendengarkan performatif* (McRae, 2020).

Dengan demikian, analisis tidak hanya menggambarkan pengalaman mahasiswa, tetapi juga menautkannya dengan teori komunikasi yang relevan. Penelitian ini memperhatikan prinsip etika penelitian sosial. Partisipasi mahasiswa dilakukan secara sukarela dengan *informed consent*, dan mereka diberi kebebasan untuk tidak menjawab pertanyaan yang dirasa terlalu pribadi, sebab peneliti menghargai bagaimana kerentanan emosional mahasiswa harus tetap diakomodasi dengan menciptakan ruang aman dalam aktivitas pembelajaran. Semua data refleksi mahasiswa dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan kegiatan akademik. Berikut skema *deep talk* pada materi komunikasi interpersonal yang dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Skema Deeptalk pada Materi Komunikasi Interpersonal
Sumber: Dok. Pribadi Peneliti

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan analisis mendalam atas lembar observasi mahasiswa yang mengikuti sesi pembelajaran “integrasi musik dan *deep talk*” pada mata kuliah Pengantar Ilmu Komunikasi materi Komunikasi Interpersonal. Data utama berupa catatan refleksi mahasiswa setelah melakukan percakapan berpasangan dengan tema kehidupan, cinta, serta masa depan/harapan, yang berlangsung dengan latar musik lagu “Dunia Tipu-tipu” (Yura Yunita). Analisis difokuskan pada bagaimana musik dan format deep talk memfasilitasi penerapan lima dimensi komunikasi antarpersonal menurut Joseph A. DeVito—keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positivity*), dan kesetaraan (*equality*). Temuan empiris diuraikan tematik, disertai kutipan partisipan untuk menegaskan makna pengalaman yang muncul.

Hasil

Proses keterbukaan dalam sesi *deep talk* tampak sebagai pintu masuk utama menuju percakapan bermakna. Beberapa mahasiswa menegaskan bahwa pasangan bicaranya perlakan membuka diri sehingga interaksi terasa baik dan efektif, indikasi ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* terbangun melalui proses, bukan secara instan. Salah satu informan mengatakan bahwa lawan bicaranya perlakan membuka diri. “*Dia perlakan membuka diri sehingga interaksi komunikasi kami berjalan dengan baik dan efektif*” ungkap Narasumber 1.

Keterbukaan dalam komunikasi juga ditunjukkan dalam isyarat nonverbal yang menumbuhkan rasa aman. Narasumber 1 menceritakan bagaimana gerakan/gesture badan, suara dan ekspresi wajah lawan bicaranya yang membangun kepercayaan, sehingga kejujuran diasumsikan hadir dalam narasi yang dibagikan. Di titik ini, *openness* tidak hanya dinilai dari luasnya pengungkapan, melainkan juga konsistensi isyarat verbal–nonverbal yang memvalidasi keotentikan cerita.

Hal ini juga dirasakan pada narasumber lainnya, yakni Narasumber 3 yang mengatakan Validasi keterbukaan juga datang dari indikator nonverbal lain seperti tatapan dan sinkronisasi emosional. Seorang partisipan menulis bahwa kontak mata menjadi alasan dasar saya meyakini cerita yang diceritakan. Ia menambahkan bahwa lawan bicara tidak kaku, *open minded*, dan memperluas topik, sehingga percakapan mengalir tanpa tekanan. Pada sesi yang sama, ia mengaku “*saya pribadi menangis, ketika mendengarkan ia bercerita tentang kisah dan perjuangan hidupnya*”. Statement ini memperlihatkan bahwa *self-disclosure* yang diterima secara aman dapat membangkitkan afeksi kuat dan memperdalam ikatan percakapan.

Namun, memang tidak semua partisipan membuka dirinya secara menyeluruh, sebab keterbukaan bersifat bertahap dan tidak homogen. Seorang mahasiswa lainnya yakni Narasumber 2 mencatat bahwa lawan bicaranya sudah menunjukkan upaya yang baik dalam berbagi pengalaman pribadi, namun ada beberapa momen yang mungkin masih ragu untuk menceritakan yang lebih mendalam. Ia lalu merefleksikan pentingnya kedekatan relasional mendalam seperti teman atau sahabat agar *self-disclosure* dapat berlangsung lebih akurat dan nyaman. Catatan ini membantu pengajar bahwa memahami keterbukaan juga merupakan fungsi dari kualitas hubungan, riwayat keakraban, dan persepsi risiko sosial di ruang kelas.

Temuan di atas menunjuk pada dua prasyarat keterbukaan dalam pembelajaran komunikasi: (1) *frame* emosional yang aman, yang pada pengalaman ini diperkaya oleh latar musik; dan (2) pola relasional yang memberi ruang, waktu, dan pengakuan kepemilikan pesan. Dalam bingkai DeVito, *openness* mengandung kejujuran, relevansi, serta konteks yang tepat; semuanya tampak muncul ketika mahasiswa merasa tidak dihakimi dan percakapan berjalan dua arah.



Gambar 2. Sesi *Deeptalk* dengan Latar Musik Dunia Tipu-Tipu – Yura Yunita

Poin kedua dari Devito yakni empati. Empati muncul kuat dalam catatan mahasiswa, terutama saat isi *deep talk* menyentuh pengalaman rentan seperti pengkhianatan pertemanan, perundungan, dan dinamika keluarga. Seorang informan menyatakan bahwa ia “*banyak belajar betapa pentingnya arti dari saling memaafkan*” merujuk pada narasi “ditikung teman” namun “masih berteman dengan baik.” Ia menilai dirinya sebagai audiens “sangat antusias” dan mampu menangkap pelajaran moral dari cerita tersebut, sekaligus mengamati bahwa tidak semua hal diceritakan oleh lawan bicara. Dari pengamatan ini dapat diindikasi bahwa empati audiens juga berbentuk sensitivitas pada batasan orang lain dalam bercerita.

Narasi lain memperlihatkan kedalaman resonansi emosional melalui cerita tentang *bullying* dan keluarga “*broken home*.” Seorang mahasiswa menuliskan “*Dia selalu dapat Bullying saat dia di pondok dan menjadi anak Broken Home, ia juga bercerita betapa rindunya kepada sang ayah.*” dari Narasumber 4. Namun dalam suasana yang dinamis tersebut, pasangan partisipan satu sama lain menciptakan nuansa yang variatif. Narasumber 4 menggambarkan bagaimana suasana di *deeptalk*-nya lebih ke arah saling menguatkan. “*kita lebih banyak tertawa tapi sambil menangis,*” menandakan kohabitusi emosi yang kompleks, perpaduan antara humor, duka, dan harapan yang muncul ketika empati kolektif terbentuk di ruang percakapan aman.



Empati juga tampak melalui respons saat pasangannya menangis. Pasangan narasumber 4 yakni Narasumber 6 juga mengungkapkan “*Saat saya bercerita mengenai hal-hal yang membuat saya sedih, ia memberi waktu untuk saya menyelesaikan tangisan, tidak memaksakan bercerita yang berlebihan karena ketika saya menangis, saya tidak suka terlalu diperhatikan*” kata Narasumber 6. Dari pernyataan ini terlihat, responden perlahaan mempelajari bagaimana pentingnya mengamati, mendengarkan, memahami serta berempati merupakan strategi dukungan yang bisa disesuaikan dengan preferensi emosional individu. Ia bahkan menyebut pasangannya “sudah sangat *gentle*” dan “saya merasa mempunyai seorang kakak,” menunjukkan bahwa empati melampaui *decoding* emosi menuju *other-oriented responsiveness* membaca kebutuhan unik lawan bicara dan menyesuaikan cara hadir.

Dari sisi teori, empati yang dimaksud DeVito bukan sekadar merasa sama, tetapi berupaya mengadopsi perspektif orang lain secara aktif. Potret ini tampak ketika mahasiswa menyatakan bahwa ia “mencoba merasakan apa yang sedang saya rasakan dan pahami,” dibantu oleh pembacaan *gesture* dan ekspresi wajah lawan bicara. Ketika audiens merasa memiliki “cerita yang sedikit mirip,” *perspective-taking* kerap lebih mudah, sebab jembatan pengalaman menyederhanakan interpretasi afek dan makna. Secara keseluruhan, *deep talk* menempatkan empati sebagai kompetensi relasional yang terlatih: belajar sabar pada jeda tangis, menguji asumsi melalui pertanyaan klarifikatif, dan menahan dorongan memberi solusi cepat. Dalam bingkai pengalaman ini, empati berfungsi sebagai resonansi (ketergetaran bersama) sekaligus kehati-hatian etis (menjaga batas agar tidak menginvasi).

Poin ketiga, yakni sikap mendukung (*supportiveness*) tercermin dari kesediaan menjadi pendengar aktif, memberi ruang, serta menghindari penilaian instan. Narasumber 5 menilai pasangannya sebagai “*good listener* dan *good giving advicer*,” disertai indikator perilaku seperti tidak memotong pembicaraan, mengangguk, dan melakukan klarifikasi. Rangkaian perilaku ini membentuk iklim *confirming*, yaitu kondisi di mana identitas dan pengalaman pembicara diakui serta tidak direduksi.

Narasumber 7 juga merasakan dan menggarisbawahi kualitas serupa: pendengar “merespons secara positif tanpa menghakimi,” menciptakan “lingkungan yang aman untuk berbagi,” serta “tidak melakukan tindakan yang dapat merusak kepercayaan atau kenyamanan.” Ia menambahkan dimensi pengaturan alur (“tidak mendominasi percakapan”), yang menunjukkan bahwa dukungan tak hanya soal empati, tetapi juga *interaction management* menjaga ritme, giliran bicara, dan keseimbangan kontribusi.

Dukungan yang selaras dengan preferensi emosional lawan bicara terasa sangat penting. Bagi Narasumber 8 mengapresiasi keputusan pasangannya untuk “menenangkan saya dan memberi waktu,” alih-alih “memberi ketenangan yang efektif,” karena hal itu justru membuatnya “tidak berlarut larut.” Artinya, dukungan efektif bergantung pada *calibration*: ketepatan dosis respons terhadap kebutuhan subjektif—sebuah kompetensi yang sangat inti dalam pembelajaran komunikasi antarpersonal.

Dalam konteks ini, musik latar berfungsi sebagai penyanga afektif yang membantu menurunkan kecanggungan, mengisi jeda tanpa menekan, dan menstabilkan suasana ketika emosi memuncak. Walaupun tidak semua catatan menyebut musik secara eksplisit, tanda-tanda seperti kemunculan tangis yang dikelola bersama, tertawa sambil menangis, dan aliran narasi yang lebih reflektif mengindikasikan adanya *emotional scaffolding* (dukungan personal dalam proses pembelajaran) yang memudahkan proses dukungan interpersonal. Dengan kata lain, musik menyediakan “selimut suasana” yang menyerap ketegangan, sehingga yang hadir bukan kepanikan menghadapi kerentanan, melainkan penguatan empatik yang lebih rileks dan hadir.

Poin keempat, Sikap positif (*positivity*) tampil dalam bentuk validasi, penerimaan terhadap perbedaan, dan perhatian pada cara memberi umpan balik. Narasumber 9 menulis



bahwa ketika ia “memvalidasi pendapat dan prinsip hidup” yang ia pegang, pasangannya “berekspresi menerima” dan “memberikan saran tanpa menolak keputusan.” Ia juga mengamati bahwa responsnya “tidak terlalu kritis,” dan tetap menghormati batasan, sebuah praktik *positive regard* yang menguatkan martabat lawan bicara.

Narasumber 10 juga menambahkan bahwa dalam sesi tersebut mereka “sesekali bertukar saran dan mencari jalan tengah,” bukan untuk memenangkan argumentasi, melainkan untuk memahami konteks dan konsekuensi pilihan. Dengan menahan dorongan menggurui dan menggantinya dengan sikap ingin mengerti, *positivity* berfungsi sebagai perekat dialogis yang mengarahkan percakapan pada *problem-solving* kolaboratif.

Begitupula pada Narasumber 6 mengonfirmasi pola ini: *positivity* tampak dari “cara dia mendengarkan secara aktif, menghormati, dan menghargai Batasan menunjukkan ketertarikan, dan tidak bersikap menghakimi.” Di bawah bingkai DeVito, *positivity* berkaitan erat dengan *confirming messages* yang menegaskan nilai diri orang lain, memperkuat iklim kepercayaan, dan mengurangi resistensi dalam percakapan sulit. Di sini, musik kembali memainkan peran subtil: ia mereduksi nada konfrontatif dan menjaga *tone* percakapan tetap hangat. Ketika *positivity* hadir, rekomendasi yang disampaikan dipahami sebagai tawaran, bukan pemaksaan; dan suasana akustik yang tenang ikut memfasilitasi penerimaan.

Poin terakhir, dimensi kesetaraan (*equality*) berhubungan dengan distribusi giliran bicara, pengakuan atas perspektif, serta penghindaran dominasi. Narasumber 1 secara eksplisit menyebut bahwa ia “tidak memberi sanggahan” terhadap prinsip hidup pasangannya demi menjaga rasa setara, dan sebaliknya, pasangannya juga “sedikitpun tidak memberikan sanggahan.” Kendati “tidak menyanggah” tidak selalu identik dengan setara (sebab bisa saja diam yang permisif), dalam potret ini “tidak menyanggah” berfungsi sebagai strategi menghindari *one-upmanship*, memberi tempat agar isi cerita tuntas sebelum ditanggapi.

Narasumber 2 merinci praktik kesetaraan dengan “sama-sama memberi ruang dan kesempatan untuk menjelaskan tanpa ada argumen yang langsung dilontarkan.” Penekanan pada *turn-taking* dan *allowing elaboration* memastikan bahwa percakapan bukan kompetisi, melainkan koeksplorasi. Sementara Narasumber 6 menyoroti sikap “menghargai perspektif yang berbeda dan tidak merendahkan pendapat lawan bicara,” serta “tidak mendominasi percakapan.” Ini menunjukkan bahwa *equality* tidak hanya menyangkut jumlah bicara, tetapi juga kualitas pengakuan terhadap perbedaan. Dalam pembelajaran komunikasi, kemampuan mempertahankan *stance* tanpa merendahkan pihak lain adalah indikator kedewasaan dialogis.

Kesetaraan di sini juga terbaca sebagai negosiasi kuasa simbolik. Ketika salah satu pihak lebih berpengalaman atau lebih senior, potensi *role asymmetry* bisa muncul. Namun, beberapa catatan (misalnya Narasumber 4) memperlihatkan reposisi yang suportif—ia menyebut pasangannya “seorang kakak,” tetapi “kakak” di sana hadir sebagai pelindung, bukan pengontrol; ia memberi waktu, bukan menggurui. *Asymmetry* hubungan diubah menjadi *asymmetry of care*, yakni ketimpangan yang diarahkan untuk melayani kebutuhan emosi pihak lain alih-alih mempertontonkan otoritas.

Meski tidak semua informan menyebut musik secara eksplisit, pola pengalaman yang mereka laporkan air mata yang dikelola bersama, tawa yang bercampur isak, *flow* percakapan yang jarang tersendat memberi indikasi kuat bahwa latar musik mampu menyentel (*to set*) atmosfir emosional menjadi lebih hangat dan terbuka. Musik latar berfungsi ganda. Pertama, sebagai *emotional primer* yang menurunkan *threshold* untuk memasuki wilayah pribadi. Ketika *deep talk* menuntut kerentanan, kehadiran musik mengisi *silence* yang canggung tanpa mengganggu, sehingga jeda dapat menjadi ruang bernapas, bukan ruang panik. Kedua, sebagai *regulator* intensitas. Ketika emosi memuncak (misalnya saat tangisan muncul), musik menahan ruang agar tetap aman dan terkendali, memungkinkan pendengar “memberi waktu” secara

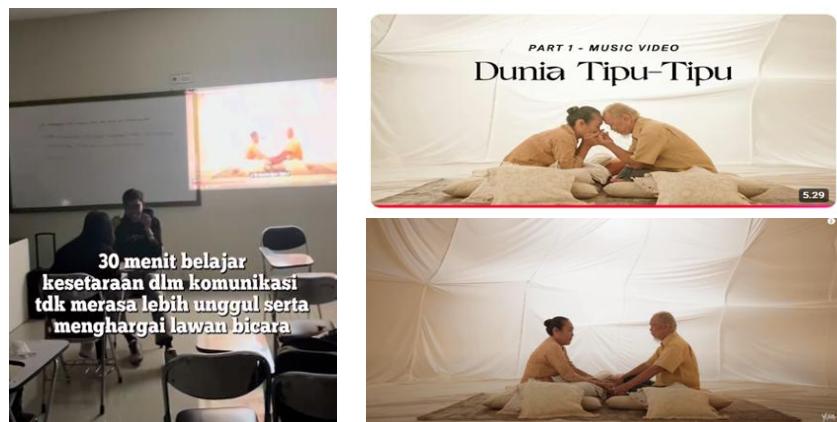
empatik tanpa merasa harus segera memperbaiki” suasana. Temuan-temuan seperti “memberi waktu untuk “menyelesaikan tangisan”, “tertawa sambil menangis”, dan “merasa lega setelah didengar” yang muncul di berbagai catatan sejalan dengan peran musik sebagai pengikat afek yang memfasilitasi ko-regulasi emosi.

Selain itu, sejumlah indikator nonverbal (kontak mata, anggukan, nada suara) relatif mudah mengalir di atas latar akustik yang stabil. Ketika bunyi lingkungan dikuratori oleh musik, distraksi eksternal berkurang dan pasangan bicara lebih fokus pada ekspresi wajah, mikro-ekspresi, serta ritme tutur. Data Narasumber 1 mengenai kepercayaan yang tumbuh dari “gesture badan, suara dan ekspresi wajah,” maupun laporan Narasumber 2 tentang “kontak mata” sebagai peneguh keotentikan narasi, menyiratkan bahwa musik membantu memusatkan perhatian pada *cues* interpersonal yang memperkuat rasa hadir dan keterhubungan.

Format *deep talk* memfasilitasi *meaning-making* atas pengalaman sulit. Narasi tentang pengkhianatan teman, perundungan, dan kerinduan pada figur ayah tidak hanya diceritakan ulang, tetapi dinegosiasi ulang signifikansinya: dari luka menjadi pelajaran, dari kemarahan menjadi *forgiveness*, dari rasa hampa menjadi harapan. Seperti dicatat oleh salah satu mahasiswa, *deep talk* membuatnya “banyak belajar betapa pentingnya arti dari saling memaafkan” sebuah pergeseran nilai yang lahir dari percakapan yang diterima tanpa menghakimi.

Dalam banyak kasus, pengalaman yang sebelumnya dipikul sendiri menjadi beban bersama yang ditopang secara empatik. Ketika Narasumber 6 menangis, misalnya, pasangannya “memberi waktu,” bukan sekadar menenangkan secara verbal, sehingga proses regulasi emosi menjadi miliknya sendiri namun didampingi. Rasa “mempunyai seorang kakak” adalah metafora hubungan yang aman ikatan temporer yang memberi izin untuk rapuh.

Sementara itu, Narasumber 4 menggambarkan dialektika emosi yang khas *deep talk*: “kita lebih banyak tertawa tapi sambil menangis.” Tertawa tidak berarti menertawakan derita; ia menjadi strategi coping yang mengembalikan agensi di tengah kesedihan. Pada level proses, *deep talk* di sini bukan sekadar bertukar cerita, melainkan praktik reflektif yang mengubah pengalaman mentah menjadi narasi yang dapat dipegang bersama sebuah *co-construction of meaning* yang inti dalam pendidikan komunikasi antarpersonal. Dalam *deep talk* ini menggunakan lagu Dunia Tipu-Tipu Yura Yunita yang dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Penggunaan Lagu Dunia Tipu-Tipu Yura Yunita sebagai latar *DeepTalk*
Sumber: Dok.Pribadi dan Youtube Yura Yunita

Pembahasan

Jika dikaitkan langsung dengan lima dimensi (DeVito, 2019), data lapangan memperlihatkan implementasi yang konsisten dan saling menopang terhadap prinsip komunikasi interpersonal (DeVito, 2019), yakni Pertama, Keterbukaan (Openness). Ada



pengakuan dan kejujuran yang ditandai kesesuaian pesan–isyarat. Keterbukaan menjadi berani karena ada jaminan aman dari pasangan bicara yang tidak menghardik, serta adanya frame musik yang menurunkan ketegangan.

Kedua, Empati (Empathy). Terlihat dari perspective-taking (“mencoba merasakan apa yang sedang ia rasakan”), penyelarasan respons pada preferensi individu (memberi waktu saat menangis), serta resonansi afektif yang memungkinkan tawa dan tangis berbagi ruang. Ketiga, Sikap mendukung (Supportiveness). Indikatornya meliputi tidak memotong, mengangguk, klarifikasi, tidak menghakimi, dan tidak mendominasi. Iklim ini mendorong keberlanjutan *self-disclosure* tanpa rasa takut dievaluasi secara negatif. Keempat, Sikap positif (Positivity). Muncul dalam bentuk validasi (“menerima,” “memberikan saran tanpa menolak”), pencarian jalan tengah, dan penghargaan terhadap batasan. Positive regard meningkatkan kepercayaan dan mengarahkan percakapan pada solusi, bukan sekadar diagnosis masalah. Lalu Kelima, Kesetaraan (*Equality*). Terlihat dari distribusi ruang bicara, penghindaran dominasi/sanggahan yang mematikan narasi, serta penghargaan atas perbedaan perspektif. Kesetaraan di sini bukan menafikan ketimpangan relasional (mis. senior–junior), melainkan mengelolanya agar menjadi asimetri kepedulian, bukan asimetri kuasa. Dengan demikian, *deep talk* berperan sebagai laboratorium komunikasi (Izen et al., 2023). Kelima dimensi DeVito tidak hanya dipelajari sebagai konsep, tetapi dijalankan sebagai laku, diobservasi, dan direfleksikan kembali oleh mahasiswa.

Peran Strategis Musik “Dunia Tipu-tipu” membawa warna tematik yang relevan perenungan, kejujuran emosional, dan kontras antara topeng sosial dengan isi hati. Walau tidak setiap mahasiswa menyebut judul lagu dalam refleksinya, data memperlihatkan pola *affective synchronization*: pasangan bicara menyelaraskan ritme emosi (misalnya melambat di saat jeda, memberi waktu ketika tangis muncul) sehingga percakapan tidak pecah oleh rasa canggung. Ketika suasana “hangat” dilaporkan berulang ditandai rasa lega, berkurangnya *defensiveness*, meningkatnya *willingness to disclose*, kita bisa menginferensikan peran musik sebagai background affordance yang meratakan gelombang emosi sehingga *deep talk* dapat berjalan stabil (Nwokenna et al., 2022). Hal ini konsisten dengan pengamatan tentang kepekaan nonverbal (kontak mata, anggukan, nada suara) yang makin mudah terbaca ketika lingkungan akustik mendukung fokus antarpersonal (Fitroh & Khasanah, 2019).

Secara pedagogis, pemilihan musik populer yang akrab di telinga mahasiswa mempersingkat waktu *warming up* (McRae, 2020). Musik yang familiar mengaktifkan memori dan asosiasi, sehingga percakapan cepat menemukan *entry point* emosional. Ketika *deep talk* bergerak di wilayah sensitif, musik menawarkan holding environment yang mengizinkan keheningan bermakna bukan keheningan canggung. Hasilnya adalah ruang belajar yang lebih humanis bagi mahasiswa semester awal menjadi cara efektif bagi mahasiswa yang masih mencari cara untuk hadir penuh dalam percakapan tatap muka (Syafrizal, 2023).

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian (Susanto & Anggara, 2024) yang mengatakan musik memiliki beberapa implikasi untuk pengembangan kurikulum komunikasi antarpersonal pada mahasiswa baru. Pertama, *design aktivitas* yang menggabungkan musik dan *deep talk* efektif untuk membangun *psychological safety*. Bukti lapangan memperlihatkan bahwa mahasiswa berani mengungkap pengalaman personal dan menanggapi secara empatik, tanpa khawatir disalahpahami atau dihakimi. Kedua, skenario *deep talk* yang dipandu pertanyaan tematik (kehidupan, cinta, masa depan/harapan) memudahkan scaffolding percakapan: dari permukaan ke kedalaman secara gradual. Ketiga, penggunaan kerangka DeVito sebagai lensa refleksi membuat mahasiswa memiliki bahasa bersama untuk menilai kualitas interaksi, misalnya belajar membedakan validasi dari sekadar persetujuan, atau memahami perbedaan “diam suportif” dan “diam menghindar.”



Dalam jangka panjang, pembiasaan praktik ini dapat meningkatkan transfer keterampilan ke konteks lain (kerja kelompok, *peer mentoring*, pelayanan masyarakat). Modal utamanya adalah *other-oriented communication*: kebiasaan menimbang efek ucapan pada orang lain, serta sensitivitas terhadap tanda-tanda nonverbal yang membutuhkan kehadiran, bukan jawaban cepat. Sebagaimana studi kualitatif berbasis kelas, temuan ini dibatasi oleh ukuran sampel yang kecil dan konteks spesifik satu mata kuliah. Beberapa refleksi juga bersifat singkat, dengan ejaan dan struktur narasi yang belum rapi karakteristik wajar pada catatan lapangan mahasiswa awal. Meskipun demikian, konsistensi pola munculnya empati, dukungan, validasi, dan kesetaraan memberi kepercayaan bahwa efek utama berasal dari rancangan pedagogis yang menggabungkan musik dan deep talk. Ke depan, desain *mixed-method* (misalnya, survei pra-pasca mengenai empati, *active listening*, dan *communication apprehension*) dapat memperkaya bukti kuantitatif atas efek yang teramat. Variasi jenis musik (tempo, lirik, valensi emosional) dapat diuji untuk melihat fit terhadap topik dan profil emosi mahasiswa (Rasimin et al, 2024).

Secara keseluruhan, hasil menunjukkan bahwa integrasi musik dan deep talk efektif memfasilitasi implementasi lima dimensi komunikasi antarpersonal menurut DeVito. Keterbukaan tumbuh karena ada *ownership* pesan dan isyarat nonverbal yang akur; empati berkembang melalui *perspective-taking* dan respons yang dikalibrasi; sikap mendukung tampak pada listening aktif dan iklim non-menghakimi; sikap positif hadir sebagai validasi dan pencarian jalan tengah; dan kesetaraan dijaga lewat distribusi ruang bicara, anti-dominasi, serta penghargaan perbedaan. Musik “Dunia Tipu-tipu” bertindak sebagai affective primer yang menurunkan kecanggungan, mengikat afek, dan menstabilkan ritme percakapan, sehingga deep talk dapat berlangsung sebagai praktik reflektif yang aman dan bermakna. Kutipan-kutipan berikut menegaskan butir-butir di atas seperti “*dia perlakan membuka diri*”, “*good listener*”, “*memberi waktu untuk saya menyelesaikan tangisan*”, “*kita lebih banyak tertawa tapi sambil menangis*,” “*kontak mata, alasan dasar saya meyakini cerita*”, “*menghargai perspektif yang berbeda dan tidak merendahkan pendapat*” semuanya merupakan fragmen hidup dari implementasi konsep yang selama ini dipelajari di kelas.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi musik dan deep talk merupakan strategi inovatif yang efektif untuk membangun komunikasi interpersonal mahasiswa semester awal. Hasil observasi dan refleksi mahasiswa menegaskan bahwa kelima prinsip komunikasi interpersonal menurut Joseph A. DeVito: keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positivity*), dan kesetaraan (*equality*), dapat diimplementasikan secara nyata dalam percakapan yang difasilitasi musik.

Keterbukaan terbangun melalui kejujuran, kepemilikan pesan, dan konsistensi ekspresi verbal–nonverbal. Empati berkembang melalui *perspective-taking*, kepekaan pada preferensi emosional, dan resonansi afektif yang memungkinkan mahasiswa berbagi tawa dan tangis sekaligus. Sikap mendukung tampak dari pendengaran aktif, penghindaran penghakiman, serta pengelolaan giliran bicara. Sikap positif muncul dalam bentuk validasi, penerimaan, dan pencarian jalan tengah, sementara kesetaraan terwujud melalui distribusi ruang bicara, penghargaan atas perspektif yang berbeda, dan penghindaran dominasi.

Latar musik, khususnya lagu “Dunia Tipu-tipu” karya Yura Yunita, berperan sebagai affective primer yang menciptakan suasana hangat, menurunkan kecanggungan, dan menyediakan ruang aman untuk kerentanan emosional. Dengan demikian, pembelajaran berbasis musik dan deep talk tidak hanya membantu mahasiswa berlatih komunikasi interpersonal, tetapi juga menjadi sarana reflektif yang menghubungkan dimensi kognitif dan afektif. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa musik dan deep talk dapat



menjadi model pembelajaran komunikasi yang relevan, kontekstual, dan transformatif bagi mahasiswa semester pertama, yang umumnya masih berada pada tahap adaptasi sosial di perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Beebe, S. A., Beebe, S. J., & Ivy, D. K. (2019). *Communication Principles for a Lifetime* (6th ed.). Pearson.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches* (3rd ed.). Sage.
- DeVito, J. A. (2019). *The Interpersonal Communication Book* (15th ed.). Pearson.
- Fitroh, S. F., & Khasanah, I. (2019). Penggunaan musik sebagai stimulus dalam pengembangan kecerdasan emosional anak usia dini. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo*, 6(1), 39–49. <https://journal.trunojoyo.ac.id/pgpaudtrunojoyo/article/view/3483>
- Izen, S. C., Cassano-Coleman, R. Y., & Piazza, E. A. (2023). Music as a window into real-world communication. *Frontiers in Psychology*, 14, 1012839. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1012839>
- Juslin, P. N., & Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: The need to consider underlying mechanisms. *Behavioral and Brain Sciences*, 31(5), 559–621. <https://doi.org/10.1017/S0140525X08005293>
- McRae, C. (2020). Performativity in listening. In *The Handbook of Listening* (pp. 265–278). Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781119554189.ch17>
- Nwokenna, E. N., Sewagegn, A. A., & Falade, T. A. (2022). Effect of educational music intervention on emotion regulation skills of first-year university music education students. *Medicine*, 101(47), e32041. <https://doi.org/10.1177/0305735617729028>
- Rasimin, R., Yulianto, Y., Sidiq, M. I., & Amrozi, M. A. (2024). Music integration in social education: Enhancing empathy and social awareness. *Journal of Education Research*, 4(1), 17–28. <https://iicls.org/index.php/jer/article/view/337>
- Ratnawita, R., Tamtomo, T., Muksin, N. N., Gunarso, S., Nataly, F., Suminar, M., & Asiah, N. (2024). *Buku Ajar Pengantar Ilmu Komunikasi*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Syafrizal, T. (2023). *Analisis Implementasi Kurikulum Merdeka Dalam Perspektif Teori Belajar Humanistik Di MTsN 3 Dan MTsN 19 Jakarta* (Master's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Spataro, S. E., & Bloch, J. (2018). “Can you repeat that?” Teaching active listening in management education. *Journal of Management Education*, 42(2), 168–198. <https://doi.org/10.1177/1052562917748696>
- Susanto, T., & Anggara, R. (2024). Mendengarkan untuk Terhubung: Metode Pengajaran Inovatif untuk Keterampilan Komunikasi Interpersonal. *Guru Komunikasi* (accepted manuscript).
- Yunita, Y. (2022) Video Klip Lagu “Dunia Tipu-Tipu”, Merakit Company, <https://www.youtube.com/watch?v=Jdj13fGMmmA>