

Terapi muzik bantu pulih mental, emosi

Siti (bukan nama sebenar), kanak-kanak berumur 11 tahun, dirujuk untuk terapi muzik oleh guru besar di sebuah sekolah inklusif swasta selepas didapati menghadapi masalah pertuturan serta susah berkawan.

Siti didiagnosis menghidap autisme oleh pakar psikologi perkembangan kanak-kanak sejak berumur 3 tahun, selain menghadapi masalah kerencatan otot, iaitu cerebral palsy dan terpaksa duduk di kerusi roda.

Siti tidak mempunyai kawan di sekolah dan sering bersendirian pada waktu rehat.

Berikutan itu, Siti mendapatkan rawatan menerusi terapi muzik yang lazim digunakan anak autisme.

Pensyarah Jabatan Muzik, Fakulti Ekologi Manusia, Universiti Putra Malaysia (UPM), Dr Indra V Selvarajah, berkata sebagai pakar dalam bidang itu beliau membantu Siti yang dirujuk kepadanya.

"Saya menilai Siti dan kemudian mengaplikasikan teknik terapi muzik yang berlandaskan evidence-based practice (EBP).

"EBP adalah teknik terapi muzik dikaji, dibangunkan dan diperhalusi melalui proses penyelidikan yang ketat (rigorous).



"Terapi muzik dilihat sebagai kaedah rawatan kesihatan bersekutu memabitkan aplikasi muzik sebagai intervensi dalam konteks perubatan, kesihatan mental, pendidikan dan kehidupan seharian.

"Ia bertujuan merangsang, pemeliharaan dan pemulihan semua fungsi kesihatan termasuk aspek fizikal, mental, emosi, psikologi dan sosial," katanya.

Tingkatkan kualiti hidup

Dalam konteks rawatan, terapi muzik lazimnya digunakan kepada insan autisme untuk mengoptimalkan kualiti hidup dan tahap kesejahteraan seharian.

▲
Terapi muzik berjaya mengubah Siti menjadi kanak-kanak yang ceria dan tidak kekok berkomunikasi dengan rakan sekelas.

Ini termasuk individu yang mempunyai keperluan khas seperti Siti.

Fokus intervensi terapi muzik dirancang khas mengikut keperluan khas diagnosis tertentu.

Untuk membantu Siti, teknik terapi muzik berteraskan EBP digunakan untuk menggalakkan pertuturan dan membina kemahiran sosial Siti.

Pada sesi pertama terapi muzik, Siti langsung enggan berinteraksi dengan aktiviti muzik.

Siti duduk diam di kerusi rodanya dan melindungi mukanya sambil tangan menolak peralatan muzik yang ditunjukkan, selain terus membisu meskipun diajak bertutur dan menyanyi.

Namun, dengan pendekatan EBP, selepas enam sesi intervensi terapi muzik dalam jangka masa enam minggu (seminggu sekali), kelakuan Siti berubah daripada membisu dan enggan berinteraksi, sudah menunjukkan minat untuk menyanyi bersama, bermain piano dan menggunakan perkataannya ketika berkomunikasi.

Tahap pertuturan Siti meningkat secara beransur-ansur sepanjang tempoh enam minggu dan minat menyanyi lagu dan belajar perbendaharaan kata baru melalui aktiviti

nyanyian bersama.

Ia dilakukan bagi meningkatkan pertuturan dan sebagai intervensi terapi muzik direka khas untuk Siti.

Bina kemahiran sosial

Kemahiran sosial Siti pada awalnya malu dan tidak mahu berinteraksi berubah melalui aktiviti muzik yang dirancang secara berstruktur.

Antaranya bertujuan meningkatkan kemahiran sosial Siti.

Kemudian Dr Indra menjemput kanak-kanak dari kelas Siti untuk mengambil bahagian dalam aktiviti muzik bersama Siti dan secara beransur-ansur perlakuannya bertambah baik.

Malah, hasilnya ditubuhkan "Siti's Band" yang membolehkan Siti menyanyi dan bermain muzik bersama rakan sekelasnya sambil meningkat kemahiran serta keyakinan sosialnya.

Kini, guru kelas mendapati, Siti mula bermain dengan kanak-kanak ketika waktu rehat, lebih ceria dan interaktif dalam kelas.

Di sini dapat dilihat terapi muzik sebagai kaedah intervensi untuk membantu kanak-kanak autisme sekali gus memberi pendedahan kepada ibu bapa dan penjaga anak autisme.