

Analisis Restrukturisasi Kognitif Sebagai Peningkatan Rasa Percaya Diri Pada Pianis Pemula di *La Music Course* Pontianak

Zakarias Aria Widyatama Putra[✉]

Program Studi Pendidikan Seni Pertunjukan, Fakultas Pendidikan Bahasa dan Seni,
Universitas Tanjungpura, Pontianak.
Email : zakarias.aria@fkip.untan.ac.id.

Abstrak

Permasalahan percaya diri dapat terjadi dalam diri manusia tak terkecuali pada diri pianis pemula yang berakibat dalam penurunan permainan piano. Restrukturisasi kognitif menjadi sasaran dalam penelitian ini yang dilakukan analisis sebagai peningkatan rasa percaya diri pada pianis pemula di *La Music Course* Pontianak. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan analisis isi. Kehadiran peneliti dilaksanakan berdasarkan observasi, pengambilan data, dan melakukan analisis secara langsung. Subjek penelitian adalah siswa kursus piano jenjang umur 13-17 tahun berjumlah lima orang di lembaga musik *La Music Course*. Teknik pengambilan data menggunakan observasi dan wawancara mendalam dengan kelima pianis pemula untuk kemudian dianalisis berdasarkan domain, taksonomi, komponensial, tema kultural, dan komparasi konstan. Pemeriksaan keabsahan data menggunakan triangulasi sumber dengan mengambil *expert* di bidang konseling dan bidang musik. Hasil yang diadapatkan bahwa restrukturisasi dapat diterima dan digunakan serta memiliki kualitas untuk meningkatkan rasa percaya diri pada pianis pemula di lembaga musik *La Music Course* Pontianak.

Kata Kunci: *restrukturisasi kognitif, percaya diri, pianis pemula*

Abstract

Self-confidence problems can occur in humans, including beginner pianists, which results in a decrease in piano playing. Cognitive restructuring was the target in this study which was analyzed as an increase in self-confidence in beginner pianists at *La Music Course* Pontianak. The research method used was qualitative with a content analysis approach. The presence of researchers was carried out based on direct observation, data collection, and analysis. The research subjects were piano course students aged 13-17 years totaling five people at *La Music Course* music institution. Data collection techniques used observation and in-depth interviews with the five beginner pianists to be analyzed based on domain, taxonomy, componential, cultural themes, and constant comparison. Data validity checking uses source triangulation by taking experts in the field of counseling and music. The results found that restructuring is acceptable and used and has the quality to increase self-confidence in beginner pianists at *La Music Course* Pontianak music institute.

Keywords: *cognitive restructuring, self-confidence, beginner pianists*

PENDAHULUAN

Rasa percaya diri menjadi hal yang terpisahkan dan menjadi unsur penting dalam kehidupan seseorang. Berbagai riset dan temuan mengenai rasa percaya diri mengungkapkan bahwa hal tersebut menjadi faktor utama dalam kesuksesan manusia. Istilah percaya diri kemudian dirujuk dalam *self confidence* yang mana memandang sikap positif seseorang dalam menyikapi penilaian positif terhadapnya (Rais, Muhammad, 2022, p. 40). Penilaian positif tersebut juga dilatarbelakangi oleh aspek-aspek percaya diri seperti tidak terlalu cemas, merasa bebas dalam tindakan dilandasi keinginan dan tanggung jawab, sopan dalam berelasi, dan memiliki dorongan lebih dalam prestasi (Amri, 2018, p. 159). Menjadi hal yang berbeda apabila rasa percaya diri ini terus dilawan dalam *mindset* negatif dan terus merusak struktur pemikiran. Dampak yang dirasakan adalah salah satunya wujud perilaku rasa malu atau *minder* yang menjadikan seseorang tersebut merasa sulit dalam menyikapi kehidupan sehari-hari. Ditelisir dalam artikel yang menyebutkan rasa kurang percaya diri yang dialami

seseorang muncul karena adanya ketakutan, keresahan, khawatir, rasa tidak yakin dengan rasa berdebar kencang serta tubuh gemetar yang mana juga disebabkan pula dari rangsangan eksternal (Puspitasari et al., 2022, p. 325). Rasa kurang percaya diri juga dapat melanda bagi pianis pemula yang memiliki *mindset* takut untuk berkembang dan takut akan permainan piano yang keliru.

Pianis pemula yang dimaksudkan adalah siswa kursus di lembaga musik *La Music Course* Pontianak yang memiliki rentang umur 13-17 tahun. Siswa kursus dengan rentang tersebut memiliki jenjang pendidikan yang variatif dari jenjang sekolah menengah pertama hingga sekolah menengah atas. Kategori pianis pemula dipilih bukan berdasarkan kategori umur melainkan berdasarkan umur mengikuti kegiatan kursus yang mana dimulai dari umur 13 tahun sampai 17 tahun. Rasa kurang percaya diri yang menghinggapi oleh pianis pemula tersebut disebabkan karena takut akan permainan piano yang salah sehingga, ketika pianis memainkan *tuts* piano terbayang rasa salah pada bagian sebelumnya atau bahkan di bagian yang belum dikuasai. Pada akhirnya pikiran tersebut yang membawa pianis pemula tersebut akhirnya terjebak dalam kesalahan. Salah satu riset mengenai penghambat seseorang dalam belajar alat musik melodi termasuk piano menyatakan bahwa faktor psikologis perlu disiapkan artinya perlu motivasi khusus dari berbagai pihak seperti pengajar piano dan orang tua (Khanifah, 2016, p. 217). Padahal secara materi yang diberikan bagi pianis pemula memiliki tingkat kerumitan yang tidak begitu sulit seperti materi *Alfred's Basic Piano Library: Lesson Book 2* yang mana sudah ditentukan berdasarkan gambar maupun petunjuk di dalam materi tersebut. Materi piano yang disajikan dalam buku *Alfred's* tersebut dibahas mengenai posisi penjarian awal dengan penggunaan lima jari kanan dan kiri, harga nada dan nilai nada, serta dikemas dalam potongan melodi delapan birama. Akan tetapi, menjadi keterbalikan pemikiran bagi pianis pemula bahwa harus dihadapkan dengan membaca notasi balok, memposisikan jari dengan tingkat rumit, dan rasa takut akan melodi yang dimainkan dalam piano tersebut salah. Oleh karena itu, rasanya kurang percaya diri dalam mempraktikan piano bagi pianis pemula akan seterusnya menghambat progres belajar piano. Dilansir dari halaman website Yamaha, salah satu progress belajar piano adalah motivasi bermain musik; yang mana motivasi adalah kunci keberhasilan belajar piano agar tidak berhenti di tengah jalan (Yamaha, 2022). Owner dari lembaga musik *La Music Course* memandang hal tersebut sebagai permasalahan untuk dikaji bukan dari sisi materi yang diberikan akan tetapi pada ranah peningkatan rasa percaya diri pada siswa kursus.

Salah satu alternatif pemecahan masalah yang dilakukan untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kursus adalah melalui pendekatan personal dengan teknik rekstrukturisasi kognitif. Rekstrukturisasi kognitif dijadikan upaya pemecahan masalah karena rasa kurang percaya diri siswa kursus terutama pianis pemula akan lebih terpusat perhatiannya dengan mengubah pikiran maupun pernyataan negatif menjadi pikiran-pikiran rasional dan positif (Nursalim, 2014, p. 32). Rasa kurang percaya diri dalam konteks rekstrukturisasi kognitif sejatinya memang untuk menangani pengontrolan dari berat badan, namun dalam upaya pemecahan masalah terhadap pianis pemula dapat menjadi perantara ataupun solusi yang mana perilaku emosional (kurang percaya diri) dipengaruhi oleh keyakinan, sikap, dan persepsi (kognisi) siswa kursus tersebut. Rekstrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri juga menggunakan pendekatan dalam penerapan konseling kognitif perilaku (*Cognitive Behavior Theraypy/CBT*); hal ini merupakan atau sekaligus tindakan personal dengan pendekatan kepada pianis pemula untuk membuka dan membenahi pola pikir (Mastur et al., 2012, p. 75). Proses rekstrukturisasi kognitif pada permasalahan ini mengacu dalam enam tahapan prosedur yang mana diawali dengan meyakinkan pianis pemula dengan pernyataan diri yang rasional, mengidentifikasi pikiran pianis pemula dalam situasi problem, pengenalan dan latihan *coping thought* pada pianis pemula, pengenalan dan latihan penguatan pikiran positif pada pianis, serta diadakan tugas rumah sebagai latihan tindak lanjut. Sementara itu, pendekatan CBT ditekankan dalam segi penilaian terhadap reaksi pianis pemula yang salah satunya adalah penggunaan *systematic desensitization* yaitu pergantian respons takut dan cemas dengan respon relaksasi secara berulang. Selain itu juga dilakukan *treatment/* tindakan pada *assertiveness skill training* agar pianis pemula dapat bertindak tegas untuk melawan rasa kurang percaya diri tersebut.

Selanjutnya, menjadi tujuan daripada penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil analisis penggunaan teknik rekstrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri pianis pemul di *La Music Course*. Telaah akan analisis tersebut dibuktikan dengan hasil observasi dan wawancara dengan pianis pemula secara langsung dan memiliki hasil pemecahan masalah/ solusi dari peningkatan rasa percaya diri. Diharapkan hasil dari analisis rekstrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri pianis pemula ini dapat menjadi metode khusus

bagi tutor maupun pengajar dan pendidik piano serta bagi orang tua pianis pemula agar dapat diterapkan demi perkembangan belajar piano.

METODE

Metode yang digunakan untuk mengkaji analisis ini adalah kualitatif dengan pendekatan analisis isi. Pemilihan analisis isi sebagai pendekatan karena dimilikinya kecenderungan pemaparan konteks komunikasi berupa data dari sumber sehingga hasil yang diperoleh bersifat mendalam dan sesuai dengan realitas yang terjadi (Sumarno, 2020, p. 37). Kehadiran peneliti adalah sebagai observator penelitian, pengambil data dalam penelitian, serta analisis data penelitian yang diubahnya menjadi hasil penelitian. Subjek penelitian adalah siswa kursus khususnya pianis pemula di lembaga musik *La Music Course Pontianak* dengan jumlah 5 siswa kursus. Alasan diambilnya subjek pianis pemula karena hambatan yang dirasakan secara psikologis terhadap perkembangan hasil belajar bermain piano di tingkat awal.

Instrumen pengambilan data digunakan dengan teknik observasi secara langsung di lembaga kursus dengan fokus proses penggunaan restrukturisasi kognitif pada siswa kursus yang mengalami masalah rasa kurang percaya diri dan wawancara mendalam dengan pianis pemula terhadap dampak yang dirasakan sebelum dan sesudah mendapatkan restrukturisasi kognitif. Data observasi dan wawancara yang telah ditulis maupun direkam selanjutnya dilakukan analisis dengan model: 1) analisis domain; 2) analisis taksonomi; 3) analisis komponensial; 4) analisis tema kultural; dan 4) analisis komparasi konstan. Selanjutnya untuk pemeriksaan keabsahan data digunakan triangulasi sumber dengan mengambil *expert* konselor dan pianis yang mana sebagai pengungkapan hasil analisis penggunaan restrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri pianis pemula menjadi hasil penelitian yang sah dan dapat dipertanggungjawabkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Permasalahan Rasa Percaya Diri Pianis Pemula

Hasil penelitian ini diawali dengan menindaklanjuti permasalahan yang terjadi pada siswa kursus khususnya pianis pemula di lembaga musik *La Music Course Pontianak* yang mana didapatkan 5 pianis pemula yang memiliki rasa kurang percaya diri terhadap permainan pianonya. Observasi yang dilakukan adalah dengan menelaah faktor-faktor yang mempengaruhi rasa kurang percaya diri terhadap kelima pianis pemula tersebut dalam kondisi yang berbeda dengan menitikberatkan pada hasil pengamatan sebagai berikut: 1) pianis pemula A mengalami rasa kurang percaya diri ketika memainkan bagian potongan melodi dari *Alfred's Basic Piano Library* dengan perpindahan birama pada baris di bawahnya; 2) pianis pemula B mengalami rasa kurang percaya diri saat mengalami kesalahan memainkan partitur potongan melodi dari *Alfred's Basic Piano Library* dan terus terbayang hingga potongan melodi tersebut selesai dimainkan; 3) pianis pemula C tidak percaya diri saat diberikan *metronome* atau tempo awal oleh pengajar yang dirasa tempo tersebut membawa rasa cemas dan buru-buru; 4) pianis pemula D tidak percaya diri karena penjarian yang salah sehingga, terus mengulang di bagian potongan melodi pada *Alfred's Basic Piano Library*; dan 5) pianis pemula E merasa kurang percaya diri karena takut kalau nada yang dimainkan pada potongan melodi *Alfred's Basic Piano Library* tidak sesuai dengan harga nada dan nilai ketukannya. Berdasarkan ungkapan dari beberapa pengamatan tersebut didapatkan garis besar pengamatan yang bahwasanya: 1) pianis pemula memiliki ketakutan dalam memainkan potongan melodi dilihat dari harga nada maupun nilai ketukannya serta bagian potongan melodi yang dimainkan pada baris berikutnya; dan 2) pianis pemula kurang mempersiapkan diri ketika mengikuti kursus yang akhirnya membawa perspektif cemas dan rasa buru-buru saat kursus berlangsung.

Penerapan Restrukturisasi Kognitif Pada Rasa Percaya Diri Pianis Pemula

Proses selanjutnya dari penelitian ini adalah analisis dalam penggunaan restrukturisasi kognitif dalam psikologis percaya diri pada pianis pemula dengan melakukan *treatment* maupun tindakan pendekatan personal. Ketika data observasi telah didapat, tutor/ pengajar piano memberikan konseling praktis dalam ranah restrukturisasi kognitif dengan memberikan motivasi dan membuka pikiran pianis pemula bahwa hal yang dapat membuat buruk dalam bermain piano akan hilang bila ada solusi dan rasa bangga atas hasil yang dicapai. Langkah selanjutnya adalah dala tindakan identifikasi pikiran pianis pemula dalam situasi problem. Tutor piano menerjemahkan pemikiran pianis pemula dengan memberikan pertanyaan di saat kursus dan dihasilkan dari hasil observasi bahwa pianis pemula memiliki rasa canggung, *nervous*, takut, dan cemas saat

kursus dimulai. Setelahnya tutor piano mulai untuk menghubungkan antara peristiwa dengan faktor kurangnya percaya diri pianis pemula dengan mengambil contoh situasi konkret dalam kehidupan yang dapat diatasi. Hasil dari menghubungkan peristiwa dan faktor yang mempengaruhi kurangnya rasa percaya diri pianis pemula didapatkan bahwa perlu untuk mengatasi rasa kurang percaya diri tersebut dengan menghilangkan rasa canggung, *nervous*, takut, dan cemas dengan pembuktian bahwa pianis pemula dapat mengatasinya dan membuktikan dalam permainan piano. Tahapan selanjutnya adalah melatih pianis pemula untuk melakukan *coping thought* yaitu mentransfer pikiran-pikiran kurang percaya diri diubah dalam pikiran lain sehingga tidak merusak progres belajar piano. Tutor piano dalam hal ini memberikan penjelasan antara pikiran yang membuat kurang percaya diri tersebut hadir dan bagaimana cara mengatasinya, selanjutnya pianis pemula bersama tutor piano bersama-sama mempraktikkannya bahwa rasa canggung, *nervous*, takut, dan cemas saat bermain piano pasti hilang. Pianis pemula selanjutnya membisikan dalam hati bahwa dirinya dapat memainkan potongan melodi dari *Alfred's Basic Piano Library* dapat dimainkan secara lancar. Pada bagian akhir sesi kursus, siswa piano dikuatkan dengan latihan pengenalan dan sistem pemikiran positif yang dapat merekonstruksi pikiran-pikiran positif yang dicerna dalam kehidupan sehari-hari. Mengubah kata tidak bisa, takut, dan malu menjadi kata berdenotasi bisa, tidak takut, dan berani. Adapun bagian selanjutnya selain penugasan materi oleh tutor piano, pianis pemula juga memiliki tindak lanjut untuk mempraktikkannya ketika belajar piano mandiri.

Pada pertemuan berikutnya masih didapatkan pianis pemula yang mengulang kembali pikiran-pikiran negatif yang mengakibatkan timbulnya rasa kurang percaya diri. Dalam permasalahan yang masih ada, tutor piano menggunakan *systematic desensitization* dalam teknik *cognitive behavior therapy* untuk selanjutnya pianis pemula mengungkapkan rasa canggung, *nervous*, takut, dan cemas secara berulang hingga berdampak pada stimulus positif yang melawan dalam rangsangan otak. Hasil yang didapat adalah pianis pemula dimulai dari pengucapan lirih, keras, hingga lirih kembali mengungkapkan rasa kurang percaya dirinya sehingga, mulai muncul pikiran positif dari dinamika *systematic desensitization* tersebut. Selanjutnya tutor piano juga menerapkan *assertiveness skill training* atau pelatihan keterampilan dengan tujuan pianis pemula dapat bertindak tegas. Pelatihan keterampilan yang diungkapkan adalah dengan bermain piano dengan dinamika *forte* sambil berucap bahwa tidak takut, tidak canggung, tidak *nervous*, dan tidak cemas secara emosional. Hasilnya adalah bahwa pianis pemula mulai menguasai pikiran positifnya dan menghilangkan pikiran negatif dari rasa percaya diri tersebut. Proses restrukturisasi dan *cognitive behavior therapy* dalam pendekatannya ini dilakukan sampai dengan pianis pemula dapat mengatasi keraguan rasa percaya diri ketika memainkan potongan melodi *Alfred's Basic Piano Library*.

Hasil Analisis Restrukturisasi Kognitif Sebagai Peningkatan Rasa Percaya Diri Pianis Pemula

Berdasarkan penerapan restrukturisasi kognitif pada peningkatan rasa percaya diri pianis pemula di lembaga musik *La Music Course* didapatkan hasil analisis dalam fokus perkembangan hasil belajar bermain piano dan testimoni terkait penerapan restrukturisasi kognitif terhadap rasa percaya diri. Ketika melakukan penanganan permasalahan rasa kurang percaya diri pada pianis pemula, kelima siswa kursus tersebut diberikan ruang khusus dengan dilakukan pendekatan personal. Akibatnya, dari waktu pemberian materi piano yang diberikan selama satu jam, durasi penerapan restrukturisasi kognitif berjalan setengahnya. Artinya materi piano yang harusnya dijalankan sesuai target akan mengalami kendala demi perbaikan upaya kedepannya. Proses restrukturisasi kognitif sendiri berjalan dalam empat kali pertemuan dalam satu bulan (sekali dalam seminggu). Progres hasil belajar bermain piano dalam materi *Alfred's Basic Piano Library* didapatkan kelima pianis pemula dapat menerima restrukturisasi kognitif yang diterapkan dengan permainan piano yang melebihi target dalam setiap minggu. Artinya pikiran-pikiran positif yang diterapkan dalam menanggulangi rasa kurang percaya diri dapat diadaptasi dengan tepat sehingga, melibatkan daya tarik dan juang untuk giat kembali dalam belajar piano. Rasa canggung ketika melihat partitur potongan melodi, suara *metronome* atau pengatur tempo yang membuat cemas, rasa *nervous* karena merasa tidak bisa, dan rasa takut salah dalam memainkan potongan melodi menjadi permainan yang lancar dan sesuai dengan panduan dalam buku *Alfred's Basic Piano Library*.

Dalam testimoni yang diberikan dari kelima pianis pemula, dihasilkan konklusi pernyataan bahwa rasa kurang percaya diri yang selama ini membuat latihan maupun kursus menjadi *stagnant* akhirnya dapat diubah menjadi dinamis dan sesuai dengan target yang diinginkan. Ternyata melalui proses restrukturisasi kognitif,

kelima pianis juga menyatakan bahwa adanya dampak positif dalam pemikiran yang selalu menilai bahwa berpikiran bermain piano itu sulit dan bukan ranah mereka. Proses selama satu bulan dipandang kelima pianis pemula juga sebagai pembelajaran akan mengatur emosional dalam berproses tidak hanya bermain piano namun juga dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis terhadap penerapan restrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri pianis pemula di *La Music Course* Pontianak dapat diterima dan dilaksanakan secara sadar oleh kelima siswa kursus. Berbagai tahapan yang dilakukan oleh tutor piano dalam resktrukturisasi kognitif bersama dengan pianis menghasilkan pola pikir negatif yang diubah menjadi pola pikir positif dalam hal percaya diri bermain piano. Namun, perlu dilakukan pengkajian lebih dalam terkait pembagian materi dan pemberian restrukturisasi kognitif. Artinya, materi yang diberikan masih sesuai dengan domain keilmuan dari konseling maupun dari keilmuan musik khususnya piano. Perlu adanya kolaborasi dalam pemilihan materi yang dapat digunakan secara bersamaan. Indikasi tersebut disesuaikan dengan penelitian lain yang pernah dilakukan dalam keilmuan musik (piano) misalnya dalam penelitian (Putra, Zakarias, Aria, 2017) dengan menelaah proses upaya peningkatan keterampilan bermain piano dengan metode *sight-reading* dari *Howard Richman*. Selain itu juga diperlukan kajian mendalam lagi dari metode *sight-reading* dari *Howard Richman* dalam literasi artikel (Putra, Zakarias, Aria & Sagala, Mastri, 2022). Kolaborasi dari metode *sight reading* dan restrukturisasi kognitif diharapkan dapat memecahkan permasalahan keterampilan dalam piano dan psikologis pianis pemula dengan waktu yang efektif serta efisien.

SIMPULAN

Analisis rekstrukturisasi kognitif sebagai peningkatan rasa percaya diri pianis pemula di *La Music Course* Pontianak bahwasanya hasil dari telaah tersebut dapat diterima dan digunakan oleh kelima siswa kursus dengan merubah pikiran-pikiran negatif (rasa percaya diri) menjadi pikiran-pikiran positif sehingga, juga berpengaruh terhadap permainan piano pada buku *Alfred's Basic Piano Library*. Hasil analisis ini juga mengungkap tujuan dari penelitian ini yang mana berdasarkan permasalahan rasa kurang percaya diri pianis pemula dimulai dari rasa canggung, *nervous*, takut, dan cemas. Langkah penerapan rekstrukturisasi kognitif juga menjadi solusi yang tepat karena berdasarkan observasi tersebut didapat penanganan pemindahan pikiran-pikiran negatif dalam bermain piano (kurang percaya diri) yang diubah dalam transformasi pikiran-pikiran positif dimulai dari rangsangan, pengucapan, dan tindakan. Selain itu, didapatkan hasil analisis lain dalam keterampilan bermain piano bahwa pianis pemula dapat menyelesaikan target dan melampaui target pertemuan di setiap minggu ketika berhasil menerapkan restrukturisasi kognitif. Arti lain bahwa rasa percaya diri yang dialami oleh kelima pianis pemula juga dikatakan dapat meningkat berdasarkan testimoni dan pernyataan berdasarkan wawancara.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), 156–170. [https://doi.org/https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520](https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520)
- Khanifah, S. (2016). *Faktor-Faktor Penghambat Dalam Pembelajaran Bermain Alat Musik Melodis Pada Siswa Kelas IV SD Negeri Gugus Dewantara Kabupaten Banyumas*. Universitas Negeri Semarang.
- Mastur, Sugiharto, & Sukiman. (2012). Konseling Kelompok Dengan Teknik Rekstrukturisasi Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(2), 74–80. [https://doi.org/https://doi.org/10.15294/jubk.v1i2](https://doi.org/10.15294/jubk.v1i2)
- Nursalim, M. (2014). *Strategi dan Intervensi Konseling* (Y. Acitra (ed.); Cetakan II). Akademia Permata.
- Puspitasari, R., Basori, M., & Aka, Kukuh, A. (2022). Studi Kasus Rasa Kurang Percaya Diri Siswa Kelas Tinggi SDN 3 Tanjungtani Pada Saat Menyampaikan Argumennya Di Kelas dan Upaya Menumbuhkan Rasa Percaya Diri. *BADA'A: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 4(2), 325–335. <https://doi.org/10.37216/badaa.v4i2.738>
- Putra, Zakarias, Aria, W. (2017). Upaya Peningkatan Keterampilan Sight Reading Mahasiswa PIM IV Piano Melalui Penerapan Program Super Sight-Reading Secrets di Jurusan Pendidikan Seni Musik FBS UNY. *Jurnal Pendidikan Seni Musik*, 6(4), 277–283.

- Putra, Zakarias, Aria, W., & Sagala, Mastri, D. (2022). Kajian Musikologis: Program Super-Sight-Reading Secrets Howard Richman dalam Pengembangan Keterampilan Primavista Pianis. *TACET*, 1(2), 65–73.
- Rais, Muhammad, R. (2022). Kepercayaan Diri (Self Confidence) dan Perkembangannya Pada Remaja. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 12(1), 40–47. <https://doi.org/10.30829/alirsyad.v12i1.11935>
- Sumarno. (2020). Analisis Isi Dalam Penelitian Pembelajaran Bahasa dan Sastra. *Jurnal Elsa*, 18(2), 37–55.
- Yamaha, M. (2022). *Belajar Piano*. Yamaha.Com.
https://id.yamaha.com/id/news_events/2022/20220711_belajarpiano.html