



Penerapan Teknik Pernapasan Diafragma yang Benar dalam Bermain Saxophone bagi Pemula di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah

Aritonang Saut Parsaulian Situmeang¹, Robert K.A. Simangunsong², Lince R.T. Simamora³, Aprinaldi Simarangkir⁴, Boho Parulian Pardede⁵

¹Mahasiswa, Pendidikan Musik Gereja, Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, IAKN Tarutung
^{2,3,4,5}Dosen, Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen, IAKN Tarutung

*correspondence: arisitumeang050@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana teknik pernapasan diafragma yang benar diaplikasikan oleh para saxophonist yang masih pemula, terutama mereka yang terlibat dalam pelayanan musik di Gereja HKBP Purbatua Kolang, Kabupaten Tapanuli Tengah. Dalam pelaksanaannya, studi ini menganut paradigma kualitatif deskriptif, dengan data yang dihimpun melalui beragam sarana, yaitu observasi lapangan, percakapan terstruktur (wawancara), telaah dokumen-dokumen relevan, dan analisis terhadap rekaman praktik latihan. Para partisipan penelitian terdiri dari musisi saxophone tingkat pemula yang secara aktif berpartisipasi dalam kegiatan musik di Gereja HKBP Purbatua Kolang. Instruksi dan latihan teknik pernapasan diafragma dilaksanakan secara sistematis, meliputi pemahaman dasar mengenai apa itu pernapasan diafragma, latihan yang membidik peningkatan sensitivitas terhadap pergerakan diafragma, latihan pengambilan dan penghembusan napas yang terkontrol, aktivitas tanpa instrumen, praktik nada panjang (long tone), penguasaan tangga nada, pembentukan pola melodi (frase melodi), hingga integrasinya dalam repertoar lagu-lagu gerejawi. Hasil yang diperoleh dari riset ini menyoroti bahwa dengan menguasai teknik pernapasan diafragma, para pemain dapat meraih peningkatan signifikan dalam hal regulasi aliran udara, kemampuan menahan napas, stabilitas dalam menghasilkan kualitas bunyi, ketepatan nada (intonasi), serta kemampuan untuk menyajikan rangkaian melodi yang mengalir tanpa terputus. Oleh karena itu, pentingnya teknik pernapasan diafragma sebagai pondasi dasar untuk meningkatkan mutu permainan saxophone bagi pemula dalam konteks pelayanan musik gereja menjadi sangat jelas.

Kata kunci: Pernapasan Diafragma, Saxophone, Pemain Pemula, Musik Gereja, HKBP.

PENDAHULUAN

Dalam praktik ibadah, musik memiliki fungsi yang lebih luas daripada sekadar pelengkap liturgi. Musik membantu menciptakan suasana ibadah yang khidmat, tertib, dan penuh penghayatan. Permainan musik yang baik dapat menenangkan hati jemaat, membantu memusatkan perhatian, serta mendukung setiap bagian ibadah agar berlangsung secara

teratur. Oleh karena itu, kualitas musik gereja memiliki peranan penting dalam menunjang kualitas pelaksanaan ibadah secara keseluruhan. Musik gereja juga menjadi sarana komunikasi rohani karena melalui syair lagu dan permainan musik, pesan iman dapat disampaikan dengan lebih mudah dan menyentuh aspek perasaan serta emosi jemaat. Dengan demikian, musik gereja tidak hanya memiliki fungsi estetis, tetapi juga mengandung nilai rohani dan edukatif.

Dalam tradisi Gereja Huria Kristen Batak Protestan (HKBP), musik menempati posisi penting dalam pelaksanaan ibadah. Musik hadir melalui nyanyian jemaat, paduan suara, maupun penggunaan berbagai alat musik sebagai pengiring. Seiring perkembangan zaman dan perubahan sosial budaya, penggunaan alat musik dalam pelayanan gereja juga mengalami perkembangan. Gereja semakin terbuka terhadap penggunaan alat musik modern sebagai upaya menyesuaikan pelayanan dengan perkembangan zaman tanpa meninggalkan nilai-nilai iman. Gitar, keyboard, saxophone, dan berbagai instrumen lainnya mulai digunakan untuk memperkaya warna musik gereja serta meningkatkan keterlibatan jemaat, khususnya generasi muda.

Saxophone merupakan salah satu alat musik tiup yang memiliki karakter suara lembut, hangat, dan ekspresif sehingga dapat digunakan dalam pelayanan musik gereja. Saxophone dapat berfungsi sebagai pengiring nyanyian jemaat, pengisi melodi, maupun instrumen solo pada bagian tertentu dalam ibadah. Kehadirannya dapat memberikan warna musikal yang berbeda dan memperkaya suasana ibadah. Namun, penggunaan saxophone dalam pelayanan gereja membutuhkan penguasaan teknik dasar yang baik, salah satunya adalah teknik pernapasan. Teknik pernapasan berperan penting dalam menentukan kestabilan nada, kualitas bunyi, panjang pendeknya nada, serta daya tahan pemain ketika memainkan saxophone.

Pemain saxophone pemula sering mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik pernapasan yang tepat. Pernapasan yang dangkal dapat menyebabkan pemain cepat kehabisan udara ketika memainkan nada panjang atau bagian musik yang membutuhkan aliran udara secara stabil. Kondisi tersebut dapat menyebabkan bunyi tidak stabil, permainan terputus-putus, dan pemain lebih cepat mengalami kelelahan. Apabila teknik pernapasan tidak dilatih sejak awal secara terarah dan berkesinambungan, pemain dapat membentuk kebiasaan yang kurang tepat sehingga menghambat perkembangan kemampuan bermain saxophone.

Di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah, saxophone mulai digunakan sebagai salah satu alat musik pendukung dalam pelayanan ibadah. Beberapa jemaat, khususnya generasi muda, turut terlibat sebagai pemain saxophone. Keterlibatan tersebut menunjukkan adanya minat dan partisipasi jemaat dalam pelayanan musik gereja. Namun, berdasarkan pengamatan awal, pemain saxophone pemula masih mengalami kesulitan dalam menerapkan teknik pernapasan yang benar. Pemain cenderung menggunakan pernapasan dada yang dangkal sehingga cepat kehabisan napas ketika memainkan nada panjang maupun bagian musik yang membutuhkan aliran udara stabil. Akibatnya, permainan saxophone terdengar kurang stabil dan belum mampu mendukung suasana ibadah secara optimal.

Permasalahan teknik pernapasan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan pelayanan musik gereja dan kemampuan teknis pemain saxophone pemula. Gereja membutuhkan pelayanan musik yang mampu mendukung ibadah dengan baik, sementara pemain pemula masih membutuhkan pembinaan teknik dasar agar dapat

melayani secara optimal. Teknik pernapasan diafragma menjadi salah satu teknik penting yang dapat diterapkan karena memungkinkan pemain mengelola aliran udara secara lebih efektif dan efisien. Penerapan teknik ini dapat membantu menghasilkan bunyi yang lebih stabil, kuat, dan tahan lama, sekaligus mengurangi ketegangan tubuh dan meningkatkan kenyamanan ketika bermain.

Penerapan teknik pernapasan diafragma sejak tahap awal pembelajaran menjadi penting bagi pemain saxophone pemula karena merupakan dasar untuk mengembangkan kemampuan bermain secara berkelanjutan. Penguasaan teknik pernapasan yang baik tidak hanya berpengaruh terhadap aspek teknis permainan, tetapi juga terhadap kualitas pelayanan musik dalam ibadah. Permainan saxophone yang stabil dan terkontrol dapat mendukung terciptanya suasana ibadah yang lebih khidmat dan membantu jemaat menghayati setiap rangkaian ibadah.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Penerapan Teknik Pernapasan Diafragma yang Benar dalam Bermain Saxophone bagi Pemula di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah." Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji penerapan teknik pernapasan diafragma dalam membantu meningkatkan kemampuan bermain saxophone bagi pemula dalam pelayanan musik gereja. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pemain saxophone pemula, pembina musik gereja, serta pengembangan kualitas pelayanan musik di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode etnomusikologis untuk mengkaji musik sebagai praktik budaya yang memiliki nilai dan makna sosial. Pendekatan kualitatif dipilih karena menghasilkan data deskriptif berupa tuturan, teks, dan perilaku yang diamati secara langsung. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi lapangan, dan dokumentasi (Moleong, 2018). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk menggambarkan secara sistematis penerapan teknik pernapasan dalam pembelajaran saxophone bagi pemula. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh data yang kontekstual dan mendalam melalui interaksi langsung dengan subjek penelitian serta menyesuaikan proses penelitian dengan kondisi yang ditemukan di lapangan. Penelitian dilaksanakan di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah karena terdapat pemain saxophone pemula yang aktif dalam pelayanan musik. Penelitian berlangsung selama satu bulan, yaitu 10–29 Mei 2026, yang mencakup tahap persiapan, pengumpulan data, analisis data, dan penyusunan laporan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Penerapan Teknik Pernapasan Diafragma dalam Saxophone

Penerapan teknik pernapasan diafragma merupakan dasar penting bagi pemain saxophone, khususnya pemula, karena membantu mengatur suplai dan tekanan udara sehingga menghasilkan suara yang stabil, kuat, dan terkontrol (Kolbiantri, 2023). Teknik ini dilakukan dengan menarik napas secara mendalam melalui penggunaan diafragma sehingga udara yang masuk lebih banyak dan dapat digunakan untuk memainkan nada panjang maupun frase musik secara berkesinambungan.

Dalam permainan saxophone, udara dikeluarkan secara terkontrol melalui *mouthpiece* untuk menggetarkan *reed*. Aliran udara yang stabil menghasilkan kualitas bunyi dan

intonasi yang lebih baik. Pernapasan diafragma juga membantu pemain menghindari nada yang tidak stabil akibat tekanan udara yang tidak terkontrol serta mendukung pengaturan dinamika dan ekspresi musik (Kolbiantri, 2023).

Selain itu, teknik ini memungkinkan pemain memainkan frase musik yang panjang tanpa terlalu sering mengambil napas. Dalam pelayanan musik gereja, kemampuan tersebut penting karena saxophone sering memainkan melodi yang panjang dan ekspresif. Pernapasan diafragma juga dapat meningkatkan daya tahan pemain karena penggunaan udara dan otot pernapasan menjadi lebih efisien. Dengan demikian, penguasaan teknik pernapasan diafragma menjadi fondasi penting bagi pemain saxophone pemula untuk meningkatkan kualitas suara, kestabilan intonasi, kemampuan memainkan frase panjang, pengendalian dinamika, serta ketahanan dalam bermain.

Teknik Pernapasan Diafragma sebagai Dasar Permainan Saxophone

Penerapan teknik pernapasan diafragma pada pemain saxophone pemula di Gereja HKBP Purbatua Kolang menunjukkan bahwa pernapasan merupakan unsur fundamental dalam penguasaan instrumen. Keberhasilan bermain saxophone tidak hanya ditentukan oleh kemampuan menghirup udara sebanyak mungkin, tetapi terutama oleh kemampuan mengatur, mempertahankan, dan mengeluarkan udara secara terkontrol sesuai kebutuhan musikal. Pemain instrumen tiup membutuhkan pola pernapasan yang berbeda dari pernapasan sehari-hari, yaitu inspirasi yang cepat dan dalam serta ekspirasi yang lebih panjang dan terkendali melalui instrumen (Bouhuys, 1964). Kondisi awal pemain di Gereja HKBP Purbatua Kolang menunjukkan bahwa sebagian pemain masih mengambil napas ketika udara hampir habis sehingga mengganggu kesinambungan frase musik. Melalui latihan terstruktur, pemain diarahkan untuk mengambil napas sebelum memulai frase dan mengatur penggunaannya secara lebih efisien.

Teknik pernapasan diafragma dalam penelitian ini dipahami sebagai penggunaan diafragma secara efektif dalam proses inspirasi dan pengelolaan udara, bukan sebagai penyimpanan udara di dalam diafragma. Tujuannya adalah membentuk pola pernapasan yang efisien serta mengurangi ketegangan pada bagian tubuh atas. Kontrol aliran udara menjadi penting karena permainan saxophone membutuhkan pengaturan tekanan dan laju udara secara konsisten untuk menghasilkan bunyi yang stabil (Bouros et al., 2018). Dengan demikian, pernapasan diafragma menjadi dasar bagi pengembangan teknik permainan lainnya karena berhubungan dengan kualitas suara, kestabilan nada, pengaturan dinamika, dan kemampuan mempertahankan frase.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kontrol pernapasan berpengaruh terhadap kualitas bunyi saxophone, terutama dalam hal kestabilan intensitas, kesinambungan suara, dan timbre. Pemain yang mampu mengatur aliran udara secara konsisten dapat menghasilkan suara yang lebih stabil dibandingkan pemain yang mengeluarkan udara secara berlebihan pada awal nada. Penelitian Dries et al. menunjukkan bahwa latihan otot pernapasan pada pemain saxophone dapat meningkatkan kekuatan otot respirasi serta memengaruhi penggunaan *flow* dan karakteristik timbre saxophone (Dries et al., 2017). Selain kualitas suara, efisiensi pernapasan juga mendukung ketahanan bermain karena pemain dapat menggunakan cadangan udara secara lebih terkontrol. Dalam konteks pelayanan musik gereja, kemampuan tersebut penting untuk menjaga agar permainan saxophone tetap stabil, frase musik dapat dimainkan secara utuh, dan instrumen mampu mendukung suasana ibadah.

Implikasi Hasil Penelitian terhadap Pembinaan Musik Gereja

Hasil penelitian memiliki implikasi terhadap pembinaan musik gereja, khususnya dalam mengembangkan kemampuan pemain saxophone pemula. Pembinaan musik tidak cukup hanya diarahkan pada kemampuan memainkan lagu, tetapi perlu dimulai dari penguasaan teknik dasar, terutama teknik pernapasan. Pemain yang belum memiliki kontrol pernapasan yang baik akan mengalami kesulitan ketika menghadapi lagu dengan frase panjang, perubahan dinamika, maupun tuntutan ekspresi musikal.

Latihan pernapasan dapat dimasukkan sebagai bagian dari program pembinaan rutin melalui beberapa tahapan, yaitu latihan inspirasi dan ekspirasi secara terkontrol, *long tone* untuk melatih kestabilan aliran udara dan bunyi, latihan tangga nada untuk menggabungkan pernapasan dengan koordinasi jari, latihan frase untuk menentukan titik pengambilan napas, latihan lagu gerejawi, dan simulasi pelayanan seperti kondisi ibadah yang sebenarnya. Tahapan tersebut memungkinkan pemain mengembangkan kemampuan secara bertahap dari latihan dasar menuju penerapan musikal yang lebih kompleks.

Pembina musik gereja juga perlu memberikan instruksi yang lebih spesifik. Pemain tidak hanya diarahkan untuk “meniup lebih kuat”, tetapi dibimbing mengenai kapan mengambil napas, seberapa banyak udara yang diperlukan, bagaimana mempertahankan aliran udara, dan bagaimana menyesuaikannya dengan frase serta dinamika musik. Pemain instrumen tiup membutuhkan kemampuan mengendalikan aliran udara ekspirasi dan mempertahankan tekanan yang sesuai dengan karakter instrumen (Bouros et al., 2018). Oleh karena itu, pembinaan pernapasan dapat menjadi bagian dari sistem pembinaan musik gereja yang berkelanjutan, sehingga pemain tidak hanya mampu memainkan lagu, tetapi juga memiliki kompetensi teknis yang mendukung kebutuhan musikal dan pelayanan liturgis.

Temuan Penelitian

Penelitian ini menemukan bahwa penerapan teknik pernapasan diafragma memberikan perubahan pada kemampuan pernapasan dan keterampilan bermain saxophone pemain pemula di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah. Berdasarkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi, perubahan terlihat pada pola pengambilan napas, kontrol aliran udara, kestabilan produksi bunyi, kemampuan mempertahankan nada panjang (*long tone*), ketahanan memainkan frase, dan ketepatan menentukan titik pengambilan napas. Pemain yang sebelumnya cenderung mengambil napas ketika udara hampir habis mulai diarahkan untuk merencanakan pengambilan napas berdasarkan struktur frase dan kebutuhan melodi.

Penerapan latihan secara bertahap juga menunjukkan perkembangan dalam pengelolaan udara. Pemain mulai mampu menghindari pengeluaran udara secara berlebihan pada awal nada sehingga suara dapat dipertahankan lebih lama dan stabil. Perkembangan tersebut terlihat melalui kestabilan volume, timbre, intonasi, dan kesinambungan bunyi selama latihan *long tone*. Latihan tangga nada dan frase melodi kemudian membantu pemain mengintegrasikan teknik pernapasan dengan gerakan jari, perpindahan nada, serta struktur musik. Pada tahap penerapan lagu gerejawi, pemain mulai mampu menempatkan pengambilan napas secara lebih tepat sehingga alur melodi tidak mudah terputus. Pembelajaran kontrol pernapasan yang dilakukan secara terstruktur juga didukung oleh penelitian Dutjada et al. yang menunjukkan peningkatan keterampilan

kontrol pernapasan pemain saxophone setelah mengikuti program pembelajaran khusus (Dutjada et al., 2021).

Selain perkembangan teknis, penelitian menemukan perubahan pada kebiasaan latihan pemain. Latihan pernapasan yang sebelumnya belum menjadi bagian khusus dalam latihan mulai dipandang sebagai unsur penting sebelum memainkan saxophone. Pemain juga menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap hubungan antara pernapasan, aliran udara, produksi bunyi, dan ekspresi musik. Kemampuan tersebut turut mendukung kepercayaan diri pemain ketika memainkan saxophone dalam pelayanan gereja. Dengan demikian, temuan penelitian menunjukkan bahwa teknik pernapasan diafragma tidak hanya berkaitan dengan aspek fisiologis, tetapi juga menjadi dasar bagi pengembangan teknik permainan, musikalitas, dan kesiapan pemain dalam pelayanan musik gereja (Dries et al., 2017; Dutjada et al., 2021).

KESIMPULAN

Penelitian mengenai penerapan teknik pernapasan diafragma pada pemain saxophone pemula di Gereja HKBP Purbatua Kolang Kabupaten Tapanuli Tengah menemukan bahwa kondisi awal pemain menunjukkan kemampuan pernapasan yang belum optimal. Pemain cenderung mengambil napas secara spontan, menggunakan pernapasan dada, serta kesulitan mengontrol aliran udara, yang berdampak pada kestabilan nada, dinamika, dan keutuhan frase musik.

Proses penerapan teknik pernapasan diafragma dilakukan secara bertahap, meliputi pemahaman fungsi pernapasan, latihan kesadaran diafragma, pengambilan dan pengeluaran udara terkontrol, serta integrasi dengan permainan saxophone melalui latihan long tone, tangga nada, frase, dan lagu gerejawi. Tahapan ini bertujuan membentuk kebiasaan baru dalam mengelola udara dan menghubungkan teknik pernapasan dengan kebutuhan musikal.

Setelah penerapan, terjadi perkembangan signifikan pada kemampuan pemain, termasuk pengambilan napas yang lebih terencana, kontrol aliran udara yang lebih baik, kestabilan nada, dan kemampuan mempertahankan bunyi serta memainkan frase musik secara utuh. Kualitas produksi bunyi saxophone pun meningkat berkat aliran udara yang lebih stabil, meskipun kualitas bunyi secara keseluruhan juga dipengaruhi oleh faktor teknik lain.

Penerapan teknik ini juga meningkatkan ketahanan pemain dalam memainkan frase musik serta mengubah kebiasaan latihan menjadi lebih sistematis dengan memasukkan latihan pernapasan sebagai komponen penting. Peningkatan ini turut berkontribusi pada bertambahnya kepercayaan diri pemain. Secara keseluruhan, teknik pernapasan diafragma dinilai sangat relevan dan krusial bagi pembinaan pemain saxophone untuk pelayanan musik gereja, berfungsi sebagai fondasi teknik dasar yang penting untuk dikuasai sebelum beralih ke repertoar yang lebih kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Bouros, E., Protogerou, V., Castana, O., & Vasilopoulos, G. (2018). Respiratory function in wind instrument players. *Materia Socio-Medica*, 30(3), 204–208. <https://doi.org/10.5455/msm.2018.30.204-208>

- Dries, K., Vincken, W., Loeckx, J., Schuermans, D., & Dirckx, J. (2017). Effects of a respiratory muscle training program on respiratory function and musical parameters in saxophone players. *Journal of New Music Research*, 46(4), 381–393. <https://doi.org/10.1080/09298215.2017.1358751>
- Dutjada, T., Chuangprakhon, S., & Thotham, A. (2021). Breathing control basic skill instructional package for saxophone. *Journal of Roi Et Rajabhat University*, 15(3), 106–113.
- Gaunt, H. (2004). Breathing and the oboe: Playing, teaching and learning. *British Journal of Music Education*, 21(3), 255–274.
- Gaunt, H. (2007). Learning and teaching breathing and oboe playing: Action research in a conservatoire. *British Journal of Music Education*, 24(2), 207–231.
- HKBP. (2020). *Tata ibadah dan peraturan gerejawi HKBP*. Kantor Pusat HKBP.
- Kolbiantri, A. (2023). *Penerapan teknik circular breathing dalam pembelajaran instrumen musik tiup* [Skripsi sarjana, Institut Seni Indonesia Yogyakarta].
- Martasudjita, E. (2011). *Liturgi: Pengantar untuk studi dan praksis liturgi*. Kanisius.
- Moleong, L. J. (2021). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Murtarosa. (2018). Musik gereja sebagai sarana pembentukan spiritualitas jemaat. *Jurnal Musik Gereja Indonesia*, 5(2), 45–57.
- Nasution, M. A. (2021). Peran musik dalam liturgi gereja HKBP. *Jurnal Teologi dan Musik Gerejawi*, 9(1), 34–48.
- Prier, K.-E. (2015). *Ilmu bentuk musik*. Pusat Musik Liturgi.
- Pu, C., Guo, S., & Jin, X. (2026). Research on breathing techniques in wind instrument performance and phased teaching approaches. *International Education Forum*, 4(6). <https://doi.org/10.26689/ief.v4i6.15456>
- Rahmandicca. (2024). Urgensi pelatihan long tone terhadap stabilitas intonasi pemain saxophone pemula. *Jurnal Pendidikan Musik*, 6(2), 89–92.
- Santos, I. P., Cardoso, R. F., de Deus, F. A., Costa, H. S., & Lima, V. P. (2023). Analysis of the breathing function in wind instrument musicians. *Health Sciences Journal*, 13(3), 1–10. <https://doi.org/10.21876/rcshci.v13i3.1431>
- Terry, J. (2017). Breathing techniques for woodwind performance. *Journal of Band Research*, 53(1), 27–39.
- Watkins, K. (2018). Diaphragmatic breathing and wind instrument performance. *International Journal of Music Education*, 36(4), 512–524.