

Penggunaan Teknik Vokal Belting untuk Meminimalisir *Vocal Fatigue* pada Interpretasi Lagu Rapuh oleh Ainun Irsani

Bimbi Adinda Alfian ^{1*}

Harpang Yudha Karyawanto ²

¹⁻² Prodi Seni Musik, Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia.

*email: adindabimbi111@gmail.com

Kata Kunci

Teknik Vokal *Belting*,
Vocal Fatigue,
Lagu.

Keywords:

Vocal Belting Technique,
Vocal Fatigue,
Song.

Received: April 2026

Accepted: June 2026

Published: June 2026

Abstrak

Penggunaan teknik vokal *belting* semakin populer dalam musik pop Indonesia karena mampu menghasilkan suara yang kuat, ekspresif, dan ber tenaga. Namun, penerapannya berpotensi menimbulkan *vocal fatigue* apabila dilakukan tanpa teknik yang tepat. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan penerapan teknik vokal *belting* dalam interpretasi lagu *Rapuh* oleh Ainun Irsani sebagai upaya meminimalkan risiko cedera pita suara. Penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, dokumentasi, dan wawancara semi-terstruktur terhadap Ainun Irsani dan Adi Nugroho. Analisis data mengacu pada model Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan *belting* yang didukung kontrol napas, resonansi, postur tubuh, artikulasi, serta pemanasan vokal yang sistematis mampu menghasilkan kualitas suara optimal tanpa meningkatkan risiko *vocal fatigue*. Faktor eksternal turut memengaruhi keberhasilan teknik ini. Temuan penelitian menegaskan pentingnya pembelajaran teknik *belting* yang sistematis dengan memperhatikan aspek teknis, fisiologis, dan kesehatan vokal.

Abstract

The use of vocal belting techniques is increasingly popular in Indonesian pop music because it can produce a strong, expressive, and powerful sound. However, its application has the potential to cause vocal fatigue if done without proper technique. This study explains the application of vocal belting techniques in the interpretation of the song *Rapuh* by Ainun Irsani as an effort to minimize the risk of vocal cord injury. The study used a qualitative descriptive method with data collection techniques through observation, documentation, and semi-structured interviews with Ainun Irsani and Adi Nugroho. Data analysis refers to the Miles, Huberman, and Saldaña model which includes data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The results of the study indicate that the application of belting supported by breath control, resonance, body posture, articulation, and systematic vocal warm-ups can produce optimal sound quality without increasing the risk of vocal fatigue. External factors also influence the success of this technique. The research findings emphasize the importance of systematic belting technique learning by paying attention to technical, physiological, and vocal health aspects.



© 2026 Alfian & Karyawanto. Published by Faculty of Languages and Arts - Universitas Negeri Medan. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.24114/grenek.v15i1.70813>

PENDAHULUAN

Teknik vokal dan kestabilan suara merupakan kunci utama seorang penyanyi dalam menampilkan sebuah karya musik. Kestabilan vokal dan penggunaan teknik bernyanyi yang optimal memungkinkan seorang penyanyi untuk tampil dengan jangkauan nada yang luas, warna suara yang terjaga, serta ketahanan vokal lebih lama. Dalam konteks pedagogi vokal, teknik vokal merupakan kombinasi keterampilan dasar menyanyi untuk menghasilkan suara dengan baik dan sehat. Pelatihan dan pemahaman dasar latihan vokal tertentu secara berkala merupakan dasar produksi suara secara terstruktur hal tersebut meliputi secara fisiologis, akustik, serta pemahaman penggunaan organ suara (Zhong et al., 2024). Fillipa M. B. La & Mauro B (2022) Memberikan pendapat bahwa teknik vokal bukan sekedar menonjolkan kualitas estetis, tetapi juga kesadaran menggunakan produksi suara yang terukur meliputi penggunaan vibrasi pada pita suara, pengaturan nafas, dan resonansi yang tepat. Penggunaan teknik vokal secara terstruktur melibatkan tekanan

udara, vibrasi pita suara dan bentuk resonansi disatukan untuk menghasilkan suara kuat, stabil, bernilai artistik tanpa memberikan beban pada sistem vokal (Fleischer et al., 2022). Moniz J (2022) Berpendapat idealnya teknik vokal melibatkan perpaduan control teknik, pemahaman akan genre musik yang dinyanyikan, strategi pelatihan untuk menjaga stamina vokal.

Salah satu aliran musik yang digemari oleh berbagai kalangan adalah musik dengan genre pop genre pop merupakan genre dengan pola melodi mudah diingat, rentang nada mencakup variasi luas, repetisi yang mengingatkan daya ingat lagu, dan keragaman ritme yang membuat genre pop dapat diterima semua kalangan (Clark 2023). Ditambah oleh pendapat Guo et al., (2024) genre pop atau musik pop diidentifikasi karakteristik musikalnya melodi yang dominan mampu dikembangkan, progressi akor khas, ritme yang terstruktur serta bentuk musiknya dapat dikenal dalam karakter musik masa kini. Genre pop bukan hanya populer dikalangan masyarakat tetapi memiliki karakter musikalitas yang terdefinisi secara analitis. Karakteristik vokal dalam genre pop dapat diidentifikasi melalui timbre suara yang jelas dengan resonansi kuat dipadukan dengan ekspresi emosional mendukung. Penggunaan teknik vokal genre pop melibatkan penggunaan teknik vokal beragam sesuai dengan kebutuhan repertoar lagu dipadukan bersama artikulasi yang bersifat komunikatif (Yongtong Liu 2025).

Seiring dengan berkembangnya zaman Penyanyi lagu pada genre pop masa kini dituntut untuk menggunakan teknik vokal yang bervariasi. Teknik vokal yang sering digunakan dan diaplikasikan dalam gaya bernyanyi pop masa kini adalah Teknik vokal belting. Dalam praktiknya, banyak penyanyi dalam genre pop modern menggunakan teknik vokal tersebut. Teknik vokal belting ditandai dengan produksi suara yang kuat, penuh tenaga, dan sering digunakan dalam genre musik pop, rock, serta teater musikal. Penyesuaian resonansi dalam traktus vokal, variasi bukaan mulut, posisi lidah, serta perubahan bentuk traktus vokal dapat mempengaruhi respons resonansi suara memungkinkan penyanyi menghasilkan suara yang terdengar besar, terang, dan "pop atau rock friendly" namun masih dalam wajar penggunaan teknik vokal (Leppävuori et al. 2021). Penelitian oleh Ikävalko et al., (2025) Dengan judul *Belting by Trained Singers Compared With Shouting by Untrained Nonsingers* Menyebutkan bahwa teknik vokal belting bukan sekedar mengeluarkan suara dengan volume tinggi ataupun berteriak namun, Dipahami sebagai produksi suara menyerupai teriakan namun dilakukan secara terlatih dengan support teknik vokal yang baik seperti melibatkan koordinasi teknik spesifik termasuk resonansi dan kontrol pita suara.

Rudisch et al. (2025) memaparkan bahwa teknik vokal belting melalui penerapannya terdapat beberapa Langkah-langkah yang perlu diperhatikan yaitu meliputi pembukaan bibir rahang serta orofaring yang lebih luas. Teknik vokal belting dalam penerapannya secara praktis dan efektif harus melalui modifikasi nada tinggi pertama, ketika pitch mulai naik pelafalan vokal seperti /a/ atau /e/ posisi mulut dan rahang harus dalam posisi lebih terbuka agar pitch vokal meningkat dan tetap selaras. Kedua, stabilitas lidah terkontrol. Posisi lidah terlalu tinggi atau tegang dapat menurunkan efisiensi resonansi dan memaksa peningkatan tekanan udara. Ketiga, memaksimalkan resonansi. Untuk meningkatkan range resonansi diperlukan penguatan akustik alami bukan berasal dari menaikkan tekanan udara secara berkala. Keempat, konsistensi energi di frekuensi tinggi dengan tuning yang tepat tidak akan timbul gejala kelelahan vokal (Herbst et al., 2025).

Namun penggunaan teknik vokal belting menimbulkan berbagai pendapat pro dan kontra. Teknik vokal belting dinilai berisiko merusak suara karena melibatkan tekanan udara yang tinggi dan kerja otot fonasi dalam penerapannya. Salah satu resiko yang menjadi perhatian pada penggunaan teknik vokal belting adalah kelelahan suara (*vocal fatigue*). Hal tersebut menjadi salah satu tantangan besar bagi penyanyi profesional maupun semi profesional *vocal fatigue* didefinisikan sebagai pengalaman subjektif atau fisiologis penurunan performa vokal setelah paparan beban suara intens atau durasi vokal panjang, Dapat mencakup peningkatan dorongan vokal, penurunan kontrol suara, disfungsi timbre, rentang nada yang menyusut, atau ketidaknyamanan laring yaitu kondisi kelelahan penurunan kinerja organ vokal setelah penggunaan suara yang intens dan lama. *Vocal fatigue* secara ilmiah didefinisikan sebagai "rasa kelelahan, penurunan efisiensi atau kontrol resonansi setelah penggunaan suara yang berat atau berkepanjangan" (Bayerl et al., 2023).

Pandangan tersebut diperluas oleh penelitian Berardi et al., (2025) Menyebut bahwa *vocal fatigue* adalah kondisi yang muncul akibat suara mengalami perubahan performa vokal karena penggunaan suara secara intens serta berkepanjangan. Umumnya gejala *vocal fatigue* yang terjadi bervariasi antar individu ditandai dengan perubahan persepsi usaha vokal, perubahan parameter vokal, perubahan kualitas suara sesudah dan sebelum melakukan sesi latihan.

Keluhan terjadinya *vocal fatigue* bervariasi tiap individu berdasarkan hasil yang didapat dari penelitian Nascimento et al., (2025) mengatakan gejala *vocal fatigue* dapat ditandai oleh persepsi suara cepat lelah atau cepat tegang, pembatasan penggunaan suara yang disadari oleh individu, ketidaknyamanan fisik

pada suara seperti sensasi tidak nyaman saat vokalisasi berlangsung lama, serta perubahan kualitas suara yang dirasakan. Hancer H. (2025) mengemukakan gejala *vocal fatigue* meliputi tenggorokan terasa kering, serta iritasi tenggorokan, yang mencakup perasaan tidak nyaman gatal di area tenggorokan setelah penggunaan suara intensif, keinginan menelan atau membersihkan tenggorokan dengan menelan ludah atau air menunjukkan adanya ketegangan atau iritasi, yang terakhir suara menjadi serak (hoarseness) setelah aktivitas vokal yang berat dan intens.

Penggunaan beban vokal secara berlebihan tanpa disertai penanganan dan penggunaan terstruktur yang tepat menjadikan *vocal fatigue* memunculkan gejala kronis dengan ditandai terjadinya cedera struktural pada pita suara dan mengganggu fungsi vokal secara permanen (Watson k et al. 2024). Pendapat Lei et al., (2020) *vocal fatigue* yang terjadi berkepanjangan dan tidak ditangani dengan baik mampu menimbulkan penurunan kualitas suara secara signifikan, munculnya gejala fisik seperti batuk, tegangnya bagian tenggorokan, serta kemungkinan gangguan suara secara berkepanjangan bila berkembang secara kronis

Karya musik pop dengan tajuk "*Rapuh*" merupakan sebuah komposisi lagu bergenre pop berbahasa Indonesia, Secara musikal lagu "*Rapuh*" dikomposisikan oleh Glenn rotty dan dinyanyikan oleh Ainun Irsani dibawah naungan produksi oleh Legenda Musik Indonesia (LMI). Lagu "*Rapuh*" mengusung gaya pop modern dengan sentuhan teknik vokal ekspresif yang menonjolkan kekuatan serta dinamika Teknik vokal belting. Penggunaan teknik belting dalam beberapa bagian lagu memberikan kesan emosional yang kuat dan menjadi medium ekspresi bagi Ainun untuk menyampaikan pesan lirik secara intens dan mendalam.

Berdasarkan uraian latar belakang, penelitian ini terbentuk dari adanya ketertarikan peneliti untuk mengkaji objek penelitian yang berfokus pada efektifitas penerapan teknik vokal belting secara terstruktur sebagai strategi interpretatif dan fisiologis meminimalisir *vocal fatigue* dalam performa vokal lagu "*Rapuh*" oleh Ainun Irsani. Penelitian ini menyoroti penggunaan teknik vokal belting pada interpretasi lagu pop masa kini. Aspek yang diamati meliputi penggunaan teknik vokal (dukungan napas, resonansi, aduksi pita suara, dan kontrol tekanan resonansi), ekspresi musikal, serta respon fisiologis penyanyi terhadap beban resonansi saat membawakan lagu tersebut.

Penelitian dibatasi pada kajian mengenai teknik vokal belting sebagai strategi vokal dengan tujuan untuk meminimalisir *vocal fatigue* dalam konteks lagu "*Rapuh*" Oleh Ainun Irsani tidak pada keseluruhan teknik vokal lain. Fokus utama diarahkan pada pemahaman bagaimana penerapan teknik vokal belting secara terstruktur sehingga dapat membantu penyanyi mempertahankan kualitas suara dan stamina vokal selama membawakan lagu tersebut.

Ruang lingkup penelitian hanya mencakup aspek fisiologis dan pedagogis yang berkaitan dengan penggunaan teknik belting terhadap fenomena *vocal fatigue*, tidak sampai pada aspek medis. Peneliti memfokuskan pada persepsi, pengalaman bernyanyi, dan pengamatan proses vokal secara kualitatif melalui wawancara mendalam, serta refleksi pengalaman vokal tanpa melakukan pemeriksaan medis terhadap pita suara atau analisis tertentu. Hasil penelitian diharapkan mampu menggambarkan secara utuh bagaimana penerapan belting dapat menjadi strategi vokal yang efektif dalam menjaga kesehatan suara penyanyi professional maupun semi professional.

METODE PENELITIAN

Metodologi Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pendekatan kualitatif deskriptif dinilai sesuai karena penelitian ini berupaya memahami dan menggambarkan secara mendalam penggunaan teknik vokal belting secara sistematis sebagai strategi untuk meminimalisir *vocal fatigue* pada penyanyi. Pendekatan kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti menggali data melalui observasi, wawancara langsung dan virtual dengan narasumber, dokumentasi, Pencatatan. "Proses penggalan data bersifat iteratif yang berarti pengumpulan dan analisis dilakukan secara bersamaan untuk memperoleh pemahaman menyeluruh" (Given L, 2020).

Struktur wawancara dalam penelitian yang dikaji dilakukan secara semi terstruktur, metode tersebut dinilai sesuai dengan input sumber data yang akan diperoleh untuk penelitian ini. Peneliti melakukan pengambilan sumber data dengan mendokumentasikan penelitian melalui rekaman suara narasumber Ainun Irsani dan Adi nugroho, Dokumentasi foto. Wawancara dengan narasumber dilakukan dua metode secara langsung serta daring, Proses pengambilan data berjalan selama tiga bulan yaitu pada Agustus tahun 2025 sampai dengan Oktober tahun 2025 dilakukan dengan menyiapkan transkrip wawancara kemudian dilanjutkan sesuai dengan pedoman yang telah dibuat.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis Miles B Matthew et al., (2020) meliputi tiga tahapan utama reduksi data (*data reduction*) Dalam konteks penelitian, reduksi data dilakukan dengan menyeleksi dan memfokuskan hasil wawancara dengan informan terkait, Data yang tidak berkaitan langsung dengan fokus penelitian akan disisihkan. penyajian data (*data display*) hasil reduksi data wawancara disajikan dalam bentuk uraian deskriptif menghubungkan antar temuan agar dapat dipahami secara sistematis, penarikan kesimpulan atau verifikasi (*conclusion drawing/verification*) Tahap terakhir dilakukan dengan menafsirkan seluruh data yang telah direduksi dan disajikan kemudian diverifikasi melalui perbandingan antara hasil wawancara, observasi praktik vokal, dan teori terdahulu yang relevan.

Metode pendekatan ini dipilih karena mampu mengorganisir serta mengolah data kualitatif kompleks menjadi informasi yang bermakna dan mudah dipahami. Analisis dilakukan secara berkesinambungan sejak data mulai dikumpulkan hingga penelitian selesai. Landasan teori utama dalam penelitian ini didasari oleh teori LeBorgne, W. D., & Rosenberg, M. D. (2024) dengan judul buku *The vocal athlete* (3rd ed.) yang diterbitkan oleh Plural Publishing. Menyebutkan bahwa teknik vokal belting umumnya digunakan pada genre musik CCM (Contemporary Commercial Music) termasuk genre Pop, Rock, Gospel, Dan teater musikal. Penggunaan teknik vokal belting dapat ditandai dengan penggunaan kualitas suara yang kuat serta intens pada wilayah nada relatif tinggi dengan tetap mempertahankan karakter resonansi yang kuat.

Penerapan teknik vokal belting secara terstruktur dapat dilakukan dengan mengelola tekanan udara secara efisien sehingga intensitas suara yang dihasilkan tetap stabil tanpa menimbulkan kesan “Tegang” pada bagian laring tenggorokan. Produksi suara secara efisien memungkinkan penyanyi menghasilkan kualitas suara sesuai kebutuhan pedagogik lagu yang dibawakan tanpa meningkatkan resiko cedera pita suara (*Vocal Fatigue*) pada organ vokal, keberhasilan penerapan teknik tidak hanya bergantung melalui penerapan secara teknis namun terdapat faktor eksternal yang mempengaruhi keberhasilan teknik vokal belting seperti merokok, gaya hidup yang tidak sehat, kurangnya hidrasi pada pita suara.

Temuan penelitian diharapkan memberikan kontribusi penting pada bidang pedagogi vokal, khususnya dalam pembelajaran teknik vokal kontemporer pada genre pop. Teknik vokal belting sering dipersepsikan sebagai teknik yang berisiko karena identik dengan penggunaan volume tinggi dan tekanan suara yang besar. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa risiko tersebut dapat diminimalisir apabila teknik belting diajarkan melalui pendekatan pedagogis yang sistematis dan berbasis pemahaman fisiologi suara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Narasumber Pertama

Ainun Irsani Musdalifah lahir di Sulawesi Selatan, tepatnya di ibu kota Makassar pada tanggal 16 Maret 2000. Ainun Irsani mengawali jenjang pengalaman dunia tarik suaranya sejak sekolah menengah atas dengan mengikuti kursus vokal di lembaga Jerry Student Vocal (JSV). Ainun, mulai melebarkan sayap dalam dunia tarik suara dengan mengikuti berbagai perlombaan dengan taraf antar sekolah, Provinsi, Kota, dan nasional. Ainun Irsani mulai dikenal melalui ajang pencarian bakat Indonesian Idol Season 10 pada tahun 2019. Dalam ajang pencarian bakat nasional tersebut Ainun Irsani dikenal dengan karakter vokal yang kuat, range vokal meluas, sonoritas vokal bulat, resonansi sempurna, dan penggunaan teknik vokal belting yang terstruktur. Berkat ilmu serta Penggunaan teknik vokal yang baik Ainun menduduki tahta “TOP 7” dengan membawakan berbagai lagu seperti *Stone Cold* oleh Demi Lovato, *I have nothing* oleh Whitney Houston, dan yang paling ikonik adalah penampilan lagu seandainya aku punya sayap oleh Rita Butar Butar pada babak spektakuler show 7 pada babak tersebut seluruh juri melakukan *standing ovation*, Ainun Irsani menorehkan keahlian tarik suaranya dalam dunia pendidikan vokal dengan tergabung dalam sistem pengajaran vokal di Studio Vokalia (STUVO). Berbagai karya karya musik Ainun Irsani dalam dunia tarik suara yang dikenal oleh publik diantaranya bertajuk “RAPUH”. Lagu tersebut menuntut penggunaan teknik vokal belting dengan intensitas cukup tinggi sehingga narasumber dan karya musik tersebut cocok dengan konteks penelitian ini.



Gambar 1. Profil narasumber pertama
(Sumber Instagram: @ainunirsani, 2024)

Profil Narasumber Kedua

Adi Nugroho lahir di Jawa Timur, di kota Surabaya 04 Maret 1983. Adi Nugroho dikenal sebagai *maestro* musik surabaya, Memulai titih karirnya sejak tahun 2003 dengan mengajar ekstrakurikuler band di SMA Negeri 17 surabaya, kemudian Adi nugroho memperluas keilmuan musiknya dengan melanjutkan pendidikan di University Of West london jurusan Classical Studies, Piano, Dilanjutkan dengan aktifitas mengajar di lembaga pendidikan musik Melodia, Ahmad Dhani School of Rock sebagai guru vocal & piano. Keahliannya dalam bermusik, keilmuan repertoar, serta pengalaman 20 tahun dalam mengajar musik membuat Adi Nugroho menuangkan ilmu ilmu musik serta metode pembelajaran dengan mendirikan beberapa *music course* bernama Adi Nugroho Music Course, Trans Music Studio, Adi Nugroho Youth Choir, dan Adi Nugroho Lite Orchestra. Berbagai lomba musik di kota surabaya dalam taraf nasional maupun internasional Adi Nugroho selalu berpartisipasi dalam hal tersebut sebagai pemerhati kualitas musikalitas para peserta, serta berbagai project dalam taraf dalam negeri maupun luar negeri Adi Nugroho berperan dalam hal tersebut termasuk dalam event Jazz Traffic 2014, Jack Jazz 2013, Alderamin Band featuring Trans Music Studio Orchestra Conductor string arrangement & Ethnic collabs by Adi Nugroho 2024. Narasumber dengan pengalaman mendalami musik sangat sesuai dengan konteks penelitian.



Gambar 2. Profil Narasumber kedua
(Sumber: Instagram @adinugrohoexperiment, 2018)

Profil Lagu “Rapuh” Oleh Ainun Irsani



Gambar 3. Cover Gambar Lagu “Rapuh” Oleh Ainun Irsani
(Sumber: Spotify, 2023)

[Verse 1]

Pernah kau inginkan bersamaku
Dan ku biarkan kamu tinggal
Selalu dalam hatiku
Selalu hanya untukmu

[Verse 2]

Sampai saat ku harus pergi
Sesaat jauh darimu
Tak pernah kusadari
Kau terlalu rapuh, menjalani hari tanpa aku

[Chorus 1]

Kau bilang masih cinta, masih sayang
Mengapa kau bersamanya?
Saat diriku selalu Sampai saat ini masih untukmu

[Chorus 2]

Ditelan kabut senja
Kau tinggalkan aku di dalam gelapnya malam
Cerita berganti, ku tetap menanti
Saat kau jauh, saat kau rapuh

[Bridge]

Ku selalu ada untukmu
Masih ada untukmu
Untukmu

[Chorus 3]

Kau bilang masih cinta, masih sayang
Mengapa kau bersamanya?
Saat diriku selalu ada untukmu
Sampai saat ini masih untukmu

[Chorus 4]

Ditelan kabut senja
Kau tinggalkan aku di dalam gelapnya malam
Cerita berganti, ku tetap menanti
Saat kau jauh, saat kau rapuh ada untukmu

Deskripsi Hasil

Berdasarkan hasil wawancara dan reduksi data dengan narasumber pertama yaitu Ainun Irsani sebagai penyanyi lagu "Rapuh" menjelaskan bahwa penggunaan teknik vokal belting dalam menyanyikan lagu tersebut sebenarnya tidak terlalu menekan pita suara karena narasumber mengaplikasikan teknik vokal belting dengan terstruktur seperti resonansi diarahkan ke arah head voice dan untuk suara menggunakan suara perut posisi tubuh rileks santai tapi tetap tegak tidak kaku, harus tetap mengemukakan aspek fisiologis. Teknik vokal belting paling menonjol digunakan pada bagian bagian tertentu contohnya dibagian klimaks lirik.

[Bridge]

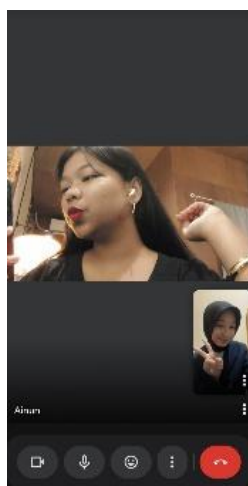
Ku selalu ada untukmu
Masih ada untukmu
Untukmu

Menunjukkan kenaikan range nada dan tekanan pada pita suara pengambilan nafas teratur postur tubuh menegak tapi tidak kaku. Untuk mencapai chorus 3 tetap pertahankan tekanan dengan meletakkan resonansi ke bagian kepala, penekanan di bagian perut secukupnya agar tidak bergeser dan terjadi crack

[Chorus 3]

Kau bilang masih cinta, masih sayang
 Mengapa kau bersamanya?
 Saat diriku selalu ada untukmu
 Sampai saat ini masih untukmu

Pada bagian Chorus 3 narasumber menggunakan teknik vokal belting dengan maksimalkan penggunaan resonansi, menambah tekanan pada suara, sedikit menghentak namun tetap dalam jangkauan yang terkontrol, artikulasi yang di keluarkan jelas sehingga tidak menutupi jalur keluarnya suara dari perut menuju ke ujung mulut dan *voice register* tidak terjebak pada posisi tenggorokan karena hal tersebut dalam membuat leher terasa cepat lelah dengan tekanan tinggi serta beban vokal dinamis. Narasumber mengatakan penggunaan teknik vokal belting dalam praktiknya bisa berbahaya dan tidak tergantung dengan penggunaannya hal tersebut juga mempengaruhi keberhasilan untuk mencapai range nada lebih tinggi atau mencapai variasi vokal dalam sebuah karya lagu "Rapuh". Selain itu faktor-faktor lain juga mempengaruhi keberhasilan penggunaan teknik tersebut termasuk secara fisiologis. Hal sepele bisa menjadi faktor utama gagalnya teknik vokal belting postur tubuh bungkuk, pengambilan nafas yang tidak tepat, bukaan mulut tidak sesuai, pola makan tidak teratur, waktu tidur tidak tepat waktu, merokok, meminum soda bisa menjadi faktor yang merusak pita suara atau bisa disebut memunculkan *vocal fatigue*. Narasumber menyatakan pendapat bahwa *vocal fatigue* (kelelahan vokal) yang dialami secara pribadi oleh ainun memiliki indikasi yang unik seperti habisnya suara, radang tenggorokan, dan pusing. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Miller D.G et al., (2021) memberikan pandangan bahwa teknik vokal belting dapat dilakukan dengan sempurna karena pemaksimalan penggunaan resonansi dengan terkontrol, sementara kontrol pita suara dan napas bekerja bersama untuk mendukung produksi suara secara efisien dan aman. Ainun sebagai narasumber memberikan pendapat bahwa teknik vokal belting juga dapat dimaksimalkan melalui posisi bukaan mulut yang awalnya cenderung membentuk seperti /o/ sedikit pipih, dengan mencoba untuk membuka mulut seperti mengeja huruf /a/ tetapi tidak mengeluarkan suara dengan berteriak mampu meminimalkan resiko terjadinya *vocal fatigue*. Hal tersebut sesuai dengan teori yang disampaikan oleh LeBorgne, W. D., & Rosenberg, M. D. (2024) Keberhasilan teknik vokal belting bergantung pada efisiensi produksi suara bukan pada tekanan vokal secara berlebihan, Resiko cedera pita suara "*Vocal Fatigue*" tidak sekedar dipengaruhi oleh faktor penerapan teknik vokal, faktor eksternal yang berkaitan dengan kesehatan vokal juga mempengaruhi proses suara yang dihasilkan seperti kurang tidur, dehidrasi, konsumsi minuman bersoda, pola makan tidak teratur, merokok, dan peneggunaan suara secara berlebihan diluar aktivitas vokal memungkinkan terjadinya cedera pita suara.



Gambar 4. Proses Wawancara dan praktek Teknik vokal belting dengan Narasumber
 (Sumber: Bimbi Adinda, 2025)

Wawancara bersama narasumber kedua Adi Nugroho memberikan pendapat bahwa penggunaan teknik belting sebenarnya tidak berbahaya asalkan dengan panduan pedagogis yang mendasari, banyak media pembelajaran untuk melakukan teknik belting seperti paduan online melalui youtube, Ebook atau kursus online namun alangkah baiknya untuk mengasah penggunaan teknik vokal belting dalam tingkat

advance disarankan untuk mengikuti kursus vokal secara langsung dengan *vocal coach*. Dalam penggunaannya melalui interpretasi lagu “Rapuh” teknik vokal belting dinilai diterapkan dengan matang dan sehat. Menurut narasumber selaku seorang ahli dalam pengajaran musik memaparkan teknik vokal belting dalam praktik memerlukan beberapa teknik dasar dan pemanasan untuk memperkuat pondasi dalam penggunaannya seperti melatih rentang nada organ *voice register* dengan “*humming*” atau melafakan huruf /ng/ dengan posisi mulut tertutup, resonansi atau getaran suara dapat terasa melalui pemanasan vokal tersebut dari tenggorokan kemudian dipindahkan ke arah depan mulut “*twang*” getaran berpindah ke kepala. Dilanjutkan dengan melatih bentuk artikulasi lidah mulut dan bibir, posisi mulut sedikit maju rapatkan tutupan mulut tetapi tidak sampai menutup total, lidah rileks berada di bawah dan tidak berposisi di langit mulut, tarik nafas, keluarkan secara perlahan, terasa bibir bergetar akibat udara keluar dan bibir berbunyi /brrrrr/ hal tersebut berfungsi agar jalan keluar artikulasi atau organ artikulasi tidak kaku saat melakukan teknik vokal belting, untuk pemanasan range vokal perlu dilakukan solmisasi dengan nada dasar C sebagai Do.

Selain itu narasumber memberikan keterangan meskipun teknik vokal belting dilakukan secara terstruktur ada faktor lain yang memperbesar terjadinya *vocal fatigue* yaitu kebiasaan gaya hidup diluar penggunaan organ vokal seperti terlalu banyak bicara saat beristirahat dalam proses latihan vokal, kurangnya hidrasi pita suara, memakan makanan asin. Perihal tersebut sependapat dengan penelitian yang digagas Savareh et al., (2023) Menyatakan bahwa latihan *Semi-occluded vocal tract exercises* (SOVTE) meliputi proses *Humming*, *lip trill*, dan *Straw phonation* mampu menurunkan aktifitas otot laring pada bagian organ vokal sehingga produksi suara menjadi lebih efisien.

Pendapat tersebut berkoorelasi dengan landasan teori yang dikemukakan oleh pendapat LeBorgne, W. D., & Rosenberg, M. D. (2024) menyebut melakukan pemanasan sebelum menerapkan teknik vokal belting mampu memberikan pengaruh pada aktivitas performatif dalam sebuah genre lagu agar terhindar dari cedera pita suara “*Vocal Fatigue*” dan kelelahan vokal.



Gambar 5. Proses wawancara bersama narasumber ahli
(Sumber: Bimbi Adinda, 2025)

Implikasi Pedagogis

Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik vokal belting seharusnya dapat diterapkan melalui pendekatan ilmiah secara sistematis dan berorientasi pada kesehatan vokal penyanyi yang efektif apabila dilakukan melalui pendekatan pedagogis yang berorientasi. Pembelajaran teknnik vokal belting tidak hanya berfokus pada kemampuan menghasilkan suara kuat pada nada tinggi tetapi mencakup penguasaan teknik pernafasan, pengelolaan resonansi, postur tubuh, pemanasan vokal, pemahan mengenai kesehatan vokal. Temuan penelitian mengindikasikan keberhasilan penggunaan teknik vokal belting dipengaruhi oleh kombinasi antara keterampilan teknik dan faktor eksternal seperti hidrasi, gaya hidup, kebiasaan penggunaan suara pada kegiatan sehari-hari. Penerapan pada pengajar pelatih vokal perlu mengintegrasikan aspek teknik, fisiologi, artistik dan kesehatan vokal secara seimbang agar peserta didik mampu mengembangkan kemampuan bernyanyi dengan optimal dan sehat sehingga memberikan pengaruh besar untuk menghasilkan kualitas performa dengan baik dan meminimalisir resiko terjadinya cedera pita suara “*Vocal Fatigue*”

Tabel 1. Perbandingan temuan penelitian terdahulu dan penelitian saat ini

PENELITIAN TERDAHULU	TEMUAN PENELITIAN TERDAHULU	TEMUAN PENELITIAN SAAT INI
Miller, D. G., Schutte, H. K., & Sundberg, J. (2021). Belting and pop, non-classical approaches to the female middle voice. <i>Journal of Voice</i> , 35(5), 701-709. https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.01.009	Teknik belting yang dilakukan dengan kontrol resonansi dan napas yang baik dapat menghasilkan suara kuat tanpa memberikan tekanan berlebihan pada pita suara.	Ainun Irsani menerapkan belting dengan mengarahkan resonansi ke head voice, menjaga dukungan napas dari diafragma, serta mempertahankan postur tubuh yang rileks sehingga tidak menimbulkan ketegangan berlebihan.
Herbst CT, Story BH, Meyer D. (2025). Acoustical Theory of Biomechanical Strategies in Belting Voice. <i>JASA</i> , 95(5).	Modifikasi vokal, bukaan rahang, dan resonansi yang tepat membantu mengurangi ketegangan saat menyanyikan nada tinggi.	Ainun Irsani menggunakan bukaan mulut yang lebih lebar menyerupai vokal /a/ untuk mencapai nada tinggi tanpa menimbulkan ketegangan laring.
Ikavalko T, Luukkainen AM. (2025). Belting by Trained Singers Compared With Shouting by Untrained Non singers. <i>J Voice</i> .	Belting berbeda dengan berteriak karena melibatkan koordinasi teknik, resonansi, dan kontrol pita suara yang terlatih.	Narasumber menyatakan bahwa belting bukan dilakukan dengan cara memaksa suara, melainkan mengoptimalkan resonansi dan kontrol tekanan udara.
Berardi, M. L., Whitling, S., & Hunter, E. J. (2025). Voice Fatigue Subtyping Through Individual Modeling of Vocal Demand Responses. <i>Scientific Reports</i> .	Vocal fatigue ditandai oleh penurunan kualitas suara, meningkatnya usaha vokal, dan ketidaknyamanan pada tenggorokan.	Ainun Irsani melaporkan gejala berupa suara habis, radang tenggorokan, dan pusing ketika mengalami kelelahan vokal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa teknik vokal belting tidak berbahaya, namun jika penggunaan teknik vokal tersebut tidak didasari oleh pemanasan, penggunaan terstruktur, serta faktor eksternal yang terhubung dengan Kesehatan vokal mampu memberbesar peluang terjadinya *vocal fatigue*. Untuk meminimalisir terjadinya hal tersebut alangkah baiknya penggunaan teknik vokal belting harus sesuai dengan panduan pedagogik vokal serta Latihan rutin dalam penerapan teknik tersebut. Kiat menjaga pola hidup menjadi faktor upaya meminimalisir terjadinya gejala *vocal fatigue*. Indikasi terjadinya kelelahan vokal bervariasi antar individu sebagai contoh umum habisnya suara, tenggorokan terasa kering, kesusahan untuk menjangkau nada lebih tinggi. Diharapkan dengan dituliskannya penelitian ini Penggunaan teknik vokal belting dapat dilaksanakan secara terstruktur sesuai kajian pedagogik yang teruji, serta dapat meminimalkan terjadinya kelelahan vokal.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas objek kajian pada berbagai genre musik serta melibatkan partisipan yang lebih beragam guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai penggunaan teknik vokal belting. Penggunaan metode *mix methods*, analisis akustik suara, dan pemeriksaan fisiologis medis terhadap organ vokal dapat dilakukan agar menghasilkan data yang lebih objektif mengenai hubungan antara teknik vokal belting yang terstruktur dan *Vocal Fatigue*. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan model pembelajaran atau program latihan teknik vokal belting secara sehat untuk menguji efektivitas dalam menjaga ketahanan vokal penyanyi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bayerl, S. P., Wagner, D., Baumann, I., Bocklet, T., & Riedhammer, K. (2023). *Detecting Vocal Fatigue with Neural Embeddings*. *Journal of Voice*, 39(4), 1130 (19)–1130 (29). <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2023.01.012>
- Berardi, M. L., Whitling, S., & Hunter, E. J. (2025). *Voice Fatigue Subtyping Through Individual Modeling of Vocal Demand Responses*. *Scientific Reports*, 15(1), 25718. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-10565-2>
- Clark, B & Arthur, C. (2023). Is Melody “Dead?": A Large-scale Analysis of Pop Music Melodies from 1960 through 2019. *Empirical Musicology Review* 17(2), 120-149. <https://doi.org/10.18061/emr.v17i2.8746>
- Fleischer, M., Rummel, S., Stritt, F., Fischer, J., Bock, M., Echternach, M., ... & Traser, L. (2022). Voice efficiency for different voice qualities combining experimentally derived sound signals and numerical modeling of the vocal tract. *Frontiers in physiology*, 13, 1081622. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.1081622>
- Given, L. M. (Ed.). (2020). *The SAGE encyclopedia of qualitative research methods* (Vols. 1–2). SAGE Publications

- Guo, J., Suttachitt, N., & Daoruang, K. (2024). *The Impact of Developing Pop Music on Music Infrastructure Construction and Education Systems*, 8(4), 10241. <https://elibrary.ru/item.asp?id=79819119>
- Hancer H. (2025). *Vocal Fatigue Risk Factors and Voice-Related Quality of Life Among University Professors in Turkey*. *Journal of Voice*, S0892-1997(25), 00287-5. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2025.07.024>
- Herbst CT, Story BH, Meyer D. (2025). *Acoustical Theory of Vowel Modification Strategies in Belting*. *Journal of Voice*, 39(5), 1192-1204. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2023.01.004>
- Ikävalko T, Laukkanen AM. (2025). *Belting by Trained Singers Compared With Shouting by Untrained Nonsingers: How Do They Differ?*. *Journal of Voice*, S0892-1997(25),00377. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2025.09.011>
- Lä, F. M. B., & Fiuza, M. B. (2022). Real-time visual feedback in singing pedagogy: Current trends and future directions. *Applied Sciences*, 12(21), 10781. <https://doi.org/10.3390/app122110781>
- LeBorgne, W. D., & Rosenberg, M. D. (2024). *The vocal athlete* (3rd ed.). Plural Publishing.
- Lei Z, Fasanella L, Martignetti L, Li-Jessen NY, Mongeau L. (2020). *Investigation of Vocal Fatigue Using a Dose-Based Vocal Loading Task*. *Appl Sci (Basel)*, 10(3), 10.3390. <https://doi.org/10.3390/app10031192>
- Leppävuori M, Lammentausta E, Peuna A, Bode MK, Jokelainen J, Ojala J. (2020). Nieminen MT. *Characterizing Vocal Tract Dimensions in the Vocal Modes Using Magnetic Resonance Imaging*. *Journal of Voice*, 35(5), 804.e27-804.e42. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.01.015>
- Liu, Y. (2025). *Analysis of pop music singing characteristics and exploration of personality display strategy*. *Advances in Higher Education*, 7(21), 9519. <https://doi.org/10.18686/ah.e.v7i21.9519>
- Miles B Matthew, Huberman Michael A, & Saladna Jhonny. (2020). *Qualitative Data Analysis Fourth Edition* (5th ed.). SAGE Publications, Inc.
- Miller, D. G., Schutte, H. K., & Sundberg, J. (2021). *Belting and pop, non-classical approaches to the female middle voice*. *Journal of Voice*, 35(5), 701–709. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2020.02.024>
- Moniz, J. J. (2022). *Regulating vocal load in high impact production: A pedagogical perspective*. *Journal of Singing*, 78(5), 601–607. <https://doi.org/10.53830/OMOO7954>
- Nascimento, J. L. A., de Araujo, F. S., Ribeiro, V. V., Godoy, J. F., & Siqueira, L. T. D. (2025). *Self-perception of vocal fatigue and insomnia severity in teachers*. *CoDAS*, 37(2), e20240067. <https://doi.org/10.1590/2317-1782/e20240067pt>
- Rudisch, D. M., Block, K. T., Edwards, M., & Johnson, A. M. (2025). *Investigating vocal tract configurations across different belting qualities in female and male musical theater singers using real-time dynamic MRI*. *Journal of Voice*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2025.04.021>
- Savareh, S., Moradi, N., Shaterzadeh Yazdi, M. J., Soltani, M., & Latifi, M. (2023). *Immediate effects of semi-occluded vocal tract exercises as a vocal warm-up in singers*. *Journal of Voice*, 37(6), 875–880. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2021.05.014>
- Watson, K., Oates, J., Sinclair, C., Smith, J. A., & Phyland, D. (2024). *Associations Between Immunological Biomarkers, Voice Use Patterns, and Phonotraumatic Vocal Fold Lesions*. *Journal of Voice*. <https://doi.org/10.1016/j.jvoice.2024.09.019>
- Zhong, Q., & Teeravut, P. (2024). *A studying of vocal techniques for upper elementary students*. *Journal of Roi Kaensarn Academi*, 9(2), 182–188. <https://so02.tci-thaijo.org/index.php/JRKSA/article/view/265507>