

Self-Regulated Learning Strategies in Developing Growl Vocal Techniques among Metal Musicians in Bandar Lampung, Indonesia

Amelia Putri Raissyah¹; Prisma Tejapermana²; Agung Hero Hernanda³; Bian Pamungkas⁴

^{1,2,3,4} Pendidikan Musik, Jurusan Pendidikan Bahasa dan Seni, FKIP, Universitas Lampung, Indonesia.

(*)✉ (e-mail) ameliaputriraisyah@gmail.com¹, primatejapermana@fkip.unila.ac.id²,
agung.hernanda@fkip.unila.ac.id³, bianpamungkas@fkip.unila.ac.id⁴

Abstrak

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl pada vokalis metal di Kota Bandar Lampung, dengan fokus pada strategi belajar, tahapan penguasaan teknik, dan peran komunitas musik sebagai dukungan pembelajaran informal. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan vokalis metal aktif, observasi proses latihan dan penampilan, serta dokumentasi berupa rekaman audio dan visual. Selain itu, penyelenggara acara dan audiens juga berperan sebagai informan tambahan untuk memperkuat pemahaman konteks pembelajaran. **Hasil dan Pembahasan:** Temuan menunjukkan bahwa proses belajar otodidak vokalis metal berlangsung melalui tiga tahapan yang terstruktur dan dinamis: perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, vokalis menetapkan tujuan belajar berdasarkan referensi auditif dan pengaruh komunitas musik, termasuk mentor informal dan rekan sesama musisi. Tahap pelaksanaan melibatkan latihan berulang untuk mengembangkan penguasaan teknik vokal growl, sedangkan tahap refleksi dilakukan melalui evaluasi auditif diri sendiri dan diperkuat oleh umpan balik dari audiens serta anggota komunitas musik. Strategi ini memungkinkan vokalis menyesuaikan teknik sesuai kemampuan pribadi sambil mendapatkan wawasan dari interaksi sosial dalam komunitas. **Kesimpulan:** Studi ini menegaskan bahwa penguasaan teknik vokal growl dapat berkembang secara efektif melalui pengelolaan belajar mandiri, latihan berulang, dan dukungan komunitas musik sebagai ruang pembelajaran informal, menunjukkan pentingnya integrasi praktik individual dan interaksi sosial dalam proses pembelajaran musik ekstrem.

Kata kunci: Belajar Otodidak; Teknik Vokal Growl; Komunitas Musik Metal; Performa Vokal; Pembelajaran informal.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Copyright © 2025 Amelia Putri Raissyah; Prisma Tejapermana; Agung Hero Hernanda; Bian Pamungkas

Proses Artikel

Diterima 14-05-2026; Revisi 26-05-2026; Terbit Online 01-07-2026

Abstract

Objective: This study aims to examine the self-directed learning process in mastering growl vocal techniques among metal vocalists in Bandar Lampung, focusing on learning strategies, stages of skill acquisition, and the role of the music community as a source of informal learning support. **Method:** A qualitative approach with a case study design was employed. Data were collected through in-depth interviews with active metal vocalists, observations of practice sessions and performances, and audio-visual documentation. Event organizers and audiences also served as additional informants to provide contextual insights into the learning process. **Results and Discussion:** Findings reveal that self-directed learning occurs through three structured and dynamic stages: planning, implementation, and reflection. In the planning stage, vocalists set learning goals based on auditory references and the influence of the music community, including informal mentors and fellow musicians. During the implementation stage, repeated practice is used to develop mastery of growl vocal techniques. Reflection involves self-auditory evaluation, reinforced by feedback from audiences and the music community. This approach enables vocalists to adapt techniques to their individual abilities while benefiting from social interaction within the community. **Conclusion:** The study confirms that mastery of growl vocal techniques can be effectively developed through self-managed learning, repeated practice, and support from the music community as an informal learning space, highlighting the importance of integrating individual practice and social interaction in extreme music education.

Keywords: Self-taught learning; growl vocal technique; metal music community; vocal performance; informal learning.

Pendahuluan

Seni musik sebagai bagian dari materi pembelajaran dalam mata pelajaran Seni Budaya merupakan bidang seni yang tersusun dari rangkaian bunyi atau nada yang diatur secara teratur sehingga membentuk kesatuan irama, melodi, dan harmoni. Musik ini dihasilkan melalui alat musik maupun suara manusia yang saling berpadu (Angraini & Kadir, 2020). Musik merupakan seni bunyi yang tersusun atas unsur melodi, ritme, dan harmoni (Aulia Rahmadina dkk., 2024). Musik metal merupakan salah satu genre musik yang identik dengan karakter suara yang keras serta penggunaan teknik vokal yang ekstrem (Rasyid dkk., 2024). Genre ini tidak hanya sekadar bagian dari aliran musik, tetapi juga telah berkembang menjadi beragam subgenre yang tersebar di berbagai wilayah, termasuk Indonesia (Akhtabi & Riyanto, 2022). Dalam perspektif filsafat musik, metal memiliki fungsi yang lebih luas daripada sekadar hiburan, yakni sebagai sarana pembentukan identitas. Komunitas penggemarnya memanfaatkan musik ini untuk mengekspresikan budaya sekaligus menyampaikan kritik terhadap isu-isu sosial dan politik (Kusuma dkk., 2022). Selain itu, musik juga berperan dalam memperkuat kesamaan identitas di suatu daerah, sehingga solidaritas antar anggota komunitas menjadi semakin erat (Bagaskara dkk., 2024). Kreativitas adalah kemampuan seseorang untuk menciptakan ide atau gagasan baru dalam memecahkan suatu masalah (Fulzi dkk., 2025). Musik dipahami sebagai ekspresi budaya yang berkaitan dengan perilaku manusia serta menjadi refleksi dan pembentuk dinamika vokal. Vokal dalam musik metal berperan penting dalam memperkuat nuansa gelap, agresif, dan intens di setiap bagian lagu. Salah satu teknik vokal yang menonjol adalah growl, yaitu suara bernada rendah dengan tekstur kasar (Lumbangaol dkk., 2025). Kemampuan menghasilkan vokal yang baik merupakan keterampilan dasar yang krusial dalam pendidikan seni musik, khususnya pada tahap awal pembelajaran vokal.

Perkembangan musik metal di daerah seperti Kota Bandar Lampung menunjukkan terbentuknya ekosistem komunitas yang cukup kuat. Komunitas ini tidak hanya berfungsi sebagai penikmat musik, tetapi juga berperan aktif dalam menciptakan karya secara mandiri. Menurut (Allanm Nugroho & Junaedi, 2025), komunitas menjadi wadah penting untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan musikal secara informal. Selain itu, musik juga berperan sebagai penanda identitas sosial yang terbentuk melalui interaksi budaya dan komunitas pendengar (Aulia Rahmadina dkk., 2024). Studi mengenai vokal ekstrem menunjukkan bahwa teknik seperti growl melibatkan perubahan signifikan pada aliran udara, tekanan subglotal, serta keterlibatan struktur supraglotis dalam produksi suara (Ardiansyah dkk., 2025). Menurut (Altabi, 2022:86), teknik growl dihasilkan melalui manipulasi struktur supraglotis, yaitu bagian di atas pita suara utama yang berperan dalam membentuk warna dan tekstur suara. Kompleksitas tersebut membuat teknik vokal growl tergolong sebagai teknik yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi. Penguasaan teknik vokal growl memerlukan kekuatan otot, pengendalian napas melalui diafragma, serta kestabilan aliran udara. Selain itu, vokalis harus memahami resonansi agar dapat menghasilkan karakter suara yang maksimal. Kesalahan dalam penerapan teknik dapat membuat suara menjadi tidak stabil dan berisiko menimbulkan gangguan pada organ vokal, karena latihan vokal sangat bergantung pada teknik pernapasan serta kontrol dalam produksi suara (Kustiawan dkk., 2023). Vokal merupakan rangkaian nada yang dihasilkan dari suara manusia, sedangkan instrumen adalah rangkaian nada yang berasal dari alat musik yang dimainkan. Salah satu contoh materi seni musik yang menggunakan unsur vokal adalah bernyanyi (Firdana & Ardipal, 2022).

Strategi belajar mandiri yang diterapkan oleh vokalis masih belum banyak terdokumentasikan secara luas. Menurut (Pamungkas, 2025), Bandar Lampung merupakan konteks yang menarik untuk mengkaji bagaimana musisi lokal beradaptasi dalam menguasai keterampilan tertentu secara mandiri. Kemampuan dalam mengelola proses belajar menjadi faktor penting dalam kondisi tersebut. Konsep Self-Regulated Learning (SRL) digunakan untuk menjelaskan bagaimana seseorang merencanakan, menjalankan, dan mengevaluasi kegiatan belajar secara mandiri. Self-regulated learning sendiri merupakan kemampuan individu dalam mengatur pikiran, perilaku, serta motivasi guna mencapai tujuan pembelajaran (Ashari & Vitalocca, 2024). Kemampuan ini berperan penting dalam menentukan keberhasilan vokalis dalam menguasai teknik vokal secara aman dan berkelanjutan, karena individu yang memiliki self-regulated learning. Perkembangan komunitas musik metal di Kota Bandar Lampung menunjukkan adanya aktivitas musikal yang cukup aktif, termasuk munculnya vokalis-vokalis yang mampu menggunakan teknik vokal growl secara mandiri. Namun, kondisi di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar vokalis mempelajari teknik tersebut secara otodidak tanpa pendampingan pelatih vokal profesional ataupun pendidikan musik formal. Situasi ini menimbulkan beberapa permasalahan, seperti kurangnya pemahaman mengenai teknik vokal yang aman, risiko kesalahan produksi suara, serta potensi cedera pada organ vokal akibat latihan yang tidak terarah. Selain itu, strategi belajar mandiri yang digunakan oleh vokalis metal dalam menguasai teknik growl masih belum banyak terdokumentasikan secara ilmiah. Secara ideal, penguasaan teknik vokal growl seharusnya dilakukan melalui proses pembelajaran yang terstruktur, mencakup penguasaan teknik pernapasan diafragma, kontrol aliran udara, pengelolaan resonansi, serta evaluasi teknik secara berkelanjutan agar kualitas vokal dapat berkembang tanpa menimbulkan gangguan kesehatan vokal. Pembelajaran vokal yang baik juga idealnya didukung oleh kemampuan individu dalam merencanakan, mengontrol, dan mengevaluasi proses belajar secara mandiri maupun melalui dukungan lingkungan sosial yang positif.

Untuk memahami fenomena tersebut, penelitian ini menggunakan konsep Self-Regulated Learning (SRL) sebagai landasan teori utama. Self-Regulated Learning merupakan kemampuan individu dalam mengatur proses belajarnya sendiri melalui tahap perencanaan (*forethought*), pelaksanaan (*performance*), dan refleksi (*self-reflection*) (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026). Konsep ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik pembelajaran otodidak yang dilakukan oleh vokalis metal dalam menguasai teknik growl. Selain itu, penelitian ini juga memanfaatkan perspektif teori pembelajaran sosial Albert Bandura yang menekankan bahwa proses belajar dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan sosial. Dalam konteks komunitas musik metal, interaksi antar anggota komunitas, pengalaman panggung, serta umpan balik dari audiens menjadi bagian penting dalam proses pembelajaran vokal. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana strategi belajar otodidak diterapkan oleh vokalis metal di Kota Bandar Lampung dalam menguasai teknik vokal growl, serta bagaimana proses tersebut berlangsung melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi dalam konteks komunitas musik metal.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengkaji secara mendalam strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl pada komunitas musik metal di Kota Bandar Lampung. Pendekatan kualitatif dipilih karena

penelitian ini berfokus pada pemahaman pengalaman, proses, dan makna yang dibangun oleh subjek penelitian dalam aktivitas pembelajaran vokal secara mandiri. Sementara itu, desain studi kasus digunakan agar fenomena strategi belajar otodidak dapat dipahami secara kontekstual sesuai dengan kondisi sosial dan musikal komunitas metal di Bandar Lampung. Subjek penelitian terdiri atas vokalis metal aktif di Kota Bandar Lampung yang secara langsung mempraktikkan teknik vokal growl melalui proses belajar mandiri. Informan pendukung meliputi penyelenggara acara musik (*event organizer*) dan audiens yang terlibat dalam aktivitas pertunjukan musik metal. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik purposive sampling dengan pertimbangan bahwa informan memiliki pengalaman, keterlibatan aktif dalam komunitas, serta memahami proses pembelajaran teknik vokal growl.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung pada kegiatan latihan maupun penampilan panggung vokalis metal untuk mengamati proses latihan, teknik vokal, pengendalian tubuh, serta interaksi sosial yang terjadi dalam komunitas. Peneliti menggunakan observasi partisipatif pasif, di mana peneliti hadir di lokasi kegiatan tanpa terlibat langsung dalam aktivitas musikal subjek. Wawancara dilakukan secara mendalam (*in-depth interview*) menggunakan pedoman wawancara semi terstruktur. Wawancara difokuskan pada pengalaman belajar vokalis, motivasi belajar, strategi latihan, proses evaluasi diri, serta pengaruh komunitas terhadap perkembangan kemampuan vokal growl. Wawancara terhadap event organizer dan audiens dilakukan untuk memperoleh data mengenai kualitas performa vokalis, perkembangan kemampuan teknik vokal, serta respons sosial terhadap penampilan mereka. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa foto kegiatan latihan, rekaman penampilan vokalis, arsip komunitas, serta unggahan media sosial yang berkaitan dengan aktivitas musikal subjek penelitian. Dokumentasi ini berfungsi untuk memperkuat hasil observasi dan wawancara sehingga data yang diperoleh lebih valid.

Instrumen penelitian berupa pedoman observasi dan pedoman wawancara yang disusun berdasarkan konsep Self-Regulated Learning (SRL) dari (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026) yang meliputi tiga tahapan, yaitu perencanaan (*forethought*), pelaksanaan (*performance*), dan refleksi (*self-reflection*). Pada tahap (*forethought*), peneliti menelaah bagaimana vokalis menentukan tujuan belajar, membangun motivasi, dan memilih strategi latihan. Pada tahap (*performance*), peneliti menganalisis bagaimana vokalis menerapkan teknik latihan, mengontrol pernapasan, mengembangkan muscle memory, serta mengatasi kesulitan selama proses belajar. Selanjutnya, pada tahap (*self-reflection*), peneliti mengkaji bagaimana vokalis melakukan evaluasi terhadap kualitas suara, respons tubuh, dan umpan balik dari komunitas maupun audiens. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik melalui beberapa tahapan, yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Pada tahap pengumpulan data, seluruh hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dikumpulkan dan ditranskripsikan. Selanjutnya, pada tahap reduksi data, peneliti memilih dan memfokuskan data yang relevan dengan strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik growl. Tahap penyajian data dilakukan dengan mengelompokkan data berdasarkan kategori yang sesuai dengan konsep Self-Regulated Learning, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Dari proses tersebut, peneliti mengidentifikasi pola-pola strategi belajar yang digunakan oleh vokalis metal dalam mengembangkan kemampuan vokal growl secara mandiri. Data kemudian dianalisis secara

interpretatif dengan menghubungkan temuan lapangan dengan konsep Self-Regulated Learning dan teori pembelajaran sosial Albert Bandura. Konsep Self-Regulated Learning digunakan untuk menganalisis kemampuan vokalis dalam mengatur proses belajar secara mandiri, mulai dari penetapan tujuan belajar, pengendalian latihan, hingga evaluasi diri terhadap hasil latihan. Sementara itu, teori pembelajaran sosial Bandura digunakan untuk menganalisis pengaruh lingkungan sosial, proses imitasi, observasi terhadap vokalis lain, serta peran komunitas dan audiens dalam memperkuat proses pembelajaran teknik vokal growl.

Keabsahan data diuji melalui teknik triangulasi sumber dan triangulasi metode. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi dari vokalis, event organizer, dan audiens. Triangulasi metode dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Selain itu, peneliti juga melakukan member check kepada beberapa informan untuk memastikan kesesuaian data dengan pengalaman yang mereka alami. Keabsahan data diuji melalui teknik triangulasi sumber dan metode, yakni dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta melakukan konfirmasi kepada berbagai informan. Langkah ini bertujuan untuk meningkatkan validitas dan reliabilitas hasil penelitian. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah subjek yang relatif sedikit serta cakupan yang terbatas pada konteks lokal Kota Bandar Lampung, sehingga temuannya tidak dapat digeneralisasikan secara luas, namun tetap memberikan pemahaman yang mendalam terhadap fenomena yang dikaji.

Hasil dan Pembahasan

Tahap Perencanaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa vokalis metal di Kota Bandar Lampung memulai proses belajar vokal growl melalui tahap perencanaan yang dipengaruhi oleh motivasi pribadi, referensi auditif, dan lingkungan komunitas. Informan menyatakan bahwa mereka mempelajari teknik growl melalui pengamatan terhadap vokalis metal profesional di media digital maupun pertunjukan langsung. Referensi tersebut kemudian dijadikan acuan dalam menentukan karakter suara yang ingin dicapai. Temuan ini sejalan dengan konsep *forethought phase* dalam teori Self-Regulated Learning (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026), yang menjelaskan bahwa individu terlebih dahulu menetapkan tujuan, motivasi, dan strategi sebelum proses belajar dimulai. Dalam konteks penelitian ini, vokalis tidak belajar secara spontan, tetapi memiliki orientasi kemampuan vokal yang ingin dicapai. Selain itu, komunitas musik metal berperan sebagai ruang awal dalam membangun orientasi belajar. Interaksi antar anggota komunitas membantu vokalis memperoleh referensi teknik, pola latihan, dan standar kualitas vokal. Hal ini sesuai dengan teori pembelajaran sosial Albert Bandura yang menekankan bahwa proses belajar berlangsung melalui observasi dan imitasi terhadap lingkungan sosial. Penelitian ini memperkuat temuan (Allanm Nugroho dan Junaedi, 2025) yang menyatakan bahwa komunitas musik metal berfungsi sebagai ruang pertukaran pengetahuan musikal. Namun, penelitian ini menemukan bahwa komunitas tidak hanya menjadi ruang identitas sosial, melainkan juga berfungsi sebagai ruang pedagogis yang membantu vokalis menyusun strategi belajar secara mandiri. Pada tahap perencanaan, vokalis menentukan tujuan belajar berdasarkan referensi auditif yang diperoleh dari vokalis profesional, baik melalui media digital maupun pengalaman mendengarkan secara langsung. Selain itu, motivasi pribadi menjadi faktor utama yang menjaga konsistensi latihan. Peran komunitas juga cukup besar, karena interaksi

antaranggota membantu membentuk standar kualitas vokal yang ingin dicapai. Hal ini menunjukkan bahwa perencanaan tidak sepenuhnya bersifat individual, melainkan turut dipengaruhi oleh lingkungan sosial.

Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan, vokalis melakukan latihan secara mandiri melalui metode imitasi, eksplorasi suara, dan trial and error. Latihan dilakukan secara berulang dengan fokus utama pada pengendalian napas diafragma, kestabilan aliran udara, serta pengaturan resonansi suara. Hasil observasi menunjukkan bahwa latihan yang dilakukan secara konsisten membentuk muscle memory sehingga vokalis mampu menghasilkan suara growl yang lebih stabil. Kondisi ini menunjukkan adanya proses performance control phase dalam teori Self-Regulated Learning (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026), yaitu kemampuan individu dalam mengontrol pelaksanaan strategi belajar secara mandiri.

Gambar 1

Penampilan Vokalis Metal



Sumber: Galang, 2025

Penampilan vokalis menunjukkan kemampuan menjaga kestabilan suara dan kontrol napas selama pertunjukan berlangsung. Penguasaan teknik tersebut menunjukkan bahwa latihan berulang telah membentuk koordinasi tubuh yang lebih terkontrol. Temuan ini mendukung penelitian (Kustiawan dkk, 2023) yang menyatakan bahwa teknik pernapasan dan kontrol aliran udara merupakan faktor penting dalam produksi suara vokal. Selain itu, hasil penelitian juga memperkuat pendapat (Altabi, 2022) bahwa teknik growl membutuhkan pengendalian struktur supraglotis dan resonansi suara yang kompleks.

Gambar 2

Detail Vokalis Metal



Sumber: Anas Grunge, 2025

Vokalis memperlihatkan penggunaan kontrol tubuh yang melibatkan koordinasi diafragma, rongga mulut, dan tekanan udara dalam menghasilkan karakter suara growl. Dalam perspektif teori behavioristik, latihan berulang yang dilakukan vokalis menunjukkan adanya proses pembiasaan. Pengulangan teknik secara terus-menerus membentuk respons motorik otomatis sehingga tubuh mampu memproduksi suara growl secara lebih stabil. Penelitian ini juga menemukan bahwa vokalis menggunakan ruang latihan nonformal, seperti saat berkendara atau berada di ruang privat. Temuan ini menunjukkan bahwa proses belajar tidak hanya dipengaruhi faktor teknis, tetapi juga dipengaruhi kondisi sosial dan psikologis lingkungan sekitar.

Gambar 3

Interaksi Vokal dengan Penonton



Sumber: Anas Grunge, 2025

Interaksi vokalis dengan penonton menunjukkan adanya respons aktif audiens terhadap performa vokal yang ditampilkan. Dalam teori pembelajaran sosial Bandura, respons audiens dapat dipahami sebagai bentuk reinforcement atau penguatan sosial. Apresiasi penonton terhadap performa vokal menjadi dorongan eksternal yang meningkatkan motivasi vokalis untuk mempertahankan dan mengembangkan kemampuan teknik growl. Temuan ini berbeda dengan penelitian pembelajaran musik formal yang lebih menekankan evaluasi dari guru atau pelatih. Dalam penelitian ini, audiens justru menjadi bagian penting dalam proses penguatan belajar vokalis.

Tahap Refleksi

Pada tahap refleksi, vokalis melakukan evaluasi terhadap kualitas suara melalui pendengaran dan respons tubuh setelah latihan maupun pertunjukan. Evaluasi dilakukan dengan mendengarkan ulang rekaman latihan, memperhatikan kondisi tenggorokan, serta menerima umpan balik dari komunitas dan audiens. Tahap ini sejalan dengan konsep self-reflection phase dalam teori Self-Regulated Learning (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026) yang menekankan pentingnya evaluasi diri terhadap hasil belajar. Vokalis secara sadar melakukan penilaian terhadap keberhasilan teknik yang digunakan. Beberapa informan menyatakan bahwa rasa sakit atau ketegangan pada tenggorokan menjadi indikator adanya kesalahan teknik. Oleh karena itu, evaluasi tubuh menjadi bagian penting dalam menjaga keberlanjutan kemampuan vokal. Temuan ini memperluas penelitian sebelumnya yang lebih banyak membahas aspek teknis vokal dibandingkan kesadaran tubuh (*body awareness*). Dalam penelitian ini, tubuh tidak hanya berfungsi sebagai alat produksi suara, tetapi juga sebagai instrumen evaluasi utama dalam pembelajaran vokal growl. Selain itu, umpan balik dari audiens dan komunitas turut memperkuat proses refleksi. Hal ini menunjukkan bahwa

evaluasi belajar tidak berlangsung secara individual semata, tetapi dipengaruhi oleh interaksi sosial dalam komunitas musik metal.

Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini bertujuan untuk menginterpretasikan temuan lapangan dengan mengacu pada kerangka teori yang digunakan, khususnya konsep Self-Regulated Learning (SRL) dalam konteks pembelajaran vokal growl. Konsep Self-Regulated Learning merupakan kemampuan individu dalam mengatur proses belajar melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Analisis dilakukan dengan mengaitkan data hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan tiga tahapan utama dalam SRL, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Melalui proses ini, dapat dipahami bagaimana vokalis dalam komunitas metal di Bandar Lampung mengembangkan kemampuan vokal secara otodidak melalui pengalaman, interaksi sosial, dan praktik yang berkelanjutan. Selain itu, pembahasan ini juga menekankan peran komunitas dan audiens sebagai faktor yang turut memengaruhi proses belajar. Dalam perspektif teori pembelajaran sosial yang dikemukakan oleh Albert Bandura, proses belajar tidak hanya ditentukan oleh faktor individu, tetapi juga merupakan hasil interaksi antara aspek personal, perilaku, dan lingkungan sosial. Pembelajaran berlangsung melalui observasi, imitasi terhadap model yang dianggap kompeten, serta adanya penguatan dari lingkungan. Dalam penelitian ini, komunitas metal berfungsi sebagai lingkungan belajar sosial yang menyediakan referensi, standar kualitas, dan umpan balik bagi vokalis. Motivasi belajar juga terbentuk dari interaksi antara faktor internal dan eksternal yang saling mendukung keberlangsungan proses pembelajaran.

Penelitian yang dimuat oleh (Trisniawati, 2022) menjelaskan bahwa self-regulated learning berkembang melalui kemampuan individu dalam mengatur tujuan belajar, memonitor proses latihan, dan melakukan evaluasi terhadap hasil belajar. Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa vokalis metal di Bandar Lampung mampu mengatur strategi latihan vokal growl secara mandiri melalui proses perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Selain itu, penelitian dari (Jannah Ghefira dkk, 2023) juga menjelaskan bahwa self-regulated learning berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengontrol motivasi dan perilaku belajar secara mandiri. Kondisi tersebut tampak dalam penelitian ini melalui konsistensi vokalis dalam melakukan latihan berulang meskipun tanpa pendampingan pelatih formal. Selain itu, penelitian pada (Sari Nirmala, 2023), menunjukkan bahwa self-regulated learning memiliki hubungan positif dengan perkembangan kemampuan belajar individu. Temuan ini mendukung hasil penelitian bahwa kemampuan vokalis dalam mengelola latihan secara mandiri berpengaruh terhadap peningkatan kualitas teknik vokal growl yang mereka kuasai. Penelitian lain dari (Nur Istiqamah dkk, 2023) menjelaskan bahwa self-regulated learning melibatkan kemampuan individu dalam mengatur motivasi, perilaku, dan evaluasi diri berdasarkan teori (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026). Hal tersebut tampak dalam penelitian ini melalui kebiasaan vokalis yang mengevaluasi kualitas suara dan kondisi tubuh setelah latihan maupun pertunjukan. Dalam aspek evaluasi diri, penelitian pada (Srifianti dkk, 20023) menjelaskan bahwa self-regulated learning membantu individu mengelola tekanan dan melakukan kontrol terhadap proses belajar melalui monitoring diri. Temuan ini relevan dengan hasil penelitian bahwa vokalis metal melakukan evaluasi teknik melalui pendengaran, kondisi tubuh, dan respons tenggorokan setelah latihan maupun pertunjukan. Penelitian mengenai strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl juga diperkuat oleh berbagai penelitian

terbaru yang membahas self-regulated learning dalam proses pembelajaran mandiri. Penelitian yang dimuat pada (Zarza-Alzugaray dkk., 2025) menjelaskan bahwa self-regulated learning dalam pendidikan musik dipengaruhi oleh dukungan sosial, pengalaman performa, dan kemampuan individu dalam mengelola latihan secara mandiri. Temuan tersebut relevan dengan hasil penelitian ini karena vokalis metal di Bandar Lampung menunjukkan kemampuan mengatur proses latihan vokal growl melalui pengalaman performatif dan dukungan komunitas musik. Selain itu, penelitian dari (Sudwiarrum dkk., 2023) menjelaskan bahwa interaksi sosial memiliki pengaruh terhadap perkembangan self-regulated learning individu. Kondisi tersebut tampak dalam penelitian ini melalui peran komunitas metal sebagai ruang sosial yang mendukung proses belajar vokalis secara informal. Dalam konteks latihan dan pembentukan keterampilan, penelitian dari (Yossy Eka Nanda dkk, 2023) menjelaskan bahwa metode drill atau latihan berulang efektif dalam membentuk kemampuan ritmis dan respons motorik peserta didik. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa teknik growl berkembang melalui latihan berulang yang membentuk muscle memory dan kontrol tubuh secara otomatis. Selain itu, penelitian pada (Rizky Eka Prasetya, 2023) menunjukkan bahwa perilaku self-regulated learning seperti goal setting, planning, monitoring, dan evaluasi diri memiliki pengaruh terhadap keberhasilan proses belajar. Hal tersebut relevan dengan hasil penelitian ini karena vokalis secara sadar melakukan evaluasi terhadap kualitas suara dan perkembangan teknik vokal setelah latihan maupun pertunjukan. Penelitian lain dari (Adela Tri Apriliyani dkk, 2023) menjelaskan bahwa self-regulated learning berpengaruh positif terhadap motivasi belajar individu. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian ini yang menunjukkan bahwa motivasi personal menjadi faktor penting dalam menjaga konsistensi latihan vokal growl secara otodidak. Selain itu, penelitian dari (Sugeng Widodo dkk, 2023) menunjukkan bahwa lingkungan sosial dan peer conformity memiliki hubungan dengan perkembangan self-regulated learning individu. Kondisi ini relevan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa komunitas musik metal berfungsi sebagai lingkungan sosial yang memengaruhi perkembangan kemampuan vokalis melalui proses observasi, imitasi, dan umpan balik performa.

Penelitian mengenai strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl juga dapat diperkuat melalui beberapa penelitian lokal terbaru yang membahas pembelajaran mandiri, motivasi belajar, dan pengelolaan proses latihan dalam konteks pendidikan dan seni. Penelitian yang dimuat pada (Wanda Minggu Pangarti dkk, 2023) menjelaskan bahwa self-regulated learning berperan penting dalam membantu individu mengembangkan kemandirian belajar melalui kemampuan mengatur target, strategi, dan evaluasi pembelajaran secara mandiri. Temuan tersebut relevan dengan penelitian ini karena vokalis metal di Bandar Lampung menunjukkan kemampuan dalam menyusun pola latihan vokal growl secara sadar melalui proses latihan berulang dan refleksi diri. Selain itu, penelitian dari (Reza Adriantika Suntara, 2023) menjelaskan bahwa kemampuan self-regulated learning membantu individu mempertahankan motivasi dan konsistensi belajar meskipun berada dalam keterbatasan fasilitas pembelajaran formal. Kondisi tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa vokalis tetap mampu mengembangkan kemampuan growl secara mandiri melalui komunitas musik dan media digital.

Pembahasan dalam penelitian ini berfokus pada pengkajian temuan lapangan mengenai strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl pada komunitas musik metal di Kota Bandar Lampung dengan mengaitkannya pada teori Self-Regulated

Learning dari (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026) serta teori pembelajaran sosial Albert Bandura. Temuan penelitian menunjukkan bahwa proses belajar vokal growl berlangsung melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi yang dilakukan secara mandiri oleh vokalis. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran vokal tidak berlangsung secara spontan, melainkan melalui proses pengelolaan belajar yang disadari oleh individu. Pada tahap awal, vokalis menentukan tujuan belajar berdasarkan referensi auditif yang diperoleh melalui media digital, pertunjukan langsung, dan interaksi dalam komunitas musik metal. Temuan ini menunjukkan adanya forethought phase dalam konsep Self-Regulated Learning (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026), yaitu kemampuan individu dalam menetapkan tujuan dan strategi belajar sebelum melakukan praktik. Vokalis tidak hanya meniru suara vokalis lain, tetapi juga mulai membangun orientasi terhadap karakter suara yang ingin dicapai. Dalam konteks ini, komunitas musik metal memiliki pengaruh yang besar karena menjadi ruang pertukaran referensi musikal dan standar kualitas performa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Allanm Nugroho dan Junaedi, 2025) yang menjelaskan bahwa komunitas metal berfungsi sebagai ruang pembentukan identitas sekaligus media pertukaran pengetahuan musikal. Namun, penelitian ini menunjukkan bahwa komunitas tidak hanya berfungsi sebagai ruang sosial, melainkan juga sebagai ruang pedagogis nonformal yang membantu vokalis menyusun strategi belajar secara mandiri. Hal tersebut memperlihatkan bahwa pembelajaran musik dalam komunitas underground memiliki pola pembelajaran kolektif yang berbeda dengan pendidikan musik formal. Selanjutnya, tahap pelaksanaan menunjukkan bahwa penguasaan teknik growl dilakukan melalui latihan berulang dengan menekankan pengendalian napas diafragma, kontrol aliran udara, resonansi, dan koordinasi tubuh. Latihan dilakukan melalui metode imitasi, eksplorasi suara, dan trial and error. Dalam perspektif teori Self-Regulated Learning, kondisi ini menunjukkan adanya performance control phase, yaitu kemampuan individu dalam mengontrol pelaksanaan strategi belajar secara mandiri. Pengulangan latihan secara terus-menerus membentuk muscle memory sehingga tubuh mampu menghasilkan karakter suara growl secara lebih stabil.

Temuan ini mendukung penelitian (Kustiawan dkk, 2023) yang menyatakan bahwa penguasaan teknik vokal sangat dipengaruhi oleh pengendalian pernapasan dan kestabilan produksi suara. Selain itu, hasil penelitian juga memperkuat pendapat (Altabi, 2022) bahwa teknik growl melibatkan pengendalian struktur supraglotis dan resonansi yang kompleks. Akan tetapi, penelitian ini menemukan aspek yang belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya, yaitu penggunaan ruang latihan nonformal sebagai bentuk adaptasi sosial vokalis. Beberapa vokalis memilih berlatih di ruang privat atau saat berkendara untuk mengurangi tekanan sosial dari lingkungan sekitar. Temuan ini menunjukkan bahwa proses belajar vokal growl tidak hanya dipengaruhi faktor teknis, tetapi juga dipengaruhi kondisi psikologis dan sosial. Dalam perspektif behavioristik, latihan berulang yang dilakukan vokalis menunjukkan adanya proses pembiasaan. Pengulangan teknik vokal secara terus-menerus membentuk respons motorik otomatis sehingga tubuh mampu menghasilkan suara growl secara lebih stabil dan terkontrol. Penguatan (*reinforcement*) juga tampak melalui respons audiens terhadap performa vokalis. Apresiasi penonton terhadap kualitas vokal menjadi dorongan eksternal yang memperkuat motivasi belajar vokalis. Kondisi tersebut sesuai dengan teori pembelajaran sosial Albert Bandura yang menjelaskan bahwa proses belajar dipengaruhi oleh interaksi antara individu, perilaku, dan lingkungan sosial. Audiens dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai penonton, tetapi juga menjadi sumber validasi sosial terhadap kualitas performa vokal. Respons positif dari audiens meningkatkan rasa percaya diri vokalis, sedangkan kritik terhadap performa menjadi bahan evaluasi pada

latihan berikutnya. Temuan ini berbeda dengan pembelajaran musik formal yang lebih banyak menempatkan guru sebagai sumber evaluasi utama. Pada tahap refleksi, vokalis melakukan evaluasi terhadap kualitas suara melalui pendengaran dan respons tubuh setelah latihan maupun pertunjukan. Evaluasi dilakukan dengan mendengarkan ulang rekaman latihan, memperhatikan kondisi tenggorokan, dan menerima umpan balik dari komunitas serta audiens. Temuan ini menunjukkan adanya self-reflection phase dalam teori Self-Regulated Learning (Nurulhaifa & Hikmawan, 2026) yang menekankan pentingnya evaluasi diri terhadap hasil belajar.

Beberapa informan menyatakan bahwa rasa sakit, panas, atau ketegangan pada tenggorokan menjadi indikator adanya kesalahan teknik. Hal ini menunjukkan bahwa tubuh tidak hanya berfungsi sebagai alat produksi suara, tetapi juga sebagai instrumen evaluasi dalam proses pembelajaran vokal growl. Temuan tersebut memperluas penelitian sebelumnya yang lebih banyak membahas aspek teknis vokal dibandingkan kesadaran tubuh (*body awareness*) dalam pembelajaran vokal ekstrem. Selain evaluasi internal, proses refleksi juga diperkuat oleh umpan balik sosial dari komunitas dan audiens. Dalam konteks ini, komunitas musik metal berfungsi sebagai ruang evaluasi kolektif yang membantu vokalis mengembangkan kualitas teknik vokal secara berkelanjutan. Dengan demikian, proses belajar otodidak dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik growl tidak hanya dipengaruhi kemampuan individu, tetapi juga dipengaruhi interaksi sosial, pengalaman performatif, dan lingkungan komunitas yang mendukung proses pembelajaran musik secara informal.

Kesimpulan

Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa strategi belajar otodidak dalam penguasaan teknik vokal growl pada komunitas musik metal di Kota Bandar Lampung berlangsung melalui tiga tahapan utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi. Pada tahap perencanaan, vokalis menentukan tujuan belajar berdasarkan referensi auditif, motivasi personal, dan pengaruh komunitas musik metal. Pada tahap pelaksanaan, penguasaan teknik growl dilakukan melalui latihan berulang yang menekankan pengendalian napas diafragma, kontrol resonansi, dan pembentukan muscle memory melalui metode imitasi, eksplorasi suara, serta trial and error. Sementara itu, pada tahap refleksi, vokalis melakukan evaluasi terhadap kualitas suara melalui pendengaran, respons tubuh, dan umpan balik dari komunitas maupun audiens. Hasil penelitian ini menjawab pertanyaan penelitian bahwa proses belajar otodidak vokalis metal tidak berlangsung secara spontan, melainkan melalui pengelolaan belajar yang terstruktur sesuai konsep Self-Regulated Learning. Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa komunitas musik metal berperan penting sebagai ruang pembelajaran nonformal yang membantu vokalis memperoleh referensi teknik, motivasi belajar, dan evaluasi performa. Dengan demikian, penguasaan teknik vokal growl dipengaruhi tidak hanya oleh kemampuan individu, tetapi juga oleh interaksi sosial, pengalaman performatif, dan lingkungan komunitas yang mendukung proses pembelajaran musik secara informal.

Referensi

Adela Tri Apriliyani, Weni Novandari, Ramita Kholifaturrohmah. (2023). The Effect of Self-Confidence, Adversity Quotient, and Self-Regulated Learning on Learning

- Motivation: *Economic Education Analysis Journal*.
<https://doi.org/10.15294/eeaj.v12i1.65798>
- Akhtabi, P. M., & Riyanto, E. D. (2022). Antara santet, sacrifice, dan djiwo: Hakikat eksistensi kejawaen black metal. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 6(1), 1–12. <https://doi.org/10.22219/satwika.v6i1.20315>
- Allanm Nugroho, M., & Junaedi, F. (2025). Konstruksi Identitas Penggemar Musik Metal: Studi Kasus pada Kelompok Pasukan Babi Neraka. *Jurnal Sarjana Ilmu Komunikasi (J-SIKOM)*, 6(1), 15–27. <https://doi.org/10.36085/jsikom.v6i1.8169>
- Angraini, V., & Kadir, T. H. (2020). Pelaksanaan Pembelajaran Vokal Group Dalam Mata Pelajaran Seni Budaya Di Kelas Vii-4 Smp Negeri 3 Padang. *Jurnal Sendratasik*, 9(1), 26. <https://doi.org/10.24036/jsu.v8i3.108106>
- Ardiansyah, J., Sepdwik, D., & Putra, R. E. (2025). *Pembelajaran Paduan Suara pada Lagu Wajib (Indonesia Raya) dalam Bentuk Unisono di Kegiatan Ektrakurikuler SMA Negeri 1 Koba*.
- Ashari, H., & Vitalocca, D. (2024). *Implementasi Self-Regulated Learning Berbasis Internet Pada Mahasiswa Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar. 3: Jurnal Pendidikan dan Profesi Keguruan Vol 3(2) pp. 106-112*
- Aulia Rahmadina, Sholihul Anas Hanafi, Nurlita Ayuni, & Ahmad Mu'is. (2024). Pendapat Ulama dan Empat Imam Madzhab Tentang Hukum Musik di dalam Islam. *Journal of Religion and Social Community | E-ISSN : 3064-0326*, 1(2), 62–69. <https://doi.org/10.62379/jrsc.v1i2.114>
- Bagaskara, A., Sinaga, F. S. S., Audhyati, A., & Maulana, A. (2024). Anthropology of Music: A Review of History, Theory, and Development. *Musikolastika: Jurnal Pertunjukan Dan Pendidikan Musik*, 6(2), 185–201. <https://doi.org/10.24036/musikolastika.v6i2.194>
- Firdana, K., & Ardipal, A. (2022). Peningkatan Kemampuan Bernyanyi Siswa Secara Unisono Menggunakan Metode Tutor Sebaya Di Kelas Vii.1 Smpn 6 Sijunjung. *Jurnal Sendratasik*, 9(4), 117. <https://doi.org/10.24036/jsu.v9i1.109558>
- Fulzi, N., Riyani, A., & Anton, S. (2025). Sanjungan: From the Salawaik Dulang Tradition to a Popular Approach. *Jurnal Sendratasik*, 14(3), 247–260. <https://doi.org/10.24036/jsu.v14i3.29>
- Ghefira Raudhatul Jannah & Ratna Sari. (2023). Exploring Self-Regulated Learning: A Comparative Analysis Of Activist And Nonactivist University Students: *El-Tarbawj*
- Kustiawan, W., Marshanda, S. A., Nabila, V., Suciono, M. W., Alya, H. T. D., & Djuniardi, R. (2023). Analisis Jenis Pelatihan Pernapasan: Teknik Pernapasan dan Olah Vokal : Pelatihan Voice Over. *YASIN*, 3(6), 1209–1217. <https://doi.org/10.58578/yasin.v3i6.1623>
- Kusuma, K. B., Yulianto, V. I., & Marianto, M. D. (2022). Media Alternatif Seni dan Konstruksi Identitas Studi Kasus Tentang Zine Blcak Metal Istiqomah. *Jurnal Kajian Seni*, 8(2), 167. <https://doi.org/10.22146/jksks.65009>
- Nur Istiqama, Musawwir, Nurhikmah. (2023). Gambaran Self Regulated Learning pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bosowa: *Jurnal Psikologi Karakter*
- Lumbangaol, S., Wisnugraha, A., & Ridhwan, U. S. (2025). Improving students' vocal production skills through the use of a basic vocal learning video. *Jurnal Sendratasik*, 14(1), 104–112. <https://doi.org/10.24036/jsu.v14i1.15>

- Nurulhaifa, A., & Hikmawan, R. (2026). UI/UX Design and Evaluation: Web Platform to Support Self-Regulated Learning with a User-Centered Design Approach. *Jurnal Paedagogy*, 13(1), 88–98. <https://doi.org/10.33394/jp.v13i1.18304>
- Nirmala Sari¹, Ketut Sarjana, Muhammad Turmuzi & Laila Hayati. (2023). Analisis Hubungan Self-Regulated Learning Dengan Prestasi Belajar Siswa: *Journal of Classroom Action Research*
- Pamungkas, B. (2025). Komoditas Musik dalam Skena Musik Underground di Bandar Lampung: <http://jurnal-unsultra.ac.id/index.php/seduj>
- Rasyid, R. A., Dessy Kurnia Sari, & Donard Games. (2024). Faktor Pendorong Konsumsi Musik Metal pada Generasi Millennial di Kota Jambi berdasarkan Heaviness: Suatu Analisa Tematik. *Cantata Deo: Jurnal Musik dan Seni*, 2(1), 25–37. <https://doi.org/10.69748/jmcd.v2i1.173>
- Reza Adriantika Suntara, & Muhamad Hijran. (2023). Implementasi Teori Kontingensi dalam Eskalasi Efektivitas Kepemimpinan Mahasiswa: <https://jbasic.org/index.php/basicedu>
- Rizky Eka Prasetya. (2023). The interplay between self-regulated learning behavioral factors and students' performance in English language learning through Moodle: *Journal of English Language Teaching*
- Srifianti, Lita Patricia Lunanta, Veronica Kristiyani. (2023). Hubungan antara Self Regulated Learning (SRL) dengan Stres Akademik pada Mahasiswa: *JPT Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*
- Sudwiarrum, D. A., Setyowati, D. L., & Husain, F. (2023). The Effect of Social Interaction and Internet Utilization on Students' Self-Regulated Learning. *Journal of Educational Social Studies*, 12(1), 1–10. <https://doi.org/10.15294/jess.v12i1.62127>
- Sugeng Widodo, Mungin Eddy Wibowo, & Edy Purwanto. (2023). The Effects of Self-Regulated Learning and Peer Conformity on Students Academic Procrastination: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>
- Trisniawati, Nelly Rhosyida, Mahmudah Titi Muanifah, Ida Megawati, Sri Adi Widodo, Ana Fitrotun Nisa, Beti Istanti Suwandayani, Martalia Ardiyaningrum. (2023). Exploration of Self-regulated Learning through Edmodo: *Jurnal Prima Edukasia*, 11 (1), 38-46
- Wanda Mingga Pangarti, & Yaswinda. (2023). Pembelajaran Berbasis Multimedia untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Anak Usia Dini: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*
- Yossy Eka Nanda, Putri Yanuarita Sutikno. (2023), Keefektifan Alat Musik Hadroh Berbantuan Metode Drill Terhadap Kemampuan Ritmis Siswa. *Joyful Learning Journal*
- Zarza-Alzugaray, F. J., Grau Ramón, S., Casanova, O., & Zarza-Alzugaray, M. B. (2025). Self-Regulated Learning in Music Education: A Structural Model of Social Support and Performance-Related Challenges. *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 25(2), 253–264. <https://doi.org/10.15294/harmonia.v25i2.36925>