

NAMA : VIRNA FEBRI ANDINI
NIM : 20.01.013.017
KELAS : SISTEM MULTIMEDIA B

Mendengarkan suara rintik hujan, benarkah bisa membuat pikiran menjadi rileks?

Suara atau bunyi merupakan salah satu dari elemen multimedia. Menurut Sears & Zemansky (2004: 58), definisi umum dari bunyi (sound) adalah sebuah gelombang longitudinal yang merambat dalam suatu medium (padat, cair atau gas). Bentuk dan cara menghasilkan gelombang bunyi dapat diilustrasikan dari getaran selaput atau diafragma suatu pengeras suara. Bunyi bisa datang dari beberapa sumber mulai dari buatan manusia seperti alat musik hingga dihasilkan oleh alam. Salah satu dari bunyi yang dihasilkan oleh alam adalah suara rintik hujan.

Ternyata tidak banyak orang yang tahu bahwa bunyi yang dihasilkan oleh alam seperti rintik hujan sangat bermanfaat bagi manusia, faktanya menurut sains mendengar suara alam memang bisa membuat pikiran kita menjadi rileks.

Berikut beberapa fakta menarik menarik dari bunyi rintik hujan :

1. Bisa membantu kita tidur dengan cepat dan berkualitas
Semua orang menyukai suara hujan karena bisa membuat rileks dan membantu kita tidur lebih cepat. Suhu udara dan suara saat hujan bisa membuat tidur kita menjadi berkualitas.
2. Bisa menyembuhkan dan menguatkan otak
Suara rintik hujan bisa menentramkan jiwa. Suara rintik hujan dapat membantu kita mencapai kondisi meditasi serta terbukti menyembuhkan dan menguatkan otak (laman Inc).
3. Bisa meningkatkan mood dan kemampuan kognitif kita.
Sebuah penelitian yang dipublikasikan di Acoustical society of Amerika (ASA), bahwa memainkan suara suara alami seperti air yang mengalir dapat meningkatkan suasana hati dan meningkatkan kemampuan kognitif (laman science Daily), jadi tidak perlu susah payah untuk membuat kita menjadi good mood.

Nah itulah beberapa manfaat dari bunyi rintik hujan, semoga bermanfaat buat teman teman semua.

Thank you !