

PENGARUH MUSIK KLASIK TERHADAP KONSENTRASI MENGERJAKAN TUGAS PADA MAHASISWA

Aura Hafizah¹, Ulfa Dwi Maysarah², Nurul Purnama³

Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Padang, Sumatera Barat 25171

Email Coresponden: aurahafizah813@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effect of classical music on the level of concentration of students in doing assignments. The background of this study stems from the fact that many students experience difficulties in maintaining focus when facing the burden of academic tasks. Classical music is considered as one of the external stimuli that can help improve concentration through its slow, calm rhythm, and does not contain lyrics. This study used a quantitative approach with a quasi experiment design. The population in this study were Padang State University students, with a total research sample consisting of 9 students and divided into two groups, namely the experimental group of 5 participants and 4 participants as a control group. The data collection technique used purposive sampling. The instrument used is a concentration scale based on a modification of the Attention Control Scale (ATTC). Data analysis was performed using the Paired Sample T-Test test. The results showed a difference in concentration scores in both groups with a significance value of 0.045 for the control group and 0.33 for the experimental group. Thus, it can be concluded that classical music is effective in improving student concentration while doing assignments.

Keyword: *Classical music, Concentration, Students*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap tingkat konsentrasi mahasiswa dalam mengerjakan tugas. Latar belakang penelitian ini berangkat dari kenyataan bahwa banyaknya mahasiswa mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus saat menghadapi beban tugas akademik. Musik klasik dianggap sebagai salah satu stimulus eksternal yang dapat membantu meningkatkan konsentrasi melalui ritmenya yang lambat, tenang, dan tidak mengandung lirik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *quasi experiment*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Negeri Padang, dengan jumlah sampel penelitian terdiri dari 9 mahasiswa dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen sebanyak 5 orang partisipan dan 4 orang partisipan sebagai kelompok kontrol. Teknik pengambilan data menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah skala konsentrasi berdasarkan modifikasi dari *Attention Control Scale* (ATTC). Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Paired Sample T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan skor

Article History

Received: Juni 2025

Reviewed: Juni 2025

Published: Juni 2025

Plagiarism Checker No 77

DOI : Prefix DOI :

10.8734/Musyari.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed

under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

konsentrasi pada kedua kelompok dengan nilai signifikansi kelompok kontrol 0.045 dan kelompok eksperimen 0.33. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa musik klasik efektif dalam meningkatkan konsentrasi mahasiswa saat mengerjakan tugas.

Kata kunci: Musik klasik, Konsentrasi, Mahasiswa

1. Pendahuluan

Sebagai seseorang yang sudah berada di perguruan tinggi, tentu nya memiliki kesulitan tersendiri dalam menjalani kehidupan perkuliahan. Salah satu kesulitan yang dihadapi adalah banyaknya tugas akademik dengan tingkat kesulitan yang berbeda-beda. Salah satu aspek yang dianggap dapat menunjang keberhasilan mahasiswa dalam mencapai hal tersebut adalah dengan konsentrasi. Dengan berkonsentrasi, mahasiswa dapat merekam setiap kejadian dalam proses belajar dan dapat dikeluarkan dengan mudah disaat tertentu, misalnya dalam mengerjakan tugas (Algarini Allo et al., 2021).

Konsentrasi merupakan keadaan pikiran atau asosiasi terkondisi yang diaktifkan oleh sensasi di dalam tubuh. Untuk mengaktifkan sensasi dalam tubuh perlu keadaan rileks dan suasana yang menyenangkan, karena dalam keadaan tegang seseorang tidak dapat menggunakan otaknya dengan maksimal karena pikiran menjadi kosong (Algarini Allo et al., 2021). Selanjutnya, konsentrasi merupakan kemampuan untuk mengarahkan seluruh perhatian secara penuh terhadap suatu aktivitas pembelajaran. Konsentrasi dapat dipahami sebagai upaya individu untuk mengarahkan fokusnya pada suatu benda, agar dapat memahami dan mengenali objek tersebut dengan lebih baik (Andita, 2019).

Adapun Slameto (2013) dalam (Algarini Allo et al., 2021) mengatakan konsentrasi dalam belajar merupakan pemusatan perhatian terhadap mata pelajaran dengan menyampaikan semua hal yang berhubungan dengan pelajaran. Sehingga, dalam hal ini konsentrasi menjadi aspek yang sangat penting dalam menyelesaikan tugas akademik secara efektif.

Namun, pada kenyataannya banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi (Algarini Allo et al., 2021). Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat & Kasim, n.d.) ditemukan bahwa musik klasik dapat meningkatkan daya tahan konsentrasi mahasiswa dalam belajar. Hal ini menunjukkan bahwa musik dapat menjadi salah satu faktor yang membantu mahasiswa dapat tetap fokus saat mengerjakan tugas akademik.

Musik merupakan sesuatu hal yang menyenangkan yang dapat mendatangkan keceriaan, mempunyai irama (*ritme*), *melody*, timbre (*tone colour*) tertentu untuk membantu tubuh dan pikiran saling bekerja sama (Andita, 2019). Musik dapat membangkitkan gairah dan semangat tersendiri bagi pendengarnya (Suci, 2019).

Selain itu, musik juga dapat mempengaruhi detak jantung pendengarnya. Musik dapat memberikan rasa tenang pada pikiran seseorang dan membantu kecerdasan manusia agar lebih berkembang (Wulansari et al., 2019). Sehingga penggunaan musik ketika mengerjakan tugas dapat memberikan pengaruh tertentu bagi mahasiswa.

Salah satu jenis musik yang sering digunakan dalam situasi belajar atau situasi kerja adalah jenis musik klasik. Musik klasik ini memiliki tempo yang pelan dan dapat ditemukan di seluruh genre musik yang mampu menciptakan suasana tenang dan nyaman adalah musik dengan tempo yang lebih lambat (Wulansari et al., 2019). Musik klasik ini adalah musik dari masa lalu yang memiliki aturan dalam penyajiannya. Musik klasik ini bersifat serius dan tetap disebut musik klasik meskipun diciptakan di zaman sekarang. Biasanya, musik klasik dimainkan oleh sekelompok orang dengan alat musik seperti biola, piano, dan gitar. Musik klasik ini dapat meningkatkan konsentrasi saat belajar (Elfrida Yuliana Simamora, 2024).

Musik klasik dapat membantu seseorang dalam meningkatkan konsentrasi belajarnya, karena musik klasik memiliki irama lambat dan biasanya tidak memiliki lirik. Musik klasik dapat

membantu menenangkan pikiran dan meningkatkan konsentrasi karena mampu menghasilkan gelombang alfa di otak. Gelombang ini berperan dalam menciptakan perasaan rileks dan fokus.

Selain itu, musik klasik juga dapat merangsang sistem limbik, yaitu bagian otak yang mengatur emosi dan ingatan. Saat mendengarkan musik klasik, aktivitas di kedua belahan otak, baik otak kanan maupun otak kiri agar menjadi lebih seimbang. Hal ini membuat otak lebih siap untuk belajar dan memproses informasi dengan lebih baik. Musik klasik juga dapat mengatur gelombang otak agar tetap dalam kondisi optimal untuk belajar, baik dalam keadaan fokus maupun rileks. Jadi, dengan mendengarkan musik klasik dapat membantu otak tetap siap untuk berpikir, berkonsentrasi, dan memahami materi dengan lebih efektif (Pratiwi et al., 2022).

Berdasarkan hal yang telah dipaparkan di atas, penggunaan musik dalam kehidupan sehari-hari memberikan kontribusi pada mahasiswa. Di mana mendengarkan musik berpengaruh terhadap konsentrasi mahasiswa dalam mengerjakan dalam tugas. Karena hal inilah peneliti tertarik untuk meneliti kembali apakah pengaruh dari mendengarkan musik klasik terhadap konsentrasi mengerjakan tugas pada mahasiswa.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan desain penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan jenis penelitian yang berfokus pada analisis data-angka dan numerik yang diproses dengan menggunakan statistik. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu musik klasik sebagai variabel bebas dan konsentrasi sebagai variabel terikat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Quasi Experiment* dengan bentuk penelitian eksperimen dua kelompok yang secara spesifik menggunakan jenis *Nonrandomized Pretest-Posttest Control Group Design*, yaitu tidak dilakukannya randomisasi untuk membentuk KE dan KK.

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu dengan menentukan sampel yang digunakan berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu. Adapun jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 9 orang partisipan. Teknik *random sampling*, yaitu pemilihan partisipan dilakukan secara acak dan dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari 4 orang partisipan sebagai kelompok eksperimen dan 5 orang partisipan sebagai kelompok kontrol. Instrument dalam penelitian ini ialah modifikasi dari instrument *Attention Control Scale (ATTC)*. *Attention Control Scale (ATTC)* merupakan instrument yang dikembangkan oleh Derryberry dan Reed (2002) untuk mengukur tingkat kontrol atensi atau kemampuan individu dalam mengarahkan perhatian dan mempertahankan perhatian (konsentrasi) terhadap suatu aktivitas tertentu.

3. Hasil dan Pembahasan

Uji Signifikansi

Penelitian ini bertujuan untuk menguji tingkat signifikansi perbedaan antara skor pre-test dan post-test dalam kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang menggunakan *Paired Sample T-Test*. Adapun hasil yang diperoleh menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test.

Tabel 1. Hasil Uji T-Test Kelompok Kontrol

Tabel 1. Hasil Uji T-Test Kelompok Kontrol				
Measure 1	Measure 2	t	df	p
Pre-Test Kontrol	- Post-Test Kontrol	2.729	4	0.045

Note. Student's t-test.

Berdasarkan hasil uji Paired Samples T-Test, diperoleh nilai $t = 2.729$ dengan nilai $df = 4$ dan nilai $p = 0.045$. Karena nilai p lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$), maka terdapat perbedaan hasil yang signifikan secara statistik antara skor pretest dan posttest pada kelompok kontrol. Hal ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap perubahan skor kelompok kontrol.

Tabel 2. Hasil Uji T-Test Kelompok Eksperimen

Measure 1		Measure 2	t	df	p
Pre-Test Eksperimen	-	Post-Test Eksperimen	3.577	3	0.033

Note. Student's t-test.

Berdasarkan hasil uji Paired Samples T-Test, diperoleh nilai $t = 3.577$ dengan derajat kebebasan (df) sebesar 3 dan nilai $p = 0.033$. Karena nilai p lebih kecil dari 0.05 ($p < 0.05$), maka terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen. Dapat disimpulkan bahwa, ada perbedaan yang signifikan konsentrasi mengerjakan tugas pada kelompok eksperimen.

Uji Validitas dan Reliabilitas

Berdasarkan uji validitas menggunakan Pearson's Correlation diperoleh hasil p-value 0.893 yang nilainya lebih besar dari pada 0.05 ($p > 0.05$). Artinya validitas pada kelompok kontrol yang cukup tinggi.

Tabel 3. Uji Validitas Kelompok Kontrol

		Pearson's r	p	
Pre-Test Kontrol	-	Post-Test Kontrol	-0.084	0.893

Adapun uji validitas pada kelompok eksperimen diperoleh hasil p-value 0.586 yang nilainya lebih besar dari pada 0.05 ($p > 0.05$). Artinya validitas pada kelompok eksperimen cukup tinggi.

Tabel 4. Uji validitas kelompok eksperimen

Pearson's Correlations

		Pearson's r	p	
Pre-Test Eksperimen	-	Post-Test Eksperimen	-0.414	0.586

Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Croanbach's α adalah 0.536 dengan batas bawah 95% CI adalah 0.171 dan batas atas 95% CI adalah 0.901. Nilai Cronbach's α yang diperoleh diatas 0.5 menunjukkan reabilitas yang diterima, dan menunjukkan skala memiliki konsistensi internal yang baik pada kelompok kontrol.

Tabel 5. Uji Reliabilitas Kelompok Kontrol

Coefficient	Estimate	Std. Error	95% CI	
			Lower	Upper
Coefficient α	0.536	0.186	0.171	0.901

Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Croanbach's α adalah 0.661 dengan batas bawah 95% CI adalah 0.431 dan batas atas 95% CI adalah 0.890. Nilai Cronbach's α yang diperoleh diatas 0.5 menunjukkan reabilitas yang diterima, dan menunjukkan skala memiliki konsistensi internal yang baik pada kelompok eksperimen.

Tabel 6. Uji Reliabilitas Kelompok Eksperimen

Coefficient	Estimate	Std. Error	95% CI	
			Lower	Upper
Coefficient α	0.661	0.117	0.431	0.890

Hasil uji normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk untuk kelompok kontrol menunjukkan bahwa nilai W untuk pre-test dan post-test adalah 0.916 dengan nilai p sebesar 0.507. Nilai p lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test dapat dianggap berdistribusi normal terhadap kelompok kontrol.

Tabel 7. Uji asumsi kelompok kontrol

		W	p	
Pre-Test Kontrol	-	Post-Test Kontrol	0.916	0.507

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk untuk kelompok eksperimen menunjukkan bahwa nilai W untuk pre-test dan post-test adalah 0.98 dengan nilai p sebesar 0.933. Nilai p lebih besar dari 0.05 ($p > 0.05$) menunjukkan bahwa data pre-test dan post-test dapat dianggap berdistribusi normal terhadap kelompok eksperimen.

Tabel 8. Uji Asumsi Kelompok Eksperimen

		W	p	
Pre-Test Eksperimen	-	Post-Test Eksperimen	0.985	0.933

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah terdapat perbedaan yang signifikan konsentrasi mengerjakan tugas dengan mendengarkan musik klasik. Analisis statistik dengan Paired Sample T-Test menghasilkan perbedaan yang cukup signifikan, yaitu dengan kelompok kontrol ($p = 0.045$) dan kelompok eksperimen ($p = 0.033$). Uji reliabilitas menunjukkan alat ukur yang digunakan reliabel, yaitu pada kelompok kontrol (Cronbach's $\alpha = 0.536$) dan kelompok eksperimen (Cronbach's $\alpha = 0.661$). Uji data normalitas dengan menggunakan Shapiro-Wilk pada kedua kelompok terdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik dapat meningkatkan konsentrasi mengerjakan tugas pada mahasiswa.

4. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi mahasiswa dalam mengerjakan tugas. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan melalui uji Paired Sample T-Test, diperoleh bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test pada kelompok eksperimen ($p = 0.033$), yang menunjukkan peningkatan konsentrasi setelah mendengarkan musik klasik. Hasil uji validitas dan reliabilitasnya menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan layak dan dapat dipercaya, serta data dari kedua kelompok terdistribusi normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa mendengarkan musik klasik secara signifikan dapat meningkatkan konsentrasi mahasiswa dalam mengerjakan tugas. Musik klasik yang memiliki irama lambat, tenang, dan tidak mengandung lirik terbukti memberikan efek positif terhadap kemampuan fokus dan atensi mahasiswa. Oleh karena itu, musik klasik dapat digunakan sebagai salah satu strategi alternatif yang efektif untuk meningkatkan produktivitas akademik mahasiswa.

Daftar Referensi

- Algarini Allo, O., Sugiyanto, S., & Palamba, A. (2021). Musik Klasik Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Keperawatan. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 295. <https://doi.org/10.33757/jik.v5i2.455>
- Andita, C. D. (2019). Pengaruh Penggunaan Musik Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar. 1(3).
- Elfrida Yuliana Simamora. (2024). Pertumbuhan Musik Klasik Barat di Kota Medan. *Jurnal Riset Rumpun Seni, Desain dan Media*, 3(1), 14-22. <https://doi.org/10.55606/jurrsendem.v3i1.2282>
- Hidayat, S., & Kasim, S. S. (n.d.). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Pratiwi, M., Lubis, T. T., Pangestuti, D., & Actalina, L. (2022). Pengaruh Musik Klasik Terhadap Daya Ingat Jangka Pendek Pada Siswa/I Kelas Xi Sma Harapan 1 Medan. 21(2).

- Seniati, A. N. L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2005). Psikologi Eksperimen. Jakarta: Indeks.
- Suci, D. W. (2019). Manfaat Seni Musik Dalam Perkembangan Belajar Siswa Sekolah Dasar. Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan, 1(3), 177-184. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v1i3.45>
- Wulansari, M. S., Dewi, S., & Murni, S. (2019). Pengaruh Musik Instrumental Islami Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis Siswa Kelas Iii Pada Pelajaran Matematika Di Sekolah Dasar. 02(01).