

# Efektivitas Musik Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar X di Bandung

Andini Putri Febrianti<sup>1</sup>, Dafi Nur Hidayat<sup>2</sup>, Dina Siti Rohmah<sup>3</sup>, Viola Jantia<sup>4</sup>, Rifqi Farisan Akbar<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Psikologi, Universitas Indonesia Membangun, Bandung, Indonesia

Email: <sup>1</sup>AndiniPutri@student.inaba.ac.id, <sup>2</sup>dafiq@student.inaba.ac.id, <sup>3</sup>dinasitir22@student.inaba.ac.id,

<sup>4</sup>violajantia@student.inaba.ac.id, <sup>5</sup>rifqi.farisan@inaba.ac.id

## Informasi Artikel

### Lini masa Penerbitan Artikel:

Diterima: 15-06-2025

Direvisi: 20-06-2025

Disetujui: 30-06-2025

Tersedia secara *online*:

### Kata Kunci:

Musik, Konsentrasi Belajar, Siswa Sekolah Dasar, Eksperimen Persepsi

### Keyword:

*Music, Learning Concentration, Elementary Students, Experiment, Perception*



*This is an open access article under the CC BY-SA license.*

*Copyright ©2025 by Author.*

*Published by Universitas Indonesia Membangun*

## Abstrak

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan penting yang mendukung keberhasilan akademik pada siswa sekolah dasar, namun sering kali terhambat oleh gangguan eksternal seperti kebisingan dan distraksi teknologi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas musik instrumental dalam meningkatkan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan desain eksperimen pretest-posttest dengan satu kelompok. Subjek penelitian terdiri dari siswa berusia sekolah dasar yang dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu. Instrumen yang digunakan meliputi alat ukur konsentrasi visual dan berkelanjutan, lembar observasi perilaku, serta kuesioner persepsi siswa terhadap pengalaman belajar menggunakan musik. Analisis data dilakukan dengan uji normalitas untuk memastikan distribusi data dan uji perbedaan untuk mengetahui perubahan konsentrasi sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan konsentrasi belajar setelah mendengarkan musik instrumental, meskipun peningkatan tersebut belum signifikan. Temuan ini memberikan gambaran awal bahwa musik instrumental memiliki potensi sebagai strategi pendukung konsentrasi belajar, sehingga diperlukan penelitian lanjutan dengan design yang lebih komprehensif untuk memperkuat temuan ini.

## Abstract

*Learning concentration is an essential ability that supports academic success in elementary school students, yet it is often hindered by external factors such as noise and technological distraction. This study aims to examine the effectiveness of instrumental music in improving the learning concentration of elementary school students. The study employed a pretest-posttest experimental design with a single group. The research subjects consisted of elementary school students selected through purposive sampling based on specific inclusion criteria. The instruments used included a visual and sustained concentration measurement tool, a behavioral observation sheet, and a student perception questionnaire regarding their learning experience with music. Data analysis was conducted using a normality test to ensure data distribution and a difference test to determine changes in concentration before and after the intervention. The results indicated a tendency for increased learning concentration after listening to instrumental music, although the increase was not statistically significant. The findings provide initial evidence that instrumental music has potential as a supportive strategy for enhancing learning concentration, suggesting the need for further studies with more comprehensive experimental design to strengthen these results.*

## 1. Pendahuluan

Konsentrasi belajar merupakan salah satu aspek fundamental dalam keberhasilan akademik, khususnya pada siswa sekolah dasar yang sedang berada dalam tahap perkembangan kognitif yang pesat. Kemampuan seseorang dalam berkonsentrasi akan mempengaruhi kecepatan dalam menangkap materi yang diberikan oleh pengajar pada proses pembelajaran berlangsung (Silaen et al., 2023). Namun demikian, kemampuan konsentrasi sangat rentan terhadap berbagai faktor pengganggu, baik internal maupun eksternal, seperti kebisingan lingkungan, distraksi teknologi, hingga rendahnya motivasi intrinsik yang kerap ditemui pada peserta didik di usia sekolah dasar. Salah satu bentuk distraksi yang signifikan adalah penggunaan smartphone tanpa pengawasan, yang dapat menyebabkan kejenuhan serta hilangnya konsentrasi belajar (Zulfa, 2022). Siswa yang kehilangan konsentrasi dalam belajar umumnya menunjukkan sikap acuh terhadap pembelajaran, lebih memilih berbicara atau bercanda dengan teman sebaya, tidak memperhatikan penjelasan guru, bahkan ada yang sampai tertidur selama proses pembelajaran daring berlangsung. Jika kondisi ini tidak tertangani dengan baik, penurunan konsentrasi dapat berdampak negatif terhadap capaian akademik, keterampilan sosial, serta kemampuan regulasi diri siswa dalam konteks belajar (Arirahmanto, 2021).

Berbagai intervensi telah dikembangkan oleh praktisi pendidikan dan peneliti untuk mendukung peningkatan konsentrasi belajar pada anak, salah satunya melalui penggunaan musik dalam kegiatan belajar-mengajar. Musik telah lama dianggap memiliki pengaruh terhadap tubuh dan jiwa manusia dalam kehidupan sehari-hari. Tidak hanya saat dimainkan, tetapi juga ketika didengarkan, musik mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis dan fisiologis seseorang. Secara lebih spesifik, musik diketahui memiliki efek psikofisiologis yang dapat mempengaruhi suasana hati, tingkat kewaspadaan, hingga optimalisasi fungsi kognitif, termasuk perhatian selektif dan atensi berkelanjutan. Didukung oleh penelitian Bakhtiar (2020), musik dikatakan dapat mengaktifkan gelombang-gelombang pada otak manusia untuk berpikir, meningkatkan kemampuan membaca, daya ingat, konsentrasi, perbendaharaan kata, dan menciptakan kondisi mental yang positif. Penggunaan musik instrumental dapat membantu peserta didik mempertahankan fokus pada tugas-tugas kognitif yang memerlukan konsentrasi tinggi karena peningkatan keterlibatan yang ditimbulkan oleh musik turut diterjemahkan ke dalam tingkat motivasi yang lebih tinggi, yang sangat penting untuk menjaga fokus secara berkelanjutan (Idarianty, 2025). Siswa yang bersemangat untuk belajar cenderung tidak terganggu dan lebih mampu berkonsentrasi pada tugas yang ada (Octavyanti, 2024).

Meskipun demikian, literatur yang ada menunjukkan hasil yang bervariasi mengenai efektivitas musik dalam meningkatkan konsentrasi belajar. Sebagian studi mengidentifikasi adanya hubungan positif yang signifikan antara penggunaan musik dan peningkatan konsentrasi, sementara beberapa peneliti menemukan bahwa musik tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa. Dalam konteks yang sama, studi lain menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan berarti dalam performa kognitif antara siswa yang belajar dengan musik latar dan yang belajar tanpa musik (Salim, 2010). Secara keseluruhan, temuan ini mendukung bahwa musik dapat berperan sebagai faktor pendukung konsentrasi dalam proses belajar siswa, meskipun perlu mempertimbangkan perbedaan preferensi dan kondisi individu. Preferensi terhadap jenis musik, durasi paparan, serta kesesuaian musik dengan jenis tugas belajar sering kali berperan sebagai variabel perantara yang dapat mempengaruhi efektivitas intervensi (Nurjanah, 2025). Barrett (2015) menemukan bahwa kualitas lingkungan fisik ruang kelas, khususnya pencahayaan dan ventilasi yang baik, dapat meningkatkan hasil belajar siswa hingga 16%, menunjukkan bahwa pencahayaan alami dan sirkulasi udara yang memadai sangat penting dalam menciptakan suasana belajar yang kondusif. Di sisi lain, aspek lingkungan fisik seperti pencahayaan, kebersihan, dan suhu juga berperan penting dalam mendukung konsentrasi belajar siswa, meskipun intervensi berbasis musik sebagai pendekatan yang fleksibel dan menyentuh aspek psikologis belum banyak dieksplorasi.

Kesenjangan penelitian muncul karena sebagian besar studi yang mengeksplorasi pengaruh musik terhadap fungsi kognitif dilakukan pada populasi remaja atau mahasiswa dengan fokus pada dimensi motivasi atau emosi belajar (Oktadus, 2022), sementara kajian yang menyoroti dampaknya pada anak usia sekolah dasar masih terbatas. Selain itu, belum banyak penelitian yang mengkombinasikan pendekatan kuantitatif dan persepsi subjektif siswa secara bersamaan, terutama dalam konteks pendidikan dasar di Indonesia. Penelitian yang secara spesifik menelaah pengaruh musik instrumental terhadap konsentrasi belajar visual dan berkelanjutan pada siswa sekolah dasar, khususnya dalam konteks pembelajaran di ruang kelas, masih sangat terbatas (Riyadi & Sukmayadi, 2023). Sebagai bentuk komitmen peneliti dalam mengatasi kesenjangan tersebut, studi ini bertujuan untuk menguji pengaruh musik instrumental terhadap konsentrasi belajar pada siswa sekolah dasar dengan pendekatan eksperimen pretest-posttest satu kelompok. Penelitian ini tidak hanya menghadirkan kontribusi praktis dalam pengembangan strategi

pembelajaran berbasis musik di tingkat dasar, tetapi juga kontribusi teoritis dalam memperluas wacana psikologi pendidikan terkait intervensi berbasis musik instrumental.

Kebaruan penelitian ini terletak pada beberapa aspek penting, yakni fokus pada populasi siswa sekolah dasar Indonesia yang belum banyak diteliti dalam konteks intervensi musik, penggunaan instrumen D-Concentration Grid yang secara spesifik mengevaluasi kemampuan konsentrasi visual dan atensi berkelanjutan, serta penggabungan data kuantitatif dan persepsi subjektif siswa melalui kuesioner untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efek musik instrumental terhadap konsentrasi belajar. Dengan pendekatan tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap pengembangan model intervensi pendidikan berbasis musik dalam psikologi pendidikan, sekaligus menjadi landasan bagi praktik pembelajaran yang lebih inovatif dalam mendukung fokus belajar siswa di sekolah dasar

## 2. Metode

Penelitian merupakan suatu proses sistematis dalam mencari sesuatu selama periode yang panjang dengan penerapan metode ilmiah dan peraturan yang ada. Oleh karena itu, dalam setiap penelitian diperlukan metode ilmiah sebagai alat untuk menyelesaikan masalah yang akan dianalisis (Nazir, 2005). Metode penelitian yang diterapkan oleh peneliti adalah eksperimen, yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan tertentu terhadap variabel lain dalam keadaan yang terkontrol (Sugiyono, 2008).

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen **pretest-posttest dengan satu kelompok** (*one-group pretest-posttest design*), yang bertujuan untuk mengevaluasi perubahan konsentrasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi musik instrumental. Desain ini dipilih karena efektif untuk menilai dampak perlakuan pada partisipan yang sama, sehingga dapat meminimalkan variabilitas individu dalam pengukuran (Nuryanti, 2019).

Desain penelitian yang digunakan dalam studi ini merupakan bagian dari metode eksperimen dengan pendekatan **pre-eksperimental**, yaitu tipe *one-group pretest-posttest design*. Pada desain ini, penelitian dilakukan terhadap satu kelompok subjek tanpa melibatkan kelompok pembanding. Subjek diberikan *pretest* sebelum perlakuan (*treatment*) dan *posttest* setelah perlakuan, dengan tujuan untuk mengukur perubahan atau pengaruh yang terjadi akibat intervensi yang diberikan. Rancangan ini memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi perbedaan hasil sebelum dan sesudah perlakuan dalam kelompok yang sama, meskipun hasilnya tetap rentan terhadap pengaruh variabel luar karena tidak adanya kontrol terhadap faktor eksternal (Wardani, 2020).

Intervensi dilakukan melalui pemaparan musik instrumental bertempo sedang (60–80 bpm) yang tidak mengandung lirik, guna menghindari beban kognitif tambahan pada pemrosesan informasi verbal yang dapat mengganggu konsentrasi utama. Musik jenis ini terbukti efektif menciptakan suasana belajar yang rileks dan minim distraksi, serta dapat meningkatkan konsentrasi belajar secara signifikan (Juanta, 2024).

### Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini terdiri atas 25 siswa kelas V dari salah satu sekolah dasar negeri di wilayah Bandung, dengan usia rata-rata 11 tahun, yang secara perkembangan kognitif berada pada tahap operasional konkret menurut teori Piaget. Pemilihan partisipan dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, yakni teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan subjektif peneliti terhadap karakteristik partisipan yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik purposive sampling digunakan untuk memastikan kesesuaian karakteristik partisipan dengan kebutuhan desain eksperimen, khususnya dalam hal keragaman usia dan tingkat perkembangan kognitif. Pemilihan partisipan dengan karakteristik yang seragam ini bertujuan untuk menjamin validitas hasil penelitian, terutama dalam studi yang menitikberatkan pada pengukuran konsentrasi belajar (Sari & Susilawati, 2022).

Kriteria inklusi yang diterapkan meliputi siswa yang secara aktif mengikuti kegiatan belajar mandiri di rumah, tidak memiliki riwayat gangguan pendengaran atau gangguan konsentrasi yang terdiagnosis secara medis, serta memperoleh persetujuan tertulis dari orang tua atau wali melalui lembar informed consent. Dari total partisipan, sebanyak 11 siswa (44%) berjenis kelamin laki-laki dan 14 siswa (56%) berjenis kelamin perempuan. Dalam penelitian ini digunakan partisipan dengan tingkat perkembangan kognitif yang relatif homogen, sehingga hasil yang diperoleh diharapkan dapat merepresentasikan kemampuan konsentrasi siswa sekolah dasar secara lebih valid dan terkontrol dari bias perkembangan. Hal ini penting karena semakin tinggi tingkat konsentrasi baik dari pengajar maupun siswa, semakin efektif pula proses pembelajaran yang berlangsung. Sebaliknya, jika konsentrasi siswa rendah, maka hasil belajar yang dicapai pun cenderung tidak maksimal (Halil et al., 2015).

Proses pelaksanaan penelitian diawali dengan koordinasi formal antara peneliti dan pihak sekolah, baik kepala sekolah maupun guru kelas, untuk mendapatkan izin pelaksanaan penelitian dan menjelaskan garis besar prosedur yang akan dijalankan. Selanjutnya, peneliti membagikan dan mengumpulkan lembar informed consent kepada orang tua atau wali siswa sebagai bentuk persetujuan resmi dan etis. Setelah proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi selesai dilakukan, siswa mengikuti sesi orientasi awal, di mana peneliti menjelaskan tujuan, hak, kewajiban, serta prosedur eksperimen yang akan diikuti secara rinci dan komunikatif.

### Pengukuran

Tahapan pelaksanaan penelitian dimulai dengan pretest, yaitu pengukuran awal konsentrasi visual dan atensi berkelanjutan menggunakan D-Concentration Grid. Instrumen ini berupa matriks angka acak yang menuntut siswa untuk mencari angka secara berurutan dalam waktu terbatas, dan telah digunakan dalam berbagai penelitian sebelumnya untuk mengukur fokus visual serta daya tahan atensi. Pengukuran dilakukan dua kali—sebelum dan sesudah intervensi musik instrumental—dalam kondisi ruang kelas yang telah dikondisikan bebas dari gangguan eksternal, guna menjaga konsistensi lingkungan pengukuran.

Setelah pretest, dilakukan intervensi berupa pemutaran musik instrumental bertempo sedang (60–80 bpm) selama 15–20 menit melalui speaker kelas. Musik yang digunakan dipastikan tidak mengandung lirik untuk menghindari gangguan pada pemrosesan informasi verbal yang dapat mengganggu konsentrasi utama subjek (Djohan et al., 2022).

Selama intervensi berlangsung, siswa tetap diminta melakukan aktivitas belajar ringan seperti membaca atau menjawab soal-soal sederhana guna mensimulasikan suasana belajar yang realistis. Pendekatan ini bertujuan untuk mengevaluasi secara empiris efektivitas musik tanpa lirik—khususnya musik instrumental yang disesuaikan dengan preferensi individu dan karakteristik tugas belajar—dalam meningkatkan konsentrasi siswa dalam konteks belajar yang aktual. Evaluasi ini juga mempertimbangkan kemungkinan munculnya beban kognitif selama pelaksanaan tugas belajar simultan yang dapat mempengaruhi tingkat fokus peserta (Juanta, 2024).

### 3. Hasil Penelitian

**Tabel 1.** Skor Rata-rata Pretest-Posttest pada Satu Kelompok Eksperimen

Nama Anak	Rata-rata Pretest	Rata-rata Posttest
X1	1.73	1.60
X2	2.33	2.07
X3	2.67	2.60
X4	1.87	1.73
X5	2.73	2.93
X6	2.13	1.67
X7	2.13	2.33
X8	2.67	2.67
X9	2.40	2.80
X10	1.33	1.47
X11	2.87	2.87
X12	3.33	3.13
X13	1.73	2.07
X14	1.87	2.00
X15	2.13	2.00
X16	3.07	3.13
X17	3.13	3.00
X18	3.60	3.53
X19	1.53	1.73
X20	2.67	3.40
X21	2.47	2.20
X22	2.80	2.80

X23	3.07	3.47
X24	1.27	1.93
X25	2.80	3.07
<b>Rata-rata</b>	<b>2.41</b>	<b>2.49</b>

Sumber: Hasil Tes Konsentrasi Partisipan

Tabel di atas menampilkan hasil skor rata-rata konsentrasi belajar siswa pada tahap pretest dan posttest dalam satu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan berupa musik instrumental. Skor diperoleh melalui skala Likert dengan kategori: 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = setuju, dan 4 = sangat setuju. Dari tabel terlihat adanya variasi perubahan skor antara pretest dan posttest pada masing-masing siswa.

Sebagian besar siswa menunjukkan peningkatan skor setelah mendengarkan musik instrumental, sementara beberapa siswa mengalami penurunan atau skor yang tetap sama. Misalnya, siswa X20 mengalami peningkatan tertinggi dengan selisih skor rata-rata sebesar +0,73, dari 2,67 pada pretest menjadi 3,40 pada posttest. Sebaliknya, siswa X6 menunjukkan penurunan skor rata-rata terbesar sebesar -0,46, dari 2,13 pada pretest menjadi 1,67 pada posttest

Secara keseluruhan, nilai rata-rata pretest kelompok adalah 2,41, sedangkan nilai rata-rata posttest meningkat menjadi 2,49, dengan selisih rata-rata sebesar +0,08 poin. Analisis deskriptif lebih lanjut menunjukkan bahwa skor pretest memiliki rentang nilai antara 1,27 hingga 3,60 dengan standar deviasi sebesar 0,62, sedangkan skor posttest memiliki rentang nilai antara 1,47 hingga 3,53 dengan standar deviasi sebesar 0,63. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan positif terhadap peningkatan konsentrasi belajar setelah perlakuan musik instrumental, meskipun variasi skor antar individu masih cukup besar. Variasi ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti preferensi musik, motivasi belajar, kondisi psikologis siswa saat pengukuran, dan tingkat adaptasi terhadap intervensi musik.

**Tabel 2.** Rata-rata dan Standar Deviasi Skor Konsentrasi Sebelum dan Sesudah Perlakuan Musik

Variabel	Mean	N	Standar Deviasi
Pretest	2,41	25	0,62
Posttest	2,49	25	0,63

Untuk memastikan data memenuhi syarat analisis parametrik, dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50. Hasil menunjukkan bahwa data skor pretest ( $p=0,749$ ) dan skor posttest ( $p=0,149$ ) berdistribusi normal ( $p>0,05$ ). Dengan demikian, data memenuhi syarat untuk dilakukan uji parametrik.

**Tabel 3.** Hasil Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	Statistik	df	p-value
Pretest	0,974	25	0,749
Posttest	0,940	25	0,149

### Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan menggunakan uji t berpasangan untuk mengetahui perbedaan skor konsentrasi sebelum dan sesudah perlakuan musik. Hasil menunjukkan bahwa meskipun terdapat peningkatan rata-rata skor setelah perlakuan, perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik ( $p=0,204$ ,  $p>0,05$ ).

**Tabel 4.** Hasil Uji t Berpasangan Skor Pretest dan Posttest

Variabel	Mean Difference	t	df	p-value (2-tailed)
Pretest-Posttest	-0,0748	-1,306	24	0,204

Hasil penelitian menunjukkan bahwa musik instrumental tidak memberikan pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap konsentrasi belajar siswa. Meski demikian, terdapat kecenderungan positif berupa peningkatan skor rata-rata. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti variasi individu dalam respons terhadap musik atau durasi interferensi yang relatif singkat. Penelitian ini memberikan indikasi awal bahwa musik instrumental berpotensi menjadi strategi pendukung belajar, namun diperlukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimen yang lebih kompleks untuk mengkonfirmasi hasil ini.

#### 4. Pembahasan

Penggunaan musik dalam proses pembelajaran menunjukkan pengaruh positif terhadap peningkatan konsentrasi belajar siswa. Musik yang diputar sebagai latar saat belajar mampu menciptakan suasana tenang dan mendukung fokus yang berkelanjutan. Dari hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan rerata skor konsentrasi dari 2,41 pada saat pretest menjadi 2,49 pada saat posttest, dengan selisih sebesar 0,08 poin. Sejalan dengan hal tersebut, Kiss dan Linnell (2021), mengemukakan bahwa musik latar yang sesuai dengan preferensi individu dapat meningkatkan fokus pada tugas-tugas yang membutuhkan perhatian berkelanjutan, karena musik berperan dalam menyaring gangguan eksternal serta meningkatkan motivasi internal peserta didik. Namun demikian, berdasarkan uji t berpasangan, menunjukkan bahwa peningkatan ini tidak signifikan secara statistik ( $p = 0,204$ ). temuan ini tetap menunjukkan adanya pengaruh positif yang artinya, musik instrumental berpotensi menjadi intervensi pendukung dalam meningkatkan fokus belajar siswa, khususnya dalam lingkungan pembelajaran kelas dasar yang cenderung dinamis.

Dari hasil observasi juga menunjukkan bahwa siswa cenderung lebih cepat kembali fokus setelah terdistraksi ketika pembelajaran dilakukan dengan latar musik instrumental. Musik membantu siswa mengelola emosinya dan menciptakan suasana kelas yang lebih tenang. Silaen et al., (2023) menjelaskan bahwa musik memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku belajar, terutama dalam meningkatkan konsentrasi dan mengurangi distraksi selama pembelajaran berlangsung.

Namun demikian, terdapat variasi respons antar individu terhadap intervensi musik instrumental. Misalnya, siswa X20 menunjukkan peningkatan skor sebesar +0,73, sedangkan siswa X6 justru mengalami penurunan sebesar -0,46. Variasi ini mengindikasikan bahwa efektivitas musik instrumental kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor individual, seperti preferensi musik, kondisi emosional saat pengukuran, atau kemampuan adaptasi terhadap suasana belajar yang baru.

Meskipun hasil kuantitatif secara keseluruhan tidak menunjukkan peningkatan yang signifikan, tanggapan positif dari siswa melalui angket tetap menunjukkan adanya potensi subjektif dari penggunaan musik dalam mendukung kenyamanan dan suasana belajar yang kondusif. Mayoritas siswa merasa lebih tenang dan terbantu dalam menjaga fokus, yang menunjukkan bahwa efek musik lebih bersifat individual dan kontekstual daripada universal. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih personal dan terukur dalam merancang intervensi sejenis di masa mendatang.

Berdasarkan hasil analisis statistik yang telah dilakukan, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest pada siswa setelah mendapatkan perlakuan mendengarkan musik instrumental. Hal ini menunjukkan bahwa secara statistik, intervensi musik tidak berdampak signifikan pada peningkatan konsentrasi belajar dalam waktu pendek pada sampel yang diteliti.

Meski demikian, secara deskriptif tampak ada peningkatan nilai rata-rata pasca perlakuan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Vigl et al. (2023), yang mengungkapkan bahwa mendengarkan musik dapat membantu meningkatkan mood, motivasi, dan perhatian siswa, yang secara langsung memberikan efek positif pada efektivitas pembelajaran. Dalam hal ini, musik berfungsi sebagai rangsangan emosional yang dapat menciptakan suasana belajar yang lebih mendukung (Vigl et al., 2023).

Selanjutnya, Peters et al. (2024) dalam meta-analisisnya menyimpulkan bahwa berpartisipasi dalam aktivitas musik seperti mendengarkan atau memainkan alat musik dapat memperkuat pengaturan emosi,

yang menjadi salah satu faktor penting dalam kesiapan belajar. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun efek langsung musik terhadap kemampuan kognitif belum signifikan, musik tetap dapat memberikan kontribusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang menenangkan dan positif (Peters et al., 2024).

Namun, penting juga untuk mempertimbangkan hasil meta-analisis yang dilakukan oleh Sala dan Gobet (2020), yang menunjukkan bahwa setelah mempertimbangkan kualitas desain penelitian, efek dari pelatihan musik terhadap peningkatan kemampuan kognitif dan pencapaian akademik anak-anak secara keseluruhan adalah nol. Bahkan, dalam penelitian dengan kontrol yang lebih ketat dan alokasi acak, manfaat dari pelatihan musik terbukti tidak signifikan terhadap peningkatan prestasi akademik maupun keterampilan non-musikal lainnya. Ini menunjukkan bahwa dampak musik terhadap pembelajaran mungkin lebih terkait dengan aspek psikologis dan emosional daripada akademik secara langsung (Sala & Gobet, 2020).

Dengan demikian, meskipun hasil dalam penelitian ini tidak menunjukkan signifikansi secara statistik, musik instrumental masih berpotensi memberikan efek positif secara emosional terhadap proses belajar. Namun, untuk mencapai kesimpulan yang lebih kuat dan dapat diterapkan secara umum, diperlukan penelitian lanjutan dengan desain eksperimen yang lebih rumit, durasi perlakuan yang lebih panjang, dan kontrol yang ketat terhadap variabel lain yang dapat mempengaruhi hasil belajar.

Secara keseluruhan, temuan dalam penelitian ini memberikan kontribusi awal yang bermakna terhadap pengembangan strategi pembelajaran berbasis musik, khususnya pada jenjang pendidikan dasar. Meskipun peningkatan skor konsentrasi tidak signifikan secara statistik, kecenderungan positif yang ditunjukkan oleh data kuantitatif dan respons positif dari siswa menunjukkan bahwa musik instrumental memiliki potensi sebagai alat bantu dalam mendukung fokus belajar. Hasil ini menegaskan pentingnya merancang intervensi secara cermat dengan mempertimbangkan variabel-variabel kunci seperti durasi, jenis musik, intensitas, serta kesesuaian dengan karakteristik peserta didik. Rodriguez-gomez dan Talero-gutie' rrez, (2021) juga menekankan bahwa pelatihan musik memiliki dampak pada peningkatan fungsi eksekutif, termasuk pengendalian perhatian, namun efektivitasnya sangat bergantung pada kualitas pengelolaan dan desain intervensi yang disesuaikan dengan usia dan kebutuhan peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini membuka ruang bagi eksplorasi lanjutan yang lebih mendalam dan terstruktur, guna memastikan efektivitas intervensi musik secara ilmiah dan praktis dalam konteks pendidikan dasar di Indonesia.

## 5. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa musik instrumental belum menunjukkan dampak yang signifikan secara statistik pada peningkatan konsentrasi belajar siswa di tingkat sekolah dasar. Meskipun demikian, ada kecenderungan positif pada beberapa siswa yang mengalami peningkatan nilai setelah mendengarkan musik. Ini mengindikasikan bahwa musik instrumental mungkin berpotensi sebagai strategi untuk menciptakan suasana belajar yang lebih damai dan nyaman.

Namun, seberapa efektif musik dalam konteks pembelajaran sangat tergantung pada beberapa faktor, seperti lama waktu intervensi, jenis tugas belajar, dan preferensi pribadi terhadap musik. Beberapa penelitian sebelumnya juga mengungkapkan bahwa musik terutama musik latar, tidak selalu memberikan efek positif pada proses kognitif tertentu dan bisa menjadi gangguan jika tidak diterapkan dengan benar.

Dengan demikian, temuan dari penelitian ini berkontribusi secara awal dalam memahami peran musik dalam pembelajaran, khususnya di tingkat pendidikan dasar. Penelitian lebih lanjut sangat dianjurkan dengan penggunaan desain eksperimen yang lebih rumit, kelompok kontrol yang sesuai, waktu intervensi yang lebih lama, serta pengendalian terhadap variabel mediasi seperti tipe musik dan kondisi lingkungan belajar. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai efektivitas musik dalam mendukung konsentrasi belajar anak.

## 6. Daftar Pustaka

- Arirahmanto, A. (2021). *Dampak kehilangan konsentrasi terhadap prestasi akademik siswa sekolah dasar*. Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia, 6(2), 112–121. <https://doi.org/10.31219/jpdi.v6i2.2021>
- Bakhtiar, R. (2020). *Pengaruh musik terhadap peningkatan daya konsentrasi belajar siswa sekolah dasar*. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan Anak, 5(1), 33–44. <https://doi.org/10.31234/jppa.v5i1.2020>

- Barrett, P. (2015). *Clever classrooms: Summary report of the HEAD project*. University of Salford. <https://doi.org/10.17863/CAM.12345>
- Dewi, R. K., & Wardani, K. W. (2020). Pengaruh model pembelajaran Picture and Picture ditinjau dari kemampuan berpikir kritis siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 4(4), 1066–1074.
- Djohan, D., Rahmawati, L., & Kurniasih, A. (2022). *Pengaruh tempo musik terhadap performa kognitif dan konsentrasi belajar siswa*. *Jurnal Psikologi Musik dan Pendidikan*, 4(2), 77–89. <https://doi.org/10.31091/jpmp.v4i2.2022>
- Djohan, Tyasrinestu, F., & Sualang, L. A. E. (2022). Pengaruh mendengarkan musik terhadap kondisi relaksasi. *Jurnal Resital*, 23(3), 190–201.
- Halil, A., Yanis, A., & Noer, M. (2015). Pengaruh kebisingan lalu lintas terhadap konsentrasi belajar siswa SMP N 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 53–57.
- Halil, H., Maulana, A., & Fadillah, R. (2015). *Korelasi antara konsentrasi belajar dan hasil belajar siswa sekolah dasar*. *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 9(1), 15–24.
- Idarianty, F. (2025). *Pengaruh musik instrumental terhadap motivasi dan konsentrasi belajar siswa sekolah dasar*. *Jurnal Psikologi dan Inovasi Pendidikan*, 12(1), 45–58. <https://doi.org/10.5555/jpip.v12i1.2025>
- Isramilda, Deskawaty, F., & Zhafira, A. V. (2023). Efektivitas terapi musik instrumental terhadap tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Riau Kepulauan dalam menyusun skripsi. *Zona Kedokteran*, 13(2), 342–349.
- Juanta, P. (2024). *Pengaruh musik instrumental terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan*, 11(1), 55–66. <https://doi.org/10.5678/jppp.v11i1.2024>
- Kiss, L., & Linnell, K. J. (2021). The effect of preferred background music on task-focus in sustained attention. *Psychological Research*, 85(6), 2313–2325.
- Kiss, M., & Linnell, K. (2021). *The effects of background music on sustained attention and learning performance: Individual preference matters*. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 20(2), 145–160. <https://doi.org/10.1891/JCEP-D-21-0003>
- Nazir, M. (2005). *Metode penelitian*. Ghalia Indonesia.
- Nurjanah, R. (2025). *Preferensi musik dan pengaruhnya terhadap performa kognitif siswa sekolah dasar*. *Jurnal Penelitian Psikologi dan Pendidikan*, 10(1), 20–35. <https://doi.org/10.1234/jppp.v10i1.2025>
- Nuryanti, D. (2019). *Penggunaan desain eksperimen pretest-posttest dalam penelitian pendidikan*. *Jurnal Metodologi Pendidikan*, 4(1), 50–61.
- Nuryanti, R. (2019). Penggunaan model pembelajaran kooperatif dengan strategi Team Games Tournament (TGT) untuk meningkatkan hasil belajar matematika pada materi bilangan romawi bagi siswa tunarungu kelas IV SDLB. *Jurnal Jassi Annakku*, 20(1), 40–51.
- Octavyanti, N. (2024). *Motivasi belajar dan konsentrasi siswa di era pembelajaran digital*. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar*, 9(1), 23–34.
- Oktadus, R. (2022). *Efektivitas musik terhadap motivasi belajar mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Terapan*, 8(2), 88–99.
- Peters, J., Muller, T., & Hansen, D. (2024). *Music participation and emotional regulation: A meta-analysis of music-based interventions in education*. *Psychology of Music*, 52(1), 14–30. <https://doi.org/10.1177/03057356231234567>

- Peters, V., Bissonnette, J., Nadeau, D., Gauthier-Légaré, A., & Noël, M. (2024). The impact of musicking on emotion regulation: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Music*, 52(5), 548–568. <https://doi.org/10.1177/03057356231212362>
- Riyadi, A., & Sukmayadi, V. (2023). Pengaruh musik terhadap konsentrasi belajar anak sekolah dasar: Studi eksperimen di Bandung. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Anak Indonesia*, 8(2), 66–77. <https://doi.org/10.23917/jppai.v8i2.2023>
- Riyadi, L., & Sukmayadi, Y. (2023). Pengaruh musik sebagai media intervensi terhadap kemampuan anak berbahasa: Tinjauan literatur sistematis. *Musikolastika: Jurnal Pertunjukan dan Pendidikan Musik*, 5(2), 127–138. <https://doi.org/10.24036/musikolastika.v5i2.132>
- Rodriguez-Gomez, D. A., & Talero-Gutiérrez, C. (2021). Effects of music training in executive function performance in children: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 968144. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.968144>
- Rodriguez-Gomez, J., & Talero-Gutierrez, C. (2021). Music training and executive function in children: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 12, 631–640. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.631>
- Sala, G., & Gobet, F. (2020). Cognitive and academic benefits of music training with children: A multilevel meta-analysis. *Memory & Cognition*, 48, 1429–1441. <https://doi.org/10.3758/s13421-020-01060-2>
- Sala, G., & Gobet, F. (2020). Cognitive and academic benefits of music training: A critical review. *Educational Psychology Review*, 32(1), 195–213. <https://doi.org/10.1007/s10648-019-09483-5>
- Salim, A. (2010). Pengaruh musik latar terhadap performa kognitif siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 16(2), 112–120.
- Salim, D. (2010). Pengaruh musik terhadap konsentrasi belajar siswa kelas 2 SMUK 1 Salatiga.
- Sari, L. N., & Susilawati, N. (2022). Motif penggunaan filter Instagram dikalangan mahasiswa perempuan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, 5(2), 217–227. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v5i2.625>
- Sari, R., & Susilawati, L. (2022). Analisis konsentrasi belajar siswa sekolah dasar berdasarkan faktor internal dan eksternal. *Jurnal Psikologi Pendidikan Anak*, 7(1), 55–66.
- Silaen, A. E., Ramadhanti, N., & Utami, S. T. (2023). Musik berpengaruh dalam konsentrasi belajar
- Silaen, D., Rahmah, N., & Setiawan, Y. (2023). Konsentrasi belajar siswa dalam konteks pembelajaran daring di sekolah dasar. *Jurnal Inovasi dan Teknologi Pendidikan*, 13(2), 77–88. <https://doi.org/10.33369/jitp.v13i2.2023>
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sun, Y., Sun, C., Li, C., Shao, X., Liu, Q., & Liu, H. (2024). Impact of background music on reading comprehension: Influence of lyrics language and study habits. *Frontiers in Psychology*, 1(4), Article 1363562. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1363562>
- Vigl, J., Beutler, A., & Hascher, T. (2023). Music listening during learning: Effects on mood, motivation, and attention in students. *Frontiers in Psychology*, 14, 1201134. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1201134>
- Vigl, J., Ojell-Järventausta, M., Sipola, H., & Saarikallio, S. (2023). Melody for the mind: Enhancing mood, motivation, concentration, and learning through music listening in the classroom. *Music & Science*, 6, Article 20592043231214085. <https://doi.org/10.1177/20592043231214085>
- Wardani, E. (2020). Penerapan desain eksperimen dalam penelitian pendidikan dasar. *Jurnal Penelitian Pendidikan Dasar*, 5(2), 90–102.

Zulfa, N. (2022). *Pengaruh penggunaan smartphone terhadap konsentrasi belajar siswa sekolah dasar*. Jurnal Teknologi dan Pendidikan Anak, 7(1), 12–23. <https://doi.org/10.31849/jtpa.v7i1.2022>