

Pengaruh Musik Klasik Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Universitas INABA

Annisa Nabila Guluda^{1*}, Rifqi Farisan Akbar²

¹⁻² Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun Bandung

*Corresponding Email: annisanabilaguluda@student.inaba.ac.id

Abstrak: Konsentrasi belajar merupakan kemampuan penting yang membantu mahasiswa menerima, memahami, dan mengolah informasi selama kegiatan akademik. Musik klasik diperkirakan dapat menciptakan kondisi rileks, menurunkan ketegangan, serta membantu individu mempertahankan perhatian. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun Bandung. Pendekatan kuantitatif digunakan melalui metode eksperimen yang melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Responden penelitian berjumlah 10 mahasiswa yang dibagi secara seimbang, masing-masing lima mahasiswa pada setiap kelompok. Kelompok eksperimen mengerjakan Concentration Grid Test sambil mendengarkan komposisi Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545 karya Wolfgang Amadeus Mozart melalui earphone, sedangkan kelompok kontrol mengerjakan tes yang sama tanpa musik. Instrumen utama penelitian menggunakan Concentration Grid Test, sedangkan observasi digunakan untuk mencatat kondisi responden selama eksperimen. Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics melalui uji normalitas Shapiro–Wilk dan uji Mann–Whitney U. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,419 pada kelompok eksperimen dan 0,735 pada kelompok kontrol. Hasil uji Mann–Whitney U memperoleh nilai U sebesar 6,500, Z sebesar –1,273, dan signifikansi sebesar 0,203. Nilai signifikansi yang lebih besar daripada 0,05 menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan konsentrasi yang signifikan antara kedua kelompok. Temuan penelitian menyimpulkan bahwa pemberian musik klasik belum terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Perbedaan preferensi musik, kebiasaan belajar, kondisi psikologis, durasi perlakuan, dan jumlah responden diduga memengaruhi hasil penelitian.

Kata kunci: konsentrasi belajar, mahasiswa, musik klasik, Mozart, penelitian eksperimen

Abstract: Learning concentration is an essential ability that enables university students to receive, understand, and process information during academic activities. Classical music is assumed to create a relaxed condition, reduce tension, and help individuals maintain attention. This study aimed to analyze the effect of classical music on the learning concentration of Psychology students at Universitas Indonesia Membangun Bandung. A quantitative approach was employed using an experimental method involving an experimental group and a control group. The participants consisted of 10 students who were equally divided into two groups, with five students in each group. The experimental group completed the Concentration Grid Test while listening to Wolfgang Amadeus Mozart's Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545 through earphones, whereas the control group completed the same test without music. The main research instrument was the Concentration Grid Test, while observation was used to record the participants' conditions during the experiment. Data were analyzed using IBM SPSS Statistics through the Shapiro–Wilk normality test and the Mann–Whitney U test. The normality test produced significance values of 0.419 for the experimental group and 0.735 for the control group. The Mann–Whitney U test generated a U value of 6.500, a Z value of –1.273, and a significance value of 0.203. The significance value exceeding 0.05 indicated no statistically significant difference in concentration between the two groups. The findings concluded that classical music had not been proven to significantly affect students' learning concentration. Musical preferences, study habits, psychological conditions, treatment duration, and the limited sample size may have influenced the findings.

Keywords: classical music, experimental research, learning concentration, Mozart, university students

PENDAHULUAN

Konsentrasi belajar adalah sebuah kata yang sering kita dengar, setiap orang pasti berharap dirinya dapat berkonsentrasi secara maksimal. Kenyataannya tidak semua individu memiliki hal tersebut, terkadang beberapa individu mengalami kesulitan dalam konsentrasi baik yang melibatkan kognitif maupun psikomotorik, bagi seorang mahasiswa hal ini merupakan hal yang penting, dikarenakan mahasiswa dituntut untuk memiliki konsentrasi yang baik. Engkoswara (Kaur, 2014). Siswanto (2007) menyebutkan bahwa konsentrasi yaitu kemampuan untuk memusatkan perhatian secara penuh pada suatu objek yang sedang dihadapi.

Selaras dengan pendapat di atas Surya (2010) menyatakan bahwa konsentrasi belajar adalah pemusatan fungsi jiwa dan pemikiran seseorang terhadap objek yang berkaitan dengan belajar, konsentrasi belajar ini sangat penting dalam proses pembelajaran karena merupakan usaha dasar untuk dapat mencapai prestasi belajar yang lebih baik. Konsentrasi memungkinkan individu untuk terhindar dari pikiran-pikiran yang mengganggu ketika berusaha untuk memecahkan persoalan yang sedang dihadapi (Jacko Andreas, 2016).

Engkoswara (Kaur, 2014) menjelaskan mengenai klasifikasi perilaku belajar yaitu berdasarkan perilaku kognitif, perilaku afektif, dan perilaku psikomotor. Perilaku kognitif adalah suatu perilaku yang berkaitan dengan kognitif, seperti kesiapan ilmu pengetahuan yang dapat muncul seketika ketika dibutuhkan, dapat mengaplikasi pengetahuan yang diperoleh, serta komperhensif terhadap penafsiran informasi. Perilaku afektif seperti keinginan untuk menjawab pertanyaan, adanya perhatian pada suatu objek, serta perilaku psikomotor contohnya adalah komunikasi non-verbal, gerakan badan yang sesuai dengan yang seharusnya, serta ekspresi wajah.

Banyak individu yang tidak mampu berkonsentrasi ketika menghadapi tekanan. Berdasarkan wawancara yang dilaksanakan pada bulan Mei 2016 dengan subjek berinisial GT, dia mengatakan bahwa terkadang tidak dapat berkonsentrasi dengan baik saat proses belajar mengajar, pada saat ia sedang memiliki banyak masalah. Perhatian GT terpecah-pecah dalam berbagai arus pemikiran yang justru membuat persoalan menjadi semakin kabur dan tidak terarah. Responden yang berinisial DT mengaku mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika suara gaduh atau keadaan sekitar berisik, kotor yang membuat pikirannya terpecah. Kasus serupa dialami juga oleh AN. berdasarkan hasil wawancara didapati AN terkadang tidak fokus saat belajar di kelas karena perhatiannya teralih pada *game online* yang ia gemari (Jacko Andreas, 2016). Konsentrasi belajar memiliki pengaruh signifikan terhadap prestasi belajar siswa, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian Kintari, (2014) mengenai dampak konsentrasi dan kreativitas belajar terhadap prestasi siswa kelas XI IPS di SMA Muhammadiyah 1 Sragen. Dalam penelitiannya, Kintari menyatakan bahwa konsentrasi belajar yang baik akan meningkatkan prestasi belajar siswa, sedangkan konsentrasi yang kurang baik akan berdampak negatif pada prestasi belajar mereka.

Kesulitan konsentrasi tidak dapat diabaikan begitu saja, karena menurut Surya (2010) berdasarkan penelaahan para ahli salah satu penyebab rendahnya kualitas dan prestasi belajar siswa disebabkan oleh lemahnya kemampuan konsentrasi. Ketidakmampuan siswa dalam melakukan konsentrasi ini merupakan permasalahan aktual yang harus di atasi. Konsentrasi belajar ini tidak muncul dengan sendirinya atau bawaan bakat dari lahir, melainkan konsentrasi belajar ini harus diciptakan dan direncanakan. Pada dasarnya setiap individu memiliki kesempatan yang sama untuk dapat memiliki kemampuan konsentrasi yang baik, permasalahannya adalah mengenai cara memunculkan atau mendatangkan kemampuan konsentrasi tersebut dalam diri setiap siswa (Surya, 2010).

Menurut Olivia (2010), Konsentrasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pikiran yang tidak fokus, masalah kesehatan fisik, partisipasi aktif siswa di kelas, dan lingkungan sekitar. suara yang teratur atau musik termasuk dalam faktor lingkungan yang dapat memengaruhi konsentrasi. Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh dua faktor utama: faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal mencakup minat belajar, motivasi, dan kondisi fisik siswa. Sementara itu, faktor eksternal meliputi suasana lingkungan, pencahayaan, penjadwalan aktivitas, serta suara (Olivia, 2010). Berdasarkan penjelasan mengenai konsentrasi serta beberapa faktor yang memengaruhinya, salah satu faktor yang memengaruhi konsentrasi di atas merupakan lingkungan. Faktor lingkungan memiliki beberapa aspek, salah

satunya adalah suara. Terdapat suara yang tidak beraturan, namun ada yang beraturan dan memiliki ritme, suara yang beraturan dan memiliki ritme adalah musik (Jacko Andreas, 2016).

Musik di negara-negara maju dimanfaatkan tidak hanya untuk kepentingan seni, tetapi juga untuk keperluan umum. Namun, di Indonesia, pemanfaatan musik untuk hal-hal yang berhubungan dengan kehidupan sehari-hari masih kurang berkembang. Contohnya, pusat perbelanjaan yang memutar musik bertujuan untuk mengurangi ketegangan atau kelelahan pengunjung, sehingga mereka merasa lebih nyaman dan terdorong untuk berbelanja. Di restoran cepat saji, musik diputar dengan tujuan agar pengunjung tidak berlama-lama dan segera meninggalkan tempat setelah selesai makan (Djohan, 2009). Musik menurut Djohan (2009) adalah suara yang terorganisir yang mengalir dalam ruang. Pernyataan Djohan sesuai dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) yakni musik adalah nada atau suara yang disusun demikian rupa sehingga mengandung irama, lagu, dan keharmonisan. Musik memiliki dimensi kreatif selain bagian-bagian yang identik dengan proses belajar secara umum, sebagai contoh, dalam musik terdapat analogi melalui persepsi, visual, auditori, antisipasi, induktif-deduktif, memori, konsentrasi, dan logika, selain itu musik juga sebagai alat untuk meningkatkan dan membantu perkembangan kemampuan pribadi. Perkembangan pribadi meliputi aspek kompetensi kognitif, penalaran, inteligensi, kreativitas, membaca, bahasa, sosial, perilaku dan interaksi sosial (Djohan, 2009).

Musik adalah cabang seni yang membahas dan menetapkan berbagai suara ke dalam pola-pola yang dapat dimengerti dan dipahami manusia (Banoe, 2003). Menurut Jamalus, (1988) musik adalah suatu hasil karya seni bunyi dalam bentuk lagu atau komposisi musik, yang mengungkapkan pikiran dan perasaan penciptanya melalui unsur-unsur musik, yaitu irama, melodi, harmoni, bentuk/struktur lagu dan ekspresi sebagai satu kesatuan. Musik Klasik adalah salah satu jenis musik diatonis di antara sekian banyak jenisnya. Istilah Klasik dalam sejarah musik Barat adalah suatu zaman yang besar pada abad 1800 dan terletak di antara zaman Barok dan Romantik, Musik Klasik juga dibagi menjadi beberapa aliran sesuai dengan abad perkembangan musik tersebut seperti musik pada zaman abad Pertengahan (600-1450), zaman Renaisans (1450-1600), zaman Barok (1600-1750), musik Klasik (1750-1820), dan setelah zaman klasik, kemudian muncul zaman Romantik (1800- 1920) (Simamora, 2021). Musik terdiri dari beberapa elemen salah satu elemennya adalah suara yang dihasilkan dari instrumen musik. Instrumen musik merupakan alat musik yang dapat diklasifikasikan berdasarkan sumber bunyinya dan cara memainkannya seperti alat musik tiup, alat musik pukul, alat musik gesek, dan alat musik petik. Menurut sumber bunyinya yang diklasifikasikan seperti *Idiophone*, *Chordophone*, *Membranophone*, *Aerophone* dan *Elektrophone* Menurut (Syafiq, 2003).

Musik memiliki dimensi kreatif selain bagian-bagian yang identik dengan proses belajar secara umum, sebagai contoh, dalam musik terdapat analogi melalui persepsi, visual, auditori, antisipasi, induktif-deduktif, memori, konsentrasi, dan logika, selain itu musik juga sebagai alat untuk meningkatkan dan membantu perkembangan kemampuan pribadi. Perkembangan pribadi meliputi aspek kompetensi kognitif, penalaran, inteligensi, kreativitas, membaca, bahasa, sosial, perilaku dan interaksi sosial (Djohan, 2009). Musik dipercaya memiliki banyak manfaat khususnya membantu anak untuk mengembangkan intelektual, emosi, motor, dan keterampilan sosial. Salah satu penelitian Djohan (2009) membuktikan hubungan antara musik dan kemampuan membaca terhadap dua kelompok subjek. Kelompok satu diberi treatment (aktivitas musik dengan metode Kodaly) dan yang satu lagi sebagai kelompok kontrol. Kelompok kontrol adalah subjek yang telah disetarakan baik usia, IQ, maupun status sosial ekonominya. Instruksi musik akan diberikan intensif selama lima hari per minggu masing-masing 40 menit per hari, dalam jangka waktu penelitian tujuh bulan.

Sebelum diberi perlakuan dilakukan pengukuran kemampuan subjek dalam hal membaca yang kemudian diuji lagi di akhir penelitian. Pada akhir penelitian diperoleh bukti

bahwa skor kelompok yang mendapat treatment musik lebih tinggi kemampuan membacanya yakni 88% dan kelompok kontrol sebesar 72% (Djohan, 2009) Musik memiliki beberapa jenis salah satunya adalah musik klasik. Musik klasik adalah suatu jenis musik yang sudah mendunia serta memiliki komposisi melodi yang ritmis dan kompleks. Musik klasik dipercaya dapat mengaktifkan bagian dari struktur otak, terutama pada bagian prefrontal. Area ini berfungsi terutama terhadap memory jangka pendek atau short term memory (Simanjuntak, 2014).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Kusuma (2009) mengenai pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi dengan instrumen Mozart “Andante, Piano Concerto No. 21 In C Major, KV. 465”. Pengukuran konsentrasi diukur berdasarkan waktu pengerjaan Jhonson Pascal Test dengan subjek berjumlah 30 orang mahasiswa. Hasilnya konsentrasi dalam mengerjakan Jhonson Pascal Test saat mendengarkan musik klasik 111,37 detik, lebih cepat dibandingkan sebelum mendengarkan musik klasik 133,40 detik. Penelitian mengenai konsentrasi belajar yang diteliti oleh Salim (2010) menyatakan faktor lingkungan yang berlatar belakang musik memiliki pengaruh dengan konsentrasi siswa kelas 2 SMUK 1 Salatiga.

Penelitian tersebut disebutkan bahwa musik heavy metal berpengaruh negatif terhadap konsentrasi belajar siswa, dengan kata lain musik heavy metal berdampak buruk bagi konsentrasi belajar siswa, namun demikian musik tidak semuanya berdampak negatif, Berdasarkan penelitian yang dilakukan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa tidak semua jenis musik dapat berdampak buruk bagi konsentrasi siswa, musik klasik dengan ciri khasnya menggunakan alat-alat musik instrumen dapat berdampak positif bagi kemampuan konsentrasi siswa.

LANDASAN TEORI

Konsentrasi Belajar

Konsentrasi belajar merupakan kemampuan individu untuk memusatkan perhatian, pikiran, perasaan, serta kemauan pada aktivitas pembelajaran. Kemampuan ini membantu mahasiswa menerima, memahami, dan mengolah informasi tanpa mudah terganggu oleh stimulus yang tidak berkaitan dengan kegiatan belajar. Sardiman (2010) menjelaskan bahwa konsentrasi merupakan pemusatan seluruh kekuatan perhatian pada suatu situasi belajar. Wibowo (2012) memaknai konsentrasi sebagai kemampuan memfokuskan perhatian melalui keselarasan pikiran dan kondisi emosional. Konsentrasi tidak hanya melibatkan kemampuan kognitif, tetapi juga membutuhkan kesiapan psikologis agar mahasiswa mampu mempertahankan fokus. Djamarah (2012) menegaskan bahwa proses belajar memerlukan pemusatan perhatian agar kegiatan pembelajaran berlangsung efektif. Perhatian yang mudah terpecah dapat menyebabkan individu kesulitan memahami materi, mengingat informasi, serta menyelesaikan tugas. Dimiyati dan Mudjiono (2009) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar berkaitan dengan kemampuan memusatkan perhatian pada materi maupun proses memperoleh pengetahuan. Konsentrasi juga melibatkan kemampuan memilih informasi yang relevan serta mengabaikan rangsangan lain yang tidak mendukung tujuan belajar.

Nugroho (2007) mengemukakan tujuh aspek konsentrasi belajar, yaitu pemusatan pikiran, motivasi, rasa khawatir, perasaan tertekan, gangguan pemikiran, gangguan kepanikan, serta kesiapan belajar. Pemusatan pikiran menunjukkan kemampuan individu mengarahkan perhatian pada materi yang dipelajari. Motivasi berperan sebagai dorongan untuk mempertahankan ketekunan selama pembelajaran. Rasa khawatir, tekanan, gangguan pemikiran, serta kepanikan dapat membagi perhatian sehingga proses pengolahan informasi menjadi kurang optimal. Kesiapan belajar mencerminkan kondisi fisik dan psikologis yang memungkinkan individu menerima materi secara efektif. Surya (2009) menjelaskan bahwa konsentrasi belajar dipengaruhi oleh minat, motivasi, kondisi emosional, kesehatan jasmani,

lingkungan belajar, serta keaktifan mahasiswa. Minat dan motivasi yang tinggi membantu mahasiswa mempertahankan perhatian, sedangkan kecemasan, kemarahan, ketakutan, serta tekanan psikologis dapat mengganggu fokus. Kondisi sakit, kurang tidur, lapar, atau kelelahan juga dapat menurunkan kemampuan berkonsentrasi. Lingkungan yang bising, kurang nyaman, pencahayaan yang tidak sesuai, serta temperatur ruangan yang tidak mendukung dapat mengalihkan perhatian selama proses belajar.

Konsentrasi belajar dapat dipahami sebagai kemampuan kompleks yang dipengaruhi aspek kognitif, emosional, fisik, motivasional, serta lingkungan. Musik sebagai bagian lingkungan belajar dapat menjadi stimulus yang mendukung atau mengganggu perhatian mahasiswa. Pengaruh musik bergantung pada jenis musik, keteraturan suara, volume, preferensi individu, serta karakteristik tugas yang sedang dikerjakan.

Musik Klasik

Musik merupakan susunan bunyi yang memiliki ritme, melodi, harmoni, serta struktur tertentu. Banoe (2003) mendefinisikan musik sebagai cabang seni yang mengatur berbagai suara ke dalam pola yang dapat dipahami manusia. Jamalus (1988) menjelaskan bahwa musik merupakan karya seni bunyi berbentuk lagu atau komposisi yang mengungkapkan pikiran serta perasaan melalui unsur irama, melodi, harmoni, struktur, dan ekspresi. Djohan (2009) memandang musik sebagai suara terorganisasi yang dapat memengaruhi perhatian, ingatan, emosi, kreativitas, serta konsentrasi. Musik klasik merupakan jenis musik diatonis yang berkembang dalam tradisi musik Barat. Budhiana (2001) menjelaskan bahwa periode klasik berada di antara zaman Barok dan Romantik. Simamora (2021) membagi perkembangan musik Barat ke dalam periode Abad Pertengahan, Renaisans, Barok, Klasik, serta Romantik. Setiap periode memiliki ciri berbeda dalam penggunaan melodi, tempo, harmoni, struktur komposisi, dan instrumen.

Karakteristik musik klasik terlihat pada susunan melodi, ritme, harmoni, serta dinamika yang relatif teratur. Keteraturan tersebut menghasilkan stimulus auditori yang lebih stabil dibandingkan suara lingkungan yang tidak terorganisasi. Syafiq (2003) menjelaskan bahwa instrumen musik dapat diklasifikasikan berdasarkan sumber bunyi, seperti idiophone, chordophone, membranophone, aerophone, serta electrophone. Perbedaan instrumen dan komposisi dapat menimbulkan respons psikologis yang berbeda pada setiap pendengar. Djohan (2009) menyatakan bahwa musik berkaitan dengan proses belajar, seperti persepsi, memori, penalaran, kreativitas, logika, serta konsentrasi. Musik bertempo cepat atau berintensitas tinggi dapat mengganggu perhatian, sedangkan musik dengan tempo stabil dan volume terkendali dapat menciptakan suasana lebih rileks. Pengaruh musik dipengaruhi oleh jenis komposisi, tempo, volume, durasi pemutaran, serta karakteristik pendengar.

Penelitian ini menggunakan komposisi Wolfgang Amadeus Mozart berjudul Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545. Musik diperdengarkan melalui earphone kepada kelompok eksperimen selama mengerjakan tes konsentrasi. Pemilihan komposisi tersebut didasarkan pada strukturnya yang teratur dan harmonis. Penggunaan earphone bertujuan menyeragamkan stimulus musik serta mengurangi gangguan suara dari lingkungan. Musik klasik ditempatkan sebagai variabel bebas yang diduga memengaruhi konsentrasi belajar. Pengaruh tersebut tidak selalu sama pada setiap individu karena dipengaruhi preferensi musik, kebiasaan belajar, suasana hati, kondisi fisik, tingkat kesulitan tugas, serta kebutuhan terhadap suasana belajar yang tenang.

Pengaruh Musik Klasik terhadap Konsentrasi Belajar

Musik klasik dapat memengaruhi konsentrasi melalui stimulus auditori yang bekerja terhadap relaksasi, perhatian, emosi, serta aktivitas kognitif. Tempo dan pola bunyi yang teratur

dapat menciptakan kondisi rileks tetapi tetap waspada. Supradewi (2010) menjelaskan bahwa proses belajar lebih mudah berlangsung ketika individu berada dalam keadaan santai dan reseptif. Musik Barok dengan tempo sekitar 60–80 ketukan per menit dinilai mendekati detak jantung manusia dalam kondisi rileks sehingga dapat membantu mengarahkan perhatian pada aktivitas pembelajaran. Kondisi rileks berkaitan dengan gelombang alfa pada frekuensi 8–12 Hz yang muncul ketika individu berada dalam keadaan tenang, sadar, dan tetap waspada (Mustajib, 2010; Pasiak, 2007). Keadaan tersebut dikenal sebagai *relaxed alertness* atau kewaspadaan yang rileks. Ostrander dan Schoeder, sebagaimana dikutip dalam Supradewi (2010), menyatakan bahwa ritme alfa dapat mendukung fungsi hippocampus dan area somatosensori yang berkaitan dengan memori, penerimaan rangsangan, serta pengolahan informasi. Musik klasik juga dapat mengurangi kecemasan dan ketegangan sehingga perhatian individu lebih terarah pada tugas belajar.

Zamil (2016) menjelaskan bahwa pengalaman musikal dapat memengaruhi fungsi kognitif dan emosional karena otak memiliki sifat plastis. Kotu (2017) menyatakan bahwa musik klasik, Barok, dan instrumental dapat membantu menciptakan suasana belajar yang rileks serta meningkatkan konsentrasi. Musik instrumental tidak mengandung lirik sehingga gangguan bahasa yang dapat membagi perhatian relatif lebih kecil. Campbell (2001) juga menjelaskan bahwa musik dapat menurunkan stres sebelum ujian dan membantu kesiapan individu dalam menghadapi tugas akademik. Ortiz (2002) menyatakan bahwa musik dapat menenangkan pikiran, meningkatkan kewaspadaan, mendukung konsentrasi, serta mengurangi gangguan suara eksternal. Raharja (2009) menjelaskan bahwa musik Mozart berpotensi mendukung kemampuan verbal, memori, kreativitas, suasana hati, motivasi, serta konsentrasi. Manfaat tersebut menunjukkan bahwa musik klasik dapat menjadi stimulus pendukung belajar, meskipun pengaruhnya tidak selalu sama pada setiap individu.

Hidayat (2011) menemukan bahwa kelompok yang mendengarkan musik klasik memiliki peningkatan daya tahan konsentrasi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selisih rata-rata skor kelompok eksperimen mencapai 2,75, sedangkan kelompok kontrol sebesar 0,5. Nilai *t* hitung sebesar 3,100 juga lebih tinggi daripada *t* tabel sebesar 2,145. Kusuma (2009) memperoleh hasil serupa karena responden menyelesaikan Johnson Pascal Test lebih cepat ketika mendengarkan musik klasik Mozart, yaitu 111,37 detik dibandingkan 133,40 detik sebelum perlakuan. Salim (2010) menunjukkan bahwa pengaruh musik terhadap konsentrasi bergantung pada jenis musik yang digunakan. Musik heavy metal ditemukan memberikan pengaruh negatif karena tempo cepat dan intensitas tinggi dapat membagi perhatian. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa tidak seluruh jenis musik dapat mendukung konsentrasi belajar.

Efektivitas musik klasik juga dipengaruhi preferensi musik, kebiasaan belajar, kondisi emosional, volume, tingkat kesulitan tugas, serta karakteristik individu. Mahasiswa yang terbiasa belajar sambil mendengarkan musik mungkin merasa lebih fokus, sedangkan mahasiswa yang membutuhkan suasana sunyi dapat menganggap musik sebagai gangguan. Musik klasik dalam penelitian ini diposisikan sebagai stimulus lingkungan yang diduga menciptakan relaksasi, mengurangi gangguan eksternal, serta membantu pemusatan perhatian. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat konsentrasi antara mahasiswa yang mendengarkan musik klasik dan mahasiswa yang tidak mendengarkan musik klasik. Kelompok eksperimen diperkirakan memiliki tingkat konsentrasi lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

METODE

Desain dan Variabel Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode eksperimen untuk mengetahui pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa metode eksperimen digunakan untuk menguji pengaruh suatu perlakuan dalam kondisi terkendali. Setyorini dan Wibhowo (2008) menyatakan bahwa eksperimen melibatkan manipulasi variabel bebas untuk melihat perubahan pada variabel terikat. Penelitian melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mengerjakan tes konsentrasi sambil mendengarkan musik klasik, sedangkan kelompok kontrol mengerjakan tes tanpa musik. Responden berjumlah 10 mahasiswa yang dibagi menjadi lima orang pada setiap kelompok. Seluruh responden mengikuti tes dalam kondisi ruangan, waktu, dan instruksi yang relatif sama.

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Kelompok	Responden	Kondisi Perlakuan	Pengukuran
Kelompok eksperimen	5 mahasiswa	Mengerjakan tes sambil mendengarkan musik klasik Mozart	<i>Concentration Grid Test</i>
Kelompok kontrol	5 mahasiswa	Mengerjakan tes tanpa musik klasik	<i>Concentration Grid Test</i>

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah musik klasik, sedangkan variabel terikatnya adalah konsentrasi belajar mahasiswa. Musik klasik diberikan melalui komposisi Wolfgang Amadeus Mozart berjudul Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545. Komposisi tersebut diperdengarkan melalui earphone yang terhubung dengan perangkat pemutar musik selama responden kelompok eksperimen mengerjakan tes konsentrasi. Kelompok kontrol menyelesaikan tes tanpa memperoleh perlakuan musik. Konsentrasi belajar secara operasional dipahami sebagai kemampuan mahasiswa memusatkan perhatian pada tugas yang sedang dikerjakan serta mengurangi pengalihan perhatian terhadap rangsangan lain. Wibowo (2012) mendefinisikan konsentrasi sebagai pemfokusan terhadap suatu objek melalui keselarasan antara kekuatan pikiran dan kondisi psikologis individu.

Tingkat konsentrasi dalam penelitian ini direpresentasikan melalui skor yang diperoleh responden pada *Concentration Grid Test*. Beberapa variabel kontrol diperhatikan agar perbedaan skor konsentrasi tidak terlalu banyak dipengaruhi faktor di luar perlakuan. Variabel kontrol tersebut meliputi kebisingan, temperatur ruangan, rentang usia responden, kondisi tempat pelaksanaan tes, penggunaan perangkat audio, serta keseragaman instruksi. Kebisingan dikendalikan melalui penggunaan ruangan yang relatif tenang karena suara yang tidak dikehendaki dapat mengganggu kesehatan, kenyamanan, dan aktivitas individu (Sucipto, 2014). Temperatur ruangan dipertahankan pada kondisi yang nyaman agar responden tidak mengalami gangguan fisik selama mengerjakan tes. Rentang usia responden ditetapkan antara 18–27 tahun sesuai dengan karakteristik mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Pengendalian kondisi tersebut bertujuan menghasilkan situasi eksperimen yang relatif seragam antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 2. Variabel Penelitian

Jenis Variabel	Variabel	Definisi Operasional
Variabel bebas	Musik klasik	Pemutaran <i>Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545</i> karya Wolfgang Amadeus Mozart melalui earphone selama tes berlangsung
Variabel terikat	Konsentrasi belajar	Kemampuan mahasiswa memusatkan perhatian yang diukur menggunakan <i>Concentration Grid Test</i>

Variabel kontrol	Kebisingan	Kondisi suara di sekitar lokasi penelitian yang dikendalikan agar tidak mengganggu responden
Variabel kontrol	Temperatur	Kondisi suhu ruangan yang dipertahankan dalam keadaan nyaman
Variabel kontrol	Usia	Responden berada pada rentang usia 18–27 tahun
Variabel kontrol	Kondisi pelaksanaan	Kesamaan instruksi, waktu pengerjaan, ruangan, serta alat tes pada kedua kelompok

Populasi, Sampel, dan Instrumen Penelitian

Populasi penelitian terdiri atas mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun Bandung, sedangkan sampel berjumlah 10 mahasiswa yang dibagi menjadi lima orang pada kelompok eksperimen dan lima orang pada kelompok kontrol. Mulyatiningsih (2011) menjelaskan bahwa populasi merupakan sekumpulan individu yang memiliki karakteristik tertentu sebagai wilayah generalisasi penelitian. Pengambilan sampel menggunakan teknik random sampling agar setiap mahasiswa yang memenuhi kriteria memiliki peluang yang sama untuk terpilih (Latipun, 2015). Kriteria responden meliputi mahasiswa aktif berusia 18–27 tahun, bersedia mengikuti seluruh prosedur penelitian, mampu menggunakan earphone, serta berada dalam kondisi fisik yang memungkinkan mengikuti tes. Instrumen utama berupa Concentration Grid Test untuk mengukur kemampuan memusatkan perhatian melalui tugas visual terstruktur, sedangkan observasi digunakan untuk mencatat kesiapan responden, kepatuhan terhadap instruksi, kondisi lingkungan, serta gangguan selama eksperimen. Tes digunakan sebagai teknik pengukuran kemampuan atau perilaku individu (Arifin, 2014), sementara observasi digunakan untuk memperoleh informasi mengenai proses pelaksanaan penelitian (Sugiyono, 2011). Kelayakan instrumen perlu didukung validitas yang menunjukkan kesesuaian alat ukur dengan atribut yang diukur serta reliabilitas yang menunjukkan konsistensi hasil pengukuran (Azwar, 2000; Neuman, 2013).

Prosedur Penelitian dan Analisis Data

Prosedur penelitian meliputi tahap persiapan, penentuan responden, pembagian kelompok, pelaksanaan eksperimen, pengumpulan data, serta analisis statistik. Tahap persiapan mencakup penyediaan instrumen, perangkat pemutar musik, earphone, serta pengondisian ruangan agar tenang dan nyaman. Seluruh responden memperoleh penjelasan dan instruksi yang sama sebelum dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen mengerjakan Concentration Grid Test sambil mendengarkan Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545 karya Wolfgang Amadeus Mozart melalui earphone, sedangkan kelompok kontrol mengerjakan tes yang sama tanpa musik. Observasi dilakukan untuk memastikan kepatuhan responden terhadap prosedur serta mencatat gangguan selama pelaksanaan tes. Data dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics melalui statistik deskriptif, uji normalitas Shapiro–Wilk, dan uji Mann–Whitney U.

Nilai signifikansi uji normalitas sebesar 0,419 pada kelompok eksperimen dan 0,735 pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Ukuran sampel yang kecil menjadi dasar penggunaan uji Mann–Whitney U untuk membandingkan dua kelompok independen karena pengujian parametrik memiliki keterbatasan pada sampel kecil (Field, 2018; Pallant, 2020). Pengujian hipotesis menggunakan taraf signifikansi 0,05, sehingga nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan, sedangkan nilai lebih dari 0,05 menunjukkan bahwa perbedaan kedua kelompok tidak signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Gambaran Umum dan Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun Bandung. Pelaksanaan penelitian melibatkan 10 mahasiswa yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setiap kelompok terdiri atas lima mahasiswa. Kelompok eksperimen mengerjakan Concentration Grid Test sambil mendengarkan komposisi Piano Sonata No. 16 in C Major, K. 545 karya Wolfgang Amadeus Mozart melalui earphone, sedangkan kelompok kontrol mengerjakan tes yang sama tanpa mendengarkan musik klasik.

Kondisi pelaksanaan tes dibuat relatif sama pada kedua kelompok, meliputi ruangan, waktu pengerjaan, instruksi, serta bentuk instrumen. Perlakuan berupa musik klasik menjadi pembeda utama antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pengondisian tersebut bertujuan mengurangi pengaruh faktor luar yang dapat mengganggu konsentrasi responden selama tes berlangsung.

Tabel 3. Gambaran Kelompok Penelitian

Kelompok	Jumlah Responden	Perlakuan	Instrumen
Eksperimen	5 mahasiswa	Mengerjakan tes sambil mendengarkan musik klasik Mozart	<i>Concentration Grid Test</i>
Kontrol	5 mahasiswa	Mengerjakan tes tanpa musik klasik	<i>Concentration Grid Test</i>
Total	10 mahasiswa	—	—

Sumber: Data penelitian diolah, 2026.

Instrumen *Concentration Grid Test* digunakan untuk memperoleh skor konsentrasi yang menunjukkan kemampuan responden dalam mempertahankan perhatian pada tugas visual. Skor yang diperoleh kelompok eksperimen dan kelompok kontrol selanjutnya dibandingkan untuk mengetahui perbedaan tingkat konsentrasi setelah pemberian perlakuan. Data penelitian kemudian dianalisis menggunakan IBM SPSS Statistics melalui uji normalitas dan uji Mann–Whitney U. Laporan penelitian belum mencantumkan nilai minimum, maksimum, rata-rata, dan simpangan baku setiap kelompok sehingga deskripsi data pada bagian ini difokuskan pada jumlah responden, pembagian kelompok, perlakuan, serta instrumen penelitian.

Hasil Pengujian Statistik

Pengujian statistik dilakukan untuk mengetahui distribusi data dan menguji perbedaan tingkat konsentrasi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis diawali melalui uji normalitas Shapiro–Wilk karena jumlah responden pada setiap kelompok hanya lima mahasiswa. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,419 pada kelompok eksperimen dan 0,735 pada kelompok kontrol. Kedua nilai tersebut lebih besar daripada taraf signifikansi 0,05 sehingga data pada masing-masing kelompok dapat dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Statistik Shapiro–Wilk	df	Signifikansi	Keterangan
Eksperimen	0,902	5	0,419	Berdistribusi normal
Kontrol	0,950	5	0,735	Berdistribusi normal

Sumber: Data penelitian diolah menggunakan IBM SPSS Statistics, 2026.

Ukuran sampel yang sangat kecil menjadi pertimbangan penggunaan uji nonparametrik Mann–Whitney U untuk membandingkan skor konsentrasi antara dua kelompok independen. Field (2018) dan Pallant (2020) menjelaskan bahwa sampel berukuran kecil dapat mengurangi kekuatan uji parametrik dalam mendeteksi perbedaan antarkelompok. Penggunaan Mann–Whitney U dinilai lebih sesuai sebagai pendekatan konservatif untuk menguji hipotesis penelitian. Hipotesis nol menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan tingkat konsentrasi belajar antara mahasiswa yang mendengarkan musik klasik dan mahasiswa yang tidak mendengarkan musik klasik. Hipotesis alternatif menyatakan bahwa terdapat perbedaan tingkat konsentrasi antara kedua kelompok. Hasil analisis menunjukkan nilai Mann–Whitney U sebesar 6,500, Wilcoxon W sebesar 21,500, dan nilai Z sebesar $-1,273$. Nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,203, sedangkan nilai *Exact Sig.* sebesar 0,222.

Tabel 5. Hasil Uji Mann–Whitney U

Statistik Pengujian	Nilai
Mann–Whitney U	6,500
Wilcoxon W	21,500
Z	$-1,273$
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,203
<i>Exact Sig. [2 × (1-tailed Sig.)]</i>	0,222

Sumber: Data penelitian diolah menggunakan IBM SPSS Statistics, 2026.

Nilai signifikansi sebesar 0,203 lebih besar daripada taraf signifikansi 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis nol tidak dapat ditolak, sedangkan hipotesis alternatif tidak didukung. Perbedaan skor konsentrasi antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol belum cukup kuat untuk dinyatakan signifikan secara statistik. Pemberian musik klasik Mozart dalam penelitian ini belum terbukti memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun Bandung.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah musik klasik berpengaruh terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Mann–Whitney U diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,203 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa tidak dapat diterima. Artinya, pada penelitian ini pemberian musik klasik belum terbukti meningkatkan konsentrasi belajar mahasiswa secara signifikan.

Hasil penelitian ini kemungkinan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pertama, jumlah responden yang relatif sedikit, yaitu hanya 10 mahasiswa, menyebabkan variasi data menjadi terbatas sehingga kemampuan analisis statistik dalam mendeteksi perbedaan antar kelompok menjadi lebih rendah. Selain itu, masing-masing kelompok hanya terdiri atas lima responden sehingga variasi individual memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap hasil penelitian. Kedua, konsentrasi belajar merupakan kemampuan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal. Menurut Surya (2009), konsentrasi dipengaruhi oleh motivasi belajar, kondisi fisik, keadaan emosional, kelelahan, kesehatan, minat belajar, serta kondisi lingkungan, oleh karena itu, musik klasik bukan merupakan satu-satunya faktor yang dapat meningkatkan konsentrasi belajar seseorang. Selain itu, setiap individu memiliki preferensi musik yang berbeda. Musik klasik yang dianggap mampu menciptakan kondisi rileks bagi sebagian individu belum tentu memberikan efek yang sama pada individu lain. Beberapa

responden kemungkinan belum terbiasa belajar sambil mendengarkan musik sehingga perhatian mereka justru terbagi antara mendengarkan musik dan mengerjakan tes konsentrasi. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2009) yang menemukan bahwa musik klasik Mozart mampu meningkatkan konsentrasi pada mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan kecepatan penyelesaian Johnson Pascal Test setelah responden mendengarkan musik klasik.

Penelitian Hidayat (2011) menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan perlakuan musik klasik memiliki daya tahan konsentrasi yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol. Perbedaan hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, jenis instrumen pengukuran konsentrasi, durasi pemberian perlakuan, maupun jumlah sampel yang digunakan. Meskipun demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa efek musik terhadap kemampuan kognitif tidak selalu konsisten. Efektivitas musik sangat bergantung pada karakteristik individu, jenis musik yang digunakan, situasi belajar, serta tingkat kesulitan tugas yang sedang dikerjakan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa musik klasik belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun (INABA) Bandung. Meskipun demikian, secara deskriptif masih dimungkinkan terdapat perbedaan skor antar kelompok, namun perbedaan tersebut belum cukup besar untuk dinyatakan signifikan secara statistik pada taraf signifikansi 5%.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Indonesia Membangun (INABA) Bandung, dapat disimpulkan bahwa pemberian musik klasik belum memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara mahasiswa yang belajar sambil mendengarkan musik klasik dengan mahasiswa yang belajar tanpa mendengarkan musik klasik. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa musik klasik bukan merupakan satu-satunya faktor yang memengaruhi konsentrasi belajar. Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, baik yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan belajar. Faktor-faktor seperti motivasi belajar, kondisi fisik, tingkat kelelahan, kemampuan mengelola perhatian, suasana lingkungan, serta preferensi individu terhadap musik diduga turut berperan dalam menentukan tingkat konsentrasi selama proses belajar berlangsung, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penggunaan musik klasik dalam penelitian ini belum terbukti mampu meningkatkan konsentrasi belajar mahasiswa. Meskipun demikian, hasil penelitian ini tidak menutup kemungkinan bahwa musik klasik dapat memberikan manfaat bagi individu tertentu, mengingat setiap orang memiliki karakteristik, kebiasaan belajar, dan respons yang berbeda terhadap stimulus musik.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi masukan bagi berbagai pihak. Bagi mahasiswa, diharapkan tidak hanya mengandalkan musik klasik sebagai sarana untuk meningkatkan konsentrasi belajar, tetapi juga memperhatikan berbagai faktor lain yang dapat mendukung proses belajar, seperti menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, menjaga kondisi fisik dan kesehatan, mengatur waktu belajar dengan baik, serta menerapkan strategi belajar yang sesuai dengan karakteristik masing-masing. Bagi pihak Universitas Indonesia Membangun (INABA), hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi dalam mengembangkan lingkungan belajar yang kondusif serta mendorong penerapan berbagai metode pembelajaran yang dapat meningkatkan fokus dan konsentrasi mahasiswa selama mengikuti kegiatan

akademik. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih banyak agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih baik. Selain itu, penelitian berikutnya dapat menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, memperpanjang durasi pemberian perlakuan, serta mengendalikan faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi konsentrasi belajar. Penelitian selanjutnya juga dapat membandingkan pengaruh berbagai jenis musik atau media audio lainnya sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas musik dalam meningkatkan konsentrasi belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Banoe, P. (2003). Kamus musik. Kanisius.
- Dimiyati, & Mudjiono. (2009). Belajar dan pembelajaran. Rineka Cipta.
- Djamarah, S. B. (2012). Psikologi belajar. Rineka Cipta.
- Djohan. (2009). Psikologi musik. Best Publisher.
- Hidayat, S. (2011). Pengaruh musik klasik terhadap daya tahan konsentrasi dalam belajar (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Jacko, A. R. (2016). Pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar (Skripsi, Universitas Katolik Soegijapranata).
- Jamalus. (1988). Panduan pengajaran buku pengajaran musik melalui pengalaman musik. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan.
- Kaur, D. (2014). Pengaruh pengaturan tempat duduk U-shape terhadap konsentrasi belajar siswa primary di Harvard English Course Sei Rampah (Skripsi, Universitas Sumatera Utara).
- Kintari, F. F. (2014). Pengaruh konsentrasi belajar dan kreativitas belajar terhadap prestasi belajar akuntansi siswa kelas XI IPS SMA Muhammadiyah 1 Sragen tahun ajaran 2013/2014 (Naskah Publikasi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kotu, J. T. (2017). Efektivitas penggunaan musik terhadap konsentrasi belajar fisika kelas XI SMAN 3 Sungguminasa. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Kusuma, R. T. (2009). Pengaruh musik klasik Mozart Andante Piano Concerto No. 21 in C Major KV 467 terhadap konsentrasi pada pria dewasa normal (Skripsi, Universitas Kristen Maranatha).
- Olivia, F. (2010). Mendampingi anak belajar. PT Elex Media Komputindo.
- Ortiz, J. M. (2002). Nurturing your child's intelligence. Gramedia Pustaka Utama.
- Pasiak, T. (2007). Brain management for self improvement. Mizan.
- Raharja, B. (2009). Efek musik terhadap prestasi anak usia prasekolah. Cakrawala Pendidikan, 28(2), 132–144.
- Salim, D. (2010). Pengaruh musik terhadap konsentrasi siswa kelas 2 SMUK 1 Salatiga. Jurnal Musik, 2(1), 23–32.
- Simamora. (2021). Sejarah musik klasik Barat. Deepublish.
- Simanjuntak, V. L. (2014). Pengaruh musik klasik Mozart Violin Sonata No. 18 in G KV 301 terhadap memori jangka pendek pada wanita dewasa (Laporan penelitian). Universitas Kristen Maranatha.
- Siswanto. (2007). Kesehatan mental: Konsep, cakupan, dan perkembangannya. Andi Offset.
- Sucipto, C. D. (2014). Keselamatan dan kesehatan kerja. Glosy Publishing.
- Sugiyono. (2011). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kuantitatif. Alfabeta.
- Supradewi, R. (2010). Otak, musik, dan proses belajar. Buletin Psikologi, 18(2), 58–68.
- Surya, H. (2009). Menjadi manusia pembelajar. PT Elex Media Komputindo.
- Syafiq, M. (2003). Ensiklopedia musik klasik. Adicita Karya Nusa.

- Wibowo, A. (2012). Pendidikan karakter: Strategi membangun karakter bangsa berperadaban. Pustaka Pelajar.
- Zamil, I. (2016). Pengaruh musik dan lingkungan belajar terhadap siswa. Jurnal PPKn & Hukum, 11(2), 149–160.