

# The influence of instrumental music on the learning attention of final year psychology students at UIN Malang

## Pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir di UIN Malang

Umdatul Khoirot, Haris Maulana Yusuf, Inarotul Aisyah, Sultoni Bagas Alfikri

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
Jl. Gajayana, No. 50, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur, 65144

### ARTICLE INFO:

Received: 2024-01-11  
Revised: 2024-04-01  
Accepted: 2024-04-28

### Keywords:

Instrumental music,  
focus, psychology  
student

### Kata Kunci:

Musik instrumental,  
fokus, mahasiswa  
psikologi

### ABSTRACT

Attention is the mental ability that allows an individual to focus, direct, and sustain their thoughts on a specific object or task. Unfortunately, many students experience difficulties in maintaining their attention while studying, which can lead to a decline in the quality of learning outcomes. This study aims to evaluate the influence of instrumental music on the learning attention of senior-level psychology students at the State Islamic University (UIN) Malang. The research employs an experimental design with a Single Case Experimental Design approach. The study participants consist of 15 6th-semester psychology students who meet the established inclusion and exclusion criteria. The primary observed variable is learning attention, which is measured using the Digit Symbol test from the Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS). The data analysis results, utilizing a *t*-test, reveal an average increase of -4.6 in learning attention scores from the pre-test to the post-test condition. The 95% confidence interval indicates that the actual difference between pre- and post-intervention instrumental music learning attention scores falls within the range of -4.054 to -5.146. From the analysis and interpretation of the data, it can be concluded that instrumental music has a significant influence in enhancing the learning attention of senior-level psychology students.

### ABSTRACT

Perhatian adalah kemampuan mental yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pikiran, mengarahkannya, dan mempertahankan fokus pada suatu objek atau tugas tertentu. Sayangnya, banyak mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian mereka selama belajar, yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hasil belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. Penelitian ini menggunakan desain eksperimental dengan pendekatan Single Case Experimental Design. Partisipan penelitian terdiri dari 15 mahasiswa psikologi semester 6 yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan. Variabel utama yang diamati adalah perhatian belajar, yang diukur menggunakan alat tes Digit Symbol dari Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS). Hasil analisis data menggunakan uji *t*-test menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor perhatian belajar sebesar -4,6 dari kondisi pre-test ke post-test. Interval kepercayaan 95% menunjukkan bahwa perbedaan sebenarnya antara skor perhatian belajar sebelum dan sesudah intervensi musik instrumental berada dalam rentang -4,054 hingga -5,146. Dari analisis dan interpretasi data dapat disimpulkan bahwa musik instrumental memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir.

©2024 Jurnal Psikologi Tabularasa  
This is an open access article distributed under the CC BY-SA 4.0 license  
(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

**How to cite:** Khoirot, U., Yusuf, H. M., Aisyah, I., & Alfikri, S. Bagas. (2024). Pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir di UIN Malang. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 19(1), 36-45. doi: <http://doi.org/10.26905/jpt.v19.i1.10849>

## **1. PENDAHULUAN**

Perhatian adalah kemampuan mental yang memungkinkan seseorang untuk memusatkan pikiran, mengarahkannya, dan mempertahankan fokus pada suatu objek atau tugas tertentu (Siswanto 2007). Dalam konteks belajar, perhatian sangat penting karena mempengaruhi kemampuan seseorang untuk memproses informasi, memahami materi, dan mengingatnya dengan baik (Olivia 2010). Mahasiswa yang dapat mempertahankan tingkat perhatian yang tinggi cenderung memiliki kinerja belajar yang lebih baik (Muslimah & Apriani 2020)

Menurut Rizqiya (2011) mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mempertahankan perhatian mereka selama belajar, menyebabkan penurunan kualitas hasil belajar yang oleh lingkungan. Salah satu faktor yang mempengaruhi perhatian belajar adalah lingkungan belajar, dan musik sering kali dianggap sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi perhatian belajar mahasiswa (Hartini, 2021). Menurut penelitian Silaen, Ramadhanti, & Utami (2023) telah dilakukan untuk mengetahui pengaruh musik terhadap perhatian belajar mahasiswa.

Terdapat beberapa cara di mana musik mempengaruhi atensi seseorang. Penelitian oleh (Juslin and Västfjäll 2008) menunjukkan bahwa musik dapat membangkitkan berbagai emosi yang memengaruhi perhatian. Misalnya, musik yang menyenangkan atau menenangkan dapat meningkatkan fokus, sementara yang mengganggu atau menakutkan dapat mengganggu konsentrasi. Selain itu, ritme dan kecepatan musik juga memainkan peran penting. Tempo yang cepat sering kali meningkatkan kecepatan pikiran dan gerakan, sedangkan tempo yang lebih lambat dapat menenangkan pikiran dan meningkatkan konsentrasi. Musik juga dapat memicu ingatan atau asosiasi tertentu dalam pikiran seseorang, tergantung pada pengalaman masa lalu atau konteks yang terkait (North, Hargreaves, & Hargreaves 2004). Namun, perlu diingat bahwa respons terhadap musik bersifat subjektif dan dapat dipengaruhi oleh faktor seperti preferensi musik pribadi, kondisi emosional, dan pengalaman sebelumnya (Thoma et al. 2013).

Salah satu teori yang mendasari pengaruh musik terhadap perhatian belajar adalah teori psikologis tentang arousal. Menurut teori ini, musik dapat mempengaruhi tingkat arousal seseorang. Arousal adalah tingkat aktivasi dan kewaspadaan seseorang. Musik yang memiliki tempo cepat dan ritme yang kuat dapat meningkatkan arousal seseorang, sementara musik yang tenang dan lembut dapat menurunkan arousal seseorang. Karena tingkat arousal yang tepat dapat meningkatkan perhatian, maka musik dapat berdampak positif pada perhatian belajar mahasiswa (Chanda & Levitin 2013).

Namun, ada beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa musik bisa memberikan manfaat bagi perhatian belajar seseorang, terutama pada kalangan mahasiswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ferreri et al. 2013), diketahui bahwa musik dapat meningkatkan kemampuan memori verbal, serta menurunkan aktivitas korteks prefrontal yang terkait dengan perencanaan dan kontrol kognitif yang lebih kompleks. Hasil penelitian ini

menunjukkan bahwa musik dapat membantu meningkatkan perhatian dan efektivitas belajar pada mahasiswa. Selain itu, eksplorasi lebih lanjut tentang mekanisme yang mendasari efek musik terhadap perhatian dan kognisi dapat dilakukan untuk memperdalam pemahaman kita tentang bagaimana musik dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Thoma et al. 2013) juga menunjukkan bahwa musik dapat membantu menurunkan tingkat stres pada individu. Dalam penelitian ini, partisipan yang mendengarkan musik saat melakukan tugas yang menimbulkan stres menunjukkan penurunan kadar kortisol dan detak jantung yang lebih rendah daripada partisipan yang tidak mendengarkan musik. Hal ini menunjukkan bahwa musik dapat membantu mengurangi tingkat stres yang dapat mengganggu perhatian dan efektivitas belajar seseorang. Berdasarkan temuan-temuan dari penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa musik dapat memberikan manfaat bagi perhatian belajar mahasiswa.

Penelitian ini dilakukan untuk memahami pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar pada mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Malang. Pemilihan musik sebagai variabel dalam penelitian ini didasarkan pada fakta bahwa musik telah terbukti mempengaruhi emosi, suasana hati, dan proses kognitif manusia, termasuk perhatian dan (Chanda & Levitin 2013). Musik instrumental, yang tidak memiliki lirik, dianggap mampu memberikan stimulasi yang tidak terlalu mengganggu dan dapat membantu meningkatkan fokus dan perhatian selama proses belajar (Ferreri et al. 2013).

Beberapa penelitian sebelumnya telah melaporkan hasil yang mendukung pengaruh musik terhadap perhatian belajar dan kinerja akademik. Sebagai contoh, menemukan bahwa musik dapat meningkatkan kemampuan belajar mahasiswa perguruan tinggi. Sebuah penelitian oleh Muslimah dan Apriani (2020) juga menemukan bahwa mendengarkan musik dapat mempengaruhi perhatian dan kinerja akademik mahasiswa jurusan pendidikan bahasa Inggris.

Namun, penelitian mengenai pengaruh musik instrumental pada perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Malang masih terbatas. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini ditujukan untuk mengisi celah tersebut dan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana musik instrumental dapat mempengaruhi perhatian belajar pada populasi tersebut.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana musik instrumental mempengaruhi perhatian belajar mahasiswa. Dalam penelitian ini, sub tes ke-7 WAIS akan digunakan untuk mengukur tingkat perhatian mahasiswa psikologi tingkat akhir sebelum mendengarkan musik (Baseline) dan mendengarkan musik kemudian membandingkannya. Dengan memahami mekanisme dan pengaruh musik pada perhatian belajar, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dan praktis bagi pengembangan strategi belajar yang efektif untuk mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Malang.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan desain eksperimental dengan teknik single case experimental design (Weinberg & Abramowitz 2008). Teknik ini dipilih untuk menguji pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa psikologi tingkat akhir di UIN Malang. Partisipan penelitian terdiri dari 15 mahasiswa psikologi yang telah memenuhi kriteria inklusi (umur, jenis kelamin, tingkat semester) dan eksklusi (kondisi saat belajar) yang ditetapkan.

Variabel utama yang diamati dalam penelitian ini adalah perhatian belajar. Dalam penelitian ini, digunakan alat tes Digit Symbol sebagai alat ukur perhatian belajar. Tes Digit Symbol adalah subtes dari Wechsler Adult Intelligence Scale (WAIS) yang secara khusus dirancang untuk mengukur kemampuan kognitif, termasuk perhatian dan pemrosesan informasi. Penggunaan alat tes ini dalam penelitian sebelumnya telah terbukti valid dan reliabel dalam mengukur perhatian belajar (Weinberg & Abramowitz 2008). Tes Digit Symbol menguji kemampuan subjek untuk menghubungkan simbol dengan angka yang sesuai dalam batasan waktu tertentu. Tes ini memerlukan pemrosesan informasi yang cepat, perhatian visual, dan koordinasi tangan-mata.

Penelitian ini terdiri dari dua tahap, yaitu tahap pre-test dan tahap intervensi/post-test. Pada tahap pre-test, dilakukan pengukuran baseline perhatian belajar subjek tanpa adanya musik instrumental. Setelah jeda selama 1 jam, subjek langsung melanjutkan ke tahap post-test. Pada tahap ini, subjek diberikan tes Digit Symbol sambil mendengarkan musik instrumental yang dipilih sesuai preferensi mereka.

Musik instrumental yang digunakan sebagai intervensi adalah musik dengan tempo yang lambat dan tanpa lirik. Pilihan musik instrumental tersebut didasarkan pada penelitian sebelumnya yang menunjukkan pengaruh positif musik instrumental terhadap perhatian belajar (Silaen et al., 2023). Dengan memilih musik yang disukai oleh subjek, diharapkan subjek dapat menciptakan suasana yang nyaman dan menikmati pengalaman belajar.

Setelah subjek selesai mengerjakan tes Digit Symbol sambil mendengarkan musik instrumental, skor hasil post-test mereka dicatat untuk dianalisis. Analisis data dilakukan menggunakan software statistik SPSS, sesuai dengan buku "Statistics Using SPSS: An Integrative Approach" oleh (Weinberg & Abramowitz 2008). Uji t-test digunakan untuk membandingkan skor baseline (pre-test) dengan skor post-test subjek, guna menentukan apakah ada perbedaan yang signifikan dalam perhatian belajar subjek setelah mendengarkan musik instrumental.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HASIL**

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini terdiri dari 15 mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas Islam Negeri Malang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk

mengevaluasi pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa. Pertama-tama, dilakukan pengukuran pretest perhatian belajar tanpa intervensi musik. Setelah itu, dilakukan intervensi dengan membiarkan subjek mendengarkan musik instrumental selama post test. Skor perhatian belajar dicatat dalam kedua kondisi tersebut.

Dalam penelitian ini, digunakan alat tes Digit Symbol sebagai alat ukur perhatian belajar. Tes Digit Symbol adalah subtes dari *Wechsler Adult Intelligence Scale* (WAIS) yang secara khusus dirancang untuk mengukur kemampuan kognitif, termasuk perhatian dan pemrosesan informasi. Penggunaan alat tes ini dalam penelitian sebelumnya telah terbukti valid dan reliabel dalam mengukur perhatian belajar (Weinberg & Abramowitz 2008). Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik t-test untuk sampel berpasangan pada perbedaan skor perhatian belajar antara kondisi pretest dan post test.

**Tabel 1** Group Statistics

|                    | Pemahaman Mahasiswa | N  | Mean  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------------------|---------------------|----|-------|----------------|-----------------|
| Musik Instrumental | Pretest             | 30 | 51.07 | 3.194          | .583            |
|                    | Posttest            | 30 | 54.70 | 2.938          | .536            |

Dari tabel diatas maka output yang dihasilkan ada 30 responden yang mengikuti ujian post dan pretes, dengan memperoleh nilai rata-rata 51% dan pada nilai posttest memperoleh nilai rata-rata 54,70% atau sama dengan 54%.

Setelah di kelompokkan tahap selanjutnya yaitu mencari tahu apakah terdapat perbedaan rata-rata antara konsentrasi belajar mahasiswa psikologi sebelum dan sesudah dilakukan tes. Pada hal ini bisa dilihat dalam tabel dibawah ini:

**Tabel 2** Independent Samples Test

|                    | Levene's Test for Equality of Variances | t-test for Equality of Means |      |        |        |                 |                 |                       |   |        |
|--------------------|---|------------------------------|------|--------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|--------|
|                    |   | F                            | Sig. | T      | Df     | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference |        |
|                    |   |                              |      |        |        |                 |                 |                       | Lower                                     | Upper  |
| Musik Instrumental | Equal variances assumed                 | .421                         | .519 | -4.586 | 58     | .000            | -3.633          | .792                  | -5.219                                    | -2.047 |
|                    | Equal variances not assumed             |                              |      | -4.586 | 57.599 | .000            | -3.633          | .792                  | -5.220                                    | -2.047 |

Jika nilai sig. (2-tailed) <0,05 maka terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukannya test. Begitu sebaliknya jika nilai sig. (2-tailed) > 0,05 maka tidak terdapat

perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukannya test. Dari tabel diatas diperoleh nilai pada (2-tailed) 0,000 yang artinya  $0,000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum (pretest) dan sesudah (posttes) dilakukan tes.

Uji independen sampel t-test digunakan untuk mengetahui apakah terdapat rata-rata sampel yang tidak berpasangan dalam uji statistik parametrik ada 2 syarat uji yang harus di lakukan yaitu: uji normalitas dan homogenitas

**Tabel 3** Gambaran statistik deskriptif untuk sampel berpasangan skor perhatian belajar

|        |                            | Paired Samples Statistics |    |                |                 |
|--------|----------------------------|---------------------------|----|----------------|-----------------|
|        |                            | Mean                      | N  | Std. Deviation | Std. Error Mean |
| Pair 1 | Pretest Perhatian Belajar  | 49.73                     | 15 | 3.990          | 1.030           |
|        | Posttest Perhatian Belajar | 54.33                     | 15 | 3.773          | .974            |

Tabel 1 menampilkan statistik deskriptif untuk sampel berpasangan dari skor perhatian belajar, yang mewakili pengukuran pretest dan posttest. Pada pasangan pertama (Pasangan 1), skor rata-rata untuk pretest perhatian belajar dihitung menjadi 49,73, berdasarkan pengamatan dari 15 peserta. Deviasi standar untuk skor pretest ini adalah 3,990, yang mencerminkan sejauh mana variasi di antara skor-skor ini. Standar error mean, yang mengukur ketepatan rata-rata sebagai perkiraan rata-rata populasi yang sebenarnya, dilaporkan sebesar 1,030 untuk pretest. Beralih ke tahap posttest, skor rata-rata untuk perhatian belajar jauh lebih tinggi yaitu 54,33, sekali lagi berdasarkan 15 peserta yang sama. Deviasi standar untuk skor posttest sedikit lebih rendah, yaitu 3,773, mengindikasikan penyebaran skor yang lebih sempit dibandingkan dengan sebelumnya. Standar error mean untuk posttest dihitung sebesar 0,974. Analisis ini mengindikasikan bahwa intervensi –paparan musik instrumental– mungkin telah berkontribusi pada peningkatan perhatian belajar, sebagaimana terlihat dari peningkatan skor rata-rata dari pretest ke posttest.

**Tabel 2** Gambaran uji sampel berpasangan

|        |  | Paired Sample Test |                |                 |   |        |         |    | Significance |             |
|--------|--|--------------------|----------------|-----------------|---|--------|---------|----|--------------|-------------|
|        |  | Mean               | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference |        | t       | df | One-Sided p  | Two-Sided p |
|        |  |                    |                |                 | Lower                                     | Upper  |         |    |              |             |
| Pair 1 | Pretest Perhatian Belajar - Posttest Perhatian Belajar | -4.600             | .986           | .254            | -5.146                                    | -4.054 | -18.076 | 14 | <,001        | <,001       |

Tabel 2 menggambarkan hasil dari uji sampel berpasangan yang dilakukan. Pada pasangan pertama (Pair 1), terdapat selisih rata-rata antara skor pretest perhatian belajar dan skor posttest perhatian belajar sebesar -4.600. Standar deviasi dari selisih skor ini adalah 0.986,

menunjukkan sejauh mana variasi skor-skor tersebut dari nilai rata-rata. Selain itu, standar error mean dari selisih skor adalah 0.254, yang mengindikasikan ketepatan perkiraan rata-rata selisih. Interval kepercayaan 95% dari perbedaan ini adalah antara -5.146 hingga -4.054, yang menunjukkan rentang di mana perbedaan sebenarnya kemungkinan besar berada.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai t sebesar -18.076 dengan derajat kebebasan (df) sebanyak 14. Nilai signifikansi untuk uji satu arah adalah kurang dari 0.001 dan untuk uji dua arah juga kurang dari 0.001. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan antara skor pretest dan posttest perhatian belajar sangat signifikan secara statistik.

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh rata-rata perbedaan antara skor pretest perhatian belajar dan skor posttest perhatian belajar sebesar -4,6. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor perhatian belajar dari kondisi pretest ke posttest. Penemuan ini konsisten dengan tujuan penelitian untuk menguji pengaruh musik instrumental terhadap perhatian belajar mahasiswa.

Hal ini sejalan dengan yang dilakukan Andita & Desyandri (2019) oleh dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Penggunaan Musik Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar memperoleh hasil Musik merupakan segala sesuatu yang menyenangkan, mendatangkan keceriaan, mempunyai irama (ritme), melodi, timbre (warna nada) tertentu untuk membantu tubuh dan pikiran saling bekerja sama. Musik telah lama dianggap memiliki pengaruh terhadap tubuh maupun jiwa manusia. Mendengarkan musik-musik ketika melaksanakan pembelajaran disamping menciptakan kenyamanan dalam belajar juga dapat meningkatkan konsentrasi anak dalam belajar. Beberapa musik-musik populer (misalnya *Baroque String Concert*) sangat efektif untuk membaca dan meningkatkan konsentrasi, sedangkan musik klasik dan Baroque, jika dirancang secara khusus dapat meningkatkan konsentrasi dan keinginan belajar.

Membentuk konsentrasi dalam belajar sangat susah apalagi dengan suasana yang berisik akan mengganggu proses belajar. Konsentrasi dalam belajar sangat penting bagi siswa/mahasiswa agar fokus pada materi yang sedang dipelajarinya. Mastur dan Triyono (2014) menyatakan Konsentrasi adalah pemusatan perhatian dan pikiran hanya pada yang sedang kita pelajari. Slameto (2010) menyatakan konsentrasi adalah pemusatan perhatian terhadap suatu hal lainnya yang tidak berhubungan. Konsentrasi belajar berarti pemusatan pikiran terhadap suatu mata pelajaran dengan menyampingkan semua hal lainnya yang tidak berhubungan dengan pelajaran. Pemusatan perhatian tersebut tertuju pada isi bahan belajar maupun proses memperolehnya.

Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konsentrasi belajar adalah memusatkan perhatian dan pikiran hanya pada suatu pembelajaran. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa perolehan hasil belajar akan lebih baik jika belajar dilakukan

dengan konsentrasi yang memadai. Konsentrasi dalam belajar merupakan hal yang sangat penting yang dapat mempengaruhi hasil belajar baik di sekolah maupun di rumah. Hasil ini mendukung temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa musik instrumental dapat meningkatkan perhatian belajar (Silaen et al. 2023). Musik instrumental memiliki kecenderungan untuk menciptakan lingkungan yang tenang dan menenangkan, yang dapat membantu dalam meningkatkan fokus dan perhatian selama belajar (Olivia 2010). Dengan demikian, temuan ini memberikan dukungan tambahan terhadap efektivitas penggunaan musik instrumental dalam meningkatkan perhatian belajar mahasiswa.

Berdasarkan pada hasil analisis data dari tabel 2, diperoleh interval kepercayaan perbedaan skor perhatian belajar antara kondisi pretest dan post test dengan tingkat kepercayaan 95%. Interval kepercayaan tersebut adalah Upper = -4,054 dan Lower = -5,146. Hal ini berarti kita dapat yakin bahwa perbedaan sebenarnya antara skor perhatian belajar sebelum dan sesudah intervensi musik instrumental berada di dalam rentang tersebut. Selanjutnya, nilai t yang diperoleh adalah -18,076. Nilai t ini menunjukkan sejauh mana perbedaan antara skor pretest dan posttest perhatian belajar adalah signifikan secara statistik. Semakin tinggi nilai t, semakin besar perbedaan yang signifikan antara kedua kondisi.

Dalam hal signifikansi, nilai p yang diperoleh adalah <,001 untuk kedua sisi uji (signifikansi dua sisi). Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan skor perhatian belajar antara pretest dan posttest adalah sangat signifikan secara statistik. Hasil ini mengindikasikan bahwa intervensi musik instrumental memiliki pengaruh yang nyata dalam meningkatkan perhatian belajar mahasiswa. Interpretasi ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa musik dapat meningkatkan perhatian dan fokus selama belajar (Silaen, Ramadhanti, & Utami 2023). Musik telah terbukti memiliki efek positif dalam meningkatkan perhatian dan kognisi dalam konteks pembelajaran (Ferreri et al. 2013).

Temuan dari penelitian ini memberikan jawaban atas hipotesis yang telah diajukan sebelumnya. Berdasarkan analisis dan interpretasi data, dapat disimpulkan bahwa musik instrumental memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan tingkat perhatian mahasiswa tingkat akhir psikologi. Implikasi dari temuan ini sangat penting dalam konteks pendidikan, terutama dalam strategi pengajaran dan pembelajaran. Penelitian sebelumnya juga telah menyoroti pengaruh positif musik terhadap perhatian belajar mahasiswa (Silaen et al. 2023) Oleh karena itu, penggunaan musik instrumental sebagai intervensi dalam lingkungan belajar dapat menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan fokus dan perhatian mahasiswa.

#### **4. KESIMPULAN**

Melalui analisis dan penafsiran data yang dilakukan, penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa musik instrumental memiliki dampak yang signifikan dalam meningkat-

kan tingkat perhatian mahasiswa psikologi tingkat akhir. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa musik dapat meningkatkan fokus dan perhatian saat belajar. Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting dalam dunia pendidikan, terutama dalam strategi pengajaran dan pembelajaran. Dengan menggunakan musik instrumental sebagai intervensi dalam lingkungan belajar, dapat menciptakan pendekatan yang efektif untuk meningkatkan konsentrasi dan perhatian mahasiswa. Ini dapat berdampak positif pada kualitas pembelajaran dan prestasi akademik mahasiswa.

Untuk penelitian mendatang, disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan pengaruh musik instrumental pada variabel lain yang relevan dalam konteks pendidikan. Selain itu, eksplorasi lebih lanjut tentang mekanisme yang mendasari efek musik terhadap perhatian dan kognisi dapat dilakukan untuk memperdalam pemahaman kita tentang bagaimana musik dapat digunakan secara efektif dalam pembelajaran. Dalam upaya penelitian berikutnya, disarankan juga untuk mengeksplorasi pengaruh musik instrumental pada kelompok populasi yang lebih luas serta mempertimbangkan variasi jenis musik instrumental yang digunakan. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana dan mengapa musik instrumental dapat mempengaruhi perhatian saat belajar, serta implikasinya terhadap desain pengajaran dan pembelajaran yang lebih efektif di berbagai konteks pendidikan.

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Ador, J., Noor, A. R. M., & Ismail, M. J. (2022). Effects of background music in completing academic tasks among children. *Quantum Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(2), 42-51. <https://doi.org/10.55197/qjssh.v3i2.136>
- Andita, C. D., & Desyandri, D. (2019). Pengaruh Penggunaan Musik Terhadap Konsentrasi Belajar Anak Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(3), 205-209.
- Chanda, M. L., & Levitin, D. J. (2013). The Neurochemistry of Music. *Trends in Cognitive Sciences*, 17(4), 179-193
- Femi, O. (2010). Mendampingi Anak Belajar. *Elex Media Komputindo*.
- Ferreri, L., Aucouturier, J.-J., Muthalib, M., Bigand, E., & Bugaiska, A. (2013). Music improves verbal memory encoding while decreasing prefrontal cortex activity: An fNIRS study. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7, 779.
- Hartini, S. (2021). Pengaruh lingkungan belajar, motivasi guru dan perhatian orang tua terhadap prestasi belajar IPS. *Jurnal Sosialita*, 15(1).
- Juslin, P. N., & Västfjäll, D. (2008). Emotional responses to music: the need to consider underlying mechanisms. *The Behavioral and brain sciences*, 31(5), 559-621. <https://doi.org/10.1017/S0140525X08005293>
- Kandake, E., Suherman, J., & Santosa, D. S. (2009). The effect of slow beat instrumental music on reaction time. .
- Lutmer, N. T. (2018). The impact of music on studying ability in college students.

**The influence of instrumental music on the learning attention of final year psychology students at UIN Malang**

*Umdatul Khoirot, Haris Maulana Yusuf, Inarotul Aisyah, Sultoni Bagas Alfikri*

- Muslimah, Meyla, & Apriani, W. (2020). The effect of listening to music on concentration and academic performance of the students: Cross-sectional on English education college students. *Journal of English Teaching, Applied Linguistics and Literatures (JETALL)*, 3(1), 27-32. doi: [10.20527/jetall.v3i1.7779](https://doi.org/10.20527/jetall.v3i1.7779).
- North, A. C., Hargreaves, D. J., & Hargreaves, J. J. (2004). Uses of music in everyday life. *Music Perception*, 22(1), 41-77. <https://doi.org/10.1525/mp.2004.22.1.41>
- Rizqiya, H. M. (2011). Pengaruh Lingkungan Keluarga Dan Lingkungan Sekolah Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas X Madrasah Aliyah Negeri Ngawi. Universitas Negeri Semarang.
- Silaen, A. E., Nabiilah, R., & Utami, S. T. (2023). Musik berpengaruh dalam konsentrasi belajar
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, Dan Perkembangannya*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Thoma, M. V., La Marca, R., Brönnimann, R., Finkel, L., Ehlert, U., & Nater, U. M. (2013). The effect of music on the human stress response. *PLoS ONE*, 8(8), e70156. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0070156>
- Weinberg, S. L., & Abramowitz, S. K. (2008). *Statistics Using SPSS: An Integrative Approach*. Cambridge University Pres
-