

Dampak Musik Religi Terhadap Konsentrasi Belajar (Studi Kasus: Mahasiswa Pascasarjana BKI 2021-2022)

Kartini¹, Nurus Sa'adah²

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: tini71777@mail.com¹, nurus.saadah@uin-suka.ac.id²

Abstrak

Konsentrasi belajar merupakan suatu faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar setiap mahasiswa yang mana konsentrasi belajar merupakan bagian dari perhatian. Perhatian mempersiapkan individu untuk menerima informasi lebih jauh atau menerima berbagai pesan dengan menggunakan musik sebagai salah satu faktor pendukung mengembalikan keadaan hati yang kurang baik atau yang biasa di kenal dengan kata *mood*, begitu banyak jenis musik yang dapat diputar dan dinikmati oleh pendengar, tidak terkecuali musik religi. Pendekatan penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif jenis studi kasus dengan melihat beberapa mahasiswa yang memiliki konsentrasi belajar sambil mendengarkan music religi dalam proses belajar dan mengerjakan tugas. Hasil dari penelitian ini adalah beberapa mahasiswa memang lebih tenang dan senang mengerjakan tugas saat mendengarkan musik dengan alasan hanya suara melodi yang mereka dengar dan hanya bisa memfokuskan pada satu titik dengar. Dengan mendengarkan music religi, beberapa mahasiswa dsapat mengembalikan mood yang kurang baik menjadi lebih baik sehingga tampak lebih tenang dan damai serta bisa lebih konsentrasi.

Kata Kunci: *Dampak, Konsentrasi Belajar, Musik Religi*

Abstract

Learning concentration is a factor that can affect the learning outcomes of each student in which learning concentration is part of attention. Attention prepares individuals to receive further information or receive various messages by using music as one of the supporting factors to restore a bad mood or commonly known as mood, so many types of music can be played and enjoyed by listeners, music is no exception. religion. This research approach uses a case study qualitative research method by looking at several students who have a concentration of learning while listening to religious music in the learning process and doing assignments. The results of this study were that some students were calmer and happier doing assignments when listening to music on the grounds that they only heard melodic sounds and could only focus on one point of hearing. By listening to religious music, some students can restore a bad mood for the better so that they appear calmer and more peaceful and can concentrate more.

Keywords: *Impact, Study Concentration, Religious Music*

PENDAHULUAN

Pembelajaran merupakan proses yang melibatkan komponen-komponen yang hidup dan dinamis, salah satunya (peserta didik dan pendidik), jika tidak dikelola dengan baik, maka peran dan fungsi masing-masing tidak akan optimal sesuai dengan yang seharusnya. Sehingga dalam proses belajar dan mengajar juga membutuhkan Kelola untuk menghasilkan pembelajaran yang lebih efektif. Belajar merupakan suatu proses yang terjadi pada diri setiap orang disepanjang hidupnya. Belajar merupakan proses memperoleh pengetahuan pengembangan diri, kemampuan berpikir dan penyesuaian tingkah laku seseorang terhadap hal-hal yang dilihat secara visual. Belajar pula dapat dikatakan sebuah proses pengendalian dan perubahan diri dari pengalaman sebelumnya ke arah yang lebih baik jika dalam proses belajar dapat dibarengi dengan konsentrasi penuh. Belajar tidak hanya dilihat dari apa yang dia baca, tetapi belajar juga dapat dilihat dari audio visual.

Proses belajar terjadi dalam urutan tahapan peristiwa yang meliputi, tahap perhatian (*attention phase*), di mana para pelajar memiliki perhatian penuh terhadap apa yang dipelajarinya, tahap penyimpanan dalam ingatan (*retention phase*) adalah bagaimana apa yang dipelajari dapat tersimpan dengan baik dalam memori kepala, tahap reproduksi (*reproduction phase*) juga merupakan tahap paling penting, karena menyangkut bagaimana ilmu itu berkembang di dalam diri setiap pelajar, dan tahap motivasi (*motivation phase*) adalah tahap paling penting selanjutnya, karena dalam proses belajar motivasi adalah pemicu *mood* pelajar dalam memberikan perhatian terhadap pelajaran sehingga bisa tersimpan dan berkembang dengan baik. Proses belajar dapat terjadi apabila tahap-tahap tersebut diikuti sesuai dengan urutannya. (Muhaimin, 1996)

Selain tahapan peristiwa yang harus terpenuhi, keberhasilan suatu proses belajar juga dipengaruhi oleh konsentrasi, Dalam suatu proses belajar, konsentrasi itu merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengikuti suatu proses pembelajaran supaya proses pembelajaran itu tercapai dan berhasil. Konsentrasi adalah usaha setiap individu untuk memfokuskan perhatian terhadap suatu objek, sehingga dapat dimengerti, dipahami, dan meminimalisir perhatian yang terpecah. Dengan memiliki konsentrasi baik, seseorang akan dengan lebih mudah menganalisa dan memahami suatu materi yang ingin dicapainya. (Riinawati, 2021)

Konsentrasi belajar dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang berasal dari dalam diri sendiri sebagai penentu konsentrasi seseorang yang terdiri dari kondisi fisik yang sehat, mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi, tidak memiliki masalah yang berat, serta memiliki motivasi untuk belajar. Sedangkan faktor eksternal merupakan faktor dari luar yaitu sarana dan prasarana yang tidak memadai seperti media pembelajaran dan ruangan kelas yang sempit dan tidak memiliki AC sehingga mengganggu kenyamanan, cara mengajar dosen yang tidak menarik hanya menggunakan metode ceramah, mencatat dan penugasan. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar yang juga merupakan berasal dari diri sendiri adalah bisa dengan mendengarkan musik.

Musik bisa berfungsi sebagai mengatasi perasaan stres, cemas, depresi, dan kurang memiliki motivasi dalam suatu proses, aktivitas musik juga dapat memberikan dampak positif terhadap emosi, khususnya bagi para pembelajar yang memiliki daya capek kuat dikarenakan tugas yang menumpuk. Musik memiliki pengaruh terhadap perasaan individu, dan perasaan tersebut akan memengaruhi tingkah laku mereka termasuk kemampuan kognitif (berpikir, merasakan, menyelesaikan masalah, kreativitas, dan fleksibilitas mental). musik dapat membuat individu merasa tenang, membantu memfokuskan atensi, membantu proses pernapasan, dan menstimulasi respon relaksasi. (Luvita & Hidajat, 2017)

Terapi musik religi nasyid merupakan terapi yang berisikan aspek-aspek spiritual. Terapi musik merupakan sebuah aplikasi unik dari musik untuk meningkatkan personal dan menciptakan perubahan-perubahan positif dalam perilakunya. Dengan demikian sangat membantu orang-orang yang memiliki masalah emosional dalam mengeluarkan perasaan mereka, membuat perubahan positif dengan suasana hati, membantu memecahkan masalah dan memperbaiki konflik. Dengan demikian dapat membantu mahasiswa menjadi lebih fokus dalam mengerjakan dan belajar. (Supriyadi, 2021)

Penulis ingin melihat dampak musik religi terhadap konsentrasi belajar yang terjadi dalam lingkup mahasiswa pascasarjana yang tidak jarang dari mereka menggunakan musik sambil belajar.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang mengacu pada suatu masalah yang akan dihadapi maka peneliti menggunakan pendekatan kualitatif (Sugiyono, 2013) yang mana sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah mendeskripsikan hasil dari wawancara. Dalam pendekatan ini cenderung mendasarkan diri pada usaha mengungkapkan dan memformulasikan data lapangan dalam bentuk verbal (kata kata) semaksimal mungkin, utuh, serta mendeskripsikan realita yang ada kemudian data itu dianalisis dan di deskripsikan dalam bentuk teori sebagai tujuan akhir dari penelitian ini.

Adapun jenis penelitian ini adalah studi kasus(Sugiyono, 2017), studi kasus merupakan sarana efektif yang dapat menunjukkan hubungan antara peneliti dengan subjek atau informan dan studi kasus menyajikan uraian menyeluruh. Dengan penelitian studi kasus peneliti akan lebih mudah mendapatkan informasi yang dibutuhkan serta memiliki hubungan yang baik antara peneliti dengan informan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Konsentrasi Belajar

a. Pengertian Konsentrasi Belajar

Konsentrasi yang dimaksud adalah untuk memusatkan perhatian pada situasi belajar yang dirancang duru sehingga semua sumber daya mental untuk belajar. Memperhatikan dan berkonsentrasi sangat penting bagi siswa karena akan meningkatkan kompetensi dan keterampilan mereka. Konsentrasi belajar memiliki karakteristik yakni kemauan, dorongan motivasi, rasa butuh, rasa ingin, inisiatif untuk belajar. Yakni konsentrasi belajar adalah pemusatan perhatian dalam proses perubahan tingkah laku yang dinyatakan dalam bentuk penguasaan, penggunaan, dan penilaian terhadap sikap dan nilai-nilai, pengetahuan dan kecakapan dasar yang terdapat dalam berbagai bidang studi.(Wahyuningsih, Sugianto, & Wardiningsih, 2019)

Berdasarkan pendapat tersebut konsentrasi merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh setiap peserta didik karena dengan konsentrasi peserta didik mampu fokus dan memahami pelajaran yang diberikan dengan menyampingkan semua hal yang di luar pelajaran. Artinya setiap tindakan atau pekerjaan yang peserta didik lakukan tersebut dilakukan dengan sungguh-sungguh dan memusatkan seluruh perhatiannya dalam belajar. Sehingga peserta didik dapat berkonsentrasi belajar dalam melakukan proses belajar mengajar. Dalam psikologi umum konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan pikiran terhadap pikiran aktivitas belajar.

b. Indikator Konsentrasi Belajar

Indikator konsentrasi belajar adalah sebagai berikut:

1) Perilaku kognitif, ditengarai dengan:

- Kesiapan pengetahuan yang dapat segera muncul bila diperlukan.
- Komprehensif dalam penafsiran informasi.
- Mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh.
- Mampu mengadakan analisis dan sintesis pengetahuan yang diperoleh.

2) Perilaku afektif, ditengarai dengan:

- Perhatian pada materi pelajaran
- Merespon bahan yang diajarkan.
- Mengemukakan suatu ide.

3) Perilaku psikomotor, ditengarai dengan:

- Adanya gerakan anggota badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk guru.
- Komunikasi non verbal seperti ekspresi muka dan gerakan-gerakan yang penuh arti. Adanya aktivitas berbahasa yang terkoordinasi dengan baik dan benar(lamsari purba, 2019)

c. Faktor Pendukung Konsentrasi Belajar

Keberhasilan mahasiswa dalam belajar dilihat dari bagaimana konsentrasi dan semangatnya dalam mahasiswa. Maka ada beberapa faktor yang menjadi faktor pendukung dalam membentuk keberhasilan konsentrasi belajar. Diantaranya adalah:(Andrianto, Helmi, Purwantono, & Indrawan, 2020)

1) Faktor internal.

Faktor ini merupakan salah satu faktor yang sangat dibutuhkan oleh pelajar guna membentuk konsentrasi dalam belajar. Faktor ini meliputi Kesehatan jasmani dan rohani seperti kondisi badan yang normal, cukup makan tidur serta istirahat. Memiliki panca indra yang baik dan sebagainya. Serta faktor rohani yang meliputi adalah kondisi sehari-hari yang tenang, tidak stress dan mood baik.

2) Faktor eksternal.

Faktor ini juga memiliki pengaruh yang baik terhadap konsentrasi belajar seseorang, yakni dukungan dari sekitar. Keluarga maupun orang-orang terdekat.

d. Faktor Penghambat Konsentrasi Belajar

Keberhasilan dalam pemusatan pikiran sebagian besar tergantung pada diri individu itu sendiri. Ditempat yang paling tepat sekalipun, kadangkala pikiran individu melayang ke hal-hal lain diluar sesuatu yang dihadapinya. Beberapa gangguan konsentrasi yang dapat menyebabkan siswa kehilangan konsentrasi belajar diantaranya sebagai berikut:

- 1) Tidak memiliki motivasi diri : Motivasi kuat yang timbul dalam diri seorang siswa untuk mendorong dirinya belajar sangat diperlukan. Ada siswa yang dapat berprestasi bila diberikan sebuah rangsangan, misalkan ia dijanjikan sebuah hadiah yang menarik dari orangtuanya apabila memperoleh nilai yang bagus tahun ini. Akan tetapi orang tua juga harus berhati hati dalam memberikan rangsangan berupa hadiah, jangan sampai ia selalu mengharapkan hadiah baru ia mau belajar. Secara perlahan kurangi pemberian hadiah dengan lebih mengutamakan motivasi dalam diri siswa.
- 2) Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif : suasana yang ramai dan bising tentu saja sangat mengganggu siswa yang ingin belajar dengan suasana tenang. Demikian pula bila dalam satu rumah terdapat lebih dari satu tipe cara belajar siswa. Disatu sisi ada salah satu siswa yang baru bisa belajar apabila sambil mendengarkan musik dengan keras, sedangkan siswa lainnya menghendaki suasana yang hening.
- 3) Kondisi kesehatan siswa: bila siswa terlihat mau tidak mau ketika menghadapi materi pelajaran yang sedang dijalannya, hendaknya jangan tergesa-gesa untuk menghakimi bahwa ia malas belajar. Mungkin saja kondisi kesehatannya saat itu sedang ada masalah.
- 4) Siswa merasa jenuh: beban pelajaran yang harus dikuasai oleh seseorang siswa sangatlah banyak. Belum lagi agar memiliki keterampilan tambahan, tak jarang mereka harus mengikuti beberapa kegiatan di beberapa lembaga pendidikan formal (kursus). Karena sedemikian padatnya aktivitas yang harus dilakukan oleh seorang siswa, maka seringkali mereka dihindangi kejenuhan. Bila hal ini terjadi, bukan merupakan suatu tindakan yang bijaksana apabila orangtua tetap memaksakan anaknya untuk belajar. Berilah mereka waktu istirahat sejenak (refreshing), sekedar untuk mengendorkan urat syaraf yang tegang tersebut.

2. Musik Religi

Alunan nada atau irama yang bersenandung pada sebuah melodi memberikan kenyamanan yang dikenal dengan musik. Musik tidak lengkap apabila tidak terdapat syair yang berasal atas pemikiran dan rasa pencipta lagu yang disebut lagu. Musik dan lagu merupakan penggabungan dari sebuah perasaan dan permainan alat musik sehingga menimbulkan nada merdu sesuai harapan. Musik religi mempunyai kekuatan makna yang pada akhirnya menciptakan stimulus, mengalami asosiasi, interpretasi, respons dan menghasilkan sebuah perilaku.

Makna musik hanya di dapat dari musik itu sendiri, "...aspect of this perspective remains strong: the idea that music's meaning extend no further than the music itself." Intinya adalah bahwa makna musik bisa dicapai jika musik itu dirasa "indah". "Keindahan" memang sangat bersifat relatif. Namun Cross memberi sebuah parameter, yakni musik bagi seseorang dikatakan "indah" jika musik tersebut dapat memberikan kepuasan (satisfaction), dan kepuasan dapat tercapai jika pesan yang

disampaikan, kepuasan hanya dapat tercapai jika musik sungguh-sungguh berfungsi sebagai 'bahasa' agar mampu menimbulkan aspek emosional. Fungsi kebahasaan ini merupakan suatu kebutuhan yang harus ada, (Akbar & Suyadi, 2021)

Melihat dari beberapa pengertian di atas, sejalan dengan beberapa penuturan mahasiswa yang biasa menerapkan mendengarkan musik sambil belajar, hal ini diungkapkan oleh seorang mahasiswa semester II yang merupakan responden pertama prodi BKI bahwa:

"Dengan mendengarkan musik dapat merangsang saya sehingga yang awalnya mood saya kurang baik menjadi lebih baik sehingga saya bisa Kembali beraktivitas dengan baik. Saya memang tipe yang kalau mengerjakan tugas atau belajar diruangan tertutup. Ya, lebih tepatnya introvert lah saya ini, hanya kadang kita memiliki mood yang kurang baik sehingga saya juga butuh hiburan dengan salah satunya mendengarkan musik. Musik yang saya dengarkan memiliki stimulus yang kuat dan menenangkan."

Hal ini hampir sama dengan apa yang oleh responden ke dua sampaikan bahwa mendengarkan musik saat belajar memang meningkatkan mood,

"Kita belajar harus memiliki mood yang baik kan mbak. Nah, setelah beraktivitas, atau pikiran kita sedang kalang kabut kita tidak bisa langung mengerjakan tugas. Saya juga butuh sesuatu yang dapat menenangkan. Tapi bukan berarti membaca al-qur'an tidak dapat menenangkan ya mbak, hehehh. Maksud saya, musik itu kan memiliki melodi yang indah, saya mendengarkan musik sambil mengikuti alunannya, geleng geleng kepala. Mood saya menjadi lebih baik dan saat itu saya bisa beraktivitas lagi. Ya missal ini, sambil belajar. Kalau tidak ada faktor pendukung untuk meningkatkan mood ya, kita juga kurang konsentrasi. Pikiran bisa ke jemuran lah, ini lah."

Juga hal yang sama diungkapkan oleh responden ke tiga yang senantiasa mendengarkan musik saat mengerjakan tugas.

"Iya mbak, hampir setiap hari aku memutar musik music positif, bernuansa religi yang dapat menenangkan. Bagiku mengerjakan tugas, belajar atau mengerjakan tugas lain dapat meningkatkan mood."

Tidak jauh beda dengan ungkapan responden ke empat tentang bagaimana dia bisa konsentrasi dalam mengerjakan tugas dan belajar sambil mendengarkan musik.

"Ya gimana ya mbak, intinya kalau kita belajar kalau mood kita gag baik pasti konsentrasi berkurang, nah aku kalau sambil nugas, belajar atau melakukan sesuatu yang membutuhkan konsentrasi ya pakai musik sebagai salah satu cara meningkatkan moodnya. Ya kalau meningkatkan konsentrasi secara langsung kan gag mungkin. Pasti kita punya perantara dalam meningkatkannya. Itu aja sih."

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat kita simpulkan bahwa faktor pendukung dalam meningkatkan konsentrasi belajar salah satunya dengan mendengarkan musik yang salah satunya adalah musik religi.

SIMPULAN

Konsentrasi belajar merupakan salah satu perantara masuknya pelajaran dengan baik. Dengan konsentrasi, pelajar akan lebih mudah memahami materi dan kerap dengan konsentrasi pula merupakan bentuk berhasilnya pelajar dalam menangkap sebuah pelajaran. Sejalan dengan beberapa faktor bahwa konsentrasi belajar bahwa salah satu yang menjadi faktor pendukung adalah meningkatkan mood yang baik sehingga dapat menjadikan pelajar lebih konsentrasi dalam belajar dan dalam meningkatkan mood juga ada beberapa cara yang salah satunya dengan mendengarkan music. Sebagaimana pengertian musik itu sendiri adalah perasaan-perasaan melodi suara yang memberikan kepuasan saat pesan pesan dalam alunan dan kalimatnya sampai dengan baik kepada pendengar. Perasaan-perasaan yang tercipta dalam melodi musik itulah yang menjadi stimulus atau perantara meningkatkan mood pelajar dalam mengerjakan tugas dan belajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Muhaimin dkk, Strategi Belajar Mengajar (Surabaya:CV. Citra Media, 1996)
- Emir Surya Kautsar dkk, Perbandingan Kemampuan Konsentrasi Belajar Setelah mendengar Al-Qur'an: Antara Murattal dan Tilawah, Jurnal Studi Al-Qur'an dan Hadist, Vol.4,no.1,2020
- Nugraha Yophi, Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Peningkatan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Tingkat II Stikes YPIB Majalengka tahun 2019, *Journal Of Nursing Practice and Education*, Vol.01 no.01, Desember 2020
- Irena Luvita, Lidia L. Hidajat, Peran Musik dan Aspek Kepribadian Terhadap Kualitas Hidup: Studi Kasus Terhadap Tiga Pasien Pasca-Stroke di Jakarta.
- Anni Rosiana M. Dkk, Efektivitas Pemberian Terapi Musik Religi Nasyid "Demi Masa" dengan Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Operasi dengan Regional Anestesi Sub Arachnoid Blok Di RSU PKU Muhammadiyah Gubuk, Vol.8 No.2, 2017
- Lexy J. Moleong *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya, 2015)
- Tari Okta Puspitasari dkk, Sikap terhadap Konsentrasi Siswa pada Mata Pelajaran Fisika di Sekolah Menengah Atas, Vol.3, No.2, November 2019
- Badrul Kamil, You Pensi Olvatika, Konseling Behavioral dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara, 02(1), 2015
- Diana Aprilia dkk, Penerapan Konseling Kognitif dengan Teknik Pembuatan Kontrak (*Contingency Contracting*) Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X TKR1 SMK Negeri 3 Singaraja, Vol. 2, No. 2, 2021
- Siti Muntoyibag, Orkestrasi Dakwah Habib Syekh Melalui Musik Religi, Vol.05, No.01, Januari-Juni 2021
- Supriyadi, Musik Religi: Nilai Ekstramusikal dalam Perspektif Komunikasi, Vol.17, No.2, September 2021