

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Musik adalah bahasa yang mengandung unsur universal (Campbell, 2009). Pada hakikatnya, musik merupakan bagian dari seni yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Banyak aktivitas manusia diiringi oleh musik, seperti bersantai, berbelanja, mengemudi, bekerja, dan belajar. Banyak hal yang dilakukan untuk dapat memahami pelajaran, antara lain visual (belajar mengandalkan penglihatan), kinestetik (belajar mengandalkan pergerakan), audio (belajar mengandalkan pendengaran), serta *read-write* (belajar dengan cara membaca dan menulis) (DePorter & Hernacki, 2010).

Seseorang sering mengalami kesulitan untuk memusatkan perhatian, berbahasa, dan mengingat sesuatu karena tidak dapat berkonsentrasi, sedangkan konsentrasi sangat diperlukan dalam proses belajar. Maka dari itu, konsentrasi perlu ditingkatkan. Salah satu cara meningkatkan konsentrasi seseorang adalah dengan cara mendengarkan musik klasik sebagai musik pengiring belajar (Campbell, 2009). Akan tetapi, metode mendengarkan musik klasik untuk meningkatkan konsentrasi dalam proses belajar belum banyak dilakukan dan diketahui masyarakat.

Musik memiliki efek terhadap kerja sistem tubuh manusia. Beberapa efek mendengarkan musik, yaitu mengatur hormon-hormon stres, memperkuat ingatan dan pelajaran jangka pendek, serta memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak antara belahan otak kiri yang logis dengan belahan otak kanan yang intuitif (Campbell, 2009).

Musik klasik Mozart memiliki keunggulan akan kemurnian dan kesederhanaan bunyi. Musik klasik Mozart kaya akan nada lembut sampai keras dan tempo lambat sampai cepat (Campbell, 2009). Musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* dimainkan dengan tempo *andante* (60-80

ketuk per menit) serta memiliki pengulangan melodi tiap 20-30 detik yang selaras dengan gelombang alfa otak manusia (Habe, 2010).

Berdasarkan uraian di atas, maka musik klasik dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan konsentrasi. Hal ini mendorong peneliti untuk melanjutkan penelitian terdahulu tentang pengaruh musik klasik Mozart terhadap konsentrasi dengan menilai pengaruh musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* terhadap peningkatan konsentrasi.

1.2 Identifikasi Masalah

Apakah musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* meningkatkan konsentrasi.

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui efek musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* terhadap peningkatan konsentrasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Untuk memberikan informasi kepada mahasiswa/mahasiswi kedokteran tentang efek musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* terhadap peningkatan konsentrasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang efek musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* terhadap peningkatan konsentrasi sehingga dapat digunakan untuk meningkatkan efektifitas belajar.

1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian

1.5.1 Kerangka Pemikiran

Musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* dimainkan dengan tempo *andante* (60-80 ketuk per menit) mampu menurunkan gelombang otak dan denyut jantung, maka pendengar mengalami relaksasi (Wahyudin, 2007). Hal ini menciptakan konsentrasi yang baik untuk proses belajar (Campbell, 2009).

Musik klasik Mozart yang didengarkan sebagai sumber suara akan ditangkap oleh daun telinga dilanjutkan melalui jaras pendengaran sampai ke otak, yaitu lobus temporalis *cortex auditorius* (Universitas Indonesia, 2014). Aktivitas sensoris menyebabkan aktivasi *hippocampus* sehingga menghasilkan sinyal-sinyal ke anterior *thalamus*, *hipothalamus*, lobus *cortex cerebri*, dan nukleus basal melalui *fornix* (Sherwood, 2010). *Amygdala* pun teraktivasi dan mentransmisikan sinyal kembali ke *hippocampus*, septum, *thalamus*, dan *hipothalamus* (Hall & Guyton, 2007).

Stimulasi di *reticular nuclei* yang mengelilingi *thalamus* mengeluarkan gelombang alfa (Hall & Guyton, 2007). Gelombang alfa merangsang pengeluaran beta endorfin (Haruyama, 2011). Gelombang alfa pun meningkatkan serotonin yang merupakan *synaptic messengers* di sistem limbik otak (Mucci, 2002). Beta endorfin dan serotonin menyebabkan pendengar menjadi tenang dan fokus sehingga dapat meningkatkan konsentrasi seseorang.

Musik klasik mengaktivasi *formatio reticularis* di batang otak, baik area eksitatorik yang menimbulkan pikiran waspada sehingga merangsang seseorang untuk berpikir maupun area inhibitorik yang merangsang pelepasan serotonin dan menimbulkan ketenangan (Hall & Guyton, 2007). Hal ini menyebabkan seseorang berada pada keadaan waspada namun relaks sehingga lebih mudah berkonsentrasi (Gunawan, 2007).

1.5.2 Hipotesis Penelitian

Musik klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* meningkatkan konsentrasi.