

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan belajar. Kegiatan ini berlangsung dari manusia lahir sampai manusia meninggal. Kegiatan belajar ini tidak bisa dilepaskan dari fungsi kognitif. Fungsi kognitif didefinisikan sebagai aktivitas mental secara sadar seperti berpikir, mengingat, menggunakan bahasa dan belajar. Fungsi kognitif juga meliputi kemampuan atensi, memori, pertimbangan, pemecahan masalah, serta kemampuan eksekutif seperti merencanakan, menilai, mengawasi dan melakukan evaluasi.<sup>1</sup> Dalam penelitian ini, peneliti akan lebih berfokus terhadap atensi karena menurut peneliti, atensi adalah hal yang mendasari kegiatan belajar.

Terkadang banyak faktor yang dapat mengganggu kegiatan pembelajaran. Bisa faktor eksternal, bisa juga penyebabnya adalah faktor internal. Beberapa hal yang dapat mengganggu belajar misalnya diet dan nutrisi yang kurang baik, kelaparan, dehidrasi, kurang tidur, stress, kurang berolahraga, penggunaan alkohol, cemas dan defisit atensi.<sup>2</sup>

Atensi adalah pemusatan pikiran dalam bentuk yang jelas dan tajam, terhadap salah satu dari beberapa objek yang simultan atau rentetan pemikiran. Elemen dari atensi merupakan konsentrasi dan kesadaran.<sup>3</sup> Atensi sangat berperan dalam pemusatan pikiran, dengan jelas dan sadar, terhadap suatu objek karena adanya keinginan untuk memusatkan pikiran pada objek tersebut. Dapat disimpulkan atensi merupakan fungsi kognitif yang sangat penting untuk menunjang kegiatan pembelajaran. Meningkatkan atensi pada manusia dapat membantu untuk meningkatkan kualitas dari proses belajar. Salah satu caranya yaitu dengan mendengarkan musik.

Menurut Robert Jordain, mendengarkan musik dapat meningkatkan fungsi otak.<sup>4</sup> Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Susan Castaldo pada tahun 2016, terbukti bahwa musik dapat meningkatkan *awareness* atau atensi pada seseorang yang menderita *Disorders of Concious* (DOC).<sup>5</sup> Penelitian dari kelompok peneliti

Stanford University of Medicine, menunjukkan bahwa musik dapat meningkatkan aktivitas daerah otak yang berperan dalam atensi, membuat prediksi dan memori.<sup>6</sup>

Musik merupakan suatu hal yang sangat umum di kehidupan manusia saat ini. Hampir semua orang berhubungan dengan musik. Mulai dari orang yang hanya menjadi pendengar, sampai orang yang mendedikasikan dirinya menjadi seorang pemusik. Musik adalah ilmu atau seni menyusun nada atau suara dengan urutan, kombinasi, dan hubungan temporal untuk menghasilkan komposisi (suara) yang mempunyai kesatuan atau kesinambungan.<sup>7</sup>

Musik sendiri mempunyai beberapa aliran atau *genre*. Setiap *genre* mempunyai nada dan iramanya masing-masing yang menyuguhkan kombinasi yang berbeda-beda, sehingga setiap jenis musik dapat menciptakan frekuensi gelombang otak yang berbeda-beda.<sup>8</sup>

Musik memiliki banyak manfaat. Respon terhadap musik mudah dideteksi pada tubuh manusia. Salah satu jenis musik yang dapat meningkatkan kerja otak adalah Musik Zaman Baroque yang dipopulerkan oleh beberapa musisi ternama, salah satunya Johann Sebastian Bach.<sup>6</sup> Musik dari Zaman Baroque ini, dapat menyebabkan detak jantung dan denyut nadi menjadi lebih relaks sesuai dengan *beat* musik. Keadaan tubuh yang relaks ini yang akan membantu kita untuk lebih mudah memusatkan perhatian.<sup>9</sup> Selain itu musik mempengaruhi amplitudo dan frekuensi dari gelombang otak yang dapat dilihat dengan menggunakan EEG.<sup>10</sup>

Lagu *Largo Ma Non Tanto* yang merupakan salah satu karya Johann Sebastian Bach yang paling emosional. Dinamika dan harmoninya terkemas menjadi lagu yang emosional. Emosi akan disalurkan kepada pendengar sehingga pendengarnya dapat merasakan emosinya. Emosi yang positif dari lagu ini diyakini dapat meningkatkan fungsi kognitif.<sup>11</sup>

Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti apakah musik Zaman Baroque yang dipopulerkan oleh Johann Sebastian Bach yang berjudul *Largo Ma Non Tanto* dapat meningkatkan atensi. Sehingga penelitian ini dapat membantu masyarakat yang bermasalah dalam memusatkan perhatian.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Apakah mendengarkan musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach yang berjudul *Largo Ma Non Tanto* dapat meningkatkan atensi.

## 1.3 Maksud dan Tujuan

Maksud dan tujuan dari penelitian ini, untuk mengetahui pengaruh mendengarkan musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach yang berjudul *Largo Ma Non Tanto* terhadap atensi.

## 1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

### 1.4.1 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dari penelitian ini adalah untuk menambah wawasan ilmu untuk lingkungan akademis tentang pengaruh mendengarkan musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach yang berjudul *Largo Ma Non Tanto* terhadap atensi.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini untuk memberikan informasi praktis pada masyarakat mengenai pengaruh mendengarkan musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach yang berjudul *Largo Ma Non Tanto* terhadap atensi.

## 1.5 Landasan Teori

### 1.5.1 Kerangka Pemikiran

Gelombang suara yang dihasilkan dari Musik Zaman Baroque yang dipopulerkan oleh Johann Sebastian Bach, dikumpulkan oleh *pinna* atau daun telinga kemudian masuk ke dalam telinga melewati *canalis acusticus externus*. Setelah itu, gelombang suara akan menggetarkan membran timpani dan

meneruskan getaran menuju tulang-tulang pendengaran (*malleus*, *incus*, dan *stapes*). Basis *stapes* yang menempel pada *fenestra ovalis* akan meneruskan getaran ke telinga dalam. Getaran yang masuk ke *fenestra ovalis*, akan menyebabkan cairan *perilimf* dan *endolimf* di dalam *cochlea* ikut bergetar. Kemudian organ *Corti* juga ikut bergerak sehingga akan dihasilkan impuls saraf. Impuls tersebut akan dihantarkan ke *ganglion spiralis* kemudian dialirkan ke otak melalui *nervus vestibulocochlearis*. Setelah itu *axon* dari *nervus vestibulocochlearis* akan bersinaps di *medulla oblongata* tepatnya di *nucleus cochlearis*. Beberapa *axon* menyilang dan menuju *meniscus lateralis* lalu ke *colliculus inferior*. *Axon* lainnya, yang tidak menyilang, berakhir di *nucleus olivarius superior*. Kemudian semua impuls pendengaran dihantarkan ke *nucleus geniculatum medialis* di *thalamus* dan berakhir di *cortex auditorius primer* di *lobus temporalis cerebri*. Impuls juga akan diteruskan ke sistem limbik yaitu *hippocampus* dan *amygdala*.<sup>12</sup> Hal ini menyebabkan perangsangan pada *hipothalamus* sehingga akan teraktivasi gelombang alfa pada otak. Gelombang otak ada 4 yaitu gelombang alfa, beta, theta, dan delta.<sup>13</sup> Gelombang otak yang berhubungan dengan peningkatan fungsi otak adalah gelombang alfa.<sup>13</sup>

Musik dapat mempengaruhi emosi seseorang. Seperti lagu *Largo Ma Non Tanto* yang merupakan salah satu karya Johann Sebastian Bach yang paling emosional. Dinamika dan harmoninya terkemas menjadi lagu yang emosional. Emosi akan disalurkan kepada pendengar sehingga pendengarnya dapat merasakan emosinya. Emosi yang positif dari lagu ini diyakini dapat meningkatkan fungsi kognitif.<sup>11</sup>

Musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach berperan dalam menenangkan. Hal ini disebabkan karena, musik dari Zaman Baroque ini dapat menstimulasi pengeluaran dari *neurotransmitter* serotonin dan endorfin. Kemudian *neurotransmitter* ini akan mengaktifkan respon parasimpatis sehingga tubuh akan menjadi relaks.<sup>14</sup> Keadaan relaks ini yang akan menyebabkan otak menjadi lebih mudah berkonsentrasi sehingga dapat mengerahkan atensi yang penuh. Selain itu, tempo musik zaman Baroque yang berjudul "*Largo Ma Non Tanto*" karya Johann Sebastian Bach ini memiliki tempo *andante* yaitu 60-80 bpm mengaktivasi otak

kanan dan otak kiri. Secara bersamaan, aktivasi otak kanan dan kiri ini akan memaksimalkan penerimaan informasi. Oleh karena itu, atensi akan meningkat.<sup>10</sup>

### 1.5.2 Hipotesis Penelitian

Mendengarkan musik Zaman Baroque karya Johann Sebastian Bach yang dengan judul *Largo Ma Non Tanto* meningkatkan atensi.

