



## PERAN MUSIK KLASIK DALAM MENDUKUNG KONSENTRASI BELAJAR MAHASISWA

Marselina Klaudiana Jemia

Pendidikan Musik, STKIP Citra Bakti

[marselajemia@gmail.com](mailto:marselajemia@gmail.com)

---

### Histori artikel

*Received:*  
22 Januari 2026

*Accepted:*  
27 Maret 2026

*Published:*  
29 Maret 2026

---

### Abstrak

Konsentrasi belajar menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi efektivitas proses belajar mahasiswa, namun dalam praktiknya sering mengalami penurunan akibat berbagai faktor internal dan eksternal. Salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk membantu menjaga fokus adalah mendengarkan musik, khususnya musik klasik. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana musik klasik berperan dalam mendukung konsentrasi belajar mahasiswa melalui analisis berbagai literatur yang relevan. Metode yang digunakan adalah kajian kepustakaan dengan menelaah 13 sumber ilmiah yang berkaitan dengan musik dan konsentrasi belajar. Hasil kajian menunjukkan bahwa musik klasik berperan dalam menciptakan kondisi belajar yang lebih tenang, membantu menurunkan tingkat stres, serta mendukung kestabilan perhatian selama proses belajar. Namun, pengaruh tersebut tidak bersifat seragam karena dipengaruhi oleh faktor seperti preferensi individu, kondisi psikologis, dan lingkungan belajar. Musik klasik lebih tepat dipahami sebagai strategi pendukung yang bekerja secara tidak langsung melalui penciptaan kondisi belajar yang kondusif.

**Kata-kata kunci:** konsentrasi belajar, mahasiswa, musik klasik, pembelajaran, stres

---

*\*Penulis koresponding: Marselina Klaudiana Jemia ([marselajemia@gmail.com](mailto:marselajemia@gmail.com))*

**Abstract.** Learning concentration is a key factor influencing the effectiveness of students' learning processes, yet it often declines due to various internal and external factors. One commonly used approach to support focus is listening to music, particularly classical music. This study aims to examine the role of classical music in supporting students' learning concentration through the analysis of relevant literature. The method employed is a literature review involving 13 scholarly sources related to music and learning concentration. The findings indicate that classical music contributes to creating a calmer learning environment, helps reduce stress, and supports sustained attention during learning activities. However, these effects are not uniform, as they are influenced by individual preferences, psychological conditions, and the learning environment. Classical music is therefore better understood as a supportive strategy that works indirectly by fostering more conducive learning conditions.

**Keywords:** classical music, learning concentration, learning process, stress, students

## Pendahuluan

Konsentrasi belajar sering dianggap sebagai hal yang sederhana, padahal dalam praktiknya justru menjadi salah satu tantangan utama yang dihadapi mahasiswa. Kemampuan untuk mempertahankan perhatian dalam waktu tertentu tidak hanya bergantung pada kemauan belajar, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, serta lingkungan yang menyertai proses tersebut. Ompusunggu et al. (2023) menjelaskan bahwa konsentrasi berkaitan erat dengan keberhasilan belajar karena menentukan sejauh mana mahasiswa mampu memahami materi secara optimal.

Tekanan akademik yang terus meningkat memperumit situasi tersebut. Mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menyelesaikan tugas, tetapi juga menjaga kestabilan kondisi mental selama proses belajar. Almarzouki (2024) menunjukkan bahwa stres memiliki hubungan dengan penurunan kemampuan working memory, yang secara langsung memengaruhi kemampuan fokus seseorang. Kondisi ini menjelaskan mengapa mahasiswa sering mengalami kesulitan mempertahankan konsentrasi meskipun secara kognitif mereka mampu memahami materi.

Gangguan eksternal juga memainkan peran yang tidak kalah besar. Yumaida (2025) menemukan bahwa penggunaan media sosial yang tidak terkontrol menyebabkan perhatian mudah terpecah, sehingga proses belajar tidak berlangsung secara mendalam. Perpindahan fokus yang terjadi secara terus-menerus membuat mahasiswa kesulitan untuk masuk ke dalam kondisi belajar yang optimal.

Situasi tersebut mendorong mahasiswa untuk mencari strategi yang dapat membantu menjaga fokus belajar. Salah satu pendekatan yang cukup umum digunakan adalah mendengarkan musik. Khadijah (2023) menjelaskan bahwa musik dapat membantu menurunkan tingkat stres serta menciptakan kondisi emosional yang lebih stabil, yang pada akhirnya mendukung proses konsentrasi.

Di antara berbagai jenis musik, musik klasik sering dikaitkan dengan peningkatan fokus belajar. Jacko (2016) menunjukkan bahwa musik klasik mampu menciptakan

suasana yang lebih tenang sehingga membantu mahasiswa memusatkan perhatian saat belajar. Temuan ini diperkuat oleh Allo et al. (2021) yang menemukan adanya peningkatan konsentrasi belajar pada mahasiswa setelah terpapar musik klasik selama proses pembelajaran.

Penjelasan mengenai fenomena ini juga dapat dilihat dari sisi fisiologis. Dzulkifli et al. (2021) melalui kajian scoping review menunjukkan bahwa musik klasik berkaitan dengan peningkatan gelombang otak alpha yang identik dengan kondisi rileks tetapi tetap fokus. Kondisi ini sering dianggap sebagai keadaan yang ideal dalam proses belajar.

Namun demikian, pengaruh musik terhadap konsentrasi tidak selalu bersifat konsisten. Rahmayani (2017) menekankan bahwa konsentrasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, sehingga kehadiran musik tidak selalu menjadi penentu utama. Hal ini sejalan dengan temuan Oktaviani (2023) yang menunjukkan bahwa karakteristik musik, seperti tempo dan keberadaan lirik, turut menentukan apakah musik tersebut membantu atau justru mengganggu fokus belajar.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa hubungan antara musik dan konsentrasi bersifat kontekstual. Nurjanah et al. (2025) menemukan bahwa efektivitas musik dalam mendukung fokus belajar sangat bergantung pada kebiasaan belajar serta kondisi individu masing-masing. Sementara itu, Febrianti et al. (2023) menempatkan musik sebagai salah satu faktor yang berperan dalam regulasi stres, bukan sebagai satu-satunya solusi dalam meningkatkan konsentrasi.

Dalam konteks pembelajaran, penggunaan musik klasik juga menunjukkan dampak yang lebih luas. Bilqis dan Farozin (2023) menemukan bahwa musik klasik tidak hanya memengaruhi konsentrasi, tetapi juga aspek kognitif dan afektif secara bersamaan, sehingga pengalaman belajar menjadi lebih kompleks.

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan adanya keterkaitan antara musik klasik dan konsentrasi belajar, kajian yang mengintegrasikan temuan-temuan tersebut masih terbatas. Banyak penelitian berdiri sendiri dengan pendekatan dan konteks yang berbeda, sehingga sulit memperoleh gambaran yang utuh. Jamaluddin et al. (2025) menjelaskan bahwa kajian kepustakaan memungkinkan peneliti untuk mensintesis berbagai temuan guna membangun pemahaman yang lebih komprehensif.

Berangkat dari kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana musik klasik berperan dalam mendukung konsentrasi belajar mahasiswa melalui analisis berbagai literatur yang relevan.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kajian kepustakaan dengan fokus pada analisis berbagai temuan penelitian yang berkaitan dengan

penggunaan musik klasik dalam mendukung konsentrasi belajar mahasiswa. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena secara lebih luas melalui integrasi hasil penelitian yang telah ada. Jamaluddin et al. (2025) menjelaskan bahwa kajian kepustakaan dapat digunakan untuk mengidentifikasi pola, hubungan, serta kecenderungan temuan dalam suatu topik penelitian.

Sumber data diperoleh dari artikel jurnal ilmiah, skripsi, serta publikasi akademik yang relevan dan diakses melalui Google Scholar. Proses penelusuran dilakukan menggunakan kata kunci seperti “musik klasik” dan “konsentrasi belajar mahasiswa”. Literatur yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kesesuaian topik, kredibilitas sumber, serta keterbaruan publikasi.

Dari proses tersebut, diperoleh sejumlah 13 artikel utama yang dianalisis secara mendalam. Artikel-artikel ini dipilih karena secara langsung membahas hubungan antara musik, khususnya musik klasik, dengan konsentrasi belajar atau aspek yang berkaitan seperti stres, fokus, dan kondisi psikologis mahasiswa.

Tahap analisis dilakukan dengan membaca setiap sumber secara menyeluruh, kemudian membandingkan temuan yang muncul antar penelitian. Proses ini tidak hanya berfokus pada persamaan hasil, tetapi juga memperhatikan perbedaan temuan serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Pola-pola yang muncul kemudian disusun menjadi kerangka pemahaman yang lebih terintegrasi mengenai peran musik klasik dalam mendukung konsentrasi belajar.

Pendekatan ini memungkinkan peneliti tidak hanya merangkum hasil penelitian sebelumnya, tetapi juga mengaitkan berbagai temuan untuk memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai bagaimana musik klasik bekerja dalam konteks belajar mahasiswa.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil**

Analisis terhadap 13 artikel yang dipilih menunjukkan bahwa musik klasik secara konsisten dikaitkan dengan peningkatan kondisi belajar yang lebih kondusif, khususnya dalam aspek konsentrasi. Temuan yang muncul dari berbagai penelitian tidak sepenuhnya identik, tetapi memperlihatkan kecenderungan yang relatif searah.

Sebagian besar penelitian menggambarkan bahwa musik klasik membantu menciptakan suasana belajar yang lebih tenang. Allo et al. (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa yang belajar dengan paparan musik klasik cenderung mengalami penurunan ketegangan sehingga lebih mudah memusatkan perhatian. Kondisi ini berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menerima dan mengolah informasi secara lebih stabil selama proses belajar.

Temuan serupa juga muncul dalam kajian yang lebih luas. Dzulkifli et al. (2021) melalui scoping review menemukan bahwa musik klasik berkaitan dengan perubahan aktivitas fisiologis, terutama peningkatan gelombang otak alpha. Kondisi ini menunjukkan keadaan rileks yang tetap disertai kewaspadaan, yang dalam beberapa penelitian dikaitkan dengan peningkatan fokus belajar.

Selain itu, beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik klasik tidak hanya memengaruhi suasana belajar, tetapi juga berhubungan dengan kestabilan perhatian. Rahmayani (2017) menjelaskan bahwa konsentrasi dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, dan dalam kondisi tertentu musik dapat berperan sebagai stimulus yang membantu menjaga fokus. Hal ini diperkuat oleh temuan Oktaviani (2023) yang menunjukkan bahwa musik dengan tempo stabil dan minim distraksi cenderung lebih mendukung konsentrasi dibandingkan jenis musik lain.

Hasil lain menunjukkan bahwa keterkaitan antara musik dan konsentrasi tidak selalu bersifat langsung. Nurjanah et al. (2025) menemukan bahwa efektivitas musik dalam mendukung fokus belajar bergantung pada kebiasaan belajar dan kondisi individu. Temuan ini memperlihatkan bahwa pengaruh musik tidak berdiri sendiri, tetapi berinteraksi dengan faktor lain yang menyertai proses belajar.

Penelitian pada konteks pembelajaran juga menunjukkan hasil yang sejalan. Bilqis dan Farozin (2023) menemukan bahwa penggunaan musik klasik dalam kegiatan belajar berkaitan dengan peningkatan aspek kognitif dan afektif, yang secara tidak langsung mendukung kondisi belajar yang lebih fokus. Sementara itu, Febrianti et al. (2023) menunjukkan bahwa musik berperan dalam menurunkan stres, yang dalam beberapa kasus berkaitan dengan meningkatnya kesiapan belajar.

Namun demikian, tidak semua penelitian menunjukkan hasil yang sepenuhnya seragam. Beberapa temuan menunjukkan bahwa pengaruh musik klasik dapat berkurang ketika terdapat gangguan eksternal seperti lingkungan belajar yang tidak kondusif atau distraksi digital. Kondisi ini menunjukkan bahwa musik klasik lebih tepat dipahami sebagai faktor pendukung, bukan sebagai satu-satunya penentu dalam meningkatkan konsentrasi belajar.

## **Pembahasan**

Temuan yang muncul dari berbagai penelitian memperlihatkan bahwa musik klasik tidak bekerja secara langsung sebagai “peningkat konsentrasi”, melainkan lebih sebagai kondisi pendukung yang memengaruhi kesiapan mental mahasiswa saat belajar. Cara kerja ini terlihat dari bagaimana sebagian besar penelitian menekankan perubahan suasana belajar terlebih dahulu sebelum sampai pada peningkatan fokus itu sendiri.

Studi Allo et al. (2021) menunjukkan bahwa musik klasik membantu menciptakan suasana yang lebih tenang. Jika dilihat lebih jauh, temuan ini sebenarnya bukan tentang konsentrasi secara langsung, tetapi tentang penurunan ketegangan yang memungkinkan konsentrasi muncul. Pola yang sama terlihat dalam kajian Dzulkifli et al. (2021) yang mengaitkan musik klasik dengan peningkatan gelombang otak alpha. Kondisi ini sering dikaitkan dengan keadaan rileks yang tetap terjaga, sehingga individu tidak berada dalam tekanan, tetapi juga tidak kehilangan fokus. Di titik ini, musik klasik dapat dipahami sebagai pemicu kondisi optimal, bukan sebagai faktor utama yang berdiri sendiri.

Namun, jika dibandingkan dengan temuan lain, terlihat bahwa pengaruh tersebut tidak selalu konsisten. Rahmayani (2017) menempatkan konsentrasi sebagai hasil dari interaksi berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Artinya, musik hanya berfungsi sebagai salah satu elemen dalam sistem yang lebih kompleks. Hal ini menjelaskan mengapa dalam beberapa kasus, musik klasik tidak selalu memberikan efek yang sama pada setiap individu.

Perbedaan ini menjadi lebih jelas ketika mempertimbangkan karakteristik musik itu sendiri. Oktaviani (2023) menunjukkan bahwa tempo dan keberadaan lirik memiliki pengaruh terhadap konsentrasi. Musik klasik yang cenderung stabil dan minim distraksi memang lebih mendukung fokus, tetapi ini tidak berarti semua bentuk musik klasik otomatis efektif. Variasi instrumen, dinamika, dan bahkan preferensi individu dapat mengubah bagaimana musik tersebut dipersepsikan.

Temuan dari Nurjanah et al. (2025) memperkuat pandangan ini dengan menunjukkan bahwa hubungan antara musik dan konsentrasi bersifat kontekstual. Kebiasaan belajar, lingkungan, serta kondisi psikologis individu menjadi faktor yang menentukan apakah musik akan membantu atau justru mengganggu. Dengan kata lain, efek musik tidak universal, melainkan sangat bergantung pada situasi.

Di sisi lain, beberapa penelitian menunjukkan bahwa pengaruh musik terhadap konsentrasi sering kali terjadi melalui jalur tidak langsung. Febrianti et al. (2023) menempatkan musik dalam konteks regulasi stres. Penurunan stres ini kemudian menciptakan kondisi yang lebih stabil secara emosional, yang pada akhirnya memungkinkan munculnya fokus belajar. Pola ini juga terlihat dalam penelitian Bilqis dan Farozin (2023), di mana peningkatan aspek kognitif dan afektif terjadi secara bersamaan. Artinya, konsentrasi bukan hasil yang berdiri sendiri, tetapi bagian dari perubahan kondisi belajar secara keseluruhan.

Jika seluruh temuan tersebut dilihat secara bersamaan, muncul satu pola yang cukup jelas. Musik klasik tidak secara langsung “meningkatkan konsentrasi”, tetapi lebih berperan dalam menciptakan kondisi yang memungkinkan konsentrasi terjadi. Kondisi

tersebut melibatkan ketenangan, kestabilan emosi, serta berkurangnya distraksi internal. Tanpa kondisi ini, konsentrasi sulit dipertahankan, terlepas dari ada atau tidaknya musik.

Namun, ada satu hal yang perlu diperhatikan secara kritis. Sebagian besar penelitian yang dianalisis masih berada pada level deskriptif atau eksploratif, sehingga belum sepenuhnya mampu menjelaskan hubungan sebab-akibat secara kuat. Selain itu, variasi metode, subjek penelitian, serta konteks pembelajaran membuat hasil yang diperoleh tidak selalu dapat digeneralisasi secara luas. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun kecenderungan positif terlihat, kekuatan bukti masih perlu diperkuat melalui penelitian dengan desain yang lebih ketat.

Dengan demikian, musik klasik dapat dipahami sebagai strategi pendukung yang bekerja melalui jalur psikologis dan fisiologis secara tidak langsung. Perannya menjadi signifikan ketika digunakan dalam kondisi yang tepat, tetapi menjadi terbatas ketika faktor lain seperti lingkungan belajar dan kebiasaan individu tidak mendukung.

## **Kesimpulan**

Musik klasik dapat dipahami sebagai salah satu pendekatan yang membantu menciptakan kondisi belajar yang lebih stabil, terutama dalam hal menjaga fokus dan ketenangan selama proses belajar berlangsung. Perannya tidak muncul secara langsung dalam bentuk peningkatan konsentrasi, tetapi lebih terlihat melalui perubahan suasana psikologis yang memungkinkan mahasiswa mempertahankan perhatian dengan lebih baik.

Keterkaitan ini menunjukkan bahwa konsentrasi belajar tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh kondisi emosional, lingkungan, serta kebiasaan belajar individu. Musik klasik menjadi relevan ketika mampu mendukung keseimbangan tersebut, tetapi tidak dapat dianggap sebagai faktor utama yang menentukan keberhasilan belajar.

Hasil kajian ini juga mengarah pada pemahaman bahwa efektivitas musik sangat bergantung pada konteks penggunaannya. Perbedaan preferensi, kondisi psikologis, serta situasi belajar membuat respon terhadap musik menjadi beragam. Dalam kondisi tertentu, musik dapat membantu, tetapi dalam kondisi lain justru tidak memberikan pengaruh yang berarti.

Dengan demikian, musik klasik lebih tepat diposisikan sebagai strategi pendukung yang bersifat situasional. Pemanfaatannya memerlukan kesadaran terhadap kebutuhan belajar masing-masing individu agar dapat memberikan manfaat yang optimal.

## Daftar Pustaka

- Abd Rahman, B. P., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani, Y. (2022). Pengertian pendidikan, ilmu pendidikan dan unsur-unsur pendidikan. *Al-Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1), 1–8.
- Allo, O. A., Sugiyanto, S., & Palamba, A. (2021). Musik klasik terhadap konsentrasi belajar mahasiswa keperawatan. *JIK: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 295–304.
- Almarzouki, A. F. (2024). Stress, working memory, and academic performance: A neuroscience perspective. *Stress*, 27(1). <https://doi.org/10.1080/10253890.2024.2364333>
- Bilqis, A., & Farozin, M. (2023). Pengaruh musik klasik dalam konsentrasi belajar siswa kelas XI-ISS MAN 2 Unggul Ali-Hasjmy Aceh Besar. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(6), 657–674. <https://doi.org/10.59141/japendi.v4i6.1980>
- Dzulkifli, N., Santosa, D., & Kusmiati, M. (2021). Scoping review: Pengaruh mendengarkan musik klasik terhadap kemampuan konsentrasi mahasiswa. *Prosiding Pendidikan Dokter*, 7(1), 50–53.
- Febrianti, A. C., Maretianada, V., Ruswandi, F. F., & Hartati, S. (2023). Literature review: Pengaruh terapi musik klasik untuk mengurangi stress pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pernus*, 1(1), 16–23.
- Jacko, A. R. (2016). *Pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar* (Skripsi). Universitas Katolik Soegijapranata.
- Jamaluddin, M., Rahmatullah, A., & Farid, M. (2025). Library research methodology in education: Fundamental concepts and implementation. *Cognitive: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 3(2), 128–187. <https://doi.org/10.61743/cg.v3i2.160>
- Khadijah, L. P. (2023). Efektivitas terapi musik untuk menurunkan tingkat stres dan kecemasan. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(3), 91–98. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i3.2101>
- Nurjanah, W. S., Mutiara, R., Al Ghifari, M., & Wardiyah, M. L. (2025). Analisis hubungan antara penggunaan musik dan tingkat konsentrasi mahasiswa. *Vitalitas Medis: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 2(3), 157–167. <https://doi.org/10.62383/vimed.v2i3.1968>
- Oktaviani, N. (2023). Pengaruh jenis musik terhadap konsentrasi.
- Ompusunggu, M. N., Sihombing, S., & Sinaga, A. T. I. (2023). Pengaruh konsentrasi belajar dan lingkungan belajar terhadap hasil belajar siswa ilmu pengetahuan sosial kelas VIII di SMP Negeri 7 Pematangsiantar tahun ajaran 2023/2024. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(6), 3040–3052.
- Rahmayani, D. (2017). *Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta* (Disertasi Doktor). Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Yumaida, T. (2025). Pengaruh penggunaan media sosial terhadap konsentrasi belajar mahasiswa manajemen Universitas Teuku Umar. *Indonesia Economic Journal*, 1(2), 314–324. <https://doi.org/10.63822/id810w61>