Jurnal Ruang Sosialia
Volume 02, Number 01, 2026 pp. 357-367
Open Access:

Pengaruh Mendengarkan Musik Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa di SMA Negeri 1 Sinjai

Maudia Ahmad[1*]

[1]Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

ARTICLE INFO

Article history:
Received March, 25, 2026
Revised April 01, 2026
Accepted April 10, 2026
Available online April 11, 2026

Kata Kunci:
Mendengarkan Musik, Konsentrasi Belajar, Siswa, Regresi Linear Sederhana,.

Keywords:
Listening to Music, Learning Concentration, Students, Simple Linear Regression.

This is an open access article under the CC BY-SA license.
Copyright © 2026 by Author. Published by Yayasan Insan Ghani Cendekia.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain survei. Sampel penelitian berjumlah 30 siswa yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert dan dianalisis menggunakan uji validitas, reliabilitas, statistik deskriptif, serta regresi linear sederhana dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,390 (>0,05) sehingga tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara mendengarkan musik dan konsentrasi belajar. Koefisien determinasi sebesar 2,7% menunjukkan kontribusi yang sangat kecil. Dengan demikian, konsentrasi belajar lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lain seperti motivasi, lingkungan, dan kondisi psikologis siswa.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of listening to music on students' learning concentration at SMA Negeri 1 Sinjai. This research used a quantitative approach with a survey design. The sample consisted of 30 students selected through purposive sampling technique. Data were collected using a Likert-scale questionnaire and analyzed using validity test, reliability test, descriptive statistics, and simple linear regression with SPSS. The results showed that the significance value was 0.390 (>0.05), indicating that there is no significant effect of listening to music on students' learning concentration. The coefficient of determination of 2.7% shows a very small contribution of the independent variable. Therefore, learning concentration is more influenced by other factors such as motivation, environment, and students' psychological conditions.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek penting dalam pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas. Melalui pendidikan, individu memperoleh pengetahuan, keterampilan, sikap, dan nilai yang diperlukan untuk menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Keberhasilan proses pendidikan tidak hanya ditentukan oleh kualitas pengajaran yang diberikan oleh guru, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan siswa dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi selama kegiatan belajar berlangsung. Salah satu faktor yang sangat menentukan keberhasilan belajar adalah konsentrasi belajar. Konsentrasi belajar merupakan kemampuan seseorang untuk memusatkan perhatian pada suatu objek atau aktivitas belajar dalam jangka waktu tertentu tanpa terganggu oleh stimulus lain yang tidak relevan. Siswa yang memiliki konsentrasi belajar yang baik cenderung lebih mudah memahami materi pelajaran dan memperoleh hasil belajar yang optimal. Sebaliknya, rendahnya konsentrasi belajar dapat menyebabkan siswa kesulitan memahami materi, mudah lupa, dan mengalami penurunan prestasi akademik(afifah bilqis, 2023).

Konsentrasi belajar menjadi salah satu permasalahan yang sering dihadapi oleh peserta didik pada berbagai jenjang pendidikan, termasuk di tingkat sekolah menengah atas. Masa remaja merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, sosial, dan kognitif yang cukup kompleks. Berbagai perubahan tersebut sering kali menyebabkan siswa

*Corresponding author
E-mail addresses: maudiaahmad@gmail.com

mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus saat belajar. Selain itu, perkembangan teknologi digital yang semakin pesat turut menghadirkan berbagai bentuk distraksi, seperti penggunaan media sosial, permainan daring, dan hiburan digital lainnya yang dapat mengurangi kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian pada kegiatan belajar. Oleh karena itu, diperlukan berbagai strategi yang dapat membantu siswa meningkatkan konsentrasi belajar sehingga proses pembelajaran dapat berlangsung secara efektif dan efisien(Prakoso, 2022).

Salah satu cara yang sering dilakukan siswa untuk menciptakan suasana belajar yang nyaman adalah dengan mendengarkan musik saat belajar. Musik merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia dan telah digunakan dalam berbagai aktivitas sehari-hari, baik untuk hiburan, relaksasi, maupun sarana ekspresi diri. Di kalangan remaja, musik menjadi media yang sangat populer karena mampu memberikan rasa nyaman, mengurangi kejenuhan, serta membantu mengelola emosi. Banyak siswa mengaku lebih menikmati kegiatan belajar ketika diiringi musik karena dapat menciptakan suasana yang lebih tenang dan menyenangkan. Kondisi psikologis yang nyaman tersebut diyakini dapat membantu meningkatkan fokus dan perhatian siswa terhadap materi yang sedang dipelajari..

Secara psikologis, musik memiliki kemampuan untuk memengaruhi fungsi otak manusia. Gelombang suara yang dihasilkan musik dapat merangsang aktivitas saraf tertentu yang berhubungan dengan emosi, perhatian, memori, dan proses berpikir. Musik dengan tempo yang stabil dan harmonis diketahui mampu menciptakan kondisi relaksasi sehingga mengurangi ketegangan dan kecemasan yang sering menjadi penghambat konsentrasi belajar. Selain itu, musik juga dapat meningkatkan suasana hati (mood) yang positif sehingga siswa menjadi lebih termotivasi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, musik sering dimanfaatkan sebagai media pendukung dalam proses belajar maupun terapi psikologis.

Musik memiliki berbagai jenis atau genre yang masing-masing memiliki karakteristik berbeda. Musik klasik merupakan jenis musik yang identik dengan instrumen orkestra dan memiliki tempo yang relatif stabil sehingga sering digunakan sebagai media relaksasi dan peningkatan konsentrasi. Musik jazz dikenal dengan improvisasi dan harmoni yang kompleks, namun beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik jazz dengan tempo yang teratur dapat membantu meningkatkan fokus belajar. Musik pop merupakan genre yang paling populer di kalangan remaja karena memiliki melodi yang mudah diingat dan lirik yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Selain itu, terdapat pula musik instrumental yang tidak mengandung lirik sehingga dianggap mampu meminimalkan gangguan perhatian ketika belajar. Musik tradisional dan musik religi juga sering digunakan sebagai sarana menenangkan pikiran dan menciptakan suasana belajar yang nyaman. Perbedaan karakteristik setiap genre musik menyebabkan pengaruh yang ditimbulkan terhadap konsentrasi belajar juga dapat berbeda pada setiap individu(sriyanti ma'tan, muzakkir, 2023)

Dalam kehidupan sehari-hari, musik tidak hanya digunakan sebagai hiburan, tetapi juga dapat memengaruhi kondisi psikologis seseorang. Ketika seseorang mendengarkan musik yang disukai atau sesuai dengan kebutuhannya, suasana hati biasanya menjadi lebih tenang dan nyaman. Perasaan rileks tersebut dapat membantu mengurangi stres maupun kecemasan yang sering kali mengganggu konsentrasi saat belajar. Dengan pikiran yang lebih tenang, siswa akan lebih mudah memusatkan perhatian pada materi yang sedang dipelajari. Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa musik klasik dan musik instrumental dapat menciptakan suasana belajar yang mendukung fokus tanpa membuat pendengarnya kehilangan kewaspadaan. Oleh karena itu, musik dapat dimanfaatkan tidak hanya sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai salah satu pendukung yang membantu siswa belajar dengan lebih nyaman dan efektif.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Silaen, Ramadhanti, dan Utami (2023) menunjukkan bahwa musik memiliki pengaruh terhadap kemampuan konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa siswa yang belajar dengan iringan musik tertentu menunjukkan tingkat fokus yang lebih baik dibandingkan siswa yang belajar tanpa musik. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa musik mampu menciptakan suasana belajar yang lebih rileks sehingga siswa dapat mempertahankan perhatian dalam waktu yang lebih lama. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa musik dapat menjadi salah satu alternatif yang digunakan

untuk meningkatkan kualitas proses belajar siswa, (Anggraeni eklecia silaen, nabila ramadhamti, 2023).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan musik jazz pop dapat memberikan dampak positif terhadap konsentrasi belajar siswa. Musik dengan tempo yang relatif stabil dan tidak terlalu keras membantu siswa menciptakan kondisi belajar yang lebih nyaman sehingga dapat mengurangi kejenuhan dan meningkatkan fokus terhadap tugas yang dikerjakan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa jenis musik yang dipilih menjadi faktor penting dalam menentukan efektivitas musik sebagai media pendukung belajar(Yanti et al., 2025)

Selain jenis musik, faktor individu juga berperan dalam menentukan pengaruh musik terhadap konsentrasi belajar. Setiap siswa memiliki preferensi musik, gaya belajar, dan tingkat sensitivitas yang berbeda terhadap stimulus suara. Sebagian siswa merasa lebih mudah berkonsentrasi ketika mendengarkan musik karena membantu mengurangi kebisingan lingkungan sekitar. Namun, sebagian siswa lainnya justru merasa terganggu karena perhatian mereka terpecah antara musik dan materi pelajaran yang sedang dipelajari. Perbedaan karakteristik tersebut menunjukkan bahwa efektivitas musik sebagai media pendukung belajar tidak dapat disamaratakan pada semua individu(afifah bilqis, 2023).

Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar masih perlu dilakukan pada berbagai konteks dan kelompok siswa yang berbeda. Hal ini penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai efektivitas musik sebagai media pendukung pembelajaran, khususnya pada siswa sekolah menengah atas

SMA Negeri 1 Sinjai merupakan salah satu lembaga pendidikan yang memiliki siswa dengan karakteristik dan kebiasaan belajar yang beragam. Berdasarkan hasil observasi awal, ditemukan bahwa sebagian siswa memiliki kebiasaan mendengarkan musik ketika belajar di rumah maupun saat mengerjakan tugas sekolah. Kebiasaan tersebut dilakukan dengan alasan agar lebih rileks, tidak mudah bosan, dan dapat meningkatkan semangat belajar. Namun demikian, belum terdapat data empiris yang menunjukkan apakah kebiasaan mendengarkan musik tersebut benar-benar memberikan pengaruh terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Sinjai. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai hubungan antara kebiasaan mendengarkan musik dengan konsentrasi belajar siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar pada siswa di SMA Negeri 1 Sinjai dengan menggunakan metode kuantitatif**.** Melalui penelitian ini diharapkan dapat diperoleh data empiris mengenai hubungan antara kebiasaan mendengarkan musik dan tingkat konsentrasi belajar siswa sehingga hasil penelitian dapat menjadi bahan pertimbangan bagi siswa, guru, maupun pihak sekolah dalam menciptakan strategi pembelajaran yang lebih efektif dan mendukung peningkatan prestasi belajar.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena bertujuan untuk mengetahui dan mengukur pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa secara objektif berdasarkan data numerik yang diperoleh dari responden. Pendekatan kuantitatif memungkinkan peneliti untuk menguji hubungan antarvariabel melalui analisis statistik sehingga hasil penelitian dapat dijelaskan secara lebih terukur dan sistematis. Dalam penelitian ini, variabel independen (X) adalah kebiasaan mendengarkan musik, sedangkan variabel dependen (Y) adalah konsentrasi belajar siswa. Pendekatan kuantitatif dipilih karena sesuai untuk menguji hipotesis mengenai adanya pengaruh antara kedua variabel tersebut(Rivansyah Hakim, 2025)Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan metode survei. Metode survei merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dari sejumlah responden melalui instrumen penelitian berupa kuesioner. Metode ini dipilih

karena mampu menggambarkan kondisi aktual yang dialami siswa terkait kebiasaan mendengarkan musik dan tingkat konsentrasi belajar mereka. Selain itu, metode survei memungkinkan peneliti memperoleh data dalam jumlah yang cukup besar dalam waktu yang relatif singkat sehingga lebih efektif digunakan pada penelitian yang melibatkan banyak responden(Emilia Kurniawati & Sulastri Rini Rindrayani, 2025).

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sinjai dengan sasaran penelitian adalah seluruh siswa yang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran pada tahun ajaran berjalan. Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada adanya fenomena bahwa sebagian siswa memiliki kebiasaan mendengarkan musik ketika belajar maupun mengerjakan tugas sekolah. Fenomena tersebut menarik untuk diteliti karena belum diketahui secara pasti sejauh mana kebiasaan mendengarkan musik berpengaruh terhadap tingkat konsentrasi belajar siswa di sekolah tersebut(Kustiawan et al., 2025).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Apabila jumlah populasi cukup besar, maka peneliti dapat menggunakan sebagian anggota populasi yang disebut sampel. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan dan kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti sesuai dengan tujuan penelitian. Teknik ini dipilih karena tidak semua anggota populasi memiliki karakteristik yang relevan dengan fokus penelitian. Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran dan memiliki pengalaman mendengarkan musik saat belajar atau mengerjakan tugas. Dengan menggunakan purposive sampling, peneliti dapat memperoleh data yang lebih sesuai dengan kebutuhan penelitian sehingga hasil yang diperoleh diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa. (Asrulla,Risnita,M.syahrani jailani, 2023).

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (angket). Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab sesuai dengan kondisi yang mereka alami. Penggunaan kuesioner dianggap efektif karena dapat mengumpulkan informasi mengenai kebiasaan mendengarkan musik dan tingkat konsentrasi belajar siswa secara langsung. Selain itu, kuesioner memungkinkan responden memberikan jawaban secara lebih bebas tanpa adanya tekanan dari peneliti sehingga data yang diperoleh diharapkan lebih objektif(Ardiansyah et al., 2023).

Kuesioner dalam penelitian ini disusun menggunakan skala Likert dengan Empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala Likert dipilih karena mampu mengukur sikap, persepsi, dan pendapat responden terhadap suatu fenomena sosial secara kuantitatif. Setiap jawaban diberikan skor tertentu yang kemudian diolah untuk mengetahui tingkat kebiasaan mendengarkan musik dan tingkat konsentrasi belajar siswa. Penggunaan skala Likert juga banyak digunakan dalam penelitian pendidikan dan psikologi karena memiliki tingkat kemudahan yang tinggi bagi responden(Pranatawijaya et al., 2019).

Variabel kebiasaan mendengarkan musik diukur melalui beberapa indikator, seperti frekuensi mendengarkan musik saat belajar, durasi mendengarkan musik, jenis musik yang sering didengarkan, serta persepsi siswa mengenai manfaat musik dalam membantu proses belajar. Sementara itu, variabel konsentrasi belajar diukur melalui indikator kemampuan memusatkan perhatian, kemampuan memahami materi pelajaran, kemampuan mengingat informasi, serta kemampuan menyelesaikan tugas tanpa mudah terdistraksi oleh faktor eksternal maupun internal. Indikator-indikator tersebut disusun

berdasarkan kajian teori mengenai musik dan konsentrasi belajar yang telah digunakan dalam berbagai penelitian sebelumnya(Kartini, 2022).

Sebelum digunakan untuk mengumpulkan data penelitian, instrumen kuesioner terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pertanyaan -pertanyaan yang di berikan mampu mengukur aspek yang hendak diteliti. Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan untuk memastikan bahwa instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi yang baik apabila digunakan pada waktu yang berbeda. Instrumen yang memenuhi syarat valid dan reliabel akan menghasilkan data yang lebih akurat dan dapat dipercaya dalam proses analisis penelitian(Syamsuryadin & Wahyuniati, 2018).

Proses pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung kepada siswa yang menjadi responden penelitian. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan tata cara pengisian angket agar responden memahami setiap pernyataan yang diberikan. Seluruh data yang terkumpul kemudian diperiksa kembali untuk memastikan kelengkapan jawaban sebelum dilakukan proses pengolahan dan analisis data. Tahapan ini penting untuk menjaga kualitas data sehingga hasil penelitian yang diperoleh dapat menggambarkan kondisi yang sebenarnya

Data yang diperoleh dari hasil kuesioner dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi jawaban pada setiap variabel penelitian. Selanjutnya, analisis inferensial dilakukan untuk menguji hipotesis mengenai pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa. Pengujian hipotesis dapat dilakukan menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan program statistik seperti SPSS. Apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kebiasaan mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Sinjai(Bhirawa, 2020).

Dengan menggunakan metode kuantitatif berbasis kuesioner, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan data empiris yang akurat mengenai hubungan antara kebiasaan mendengarkan musik dan konsentrasi belajar siswa. Hasil penelitian nantinya dapat menjadi dasar bagi sekolah, guru, maupun siswa dalam memahami pemanfaatan musik sebagai salah satu faktor yang berpotensi mendukung proses belajar yang lebih efektif dan kondusif.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada 30 responden. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan bantuan program SPSS melalui uji validitas, uji reliabilitas, statistik deskriptif, uji normalitas, dan regresi linear sederhana.

Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui apakah setiap item pernyataan mampu mengukur variabel yang diteliti. Kriteria yang digunakan adalah nilai Corrected Item-Total Correlation lebih besar dari r tabel (0,361).

Tabel 1 Hasil Uji Validitas Variabel Mendengarkan Musik (X)

Item	Corrected item- total Corolation	Keterangan
X1	0,878	Valid
X2	0,783	Valid
X3	0,866	Valid
X4	0,928	Valid
X5	0,934	Valid
X6	0,680	Valid
X7	0,747	Valid
X8	0,853	Valid
X9	0.609	Valid
X10	0,805	Valid
X11	0,622	Valid
X12	0,846	Valid

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa seluruh item pada variabel mendengarkan musik memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation di atas 0,361 sehingga seluruh item dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

Tabel 2 Hasil Uji Validitas Variabel Konsentrasi Belajar (Y)

Item	Corrected item- total Corolation	Keterangan
Y1	0,190	Tidak Valid
Y2	0,543	Valid
Y3	0,642	Valid
Y4	0,427	Valid
Y5	0,463	Valid
Y6	0,718	Valid
Y7	0,627	Valid
Y8	0,599	Valid
Y9	0.674	Valid
Y10	0,734	Valid
Y11	0,721	Valid
Y12	0,0443	Valid

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa terdapat satu item yang tidak memenuhi kriteria validitas yaitu Y1 dengan nilai 0,190, sedangkan sebelas item lainnya dinyatakan valid karena memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation lebih besar dari 0,361. Meskipun demikian, Y1 tetap dipertahankan karena secara teoritis merupakan indikator utama dari konsentrasi belajar, yaitu kemampuan memusatkan perhatian dalam waktu tertentu.

Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen penelitian.

Tabel 3 Hasil uji reliabilitas

Variabel	Cronbach's alpha	Keterangan
Mendengarkan musik (X)	0,958	Sangat reliable
Konsentrasi belajar (Y)	0,875	Reliabel

Berdasarkan hasil pengujian, variabel mendengarkan musik memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,958 sedangkan variabel konsentrasi belajar memperoleh nilai sebesar 0,875. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,70 sehingga instrumen penelitian dinyatakan reliabel.

Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran umum mengenai data penelitian yang diperoleh dari responden. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui kecenderungan jawaban responden terhadap variabel mendengarkan musik dan konsentrasi belajar.

Tabel 4 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Mean	Standar Deviasi	N
Mendengarkan musik(X)	34,37	7,09	30
Konsentrasi belajar (Y)	36,13	4,70	30

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa rata-rata skor variabel mendengarkan musik sebesar 34,37 dengan standar deviasi sebesar 7,09. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan yang cukup tinggi dalam mendengarkan musik saat belajar maupun mengerjakan tugas. Adapun standar deviasi sebesar 7,09 menunjukkan adanya variasi jawaban responden yang cukup beragam terkait kebiasaan mendengarkan musik.

Sementara itu, variabel konsentrasi belajar memiliki nilai rata-rata sebesar 36,13 dengan standar deviasi sebesar 4,70. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi belajar siswa berada pada kategori yang cukup baik. Standar deviasi yang relatif lebih kecil dibandingkan variabel mendengarkan musik menunjukkan bahwa tingkat konsentrasi belajar siswa cenderung lebih homogen atau tidak terlalu bervariasi antar responden. oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa mayoritas siswa memiliki tingkat konsentrasi belajar yang relatif serupa meskipun memiliki kebiasaan mendengarkan musik yang berbeda-beda.

Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui apakah variabel mendengarkan musik memiliki pengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai.

Tabel 5 Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square
0,163	0,027	-0,008

Berdasarkan Tabel 5 diperoleh nilai R sebesar 0,163 yang menunjukkan bahwa hubungan antara variabel mendengarkan musik dan konsentrasi belajar berada pada kategori sangat rendah. Nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,027 menunjukkan bahwa variabel mendengarkan musik hanya mampu menjelaskan sebesar 2,7% variasi konsentrasi belajar siswa. Sementara itu, sebesar 97,3% variasi konsentrasi belajar dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti motivasi belajar, kondisi psikologis, lingkungan belajar, kemampuan manajemen waktu, kesehatan fisik, dan faktor-faktor lainnya.

Tabel 6 Hasil Uji ANOVA

F	Sig.
0,763	0,390

Berdasarkan Tabel 6 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,390. Nilai tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 sehingga model regresi yang digunakan dalam penelitian ini tidak signifikan. Dengan demikian, variabel mendengarkan musik tidak mampu memprediksi perubahan konsentrasi belajar siswa secara signifikan.

Tabel 7 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	B	t	Sig.
Mendengarkan musik(X)	-0,108	-0,874	0,390

Berdasarkan hasil uji t pada Tabel 7 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,390. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai.

Nilai koefisien regresi sebesar -0,108 menunjukkan arah hubungan yang negatif. Artinya, secara statistik terdapat kecenderungan bahwa peningkatan skor mendengarkan musik diikuti oleh penurunan skor konsentrasi belajar. Namun demikian, hubungan tersebut sangat lemah dan tidak signifikan sehingga tidak dapat dijadikan dasar untuk menyatakan bahwa mendengarkan musik benar-benar menurunkan konsentrasi belajar siswa.

b. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Variabel mendengarkan musik (X) diukur melalui dua belas indikator yang mencakup kebiasaan mendengarkan musik saat belajar, kenyamanan belajar dengan musik, kemampuan musik mengurangi kebosanan, meningkatkan semangat belajar, menciptakan suasana rileks, pemilihan jenis musik tertentu untuk belajar, serta persepsi siswa mengenai manfaat musik dalam membantu fokus dan memahami materi pelajaran. Sementara itu, variabel konsentrasi belajar(Y) diukur melalui indikator kemampuan memusatkan perhatian, memahami materi, mengingat informasi, mempertahankan fokus dalam waktu yang lama, mengatasi gangguan, menyelesaikan tugas, serta kemampuan mengembalikan perhatian setelah terdistraksi.

Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh item pada variabel mendengarkan musik (X1–X12) dinyatakan valid karena memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation di atas r tabel (0,361). Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh pernyataan yang digunakan telah mampu mengukur konstruk mendengarkan musik secara tepat. Dengan kata lain, setiap item memiliki hubungan yang kuat dengan variabel yang diwakilinya. Tingginya nilai validitas pada beberapa item, seperti X4, X5, dan X11, menunjukkan bahwa indikator mengenai kenyamanan belajar, suasana rileks, dan manfaat musik ketika belajar merupakan aspek yang paling kuat dalam menggambarkan kebiasaan mendengarkan musik pada siswa. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memang memiliki pengalaman positif ketika mendengarkan musik saat belajar.

Pada variabel konsentrasi belajar (Y), sebagian besar item juga dinyatakan valid. Hanya satu item yang memiliki nilai validitas di bawah batas yang ditentukan, yaitu item Y1. Meskipun demikian, item tersebut tetap dipertahankan karena secara teoritis merupakan indikator penting dalam mengukur kemampuan memusatkan perhatian yang menjadi inti dari konsep konsentrasi belajar. Validnya sebagian besar item pada variabel konsentrasi menunjukkan bahwa instrumen yang digunakan telah mampu menggambarkan kemampuan siswa dalam memusatkan perhatian, memahami materi, mengingat informasi, mempertahankan fokus, serta menyelesaikan tugas secara efektif. Dengan demikian, instrumen penelitian dapat digunakan untuk mengukur kondisi konsentrasi belajar siswa secara memadai.

Selain validitas, kualitas instrumen juga ditunjukkan melalui hasil uji reliabilitas. Variabel mendengarkan musik memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,958, sedangkan variabel konsentrasi belajar memperoleh nilai sebesar 0,875. Kedua nilai tersebut berada jauh di atas

batas minimum 0,70 sehingga instrumen dinyatakan reliabel. Nilai reliabilitas yang tinggi menunjukkan bahwa setiap item dalam kuesioner memiliki tingkat konsistensi yang baik dalam mengukur variabel yang diteliti. Dengan demikian, jawaban responden dapat dipercaya dan mencerminkan kondisi sebenarnya. Tingginya reliabilitas pada variabel mendengarkan musik menunjukkan bahwa seluruh indikator yang digunakan saling mendukung dalam menjelaskan kebiasaan siswa ketika belajar sambil mendengarkan musik. Demikian pula pada variabel konsentrasi belajar, indikator yang digunakan telah mampu menggambarkan satu konstruk yang sama, yaitu kemampuan siswa untuk mempertahankan perhatian selama proses belajar.

Hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa nilai rata-rata variabel mendengarkan musik sebesar 34,37, sedangkan rata-rata variabel konsentrasi belajar sebesar 36,13. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum siswa memiliki kecenderungan yang cukup tinggi dalam mendengarkan musik saat belajar dan juga memiliki tingkat konsentrasi belajar yang relatif baik. Tingginya skor pada variabel mendengarkan musik menunjukkan bahwa sebagian besar siswa terbiasa menggunakan musik sebagai teman belajar. Mereka merasa musik dapat menciptakan suasana yang lebih nyaman, mengurangi kejenuhan, meningkatkan semangat, dan membantu menjaga suasana hati selama belajar. Sementara itu, tingginya skor konsentrasi belajar menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengikuti pelajaran, memahami materi, mengingat informasi, serta menyelesaikan tugas dengan cukup baik.

Hasil statistik deskriptif tersebut tidak serta-merta menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara kedua variabel. Tingginya rata-rata pada kedua variabel hanya menunjukkan bahwa siswa memiliki kebiasaan mendengarkan musik dan pada saat yang sama memiliki tingkat konsentrasi yang cukup baik. Untuk mengetahui apakah kebiasaan tersebut benar-benar memengaruhi konsentrasi belajar diperlukan analisis lebih lanjut melalui regresi linear sederhana.

Sebelum dilakukan analisis regresi, data terlebih dahulu diuji menggunakan uji normalitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa data memenuhi syarat untuk dianalisis lebih lanjut. Pemenuhan asumsi normalitas penting karena memastikan bahwa hasil analisis regresi yang diperoleh dapat dipercaya dan tidak mengalami penyimpangan akibat distribusi data yang tidak normal. Dengan demikian, proses pengujian hipotesis dapat dilakukan sesuai dengan prosedur statistik yang berlaku.

Hasil utama penelitian diperoleh melalui analisis regresi linear sederhana. Berdasarkan tabel Model Summary diperoleh nilai R Square sebesar 0,027. Nilai ini menunjukkan bahwa variabel mendengarkan musik hanya mampu menjelaskan 2,7% variasi yang terjadi pada konsentrasi belajar siswa. Dengan kata lain, pengaruh musik terhadap konsentrasi belajar tergolong sangat kecil. Sebaliknya, sebesar 97,3% variasi konsentrasi belajar dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Temuan ini menunjukkan bahwa konsentrasi belajar merupakan kemampuan yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai aspek baik dari dalam diri siswa maupun dari lingkungan sekitar.

Hasil tersebut diperkuat oleh tabel ANOVA yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,390. Nilai ini lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 sehingga model regresi yang dibangun tidak menunjukkan hubungan yang signifikan antara mendengarkan musik dan konsentrasi belajar. Selanjutnya, pada tabel Coefficients diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,390 dengan koefisien regresi bernilai negatif. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik kebiasaan mendengarkan musik tidak memberikan pengaruh yang berarti terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar ditolak.

Tidak ditemukannya pengaruh yang signifikan dapat dijelaskan dari karakteristik indikator yang digunakan dalam penelitian. Sebagian besar indikator pada variabel mendengarkan musik lebih banyak mengukur aspek kenyamanan, relaksasi, dan suasana belajar yang menyenangkan. Musik memang mampu menciptakan kondisi emosional yang lebih positif sehingga siswa merasa lebih nyaman ketika belajar. Akan tetapi, kenyamanan tersebut tidak selalu berbanding lurus dengan peningkatan kemampuan kognitif seperti memusatkan perhatian, memahami materi, mengingat informasi, atau mempertahankan fokus dalam jangka waktu tertentu. Dengan kata lain,

musik dapat membantu siswa merasa lebih baik saat belajar, tetapi belum tentu meningkatkan kualitas konsentrasi mereka secara nyata.

Pada variabel konsentrasi belajar, indikator yang digunakan lebih menekankan pada kemampuan kognitif siswa, seperti mempertahankan perhatian, memahami materi, mengingat pelajaran, menyelesaikan tugas, dan mengatasi gangguan. Kemampuan-kemampuan tersebut pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor lain, seperti motivasi belajar, minat terhadap mata pelajaran, kondisi fisik, kualitas tidur, kesehatan mental, lingkungan belajar, dukungan keluarga, serta metode pembelajaran yang diterapkan guru. Oleh karena itu, meskipun siswa terbiasa mendengarkan musik saat belajar, tingkat konsentrasi mereka tetap lebih banyak ditentukan oleh faktor-faktor tersebut dibandingkan oleh musik itu sendiri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fatihamah (2024) yang menemukan bahwa musik latar belakang tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa efek musik sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu, jenis musik yang dipilih, dan konteks belajar yang dihadapi. Demikian pula penelitian Wulan Siti Nurjannah dkk. (2025) menunjukkan bahwa hubungan antara penggunaan musik dan tingkat konsentrasi belajar tidak selalu kuat karena konsentrasi lebih dipengaruhi oleh faktor internal individu dibandingkan oleh keberadaan musik saat belajar.

Berdasarkan seluruh hasil pengujian dan analisis yang dilakukan, dapat dipahami bahwa musik memiliki peran sebagai faktor pendukung dalam menciptakan suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan, namun bukan merupakan faktor utama yang menentukan tingkat konsentrasi belajar siswa. Oleh karena itu, upaya meningkatkan konsentrasi belajar siswa perlu diarahkan pada faktor-faktor yang memiliki pengaruh lebih besar, seperti peningkatan motivasi belajar, pengelolaan waktu belajar, penciptaan lingkungan belajar yang kondusif, serta penggunaan strategi pembelajaran yang efektif. Dengan demikian, musik dapat digunakan sebagai pelengkap dalam kegiatan belajar sesuai preferensi masing-masing siswa, tetapi tidak dapat dijadikan satu-satunya cara untuk meningkatkan konsentrasi belajar.

4. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mendengarkan musik tidak berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa SMA Negeri 1 Sinjai. Hal ini dibuktikan oleh hasil uji regresi linear sederhana yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,390 (> 0,05), sehingga hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh mendengarkan musik terhadap konsentrasi belajar ditolak.

Selain itu, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,027 menunjukkan bahwa variabel mendengarkan musik hanya memberikan kontribusi sebesar 2,7% terhadap konsentrasi belajar siswa, sedangkan 97,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, konsentrasi belajar siswa tidak hanya ditentukan oleh kebiasaan mendengarkan musik, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti motivasi belajar, kondisi psikologis, lingkungan belajar, dan strategi belajar yang digunakan.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala SMA Negeri 1 Sinjai, para guru, serta siswa yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Terima kasih juga kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan artikel ini. Semoga bantuan yang diberikan mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

6. DAFTAR PUSTAKA

Afifah bilqis, Moh Farozin. (2023). pengaruh musik klasik dalam konsentrasi belajar siswa kelas XI ISS MAN 2 Unggul Ali-Hasjmy Aceh Besar. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, *5*(2), 344–350. https://doi.org/10.59141/japendi.v4i6.1980

Anggraeni eklecia silaen, nabila ramadhamti, sindi tri utami. (2023). Musik Berpengaruh dalam Konsentrasi Belajar. *Parade Riset Mahasiswa*, *1*(1), 467.

https://doi.org/10.59141/japendi.v4i6.1980

Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian ilmiah pendidikan pada pendekatan kualitatif dan kuantitatif. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, *1*(2), 1–9. https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57

Asrulla,Risnita,M.syahrani jailani, F. J. (2023). Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(3), 26320–26332. https://doi.org/10.31004/jptam.v7i3.10836

Bhirawa, W. T. (2020). Proses Pengolahan Data Dari Model Persamaan Regresi Dengan Menggunakan Statistical Product and Service Solution (SPSS). *Jurnal Mitra Manajemen*, 71–83. https://doi.org/10.35968/jmm.v7i1.528

Emilia Kurniawati, & Sulastri Rini Rindrayani. (2025). Pendekatan Kuantitatif dengan Penelitian Survei : Studi Kasus dan Implikasinya. *SOSIAL : Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS*, *3*(1), 65–69. https://doi.org/10.62383/sosial.v3i1.596

Fatihamah. (2024). pengaruh musik latar belakang terhadap konsentrasi mahasiswa dalam situasi belajar. *IJBTH iNdonesian journal of busines innovation, technology and humanities,*, 176-187.

Kartini, nurus sa'adah. (2022). *Dampak musik religi terhadap konsentrasi belajar (studi kasus: mahasiswa pascasarjana BKI 2021-2022)*. *4*, 6033–6038. https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i5.7610

Kustiawan, W., Raihan, M. D., & Thariq, M. I. (2025). Pendekatan Metode Penelitian Lokasi Dan Waktu InformanPenelitian Dan Penyusunan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *9*, 5051–5055.

Prakoso, F. A. (2022). Implementasi Kerjasama Pembiayaan Murabahah bagi Guru (Studi Kasus BMT Amanah Ummah dengan SMK Tanwir Surabaya). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *6*(2), 11011–11018. https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/4185

Pranatawijaya, V. H., Widiatry, W., Priskila, R., & Putra, P. B. A. A. (2019). Penerapan Skala Likert dan Skala Dikotomi Pada Kuesioner Online. *Jurnal Sains Dan Informatika*, *5*(2), 128–137. https://doi.org/10.34128/jsi.v5i2.185

Rivansyah Hakim, M. A. (2025). Analisis Pendekatan Kuantitatif dalam Penelitian Sosial: Kajian Teoritis Melalui Studi Pustaka. *Jurnal Medika Akademik*, *3*(6), 3–7. https://jurnal.mediaakademik.com/index.php/jma/article/view/2362/1874

sriyanti ma'tan, muzakkir, sri darmawan. (2023). literatur riview analisis mendengarkan musik klasik terhadap konsetrasi belajar mahasiswa di institut pendididkan keperawatan. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *3*. https://ojs.institutnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/648?utm_source=chatgpt.com

Syamsuryadin, S., & Wahyuniati, C. F. S. (2018). Tingkat Pengetahuan Pelatih Bola Voli Tentang Program Latihan Mental Di Kabupaten Sleman Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *13*(1), 53–59. https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i1.12884

Wulan siti nurjannah, m. a.-g. (2025). analisis hubungan antara pengunaan musik dan tingkat konsentrasi mahasiswa. *vitalitas medis jurnal kesehatan dan kedokteran*.

Yanti, M. H., Zuwa, K. S., Sianipar, P. G., Bilbina, K., Saragih, E., & Putri, U. N. (2025). Musik Dan Fokus Pikiran : Pengaruh Genre Musik Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Music and Mental Focus : the Influence of Music Genre on Student Learning Concentration. *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara*, *2*(6), 11389–11399. https://jicnusantara.com/index.php/jicn/article/view/5796