

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Perkembangan Anak Usia Sekolah

2.1.1 Definisi perkembangan anak usia sekolah

Manusia adalah makhluk hidup yang berkembang secara progresif, perkembangan hidup manusia yaitu suatu proses yang berkesinambungan dimulai dari masa konsepsi bisa juga disebut dengan pembuahan hingga kematian, dengan demikian perkembangan hidup pada manusia berlangsung terus sepanjang hidup manusia. Perkembangan anak adalah suatu masa pembentukan fondasi bagi suatu kepribadian serta keterampilan yang akan menentukan pengalaman hidup anak berikutnya. Pengalaman dan pendidikan bagi anak-anak yaitu faktor yang paling menentukan perkembangan anak itu sendiri (Talango, 2020). Perkembangan anak akan berlangsung secara optimal apabila berkembang sesuai dengan fase dan tugas perkembangan (Dewi *et al.*, 2020).

Perkembangan pada anak merupakan pertambahan kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks sebagai hasil dari proses pemantangan setiap usianya (Zuhroh, 2024). Pada anak usia sekolah dasar adalah anak yang belum memiliki tingkat kematangan dan pola berfikir yang baik masih mendapatkan keterbatasan dalam membedakan hal yang baik dan buruk (Oktavia *et al.*, 2021). Perkembangan berhubungan dengan kepribadian yang terintegritas. Anak sekolah dasar usia 6-11 tahun yaitu berada pada fase kanak-kanak tengah. Fase kanak-kanak tengah yaitu anak yang memiliki kemampuan dasar untuk berhitung, menulis, dan juga membaca (Khaulani *et al.*, 2020).

2.1.2 Tugas perkembangan anak usia sekolah

Menurut Havigusrt terdapat delapan tugas yang dijabarkan mengenai tugas perkembangan anak pada usia 6 – 12 tahun. Delapan tugas perkembangan menurut Havigusrt adalah sebagai berikut :

1. Belajar tentang keterampilan fisik

Dibutuhkan dalam permainan selama waktu ini anak belajar untuk menggunakan otot–otot untuk mempelajari berbagai keterampilan. Maka dari itu pertumbuhan otot dan tulang anak berlangsung secara cepat dan anak memiliki kebutuhan yang sangat tinggi untuk melakukan beraktivitas dan bermain.

2. Pengembangan sikap terhadap diri sendiri pada perkembangan

Tugas perkembangan ini anak sudah mulai paham mengenai kebiasaan hidup sehat seperti memelihara diri terhadap kesehatan dan juga keselamatan diri.

3. Berkawan dengan teman sebaya

Anak masuk sekolah pasti sudah menuntut untuk anak melakukan interaksi sosial dengan teman sebayanya, anak usia sekolah dasar sudah sangat mampu untuk berinteraksi dan berteman dengan orang lain diluar lingkungan keluarga.

4. Belajar untuk melakukan peran sosial sesuai gender masing–masing (wanita dan laki – laki)

Saat usia anak 9-10 tahun anak akan mulai menyadari peran sesuai jenis kelamin saat masa ini anak akan menunjukkan sisi ketertarikan terhadap sesuatu sesuai dengan kemauannya seperti bermain boneka, bermain bola.

5. Belajar untuk menguasai keterampilan dasar

Belajar untuk menguasai keterampilan dasar seperti membaca, berhitung dan menulis. Masa–masa anak sekolah dasar ini sudah mampu untuk membaca, berhitung dan menulis dikarenakan anak telah mampu belajar dan menguasai symbol-symbol sederhana.

6. Pengembangan suatu konsep yang dibutuhkan anak di kehidupan

Pada masa ini anak hendak memiliki berbagai konsep untuk diperlukan dalam kehidupan sehari-hari seperti konsep warna, konsep jumlah dan konsep perbandingan,

7. Pengembangan moral, nilai, dan juga kata hati

Pada anak usia sekolah dasar hendak diajarkan mengontrol tingkah laku sesuai dengan nilai dan moral yang ada serta bisa untuk mentaati peraturan, menerima tanggung jawab dan bisa mengakui adanya perbedaan antara diri sendiri dan orang lain,

8. Mengembangkan sikap terhadap suatu kelompok dan lembaga – lembaga sosial. Anak sudah mampu untuk belajar menyadari keanggotaannya dalam keluarga dan juga masyarakat sekolah serta anak harus bisa mentaati peraturan–peraturan yang ada dalam suatu keluarga maupun sekolah (Oktarisma *et al.*, 2021).

2.1.3 Fase Perkembangan Anak Usia Sekolah

Fase perkembangan anak usia sekolah dijelaskan sebagai berikut :

1. Fisik-Motorik

Pertumbuhan fisik anak sekolah dapat ditandai dengan anak menjadi lebih tinggi, kuat, dan berat daripada anak berada di PAUD/TK, biasanya tampak pada perubahan sistem tulang, otot, dan keterampilan gerak. Anak SD lebih

aktif dan kuat untuk melakukan kegiatan fisik seperti berlari, memanjat, berenang, melompat, dan kegiatan diluar rumah. Pada kegiatan fisik dilakukan pada anak untuk melatih kordinasi, kestabilan, motorik maupun menyalurkan energi yang tertumpuk.

2. Kognisi

Aspek perkembangan kognisi merupakan aspek yang berkaitan dengan kognitif yang dimiliki oleh setiap individu anak-anak, aspek ini berguna untuk memecahkan masalah dan kemampuan dalam berfikir.

3. Perkembangan sosio emosional

Ciri dari fase perkembangan ini yaitu adanya peningkatan hubungan anak dengan teman-teman seangkatannya dan kurangnya ketergantungan anak dengan keluarga ataupun orang terdekatnya.

4. Perkembangan Bahasa

Bahasa dapat diartikan sebagai sebuah alat untuk berkomunikasi dalam menjalankan interaksi sosial, perkembangan bahasa ini akan terus berkembang dari anak tingkatan SD sampai dengan akhir masa remaja mereka.

5. Perkembangan moral keagamaan

Lingkungan sosial maupun keluarga yang lebih besar di luar lingkungan keluarga dijadikan sumber utama dari pelajaran perkembangan moral anak (Khaulani *et al.*, 2020).

2.2 Konsep Terapi Musik

2.2.1 Definisi Terapi Musik

Terapi musik adalah penggunaan musik dan elemen musik oleh terapis musik terakreditasi untuk meningkatkan, mempertahankan, dan memulihkan kesehatan fisik, emosional, mental, dan spiritual seseorang. Musik juga memiliki atribut berupa emosional, struktur, kreatif, dan nonverbal. Terapi musik juga digunakan dalam hubungan terapeutik untuk mendorong interaksi, kontak, kesadaran diri, komunikasi, pembelajaran, ekspresi diri dan pengembangan pribadi (Wang & Agius, 2018). Keunggulan terapi musik diantara alternatif terapi yang lain adalah ekonomis dan bersifat naluriah dimana musik dapat beresonansi langsung ke otak tanpa jalur kognitif (Muin, 2022).

Terapi musik dapat berupa terapi musik pasif, terapi musik *baroque* klasik, terapi musik Mozart, terapi musik ceria, atau terapi musik relaksasi klasik (Cahyani, 2023). Seni musik memberikan kemampuan untuk mengekspresikan dan mengapresiasi seni, musik ini merupakan bagian dari seni yang dapat untuk memberikan warna kehidupan dan pembentukan watak pada setiap manusia, musik adalah salah satu seni yang merupakan wujud dari bunyi dimana memiliki manfaat dan juga keuntungan maka dari itu dapat membangkitkan semangat pendengar serta musik dapat membentuk pribadi manusia, kebudayaan pada masyarakat (Indriani *et al.*, 2023).

2.2.2 Jenis – Jenis Musik

Menurut Aditia mengatakan bahwa jenis-jenis musik yang dapat digunakan untuk terapi diantaranya yaitu musik klasik, jazz, rock, dangdut, instrumental, pop anak-anak, dan kerongcong (S. Lestari *et al.*, 2022). Dari beberapa jenis salah

satunya yaitu musik klasik, musik klasik merupakan salah satu jenis musik yang sudah mendunia serta memiliki komposisi seperti melodi yang ritmis dan kompleks serta musik klasik juga dipercaya mengaktifkan bagian struktur otak utamanya pada bagian prefrontal karena area ini berfungsi memiliki memori jangka pendek atau bisa disebut dengan *short term memory*. Menurut penelitian oleh Schuster dan Gritton dalam deporter menunjukkan bahwa musik klasik sangat cocok diperdengarkan pada saat melakukan belajar, mengulang dan juga saat berkonsentrasi karena musik klasik juga dapat menciptakan keadaan belajar yang optimal dan juga membantu untuk menciptakan asosiasi (Algarini Allo *et al.*, 2021).

2.2.3 Aliran/Genre Musik

Genre musik yaitu label yang digunakan untuk pengelompokan dan pendeskripsi dalam dunia musik yang luas. Musik – musik yang memiliki bunyi yang mirip masuk dalam *genre* yang sama.

1. *Genre* klasik

Genre klasik merupakan kumpulan dari *genre* musik pada era Mozart dengan bentuk seperti *symphony*, *string quartet*, *sonata*, *concerto*, dan *opera*. Musik klasik biasa dimainkan dengan alat musik tertentu contohnya biola yang sejak abad pertengahan ke-19 sudah ada.

2. *Genre* electronic

Genre musik yang menggunakan alat musik elektronik dan teknologi musik elektronik dalam produksinya.

3. *Genre* metal

Genre metal merupakan musik yang mengutamakan permainan gitar dan dimainkan dengan tempo sangat cepat. *Genre* rock juga mirip dengan metal tetapi memiliki tempo yang lebih lambat daripada *genre* metal.

4. *Genre* hip hop

Genre hip hop merupakan *genre* yang terdiri dari musik berirama dengan disertai rap.

5. *Genre* R & B (*Rhythm and Blues*)

Genre musik yang popular dengan menggunakan jazz, gospel, dan *blues* (Giri, 2018).

2.2.4 Efek Musik

Efek musik menurut peneliti dilakukan dalam sebuah penelitian yaitu tentang efek musik terhadap daya ingat siswa sekolah dasar menemukan hasil, dengan kita mendengarkan musik terbukti dapat meningkatkan daya ingat. Seseorang yang bermain musik akan cenderung lebih konsentrasi dan perhatian serta gerakan tubuhnya terorganisir dengan baik sehingga memiliki respon fisiologis yang mudah untuk diatur, hasil dari penelitian efek dari musik ini menjelaskan bahwa pengaruh mendengarkan musik ini yaitu dapat mengurangi kebingungan dan juga meingkatkan proses informasi (Suci, 2019).

2.2.5 Langkah- langkah dalam Terapi Musik

1. Menetapkan Sasaran Terapi

Sasaran untuk terapi musik diindikasikan melalui target yang akan dicapai. Target harus jelas berdasarkan alasan-alasan serta informasi yang dikumpulkan melalui hasil penilaian. Seseorang yang akan diterapi musik memiliki berbagai alasan. Ada yang dengan alasan merasa perlu menata

permasalahan yang sedang dihadapi, mengatasi gangguan yang dialami, atau mengatasi penyakit yang sedang diderita.

2. Membangun Relasi

Saat bertemu pertama kali dengan klien akan menciptakan awal pertemuan dengan pengalaman baru, hubungan baru, dan dinamika yang baru pula. Karena saat awal pertemuan terapi merupakan momen yang penting guna menentukan peran dan ekspektasi di waktu yang akan datang. Seorang terapis musik harus bisa berusaha untuk menentukan kondisi yang tepat agar dapat memaksimalkan hubungan kerja yang akrab dengan klien.

3. Proses Asesmen Awal

Seorang terapis musik sebisa mungkin mendapat gambaran yang lengkap dan menyeluruh mengenai klien, meski prosedur asesmen dapat dilakukan dengan sederhana

4. Asesmen Komprehensif

Asesmen komprehensif diberikan apabila klien belum dirujuk untuk menjalani terapi musik serta masih bertanya-tanya tentang apa saja manfaat dari terapi musik. Tipe asesmen ini secara khusus digunakan bila terapis musik diminta untuk menjadi anggota dalam tim yang menangani diagnosa dan asesmen secara menyeluruh.

5. Target Perilaku

Target perilaku penting guna mengetahui perubahan klien melalui sebuah pengukuran. Dalam terapi musik respon diharapkan sesuai dengan tujuan terapi. Hal ini berlaku untuk sasaran jangka panjang ataupun jangka pendek

6. Strategi Terapi

Berbagai strategi dapat dilakukan dalam terapi musik dengan menggunakan berbagai macam alat musik ataupun *genre* musik. Setiap terapis musik mempunyai kebebasan untuk merancang dan melakukan modifikasi dalam terapi musik (Djohan, 2016).

2.2.6 Terapi Musik Klasik

Musik klasik lahir pada sekitar abad 17-18 dari budaya Eropa, musik klasik merupakan musik yang memiliki struktur musik yang lebih lengkap dari musik yang lain, dalam musik klasik ini terutama musik klasik yang diciptakan oleh *Wolfgang Amadeus Mozart* dengan tempo andante. Musik klasik ini memiliki ketukan yang pelan, lambat, dan sesuai dengan irama denyut jantung sehingga dapat memberikan ketenangan dan kedamaian. Musik klasik Mozart ringan, tidak rumit, namun tidak terlalu lembut sehingga bermanfaat untuk menciptakan konsentrasi yang baik (Pratiwi *et al.*, 2016).

Saat responden mendengarkan musik klasik Mozart dengan tempo andante, suara yang masuk kedalam telinga langsung merangsang *cortex cerebri* dan merangsang *hypothalamus* serta mengeluarkan gelombang alpha sehingga kesadaran meningkat dan akhirnya meningkatkan konsentrasi. Hal ini menunjukkan musik klasik Mozart “*Andante, Piano Concerto No.21 in C Major, KV467*” bisa mempengaruhi konsentrasi seseorang (Pratiwi *et al.*, 2016).

Menurut Supradewi mengungkapkan musik memiliki pengaruh yang kuat pada lingkungan belajar, penelitian ini menunjukkan bahwa belajar lebih mudah serta cepat jika pelajar dalam kondisi yang santai dan reseptif. Menurut Campbell mengungkapkan bahwa musik dapat untuk menghilangkan stress sebelum adanya ujian, membantu untuk pembentukan pola pikir, dapat mempengaruhi

perkembangan emosi, spiritual dan juga kebudayaan sedangkan menurut Ortiz menambahkan bahwa musik ini dapat meningkatkan konsentrasi, menenangkan pikiran, kewaspadaan, serta mengurang suara – suara luar yang dapat mengalihkan perhatian, musik klasik ini sudah dirancang secara khusus dapat meningkatkan konsentrasi dan keinginan belajar (Andita, C. D., & Desyandri, 2019).

Banyak *genre* musik klasik yang ada. Namun, beberapa peneliti melakukan uji coba terhadap musik klasik untuk diperdengarkan, dan musik klasik karya Mozart mampu menghasilkan tanggapan yang menarik. Struktur otak pencipta Mozart yang cerdas sangat memengaruhi karya musiknya, kecerdasan otaknya sepenuhnya terungkap dalam karya musiknya. Jadi, ketika musiknya dimainkan kembali, kepandaianya terpancar ke dalam karya musiknya, yang kemudian masuk ke dalam jaringan otak pendengarnya (Diny, 2016).

Banyak jenis musik klasik yang dijumpai, tetapi beberapa peneliti melakukan uji coba terhadap musik klasik yang diperdengarkan, jenis Mozart dapat memberikan reaksi yang atraktif. Ketika musik Mozart dimainkan, efeknya dapat dipercaya sebagai stimulasi yang baik untuk merangsang dan meningkatkan konsentrasi dan daya pikir. Penelitian dari Dr. Alfret Tomatis merupakan dokter yang berasal dari Prancis mengatakan bahwa musik klasik Mozart memberikan energi terhadap otak dan membuat otak menjadi lebih santai (Diny, 2016).

2.2.7 Psikobiologi Suara

Berbicara mengenai terapi musik tidak bisa terlepas dari pemahaman mengenai peran bunyi dan suara. Suara merupakan salah satu dari fenomena alam. Manusia dapat mendengar suara dikarenakan adanya alat penerima suara yang disebut telinga. Kemampuan telinga manusia sangat terbatas dalam menerima suara

dari yang memiliki frekuensi 20 Hertz (Hz) sampai 20.000 Hz. Manusia dapat mendengar suara karena telinga dapat mengubah sinyal-sinyal gelombang suara menjadi getaran-getaran saraf yang akan mengirim isyarat ke otak. Lalu otak akan mengubah isyarat tersebut menjadi berbagai macam bunyi (Djohan, 2016).

Menurut Supradewi 2010 menunjukkan bahwa musik mempengaruhi lingkungan belajar, studi menunjukkan bahwa membuat siswa merasa santai dan terbuka akan membuat mereka belajar lebih cepat dan lebih mudah. Dalam kondisi ini detak jantung manusia 60 sampai 80 kali per menit, pada keadaan ini gelombang otak yang terjadi pada manusia mengalami relaksasi dan memasuki gelombang alfa (8-12Hz). Gelombang alfa merupakan kesadaran yang rileks dan otak pada ritme alfa yaitu kondisi otak yang rileks tapi waspada, sehingga menunjukkan *hippocampus* dan *somatosensory* merupakan bagian dari otak serta dapat bekerja dengan optimal (Andita, C. D., & Desyandri, 2019).

2.2.8 Manfaat musik

Manfaat musik bagi siswa bisa berupa seperti :

1. Musik bisa menghidupkan otak.
2. Musik bisa meningkatkan daya ingat.
3. Musik juga bisa memiliki kemampuan untuk bisa menciptakan pengetahuan yang menarik.
4. Musik dapat menyesuaikan otak kanan dan juga otak kiri (Indriani *et al.*, 2023).

Manfaat terapi musik pada anak-anak, terutama pada mereka yang mengalami gangguan fisik atau mental. Pada anak-anak yang mengalami kesulitan belajar gangguan berbicara, gangguan emosi, autis, dan masalah perilaku juga yang berkemampuan lebih atau jenius (Djohan, 2016).

2.2.9 Ketentuan Terapi Musik Klasik

1. Panduan pelaksanaan

Panduan pelaksanaan terapi musik merupakan pengkondisian berupa pemberian terapi musik. Terapi musik ini merupakan terapi yang menggunakan musik sebagai media secara khusus dalam rangkaian terapi dan sesuai dengan SOP terapi musik (Astuti, 2021).

2. Ketentuan Terapi

Ketentuan dalam terapi ini menuntut dalam :

- a. Pertama siapkan ruang kosong, suasana ruangan tenang (tidak bising), cukup penerangan serta ventilasi. Ruangan diatur sedemikian agar meminimalisir adanya pengecoh atau faktor peracuh yang mungkin muncul saat dilakukannya terapi.
- b. Menurut Aldridge volume yang dipilih harus dilakukan secara fleksibel dan didengarkan melalui *earphone*, penggunaan *earphone* ini dimaksudkan agar gelombang suara pada terapi musik ini dapat memasuki pusat syaraf dengan tepat, sehingga otak akan langsung merespon dan menstimulasi hormon penenang yang mengkondisikan tubuh manusia menjadi lebih rileks dan bisa membuat subjek bisa lebih fokus terhadap keseluruhan musik yang meminimalisir faktor peracuh dari luar.
- c. Instrument berikutnya yaitu melalui jam maupun *stopwatch* yang digunakan untuk pewaktu (*timer*) agar saat dilakukannya terapi berjalan sesuai durasi yang sudah ditentukan yaitu 10 menit.

- d. keadaan dimana anak duduk diam dikursi masing-masing dengan mendengarkan musik yang diberikan peneliti melalui *earphone* tanpa adanya aktivitas lain.
- e. Waktu yang dilakukan dalam terapi ini selama 10 menit.
- f. Selama duduk di kursi, anak duduk menghadap peneliti, diantara kursi peneliti dengan kursi anak dipisahkan oleh meja kosong.
- g. Peneliti diperbolehkan memberikan bantuan rangka dalam membuat anak diam, yaitu dengan cara memegang kepala anak atau tangan anak untuk memberikan isyarat pada anak agar tetap fokus pada peneliti dan musik yang diberikan.
- h. Setelah pemberian terapi musik, anak diberikan waktu istirahat sebanyak 5 menit untuk menyesuaikan dengan keadaan tanpa musik sambil menunggu pembagian lembar psikotes oleh peneliti, lembar psikotes oleh peneliti berisi 15 soal psikotes. 15 soal psikotes ini diberikan setelah adanya terapi musik (Priyanggasari, 2015).

2.3 Konsep Konsentrasi Belajar

2.3.1 Definisi Konsentrasi

Konsentrasi adalah suatu pemusatan segenap kekuatan perhatian pada suatu situasi belajar, konsentrasi juga dapat diartikan sebagai usaha seseorang untuk memfokuskan perhatian pada suatu objek sehingga dapat memahami dan mengerti objek yang diperhatikan. Proses pembelajaran membutuhkan konsentrasi, oleh karena itu setiap anak dalam mengikuti pembelajaran di sekolah diharapkan dapat berkonsentrasi dengan baik. Kemampuan anak dalam berkonsentrasi akan mempengaruhi kecepatan dalam menangkap materi yang diberikan oleh guru pada

proses pembelajaran. Oleh karena itu diperlukan suatu metode yang menyenangkan yang membuat anak rileks dalam belajar dan dapat memusatkan konsentrasi pada pembelajaran yang sedang berlangsung (Andita, C. D., & Desyandri, 2019).

Menurut artikel (Andita, C. D., & Desyandri, 2019) dikatakan juga musik merupakan segala sesuatu yang menyenangkan, dapat mendatangkan keceriaan, mempunyai irama (ritme), melody, timbre (tone colour) tertentu untuk membantu tubuh dan pikiran saling bekerja sama. Musik telah lama dianggap memiliki pengaruh terhadap tubuh ataupun jiwa manusia. Dengan mendengarkan sebuah musik ketika melaksanakan proses pembelajaran dapat menciptakan kenyamanan dalam belajar dan juga dapat membantu meningkatkan konsentrasi anak dalam belajar. Beberapa musik- musik populer (misalnya Baroque String Conceert) sangat efektif untuk membaca dan meningkatkan konsentrasi, sedangkan musik klasik dan Baroque, apabila dirancang secara khusus dapat meningkatkan konsentrasi dan keinginan belajar.

Musik tersebut dapat memberikan suatu kesenangan, mendatangkan kegembiraan dan kebahagiaan, memberikan pengaruh positif terhadap pikiran manusia serta juga bisa mengembalikan semangat ataupun konsentrasi anak dalam belajar. Bermusik ataupun bernyanyi memberikan dampak positif terhadap konsentrasi belajar anak serta meningkatkan nilai dalam diri mereka. Musik yang dimaksud bisa berupa musik-musik penyemangat seperti menyanyikan lagu nasional, lagu-lagu daerah, lagu anak-anak ataupun materi pembelajaran yang diajarkan kepada anak dilakukan melalui nyanyian. Apabila ini dirancang secara sedemikian rupa akan dapat meningkatkan konsentrasi dan keinginan anak untuk

belajar, serta materi yang dijelaskan juga tersampaikan dengan baik kepada anak (Handayani *et al.*, 2022).

Musik juga memberikan banyak manfaat siswa seperti menghidupkan otak, meningkatkan daya ingat dan memiliki kemampuan untuk menciptakan pengetahuan yang menarik. Musik juga dapat menyesuaikan kemampuan otak kiri dan otak kanan. Sampai saat ini ada dugaan bahwa musik yang dapat berdampak positif dan mendidik otak adalah musik. Musikalitas, lagu, dan konkordansi musik dapat menjadi pendorong untuk meningkatkan kapasitas belajar siswa sekolah dasar. Melalui siswa musik secara efektif menangani hubungan antara waktu, jarak dan aransemem (suksesi) yang merupakan kemampuan yang diperlukan untuk kemampuan dalam penalaran yang konsisten. Musik diterima secara luas untuk memiliki pilihan untuk memulai pikiran kreatif dan mengeluarkan hal-hal rahasia yang disimpan oleh seseorang. Musik juga dapat menghidupkan hubungan antara neuron. Jadi, ketika seseorang mendengarkan musik, itu berarti bahwa bagian-bagian tertentu dari saraf dianimasikan untuk selalu bergaul. Ketika seseorang mendengarkan musik, terutama musik yang lembut, itu dapat membuat suasana menjadi nyaman dan ketika pikiran terasa baik, biasanya otak akan bekerja dengan baik (Indriani *et al.*, 2023).

Menurut perspektif dari teori kognitif piaget, mengemukakan bahwa pemikiran anak usia 10-12 tahun telah mencapai tahap pemikiran konkret, sudah mampu memperhatikan lebih dari satu dimensi sekaligus, mampu mengaitkan kenyataan dan kemungkinan. Pada usia ini anak mulai bisa menyelesaikan masalah dengan masuk kedalam masalah dengan melihat akibat apa yang akan terjadi, anak sudah bisa berfikir secara teoritis, dapat mengutarakan pendapatnya, dan pola

berfikir kuantitatif dan matematis dalam konversasi berat. Maka peneliti mengambil anak usia 10-12 tahun karena sesuai dengan perkembangan kognitif yang dilakukan dengan terapi musik klasik (Idayanti & Kurniawati, 2019).

Menurut (Sumartini, 2020) menunjukkan bahwa terapi musik klasik dapat meningkatkan perkembangan kognitif anak, terapi ini dapat meningkatkan kategori perkembangan kognitif dari 13,89% menjadi 52,78% setelah intervensi. Menurut (Astuti, 2021) menunjukkan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terapi musik klasik memiliki pengaruh yang efektif dalam menstimulasi fungsi kognitif anak didapatkan hasil sebagian besar siswa perkembangan kognitifnya cukup.

2.3.2 Aspek-Aspek Konsentrasi

Menurut (Diana *et al.*, 2019) konsentrasi memiliki aspek-aspek diantaranya yaitu:

1. Pemusatan pikiran

Suatu keadaan dimana belajar yang membutuhkan ketenangan, nyaman, perhatian seseorang dalam memahami yang dihadapi.

2. Motivasi

Keinginan atau suatu dorongan seseorang yang terdapat dalam diri individu untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya.

3. Rasa khawatir

Perasaan yang tidak tenang karena seseorang merasa tidak optimal dalam melakukan suatu tugas.

4. Perasaan tertekan

Perasaan seseorang yang bukan dari individu melainkan dorongan atau tuntutan orang lain maupun lingkungan.

5. Gangguan pemikiran

Suatu hambatan bagi seseorang yang berasal dari dalam individu maupun orang sekitar, seperti ekonomi, keluarga, dan masalah pribadi.

6. Gangguan kepanikan

Suatu hambatan bagi seseorang untuk berkonsentrasi dalam bentuk rasa was-was menunggu hasil yang akan dilakukan maupun yang sudah dilakukan oleh orang tersebut.

7. Kesiapan belajar

Keadaan dimana seseorang yang sudah siap akan menerima pelajaran, sehingga setiap individu dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya

2.3.3 Faktor-Faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar

Dalam konsentrasi belajar ini terdapat beberapa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsentrasi, diantaranya faktor-faktor itu yaitu (Fatchuroji *et al.*, 2023):

1. Kesehatan fisik dan mental

Kesehatan fisik dan mental dalam kondisi yang buruk, seperti stres, sakit, kurang tidur dapat mengganggu konsentrasi seseorang.

2. Lingkungan

Lingkungan yang bising dan tidak nyaman dapat mengganggu konsentrasi, begitupun sebaliknya lingkungan yang nyaman dan tenang dapat membantu meningkatkan konsentrasi

3. Gaya belajar

Gaya belajar setiap orang memiliki gaya yang berbeda-beda, dari beberapa orang mungkin lebih mudah berkonsentrasi saat bekerja di lingkungan ramai, sementara beberapa orang membutuhkan keheningan dan ketenangan

4. Faktor emosional

Faktor emosional orang yaitu ada seperti depresi, kecemasan, atau rasa tidak percaya diri juga dapat mempengaruhi konsentrasi.

5. Teknologi

Penggunaan teknologi seperti ponsel pintar, televisi atau komputer dapat mengganggu konsentrasi seseorang. Ketika seseorang terus-menerus memeriksa pesan atau menghabiskan waktu di media sosial konsentrasi orang tersebut dapat terganggu.

6. Kelapangan waktu

Jumlah waktu yang tersedia untuk melakukan tugas juga dapat mempengaruhi konsentrasi seseorang. Jika seseorang merasa tergesa-gesa atau memiliki deadline yang ketat, konsentrasi itupun juga dapat terganggu.

7. Motivasi

Motivasi untuk belajar dan menyelesaikan tugas dapat mempengaruhi konsentrasi. Seseorang yang tidak memiliki motivasi yang cukup untuk menyelesaikan tugas mungkin memiliki konsentrasi yang buruk.

2.3.4 Konsentrasi Belajar dalam Pembelajaran

Menurut Nurhayanti konsentrasi belajar yaitu pemasatan pikiran terhadap suatu pelajaran dengan menyampingkan beberapa hal lain yang tidak berhubungan dengan pelajaran (Cecep *et al.*, 2022). Salah satu perkembangan kognitif diatas yaitu konsentrasi dapat dipengaruhi dari beberapa faktor yaitu : kondisi badan

seseorang yang dikatakan normal keseluruhan, istirahat yang cukup, terbebas dari adanya gangguan mental, bebas dari adanya suara yang terlalu keras, serta asupan gizi yang masuk kedalam tubuh harus seimbang (Krissanthy *et al.*, 2020).

Anak sekolah dasar sangat membutuhkan kemampuan berfikir yang sangat tinggi untuk suatu aktivitas disetiap yang dilakukan, hal ini yang sangat mendukung untuk anak sekolah dasar dalam peningkatan akan kemampuan untuk berkonsentrasi dalam belajar, akibat dari segi negatif yang muncul ketika anak sekolah tidak mampu untuk berkonsentrasi dengan maksimal akan ada dampak yang berkepanjangan terhadap kecerdasan untuk mengingat bahan-bahan pembelajaran dikelas salah satu contoh yang terjadi yaitu kualitas hasil belajar menurun (Susilowati *et al.*, 2021).

Dalam memusatkan konsentrasi dalam belajar akan membuat kita mudah paham dengan materi serta senang dalam belajar perhatian kita bisa befokus, dengan ini kita dapat membuat suasana pembelajaran yang menyenangkan bagi anak-anak menggunakan metode musik untuk mengembalikan konsentrasi anak belajar dan juga bisa membuat anak lebih rileks untuk pembelajaran selanjutnya. Konsentrasi yang baik juga dapat membuat anak lebih fokus dalam belajar, saat siswa fokus belajar dengan baik dan juga tidak terpecah-pecah sehingga pikiran anak lebih terfokus pada pembelajaran yang akan diberikan oleh pengajar ini yang diharapkan oleh pengajar sehingga proses pembelajaran dapat terstruktur dengan pembelajaran yang mendukung dan bisa menciptakan konsentrasi belajar anak (Handayani *et al.*, 2022).

2.2.5 Alat Pengukuran Konsentrasi Belajar

1. Lembar psikotes konsentrasi.

Pembagian lembar psikotes konsentrasi oleh peneliti, lembar psikotes konsentrasi oleh peneliti berisi 15 soal psikotes konsentrasi, dari 15 soal psikotes konsentrasi ini diberikan setelahnya diberikan terapi musik (Priyanggasari, 2015).

2. Standar Operasional Prosedur(SOP) Terapi Musik

Standar Operasional Prosedur(SOP) merupakan acuan atau pedoman untuk melakukan penelitian yang sesuai dengan SOP yang digunakan seperti langkah-langkah terapi musik klasik (Dwi Astuti, 2020).

2.3.6 Indikator Konsentrasi belajar

Menurut (Herdianti *et al.*, 2024) indikator konsentrasi belajar sebagai berikut :

1. Aspek kognitif

Aspek kognitif adalah kemampuan siswa untuk berpikir yang ditandai dengan dapat memahami setiap materi yang disampaikan oleh guru kesiapan pengetahuan yang dapat hadir bila diperlukan dan dapat mengaplikasikan pengetahuan yang ada.

2. Aspek afektif

Aspek afektif adalah perilaku yang berkaitan dengan penerimaan terhadap materi yang sedang disampaikan ditandai oleh adanya penerimaan atau tingkat perhatian tertentu terhadap sumber informasi, dan selalu bersifat aktif dengan bertanya dan memberikan argumentasi mengenai materi pelajaran yang disampaikan.

3. Aspek psikomotor

Aspek psikomotor adalah kemampuan yang menyangkut aktivitas fisik atau keterampilan mengerjakan sesuatu, ditandai dengan adanya gerakan anggota

badan yang tepat atau sesuai dengan petunjuk dan membuat catatan atau menulis informasi, membuat jawaban atau mengerjakan tugas.

2.3.7 Peningkatan Konsentrasi Belajar

Menurut (Herdianti *et al.*, 2024) peningkatan konsentrasi belajar anak bisa dengan memberikan terapi musik dan teknik relaksasi.

1. Terapi musik

Terapi musik adalah terapi yang bersifat nonverbal yang dapat mendorong anak untuk berinteraksi, berimprovisasi, mendengarkan atau aktif bermain musik. Musik dapat menciptakan suasana yang menyenangkan, musik juga diketahui dapat mempengaruhi proses kognitif, perubahan perilaku dan psikososial (Marliana *et al.*, 2017).

Menurut Aditia mengatakan bahwa jenis-jenis musik yang dapat digunakan untuk terapi diantaranya yaitu musik klasik, jazz, rock, dangdut, instrumental, pop anak-anak, dan kercong (S. Lestari *et al.*, 2022). Dari beberapa jenis salah satunya yaitu musik klasik, musik klasik merupakan salah satu jenis musik yang sudah mendunia serta memiliki komposisi seperti melodi yang ritmis dan kompleks serta musik klasik juga dipercaya mengaktifkan bagian struktur otak utamanya pada bagian prefrontal karena area ini berfungsi memiliki memori jangka pendek atau bisa disebut dengan *short term memory*. Menurut penelitian oleh Schuster dan Gritton dalam deporter menunjukkan bahwa musik klasik sangat cocok diperdengarkan pada saat melakukan belajar, mengulang dan juga saat berkonsentrasi karena musik klasik juga dapat menciptakan keadaan belajar yang optimal dan juga membantu untuk menciptakan asosiasi (Algarini Allo *et al.*, 2021).

Terapi musik klasik juga dapat membantu memberikan ketenangan dan membuat anak merasa nyaman dalam melakukan aktifitasnya sehari-hari, sehingga dapat meminimalisir perilaku hiperaktif pada anak dan membuat anak merasa lebih tenang (Marliana *et al.*, 2017).

2. Teknik relaksasi

Teknik relaksasi memiliki berbagai jenis teknik yang dapat diterapkan dalam sesi terapi. Miltenberger mengungkapkan bahwa relaksasi memiliki 4 jenis relaksasi yaitu relaksasi otot progressive, relaksasinafas, meditasi, dan relaksasi behavioral. Relaksasi otot progresif atau progressive muscle relaxation ini adalah teknik relaksasi yang melatih seseorang untuk mengidentifikasi ketegangan pada berbagai otot pada tubuhnya. Relaksasi ini dapat membantu individu untuk mengurangi tingkat kecemasan dan ketegangan. Teknik ini melibatkan kegiatan tegang dan rileks pada kelompok otot (otot wajah, otot tangan, otot kaki, dll) secara sistematis.

Relaksasi otot progresif ini sering dipadukan dengan terapi yang melibatkan pikiran dan otot. Tomlin menyatakan bahwa relaksasi otot dapat membawa perubahan pada kondisi psikologis seseorang yang dapat membantu mengurangi ketegangan, mengurangi tekanan darah yang tinggi, dan menyeimbangkan aliran darah dalam tubuh. Hal tersebut dapat terjadi karena jenis teknik relaksasi ini terdiri atas rangkaian terapi yang melibatkan gerakan tubuh yang bertujuan untuk melemaskan ketegangan yang terjadi pada otot dan memberikan kenyamanan pada tubuh. Kecemasan pada dasarnya akan menyebabkan beberapa gejala fisiologis seperti meningkatnya tekanan darah, percepatan detang jantung, maupun ketegangan pada otot tertentu. Maka dari

itu relaksasi otot progresif ini banyak diterapkan pada penelitian karena dampaknya dalam menurunkan ketegangan pada siswa yang cemas amatlah besar. Teknik relaksasi otot progresif ini sangat cocok dilatihkan dengan deep breathing atau latihan pernafasan. Hal itu karena latihan pernafasan dapat membantu mengondisikan tubuh agar lebih rileks dan nyaman sehingga relaksasi otot yang akan dilakukan dengan baik. Teknik relaksasi deep breathing ini dilakukan untuk menghadirkan kembali self-control terhadap stress baik fisiologi maupun emosional (Rasyidin & Pratiwi, 2022).

2.3.8 Komponen Konsentrasi Belajar

Menurut (Aristawati, 2022) konsentrasi belajar membutuhkan kemampuan logika, numerik dan literasi yang memadai agar pencapaian pembelajaran akan tercapai dengan baik.

1. Logika

Kecerdasan matematis dapat juga diartikan sebagai kecerdasan logis dan penalaran, yang merupakan dasar dalam pemecahan masalah dengan memahami prinsip-prinsip yang mendasari sebab akibat atau dapat memanipulasi bilangan, kuantitas, dan operasi. Kemampuan anak yang harus dikembangkan meliputi beberapa aspek yaitu aspek kognitif, bahasa, fisik motorik, sosial emosional, dan moral. Aspek kognitif berhubungan dengan tingkat kecerdasan yang dapat menjadikan seseorang mendapatkan minat terhadap gagasan, ide-ide, dan belajar secara aktif. Dapat dilihat ketika anak-anak mempunyai kemampuan matematik logika yang baik terdapat beberapa tanda. Diantaranya adalah senang bermain dan lebih cepat menyelesaikan soal-soal pola dan mampu berpikir secara logis (Nurfuady et al., 2019).

2. Numerik

Menurut KBBI, konsentrasi adalah pemuatan perhatian atau pikiran pada suatu hal, sementara numerik adalah segala sesuatu yang berwujud nomor atau bersifat angka. Oleh karena itu, konsetrasi numerik dapat diartikan sebagai pemuatan pikiran untuk membaca atau mengerjakan soal-soal yang bersifat numerik. Kemampuan numerik mencakup kemampuan standar tentang bilangan, kemampuan berhitung yang mengandung penalaran dan keterampilan aljabar. Kemampuan mengoperasikan bilangan meliputi operasi hitung penjumlahan, pengurangan, perkalian, dan pembagian (Suhendra, 2019).

Howard Gardner menyatakan bahwa kemampuan ini meliputi bidang sains, mengklasifikasikan hubungan berbagai hal, dan memecahkan masalah secara logis terutama dalam memanipulasi angka. Seseorang yang mempunyai kecerdasan numerik pada umumnya mempunyai cara berpikir yang teratur dalam mengerjakan sesuatu dan menyelesaikan masalah. Hal tersebut dikarenakan kecerdasan numerik mempunyai komponen khas yaitu kepekaan serta kemampuan untuk membedakan pola bilangan atau angka dan kemampuan menangani rangkaian penalaran panjang. Jika tes kemampuan numerik dipadukan dengan kemampuan mengingat, maka tes ini dapat mengungkap kemampuan intelektual seseorang terutama kemampuan penalaran berhitung dan berpikir secara logis. Hal lain yang akan terlihat juga adalah kemampuan kuantitatif, ketelitian, dan keakuratan individu dalam mengerjakan sesuatu (Suhendra, 2019).

3. Literasi

Literasi berasal dari bahasa Latin litteratus (littera) yang berarti kemampuan membaca dan menulis. Kemudian makna tersebut berkembang menjadi kemampuan menguasai pengetahuan di bidang tertentu Sedangkan di dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia literasi memiliki beberapa makna yaitu (1) kemampuan menulis dan membaca, (2) suatu pengetahuan atau keterampilan dalam aktivitas atau bidang tertentu, (3) suatu kemampuan individu dalam mengolah informasi dan pengetahuan yang telah didapatkannya untuk kecakapan hidup, dan (4) penggunaan huruf untuk menggambarkan suatu bunyi atau kata.

Manfaat kemampuan literasi dasar bagi siswa sekolah dasar antara lain adalah antara lain, (1) untuk meningkatkan pengetahuan kosa kata siswa; (2) agar otak mampu bekerja secara optimal; (3) menambah wawasan siswa; (4) mempertajam diri dalam menangkap satu informasi dari sebuah bacaan; (5) mengembangkan kemampuan verbal; (6) melatih kemampuan berfikir dan menganalisa siswa; serta (7) melatih fokus dan konsentrasi siswa, karena pentingnya kemampuan literasi dasar bagi siswa sekolah dasar, sehingga perlu dilakukan penelitian terkait analisis bagaimana keadaan kemampuan literasi dasar yang dimiliki oleh siswa sekolah dasar.