

Mozart's Sonata for Two Pianos K448 in D-Major 2nd Movement terhadap Memori Jangka Pendek pada Mahasiswa

Ayu Muhriyani Nai¹, Aphroditha Salsabilla Renjaan², Anisa Muthmainnah Natsir³, M.
Ahkam Alwi⁴

¹²³⁴ Mahasiswa Magister Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar. Indonesia

ARTICLE INFO

Article history:

Received May 05, 2025
Revised May 10, 2025
Accepted May 12, 2025
Available online May 14, 2025

Kata Kunci:

Memori Jangka Pendek, Musik Klasik, Mozart
Sonata K 448

Keywords:

Music Classic, Mozar Sonata K 448t, Short Term
Memory



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRAK

Musik klasik karya Mozart, diketahui dapat merangsang gelombang otak yang mendukung peningkatan memori jangka pendek. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas mendengarkan musik klasik Mozart dalam meningkatkan daya ingat jangka pendek mahasiswa. Metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain randomized pretest posttest control group. Penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling dengan melibatkan 20 mahasiswa Universitas Negeri Makassar. Partisipan penelitian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 10 mahasiswa untuk kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan berupa pemutaran musik klasik Mozart saat melakukan tugas mengingat silabel tak bermakna dan 10 mahasiswa untuk kelompok kontrol melaksanakan tugas yang sama tanpa disertai pemutaran musik klasik Mozart. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Nilai rata-rata memori jangka pendek pada kelompok eksperimen adalah 9,10 saat pretest, meningkat menjadi 12,20 pada posttest, dengan rata-rata kenaikan sebesar 3,10. Sementara itu, pada kelompok kontrol, nilai rata-rata pretest adalah 8,90 dan

posttest 10,00, dengan kenaikan rata-rata sebesar 1,10. Kemudian dilakukan uji independent sample t-test yang menunjukkan bahwa ada perbedaan dari nilai posttest memori jangka pendek pada kelompok eksperimen dan kontrol dengan nilai sebesar 0.007 ($p < 0.05$).

ABSTRACT

Classical music by Mozart is known to stimulate brain waves that support the enhancement of short-term memory. This study aims to examine the effectiveness of listening to Mozart's classical music in improving short-term memory in university students. This research employed an experimental method with a randomized pretest-posttest control group design. Using purposive sampling, the study involved 20 students from Universitas Negeri Makassar. Participants were divided into two groups: 10 students in the experimental group who listened to Mozart's classical music while performing a task involving memorizing nonsense syllables, and 10 students in the control group who completed the same task without music. The results showed that the average short-term memory score in the experimental group increased from 9.10 in the pretest to 12.20 in the posttest, with an average gain of 3.10. In the control group, the average score increased from 8.90 to 10.00, with a gain of 1.10. An independent samples t-test indicated a significant difference in posttest scores between the experimental and control groups, with a p-value of 0.007 ($p < 0.05$).

PENDAHULUAN

Memori jangka pendek merupakan komponen penting dalam proses berpikir dan belajar, khususnya bagi mahasiswa yang harus memahami, menyimpan, dan mengolah informasi secara cepat dan tepat. Gagne (1985) mengemukakan bahwa kemampuan memori sangat dibutuhkan dalam kegiatan belajar. Semua bentuk pembelajaran selalu melibatkan proses mengingat. Tanpa memori, individu tidak dapat menyimpan atau mengingat pengalaman maupun informasi yang telah diperoleh sebelumnya. Nevid (2017) mengemukakan bahwa memori adalah kemampuan untuk menjaga informasi sehingga muncul kembali ketika individu berpikir. Individu dengan kemampuan memori yang baik cenderung lebih berhasil dalam belajar, karena lebih mudah mengingat dan mengakses kembali informasi yang telah diperoleh, sehingga proses berpikir menjadi lebih efisien.

Mahasiswa sering mengalami kondisi yang dapat menurunkan kemampuan memori jangka pendek, seperti stres akibat tugas dan kurang tidur. Tidur sangat berpengaruh pada berbagai fungsi tubuh, termasuk memori. Jika kualitas tidur buruk, maka risiko mengalami gangguan memori juga meningkat

*Corresponding author

Email: ayumuhriyani89@gmail.com aphrodithasalsabilla@gmail.com anisanatsirr@gmail.com

(Pangestu & Dwiana, 2020). Oleh karena itu, diperlukan cara yang efektif, mudah dilakukan, dan tanpa efek samping untuk membantu meningkatkan fungsi otak mahasiswa, terutama kemampuan daya ingat jangka pendek.

Musik sering digunakan dalam berbagai aktivitas individu seperti bersantai, berbelanja, mengemudi, bekerja, hingga belajar. Dalam kehidupan sehari-hari, banyak orang belajar sambil mendengarkan musik, meskipun ada juga yang lebih nyaman belajar dalam suasana tenang tanpa suara yang mengganggu konsentrasi. Khoiriyah dan Sinaga (2017) mengemukakan bahwa musik merupakan bagian penting dari kehidupan manusia. Bagi penciptanya, musik adalah cara untuk mengekspresikan perasaan. Dalam psikologi, musik sering digunakan sebagai alat untuk membantu seseorang merasa lebih tenang. Mendengarkan musik yang sesuai dengan suasana hati dapat membantu meredakan stres, sehingga membuat kita merasa lebih rileks dan nyaman.

Musik klasik diketahui bisa menghasilkan gelombang alfa yang menenangkan dan merangsang bagian otak yang mengatur emosi. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa musik dapat membantu meningkatkan pikiran, konsentrasi, daya ingat, serta fungsi kognitif dan kecerdasan emosional. Musik klasik juga dipercaya mampu menyeimbangkan kerja otak kanan dan kiri, sehingga perkembangan intelektual dan emosional menjadi lebih seimbang (Pratiwi, Lubis, Pangestuti, & Actalina, 2022). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Campbell (2002) mengemukakan bahwa musik klasik Mozart yang diperdengarkan dapat meningkatkan kemampuan berbahasa, kreativitas, konsentrasi, dan daya ingat individu. Penelitian lain yang dilakukan oleh Melati, Suhadianto, dan Pratikto (2018) mengemukakan bahwa musik mozart dapat membantu siswa dalam meningkatkan kreativitas, mendengarkan musik mozart dapat membuat suasana kelas menjadi nyaman, sehingga akan membantu siswa dalam berpikir kreatif dan inovatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Alexandra, Laurenzia, Rahman, Wijanarko, dan Farisandy (2023) menghasilkan temuan yang berbeda, yaitu bahwa mendengarkan musik Mozart tidak memberikan pengaruh terhadap kemampuan memori jangka pendek. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar $p = 0,464$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Temuan ini berkaitan dengan kondisi kerja memori individu yang cenderung lebih optimal di lingkungan yang tenang. Musik Mozart diketahui lebih efektif dalam mengubah gelombang otak dari beta ke alfa ketika didengarkan dalam suasana sunyi. Sebaliknya, apabila musik tersebut diputar di tengah lingkungan yang bising, efeknya akan berkurang dan secara bertahap dapat dikalahkan oleh dominasi gelombang beta.

Susanti dan Rohmah (2011) mengemukakan bahwa musik klasik dapat digunakan sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas diri dan membantu proses penyembuhan. Somoyani, Armini, dan Erawati (2014) menjelaskan bahwa musik klasik merupakan jenis musik dari era klasik yang diciptakan oleh para komponis terkenal. Musik ini dirancang untuk mendukung perkembangan fungsi otak, khususnya dalam meningkatkan kemampuan daya ingat. Musik klasik biasanya memiliki karakter nada yang lembut dan tempo yang lambat, sehingga sangat cocok untuk mendukung kerja memori.

Salah satu jenis musik klasik yang kerap dimanfaatkan dalam kegiatan belajar adalah karya Mozart. Beberapa studi menyatakan bahwa komposisi musik Mozart memiliki keselarasan dengan pola gelombang otak manusia. Salah satu karya yang banyak diteliti dalam bidang kesehatan adalah Mozart *Sonata K.448 for Two Pianos in D Major*, karena memiliki pola melodi dan ritme yang berulang setiap 20 hingga 30 detik, yang dianggap selaras dengan aktivitas gelombang alfa dalam otak manusia. Aktivasi gelombang alfa ini dipercaya dapat menciptakan ketenangan, memperkuat memori jangka pendek, serta meningkatkan fokus dan konsentrasi (Limyati, Wahyudianingsih, Maharani, & Christabella 2019).

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efek musisi klasik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement* dalam meningkatkan kemampuan memori jangka pendek pada mahasiswa. Hal ini dilatarbelakangi oleh pentingnya peran memori dalam proses pembelajaran, serta adanya perbedaan hasil temuan pada penelitian sebelumnya mengenai efektivitas musik klasik Mozart terhadap fungsi kognitif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain *Randomized Pretest-Posttest Control Group Design*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah musik klasik Mozart, yang merupakan salah satu karya dari komponis ternama Wolfgang Amadeus Mozart (1756–1791). Penelitian ini menggunakan musik klasik karya Mozart berjudul *Mozart Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement*, yang sebelumnya telah digunakan dalam penelitian Limyati, Wahyudianingsih, Maharani, dan Christabella (2019). Musik tersebut diperdengarkan kepada partisipan menggunakan *headset*, dengan volume yang disesuaikan berdasarkan tingkat kenyamanan masing-masing individu. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah memori jangka pendek, yaitu sistem penyimpanan informasi sementara yang kapasitasnya

terbatas. Pengukuran memori jangka pendek diukur menggunakan metode dari Peterson, yakni dengan menggunakan 15 silabel tak bermakna. Silabel tersebut berupa kombinasi tiga huruf dengan pola konsonan-vokal-konsonan, seperti: PIC, ROV, dan BEW (Dharmawan, 2015).

Penelitian dilaksanakan di kampus Universitas Negeri Makassar dengan melibatkan 20 mahasiswa sebagai partisipan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu (Swarjana, 2016). Kriteria inklusi meliputi: (1) berusia antara 18-24 tahun, (2) menyukai musik klasik, (3) bersedia berpartisipasi secara sukarela dan menandatangani lembar persetujuan, serta (4) tidak memiliki gangguan pendengaran sebagai kriteria eksklusi. Partisipan dibagi secara acak ke dalam dua kelompok, masing-masing terdiri dari 10 orang, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa pemutaran musik klasik Mozart saat proses penghafalan silabel, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan.

Seluruh partisipan terlebih dahulu mengikuti pretest, yaitu menghafal 15 silabel tak bermakna selama 7,5 menit, kemudian diminta menuliskannya kembali dalam waktu 2 menit. Setelah pretest, subjek beristirahat selama 10 menit. Selama masa istirahat dan sesi posttest, kelompok eksperimen diperdengarkan musik Mozart *Sonata K 448 for Two Pianos in D-Major 2nd Movement*, sedangkan kelompok kontrol tetap tanpa perlakuan musik. Untuk menghindari efek hafalan dari soal *pre-test*, lembar soal yang digunakan pada *post-test* dibuat berbeda namun dengan tingkat kesulitan yang sebanding, sehingga dapat mengukur perubahan daya ingat secara lebih objektif.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan perangkat lunak Jamovi versi 2.6.13. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu dengan menggunakan *Shapiro-Wilk* untuk memastikan distribusi data. Hasil uji menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga analisis dilanjutkan dengan uji statistik parametrik menggunakan *independent t-test* untuk mengetahui perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada hasil posttest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Data Statistik

Group Statistics					
	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	Eksperimen	10	9,10	1,66	0,526
	Kontrol	10	8,90	1,85	0,586
Posttest	Eksperimen	10	12,20	1,32	0,416
	Kontrol	10	10,00	1,89	0,596

Tabel 1 menunjukkan rata-rata daya ingat jangka pendek yang diukur melalui tes memori menggunakan silabel tak bermakna. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor dari pretest ke posttest baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen (KE), terjadi peningkatan rerata skor sebesar 3,1, sedangkan pada kelompok kontrol (KK), peningkatan rerata skor hanya sebesar 1,1. Perbedaan peningkatan skor yang cukup mencolok antara kedua kelompok ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan pada kelompok eksperimen yakni mendengarkan musik klasik Mozart memberikan dampak yang lebih besar terhadap peningkatan daya ingat jangka pendek dibandingkan dengan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan khusus.

Tabel 2. Uji Normalitas

Data	Nilai Signifikansi	Keterangan
Pre-eksperimen	0,646	Normal
Post-eksperimen	0,575	Normal
Pre-kontrol	0,883	Normal
Post-kontrol	0,711	Normal

Tabel 2 menunjukkan empat nilai signifikansi dari hasil uji normalitas *Shapiro Wilk*, yang mencakup data pretest dan posttest pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa keempat kelompok data berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas ini, maka analisis dapat dilanjutkan pada pengujian prasyarat berikutnya, yaitu uji homogenitas. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah varians data antar kelompok adalah sama, sebagai syarat kelayakan untuk dilakukan uji parametrik selanjutnya. Berikut merupakan hasil dari uji homogenitas:

Tabel 3. Uji Homogenitas

Data	Nilai Signifikansi	Keterangan
------	--------------------	------------

Hasil Memori Jangka Pendek	0,421	Homogen
----------------------------	-------	---------

Tabel 3 menunjukkan hasil uji *Levene's Test for Equality of Variances* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.421 ($p > 0,05$), yang berarti varians kedua kelompok homogen, sehingga asumsi kesamaan varians terpenuhi. Selanjutnya, untuk menguji hipotesis mengenai perbedaan skor posttest antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dilakukan uji *Independent Samples T-Test*. Hasil dari uji ini disajikan sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Independent Sample T-test

Data	T	df	p-value
Hasil Memori Jangka Pendek	3.03	18	0.007

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *independent samples t-test* diperoleh bahwa nilai $t = 3.03$ dengan nilai signifikansi sebesar 0.007 ($p < 0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan. Hasil analisis menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa mendengarkan musik klasik Mozart berpengaruh terhadap memori jangka pendek mahasiswa. Intervensi ini terbukti efektif, ditunjukkan oleh perbedaan skor posttest yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kontrol.

Paired t-test digunakan untuk membandingkan perbedaan antara dua pengukuran yang dilakukan pada subjek yang sama. Uji ini bertujuan untuk menentukan apakah perbedaan tersebut signifikan secara statistik. Berikut adalah hasil perhitungannya:

Tabel 5. Hasil Uji Paired sample t-test pretest posttest kelompok eksperimen

Data	T	df	Nilai p	Mean difference	SE difference	Ket.
Pre-test	-6,43	9.00	<0,001	-3.10	0.482	Signifikan
Post-test						

Tabel 5 menunjukkan hasil uji *paired sample t-test* kelompok eksperimen diperoleh nilai signifikansi sebesar $p < 0,001$ menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan pada data tersebut.

Tabel 6. Hasil Uji Paired sample t-test pretest posttest kelompok kontrol

Data	T	df	Nilai p	Mean difference	SE difference	Ket.
Pre-test	-2,40	9,00	0,040	-1,10	0,458	Signifikan
Pro-test						

Tabel 6 menunjukkan hasil uji *paired sample t-test* kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar $0,040 < 0,05$ menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan pada data tersebut.

PEMBAHASAN

Musik klasik Mozart mengandung pola melodi dan ritme yang berulang dengan intensitas tinggi, yang mampu menyesuaikan diri dengan gelombang otak manusia sehingga dapat mengaktifkan gelombang alfa dan meningkatkan fokus seseorang (Habe, 2010). Memori jangka pendek adalah jenis memori yang menyimpan informasi untuk sementara waktu dengan kapasitas terbatas, yaitu sekitar 7 ± 2 item pada satu waktu. Informasi yang tersimpan dalam memori ini hanya bertahan antara 15 hingga 30 detik dan akan cepat hilang jika tidak diulang secara terus-menerus (Musdalifah, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Negeri Makassar, menunjukkan bahwa mendengarkan musik klasik Mozart *Sonata K.448 for Two Pianos in D Major (2nd Movement)*, memiliki pengaruh signifikan terhadap peningkatan memori jangka pendek mahasiswa. Hal ini ditunjukkan melalui hasil uji *independent sample t-test* dan *paired sample t-test*. Pada uji *independent sample t-test*, diperoleh nilai p sebesar 0,007 ($< 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata skor memori jangka pendek kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sementara itu, hasil *paired sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,001$ untuk kelompok eksperimen dan $p = 0,040$ untuk kelompok kontrol, yang juga menunjukkan signifikansi meskipun tidak sebesar kelompok eksperimen.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saiya dan Mulyeni (2024) menunjukkan bahwa musik klasik karya Mozart mampu meningkatkan daya ingat jangka pendek pada mahasiswa. Sebelum mendengarkan musik klasik, nilai rata-rata daya ingat jangka pendek adalah 16,3, sedangkan setelah mendengarkan musik klasik, rata-ratanya meningkat menjadi 21,4, dengan selisih peningkatan sebesar 5,1. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pratiwi, Lubis, Pangestuti, dan Actalina (2022) menunjukkan bahwa musik klasik Mozart dapat dimanfaatkan sebagai salah satu media untuk meningkatkan daya ingat jangka pendek pada siswa, khususnya dalam konteks pembelajaran. Melalui uji Wilcoxon, diperoleh nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor daya ingat jangka pendek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berupa musik klasik.

Julianto (2017) mengemukakan dalam penelitiannya yang sejalan dengan hasil yang ditemukan bahwa, musik dapat berpengaruh pada peningkatan daya ingat individu. Musik karawitan adalah musik

yang digunakan untuk menjadi stimulus bagi individu, hasilnya terdapat peningkatan konsentrasi setelah mendengarkan musik karawitan. Musik karawitan memiliki tempo yang lambat dengan irama yang kurang dari 60 ketukan tiap menit dan nada, hasil tersebut tentunya dapat menstimulasi gelombang alfa untuk menggeser gelombang beta pada otak.

Nugraha (2019) mengemukakan dalam penelitiannya yang sejalan dengan hasil yang ditemukan bahwa musik klasik memiliki pengaruh pada ingatan jangka panjang siswa di Lampung. Berdasarkan hasil uji beda menggunakan teknik *independent t-sample test* diketahui bahwa terdapat pengaruh musik klasik Mozart terhadap long term memory siswa SMA Xaverius Bandar Lampung. Hasil tersebut tentunya memberikan gambaran baru bahwa musik klasik Mozart dapat mempengaruhi ingatan jangka panjang individu. Hal tersebut terjadi karena ketika otak berada dalam kondisi *alfa* atau *beta* super memori akan menguat bersamaan dengan menguatnya konsentrasi dan kreatifitas, hal tersebut berlaku juga pada ingatan jangka pendek, maka dari itu dapat disimpulkan bahwa musik Mozart dapat mempengaruhi segala jenis ingatan.

Sejalan dengan Damayanti, Jumaini, dan Utami (2014) yang mengemukakan bahwa berdasarkan hasil uji Wilcoxon yang dilakukan terdapat pengaruh antara pretes dan posttest yang dilakukan pada kelompok eksperimen. Berdasarkan hasil uji hipotesis didapat bahwa $P \text{ Value} = 0,003 < 0,05$ sehingga H_0 atau tidak terdapat pengaruh efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien halusinasi dengar di tolak dan pada kelompok kontrol nilai $p \text{ value} = 0,414 > 0,5$ menunjukkan bahwa H_0 di tolak. Berdasarkan hasil tersebut diketahui bahwa terdapat pengaruh musik klasik pada penurunan tingkat halusinasi warga binaan RSJ, musik sejatinya memiliki kekuatan untuk mengobati penyakit dan meningkatkan kemampuan berpikir seseorang, ketika musik dijadikan salah satu opsi untuk terapi maka musik akan membantu individu dalam meningkatkan, memulihkan, dan memelihara kesehatan fisik, mental, dan emosional.

Iqbal, Rachmadhani, Anwar, Pratama, Asrifa, dan Lestari (2024) mengemukakan dalam hasil penelitiannya bahwa musik berpengaruh terhadap memori jangka pendek siswa SMP. Secara spesifik hasil penelitiannya menyebutkan bahwa musik favorit dapat membantu siswa SMP dalam mengoptimalkan memori jangka pendek. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan Mann-Whitney didapat bahwa nilai $P = 0.001 < 0.05$, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap memori jangka pendek siswa yang mendengarkan musik favorit dan tidak favorit. Hal tersebut terjadi karena musik favorit dapat membantu siswa dalam berkonsentrasi ketika belajar, musik yang dipilih oleh siswa berdasarkan ketertarikan mereka akan memberikan rasa damai dan ketenangan ketika belajar.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa musik klasik Mozart dapat membantu individu untuk mengoptimalkan kinerja memori, hal tersebut sejalan dengan penjelasan Campbell (2001) yang mengemukakan bahwa irama, melodi, dan frekuensi tinggi pada musik Mozart dapat menstimulasi dan daya ke syaraf otak, sehingga otak mampu untuk mengoptimalkan bagian-bagian otak yang berfungsi untuk berpikir kreatif dan inovatif. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu juga, menjelaskan bahwa rangsangan yang diberikan oleh musik Mozart sangat efektif untuk mengoptimalkan kinerja otak khususnya memori, karena otak terdiri dari banyak sel dan syaraf.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mendengarkan musik klasik Mozart berpengaruh terhadap memori jangka pendek mahasiswa. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor pretest dan posttest yang lebih besar pada kelompok eksperimen yang mendengarkan musik dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendengarkan musik. Rata-rata skor memori jangka pendek kelompok eksperimen meningkat dari 9,10 pada pretest menjadi 12,20 pada posttest, dengan kenaikan rata-rata sebesar 3,10. Sedangkan kelompok kontrol mengalami peningkatan skor dari 8,90 pada pretest menjadi 10,00 pada posttest, dengan kenaikan rata-rata sebesar 1,10. Hasil uji *independent sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai posttest kedua kelompok, dengan nilai signifikansi sebesar 0,007 ($p < 0,05$).

REFERENSI

- Alexandra, V., Laurenzia, J. Rahman, H., Wijnarko, A. A., & Faridsandy, E. D. (2023). Pengaruh Musik Mozart Terhadap Memori Jangka Pendek. *Jurnal Psikologi*, 19(2). 168-173
- Campbell, D. (2001). Efek Mozart Bagi Anak-Anak Meningkatkan Daya Pikir, Kesehatan, dan Kreativitas Anak melalui Musik. Jakarta: Gramedia Pusaka Utama.
- Campbell, D. (2002). *Efek Mozart: Memanfaatkan kekuatan music untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas, dan menyehatkan tubuh*. Jakarta: PT Gramedia.
- Damayanti, R., Jumaini., Utami, S. (2014). Efektifitas terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat halusinasi pada pasien halusinasi dengar di rsj tampan provinsi riau. *Jom psik 1 (2)*. 1-9.

- Dharmawan, T. (2015). Musik klasik dan daya ingat jangka pendek pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(2), 370-376.
- Gagné, R. M. (1985). *The conditions of learning* (4th ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Habe, K. (2010). Neuropsychology of music - a rapidly growing branch of psychology. *Psiholoska obzorja / Horizons of Psychology*, 19(1), 79-98.
- Iqbal, A. M., Rachmadhani, A. L., Anwar, C., Permata, F. A. S., Asrifa, R. S., Lestari, L. I. (2024). Pengaruh Musik Favoritism Terhadap Short Term Memory Pada Siswa SMP. *JRIP: Jurnal Riset dan Inovasi Pembelajaran*, 4(3). 2140-2155.
- Julianto, V. (2017). Meningkatkan memori jangka pendek dengan karawitan. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2 (2). 138-147.
- Khoiriyah, N. & Sinaga, S. S. (2017). Pemanfaatan pemutaran musik terhadap psikologis pasien pada klinik ellena skin care di kota surakarta. *Jurnal seni musik*, 6(2). 81-89.
- Limyati, Y. Wahyudianingsih, R., Mahari, R. D., Christabella, M. T. (2019). Mozart's Sonata for Two Pianos K448 in D-Major 2nd Movement Improves Short-Term Memory and Concentration. *Journal of Medicine and Health*, 2(4). 930-937.
- Melati, I. S., Suhadianto., & Pratikto, H. (2018). Efektivitas Musik Mozart untuk Meningkatkan Kreativitas Verbal. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1). 69-78.
- Musdalifah, R. (2019). Pemrosesan dan Penyimpanan Informasi pada Otak Anak dalam Belajar: Short Term and Long Term Memory. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 17(2), 217-235.
- Nevid, J. S. (2017). *Psikologi konsep dan aplikasi*. (Terjemahan oleh M. Chozim). Bandung: Nusa Media.
- Nugraha, S. H. (2019). Pengaruh musik klasik mozart terhadap long term memory siswa sma xaverius bandar lampung. *Psyche: Jurnal Psikologi*, 1(1). 69-77.
- Pangestu, K., & Dwiana, A. (2020). Hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2017. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 98-103
- Pratiwi, M., Lubis, T. T., Pangestuti, D., & Actalina, L. (2022). Pengaruh musik klasik terhadap daya ingat jangka pendek pada siswa/i kelas XI SMA Harapan 1 Medan. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21(2), 264-272. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/ibnusina>.
- Saiya, L. D., & Mulyeni, S. (2024). Pengaruh musik klasik terhadap daya ingat jangka pendek (Studi pada mahasiswa Universitas Nasional Pasim). *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 2(1), 43-50. <https://doi.org/10.55606/innovation.v1i3.2070>.
- Somoyani, N.K., Armini, N.W., & Erawati, N. L.P.S. (2014). Terapi musik klasik dan music bali menurunkan intensitas nyeri persalinan kalai I fase aktif. *Jurnal Skala Husada*, 11(1), 18-23.
- Susanti, D. W. & Rohmah, F. A. (2011). Efektifitas music klasik dalam menurunkan kecemasan matematika (*mathanxiety*) pada siswa kelas XI. *Humanitas*, 8(2), 129-142. doi: 10.26555/humanitas.v8i2.460.
- Swarjana, I. K. (2016). *Statistik kesehatan*. Yogyakarta: Andi.