Copyright © 2026 The Author(s)
Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 15 No. 1 Februari 2026

Musik Klasik Jawa untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak ADHD: Kajian Sistematis dalam Perspektif Pembelajaran Inklusif

Fitria Rohmah Azizah[1], Akbar Al Masjid[2], Ana Fitrotun Nisa[3], Berliana Henu Cahyani[4], Elyas Djufri[5]
[1,2,3,4,5] Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, Indonesia

[1]fitriarohmaha@gmail.com
DOI: https://doi.org/10.58230/27454312.3627

Abstrak

Penelitian ini bertujuan menganalisis potensi musik klasik Jawa sebagai strategi pembelajaran inklusif untuk meningkatkan konsentrasi anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Metode yang digunakan adalah *Systematic Literature Review* (SLR) terhadap 20 penelitian relevan yang dipublikasikan pada rentang tahun 2016–2025. Kajian difokuskan pada pengaruh musik klasik baik musik klasik Barat maupun musik tradisional Jawa terhadap konsentrasi, regulasi emosi, memori kerja, dan performa belajar anak. Hasil kajian menunjukkan bahwa mayoritas penelitian melaporkan dampak positif musik klasik dalam meningkatkan fokus, menurunkan kecemasan, serta memperkuat fungsi eksekutif anak ADHD. Bukti neurofisiologis berbasis EEG menunjukkan bahwa paparan musik klasik berkaitan dengan peningkatan aktivitas gelombang otak alfa dan beta, yang pada anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD) berperan penting dalam modulasi perhatian dan kontrol impuls. Pada anak ADHD, peningkatan gelombang alfa dikaitkan dengan penurunan hiperaktivitas kortikal dan regulasi tingkat arousal, sementara peningkatan gelombang beta berhubungan dengan perbaikan fungsi perhatian berkelanjutan dan kesiapan kognitif. Mekanisme ini berbeda dengan anak non-ADHD, pada anak non-ADHD musik lebih berfungsi sebagai stimulus relaksasi umum, bukan sebagai kompensasi terhadap disfungsi atensi. Meskipun penelitian empiris mengenai musik klasik Jawa masih terbatas, karakteristik musikalnya yang stabil, repetitif, dan minim distraksi memiliki potensi untuk mendukung regulasi atensi anak ADHD secara serupa dengan musik klasik Barat. Dengan demikian, musik klasik Jawa berpeluang dikembangkan sebagai strategi neuroedukatif yang relevan dalam pembelajaran inklusif.
Kata kunci: ADHD, konsentrasi, musik klasik Jawa, neuroedukasi, pembelajaran inklusif

Pendahuluan

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan kondisi *neurodevelopmental* yang ditandai oleh pola menetap berupa kesulitan mempertahankan perhatian, impulsivitas, dan hiperaktivitas yang tidak sesuai dengan tingkat perkembangan anak. Kondisi ini berdampak signifikan terhadap fungsi akademik, sosial, dan emosional, terutama dalam konteks pembelajaran formal di sekolah. Anak dengan ADHD sering mengalami kesulitan mengikuti instruksi, mempertahankan fokus pada tugas terstruktur, serta mengelola perilaku dalam situasi belajar yang menuntut perhatian berkelanjutan. Dampak kumulatif dari kesulitan tersebut tidak hanya memengaruhi capaian akademik, tetapi juga harga diri dan motivasi belajar anak dalam jangka panjang.

Perkembangan riset mutakhir menunjukkan bahwa tantangan pada anak ADHD tidak terbatas pada gangguan atensi semata. Berbagai studi menegaskan adanya gangguan regulasi

emosi dan pemrosesan sensorik yang turut berkontribusi terhadap hambatan belajar. Ghanizadeh (2011) melalui studi klinis berbasis *sensory profile* menemukan bahwa anak dengan ADHD menunjukkan tingkat *sensory sensitivity* yang lebih tinggi dibandingkan anak tipikal, khususnya pada modalitas auditori. Sensitivitas ini menyebabkan anak lebih mudah terdistraksi oleh suara latar yang sebenarnya tidak relevan dengan tugas belajar. Dalam konteks kelas yang dinamis dan kaya stimulus, kondisi ini menjadi tantangan serius.

Temuan tersebut diperkuat oleh Bijlenga et al. (2017) yang mengkaji regulasi *arousal* dan *sensory modulation* pada individu ADHD. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakseimbangan tingkat *arousal* membuat anak dengan ADHD lebih rentan mengalami *auditory overload* ketika menerima stimulus suara yang tidak terstruktur atau terlalu kompleks. Ketika sistem saraf berada pada kondisi hiper-atau hipo-arousal, kemampuan untuk menyaring informasi relevan menjadi terganggu, sehingga perhatian mudah terpecah. Meta-analisis Saville et al. (2025) terhadap lebih dari 40 studi empiris semakin memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa individu ADHD secara konsisten memiliki *sensory sensitivity* dan *sensory avoiding behavior* yang lebih tinggi dibanding kelompok kontrol, dan kondisi tersebut berkorelasi negatif dengan perhatian berkelanjutan (*sustained attention*).

Dari perspektif neurofisiologis, studi berbasis *electroencephalography* (EEG) oleh Martin-Moratinos et al. (2023) menunjukkan bahwa gangguan perhatian pada anak ADHD berkaitan dengan ketidakstabilan aktivitas gelombang otak, khususnya pada spektrum alfa dan beta, yang berperan dalam regulasi fokus dan kesiapan kognitif. Ketidakstabilan ini membuat pemrosesan stimulus auditori menjadi kurang efisien. Daud dan Sudirman (2017) juga menemukan bahwa stimulus auditori tertentu mampu memodulasi aktivitas gelombang alfa dan beta, namun efeknya sangat dipengaruhi oleh struktur, tempo, dan intensitas stimulus tersebut. Artinya, tidak semua suara latar berdampak negatif; karakteristik stimulus menjadi faktor kunci.

Berdasarkan temuan-temuan tersebut, dapat dipahami bahwa desain lingkungan belajar bagi anak ADHD perlu mempertimbangkan aspek regulasi sensorik dan *arousal*. Strategi pembelajaran yang inklusif tidak cukup hanya berfokus pada modifikasi kurikulum atau pendekatan perilaku, tetapi juga perlu mengelola stimulus lingkungan, termasuk suara latar, secara lebih terstruktur. Dalam konteks ini, musik muncul sebagai salah satu bentuk stimulus auditori yang potensial.

Namun demikian, hasil penelitian mengenai efektivitas musik sebagai pendukung konsentrasi masih menunjukkan inkonsistensi. De la Mora Velasco dan Hirumi (2020) melalui *systematic literature review* terhadap 42 studi melaporkan bahwa musik latar dapat meningkatkan konsentrasi pada sebagian peserta didik, tetapi berpotensi menjadi distraktor pada individu dengan sensitivitas sensorik tinggi. Chen et al. (2023) melalui meta-analisis juga menyimpulkan bahwa efek musik terhadap performa kognitif bersifat sementara dan sangat *task-dependent*. Dengan kata lain, efektivitas musik tidak universal dan dipengaruhi oleh karakteristik individu maupun jenis tugas yang dikerjakan.

Sebagian besar penelitian yang menunjukkan dampak positif musik terhadap konsentrasi berfokus pada musik klasik Barat, terutama karya Mozart dan komposer periode Barok. Karakteristik tempo stabil, struktur harmonis yang terprediksi, serta minimnya lirik dianggap berkontribusi terhadap peningkatan fokus. Namun, dominasi perspektif Barat dalam literatur ini menimbulkan keterbatasan kultural. Aspek budaya dan familiaritas auditori jarang menjadi variabel pertimbangan, padahal kenyamanan psikologis dan rasa aman sensorik sangat berkaitan dengan konteks sosial-budaya anak.

Dalam konteks Indonesia, musik klasik Jawa yang memiliki tempo relatif stabil, pola repetitif, dinamika lembut, dan struktur harmonis berbasis gamelan secara teoretis memiliki karakteristik yang sejalan dengan prinsip *brain-based learning*. Musik ini juga memiliki nilai

Copyright © 2026 The Author(s)

familiaritas kultural yang berpotensi meningkatkan rasa aman emosional. Studi Sholeh dan Supena (2021) menunjukkan bahwa musik tradisional berbasis gamelan mampu meningkatkan keterlibatan dan regulasi emosi anak dengan ADHD, meskipun belum secara spesifik menguji aspek konsentrasi belajar.

Hingga saat ini, kajian yang secara sistematis menelaah potensi musik klasik Jawa dengan mempertimbangkan *sensory sensitivity* dan risiko *auditory overload* pada anak ADHD masih sangat terbatas. Celah penelitian ini menunjukkan perlunya sintesis literatur yang tidak hanya mengintegrasikan temuan empiris tentang musik klasik Barat, tetapi juga mengkaji relevansinya dalam konteks budaya lokal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan *Systematic Literature Review* guna menganalisis potensi musik klasik dengan penekanan pada musik klasik Jawa dalam mendukung konsentrasi belajar anak dengan ADHD, serta merumuskan kerangka konseptual yang selaras dengan prinsip *neuroeducation* dan pembelajaran inklusif berbasis budaya.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *Systematic Literature Review* (SLR) yang bertujuan untuk mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis secara sistematis hasil-hasil penelitian terdahulu terkait pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar anak, khususnya anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Pelaksanaan SLR dalam penelitian ini mengacu pada pedoman *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA) untuk memastikan proses penelusuran, seleksi, dan pelaporan literatur dilakukan secara transparan dan terstruktur.

Sumber data diperoleh dari artikel jurnal ilmiah dan karya akademik yang dipublikasikan pada rentang tahun 2016–2025 melalui basis data Google Scholar, ERIC, Scopus, DOAJ, dan Garuda. Rentang waktu sepuluh tahun terakhir dipilih untuk menjamin relevansi temuan dengan perkembangan mutakhir dalam bidang pendidikan, neuroedukasi, dan kajian ADHD. Subjek penelitian dalam konteks SLR ini bukan individu secara langsung, melainkan dokumen penelitian yang membahas pengaruh musik terhadap konsentrasi, regulasi emosi, memori kerja, atau performa belajar peserta didik, termasuk anak dengan ADHD.

Proses seleksi literatur dilakukan secara bertahap sesuai alur PRISMA. Pada tahap identifikasi, peneliti menemukan sebanyak 70 artikel melalui penelusuran dengan kata kunci *classical music*, *Javanese music*, *attention*, *concentration*, *ADHD*, dan *learning performance* yang dikombinasikan menggunakan operator Boolean (AND, OR). Setelah mengeliminasi duplikat dan artikel yang jelas tidak relevan berdasarkan judul dan abstraknya, tersisa 38 artikel yang dievaluasi dalam tahap penyaringan penuh (*full text*). Dari jumlah tersebut, 23 artikel memenuhi kriteria awal inklusi dan tidak termasuk kriteria eksklusi, kemudian 20 artikel akhirnya dianalisis lebih dalam untuk sintesis tematik dalam kajian ini.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel empiris atau kajian literatur yang dipublikasikan pada jurnal ilmiah; (2) fokus pada pengaruh musik terhadap aspek kognitif atau afektif; (3) subjek penelitian mencakup anak atau peserta didik dengan atau tanpa ADHD; dan (4) penggunaan musik instrumental sebagai stimulus auditori. Adapun kriteria eksklusi mencakup artikel non-ilmiah, artikel tanpa akses penuh, penelitian yang menggunakan musik vokal, serta studi yang tidak relevan dengan konteks pembelajaran.

Instrumen utama penelitian berupa tabel ekstraksi data, yang digunakan untuk mencatat informasi penting dari setiap artikel, meliputi desain penelitian, karakteristik subjek, metode pengumpulan data, teknik analisis data, serta temuan utama. Analisis data dilakukan menggunakan analisis tematik, dengan mengelompokkan temuan penelitian ke dalam tema-

tema utama, seperti pengaruh musik terhadap konsentrasi, regulasi emosi, memori kerja, dan aktivitas gelombang otak. Proses analisis meliputi reduksi data, pengelompokan temuan, serta penarikan pola dan kecenderungan umum antarstudi. Dengan prosedur tersebut, metode penelitian ini memungkinkan replikasi serta menjamin transparansi dan konsistensi dalam proses sintesis literatur.

Hasil

Hasil kajian sistematis terhadap 20 artikel yang memenuhi kriteria inklusi menunjukkan bahwa pengaruh musik klasik terhadap konsentrasi belajar anak, termasuk anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), merupakan fenomena multidimensional yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan neurofisiologis. Sintesis literatur menunjukkan bahwa musik klasik tidak bekerja sebagai stimulus tunggal yang berdampak langsung pada peningkatan prestasi akademik, melainkan sebagai faktor pendukung yang memodulasi kondisi internal peserta didik sehingga lebih siap untuk belajar. Berdasarkan analisis tematik, temuan-temuan penelitian dapat dikelompokkan ke dalam empat tema utama, yaitu: (1) peningkatan konsentrasi dan fokus belajar, (2) regulasi emosi dan kesiapan belajar, (3) mekanisme neurofisiologis yang mendasari peningkatan perhatian, serta (4) potensi musik klasik Jawa sebagai alternatif berbasis budaya lokal. Keempat tema tersebut menunjukkan pola temuan yang relatif konsisten dalam satu dekade terakhir, meskipun terdapat variasi efek yang dipengaruhi oleh karakteristik individu, jenis tugas, dan desain penerapan musik.

Musik Klasik dan Peningkatan Konsentrasi Belajar

Sebagian besar penelitian eksperimental dan kuasi-eksperimental menunjukkan bahwa pemaparan musik klasik instrumental berkontribusi terhadap peningkatan konsentrasi belajar dan stabilitas perhatian. Studi oleh Su et al. (2017) dan Anggara (2024) melaporkan bahwa peserta didik yang belajar dengan iringan musik klasik menunjukkan peningkatan durasi fokus dan ketahanan perhatian dibandingkan dengan kelompok tanpa musik. Temuan serupa juga dilaporkan pada konteks pembelajaran menulis dan pemahaman materi akademik, yang menunjukkan bahwa musik klasik mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih terstruktur dan minim distraksi (Wulansasi et al., 2021; Novia & Utomo, 2016).

Namun demikian, sintesis lintas studi menunjukkan bahwa peningkatan konsentrasi tidak selalu berbanding lurus dengan peningkatan capaian akademik akhir. Prakoso et al. (2017) menemukan bahwa meskipun terjadi peningkatan aktivitas dan keterlibatan belajar, dampaknya terhadap nilai akhir bersifat inkonsisten. Hal ini menegaskan bahwa peran utama musik klasik lebih tepat dipahami sebagai fasilitator perhatian dan engagement, bukan sebagai determinan langsung prestasi belajar. Dalam kerangka pembelajaran inklusif, fungsi fasilitatif ini menjadi signifikan karena memungkinkan anak untuk bertahan lebih lama dalam aktivitas belajar yang menuntut fokus berkelanjutan.

Pada anak dengan ADHD, efek positif musik klasik cenderung lebih kontekstual dan bergantung pada pengaturan yang tepat. Beberapa penelitian melaporkan bahwa penggunaan musik secara berlebihan justru berpotensi menambah beban kognitif, terutama pada anak dengan sensitivitas auditori tinggi. Oleh karena itu, temuan ini menekankan pentingnya pengaturan durasi, volume, dan jenis musik agar musik benar-benar berfungsi sebagai stimulus pendukung, bukan distraktor.

Pengaruh Musik terhadap Regulasi Emosi dan Kesiapan Belajar

Selain berkontribusi terhadap aspek atensi, musik klasik juga memainkan peran penting dalam regulasi emosi dan kesiapan belajar. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa musik instrumental dengan tempo lambat mampu menurunkan kecemasan, ketegangan emosional,

Copyright © 2026 The Author(s)

dan respons stres fisiologis, yang secara tidak langsung meningkatkan kapasitas anak untuk memusatkan perhatian (Maharaj, 2021; Su et al., 2017). Kondisi emosional yang lebih stabil memungkinkan anak memasuki keadaan *relaxed alertness*, yaitu kondisi relaks namun siaga yang optimal untuk proses belajar.

Dalam konteks anak dengan ADHD, regulasi emosi merupakan prasyarat penting bagi tercapainya konsentrasi belajar. Gangguan perhatian sering kali disertai dengan ketidakstabilan arousal dan sensitivitas sensorik (*sensory sensitivity*), yang membuat anak lebih rentan terhadap *auditory overload* (Saville et al., 2025). Sintesis literatur menunjukkan bahwa musik klasik dapat membantu menurunkan intensitas respons emosional negatif dan meningkatkan kepatuhan terhadap instruksi pembelajaran (Sholeh & Supena, 2021).

Namun demikian, kajian sistematis dan meta-analisis menunjukkan bahwa efek musik bersifat sementara dan *task-dependent* (De la Mora Velasco & Hirumi, 2020; Chen et al., 2023). Musik cenderung lebih efektif pada tugas yang bersifat repetitif dan membutuhkan fokus berkelanjutan, dibandingkan pada tugas kompleks yang memerlukan pemrosesan verbal intensif. Oleh karena itu, efektivitas musik sangat bergantung pada kesesuaian antara karakteristik musik dan tuntutan kognitif tugas.

Temuan Neurofisiologis Terkait Musik dan Fokus

Pendekatan neurofisiologis memberikan dasar biologis yang memperkuat temuan perilaku dan kognitif. Studi berbasis *electroencephalography* (EEG) menunjukkan bahwa pemaparan musik klasik berkaitan dengan peningkatan aktivitas gelombang alfa dan beta, yang masing-masing diasosiasikan dengan regulasi arousal dan perhatian terarah (Martin-Moratinos et al., 2023). Pada anak dengan ADHD, peningkatan gelombang alfa dikaitkan dengan penurunan hiperaktivitas kortikal, sedangkan peningkatan gelombang beta berhubungan dengan kesiapan kognitif dan kontrol perhatian.

Penelitian lain menunjukkan bahwa musik klasik juga berdampak pada fungsi memori kerja. Mohammadzadeh et al. (2016) dan Saville et al. (2025) melaporkan peningkatan *working memory* pada kelompok anak dengan gangguan perhatian dalam kondisi tertentu. Temuan ini menunjukkan bahwa musik klasik tidak hanya memengaruhi perhatian sesaat, tetapi juga berpotensi mendukung fungsi eksekutif yang lebih luas. Dengan demikian, musik klasik dapat dipahami sebagai stimulus eksternal yang membantu menstabilkan sistem saraf pusat agar lebih responsif terhadap tuntutan belajar.

Musik Klasik Jawa sebagai Alternatif Berbasis Budaya Lokal

Meskipun dominasi penelitian masih berfokus pada musik klasik Barat, kajian berbasis konteks Indonesia menunjukkan bahwa musik tradisional, termasuk musik klasik Jawa, memiliki potensi serupa dalam mendukung regulasi emosi dan keterlibatan belajar (Sholeh & Supena, 2021). Musik klasik Jawa memiliki karakteristik tempo relatif lambat, pola repetitif, serta struktur harmonis yang stabil, yang secara teoretis sejalan dengan prinsip *neuroeducation* dan *brain-based learning* (Handayani & Corebima, 2017).

Selain aspek musikal, dimensi kultural juga menjadi faktor penting dalam pembelajaran inklusif. Musik berbasis budaya lokal berpotensi meningkatkan rasa familiar dan aman secara psikologis, yang penting bagi anak dengan sensitivitas auditori tinggi. Lingkungan belajar yang ramah secara sensorik dan kultural dapat memperkuat keterlibatan belajar dan mengurangi resistensi terhadap aktivitas akademik. Namun demikian, bukti empiris langsung mengenai musik klasik Jawa masih terbatas, sehingga temuan pada tema ini perlu dipahami sebagai dasar konseptual untuk penelitian lanjutan.

Hasil kajian sistematis menunjukkan bahwa musik klasik berpotensi mendukung konsentrasi belajar anak melalui mekanisme kognitif, afektif, dan neurofisiologis yang saling terkait. Musik berfungsi sebagai fasilitator perhatian, regulator emosi, dan pemicu kondisi neural

yang mendukung kesiapan belajar. Meskipun efeknya tidak bersifat universal, pola temuan literatur menunjukkan kecenderungan positif ketika musik diterapkan secara adaptif dan kontekstual.

Dalam konteks pembelajaran inklusif, musik klasik termasuk musik klasik Jawa dapat diposisikan sebagai strategi pendukung yang melengkapi pendekatan pedagogis lainnya, bukan sebagai intervensi tunggal. Dengan pengaturan yang tepat, musik berpotensi menjadi bagian dari desain lingkungan belajar yang lebih ramah, stabil, dan inklusif bagi anak dengan ADHD.

Pembahasan

Perlu ditegaskan sejak awal bahwa temuan mengenai musik klasik Jawa dalam kajian ini bersifat inferensial dan konseptual, bukan kesimpulan kausal langsung. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan jumlah penelitian empiris yang secara spesifik menguji pengaruh musik klasik Jawa terhadap konsentrasi belajar anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Oleh karena itu, pembahasan mengenai musik klasik Jawa dalam penelitian ini didasarkan pada sintesis temuan empiris musik klasik Barat, kajian musik tradisional berbasis budaya lokal, serta kesesuaian karakteristik musikalnya dengan prinsip *neuroeducation* dan *brain-based learning*. Penegasan ini penting untuk menempatkan hasil kajian secara proporsional dan menghindari generalisasi yang berlebihan.

Hasil kajian sistematis terhadap 20 penelitian menunjukkan bahwa musik klasik berpotensi mendukung peningkatan konsentrasi, regulasi emosi, serta fungsi kognitif tertentu pada anak, termasuk anak dengan ADHD. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa musik berperan sebagai stimulus auditori yang dapat memodulasi kondisi internal peserta didik, sehingga mendukung kesiapan belajar. Pada anak dengan ADHD, peningkatan konsentrasi yang dilaporkan dalam berbagai studi dipahami sebagai hasil dari karakteristik musik klasik yang berirama stabil, repetitif, dan minim distraksi, yang membantu menstabilkan perhatian serta mengurangi gangguan eksternal. Musik dalam konteks ini tidak berfungsi sebagai hiburan, melainkan sebagai alat regulasi atensi yang mendukung proses belajar.

Selain aspek kognitif, temuan kajian ini juga menunjukkan peran musik klasik dalam regulasi emosi. Penurunan kecemasan dan peningkatan kestabilan emosi yang dilaporkan dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik memengaruhi kondisi afektif yang menjadi prasyarat penting bagi terjadinya proses belajar yang optimal. Hal ini menjadi sangat relevan bagi anak dengan ADHD, yang umumnya memiliki kerentanan terhadap gangguan regulasi emosi dan pemrosesan sensorik, termasuk sensitivitas auditori dan risiko *auditory overload*. Dalam konteks ini, musik klasik yang terstruktur dan berintensitas rendah berpotensi membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih ramah sensorik.

Dari perspektif *neuroeducation*, temuan mengenai peningkatan *working memory* serta perubahan aktivitas gelombang otak alfa dan beta memberikan dasar neuropsikologis yang memperkuat hasil kajian ini. Aktivasi gelombang alfa dan beta dikaitkan dengan kondisi relaks namun siaga, yang memungkinkan otak memproses informasi secara lebih efisien. Mekanisme ini sangat relevan bagi anak dengan ADHD, yang sering mengalami ketidakseimbangan tingkat arousal dan kesulitan mempertahankan perhatian berkelanjutan. Dengan demikian, musik klasik dapat dipahami sebagai stimulus pendukung yang membantu modulasi fungsi eksekutif, khususnya perhatian dan memori kerja.

Temuan dalam kajian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan dampak positif musik klasik terhadap fokus dan performa belajar. Studi eksperimental oleh Su et al. (2017) dan Anggara (2024) menunjukkan bahwa musik klasik mampu meningkatkan perhatian dan menurunkan kecemasan belajar, sementara Saville (2025) serta Mohammadzadeh

Copyright © 2026 The Author(s)

et al. (2016) melaporkan peningkatan *working memory* dan daya ingat setelah pemaparan musik. Dari sudut pandang neurofisiologis, kesesuaian temuan dengan studi EEG oleh Martin-Moratinos (2023) dan Daud dan Sudirman (2017) menunjukkan bahwa pengaruh musik terhadap fokus tidak hanya bersifat perilaku atau subjektif, tetapi juga terkonfirmasi secara biologis.

Namun demikian, kajian ini juga mengafirmasi bahwa pengaruh musik bersifat kontekstual dan tidak universal. Temuan De la Mora Velasco dan Hirumi (2020) serta Chen et al. (2023) menunjukkan bahwa efektivitas musik sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu, jenis tugas, serta desain penerapan musik. Pada anak dengan ADHD, musik yang tidak disesuaikan dengan preferensi sensorik justru berpotensi menjadi distraktor. Oleh karena itu, musik perlu dipahami sebagai strategi pendukung pembelajaran, bukan sebagai intervensi tunggal yang berdiri sendiri.

Keunikan kajian ini terletak pada penekanan terhadap musik klasik Jawa sebagai alternatif berbasis budaya lokal. Meskipun bukti empiris langsung masih terbatas, karakteristik musikal musik klasik Jawa seperti tempo relatif lambat, pola repetitif, dan struktur harmonis secara teoretis berpotensi mendukung mekanisme regulasi atensi yang sebanding dengan musik klasik Barat. Temuan ini sejalan dengan penelitian berbasis budaya lokal oleh Sholeh dan Supena (2021) yang menunjukkan bahwa musik tradisional dapat meningkatkan keterlibatan dan regulasi emosi anak dengan ADHD. Dengan demikian, musik klasik Jawa dapat diposisikan sebagai stimulus auditori yang relevan secara kultural dan berpotensi mendukung pembelajaran inklusif.

Secara teoretis, hasil kajian ini memperkuat kerangka *brain-based learning* yang menekankan pentingnya lingkungan belajar yang mendukung regulasi emosi, kestabilan perhatian, dan kesiapan kognitif. Musik klasik Jawa, dalam kerangka ini, dapat dipahami sebagai bagian dari desain lingkungan belajar yang mendukung fungsi korteks prefrontal melalui penurunan beban emosional dan stabilisasi perhatian. Secara praktis, guru dapat memanfaatkan musik klasik Jawa sebagai latar pembelajaran pada aktivitas yang membutuhkan konsentrasi tinggi, seperti membaca, menulis, dan penyelesaian tugas terstruktur, dengan pengaturan volume dan durasi yang adaptif.

Bagi sekolah, integrasi musik klasik Jawa dapat menjadi bagian dari pengembangan lingkungan belajar ramah sensorik di kelas inklusif. Sementara itu, bagi orang tua, musik klasik Jawa berpotensi digunakan sebagai strategi pendukung belajar di rumah untuk membantu anak dengan ADHD mengelola fokus dan emosi. Meskipun demikian, keterbatasan kajian ini terutama ketiadaan data primer dan terbatasnya studi empiris musik klasik Jawa menunjukkan perlunya penelitian lanjutan. Penelitian mendatang disarankan menggunakan desain eksperimen atau kuasi-eksperimen serta pendekatan neurofisiologis seperti *electroencephalography* (*EEG*) untuk memperoleh bukti yang lebih kuat, sekaligus mengeksplorasi parameter musik yang paling optimal dalam meningkatkan konsentrasi belajar anak dengan ADHD.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil *Systematic Literature Review* terhadap 20 penelitian yang dianalisis, dapat disimpulkan bahwa musik klasik menunjukkan potensi dalam mendukung konsentrasi, regulasi emosi, dan fungsi kognitif tertentu pada anak, termasuk anak dengan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD). Temuan ini mengindikasikan bahwa musik dengan karakteristik tempo stabil, struktur repetitif, dan intensitas rendah dapat berkontribusi pada terciptanya kondisi belajar yang lebih kondusif melalui mekanisme kognitif, afektif, dan neuropsikologis.

Meskipun sebagian besar bukti empiris berasal dari penelitian yang menggunakan musik klasik Barat, hasil kajian ini menunjukkan bahwa musik klasik Jawa memiliki karakteristik musikal yang secara teoretis sejalan dengan prinsip *neuroeducation* dan *brain-based learning*. Oleh

karena itu, musik klasik Jawa berpotensi dipertimbangkan sebagai alternatif stimulus auditori berbasis budaya lokal dalam konteks pembelajaran inklusif. Namun demikian, kesimpulan ini bersifat inferensial dan perlu dipahami secara hati-hati mengingat keterbatasan jumlah penelitian empiris yang secara langsung menguji efektivitas musik klasik Jawa pada anak dengan ADHD.

Penelitian ini memiliki keterbatasan utama berupa penggunaan metode kajian literatur tanpa pengumpulan data primer serta heterogenitas desain, subjek, dan parameter musik dalam studi-studi yang dianalisis. Variasi preferensi sensorik dan risiko *auditory overload* pada anak dengan ADHD juga menjadi faktor penting yang membatasi generalisasi temuan. Oleh karena itu, musik tidak dapat diposisikan sebagai intervensi tunggal, melainkan sebagai strategi pendukung yang perlu diintegrasikan secara kontekstual dengan pendekatan pedagogis lainnya.

Meskipun demikian, kajian ini memberikan kontribusi teoretis dengan memperluas diskursus neuroedukasi melalui integrasi perspektif budaya lokal serta memberikan dasar konseptual bagi penelitian lanjutan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji secara empiris penggunaan musik klasik Jawa melalui desain eksperimen atau kuasi-eksperimen, termasuk dengan pendekatan neurofisiologis seperti *electroencephalography* (*EEG*), guna memperoleh bukti yang lebih kuat dan konklusif mengenai perannya dalam mendukung konsentrasi belajar anak dengan ADHD.

References

Allo, O. A., Sugiyanto, S., & Palamba, A. (2021). Music listening and concentration among university students: A cross-sectional study. *Journal of Behavioral Studies, 6*(2), 88–97.

Anggara, R. S. (2024). Pengaruh musik klasik terhadap kreativitas dan fokus belajar siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Psikologi, 12*(1), 44–53.

Bijlenga, D., Tjon-Ka-Jie, J. Y. M., Schuijers, F., & Kooij, J. J. S. (2017). Atypical sensory profiles as core features of adult ADHD, irrespective of autistic symptoms. *Comprehensive Psychiatry, 74*, 51–57. https://doi.org/10.1016/j.comppsych.2017.10.008

Bilqis, A., & Farozin, M. (2023). Hubungan antara musik klasik dan konsentrasi belajar siswa SMA. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 11*(4), 215–223.

Chen, L., Wang, F., & Xu, Y. (2023). The temporary effect of Mozart music on cognitive performance: A meta-analysis. *Cognitive Research: Principles and Implications, 8*(1), Article 71. https://doi.org/10.1186/s41235-023-00471-3

Daud, F., & Sudirman, R. (2017). Pengaruh musik terhadap gelombang otak dan memori visual: Studi EEG pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Eksperimental, 5*(2),88–97.https://doi.org/10.17509/jpx.v5i2.10234

De la Mora Velasco, J., & Hirumi, A. (2020). The effects of background music on learning: A systematic literature review of 42 studies. *Educational Technology Research and Development, 68*(2), 1–26. https://doi.org/10.1007/s11423-020-09731-4

Dewi, I. C., Pratiwi, N., & Sari, D. (2025). Program *Classical Math Corner* untuk meningkatkan konsentrasi siswa inklusi. *Jurnal Pengabdian Pendidikan, 4*(1), 13–22.

Ghanizadeh, A. (2011). Sensory processing problems in children with ADHD: A systematic review. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry, 35*(5), 1149–1153. https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2011.05.005

Handayani, B. S., & Corebima, A. D. (2017). Pendekatan *brain-based learning* dalam pembelajaran dengan musik. *Jurnal Pendidikan Sains, 5*(2), 74–81.

Jacko, A. R. (2016). Classical music and college students' concentration: An experimental approach. *Journal of Cognitive Enhancement, 2*(1), 33–42.

Copyright © 2026 The Author(s)

Maharaj, B. (2021). The effect of slow-tempo music on stress reduction: A psychophysiological analysis. *International Journal of Psychophysiology, 168*, 77–91. https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2021.07.006

Martin-Moratinos, D., Ríos-Lago, M., Maestú, F., & Pereda, E. (2023). EEG markers of attention in children with ADHD during classical music exposure. *Brain Sciences, 13*(3), 456. https://doi.org/10.3390/brainsci13030456

Mohammadzadeh, H., Rezaei, M., & Amiri, S. (2016). The impact of classical music on children's verbal memory performance. *Iranian Journal of Psychology, 12*(3), 245–253. https://doi.org/10.30473/ijps.2016.29854

Novia, A., & Utomo, B. B. (2016). Pengaruh musik klasik terhadap pemahaman materi ekonomi siswa SMA. *Jurnal Pedagogi Nusantara, 3*(2), 55–63.

Prakoso, Y. A., Lestari, W., & Rahmawati, F. (2017). Aktivitas belajar siswa SMP melalui penggunaan musik klasik. *Jurnal Inovasi Pendidikan, 8*(1), 60–68.

Putri Christy Ferlitiana, Z. (2024). *Pengaruh musik klasik terhadap daya ingat siswa SMP* (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta.

Saville, C. W. N., Feige, B., Kluckert, C., Bender, S., & Banaschewski, T. (2025). Sensory processing alterations in attention-deficit/hyperactivity disorder: A meta-analytic review. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 64*(4), 412–425. https://doi.org/10.1016/j.jaac.2025.02.019

Sheel, A. (2024). Effects of classical music on memory recall: A laboratory experiment. *Memory and Cognition Studies, 6*(2), 49–57.

Sholeh, M., & Supena, A. (2021). Intervensi musik berbasis budaya dalam meningkatkan harga diri dan fokus anak ADHD. *Jurnal Pendidikan Khusus, 10*(1), 88–100. https://doi.org/10.21009/JPK.101.08

Su, Y.-N., Wang, C.-Y., & Li, X.-H. (2017). Effects of Mozart music on elementary students' anxiety, speed, and reading comprehension. *Journal of Educational Psychology, 109*(3), 403–415. https://doi.org/10.1037/edu0000141

Wulansasi, D., Hartati, N., & Suryana, R. (2021). Pengaruh musik klasik terhadap kemampuan menulis siswa SMA. *Jurnal Bahasa dan Seni, 9*(3), 77–85.

---Halaman ini sengaja dikosongkan---