

Pengaruh Terapi Musik terhadap Kemampuan Kognitif pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi 2021 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

The Effect of Music Therapy on Cognitive Abilities in Students of The Faculty of Medicine, Yarsi University 2021 and Its Islamic View

A Dimas Wahyu P.H¹, Edi Prasetyo², Andri Gunawan³

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta Indonesia

²Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta Indonesia

³Bagian Agama Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta Indonesia

Email andimaswph123@gmail.com

KATA KUNCI Terapi musik, Kemampuan kognitif

ABSTRAK Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki efek terapi musik pada kemampuan kognitif mahasiswa kedokteran di Universitas Yarsi pada tahun 2021 dan ulasanya dari perspektif Islam. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan data primer. Sampel penelitian adalah mahasiswa kedokteran di Universitas Yarsi, dengan ukuran sampel minimal 32 orang. Proses pengumpulan data dilakukan dengan melakukan uji MMSE pada sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi musik terhadap kemampuan kognitif pada kelompok eksperimen dengan skor pre-test 26,38 ($\pm 1,821$) dan skor post-test 29,13 ($\pm 1,258$) dan P-value $< 0,018$. Sedangkan pada kelompok kontrol, skor pre-test sebesar 28,44 ($\pm 1,365$) dan skor post-test sebesar 28,63 ($\pm 1,628$) dengan nilai P $< 0,541$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi musik terhadap kemampuan kognitif pada mahasiswa kedokteran di Universitas Yarsi tahun 2021. Studi tersebut menyimpulkan bahwa terapi musik dapat digunakan sebagai pendekatan terapi untuk meningkatkan kemampuan kognitif pada mahasiswa kedokteran. Dari perspektif Islam, terapi musik diperbolehkan selama tidak melanggar prinsip dan nilai-nilai Islam.

KEYWORD Music therapy, Cognitive ability

ABSTRACT *The study aimed to investigate the effect of music therapy on the cognitive ability of medical students at Yarsi University in 2021 and its review from an Islamic perspective. The research used a quantitative method with primary data. The sample of the study was medical students at Yarsi University, with a minimum sample size of 32 people. The data collection process was carried out by conducting the MMSE test on the sample. The results of the study showed that there was a significant*

relationship between the effect of music therapy on cognitive ability in the experimental group with a pre-test score of 26.38 (± 1.821) and a post-test score of 29.13 (± 1.258) and a P-value < 0.018 . Meanwhile, in the control group, the pre-test score was 28.44 (± 1.365) and the post-test score was 28.63 (± 1.628) with a P-value < 0.541 . The results showed that there was a significant relationship between the effect of music therapy on cognitive ability in medical students at Yarsi University in 2021. The study concluded that music therapy can be used as a therapeutic approach to improve cognitive ability in medical students. From an Islamic perspective, music therapy is permissible as long as it does not violate Islamic principles and values.

PENDAHULUAN

Musik adalah suara yang mengandung ritme, melodi, dan harmoni yang dapat merangsang emosi dan membawa manusia ke dalam keadaan istirahat dan relaksasi. Sejak bangsa Yunani pada abad ke-5 SM, musik telah digunakan sebagai terapi untuk mengobati berbagai masalah Kesehatan (Geraldina, 2017).

Terapi musik klinis adalah terapi yang menggunakan musik untuk mencapai tujuan individu melalui hubungan terapeutik, mencakup aspek fisik, psikologis, kognitif, dan sosial. Terapi musik kognitif perilaku merupakan model terapi yang menggunakan musik untuk mencapai tujuan individu melalui hubungan terapeutik dengan penekanan pendekatan kognitif perilaku dalam setiap sesi konselingnya (Wilianto & Adiyanti, 2012).

Dari perspektif neurologis, musik merangsang otak manusia pada tingkat sensorik, motorik, kognitif, dan emosional, serta mengintegrasikan jalur saraf dengan cara khusus musik. Terapi musik telah digunakan untuk mengatasi berbagai permasalahan seperti menurunkan stres, terapi musik untuk menurunkan kecemasan pada pasien yang akan menjalani pengobatan. (Galińska, 2015).

Kemampuan kognitif berkembang sejalan dengan perkembangan fisik dan syaraf, serta mempengaruhi proses belajar mahasiswa. Beban kognitif adalah upaya mental yang harus dilakukan dalam memori kerja pada interval tertentu untuk memproses informasi yang diterima (Abdurrahman, 2012).

Terapi musik telah banyak dibuktikan secara ilmiah mampu meredakan beberapa gangguan kesehatan, karena musik dapat mengakses seluruh bagian otak sehingga dapat berpengaruh ke seluruh tubuh

Beban kognitif merupakan upaya mental yang harus dilakukan dalam memori kerja untuk memproses informasi yang diterima. Terdapat tiga jenis beban kognitif, yaitu *Intrinsic Cognitive Load* (ICL), *Extraneous Cognitive Load* (ECL), dan *Germane Cognitive Load* (GCL). ICL disebabkan oleh kompleksitas materi pembelajaran, ECL disebabkan oleh desain instruksional yang mengganggu pemahaman materi, dan GCL berasal dari usaha peserta didik yang relevan terhadap pemahaman materi pembelajaran. Pembelajaran yang efektif dapat dicapai dengan mengelola ICL, mengurangi ECL, dan meningkatkan GCL. Beban kognitif

yang melebihi kapasitas memori kerja peserta didik dapat mempengaruhi motivasi mereka. ECL yang terlalu tinggi dapat menghambat pembelajaran dan menurunkan ketekunan serta motivasi peserta didik. Oleh karena itu, peneliti diharapkan dapat menurunkan ECL untuk meningkatkan motivasi peserta didik, sehingga dapat bermanfaat terhadap proses akuisisi pengetahuan (Wilianto & Adiyanti, 2012).

Meskipun terapi musik masih tergolong baru dan banyak perdebatan mengenai efektivitas, standar prosedur, dan musik yang digunakan, popularitas terapi musik semakin menanjak dari waktu ke waktu, di Indonesia, penggunaan terapi musik mulai dipertimbangkan meskipun masih eksklusif dan terbatas

Dalam penelitian ini, kami akan mengkaji lebih lanjut mengenai efektivitas terapi musik dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan mental individu, serta bagaimana terapi musik dapat diintegrasikan dengan pendekatan kognitif perilaku untuk mencapai hasil yang optimal.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-eksperimental* dengan desain *one-group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi 2021. Sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Besar sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan rumus *case control* sebanyak 32 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan data primer yang

diperoleh melalui pengukuran kemampuan kognitif menggunakan MMSE (*Mini-Mental State Examination*). Data kemampuan kognitif dikumpulkan melalui pengukuran MMSE sebelum dan sesudah pemberian stimulasi musik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner MMSE. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji statistik *non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh terapi musik terhadap kemampuan kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021. Karakteristik responden meliputi 37% laki-laki dan 63% perempuan, dengan mayoritas berusia 19 tahun. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan nilai pada kelompok eksperimen yang menerima terapi musik, sementara kelompok kontrol mengalami sedikit peningkatan nilai. Tes normalitas menggunakan metode *Shapiro Wilk* menunjukkan *sigma pre-test* sebesar 0,013 dan *post-test* kurang dari 0,001.

Analisis data menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami peningkatan nilai rata-rata dari 26,38 ($\pm 1,821$) pada *pre-test* menjadi 29,13 ($\pm 1,258$) pada *post-test* dengan P-Value kurang dari 0,018. Sementara itu, kelompok kontrol mengalami sedikit peningkatan nilai rata-rata dari 28,44 ($\pm 1,365$) pada *pre-test* menjadi 28,63 ($\pm 1,628$) pada *post-test* dengan P-Value kurang dari 0,541. Dari hasil analisis, diperoleh nilai probabilitas (ρ) = 0,019 < 0,05, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi musik terhadap

kemampuan kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Yarsi angkatan 2021.

Tabel 1. Frekuensi jenis kelamin responden

Jenis kelamin	Kelompok Eksperimen		Kelompok kontrol	
	N	%	N	%
Laki-laki	6	37	6	37
Perempuan	10	63	10	63
Total	16	100	16	100

Tabel 2. Frekuensi umur responden

Umur Responden	N	%
18	2	6,3
19	16	50
20	13	40,6
21	1	3,1
Total	32	100

Tabel 3. Frekuensi kemampuan kognitif pada Kelompok Eksperimen

Hasil Kognitif	Pre-Test		Post-Test	
	N	%	N	%
22	1	6,3	-	-
24	2	12,5	-	-
25	1	6,3	-	-
26	3	18,8	-	-
27	3	18,8	3	18,8
28	6	37,5	2	12,5
29	-	-	1	6,3
30	-	-	10	62,5
Total	16	100	16	100

Tabel 4. Frekuensi kemampuan kognitif pada Kelompok kontrol.

Hasil Kognitif	Pre-Test		Post-Test	
	N	%	N	%
24	1	6,3	-	-
26	-	-	-	-
27	2	12,5	1	6,3
28	5	31,3	6	37,5
29	4	25,0	1	6,3
30	4	25,0	7	43,8
Total	16	100	16	100

24	-	-	1	6,3
25	1	6,3	-	-
26	-	-	-	-
27	2	12,5	1	6,3
28	5	31,3	6	37,5
29	4	25,0	1	6,3
30	4	25,0	7	43,8
Total	16	100	16	100

Tabel 5. Test Normalitas

Variabel	P-Value
Hasil Pre-Test	.013
Hasil Post-Test	<0,001

Tabel 6. Hasil test dan statistik

Hasil Test	Kelompok Eksperimen	
	Mean	P-Value
Pre-Test	26.38 (±1.821)	<0.018
Post-Test	29.13 (±1.258)	
Hasil Test	Kelompok kontrol	
	Mean	P-Value
Pre-Test	28.44 (±1.365)	<0.541
Post-Test	28.63 (±1.628)	

PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap 32 responden menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengaruh terapi musik terhadap kemampuan kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021. Dalam beberapa dekade terakhir, pengaruh jenis kelamin perempuan terhadap kemampuan kognitif telah menjadi subjek penelitian yang menarik, dengan perempuan cenderung memiliki kemampuan verbal yang lebih baik. Selain jenis kelamin, umur juga dapat mempengaruhi seberapa baik seseorang berpikir dan berfungsi.

Sebuah penelitian (Deary, I. J., & Batty, G. D. 2016). Menemukan bahwa penurunan kemampuan kognitif terkait dengan usia mulai terjadi pada usia dua puluh tiga tahun. Meskipun penelitian ini tidak secara spesifik membahas pengaruh usia 21 tahun terhadap kemampuan kognitif, temuan ini menunjukkan bahwa penurunan kemampuan kognitif dapat terjadi pada usia dewasa muda, termasuk pada usia 21 tahun.

Dalam sebuah studi yang dilakukan oleh (Wang, Z., Li, Z., Xie, J., Wang, T., Yu, C., & An, N. 2018). Peneliti mengevaluasi dampak terapi musik terhadap fungsi kognitif pada orang dewasa yang lebih tua. Peneliti menemukan bahwa terapi musik dapat meningkatkan fungsi eksekutif kognitif, memori, kecepatan pemrosesan, dan fungsi eksekutif kognitif pada orang dewasa yang lebih tua (Veronika Diaz Abrahan, Favio Shifres & Justel, 2019). Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa terapi musik juga dapat mengurangi gejala depresi dan kecemasan pada

orang tua yang menderita demensia (Gupta, Bhushan & Laxmidhar Behera, 2018).

Terapi musik telah terbukti meningkatkan kemampuan kognitif dalam berbagai situasi, seperti mengurangi kecemasan dan rasa sakit ibu hamil selama persalinan, meningkatkan perkembangan kognitif anak-anak dengan retardasi mental, dan mengurangi stres akademik siswa SMA. Oleh karena itu, terapi musik dapat dijadikan sebagai alternatif dalam meningkatkan kemampuan kognitif pada individu, termasuk pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021.

Dalam konteks pembahasan jurnal, penelitian ini menunjukkan bahwa terapi musik memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan kognitif, dengan mempertimbangkan pengaruh jenis kelamin, umur, dan terapi musik itu sendiri. Musik klasik dapat meningkatkan hasil belajar matematika peserta didik, penggunaan media musik dan lagu dapat mempengaruhi perkembangan kognitif anak usia dini, terapi musik klasik dapat mengurangi kecemasan ibu hamil, dan terapi musik klasik dapat menurunkan stres akademik pada siswa SMA (Sucianna, 2018).. Sebagai alternatif dalam meningkatkan kemampuan kognitif, terapi musik dapat diaplikasikan pada berbagai situasi dan populasi, termasuk mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021.

Berbagai metode yang didasarkan pada ajaran Islam, seperti Al-Quran dan Hadis, digunakan dalam terapi Islam untuk menangani dan mengobati masalah psikologis, emosional, dan spiritual. Terapi wudhu, terapi jiwa, dan terapi fisik

adalah beberapa bentuk terapi Islam. Jenis terapi spiritual Islami mencakup tindakan seperti berdoa, berzikir, dan berpuasa. Tujuan terapi spiritual Islami adalah untuk memperbaiki emosi, menjaga kesehatan mental, dan meningkatkan hubungan dengan Allah SWT.

Ketika datang ke terapi musik dari perspektif Islam, ada perbedaan pendapat tentang apakah itu sah atau tidak. Beberapa komunitas Muslim menganggap musik haram atau tidak halal, sedangkan komunitas lain menganggap musik dapat digunakan untuk tujuan yang bermanfaat, seperti dalam upacara keagamaan dan pernikahan. Musik Islam termasuk dalam kategori haram dan halal. Genre musik Islam yang paling populer adalah nasyid, yang mengandung pesan positif tentang Islam dan sesuai dengan hukum Islam. Dalam terapi kognitif, nasyid dan terapi musik Islam lainnya dapat membantu meningkatkan kesehatan mental dan emosional seseorang. Praktik spiritual Islam seperti berdoa, berzikir, dan berpuasa juga dapat membantu keseimbangan emosi, mengatasi masalah psikologis, dan meningkatkan kualitas hidup (Yusuf, N, & Rohmah, S. 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan 32 responden, ditemukan bahwa terapi musik memiliki pengaruh signifikan terhadap kemampuan kognitif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2021 dengan merujuk kepada nilai p yang dihasilkan yaitu nilai $p = 0,018$.

DAFTAR PUSTAKA

- Galińska, E. (2015). Znaczenie muzykoterapii w rehabilitacji neurologicznej. *Psychiatria Polska*, 49(4), 835-846. <https://doi.org/10.12740/PP/25557>
- Geraldina, A. M. (2017). Terapi Musik: Bebas Budaya atau Terikat Budaya? *Buletin Psikologi*, 25(1). <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.27193>
- Wilianto, V. M., & Adiyanti, M. G. (2012). Terapi Musik Kognitif Perilaku Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Penderita Tekanan Darah Tinggi Cognitive Behavioral Music Therapy To Reduce Patient's Anxiety With High Blood Pressure. In *Jurnal Intervensi Psikologi* (Vol. 4, Issue 1).
- Santi Wahyuni and Yanti Cahyati (2021). Beban Kognitif Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan 'SUARA FORIKES' (Journal of Health Research 'Forikes Voice')*, [online] 12(0), pp.21-26. Available at: <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf12nk204/12nk204> [Accessed 6 Dec. 2022].
- Solso, Robert. Dkk. (2008). *Psikologi Kognitif Edisi Delapan*. Jakarta: Erlangga.
- Mulyono Abdurrahman, Anak Berkesulitan Belajar. (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), hal. 131
- Ahmad Susanto, *Perkembangan Anak Usia Dini*, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 48,59-60.
- Kartini Kartini and Nurus Sa'adah (2021). *Dampak Musik Religi Terhadap*

- Konsentrasi Belajar (Studi Kasus: Mahasiswa Pascasarjana BKI 2021-2022). *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, [online] 4(5), pp.6033-6038.
doi:10.31004/jpdk.v4i5.7610.
- Luthfiana, A. and Harliansyah, H. (2019). Pemeriksaan Indeks Memori, MMSE (Mini Mental State Examination) dan MoCA-Ina (Montreal Cognitive Assesment Versi Indonesia) Pada Karyawan Universitas Yarsi. *Jurnal Kedokteran YARSI*, [online] 27(2), pp.062-068.
doi:10.33476/jky.v27i2.1116.
- Amanda Diva Anggraita, Claudia, C., Rafael Angkasa Pilartomo, Suwandi, S., Sheren Budiarto and Christ Billy Aryanto (2021). Effect of Low-Fidelity Music (lo-fi) on Reading Comprehension in Indonesian College Students at Jabodetabek. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, [online] 12(01), pp.10-20.
doi:10.35814/mindset.v12i01.1694.
- Nevriana, A., Pandu Riono, Tri and Adji Kusumadjati (2013). Lifetime Musical Activities and Cognitive Function of the Elderly. *Kesmas: National Public Health Journal*, [online] 7(7), pp.304-308.
doi:https://media.neliti.com/media/publications/39709-EN-lifetime-musical-activities-and-cognitive-function-of-the-elderly.pdf.
- Huang, Y., Li, Y., & Zhang, H. (2021). The effect of cognitive training on cognitive function in older adults: A systematic review and meta-analysis. *Aging Clinical and Experimental Research*, 33(1), 1-11.
- Muttaqien, M. I. (n.d.). Pengaruh Pembelajaran Menggunakan Musik Klasik Terhadap Hasil Belajar Matematika Peserta Didik Kelas V SD Negeri 50 Kota Bengkulu.
- Wang, Z., Li, Z., Xie, J., Wang, T., Yu, C., & An, N. (2018). Music therapy improves cognitive function and behavior in patients with moderate Alzheimer's disease. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 11(5), 4808-4814.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6447697/>
- Veronika Diaz Abrahan, Favio Shifres and Justel, N. (2019). Cognitive Benefits From a Musical Activity in Older Adults. *Frontiers in Psychology*, [online] 10.
doi:https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00652.
- Gupta, A., Bhushan, B. and Laxmidhar Behera (2018). Short-term enhancement of cognitive functions and music: A three-channel model. *Scientific Reports*, [online] 8(1).
doi:https://doi.org/10.1038/s41598-018-33618-1.
- Ni Putu Sumartini, (2020). Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Retardasi Mental di Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri Pembina Mataram.
- Sucianna, (2018). Pengaruh Pemberian Terapi Musik Terhadap Penurunan Stres Akademik pada Siswa SMA N 1 Mertoyudan.
- Raden Intan. (2022).. Pengaruh Media Musik dan Lagu Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini Kelompok B di TK Pratama II. Bandar Lampung.
- Samban, N. A. P. (2021.). Analisis Pengaruh Pemberian Terapi Musik Klasik untuk Mengurangi Kecemasan pada Ibu Hamil Saat Menjelang

- Persalinan. Al-Hafizh, A. (2000). The Legality of Music in Islam. *Journal of Islamic Studies*, 11(1), 1-20.
- Saputry, F. E. (2017.). Pengaruh Pemberian Murottal Al-Qur'an dan Musik Klasik Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Pra Operasi.
- Akhtar, S. (2012). Music, Islam and the Modern State. *Muslim World*, 102(3-4), 477-500.
- Aswad, B. & Aslam, B. (2004). Music and Islam. In R. C. Martin (Ed.), *Encyclopedia of Islam and the Muslim World* (pp. 407-408). Macmillan Reference USA.
- Hoffman, V. J. (1998). Music and Islam in Sub-Saharan Africa. *African Studies Review*, 41(3), 65-87.
- Kapchan, D. (2013). Musical Performance and the Negotiation of Gendered Identities in the Moroccan Diaspora. In G. Born (Ed.), *Music, Sound and Space* (pp. 156-178). Cambridge University Press.
- Al-A'idarus, H. (2004). *Qawa'id al-Batinyah fi al-Adwiya al-Nabawiyah*.
- Arifin, D., & Ahmad Hatta, K. (2013). *Musik dan Suara: Terapi dalam Alquran dan Hadits*. Yogyakarta: UII Press.
- Frishkopf, M. (2001). Music in Islam: A Pan-Muslim Exploratory Study. *Journal of the Association for the Study of African American Life and History*, 86(3), 185-215.
- Sachedina, A. (2000). *Islamic Perspectives on the Principles of Biomedical Ethics*. South Carolina: University of South Carolina Press.
- Afdhal, A. (2016). Terapi Musik dengan Pendekatan Nasyid Islam Sebagai Alternatif Pengobatan Gangguan Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unissula Semarang. *Jurnal Pusaka*, 4(2), 109-122.
- Yusuf, N., & Rohmah, S. (2017). Terapi Nasyid Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Kecemasan Siswa SMK. *Jurnal Edukasi Dan Sosial*, 3(2), 25-32.
- Suharya, E. (2018). Efektivitas Menggunakan Terapi Musik Islami untuk Menurunkan Skor Kecemasan pada Mahasiswa STAI Imam Syafi'i Jember. *Tadibuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(1), 1-16.
- Darmawan, U., Hadayati, N. F., & Lestari, U. (2017). Implementasi Terapi Musik Islami pada Anak ADHD. *Al Manar: Jurnal Kependidikan Dan Keislaman*, 2(2), 225-232.
- Sabri, M. (2018). *Pembelajaran Al-Qur'an Hadis Berbasis Prinsip Teori Belajar Classical Conditioning Ivan Pavlov untuk Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Mts. Mannongkoki Kab. Takalar*. Skripsi (Tidak diterbitkan). UIN Alauddin Makassar.