

APAKAH MUSIK KLASIK MASIH MENJADI STIMULUS DAYA INGAT JANGKA PENDEK BAGI GEN Z?

Widya Wahyuningsih Aprilian^{1*}, Rita Yanti², A.M. Zulfikar Taufik³, Resekiani Mas Bakar⁴, Andi Muh. N. Dzikrayafi⁵
Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

Abstrak

Penelitian ini membahas efektivitas musik klasik sebagai stimulus daya ingat jangka pendek pada generasi Z. Musik klasik telah lama diyakini mampu meningkatkan konsentrasi dan daya ingat, namun relevansinya pada generasi Z yang tumbuh di era digital menjadi pertanyaan. Studi ini menggunakan pendekatan eksperimen dengan desain posttest only terhadap 22 mahasiswa dari Universitas Haluoleo Kendari yang termasuk dalam kategori Generasi Z dengan tingkat kecerdasan rata-rata. Para partisipan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan mendengarkan musik klasik Mozart dan kelompok kontrol yang tidak diberikan stimulus. Hasilnya menunjukkan bahwa meskipun beberapa individu masih merasakan manfaat positif, sebagian besar partisipan menunjukkan bahwa musik klasik justru cenderung mengganggu konsentrasi mereka dalam daya ingat jangka pendek. Rata-rata skor daya ingat kelompok kontrol lebih tinggi dibandingkan kelompok eksperimen, namun hasil uji t-test menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa efektivitas musik klasik sebagai stimulus memori jangka pendek pada Gen Z cenderung menurun, sehingga diperlukan pendekatan baru yang lebih relevan dengan preferensi generasi ini.

Kata Kunci: Musik Klasik, Daya Ingat Jangka Pendek, Gen Z

Abstract

This study examines the effectiveness of classical music as a stimulus for short-term memory in Generation Z. While classical music has long been believed to enhance concentration and memory, its relevance to Generation Z who have grown up in the digital era raises questions. This research employed an experimental approach using a posttest-only design involving 22 students from Halu Oleo University in Kendari, all categorized as Generation Z with average intelligence levels. Participants were divided into two groups: an experimental group exposed to Mozart's classical music and a control group that received no auditory stimulus. The results indicated that although some individuals reported positive effects, the majority found that classical music tended to disrupt their concentration during short-term memory tasks. The control group showed a higher average memory score than the experimental group; however, a t-test revealed no statistically significant difference between the two. The study concludes that the effectiveness of classical music as a short-term memory stimulus for Generation Z appears to be declining, suggesting a need for new approaches that better align with the preferences of this generation.

Keywords: Classical Music, Short Term Attention Span, Gen Z

*Corresponding Author:

Widya Wahyuningsih Aprilian
Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar
Email: widyaaprilian25@gmail.com

Article History

Submitted: 04 Maret 2025
Accepted: 03 Oktober 2025
Available online: 17 November 2025

PENDAHULUAN

Memori atau daya ingat merupakan salah satu bagian penting dari manusia disebabkan menjadi salah satu keunggulan seperti menerima, menyimpan, mengolah dan memperbanyak informasi serta pemahaman dan reaksinya (Dharmawan, 2015). Memori atau daya ingat merupakan fungsi kognitif penting yang memungkinkan manusia menerima, menyimpan, mengolah, dan mereproduksi informasi serta membentuk pemahaman dan respons terhadap lingkungan (Dharmawan, 2015).

Amaliah (2011) menjelaskan lebih lanjut, memori dibagi menjadi tiga jenis berdasarkan durasi dan tingkat penggunaan: memori sensori (*sensory memory*), memori jangka pendek (*short term memory*) dan memori jangka panjang. Memori sensori berfungsi sebagai tempat penyimpanan awal data, tetapi pada akhirnya akan ditransfer ke memori jangka pendek dan memori jangka panjang. Memori jangka pendek adalah ingatan sementara yang baru kita alami atau pikirkan. Memori jangka panjang adalah ingatan yang dapat diingat kembali di masa depan. Secara khusus, memori jangka pendek berfungsi sebagai penyimpanan sementara informasi yang baru saja diterima. Umumnya, informasi ini dipertahankan selama sekitar 30 detik sebelum akhirnya diproses lebih lanjut atau dilupakan. Dalam sistem ini, informasi atau rangsangan biasanya dipertahankan selama sekitar 30 detik. Bagian informasi yang dianggap penting akan dialihkan

ke memori jangka panjang untuk disimpan lebih lama. Ketika seseorang mencoba mengingat sesuatu, data dari memori jangka panjang akan diaktifkan kembali dan diproses ulang melalui memori jangka pendek untuk diingat atau dikenang (Bhinnety, 2010).

Pada salah satu penelitian sebelumnya, menjelaskan bahwa musik sendiri memiliki pengaruh terhadap peningkatan daya ingat jangka pendek (Saiya dan Mulyeni, 2024). Adapun dalam penelitian tersebut memiliki menggunakan musik klasik: *Mozart Piano Sonata No. 17 in B-Flat Major, K 570: I. Allegro*. Soedarsono dalam Dharmawan (2015) menjelaskan salah satu ciri musik klasik adalah tekstur homofonik, irama yang lentur, alunan melodi yang mudah dikenali dan menarik, dan nuansa yang berubah dengan perubahan dinamika yang halus. Antara tahun 1770 dan 1827, komposer seperti *Joseph Haydn*, *Wolfgang Amadeus Mozart*, dan *Ludwig van Beethoven* sangat membantu perkembangan musik klasik.

Namun, efektivitas musik klasik sebagai stimulus kognitif tampaknya turut dipengaruhi oleh perubahan preferensi musik lintas generasi. Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Swartz dan Fouts (2003) yang menjelaskan bahwa remaja saat ini cenderung memiliki preferensi musik yang sangat kuat (mungkin kaku) sehingga menunjukkan penyesuaian kepribadian. Hal ini pun sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Windraguri, dkk (2024) yang mendapatkan hasil

musik klasik khususnya *Mozart* tidak memiliki pengaruh terhadap daya ingat partisipan penelitiannya. Lebih lanjut, mereka menjelaskan bahwa kekurangan dalam penelitian yang mereka lakukan adalah perbedaan minat setiap partisipan dalam mengikuti eksperimen. Mereka juga menjelaskan tidak mengetahui batas kenyamanan dari setiap partisipannya.

Sejumlah studi juga menunjukkan bahwa musik klasik memiliki potensi yang cukup besar sebagai stimulan dalam proses-proses kognitif, termasuk dalam meningkatkan kapasitas memori jangka pendek. Di antara berbagai karya yang sering diteliti, komposisi *Mozart* secara konsisten muncul sebagai objek yang dipercaya mampu menstabilkan ritme gelombang otak, memperkuat fokus, dan menciptakan suasana hati yang mendukung proses pengolahan informasi (Hallam & Council, 2015; Croom, 2015). Misalnya, penelitian eksperimental oleh Drăgulin dan Șuteu (2017) menemukan bahwa penggunaan *Sonata KV 331* mampu meningkatkan kinerja belajar secara signifikan dalam kondisi laboratorium yang terkontrol. Selain berpengaruh secara kognitif, musik klasik juga terbukti dapat menciptakan kondisi fisiologis yang lebih rileks dan adaptif. Hal ini diperkuat oleh de la Torre-Luque et al. (2017) yang membuktikan bahwa musik relaksasi berbasis algoritma efektif dalam mempercepat pemulihan stres akut. Bernardi et al. (2017) turut menambahkan bahwa ketika musik didengarkan secara bersama-sama, dapat terjadi sinkronisasi ritme otonom antar

individu, yang pada akhirnya membentuk atmosfer pembelajaran yang lebih harmonis. Temuan serupa juga dikemukakan oleh Gaspar et al. (2018), di mana mereka mencatat bahwa musik klasik berkontribusi dalam menurunkan tingkat stres pada fase-fase awal aktivitas belajar yang menegangkan. Dalam kerangka pendidikan remaja, Cabane, Hille, dan Lechner (2016) menyatakan bahwa keterlibatan aktif dalam praktik bermusik berkorelasi positif dengan capaian akademik dan pengembangan aspek intelektual. Sementara itu, Radstaak et al. (2014) menekankan bahwa pemulihan dari stres psikologis secara optimal sangat bergantung pada stimulus yang menenangkan, seperti musik, karena stres yang tidak terkelola dapat secara langsung menghambat kemampuan mengingat. Oleh sebab itu, meskipun ada indikasi bahwa generasi muda seperti Gen Z tidak selalu merespons musik klasik sebagaimana generasi sebelumnya, berbagai studi sebelumnya tetap menegaskan pentingnya mempertimbangkan aspek psikofisiologis, keselarasan preferensi musikal, dan konteks penggunaan ketika mengevaluasi dampak musik terhadap daya ingat.

Tidak hanya itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Xu (2021) terjadi pergeseran minat musik pada generasi Z saat ini. Dalam penelitiannya menjelaskan peminat musik klasik seiring perkembangan zaman telah kehilangan akses pendengar, khususnya pada generasi Z. Lebih lanjut, sebanyak 67% dari respondennya tidak menyukai bahkan membenci musik klasik

dan hanya 33% menyukai musik klasik. Keterlibatan seseorang dalam aktivitas musikal, baik secara aktif seperti memainkan instrumen maupun secara pasif seperti sekadar mendengarkan, telah lama dipandang sebagai salah satu pendekatan alami yang berpotensi mendukung ketahanan kognitif sepanjang hidup. Musik tidak sekadar menjadi sumber hiburan; ia juga bekerja pada level biologis dengan merangsang sistem saraf dan hormon tertentu yang memengaruhi kemampuan otak untuk beradaptasi dan mempertahankan fungsinya di tengah perubahan.

Temuan longitudinal yang disampaikan oleh Wolff et al. (2023) mengungkap bahwa paparan musik yang konsisten, termasuk kegiatan seperti bernyanyi atau mendengarkan, memiliki kaitan signifikan dengan penurunan risiko demensia, bahkan setelah berbagai faktor genetik dan lingkungan dikontrol secara ketat. Dalam konteks yang berbeda, Suda et al. (2008) menunjukkan bahwa mendengarkan Sonata Mozart K448 dalam waktu singkat mampu meningkatkan aliran darah ke wilayah otak bagian prefrontal, yang diketahui berperan dalam pemrosesan spasial dan pengambilan keputusan. Secara keseluruhan, kedua studi ini menyiratkan bahwa musik klasik, khususnya komposisi Mozart, memiliki potensi sebagai sarana stimulasi otak yang efektif, baik untuk menciptakan lingkungan belajar yang lebih optimal maupun untuk mendukung kapasitas otak dalam menghadapi tekanan kognitif. Meskipun sejumlah penelitian sebelumnya

menunjukkan bahwa musik klasik dapat meningkatkan daya ingat jangka pendek, temuan ini belum mempertimbangkan preferensi musik khas Generasi Z yang berbeda secara signifikan dari generasi sebelumnya. Oleh karena itu, efektivitas musik klasik sebagai stimulus kognitif pada kelompok ini perlu ditinjau ulang melalui pendekatan empiris. Adapun **hipotesis** yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Terdapat perbedaan signifikan *short term memory* terhadap partisipan Generasi Z yang mendapatkan perlakuan dan tidak mendapatkan perlakuan mendengarkan musik klasik Mozart.

METODE

Pada penelitian ini, digunakan pendekatan eksperimental dengan desain *between participants design (quasi experiment)*, *posttest only*. Desain ini dianggap sebagai salah satu desain yang dapat digunakan karena pembagian kelompok dilakukan secara non-random (Seniati, 2011). Pendekatan ini relevan dalam mengevaluasi intervensi berupa musik klasik terhadap daya ingat jangka pendek pada Generasi Z. (Gulo, 2002). Melalui pelaksanaan eksperimen seperti yang dilakukan, peneliti juga dapat mengontrol dan mengubah variabel dalam lingkungan yang mereka pelajari (Wade, 2009).

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode eksperimen dengan rancangan *non-randomized two-group posttest only design*, yang dianggap telah memenuhi kriteria sebagai desain

eksperimental karena melibatkan proses non-randomisasi terhadap partisipan penelitian (Seniati, 2011). Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk mengevaluasi dampak suatu intervensi pada kelompok yang diberikan perlakuan, kemudian dibandingkan dengan kelompok lain yang tidak menerima perlakuan tersebut. Desain ini relevan dalam konteks studi eksperimental mengenai intervensi kognitif seperti musik terhadap daya ingat, khususnya pada kelompok generasi tertentu. (Gulo, 2002). Melalui desain eksperimental, peneliti juga memperoleh peluang untuk mengontrol serta memodifikasi kondisi dalam situasi yang tengah diteliti (Wade, 2009).

Sebelum pelaksanaan eksperimen, peneliti melakukan proses penyaringan awal terhadap calon partisipan dengan menggunakan kuesioner. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa hanya individu yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian yang akan dilibatkan dalam studi.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Musik klasik dalam penelitian ini berperan sebagai variabel bebas dan didefinisikan sebagai jenis musik instrumental yang berasal dari era Klasik (sekitar tahun 1750 hingga 1820), yang memiliki struktur harmonis, tempo yang stabil, serta tidak mengandung lirik vokal. Musik klasik diyakini dapat memengaruhi fungsi kognitif, seperti konsentrasi, regulasi emosi, dan daya ingat, meskipun dampaknya sangat bergantung pada konteks dan preferensi

pendengarnya (Brancatisano, Baird, & Thompson, 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Mozart Piano Sonata No. 17 in B-Flat Major, K. 570: I. Allegro sebagai stimulus musik. Jenis musik ini masih jarang digunakan dalam penelitian eksperimental sebelumnya, khususnya yang berfokus pada daya ingat. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam memahami efektivitas musik klasik tertentu terhadap daya ingat jangka pendek pada Generasi Z.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan daya ingat jangka pendek. Daya ingat jangka pendek merujuk pada sistem penyimpanan informasi sementara yang memiliki kapasitas terbatas, serta memungkinkan individu menyimpan dan memproses informasi dalam waktu singkat, yaitu sekitar 15 hingga 30 detik (Bhinnety, 2010). Untuk mengukur variabel ini, peneliti menggunakan metode penyajian suku kata tak bermakna (nonsense syllables) sebanyak 15 unit, seperti WER, YUT, dan POR. Metode ini diadaptasi dari penelitian Peterson dalam Bhinnety (2010), di mana partisipan diminta menghafalkan suku kata yang ditampilkan secara visual dalam susunan acak, kemudian menuliskannya kembali sebanyak mungkin dalam waktu yang telah ditentukan. Pemilihan suku kata tak bermakna bertujuan untuk menghindari keterkaitan makna personal oleh partisipan, sehingga proses pengukuran daya ingat jangka pendek dapat berlangsung secara lebih objektif dan bebas bias.

Prosedur dan Analisa

Penelitian ini merupakan replikasi dari studi yang dilakukan oleh Dharmawan (2015). Perbedaan penelitian ini dari sebelumnya yaitu, partisipan dari penelitian ini adalah mahasiswa/pelajar yang termasuk kategori Generasi Z, dan jumlah partisipan yang lanjut ke posttest berjumlah 22 partisipan dengan rentang usia 18 hingga 22 tahun. Adapun proses pelaksanaan penelitian ini terdiri dari tiga tahap utama, yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, dan analisis data.

Pada tahap perencanaan, peneliti terlebih dahulu melakukan seleksi awal terhadap 30 mahasiswa dari Universitas Haluoleo Kendari. Seleksi ini menggunakan tes CFIT guna mengidentifikasi kategori IQ dari para calon partisipan dengan target kelompok IQ rata-rata. Sebelum menjalani tes, seluruh partisipan telah memberikan persetujuan tertulis melalui lembar informed consent sebagai bentuk kesediaan mereka untuk mengikuti rangkaian penelitian hingga selesai. Berdasarkan hasil tes tersebut, peneliti kemudian memilih 22 partisipan yang memenuhi kriteria IQ rata-rata akan dilibatkan dalam penelitian ini. Pemilihan tersebut bertujuan untuk menjaga homogenitas kemampuan kognitif dasar antar partisipan, agar hasil penelitian tidak dipengaruhi oleh variasi tingkat kecerdasan. Selain itu, mahasiswa dipilih sebagai sampel karena mereka berada pada tahap perkembangan kognitif yang optimal, khususnya dalam kemampuan daya ingat jangka pendek dan konsentrasi, sehingga

dianggap relevan untuk menilai pengaruh stimulus eksternal seperti musik klasik. Kelompok ini kemudian dibagi secara merata menjadi dua: sebelas orang ditempatkan dalam kelompok eksperimen, sementara sebelas lainnya masuk dalam kelompok kontrol. Sebelum eksperimen utama dimulai, peneliti melaksanakan uji coba terlebih dahulu terhadap rancangan penelitian yang telah disusun. Uji coba ini bertujuan untuk memastikan semua instruksi dapat dipahami dengan baik oleh peserta dan mengidentifikasi hal-hal teknis yang mungkin menghambat proses penelitian, sehingga potensi gangguan dapat diantisipasi sejak awal.

Tahap kedua dalam rangkaian penelitian ini adalah pelaksanaan eksperimen. Dalam tahap ini, peneliti menggunakan lima belas rangkaian huruf tak bermakna sebagai instrumen pengukuran, yang disajikan dalam bentuk visual di atas selembar kertas. Para partisipan diberikan waktu selama tujuh setengah menit secara bersamaan (klasikal) untuk menghafalkan kelima belas rangkaian huruf tersebut. Setelah waktu menghafal berakhir, partisipan diberi waktu tambahan dua menit untuk menuliskan kembali sebanyak mungkin dari silabel tak bermakna yang berhasil diingat pada lembar jawaban yang telah disediakan. Keseluruhan proses penelitian ini dilaksanakan selama dua hari. Pada hari pertama, peneliti melakukan pengukuran IQ dengan tes CFIT. Hari kedua digunakan untuk pelaksanaan posttest. Pada sesi posttest ini,

perlakuan diberikan secara khusus kepada kelompok eksperimen yaitu selama proses menghafal silabel, mereka mendengarkan musik klasik. Sebaliknya, kelompok kontrol menjalani prosedur yang sama tanpa adanya stimulus musik.

Tahapan akhir dalam penelitian ini adalah proses analisis data, yang dilakukan setelah seluruh data berhasil dikumpulkan. Peneliti menggunakan metode statistik parametrik, yaitu uji independent sample t-test. Analisis ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana pengaruh pemberian stimulus musik klasik terhadap perbedaan hasil antara

kelompok yang menerima perlakuan dan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan.

HASIL

Setelah seluruh data berhasil dikumpulkan, langkah akhir dalam penelitian ini adalah menganalisis data tersebut. Peneliti menggunakan metode statistik parametrik, yaitu uji independent sample t-test. Analisis ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana pengaruh pemberian stimulus musik klasik terhadap perbedaan hasil antara kelompok yang menerima perlakuan dan kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan.

Tabel 1

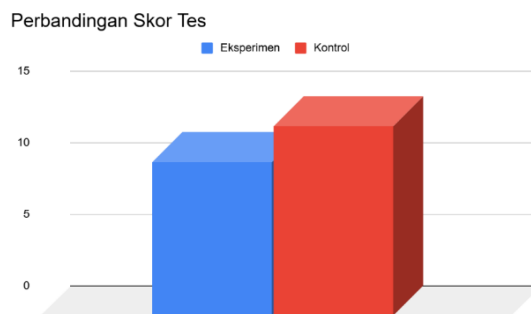
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Kelompok	N	Mean	Median	SD	SE
Eksperimen	11	10.73	12.00	3.47	1.05
Kontrol	11	13.27	15.00	3.29	0.99

Pada penelitian ini melibatkan 22 mahasiswa dari Universitas Haluoleo Kendari yang dapat dikategorikan sebagai Gen Z dan memiliki tingkat kecerdasan rata-rata. Dilanjutkan dengan pembagian peserta menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil Tabel 1, kelompok kontrol menerima skor rata-rata 13.27 untuk tes daya ingat jangka pendek

dengan silabel tak bermakna, sedangkan kelompok eksperimen menerima skor rata-rata 10.73. Akibatnya, kelompok kontrol menunjukkan hasil memori jangka pendek yang lebih baik daripada kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan kelompok kontrol memiliki kemampuan mengingat jangka pendek yang lebih baik daripada partisipan kelompok eksperimen.

Gambar 1
Perbandingan Skor Tes



Pada Gambar 1, memperlihatkan hasil dari eksperimen yang telah dilakukan. Bahwa kelompok kontrol dalam penelitian ini memiliki hasil yang lebih baik dalam pengukuran *short*

term memory ketimbang kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan dengan mendengarkan musik klasik Mozart.

Tabel 2
Uji Independent Sample T-test

	Statistic	df	p	Mean difference	SE difference	95% Confidence		
						Lower	Upper	
Student's t	-1.77	20.0	.093	-2.55	1.44	-5.5	0.460	Cohen's d
Welch's t	-1.77	19.9	.093	-2.55	1.44	-5.5	0.461	Cohen's d
Mann Whitney U	28.0		.032	-2.00		6.0	-1.17e-5	Rank biserial correlation

Pada tabel 2 menunjukkan hasil penelitian kedua kelompok memiliki variansi yang serupa atau tidak terdapat perbedaan signifikan pada kemampuan daya ingat jangka pendek ($p=.093$). Oleh karena itu, dapat diambil kesimpulan bahwa pemberian stimulasi musik klasik tidak memberikan pengaruh signifikan terhadap daya ingat jangka pendek pada remaja.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan dalam daya ingat jangka pendek antara kelompok yang mendengar musik klasik dan kelompok kontrol. Penemuan ini memperkuat penelitian yang telah dilakukan oleh Dharmawan (2015) bahwa musik klasik tidak lagi menjadi stimulus yang baik dalam short term memory pada remaja. Selain itu, dalam penelitian lainnya tentang bagaimana musik dan kebisingan

APAKAH MUSIK KLASIK MASIH MENJADI STIMULUS DAYA INGAT JANGKA PENDEK BAGI GEN Z?

Widya Wahyuningsih Aprilian, Rita Yanti, A.M. Zulfikar Taufik, Resekiani Mas Bakar, Andi Muh. N. Dzikrayafi

mempengaruhi kemampuan ingatan manusia (Eiras & McNeil, 2007), suasana yang tenang justru lebih membantu memori lebih baik daripada suasana dengan latar musik atau kebisingan. Selain itu, beberapa relawan menyatakan bahwa latar musik mengganggu mereka selama proses tes setelah penelitian. Oleh karena itu, saat partisipan eksperimen diberi tugas untuk mengingat, efek suara dari musik klasik dapat merugikan atau mengganggu.

Selain itu telah dijelaskan sebelumnya juga bahwa setiap generasi telah memiliki preferensi yang berbeda untuk perkembangan musik seiring berjalannya waktu. Melalui prosedur yang sejalan dengan studi yang telah dilakukan oleh Swartz dan Fouts (2003) yang menunjukkan bahwa remaja modern sering memiliki prefensi musik yang kuat, bahkan mungkin kaku, yang menunjukkan penyesuaian kepribadian. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Windraguri *et al.* (2024), yang menemukan bahwa hasil musik klasik, terutama musik Mozart, tidak berdampak pada daya ingat peserta penelitian. Partisipan juga mengatakan bahwa perbedaan minat dari setiap partisipan dalam eksperimen adalah salah satu kelemahan dari penelitian mereka.

Beberapa faktor yang telah dijelaskan sebelumnya, seperti kurangnya perhatian atau pengulangan (*rehearsal*) saat menyajikan informasi, interferensi dari aktivitas lain yang dapat merugikan, jenis musik yang tidak sesuai

dengan beban tugas yang diberikan, dan musik yang tidak disukai oleh Partisipan, dapat berdampak negatif atau mengganggu kinerja memori, sehingga informasi yang diperoleh tidak dapat disimpan dengan baik dalam memori karena adanya faktor gangguan / kebisingan dalam suatu keadaan. Hasil penelitian ini kurang memuaskan karena terdapat beberapa kekurangan yang tidak diperhatikan oleh peneliti. Beberapa masalah termasuk bahwa para peneliti berada di tempat yang berbeda sehingga sulit untuk berkomunikasi satu sama lain, partisipan yang sulit untuk fokus, dan kurangnya kerja sama antar peneliti. Hingga tidak ada pemberian *manipulation check* yang dapat lampirkan atau dijelaskan lebih lanjut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa musik klasik, khususnya Mozart Piano Sonata No. 17 in B-Flat Major, K. 570: I. Allegro, tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan daya ingat jangka pendek pada partisipan Generasi Z. Meskipun terdapat perbedaan rata-rata skor daya ingat antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa perbedaan tersebut tidak signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa efektivitas musik klasik sebagai stimulus kognitif pada Generasi Z cenderung menurun, sehingga perlu dikaji ulang dengan mempertimbangkan karakteristik dan preferensi

musik generasi tersebut.

Sebagai implikasi praktis, pendidik, pelatih, dan fasilitator pembelajaran disarankan untuk tidak serta-merta menggunakan musik klasik sebagai latar dalam aktivitas yang menuntut konsentrasi atau daya ingat, khususnya bagi Generasi Z. Sebaliknya, pemilihan stimulus musik sebaiknya disesuaikan dengan preferensi individu agar tidak mengganggu proses penyimpanan informasi jangka pendek. Lingkungan belajar yang tenang dan minim gangguan auditif juga perlu dipertimbangkan untuk mendukung kinerja memori secara optimal.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar melibatkan jumlah partisipan yang lebih besar dan mempertimbangkan preferensi musik masing-masing individu sebelum pemberian stimulus guna meminimalkan potensi bias. Selain itu, kontrol terhadap kondisi lingkungan eksperimen perlu ditingkatkan, termasuk memastikan suasana yang kondusif dan bebas distraksi auditif eksternal. Peneliti juga perlu menambahkan prosedur manipulation check untuk menilai efektivitas stimulus selama eksperimen berlangsung serta memperkuat koordinasi dalam tim pelaksana penelitian agar pelaksanaan studi lebih optimal dan konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

Atkinson, L. R., Atkinson, R. C., Smith, E. E., & Bem, J. D. (1993). *Pengantar psikologi* (Edisi ke-11, Jilid 1). Interaksa.

Bernardi, N. F., Codrons, E., Di Leo, R., Vandoni, M., Cavallaro, F., Vita, G., ... & Bernardi, L. (2017). Increase in synchronization of autonomic rhythms between individuals when listening to music. *Frontiers in Physiology*, 8, 785. <https://doi.org/10.3389/fphys.2017.00785>

Bhinnetty, M. (2010). *Struktur dan proses memori*. Buletin Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Budiarto, E., & Anggraeni, D. (2001). *Pengantar epidemiologi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Cabane, C., Hille, A., & Lechner, M. (2016). Mozart or Pelé? The effects of adolescents' participation in music and sports. *Labour Economics*, 41, 90–103. <https://doi.org/10.1016/j.labeco.2016.04.001>

Campbell, D. (2002). *Efek Mozart: Memanfaatkan kekuatan musik untuk mempertajam pikiran, meningkatkan kreativitas, dan menyehatkan tubuh* (Terj.). PT Gramedia.

Carr, S. M., & Rickard, N. S. (2010, August). *The influence of music on memory for images* [Poster presentation]. 11th International Conference on Music Perception and Cognition, Seattle, WA, United States.

Cassidy, C., Wright, C., Garth, K., & Qureshi, E. (n.d.). *The influence of music on short-term memory* [Unpublished undergraduate thesis]. University of Central Florida.

Chafin, S., Roy, M., Gerin, W., & Christenfeld N. (2004). Music can facilitate blood pressure recovery from stress. *Health Psychology*, 23(3), 315–319. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.23.3.315>

- Croom, A. M. (2015). Music practice and participation for psychological well-being: A review of how music influences positive emotion, engagement, relationships, meaning, and accomplishment. *Musicae Scientiae*, 19(1), 44–64. <https://doi.org/10.1177/1029864914561709>.
- Cohen, S., Tsur, E. E., & Meiron, O. (2025). Passively listening to Mozart's sonata K. 448 enhances verbal working memory performance: A quantitative EEG study. *Current Psychology*, 44, 9342–9357.
- de la Torre-Luque, A., Caparros-Gonzalez, R. A., Bastard, T., Vico, F. J., & Buéla-Casal, G. (2017). Acute stress recovery through listening to Melomics relaxing music: A randomized controlled trial. *Nordic Journal of Music Therapy*, 26(2), 124–141.
- Drăgulin, S., & Șuteu, C. L. (2017). Memory and learning: Experiment on Sonata KV 331, in A Major by W.A. Mozart. *Transilvania University of Brasov. Series VIII, Performing Arts*, 10(1), 71–76.
- Eiras, A., & McNeil, K. (2007). *The effects of background music and noise on verbal working memory* [Unpublished manuscript]. San Jose State University.
- Gaspar, C. L. S., de Lima, A. K., Valente, A. C. F., Silva, L. T. G., & Santos, M. M. M. (2018). Classical music: A therapy for reducing stress during latent phase of labor among primigravida women. *Optima*, 1(1), 1–9.
- Gulo, W. (2002). *Metodologi penelitian*. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Gunawan, A. W. (2007). *Genius learning strategy*. Gramedia Pustaka Utama.
- Hallam, S., & Council, M. E. (2015). *The power of music: A research synthesis of the impact of actively making music on the intellectual, social and personal development of children and young people*. International Music Education Research Centre (iMerc). <https://www.musicmark.org.uk/wp-content/uploads/The-Power-of-Music.pdf>
- Mammarella, N., Fairfield, B., & Cornoldi, C. (2006). Does music enhance cognitive performance in healthy older adults? The Vivaldi effect. *Aging Clinical and Experimental Research*, 18(5), 394–399. <https://doi.org/10.1007/BF03324720>
- Mjoen, E. (2011). *Music on the mind: Cognitive recall and reaction time* [Unpublished undergraduate thesis]. Winona State University.
- Nugroho, A. N. (2013). *Musik dan psikologi*. Universitas Telkom.
- Radstaak, M., Geurts, S. A. E., Brosschot, J. F., Cillessen, A. H. N., & Kompier, M. A. J. (2014). Music and psychophysiological recovery from stress. *Psychosomatic Medicine*, 76(7), 529–537. X
- Riyanto, A. (2009). *Psikologi industri: Daya ingat (memory)*. Alfabeta.
- Robert, L. S., Otto, H. M., & Kimberly, M. M. (2007). *Psikologi kognitif* (Edisi ke- 8). Erlangga.
- Reed, S. R. (2011). *Kognisi: Teori dan aplikasi*. Salemba Humanika.
- 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).

APAKAH MUSIK KLASIK MASIH MENJADI STIMULUS DAYA INGAT JANGKA PENDEK BAGI GEN Z?

Widya Wahyuningsih Aprilian, Rita Yanti, A.M. Zulfikar Taufik, Resekiani Mas Bakar, Andi Muh. N. Dzikrayafi

- <https://doi.org/10.55606/innovation.v1i3.2070>
- Santoso, H. & Ismail, A. (2009). *Memahami krisis lanjut usia: Uraian medis & pedadogis pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulya.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development: Perkembangan masa hidup* (Edisi ke-13, Jilid 1). Erlangga.
- Schwartz, K. D., & Fouts, G. T. (2003). Music preferences, personality style, and developmental issues of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(3), 205–213. <https://doi.org/10.1023/A:1022547520656>
- Seniawati, L., Yulianto, A., Setiadi, B. N. (2011) *Psikologi Eksperimen*. Jakarta: Indeks.
- Soedarsono R. M. (1992). *Pengantar apresiasi seni*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Solso, R. L. (1995). *Cognitive psychology* (4th ed.). Allyn and Bacon.
- Sri, E. W. D. (1989). *Psikologi pendidikan* (Edisi revisi). Grasindo.
- Dharmawan, T. (2015). Musik klasik dan daya ingat jangka pendek pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(2), 89–98. <https://doi.org/10.22219/jipt.v3i2.3538>
- Wade, C., & Tavis, C. (2008). *Psikologi edisi 9 jilid 1*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Windaguri, H. A., Subagyo, S. N. M., Arum, A.A. P., Setiawan, S. D., & Lestari, L.I. (2024). Efek musik klasik terhadap *working memory*: Studi eksperimen pada mahasiswa di Malang Raya. *Jurnal Flourishing*, 4(10), 511–518.
- Wolff, J. K., Zhaoyang, R., Gerstorf, D., & Drewelies, J. (2023). Music engagement as a source of cognitive reserve: A genetically informed cohort study. *Psychological Science*, 34(9), 773–783.