

## PENGARUH TERAPI MUSIK INSTRUMENTAL DALAM PEMBELAJARAN TERHADAP PERILAKU INATENSI PADA ANAK ADHD KELAS III DI SDN GEJAYAN

### *THE INFLUENCE OF THERAPY INSTRUMENTAL MUSIC IN LEARNING TO BEHAVIOR INATTENTION ON CHILD ADHD CLASS III IN SDN GEJAYAN*

Oleh: Nicki Yutapratama. Universitas Negeri Yogyakarta. Karangmalang, Depok, Sleman, Yogyakarta.  
nickiyuta@gmail.com

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh dari terapi musik instrumental dalam pembelajaran terhadap anak ADHD khususnya perilaku inatensi anak di kelas Dasar III di SDN Gejayan Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan metode *Single Subject Research (SSR)*, dengan pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian dilaksanakan sebanyak 12 x pertemuan dalam 3 fase (A – B – A'). Data dikumpulkan menggunakan data observasi frekuensi perilaku inatensi anak, serta wawancara, dan analisis data menggunakan analisis antar kondisi dan dalam kondisi. Penyajian data dalam bentuk tabel dan grafik, pengujian hipotesis dengan melihat hasil yang mengalami penurunan pada frekuensi perilaku pada hasil observasi dari fase *Baseline (A1)*, Intervensi (B), dan *Baseline (A2)*. Hasil penelitian ini adalah terapi musik instrumental mampu menurunkan frekuensi perilaku inatensi pada siswa ADHD kelas Dasar III. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya penurunan frekuensi perilaku dari 12, 14, 14 pada fase *Baseline-1* menjadi 7, 6, 6, 4, 5 frekuensi perilaku per hari pada fase Intervensi, dan kembali menurun bila dibandingkan pada fase *Baseline-1* menjadi 10, 11, 9, 9 kali frekuensi pada fase *Baseline-2*. Hal ini menunjukkan bahwa terapi musik instrumental dapat menurunkan frekuensi perilaku inatensi anak ADHD.

Kata kunci: anak ADHD, terapi musik instrumental, inatensi, SSR.

#### **Abstract**

*This study aims to look at the effect of instrumental music therapy in the study of ADHD in particular the behavior of inattention children in grade III in SDN Gejayan. This research is experimental research using the method of Single Subject Research (SSR), with quantitative research approach. The research was carried out as many as 12 x meeting in 3 phases (A – B – A'). The data collected using the observation data frequency behavior of inattention children, as well as interviews, and analysis of data using the analysis between conditions and in conditions. The presentation of the data in the form of tables and charts, hypothesis testing with seeing the results that experienced a decline in the frequency of the behavior on the results of observation of the Baseline phase (A1), intervention (B), and Baseline (A2). The results of this research are instrumental music therapy was able to lower the frequency of the behavior of inattention in students of ADHD in grade III. This is evidenced by the existence of a decrease in the frequency of the behavior of the 12, 14, 14 in the Baseline-1 phase to 7, 6, 6, 4, 5 the frequency per day in behavior Intervention phase, and returns to decline when compared on Baseline-1 phase to 10, 11, 9, 9 times the frequency on Baseline-2 phase. This shows that the instrumental music therapy can reduce the frequency of inattention behavior of ADHD children.*

Keywords: ADHD children, the instrumental music therapy, inatetion, SSR

## **PENDAHULUAN**

Anak ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) merupakan salah satu kategori anak berkebutuhan khusus yang mengalami gangguan pada perkembangan otak yang menyebabkan hiperaktif, impulsif, serta susah memusatkan perhatian (inatensi). Tiga gejala utama ADHD yang umum pada anak-anak, yaitu *Inattention*, *Impulsivity*, dan

*Hyperactivity* (Hallahan, dkk, 2009: 229). Anak dengan gangguan *Inattention* (inatensi) merupakan perilaku dimana anak sulit untuk memusatkan perhatiannya/ memperhatikan sesuatu terhadap satu kegiatan yang dilakukan siswa (Arga P, 2010: 3). Anak ADHD yang mengalami gangguan pemusatan perhatian (inatensi) kesulitan mengendalikan perilaku karena mereka lebih suka melakukan sesuatu

sesuai kehendak sendiri. Rangsangan dari dunia luar atau aktifitas sekitar akan mengakibatkan siswa sulit untuk berkonsentrasi bahkan sering meninggalkan tempat duduk ketika pelajaran berlangsung.

Perilaku inatensi dapat mengganggu prestasi akademik anak. Gangguan perhatian anak dapat mengakibatkan anak mengalami hambatan dalam proses pembelajaran, terutama bahasa, menulis, dan membaca (Marlina, 2007: 21). Pendapat tersebut dapat diartikan bahwa penanganan perilaku yang menyimpang lebih baik diprioritaskan sebelum menangani masalah akademik anak. Dalam perilaku, anak dapat membentuk kebiasaan yang membawanya menuju sikap untuk kedepannya. Anak yang mengalami gangguan perhatian kesulitan fokus saat mengerjakan tugas dan sering sekali merasa enggan ketika anak tersebut sudah merasa bosan dengan tugas yang diberikan, sehingga tugas tidak terselesaikan dengan baik.

Dalam inatensi, terdapat ciri-ciri yang dapat dijelaskan sebagai berikut (Dayu P, 2013: 51):

- 1) Jarang menyelesaikan perintah sampai tuntas.
- 2) Mainan, buku, dan sebagainya sering kali tertinggal.
- 3) Sering membuat kesalahan.
- 4) Mudah beralih perhatian (terutama oleh rangsangan luar).
- 5) Sulit menyelesaikan tugas atau pekerjaan sekolah.

Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada beberapa hal, yaitu siswa kelas Dasar III di SDN Gejayan mempunyai gangguan pada pemusatan perhatian, yakni

kondisi siswa sulit untuk fokus terhadap pekerjaan atau tugas yang diberikan karena kurangnya berlatih untuk fokus pada suatu tugas/ pekerjaan yang diberikan oleh orang tua pada masa pertumbuhan, sedangkan penanganan yang diberikan oleh guru terhadap siswa ADHD dengan gejala inatensi masih belum maksimal karena terbatasnya waktu dan tenaga, serta metode pembelajaran yang kurang tepat untuk menangani inatensi anak, sehingga perlu diterapkan metode terapi musik instrumental dalam pembelajaran untuk mengurangi frekuensi perilaku inatensi yang terjadi pada siswa ADHD. Satiadarma (2004: 17) menyatakan bahwa:

Terapi musik adalah materi yang mampu mempengaruhi kondisi seseorang baik fisik maupun mental. Musik memberikan rangsangan pertumbuhan fungsi-fungsi otak seperti fungsi ingatan, belajar, mendengar, berbicara, serta analisi intelek dan fungsi kesadaran.

Terapi musik instrumental untuk penelitian ini dibatasi pada kegiatan sehari-hari siswa, yaitu kegiatan di sekolah, dikhususkan untuk menurunkan perilaku inatensi siswa dengan menggunakan musik bertemakan instrumental. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dari terapi musik instrumental dalam pembelajaran pada siswa dengan perilaku inatensi kelas Dasar III SDN Gejayan. Manfaat dari penelitian ini secara teoritis yaitu untuk menambah khasanah ilmu pengetahuan bidang pendidikan khusus ABK, utamanya dalam hal menurunkan perilaku inatensi anak ADHD menggunakan metode terapi musik instrumental dan meningkatkan

kualitas pelayanan pendidikan bagi anak ADHD dengan menggunakan musik yang bertema instrumental.

Penelitian yang relevan tentang terapi musik dalam menangani perilaku ADHD salah satunya adalah penelitian Wiebe (2007: 27) tentang “*ADHD, the Classroom and Music: A Case Study*” mengemukakan bahwa dengan mendengarkan musik kesukaannya, seorang remaja yang didiagnosis ADHD, sebuah gejala kurang perhatian yang disertai hiperaktifitas, mampu meningkatkan konsentrasi belajar di sekolah maupun saat mengerjakan pekerjaan rumah, meningkatkan kemampuan mengingat informasi, menumbuhkan sikap positif terhadap tugas sekolah. Penggunaan metode terapi musik dapat membentuk perilaku yang diharapkan dengan memperdengarkan musik instrumental sebagai *reinforcement* ketika saat pembelajaran berlangsung.

Penelitian ini bertujuan untuk untuk menguji terapi musik instrumental dalam proses pembelajaran terhadap perilaku inatensi pada siswa dengan gangguan ADHD kelas III di SDN Gejayan Yogyakarta. Diharapkan dengan penggunaan terapi musik instrumental dapat berpengaruh pada perilaku inatensi anak ADHD dan dapat menjadikan anak yang memiliki perilaku inatensi mampu mengendalikan diri dengan baik. Berdasarkan latar belakang ini, penelitian tentang pengaruh terapi musik instrumental dalam pembelajaran terhadap perilaku inatensi pada siswa dengan gangguan ADHD kelas III di SDN Gejayan Yogyakarta penting untuk dilakukan.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan dengan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dengan siswa tunggal (*Single Subject Research*), yang dalam pelaksanaannya berkolaborasi dengan guru kelas yang mencakup kegiatan merencanakan pembelajaran, melaksanakan tindakan, observasi, dan intervensi terhadap perilaku inatensi anak ADHD kelas Dasar III di SDN Gejayan Yogyakarta dengan menggunakan metode terapi musik instrumental.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Waktu yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah kurang lebih tujuh bulan, yaitu pada bulan Februari sampai dengan Agustus 2016. Penelitian ini dilaksanakan di SDN Gejayan, dan *setting* penelitian adalah di ruang kelas Dasar III.

### **Siswa Penelitian**

Siswa penelitian ini adalah 1 orang siswa kelas Dasar III di SDN Gejayan terdiri dari seorang siswa laki-laki yang merupakan siswa ADHD tipe inatensi yang berpusat pada sulitnya memusatkan perhatian pada saat pembelajaran berlangsung. Selain itu siswa penelitian juga melibatkan guru kelas Dasar III, yang diamati perbedaan perilaku siswa sebelum dan sesudah penggunaan terapi musik instrumental.

## **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Instrumen penelitian dengan panduan observasi frekuensi perilaku inatensi siswa dan panduan wawancara guru, serta panduan observasi ABC.

## **Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data antar kondisi dan dalam kondisi disertai dengan deskriptif kuantitatif, yaitu menganalisis dengan menggunakan angka dan deskripsi hasil penelitian. Pengambilan kesimpulan dilakukan dengan uji hipotesis yang didasarkan pada deskripsi hasil penelitian, dengan membandingkan rata-rata hasil frekuensi dari setiap fase yang dijalani, apakah terdapat penurunan perilaku inatensi bahkan menghilangkan perilaku tersebut setelah diberikan pembelajaran dengan metode terapi musik instrumental.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Perilaku inatensi siswa ADHD kelas Dasar III di SDN Gejayan setelah diterapkan metode terapi musik instrumental mengalami penurunan frekuensi dari fase *baseline-1* menuju fase intervensi. Penurunan frekuensi perilaku inatensi tersebut diukur melalui durasi waktu selama 30 menit dengan selang waktu per 5 menit. Hasil frekuensi perilaku dapat

dilihat dari skor frekuensi siswa yang terus mengalami penurunan dari fase *baseline-1*, fase intervensi, hingga fase *baseline-2*. Sebelum diberikan metode terapi musik instrumental, siswa ADHD dengan perilaku inatensi memiliki perilaku yang sangat malas untuk menyelesaikan tugas yang diberikan kepada guru kelasnya, siswa cenderung keluar masuk kelas tanpa seizin guru kelas, tak luput siswa juga sering mengganggu teman kelasnya pada saat pembelajaran sedang berlangsung, terkadang siswa sering tidak mendengarkan penjelasan yang sedang diberikan oleh guru kelas dan cenderung tidur di dalam kelas. Hal ini membuktikan bahwa siswa ADHD yang memiliki perilaku inatensi pada kelas Dasar III perlu diberikan perbaikan dalam hal mengurangi perilaku inatensi melalui metode yang tepat dan efektif, yaitu dengan menggunakan metode terapi musik instrumental.

Data pada sesi *baseline-1* yang dilakukan oleh peneliti dibantu oleh guru kelas. Guru melaksanakan pembelajaran seperti biasanya sedangkan peneliti melakukan observasi dengan mencatat seberapa banyak frekuensi perilaku inatensi siswa terjadi di luar ruangan selama pembelajaran berlangsung. Hasil dari catatan observasi digunakan untuk mengetahui secara detail seberapa besar perilaku inatensi siswa selama pembelajaran berlangsung yaitu sebagai berikut:

Siswa seringkali meninggalkan tempat duduk saat pembelajaran berlangsung tanpa alasan yang jelas. Terkadang siswa hanya mengitari seisi ruangan kelas, berpindah dari meja satu ke

meja lainnya, seringkali menggoda teman sekelasnya. Pada saat guru kelas memberikan tugas, siswa seringkali malas untuk mengerjakannya sehingga cenderung menyepelekan tugas yang diberikan oleh guru kelas. Seringkali siswa justru memperhatikan sekitar seperti menoleh keluar jendela. Siswa seringkali memilih untuk tidur di dalam kelas saat guru memberikan tugas, sampai guru menegurnya bahkan tidak jarang guru memarahinya, setelah ditegur siswa baru akan mengerjakan tugas yang diberikan. Kemudian hasil dari fase *baseline-1* ini yang didapat pada setiap sesi yaitu 12 kali frekuensi, selanjutnya 14 kali frekuensi perilaku, dan terakhir 14 kali frekuensi perilaku.

Pada sesi fase intervensi/treatment dilaksanakan selama 5 kali hingga data menjadi stabil selama 30 menit pada saat pembelajaran berlangsung. Pelaksanaan intervensi dilaksanakan dengan memberikan penjelasan kepada siswa mengenai terapi musik saat pembelajaran siswa akan diberikan musik instrumental dengan menggunakan *earphone* dan juga siswa diberikan waktu istirahat untuk mendengarkan musik instrumental atau bermain permainan menebak musik atau bermain musik yang berhubungan dengan musik instrumental. Dalam penelitian ini, guru mengajar seperti biasanya sedangkan peneliti mengobservasi perilaku siswa.

Adapun langkah dalam memberikan intervensi pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- a. Peneliti mendekati siswa sebelum pembelajaran berlangsung dan menjelaskan kepada siswa bahwa siswa akan diberi musik instrumental saat pengerjaan tugas untuk didengarkan dan pada waktu sebelum pembelajaran usai siswa diajak untuk mendengarkan musik jika siswa dapat memperhatikan pembelajaran dan mengikuti arahan yang diberikan oleh guru saat pembelajaran.
- b. Peneliti menjelaskan bahwa pada saat mengerjakan tugas jika siswa sulit untuk berdiam diri di kelas maka siswa diajak untuk mendengarkan musik sembari mengerjakan tugas yang diberikan. Sedangkan diakhir pembelajaran siswa dapat mendengarkan atau memainkan musik, tetapi musik yang akan dimainkan atau yang akan didengarkan juga ialah musik yang memiliki alunan nada yang tenang serta siswa dijelaskan tujuan mendengarkan musik tersebut agar siswa dapat mengistirahatkan pikiran pada saat pembelajaran yang telah dilaksanakan.
- c. Siswa mendengarkan musik pada saat pemberian tugas dan waktu pembelajaran hampir usai dengan izin terlebih dahulu kepada guru bahwa siswa ingin beristirahat setelah belajar di dalam kelas tersebut.

Dalam fase intervensi, siswa justru sangat antusias dalam menggunakan metode yang akan diintervensikan olehnya. Karena siswa sangat menyukai musik yang didengarkan oleh peneliti sehingga perilaku siswa dalam intervensi menurun. Kemudian hasil dari fase intervensi ini yang didapat pada setiap sesi yaitu 7 kali frekuensi, selanjutnya 6 kali frekuensi perilaku, 6 kali frekuensi perilaku, dan 4 kali frekuensi perilaku di hari berikutnya, sedangkan pada hari terakhir intervensi mendapatkan 5 kali frekuensi perilaku inatensi.

Pada fase *baseline-2* ini dilaksanakan dengan tujuan ingin mengetahui apakah pemberian intervensi dari terapi musik instrumental terhadap perilaku inatensi siswa berdampak baik atau justru sebaliknya. Melihat frekuensi pada fase *baseline-1* yang telah diperoleh, perilaku inatensi siswa cenderung menurun setelah diberikan intervensi terapi musik instrumental pada saat pembelajaran berlangsung. Frekuensi perilaku inatensi siswa kembali mengalami kenaikan pada fase *baseline-2* setelah dilaksanakan intervensi. Hal ini dikarenakan siswa merasa bosan terhadap penjelasan dan tugas yang diberikan kepada guru. Tetapi siswa mengalami peningkatan dalam menahan perilaku inatensi dan siswa dapat berdiam diri lebih lama saat pembelajaran berlangsung. Siswa tidak menunjukkan perilaku keluar kelas atau berpindah tempat duduk. Sesekali siswa hanya tidur sebentar saat guru menerangkan materi yang diberikan pada hari itu.

Perubahan perilaku inatensi siswa ditunjukkan dengan frekuensi perilaku inatensi pada fase intervensi dan *baseline-2*. Perubahan tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut.

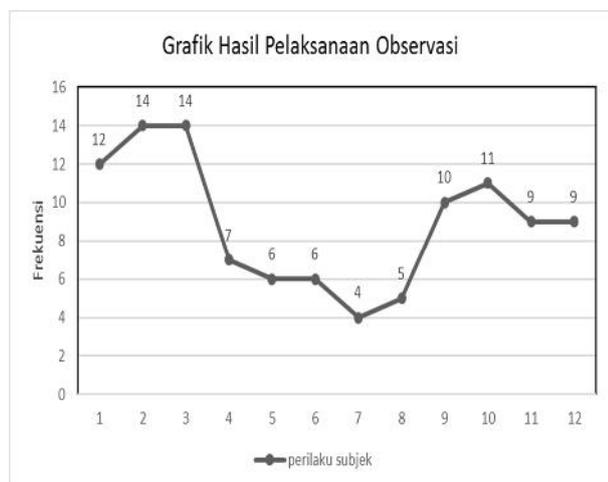
Tabel 1. Rekapitulasi frekuensi perilaku inatensi siswa.

Perilaku Sasaran Inatensi	Sesi ke-	Frekuensi Perilaku		
		A1 ( <i>Baseline</i> - 1)	B (interven si)	A2 ( <i>Baseline</i> -2)
meninggalkan tempat duduk, tidur di bangku kelas, menoleh ke jendela saat pembelajaran	1	12		
	2	14		
	3	14		
	4		7	
	5		6	
	6		6	
	7		4	
	8		5	
	9			10
	10			11
	11			9
	12			9

Dari pengamatan dan hasil yang didapat selama observasi, hasil dari fase *baseline-2* menunjukkan perolehan data yang berbeda dari fase *baseline-1*. *Baseline -2* dilaksanakan selama 4 kali pengamatan dan memperoleh data sebanyak 10 kali, 11 kali, 9 kali, dan 9 kali siswa menunjukkan perilaku inatensi pada saat pembelajaran berlangsung.

Dan dari hasil observasi terhadap perilaku inatensi pada sesi *baseline-2* ini dapat dilihat bahwa perilaku inatensi siswa telah berkurang dibanding sesi *baseline-1*. Peningkatan ini dipengaruhi oleh hasil dari penggunaan terapi musik instrumental, sehingga siswa lebih mudah dalam bersikap tenang pada saat pembelajaran dan mengurain perilaku inatensi tersebut. Untuk lebih jelasnya

hasil frekuensi tersebut dapat dilihat dalam grafik berikut.



Gambar 1. Grafik hasil observasi penurunan frekuensi perilaku inatensi sesi *baseline-1*, intervensi, dan *baseline-2*

Berdasarkan tabel, deskripsi dan grafik di atas dapat disampaikan bahwa perilaku inatensi siswa kelas Dasar III mengalami penurunan setelah diberikan terapi musik instrumental pada saat pembelajaran hampir berakhir dan pemberian tugas berlangsung, peneliti mengajak anak untuk berdiam diri dan berkonsentrasi pada penjelasan yang disampaikan oleh guru kemudian siswa dibimbing guru dan peneliti untuk mengerjakan tugas dengan tenang sembari mendengarkan musik instrumental bertempo rendah. Hasil observasi frekuensi perilaku yang menunjukkan bahwa adanya penurunan menjadi dasar bahwa penerapan terapi musik instrumental sesuai untuk menurunkan frekuensi perilaku siswa kelas Dasar III di SDN Gejayan.

Anak ADHD yang menjadi subjek penelitian ini merupakan ADHD tipe inatensi yang mengalami hambatan perilaku sejak semasa SD. Hal itu menyebabkan anak tidak

pernah mendapatkan hasil dan prestasi belajar diatas rata-rata. Anak hanya mendapatkan kritikan perilaku yang negatif terhadap guru kelas saja yang menyebabkan anak seringkali mengabaikan perintah dan bertindak sesukanya pada saat pembelajaran berlangsung sehingga berdampak pada kemampuan akademik anak, yang dalam penelitian ini difokuskan pada perilaku inatensi pada anak ADHD tersebut. Perilaku inatensi tersebut dapat diatasi melalui metode yang efektif dengan menggunakan terapi musik instrumental yang mampu menurunkan frekuensi perilaku inatensi anak ADHD.

Penurunan perilaku inatensi anak dilihat berdasarkan hasil observasi yang mana dalam frekuensi anak dapat bertahan untuk berkonsentrasi dan mengurangi perilaku inatensi tersebut. Penggunaan terapi musik instrumental merupakan salah satu cara yang tepat untuk menangani dan mengurangi frekuensi perilaku tersebut. Seperti yang dibuktikan dalam artikel yang ditulis oleh Gianna Cassidy (2007: 520) yang menyebutkan “*found that individuals who rarely studied with background music showed better comprehension when they learned in silence, while those who frequently studied with music performed better in the presence of music.*” Yang diartikan yaitu bahwa menemukan orang yang sering belajar dengan latar belakang musik menunjukkan pemahaman yang lebih baik ketika mereka belajar dalam keheningan, sementara mereka yang sering belajar dengan musik yang dilakukan baik di hadapan musik. Oleh karena itu, penelitian ini sejalan dengan

teori, karena musik dapat mengurangi bahkan menciptakan suasana tenang dalam pembelajaran.

Penggunaan terapi musik instrumental bukan hanya difokuskan untuk digunakan dalam pembelajaran di sekolah, akan tetapi dapat juga digunakan secara mandiri di rumah. Dalam pemberian intervensi sengaja difokuskan untuk menunjukkan bagaimana mendengarkan musik instrumental pada saat belajar pada anak, agar nantinya penggunaan metode tersebut tidak hanya dilakukan di sekolah pada saat penelitian saja, akan tetapi siswa dapat mempraktikkannya dengan mudah di rumah. Dengan penggunaan terapi musik instrumental ini, terbukti bahwa antusiasme dan kemandirian siswa meningkat dibandingkan sebelum diberikannya tindakan penelitian pada *baseline-1*, sehingga menyebabkan perilaku anak dalam hal berkonsentrasi dan perhatian anak meningkat. Hal ini membuktikan bahwa penggunaan metode yang efektif dan menarik dapat lebih berpengaruh terhadap perilaku belajar siswa dibandingkan dengan pembelajaran manual seperti biasanya tanpa menggunakan metode pembelajaran.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian yang berbunyi: “Pengaruh terapi musik instrumental dalam pembelajaran berpengaruh positif terhadap perilaku inatensi pada anak ADHD kelas 3 di SDN Gejayan”, telah terbukti kebenarannya. Hal tersebut

dibuktikan dengan hasil analisis data hasil observasi frekuensi perilaku inatensi anak.

Hasil analisis data observasi diperoleh kecenderungan arah dan jejak datanya bersifat positif atau semakin meningkat persentasenya. Hal ini didukung oleh hasil analisis data pada perubahan level dengan level peningkatan sebanyak -2 poin pada fase Intervensi dan pada fase *Baseline-2* mengalami peningkatan sebesar -1 poin. Hasil analisis data antarkondisi pada semua perbandingan fase menunjukkan persentase overlap di bawah 90%. Analisis data antarkondisi pada hasil pelaksanaan observasi menunjukkan persentase overlap 0% pada perbandingan fase *Baseline* (A1) dengan Intervensi (B), fase Intervensi (B) dengan *Baseline* (A2), dan fase *Baseline* (A1) dengan *Baseline* (A2) menunjukkan persentase overlap hanya sebesar 25%.

Hipotesis yang berbunyi: “Pengaruh terapi musik instrumental dalam pembelajaran menurunkan perilaku inatensi pada anak ADHD kelas 3 di SDN Gejayan”, telah terbukti kebenarannya. Hal ini dibuktikan dengan adanya pengaruh positif yaitu adanya penurunan pada hasil observasi. Meskipun pada hasil analisis data fase Intervensi menuju fase *baseline-2* mengalami kenaikan, tetapi yang dialami pada fase *baseline-2* menunjukkan penurunan frekuensi bila dibandingkan dengan fase *baseline-1*.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti memberikan beberapa

saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak tertentu yang berhubungan dengan penelitian ini. Adapun beberapa saran tersebut antara lain sebagai berikut.

#### 1. Bagi guru

Guru hendaknya menggunakan metode dan media yang lebih efektif dalam melaksanakan pembelajaran, yaitu antara lain dengan menggunakan metode terapi musik instrumental yang mampu mengurangi perilaku inatensi siswa, sehingga pembelajaran dan hasil belajar yang diperoleh dapat lebih optimal dan maksimal sesuai yang diharapkan. Selain itu guru diharapkan dapat menciptakan suasana belajar yang lebih nyaman dan menyenangkan untuk siswa, dengan lebih melibatkan siswa dalam kegiatan pembelajaran dan memberikan kesempatan lebih banyak kepada siswa dalam mengambil peran aktif dalam menghidupkan suasana pembelajaran.

#### 2. Bagi Kepala Sekolah

Diharapkan agar hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu pertimbangan dalam membuat kebijakan mengenai kegiatan pembelajaran yang aktif dan menarik untuk anak ADHD tipe inatensi, misalnya dengan menggunakan metode terapi musik instrumental sebagai salah satu referensi metode pembelajaran untuk meningkatkan keaktifan, antusiasme dan mengurangi perilaku inatensi siswa. Agar dapat menjadi inspirasi untuk meningkatkan kualitas pembelajaran dengan melaksanakan pembelajaran yang lebih aktif, efektif dan menyenangkan bagi siswa.

#### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian yang dapat dimanfaatkan dalam penulisan karya ilmiah selanjutnya, khususnya dalam hal mengurangi frekuensi perilaku inatensi siswa ADHD. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan temuan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan anak ADHD, perilaku inatensi, metode pembelajaran, serta terapi musik instrumental.

### DAFTAR PUSTAKA

- Cassidy, Gianna, dkk. (2007). *The Effect of Background Music and Background Noise On The Task Performance of Introverts And Extraverts*. Jurnal. Glasgow Caledonian University, UK
- Dayu, P. (2013). *Mendidik Anak ADHD*. Yogyakarta: Javalitera
- Hallahan, Daniel. P, James M. Kauffman, dan Paige C. Pullen. (2009). *Exceptional Learners: An Introduction to Special Education*. USA: Pearson Education, Inc.
- Marlina. (2007). *Asesmen dan Strategi Intervensi Anak ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder)*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Direktorat Ketenagaan
- Paternotte, Arga dkk. (2010). *ADHD Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas) Gejala, Diagnosis, Terapi, Serta Penanganannya di Sekolah*. Jakarta: Prenada Media Grup

Satiadarma, M.P, Zahra, R.P. (2004). *Cerdas Dengan Musik*. Jakarta: Puspa Swara

Wiebe, J. E. (2007). *ADHD, the Classroom and Music: A Case Study*. Thesis. Saskatchewan: University of Saskatchewan