

BAB VI

PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan dari hasil penelitian dan saran untuk penelitian selanjutnya.

6.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapat dari hasil penelitian kali ini terdiri dari:

1. *Treatment* musik instrumental memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan dan ketelitian kerja ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$). Penyebab hal tersebut dikarenakan musik instrumental memberikan sensasi *relax* atau santai terhadap para responden, sehingga konsentrasi responden tersebut meningkat dan dapat menjawab soal lebih cepat dibandingkan sebelum mendengarkan musik instrumental. Musik instrumental juga dapat menimbulkan denyut jantung dan laju tekanan darah menjadi *relax* dan santai sesuai dengan irama musik, hal tersebut membuat seseorang mampu berkonsentrasi lebih mudah
2. *Treatment Murottal* Al-Quran memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan dan ketelitian kerja ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$). Hal ini disebabkan karena suara *Murottal* Al-Quran dapat menstimulasi saraf *vagus* dan sistem *limbik* yang mengontrol emosi dan perilaku seorang individu, sehingga efek suara *Murottal* Al-Quran mampu mempengaruhi emosi dan perilaku seseorang ke arah yang lebih baik seperti menimbulkan rasa kenyamanan dan ketenangan. Efek lain yang didapatkan dari mendengarkan *Murottal* Al-Quran yaitu dapat mengurasi rasa cemas, hal ini dikarenakan ketika mendengar *Murottal* Al-Quran, gelombang otak berada dalam gelombang alpha yakni berkisar antara 7-14 Hz. Keadaan ini merupakan dimana energi otak dapat menurunkan kadar *stress* dan kecemasan pada diri seseorang

3. *Treatment Murottal* Al-Quran memiliki waktu menjawab soal *stroop test* signifikan lebih cepat dibandingkan dengan *treatment* musik instrumental ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$). Sedangkan untuk jumlah *error* menjawab soal *stroop test* menunjukkan *treatment Murottal* Al-Quran memiliki jumlah *error* signifikan lebih sedikit dibandingkan dengan *treatment* musik instrumental ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$). Hal ini disebabkan karena *Murottal* Al-Quran memiliki efek yang lebih banyak dibandingkan dengan musik instrumental. *Murottal* Al-Quran dapat menurunkan kadar *stress* dan kecemasan dalam diri seseorang. Sedangkan musik instrumental hanya memberikan efek relaksasi terhadap diri seseorang.

6.2 Saran

Saran yang ingin diberikan untuk penelitian selanjutnya adalah:

1. Penelitian selanjutnya sebaiknya melakukan randomisasi terhadap *treatment* yang diberikan kepada responden. Hal ini bertujuan agar data yang didapatkan lebih valid dan dapat mewakili populasi.
2. Penelitian selanjutnya dapat meneliti pengaruh musik instrumental dan *Murottal* Al-Quran terhadap jenis pekerjaan lainnya, seperti pada para pekerja lapangan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah dengan *treatment* musik instrumental dan *Murottal* Al-Quran yang diberikan menghasilkan pengaruh yang sama terhadap para pekerja tersebut.
3. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan jenis musik instrumental lainnya. Hal ini bertujuan agar mengetahui apakah musik instrumental dengan lagu yang berbeda memiliki pengaruh yang sama terhadap produktivitas kerja.
4. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan *Murottal* Al-Quran dengan jenis *maqom* lainnya. Hal ini bertujuan agar mengetahui apakah *Murottal* Al-Quran dengan *maqom* yang berbeda memiliki pengaruh yang sama terhadap produktivitas kerja.

5. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode penguji konsentrasi lainnya seperti *spin digit backward*. Hal ini bertujuan agar mengetahui apakah dengan metode lainnya mempengaruhi kecepatan dan ketelitian kerja seseorang.
6. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan alat pengukur objektif seperti *Elektroensefalografi* (EEG). Hal ini bertujuan agar mengetahui aktivitas otak ketika didengarkan musik instrumental atau ketika didengarkan *Murottal Al-Quran*.

