

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa terapi musik dengan menggunakan lirik lagu memiliki efek positif dalam meningkatkan kesejahteraan mental (*Psychological Well Being*) pada klien yang sedang menjalani rehabilitasi dari NAPZA. Hal ini didukung oleh hasil pengukuran yang menunjukkan adanya kenaikan skala kesejahteraan mental pada kedua klien yang mengikuti terapi yang dibuktikan dalam RPWBS (*Ryff Psychological Well Being Scale*). Dalam konteks rehabilitasi dari NAPZA kesejahteraan mental menjadi salah satu aspek penting yang perlu dipulihkan, mengingat dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh penggunaan zat adiktif terhadap kesehatan mental seseorang. Terapi musik menggunakan lirik lagu Tulus memiliki potensi memberikan dukungan emosional, membantu meredakan stress dan kecemasan, serta meningkatkan mood positif, serta membantu mengembalikan fungsi diri dan kemampuan kognitif pada klien dalam proses rehabilitasi mereka yang berperan penting dalam menjaga stabilitasi atau meningkatkan kesejahteraan mental.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat diberikan peneliti terkait penelitian ini:

1. Bagi peneliti lain dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dan dapat dijadikan pedoman dalam pengembangan penerapan terapi musik menggunakan lirik lagu pada klien yang sedang menjalani rehabilitasi NAPZA agar dapat membantu mengembalikan fungsi diri dan coping efektif yang berperan penting dalam menjaga stabilitasi atau meningkatkan kesejahteraan mental klien.
2. Bagi pusat rehabilitasi NAPZA hasil penelitian ini dapat menjadi opsi pilihan terapi dalam proses pengembalian fungsi diri klien pada paska putus obat.
3. Bagi keluarga penelitian ini bisa digunakan sebagai acuan pentingnya manajemen komunikasi didalam keluarga agar anak-anak tidak terjerumus pada penyalahgunaan zat narkotika.