

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan berdasarkan uraian pada Bab IV yang menyajikan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Musik Jazz Sebagai Media Terapi Pada Pasien Bipolar Di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa I Medan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Jenis Musik jazz Bossa Nova sebagai media terapi pada pasien bipolar di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa I Medan memiliki tiga unsur musik, yaitu *blue note*, sinkopasi (*syncopation*), dan improvisasi (*improvisation*) yang mampu merangsang gelombang otak dan tujuh cakra kejiwaan meliputi cakra akar, cakra sacrum, cakra pusar, cakra jantung, cakra tenggorokan, cakra mata ketiga dan cakra puncak kepala.
2. Proses terapi musik jazz sebagai media terapi pada pasien bipolar di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa I Medan terdiri dari dua jenis berdasarkan aktivitasnya, yaitu terapi musik jazz sebagai aktivitas primer dan terapi musik jazz sebagai aktivitas sekunder. Pada aktivitas primer, pasien bipolar hanya difokuskan mendengar musik jazz untuk mencapai keadaan benar-benar rileks sebelum dilakukan pengecekan kondisi tingkat stress pasien dengan *stress analyzer* agar tim medis dapat mengetahui kondisi pasien untuk tingkat dosis obat-obatan selanjutnya. Sedangkan pada aktivitas sekunder, pemutaran musik jazz dilakukan pada setiap kamar inap pasien bipolar pada aktivitas bebas dan istirahat selepas setelah dari jam makan siang.

3. Hasil musik jazz sebagai media terapi pada pasien bipolar di Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa I Medan memberikan pengaruh dalam proses pemulihan kesehatan jiwa penderita gangguan bipolar secara signifikan. Berdasarkan pengamatan peneliti, hal yang signifikan merupakan adanya suatu keadaan dimana para penderita bipolar dilatar belakangi oleh suatu keadaan stress dan depresi mendalam yang akan menimbulkan respon psikologis pada setiap individu, sehingga dalam penanganannya diatasi dengan pengobatan anti manic dan anti psikotik serta dengan upaya pemberian relaksasi dengan pemutaran musik jazz jenis Bossa Nova yang dapat memberikan efek *flow* pada pendengarnya. Efek *flow* ini dapat membuat pendengar merasa tenang dan serileks mungkin. Sehingga musik Jazz dapat dikatakan lebih dari sekedar musik. Jazz merupakan cara untuk mengkomunikasikan jiwa seseorang yang mengalami kesulitan dan aspirasi dari semua orang untuk membuat hidup yang lebih baik saat didengar oleh yang orang merasa senang dan menderita.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti akan memberikan saran terkait penelitian yang dilakukan. Berikut ini beberapa saran yang diberikan peneliti terkait dengan penelitian dalam skripsi ini.

1. Disarankan untuk kebutuhan penelitian selanjutnya mungkin dapat meneliti sejauh mana tentang teori penelitian ini, sehingga harapan kedepannya

mahasiswa dapat mempelajari dan mengembangkan cara yang lebih baik dalam meneliti topik yang sama.

2. Sebaiknya pihak Rumah Sakit Jiwa Bina Karsa I Medan untuk lebih memperkuat dukungan keluarga pasien dalam proses agar pemulihan/rehabilitasi agar pasien memiliki keinginan yang kuat untuk sembuh dan bersama keluarganya kembali.

