

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pemanfaatan musik *ambient* sebagai media terapi dalam membantu regulasi emosi anak dengan *Autism Spectrum Disorder*(ASD), dapat dirumuskan kesimpulan sebagai berikut:

1. Pemanfaatan musik *ambient* terbukti mampu mendukung proses regulasi emosi pada anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD). Hal ini ditunjukkan melalui perubahan respons emosional beberapa siswa selama kegiatan berlangsung, seperti meningkatnya ketenangan, fokus yang lebih baik, serta kemampuan mengikuti aktivitas secara lebih konsisten. Karakter musik *ambient* yang bertempo lambat dan bernuansa menenangkan turut berperan dalam menciptakan kondisi emosional yang lebih nyaman bagi siswa.
2. Dalam pelaksanaannya, penggunaan musik *ambient* sebagai media terapi menghadapi sejumlah kendala yang memengaruhi efektivitas kegiatan. Beberapa kendala tersebut meliputi variasi respons siswa terhadap musik, fluktuasi tingkat konsentrasi, serta keterbatasan waktu pelaksanaan. Namun demikian, kendala-kendala tersebut masih dapat diminimalisir melalui penyesuaian metode, penciptaan suasana yang lebih kondusif, serta penerapan pendekatan yang lebih fleksibel dan sesuai dengan karakteristik individu masing-masing siswa.

B. Saran

1. Sebaiknya, pemanfaatan musik *ambient* sebagai media terapi sebaiknya dirancang secara lebih sistematis dengan mempertimbangkan pemilihan jenis musik, durasi pemutaran, serta kondisi lingkungan yang mendukung, sehingga pelaksanaan kegiatan menjadi lebih efektif dan mampu meningkatkan fokus siswa.
2. Hendaknya, pelaksanaan terapi musik diharapkan dapat dilakukan secara lebih berkelanjutan dengan frekuensi dan durasi pertemuan yang lebih optimal, agar proses pengamatan terhadap perkembangan regulasi emosi siswa dapat terlihat dengan lebih jelas dan terukur.
3. Sebaiknya, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penggunaan musik *ambient* melalui metode yang lebih beragam serta melibatkan jumlah subjek yang lebih luas, sehingga hasil penelitian dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai efektivitas musik *ambient* sebagai media terapi bagi anak dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD).