

Penerapan Terapi Musik Pada Warga Binaan Pemasyarakatan Rutan Kelas 1 Makassar

Cindy Caroline,^{1*} Misly Megautari Putri,² Surya Algazali Akbar,³ Perdana Kusuma⁴

^{1,2,3,4} Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

ABSTRAK

Setiap Warga Negara Indonesia berkewajiban untuk mentaati segala aturan sesuai hukum yang berlaku. Narkoba merupakan zat adiktif yang dapat menjerat siapa saja tanpa memandang usia. Seseorang yang menyalahgunakan narkoba akan diproses sesuai hukum yang ada dan ditempatkan di Rumah Tahanan (Rutan) selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan. Penyalahgunaan narkoba membuat penggunaanya merasakan halusinasi, stimulan, depresi, dan adiktif. Beberapa warga binaan di Rutan Kelas 1 Makassar menjelaskan terdapat beberapa emosi negatif yang dirasakan diantaranya perasaan tertekan, was-was atau cemas, kehilangan rasa percaya diri, dan enggan untuk bersosialisasi. Terapi musik merupakan intervensi yang dapat dilakukan kepada klien guna memperbaiki kesehatan fisik dan emosi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa musik dapat digunakan sebagai terapi karena efektif dalam mengatasi permasalahan psikologis. Tujuan terapi ini adalah untuk mengetahui dampak yang dirasakan setelah menerima penerapan musik pada warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas 1 Makassar. Peserta sebanyak 19 orang warga binaan pemasyarakatan dengan kasus penyalahgunaan narkoba dengan jenis kelamin laki-laki. Hasil kegiatan ini adalah peserta antusias dan fokus pada instruksi fasilitator. Ekspresi peserta dapat terlihat saat meneteskan air mata dan tersenyum saat mendengarkan musik. Peserta merasakan dampak positif diantaranya perasaan tenang, aman, tenteram, puas, nyaman, percaya diri, santai, merasa cukup, kuat dan senang mengikuti kegiatan. Peserta juga merasa senang dan puas pada kegiatan yang dilakukan serta berterima kasih pada tim fasilitator.

ABSTRACT

Every Indonesian citizen is obliged to obey all rules according to applicable law. Drugs are addictive substances that can ensnare anyone regardless of age. A person who abuses drugs will be processed according to the existing law and placed in the Detention Centre (Rutan) during the process of investigation, prosecution, and examination in court. Drug abuse makes users feel hallucinations, stimulants, depressants, and addiction. Several inmates at the Class 1 Rutan Makassar explained that there were several negative emotions they felt including feelings of depression, anxiety or anxiety, loss of self-confidence, and reluctance to socialize. Music therapy is an intervention that can be done for clients to improve their physical and emotional health. Several studies have shown that music can be used as therapy because it is effective in overcoming psychological problems. The purpose of this therapy is to find out the impact that is felt after receiving the application of music to the inmates at the Class 1 Rutan Makassar. Participants were as many as 19 correctional inmates with drug abuse cases of the male gender. The result of this activity was that the participants were enthusiastic and focused on the facilitator's instructions. The participants' expressions can be seen when shedding tears and smiling while listening to music. Participants felt positive impacts including feeling calm, safe, peaceful, satisfied, comfortable, confident, relaxed, feeling enough, strong, and happy to participate in activities. Participants also felt happy and satisfied with the activities carried out and thanked the facilitator team.

KATA KUNCI

Terapi Musik,
Relaksasi,
Narkoba,
Rutan

KEYWORDS

Music Therapy,
Relaxation,
Drugs,
Prison

Pendahuluan

Warga Negara Indonesia adalah seseorang yang diakui secara Undang-Undang yang diatur dalam UU Nomor 12 Tahun 2006. Setiap warga negara memiliki hak dan kewajiban yang harus dipenuhi. Namun, beberapa masyarakat seringkali tidak dapat menyanggupi antara hak dan kewajibannya sebagai warga negara. Seseorang yang diduga melanggar dan tidak menaati peraturan yang ada di sebuah negara akan diproses secara hukum. Berdasarkan Peraturan Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2015, Rumah Tahanan Negara adalah tempat tersangka atau terdakwa ditahan selama proses penyidikan, penuntutan, dan pemeriksaan di sidang pengadilan.

Rutan Kelas 1 Makassar merupakan salah satu rumah tahanan tersangka/terdakwa ditahan sementara sebelum putusan pengadilan yang berkekuatan hukum yang tetap keluar guna menghindari terdakwa mengulangi perbuatannya. Rutan Makassar ini menampung sekitar kurang lebih 1.500 orang dengan berbagai macam kasus seperti senjata tajam, penggelapan, pencurian, penipuan, hingga penyalahgunaan narkoba. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pegawai di Rutan Kelas 1 Makassar, kasus terbanyak yang ditangani di Rutan yaitu kasus penyalahgunaan narkoba. Penegakan hukum di Indonesia akan menjerat para pengguna dan pengedarnya ke dalam jeruji besi.

Narkoba merupakan singkatan dari Narkotika, Psikotropika, dan Bahan Adiktif lainnya (Irawan, 2018). *United Nations Office on Drugs and Crime* (2019) mencatat sekitar 5,5% dari jumlah populasi global penduduk dunia atau setara 271 juta jiwa diketahui pernah mengkonsumsi narkotika (Batubara et al., 2021). Narkotika adalah zat atau obat yang dapat menyebabkan penurunan hingga hilangnya rasa nyeri yang dapat menyebabkan ketergantungan yang berasal dari tanaman atau bukan tanaman yang memiliki 3 jenis golongan. Beberapa contoh narkotika Golongan I yaitu sabu-sabu, ganja, kokain, heroin, opium, dan MDMA. Golongan II yaitu Betametadol, Benzetidin, dan Morfin. Adapun Golongan II yaitu Kodein yang merupakan campuran obat batuk (Pramesti et al., 2022). Pemakaian narkoba tanpa petunjuk atau resep dokter disebut dengan penyalahgunaan narkoba. Mengonsumsi narkoba akan berdampak bagi penggunanya. Ancaman nyata dari narkoba dapat dirasakan secara psikologis pada penggunanya.

Penyalahgunaan narkoba memiliki dampak diantaranya adalah halusinasi karena dosis tertentu, organ pada tubuh bekerja lebih cepat sehingga menimbulkan perasaan gembira sementara, menekan sistem saraf pusat sehingga merasa tenang hingga tidak sadarkan diri, dan kecanduan pada zat tertentu (Pramesti et al., 2022). Kecanduan atau ketergantungan terjadi akibat takaran yang meningkat. Narkoba juga dapat menyebabkan kecemasan hingga depresi, apatis pada lingkungan, rasa lelah berlebihan, gelisah, bahkan melakukan *selfharm*. Penyebaran narkoba sudah mencapai tingkat yang cukup mengkhawatirkan karena semua kalangan dan usia dapat mengkonsumsinya secara ilegal. Penyalahgunaan narkoba dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor geografi, ekonomi, kemudahan memperoleh obat, kepribadian, fisik individu, keluarga, dan masyarakat (Daud et al., 2021). Faktor geografi berhubungan dengan lokasi tempat tinggal individu. Masyarakat yang tertata dengan baik dapat mencegah penyalahgunaan narkoba begitu pun sebaliknya. Individu yang memiliki kondisi finansial yang rendah cenderung menggunakan narkoba sebagai mata pencaharian dalam memenuhi kebutuhannya sehari-hari. Kemudahan dalam memperoleh narkoba juga dapat dihubungkan dengan komunikasi dengan teman. Pergaulan yang bebas membuat individu terpengaruh untuk menyalahgunakan narkoba. Hal ini mendukung bila kondisi keluarga sedang tidak harmonis, atau adanya penolakan kepada keluarga. Kepribadian individu juga menjadi penentu faktor dari penyalahgunaan narkoba.

Berdasarkan analisis kebutuhan yang dilakukan di Rutan Kelas 1 Makassar kepada 6 orang warga binaan pemasyarakatan dengan kasus penyalahgunaan narkoba, keenamnya diketahui mengalami insomnia atau kesulitan tidur saat malam hari karena masih ketergantungan pada penggunaan narkotika. Mereka masih terbayang-bayang oleh perasaan yang tidak menentu dan kerinduan pada keluarga di luar. Warga binaan masih merasakan efek samping dari ketergantungan

narkoba. Warga binaan tersebut juga merasakan perasaan tertekan, perasaan was-was atau cemas. Salah satu warga binaan mengaku detak jantungnya seringkali berdebar cepat karena masih terbayang ingatan ketika ditangkap oleh pihak yang berwajib. Mereka juga merasakan kehilangan rasa percaya diri karena merasa dirinya hanyalah seorang tahanan negara. Keadaan ini berdampak pada interaksi sosial karena adanya cemoohan yang didapatkan dari masyarakat sehingga mereka enggan untuk bersosialisasi kembali. Kondisi seperti ini menurunkan semangat dalam menjalani kesehariannya. Selain, mereka juga menjadi tidak percaya diri hingga kesehatan mental terganggu.

Menurut Djohan (2009), musik merupakan produk pikiran dalam bentuk frekuensi, amplitudo, dan durasi yang diinterpretasikan melalui *pitch*, *timbre*, dinamika, dan tempo (Geraldina, 2017). Musik dihasilkan dari alat-alat yang menghasilkan bunyi sehingga mengandung keberaturan dan keharmonisan ketika didengarkan. Musik terbagi atas dua irama yaitu irama beraturan dan tidak beraturan. Irama yang beraturan dapat mempengaruhi keseimbangan psikofisik, begitu sebaliknya (Napitupulu & Aufa Royhan Padangsidimpuan, 2019). Musik juga dapat digunakan untuk menghadirkan emosi positif dan mengurangi emosi negatif yang dirasakan. Musik juga sebagai media relaksasi dengan komunikasi lewat ritme dan improvisasi (Geraldina, 2017). Terdapat beberapa jenis musik yang dapat digunakan dalam terapi yaitu musik klasik, dangdut, *pop rock*, keroncong, dan instrumental.

Terapi musik merupakan intervensi yang menggunakan musik untuk membantu klien dalam meningkatkan kesehatan (Geraldina, 2017). Terapi musik dapat digunakan sebagai media memperbaiki dan mengembangkan kesehatan fisik dan kesehatan emosi. Terapi musik adalah hal yang universal karena dapat diterima semua kalangan dan sangat mudah terproses di dalam otak. Penggunaan musik sangat menguntungkan karena sifatnya yang murah, efisien, dan efektif dalam memberikan dampak positif. Terapi musik juga memberikan efek relaksasi sehingga dapat meningkatkan kualitas tidur seseorang dan tidak menimbulkan efek jangka panjang (Kamagi & Sahar, 2021). *Treatment* dapat dilakukan secara aktif dimana klien berinteraksi dan bermain musik atau pasif dimana klien hanya mendengarkan musik.

Beberapa penelitian mengenai terapi musik memberikan dampak yang signifikan. Penelitian Weinberg & Joseph (2017), menunjukkan bahwa musik digunakan sebagai media untuk meningkatkan *wellbeing*. Penelitian (Napitupulu & Aufa Royhan Padangsidimpuan, 2019), menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada lansia yang menderita insomnia setelah diberikan terapi musik klasik. Penelitian sebelumnya diperkuat dengan hasil penelitian terbaru dari Aulia Putri & Eko Utomo, (2020) juga menunjukkan bahwa terapi musik instrumental mempengaruhi perubahan kualitas tidur sehingga dapat direkomendasikan sebagai intervensi pada seseorang yang mengalami gangguan tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Falleg et al., (2020), menunjukkan bahwa terapi musik dapat dijadikan intervensi karena efektif untuk membantu gejala fisik dan tekanan psikologis. Penelitian Wasta & Sholihat (2020), menunjukkan bahwa elemen musikal kecapi berpotensi menjadi musik terapi karena efek relaksasinya. Penelitian terbaru Batubara et al., (2021), menunjukkan bahwa mendengar musik dapat menjadi salah satu solusi untuk membantu pasien yang sedang rehabilitasi bisa pulih agar memiliki percaya diri untuk kembali beraktivitas dan dapat diterima masyarakat seperti biasanya. Berdasarkan uraian diatas, terapi musik pada warga binaan pemasyarakatan bertujuan untuk mengetahui dampak yang dirasakan setelah menerima penerapan musik.

Metode

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 1 Oktober 2022 di Blok E “Andi Djemma” yang merupakan Blok Rehabilitasi Narkoba Rutan Kelas 1 Makassar. Peserta sebanyak 19 orang warga binaan pemasyarakatan yang berjenis kelamin laki-laki. Pelaksanaan Terapi Musik direncanakan sebagai berikut:

- Analisis kebutuhan. Analisis dilakukan dengan melakukan wawancara pada warga binaan pemasyarakatan kasus penyalahgunaan narkoba sehingga didapatkan gambaran psikologis yang dirasakan sebelumnya
- Penerapan terapi musik. Terapi musik yang dilakukan adalah terapi musik pasif dimana peserta hanya mendengarkan dan menghayati alunan musik. Instrumen lagu dari Peder B Helland diperdengarkan sekitar 20 menit. Pemilihan lagu tersebut karena musik mengandung suara alam berupa suara kicauan burung, gelombang laut, dan air mengalir yang memiliki tempo lambat dan tenang.
- Memberikan teknik relaksasi. Memberikan beberapa teknik relaksasi berupa teknik pernapasan, relaksasi otot progresif dengan posisi nyaman, dan *butterfly hug*.
- Evaluasi kegiatan pasca terapi. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan mengisi *post-test* dan memberikan kesempatan kepada peserta menyampaikan perasaan setelah mengikuti terapi musik.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan yang dilaksanakan menunjukkan hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Sebelum kegiatan telah dilakukan analisis kebutuhan sehingga mendapatkan gambaran psikologis dari peserta. Gambaran psikologis yang dirasakan adalah merasakan insomnia, perasaan yang tidak menentu, kerinduan pada keluarga di luar, perasaan tertekan, perasaan was-was atau cemas, dan detak jantungnya seringkali berdebar cepat. Penerapan terapi musik pada warga binaan pemasyarakatan berlangsung hikmat dan antusias. Peserta fokus mendengarkan instruksi dari fasilitator sehingga mampu melakukan sesuai arahan yang diberikan. Selama kegiatan berlangsung, peserta fokus pada fasilitator. Peserta dikumpulkan dalam sebuah ruang dimana mereka duduk melingkar.



Gambar 1. Foto Bersama Peserta

Pada sesi terapi musik, lagu instrumental dari Peder B Helland diputarkan menggunakan *speaker* sehingga audio terdengar jelas dan jernih. Lagu mengalun ke ruangan dengan tenang. Peserta diarahkan untuk menutup mata. Sembari mendengarkan lagu, peserta melakukan teknik relaksasi yaitu melemaskan badan. Peserta menggerakkan bahunya ke atas dan ke bawah. Peserta mendengarkan musik secara pasif. Peserta melakukan teknik pernapasan dengan menghitung jeda nafas dan hembusan. Peserta meresapi instruksi yang diberikan yang terlihat dengan menunjukkan senyuman saat menghela nafas. Teknik pernafasan berulang kali dilakukan agar peserta dapat melepaskan semua emosi negatif yang dirasakan. Peserta merasakan rileks dengan mengikuti irama teknik pernafasan. Peserta melakukan relaksasi otot progresif dengan instruksi untuk duduk senyaman. Beberapa peserta duduk tegak dan lainnya agak membungkuk karena usia yang senja.

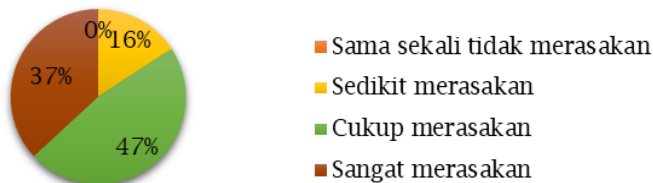
Peserta mendengarkan dengan menikmati sehingga mampu terbawa pada alunan tersebut. Peserta juga melakukan *butterfly hug* sebagai bentuk kasih sayang dan rasa percaya kepada diri sendiri. Peserta mengangguk-anggukan kepala sesuai irama musik yang didengar. Suasana menjadi hikmat sembari peserta memejamkan mata selama teknik relaksasi. Beberapa peserta meneteskan air mata saat memeluk dirinya dengan erat. Peserta diarahkan untuk membayangkan dirinya bertemu di masa depan. Peserta mulai mendengarkan secara emosional dengan mengeluarkan air mata. Peserta membasuh air mata dengan tetap fokus dan memejamkan mata selesai.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

Kualitas dari kegiatan ini diketahui melalui evaluasi yang dilakukan. *Post-test* dilakukan untuk melihat gambaran yang dirasakan peserta setelah menerima penerapan terapi musik. Evaluasi diisi oleh peserta melalui *post-test* yang diberikan setelah penerapan terapi musik. Hasil dari evaluasi tersebut kami jabarkan dalam diagram di bawah ini:

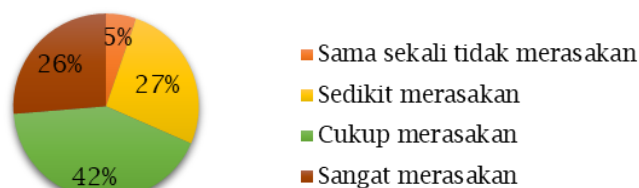
1. Perasaan tenang



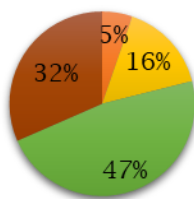
2. Perasaan aman



3. Perasaan tenteram

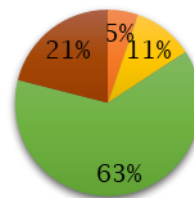


4. Perasaan puas



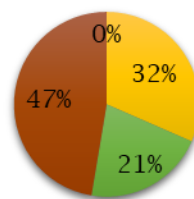
- Sama sekali tidak merasakan
- Sedikit merasakan
- Cukup merasakan
- Sangat merasakan

5. Perasaan nyaman



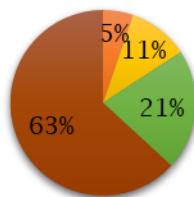
- Sama sekali tidak merasakan
- Sedikit merasakan
- Cukup merasakan
- Sangat merasakan

6. Perasaan percaya diri



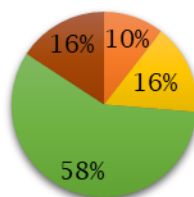
- Sama sekali tidak merasakan
- Sedikit merasakan
- Cukup merasakan
- Sangat merasakan

7. Perasaan santai



- Sama sekali tidak merasakan
- Sedikit merasakan
- Cukup merasakan
- Sangat merasakan

8. Perasaan cukup dengan kondisi saat ini



- Sama sekali tidak merasakan
- Sedikit merasakan
- Cukup merasakan
- Sangat merasakan

9. Perasaan kuat dalam menghadapi kondisi yang menimpa



10. Perasaan senang



Berdasarkan hasil evaluasi, peserta merasakan dampak yang positif setelah menerima terapi musik. Hal ini terlihat dari tingginya persentase dari emosi positif yang dirasakan peserta diantaranya adalah perasaan tenang, aman, tenteram, puas, nyaman, percaya diri, santai, merasa cukup, kuat dan senang. Evaluasi akhir kegiatan ini juga memberikan kesempatan pada warga binaan untuk menyampaikan kesan terhadap kegiatan yang dilakukan. Kepuasan pada kegiatan dapat dilihat dengan jawaban peserta yaitu *"Setelah mendengar musik seperti ini saya merasa senang karena ini ada sedikit hiburan, suaranya juga terdengar jelas, tempatnya nyaman"*. Jawaban lain dari peserta yaitu *"Di sini jarang hal semacam ini, Jadi, buat adek-adek di sini terima kasih"*. Salah satu peserta juga kembali mengingat masa lalunya saat mendengar musik dan berharap selepas dari Rutan, beliau dan teman-temannya menjadi orang yang sukses. Hal itu terlihat dari kalimat yang diucapkan *"Saya mengingat masa lalu yang dulu, saya bayangkan... Dan mudah-mudahan masa depan kita kembali kepada masyarakat dan menjadi sukses"*. Kegiatan ini mewarnai kembali kehidupan warga binaan yang monoton sehingga mereka pun antusias dalam melaksanakan kegiatan dan merasakan emosi positif sehingga mampu menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya.

Berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilakukan, diperoleh bahwa peranan musik memiliki dampak yang positif bagi warga binaan pemasyarakatan di Rutan Kelas 1 Makassar. Musik menjadi sarana yang memiliki manfaat bagi pendengarnya. Musik dapat mengurangi rasa sakit yang dirasakan sehingga pikiran menjadi lebih rileks setelah mendengarkan. Terapi musik yang dilakukan memiliki manfaat lain yaitu adanya perbaikan kesehatan mental yang dirasakan. Terapi musik mampu memiliki efek penyembuhan karena dapat meningkatkan perasaan manusia dalam mencapai titik nyaman dan rileks. Musik membangkitkan emosi positif sehingga meredakan emosi yang negatif. Musik dapat memulihkan batin seseorang sehingga lebih dapat menerima keadaan yang dialami. Alunan musik mampu menstimulasi sehingga tubuh dapat menciptakan molekul Nitric Oxide (NO) yang bekerja di pembuluh darah sehingga mengurangi kecemasan (Batubara et al., 2021). Ritme dari musik instrumental yang diberikan juga menyesuaikan irama tubuh sehingga memberi kesan membahagiakan.

Narkoba memiliki efek yang dirasakan penggunaannya bila penggunaannya dikurangi atau dihentikan secara perlahan. Hal ini menimbulkan gejala fisik dan psikologis. Sesuai dengan hasil informasi yang telah didapatkan sebelum program terapi musik, ke 6 warga binaan tersebut

merasakan berbagai perasaan atau emosi negatif. Musik instrumental mampu menstabilkan tekanan darah dan menenangkan pikiran. Musik dalam mempengaruhi kadar dopamine, serotonin, dan oksitosin dapat menimbulkan reaksi emosional positif. Terapi musik telah terkonfirmasi sebagai metode non farmakologis yang aman (Tridiyawati & Wulandari, 2022). Musik dapat mencerminkan pernyataan isi hati manusia sehingga ketika mendengarkan akan merasa lebih menyatu dengan musik.

Terapi musik merupakan pemanfaatan musik sebagai media terapi dalam memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental dan fisik, kesehatan emosi, interaksi sosial, hubungan interpersonal, dan meningkatkan kesadaran diri (Raharjo, 2007). Keberadaan musik sudah dikembangkan oleh lembaga pendidikan dan bidang kesehatan. Musik menjadi salah satu alternatif peningkatan kesehatan fisik maupun mental yang perlu dikaji mendalam. Dalam Djohan (2003), beberapa keunggulan dari terapi musik adalah memberi peluang berpikir dan merasakan secara langsung, mengisi perasaan, mengkondisikan ekspresi pikiran dan perasaan klien secara non-verbal, dan kebebasan bereksplorasi (Raharjo, 2007).

Simpulan

1. Peserta sangat antusias dan memberikan fokusnya pada fasilitator sehingga mengikuti instruksi sesuai dengan yang diharapkan selama kegiatan berlangsung
2. Peserta merasakan dampak yang positif setelah menerima terapi musik dengan menunjukkan persentase yang tinggi pada beberapa emosi positif yaitu perasaan tenang, aman, tenteram, puas, nyaman, percaya diri, santai, merasa cukup, kuat dan senang.
3. Kondisi lokasi kegiatan yang memadai sehingga nyaman digunakan oleh fasilitator dan peserta serta perangkat pendukung yaitu *speaker* tidak mengalami kendala sehingga musik dapat terdengar jelas.

Daftar Pustaka

- Aulia Putri, N., & Eko Utomo, D. (2020). Literature Review: Pengaruh Terapi Musik Instrumental Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi yang Mengalami Gangguan Tidur di Tahun 2020. *Jurnal Perawat Indonesia* (Vol. 5, Issue 2).
- Batubara, J., Marbun, J., Samosir, T. G., & Galingging, K. (2021). Pemanfaatan Terapi Musik sebagai Pengobatan Alternatif Korban Penyalahgunaan Narkobadi Panti Rehabilitasi Mutiara Abadi Binjai. *Jurnal Panggung* V31/N4, 467-477.
- Daud, Damanik, J., & Anto, M. (2021). Dampak Narkoba Bagi Masyarakat dalam Menanggulangi Peredaran Narkoba Di Desa Bandar Labuhan Kec. Tanjung Morawa Kab. Deli Serdang. *Japsi Kontribusi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 01(01). <https://doi.org/10.47709/dst.v1i1.xxx>
- Dewan Perwakilan Rakyat Republik Indonesia. (2006). *UU Nomor 12 Tahun 2006*.
- Fallek, R., Corey, K., Qamar, A., Vernisie, S. N., Hoberman, A., Selwyn, P. A., Fausto, J. A., Marcus, P., Kvetan, V., & Lounsbury, D. W. (2020). Soothing the heart with music: A feasibility study of a bedside music therapy intervention for critically ill patients in an urban hospital setting. *Palliative and Supportive Care*, 18(1), 47-54. <https://doi.org/10.1017/S1478951519000294>
- Geraldina, A. M. (2017). Terapi Musik: Bebas Budaya atau Terikat Budaya? *Buletin Psikologi*, 25(1). <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.27193>
- Irawan, N. (2018). *Awat! Narkoba Masuk Desa*.
- Kamagi, R. H., & Sahar, J. (2021). Terapi Musik Pada Gangguan Tidur Insomnia. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2). <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.3002>
- Napitupulu, M., & Aufa Royhan Padangsidiimpuan, S. (2019). *Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Lansia Penderita Insomnia* (Vol. 4, Issue 2).

- Peraturan Menteri Hukum Dan Hak Asasi Manusiarepublik Indonesianomor 33 Tahun 2015.* (n.d.). www.peraturan.go.id
- Pramesti, M., Ramadhani Putri, A., & Hafizh Assyidiq, M. (2022). *Adiksi Narkoba: Faktor, Dampak, dan Pencegahannya*. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Raharjo, E. (2007). *Musik Sebagai Media Terapi*. *Harmonia: Journal of Arts Research and Education*, 8(3), 1-13.
- Tridiyawati, F., & Wulandari, F. (2022). Efektifitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Postpartum Blues: Literature Review. *Malahayati Nursing Journal*, 4(7), 1736-1748. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i7.6528>
- Wasta, A., & Sholihat, N. (2020). Musik Kacapi Suling Sebagai Musik Terapi. *Jurnal Pendidikan Dan Kajian Seni*, 5(1).
- Weinberg, M. K., & Joseph, D. (2017). If you're happy and you know it: Music engagement and subjective wellbeing. *Psychology of Music*, 45(2), 257-267. <https://doi.org/10.1177/0305735616659552>