

## ABSTRAK

Jocelyn Ivy (01061170002)

### **STUDI KASUS PENGGUNAAN INTERVENSI *THERAPEUTIC SONGWRITING* DALAM SESI TERAPI MUSIK *ONLINE* TERHADAP REMAJA YANG MELAKUKAN *SELF-HARM***

(xii + 107 halaman: 15 gambar; 6 tabel; 6 lampiran)

Tahap remaja merupakan fase pertumbuhan manusia dari kanak-kanak menuju dewasa. Fase ini menghasilkan beberapa perubahan baik secara fisik maupun psikis sehingga remaja membutuhkan strategi untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang baru. Terkadang, remaja melakukan hal yang negatif sebagai strategi untuk keluar dari situasi tertentu dan salah satu hal negatif yang dapat dilakukan adalah *self-harm*. *Self-harm* merupakan istilah untuk perilaku melukai diri sendiri dalam bentuk apapun secara sengaja. Apabila perilaku ini dibiarkan dan menjadi lebih parah, maka *self-harm* dapat membawa remaja kepada bunuh diri. Ada beberapa terapi yang dapat dilakukan dalam mengurangi perilaku ini dan salah satunya adalah terapi musik. Penelitian ini dilakukan dengan metode studi kasus yang terdiri dari tiga partisipan remaja yang memiliki perilaku *self-harm*. Ketiga partisipan diberi intervensi *therapeutic songwriting* dalam sesi terapi musik yang dilakukan secara *online* akibat pandemi COVID-19. Intervensi *therapeutic songwriting* merupakan proses penciptaan lagu karya klien atau karya bersama terapis yang dapat disesuaikan dengan berbagai kebutuhan klien. Penelitian ini dilakukan dengan menganalisis intervensi *therapeutic songwriting* dalam terapi musik dengan menggunakan tabel mikro-deskripsi, yaitu tabel *Micro-description of Music Therapy Intervention*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh positif yang dihasilkan melalui pelaksanaan 13 sesi terapi musik. Intervensi *songwriting* memberi pengaruh dalam membangun gambar diri yang positif, menjadi bentuk *coping strategy* di tengah kesulitan, dan menjadi wadah bagi klien untuk mengekspresikan emosi.

Kata kunci: Terapi musik, *therapeutic songwriting*, remaja, *self-harm*

Referensi: 94 (1968-2020)