

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah semua tahapan dalam penelitian dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Biblioterapi dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan anak didik lapas yang akan menghadapi masa bebas. Biblioterapi dapat menjadi metode penanganan untuk mereduksi kecemasan anak didik lapas karena dengan biblioterapi anak memiliki kesempatan dalam melihat masalahnya dari sudut pandang yang berbeda berdasarkan cerita dalam literatur yang dibaca. Anak didik lapas diberi kesempatan untuk mengidentifikasi sikap, sifat dan karakter tokoh utama dan kejadian-kejadian penting dalam cerita, terutama bagaimana tokoh menyikapi konflik yang terjadi dalam literatur. Hal tersebut mengakibatkan individu memperoleh pemahaman diri dari orang-orang yang serupa dengan dirinya, serta mempelajari bagaimana tokoh berjuang untuk bangkit dari masalahnya sehingga dapat membuat mereka termotivasi dan memiliki keyakinan diri untuk menghadapi masalahnya dan dapat mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya. Biblioterapi dapat membuka wawasan, pemahaman diri, memperbaiki

penilaian penilaian negatif terhadap diri, dan membantu anak didik lapas mengembangkan kemampuan penyelesaian masalah.

2. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik *Wilcoxon Match Pairs Test*, diperoleh hasil nilai asymp. Sig=0,028. Hipotesis diuji pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka nilai Asymp. Sig = 0,028 < nilai signifikansi $\alpha 0,05$, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini mengartikan bahwa terjadi penurunan terhadap skor kecemasan responden setelah diberikan perlakuan dengan kegiatan biblioterapi, pada akhirnya dapat ditarik kesimpulan bahwa biblioterapi berpengaruh dalam mengatasi kecemasan anak didik lapas menghadapi masa bebas.

B. Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan biblioterapi dapat menjadi salah satu alternatif untuk mengatasi masalah kecemasan yang terjadi pada anak didik lapas. Hal ini dibuktikan dari hasil *post test* yang mengalami penurunan dari hasil *pre test*. selain itu biblioterapi telah memberikan motivasi baru kepada anak didik untuk menjadi orang yang lebih baik. Anak didik lapas mulai percaya bahwa ada kesempatan bagi mereka untuk melakukan perubahan pada diri dan hidupnya.

C. Saran

Saran-saran yang dapat menjadi pertimbangan berdasarkan hasil penelitian adalah:

1. Disarankan kepada kepala seksi pembinaan anak didik agar memberikan perhatian khusus terhadap anak didik lepas yang akan segera bebas, guna mempersiapkan mentalnya menghadapi kehidupan diluar Lembaga Pemasyarakatan.
2. Disarankan kepada kepala seksi pembinaan anak didik, sekiranya dibuatkan jadwal untuk kegiatan *family gathering*, khususnya untuk anak didik yang akan segera bebas. Selain karna anak didik membutuhkan dukungan dari keluarga, kegiatan ini dapat menjadi pendekatan antara orang tua dan anak didik lepas untuk mempersiapkan kebebasan anak didik
3. Bagi mahasiswa penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi yang berhubungan dengan kegiatan biblioterapi.
4. Bagi mahasiswa yang akan meneliti kembali keberhasilan biblioterapi terhadap variabel tertentu, teknik pengambilan sampling yang lebih tepat adalah menggunakan Teknik random sampling.

5. Pada penelitian ini, peneliti melaksanakan biblioterapi dalam kegiatan konseling kelompok tanpa mengurangi tahapan biblioterapi itu sendiri. Disarankan untuk mahasiswa yang akan meneliti dengan topik serupa cukup menggunakan tahapan dan prosedur yang ada pada biblioterapi.