

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Didasari hasil analisis sebagaimana yang telah dilaksanakan, maka dapat ditarik kesimpulan Penggunaan Media *Biblioterapy* Melalui Wattpad Dalam Layanan Konseling Kognitif Islami Untuk Menjaga Kesehatan Mental Di MTs Hidayatul Mustafidin Kudus adalah

1. Perkembangan kesehatan mental peserta didik mulai melakukan perubahan perilaku dan pola pikir setelah membaca novel kesehatan mental berbasis Wattpad, dengan respon yang mereka berikan terhadap novel. Sehingga pelayanan konseling kognitif terhadap peserta didik untuk menjaga kesehatan mental dengan media *biblioterapy* layak untuk diberikan kepada peserta didik yang memasuki usia remaja sehingga mereka dapat merubah pola pikir dan perilakunya.
2. Dari pelaksanaan pembinaan kesehatan mental ini peneliti menggunakan media *biblioterapy* yang mana merupakan media literasi yang digunakan untuk pelayanan bimbingan dan konseling, hal ini bertujuan untuk membangun minat belajar siswa, dan siswa tidak akan bosan ketika diberikan sebuah materi mengenai kesehatan mental. Siswa akan lebih tertarik ketika di berikan sebuah bacaan agar siswa dapat menggambarkan permasalahan yang terjadi di dalam cerita tersebut. Sedangkan keterbatasan dari penelitian ini adalah saat pelaksanaan pelayanan peserta didik belum antusias dan masih bingung, pemahaman siswa masih begitu kurang dan juga minat baca masih tergolong rendah.
3. Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan data, peneliti memperoleh kesimpulan yang dapat di ambil dari penelitian mengenai penggunaan media *biblioterapy* melalui “Wattpad” dalam layanan konseling kognitif islami untuk menjaga kesehatan mental di MTs Hidayatul Mustafidin Lau menunjukkan bahwa 90,9% respon siswa terhadap novel kesehatan mental melalui Wattpad dinyatakan efektif. Dari hasil uji t-test mendapatkan hasil  $0.000 < 0.05$  yang mana experiment dari pengujian tersebut dinyatakan ada perubahan terhadap pemikiran siswa mengenai kesehatan mental, dan dapat di simpulkan bahwa novel kesehatan mental ini efektif digunakan oleh peserta didik tingkat pertama. Efektivitas novel kesehatan

mental ini di nilai efektif karena telah memenuhi dua tujuan produk dibuat yaitu: novel kesehatan mental memenuhi syarat kelayakan dari ahli media dan materi, novel kesehatan mental dapat meminimalkan masalah siswa dalam menjaga kesehatan mental.

## B. Saran

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini antara lain adalah:

1. Bagi pembaca, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengeathuan terkait kesehatan mental yang ada di sekitar kita serta faktor yangmempengaruhinya. Khususnya yang berminat untuk mengetahui lebih jauh tentang kesehatan mental (melakukan penelitian) maka perlu memodifikasi variabel-variabel independen baik menambah variabel atau menambah *time series* datanya. Hingga lebih objektif dan bervariasi dalam melaukan penelitian.
2. Bagi guru, sebagai acuan dalam pengambilan layanan konseling kognitif untuk menerapkan media biblioterapy menggunakan novel pada peserta didik, agar mereka tidak hanya terpacu dalam materi yang formal. Dalam upaya meningkatkan kesehatan mental siswa, guru bimbingan dan konseling hendaknya memberikan pelayanan yang baik dan menarik untuk siswa, hal ini untuk memberikan peluang dalam menjaga kesehatan mental siswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya, peneliti ini masih jauh dari kata sempurna dan hanya membahas penggunaan media biblioterapy melalui Wattpad dalam layanan konseling kognitif islami dalam menjaga kesehatan mental siswa MTs Hidayatul Mustafidin Lau, korelasi antara media biblioterapy dengan kesehatan mental dan faktor pernghambat dan faktor pendukung implementasi layanan konseling kogntif, sehingga diharapkan untuk peneltil selanjutnya dapat mengembangkan lebih baik lagi.