

## BAB V

### KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

#### 5.1. Kesimpulan

Mayoritas mahasiswa di lingkungan IAIN Syekh Nurjati memiliki kecemasan sosial dengan beberapa hal yang penulis identifikasi sebagai faktor penyebabnya antara lain latar belakang pengalaman ataupun permasalahan yang kompleks dengan lingkungan sosialnya yang ini berimbas pada kecemasan sosialnya. Faktor penyebab kecemasan muncul karena kebiasaan memproyeksikan masa depan, *negative thinking* dan rendah diri, kebiasaan menilai orang lain tapi takut dievaluasi, konflik interaksi, skeptis dan kurang berorientasi pada perubahan diri sendiri. Hal yang menarik dari potret kecemasan sosial pada mahasiswa IAIN Syekh Nurjati adalah bagaimana mereka melihat diri sendiri, orang lain dan masa lalunya. Ini ditunjukkan melalui perasaan rendah diri, merasa dirinya negatif, merasa berbeda dengan orang lain, tidak memiliki apa yang orang lain miliki, tidak mencapai apa yang orang lain capai, dan pikiran-pikiran negatifnya tentang dirinya maupun lingkungannya. Dimana hal ini kemudian membentuk kecemasan, perasaan tidak nyaman dan ketakutan mereka untuk berada di tengah-tengah lingkungan sosialnya.

Biblioedukasi pada mahasiswa yang mengidap kecemasan sosial di Perpustakaan IAIN Syekh Nurjati dimulai dari identifikasi, katarsis dan *insight*. Ketiga proses ini dilakukan untuk membangun perspektif baru

ataupun menguatkan perspektif yang sudah terbentuk sebelumnya yang tentunya akan sangat berkaitan dengan kecemasan sosial yang dialami oleh mahasiswa. Secara sederhana, biblioedukasi ini mengajak ketiga mahasiswa tersebut untuk lebih memahami bahwa setiap orang pada dasarnya memiliki perbedaan sikap, pola interaksi, kemampuan berkomunikasi bahkan yang berkaitan dengan respon terhadap lingkungan sosialnya.

Tangkapan makna dalam konteks *social support system* membentuk perspektif mahasiswa untuk menginterpretasikan eksistensi yang mendorong pembentukan makna baru terutama dalam dimensi sosial, intelektual, emosional, dan perilaku.

## **5.2. Rekomendasi**

Biblioedukasi yang berjalan di Perpustakaan IAIN Syekh Nurjati ini berjalan secara sederhana, belum maksimal, profesional dan belum melibatkan pustakawan dengan keahlian menggunakan teknik biblioterapi untuk membantu mahasiswa menyelesaikan permasalahannya terutama yang berkaitan dengan kecemasan sosial. Akan tetapi, *bibliotherapy* ini perlu untuk terus dikembangkan ke depannya. Karena itulah, penulis mengajukan beberapa hal yang bisa dijadikan rekomendasi dalam penelitian ini antara lain:

1. Perpustakaan perlu melengkapi berbagai *genre* buku agar semakin variatif dan dinamis.

2. Pustakawan mulai harus dilatih dan dibekali pengetahuan terkait teknik pelaksanaan *bibliotherapy* agar *bibliotherapy* bisa berkembang secara optimal.
3. Perpustakaan perlu untuk lebih melengkapi sarana dan prasarana yang mendukung *bibliotherapy*, selain BI corner.
4. Pengembangan riset yang berkaitan dengan *bibliotherapy* dalam rangka pencapaian tujuan pendidikan yang menyentuh unsur psikologi maupun pengembangan diri yang diharapkan mampu meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang unggul.