

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis terhadap permasalahan kesehatan mental siswa kelas V di UPT SD Negeri 1 Rembon, penelitian ini mengungkap bahwa siswa mengalami gangguan kesehatan mental yang signifikan dalam aspek ketahanan emosional, psikologis, dan sosial, yang termanifestasi melalui gejala kecemasan seperti perilaku menyendiri, kegelisahan, dan kecenderungan isolasi diri akibat faktor internal (kondisi fisik) dan eksternal (kurangnya perhatian, tekanan akademik, dan kondisi keluarga yang kurang mendukung).

Upaya penanganan yang dilakukan guru melalui integrasi nilai-nilai Kristiani terbukti efektif, meliputi penerapan ajaran Alkitab Filipi 4:6 tentang "Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apa pun juga", implementasi nilai-nilai Galatia 5:22-23 tentang buah Roh, kegiatan doa individual dan bersama, serta penciptaan lingkungan sekolah yang kondusif berdasarkan kasih, pengampunan, dan harapan. Evaluasi menunjukkan hasil positif dimana siswa mengalami peningkatan kemampuan mengelola kecemasan, membangun kepercayaan diri, dan mengembangkan strategi coping yang sehat, membuktikan bahwa pendekatan holistik berbasis nilai Kristiani memberikan dukungan komprehensif dari aspek psikologis dan spiritual

dalam penanganan kesehatan mental siswa, sejalan dengan janji Filipi 4:7 tentang "damai sejahtera Allah yang melampaui segala akal akan memelihara hati dan pikiran dalam Kristus Yesus."

B. Saran

Berdasarkan manfaat dan temuan penelitian yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Sejalan dengan manfaat penelitian yang memberikan gambaran bagi sekolah untuk mengatasi masalah kesehatan mental siswa , disarankan agar pihak sekolah secara kelembagaan mengadopsi dan mengembangkan strategi penanganan berbasis nilai-nilai Kristiani yang telah diidentifikasi. Sekolah diharapkan dapat menciptakan program-program yang mendukung kesejahteraan mental siswa serta membangun lingkungan belajar yang lebih suportif secara keseluruhan .

2. Bagi Siswa

Sesuai manfaat penelitian yang diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa mengenai cara mengelola kesehatan mental , disarankan agar siswa secara aktif menerapkan nilai-nilai Kristiani dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu mengelola stres dan kecemasan. Diharapkan siswa dapat terus membangun kesadaran akan pentingnya

menjaga kesehatan mental dengan memanfaatkan dukungan yang ada di lingkungan sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Selaras dengan manfaat penelitian sebagai referensi dan landasan untuk pengembangan riset, disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lanjutan. Penelitian tersebut dapat mendalami dampak penerapan nilai-nilai Kristiani atau mengembangkan model program intervensi yang lebih terstruktur dan efektif untuk menangani masalah kesehatan mental siswa berbasis nilai kristiani.