

## Bibliotherapy: Layanan bimbingan konseling di perpustakaan

Dian Hasfera

Program Studi Ilmu Perpustakaan Fakultas Adab & Humaniora Universitas Negeri Islam Imam Bonjol  
email: dianhasfera@uinib.ac.id

### Abstract

*Bibliotherapy is one of the treatment in helping the client to overcome the trauma or their problems. Bibliotherapy is seen as a cost-effective treatment. Can be used in various social groups and age groups, as well as effective for healthy people who want to share useful literature for personal growth and development or character. Knowledge or personal experience of most clients is very limited about the problems they face, because the client only refers to the experience themselves. Bibliotherapy can provide useful feedback for clients to address these problems. Much information can be obtained through reading activities. Bibliotherapy makes one learn new facts, has different ways of looking at / approaching problems and has the ability to alternate in solving problems. As one of the information institutions that are rich in reference and reading sources, the library can be the location where the bibliotherapy is implemented. Exposure in this paper is the result of a study from various sources that discusses the basic concepts of bibliotherapy as a counseling guidance service implemented in the library. The results of this study are very useful for counselors, psychologists, librarians, and teachers who are interested in learning about how books can be used as a therapeutic tool for users / clients / learners who have psychological disorders.*

**Keywords:** Bibliotherapy, Guidance and Counseling, Counselors, Librarian, Library, Psychology

### Pendahuluan

Cerita dapat mempengaruhi emosi manusia, dan buku dapat berfungsi sebagai model untuk pengembangannya. Pengaruh cerita dan buku pada emosi manusia telah dicatat sepanjang sejarah. Aristoteles mengamati efek drama pada penonton dan menciptakan istilah “*Catharsis*” untuk menggambarkan pelepasan emosional. Shakespeare memberi istilah ini pada Titus Andronicus, “*Come and take choice of all my library and so beguile thy sorrow*” (Babak IV, Tema I). Dapat dipahami bahwa konsep biblioterapi sudah ada setidaknya pada awal abad kesembilan belas (Pardeck & Pardeck, 1998). Selama Perang Dunia I, baik di Inggris maupun di Amerika Serikat, salah satu bentuk perawatan yang diberikan di rumah sakit untuk kesembuhan pasien adalah layanan literatur. Saat ini, banyak profesional yang bergerak dalam bidang kesehatan mental memasukkan biblioterapi sebagai bagian dari treatmentnya.

Biblioterapi muncul dari akar psikodinamik, dan dicatat dalam publikasi profesional pada awal abad kesembilan belas sebagai deskripsi intervensi yang berguna

untuk pasien medis dewasa. Penerapannya mengikuti perkembangan dari pasien dewasa yang membutuhkan remediasi emosional serta untuk kebutuhan perkembangan anak-anak (Sullivan & Strang, 2002/2003). Sementara catatan pertama yang menulis biblioteraphy sebagai alat terapi tercatat pada abad sebelumnya (Riordan, 1996). Biblioterapi pertama kali dikaitkan sebagai sebuah *treatmenth* dengan keyakinan bahwa pesan masuk dalam bentuk cerita dapat secara positif mempengaruhi proses alam bawah sadar manusia (Carlson, 2001). Anak-anak merasa lebih mudah untuk mengekspresikan diri secara tidak langsung melalui medium atau metafora cerita, ini merupakan pendekatan yang mirip dengan terapi melalui seni (Carlson, 2001; Peter, 1998).

Penggunaan buku-buku dalam konteks terapi, awalnya muncul di Bulanan Atlantic pada tahun 1916. Biblioterapi terkadang disebut sebagai *biblioguidance*, *bibliocounseling*, terapi literatur, bookmatching atau membaca, dimana biblioterapi melibatkan penggunaan buku dan media lain untuk memfasilitasi tumbuh kembang mental secara normal dan menjadi solusi terhadap masalah yang signifikan secara klinis. Biblioterapi klinis, dimanfaatkan oleh praktisi kesehatan mental untuk membahas masalah-masalah perilaku-emosional serta memenuhi tujuan dari terapi itu sendiri. Dalam perkembangannya, biblioterapi tidak hanya dilakukan oleh konselor atau pun pendidik, tetapi juga termasuk pustakawan dan petugas layanan kesehatan yang pada dasarnya memfasilitasi transisi mental individu yang sehat (Rubin, 1978). Publikasi dari 1985 - 2006 menunjukkan bahwa para professional dari konselor dan dokter menggunakan literatur fiksi dan non-fiksi dalam biblioterapi. Biblioterapi mengatasi berbagai kondisi termasuk penyalahgunaan obat-obatan, masalah perilaku, ketergantungan kimia, penyakit kronis, tunawisma, perilaku merusak diri, dan permasalahan lainnya (Pehrsson & McMillen, 2005).

Secara harfiah, istilah biblioterapi diprakasai oleh Samuel Crothers pada tahun 1916 berasal dari dua kata Yunani *biblio* yang berarti “buku” dan *therapia* yang berarti “penyembuhan”, artinya secara sederhana merujuk pada “Penggunaan bahan bacaan untuk bantuan dalam memecahkan masalah pribadi atau untuk terapi kejiwaan”. Crothers menegaskan bahwa dengan membaca buku yang berkualitas akan mengembangkan pengetahuan dan gagasan baru dalam kehidupan, dan akan menghasilkan proses penyembuhan yang dapat memperkaya kepribadian pembaca (Crothers 1916). Sementara Reitz mendefinisikan biblioteraphy sebagai penggunaan buku yang dipilih berdasarkan konten dari program membaca yang direncanakan dan dirancang untuk memfasilitasi pemulihan pasien yang menderita penyakit mental atau gangguan emosional (Reitz 2006).

Berkaitan dengan definisi bibliotherapy lainnya secara tertulis pertama kali diterbitkan dalam Kamus Medis Illustrated Dorland pada tahun 1941, yang mendefinisikan biblioterapi sebagai “kegiatan membaca buku dalam pengobatan penyakit saraf”. Webster mendefinisikan biblioterapi sebagai “penggunaan bahan bacaan untuk membantu memecahkan masalah pribadi atau untuk terapi kejiwaan; juga bimbingan dalam solusi masalah pribadi melalui membaca terarah.

Di masa lalu, biblioterapi hanya digunakan untuk pasien di rumah sakit jiwa dan untuk orang-orang yang sakit parah, meskipun hari ini telah digunakan secara luas. Banyak pendidik dan orang dewasa telah menggunakan biblioterapi untuk membantu individu dan kelompok menghadapi masalah “normal” dan masalah emosional yang mereka hadapi (Rubin, 1979). Salah satunya dengan menggunakan cerita atau narasi, konsep ini dapat membantu anak-anak untuk mengeksternalisasi, atau untuk memahami bahwa ada pemisahan antara diri dan masalah (Carlson, 2001). Biblioterapi bisa menjadi intervensi yang efektif ketika mungkin tidak intervensi lain tersedia untuk seorang anak dengan masalah emosional sosial, dalam atau di luar lingkungan sekolah.

Lebih lanjut Abdullah (2002) menyebutkan secara sederhana biblioterapi dapat dipahami sebagai sebuah kegiatan penggunaan buku untuk membantu orang-orang dalam memecahkan masalahnya. Profesional tidak saja menggunakan biblioterapi untuk membantu orang lain mengatasi masalah pribadi dan perubahan yang terjadi dalam kehidupan mereka, tetapi juga sebagai alat untuk mempromosikan perubahan afektif atau perkembangan kepribadian. Biblioterapi menurut Joshua & DiMenna (2000) dapat digunakan untuk memberikan informasi atau wawasan tentang masalah, merangsang diskusi tentang masalah, menciptakan kesadaran bahwa orang lain memiliki masalah serupa, dan dalam beberapa kasus menyediakan solusi untuk masalah.

## **Tujuan dan Manfaat Biblioteraphy**

Dengan begitu banyaknya penggunaan dan area masalah dalam penerapan biblioterapi, Pardeck (1995) memaparkan beberapa tujuan dari implementasi biblioteraphy itu sendiri, antara lain: (a) memberikan informasi mengenai kepribadian atau masalah seseorang, (b) memberikan wawasan tentang pengalaman atau situasi tertentu, (c) memberikan solusi alternatif untuk masalah yang dialami oleh individu, (d) merangsang diskusi tentang penyebab utama dari masalah yang dialami individu sebenarnya, (e) mengkomunikasikan nilai dan sikap berkaitan dengan masalah individu, dan (f) membantu pembaca memahami bahwa mereka tidak satu-satunya yang mengalami masalah khusus.

Selain itu, Stamp (2003) menyebutkan bahwa tujuan biblioterapi diimplementasikan secara khusus kepada anak-anak karena berbagai alasan. Alasan-alasan tersebut meliputi: (a) membantu mengembangkan konsep diri dan harga diri, (b) meningkatkan kemungkinan memahami diri sendiri dan orang lain secara utuh, (c) membantu menilai diri dengan jujur, (d) membantu menemukan minat di luar diri, (e) membantu meredakan tekanan emosional, atau (f) meningkatkan metode yang konstruktif untuk memecahkan masalah atau menghadapi tantangan.

Lebih lanjut, intervensi dari biblioterapi menurut Cornett & Cornett (1980) memiliki efek afektif dan kognitif terhadap pembaca. Perubahan afektif melibatkan sikap positif, penyesuaian pribadi dan sosial, realisasi dari perubahan kebohongan kearah yang baik bagi semua orang, identifikasi perilaku yang diterima secara sosial, pemeriksaan nilai-nilai moral, pengembangan karakter, keinginan untuk meniru model, toleransi, rasa hormat, dan penerimaan orang lain. Untuk perubahan kognitif berhubungan dengan pemikiran kritis, perspektif masalah, wawasan tentang perilaku dan motif manusia, evaluasi diri, penalaran tingkat tinggi, dan perencanaan sebelum mengambil sebuah tindakan.

Sementara manfaat dari biblioterapi itu sendiri bagi individu (siswa) menurut Prater (2006), antara lain:

- 1) Pertama, mendorong siswa untuk berekspresi terhadap masalah dan kekhawatiran mereka dengan bebas. Beberapa siswa menggunakan represi atau penolakan untuk menangani peristiwa traumatisnya. Buku dapat membantu membawa masalah ke permukaan secara sederhana dapat dipahami bahwa dengan buku masalah yang dihadapi menjadi lebih ringan dan tidak membebani siswa.
- 2) Kedua, biblioterapi membantu siswa menganalisis pikiran dan perilaku mereka berkaitan dengan hubungan dengan diri mereka sendiri dan orang lain. Siswa dapat memeriksa sendiri pikiran dan perilaku mereka saat mengidentifikasi pikiran dan perilaku karakter dalam buku-buku yang berurusan dengan kesulitan yang kondisinya mirip dengan yang mereka alami.
- 3) Ketiga, biblioterapi bisa menjadi alat yang memberikan informasi untuk membantu siswa memecahkan masalah mereka.
- 4) Keempat, biblioterapi dapat mengurangi kecemasan dan mendorong relaksasi. Siswa akan merasakan kelegaan emosional ketika mereka menemukan bahwa orang lain memiliki perasaan yang sama dengan yang mereka alami ataupun kondisi peristiwa kehidupan yang serupa.

- 5) Kelima, biblioterapi dapat memberikan cara yang baru dan menyenangkan untuk belajar dan mencoba solusi baru untuk masalah yang mereka hadapi.

Biblioterapi juga bisa menjadi sarana oleh guru kelas untuk mengajar materi hubungan sosial dan perkembangan yang tepat bagi keterampilan, seperti keterampilan pertemanan, kerja keras, dan kebaikan. Siswa juga dapat dipandu melalui tahapan yang normal dan dapat diprediksi perkembangan remajanya serta mengetahui apa diharapkannya dengan membaca tentang cara remaja lain menghadapi masalah yang sama dengan yang dialaminya (Abdullah, 2002). Selain itu, konsep biblioterapi (Cunningham & Stanovich, 1998) juga memaparkan bagaimana siswa yang mungkin kurang berprestasi, melalui buku dan membaca mereka akan memperoleh manfaat besar lainnya dari latihan dan tugas-tugas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin banyak siswa membaca, peningkatan kosakata mereka akan semakin meningkat. Setelah siswa menemukan kekuatan dari sebuah buku, mereka dapat mencobanya berulang kali (Orton, 1997). Biblioterapi bisa membuka pintu untuk apresiasi sastra yang baik, sambil membantu siswa mengatasi situasi kehidupan nyata, sehingga meningkatkan kemungkinan sukses baik secara akademis dan secara sosial.

Meskipun banyak manfaat dari biblioterapi, juga terdapat beberapa kelemahannya, yaitu: (a) sastra tidak selalu tersedia untuk topik tertentu, (b) banyak siswa tidak siap atau tidak mau membaca, dan (c) siswa atau orang tua mereka mungkin membela diri atau bahkan menolak mengakui bahwa secara pribadi mereka memiliki masalah baik secara personal atau masalah keluarga dan masalah lingkungan sosial (Abdullah, 2002). Untuk itu Pardeck (1990) menyatakan bahwa seperti kebanyakan intervensi, biblioterapi tidak boleh dilihat sebagai *single* pendekatan atau obat mujarab, tetapi sebagai tambahan untuk intervensi dan pendekatan pemecahan masalah lainnya.

### **Biblioteraphy Sebagai “Tools” Bimbingan Konseling**

Shrodes (1950), menggambar dari sudut pandang psikodinamik, mendalilkan sebuah model dalam hal ini adalah biblioteraphy sebagai metode terapi yang paling cocok dengan mengikutsertakan karya fiksi: termasuk identifikasi (penyelarasan klien dengan informasi, alur cerita atau karakter), katarsis (pengalaman klien rilis emosional) dan wawasan (pemahaman klien sendiri proses). Konsep-konsep lainnya dibangun berdasarkan pemikiran awal Shrodes berkontribusi pada komponen universalisasi (klien generalisasi ke orang lain, situasi, dan budaya) dan integrasi (penggabungan klien ke dalam kehidupan sendiri) (Afolayan, 1992). Sementara Hynes lebih mengembangkan model interaktif,

menyarankan secara spesifik mulai dari langkah persiapan, seleksi, aplikasi, fasilitasi dan tindak lanjut (Hynes & Hynes-Berry, 1994). Persiapan disini termasuk membangun hubungan dan penilaian klien minat dan keterampilan membaca. Seleksi, diinformasikan oleh penilaian yang melibatkan materi yang cocok dengan klien. Untuk aplikasi bervariasi dari klien yang diinisiasi ke konselor dimulai dari yang terstruktur untuk tidak terstruktur, direktif ke non-direktif dan lebih difasilitasi untuk kurang difasilitasi. Ukuran pertumbuhan atau perkembangan dari terapi klien dan keefektifan materi dimasukkan dalam tindak lanjut.

Konselor yang menggunakan buku sebagai metode terapi baik fiksi dan non-fiksi, lebih cenderung ke arah terapi yang berpusat pada klien dan humanistic dengan menggunakan buku-buku fiksi sedangkan kognitif-behavioris lebih sering menggunakan non-fiksi, terutama literatur self-help. Buku selfhelp biasanya memberikan saran dan strategi langsung mengenai subjek atau kondisi tertentu (misalnya, kemarahan manajemen, depresi, dan kecemasan). Mereka sangat sering memberikan fakta bermanfaat dan latihan sederhana yang dapat dipelajari klien dan berlatih di luar sesi konseling. Penggunaan bacaan fiksi dan non-fiksi memiliki kelebihan yang berbeda, menawarkan dan mungkin bahkan bekerja dalam kombinasi yang saling bekerjasama satu sama lain. Seperti yang diungkapkan oleh Shrodes (1950), sastra (non-fiksi) bersifat mendidik dapat berkontribusi pada pemahaman pembaca atas motivasi dan perilakunya (dan) lebih cenderung berkontribusi pada kesadaran intelektual manusia, sedangkan sastra imajinatif (fiksi) lebih cenderung membuat pembaca mampu mengatasi berbagai pengalaman emosional, yang tanpanya terapi tidak mungkin efektif.”

Sebagai bagian dari layanan konseling, perlu dipahami terlebih dahulu apa saja prinsip-prinsip dari Biblioteraphy. Pardeck & Pardeck (1984, 1986) dan Rubin (1978) menguraikan prinsip-prinsip utama bibliotherapy sebagai berikut.

- 1) Konselor atau pihak yang memberikan terapi harus menggunakan material bacaan yang dikenalnya.
- 2) Konselor atau pihak yang memberikan terapi harus menyadari panjang material bacaan. Hindari material yang kompleks dengan detail dan situasi yang tidak ada hubungannya.
- 3) Pertimbangkan masalah klien; material bacaan harus dapat diaplikasikan terhadap masalah, namun tidak harus identik.
- 4) Kemampuan membaca klien harus diketahui dan dijadikan pengarah dalam memilih material bacaan yang akan digunakan. Jika klien tidak dapat atau kurang

mampu membaca, perlu dilakukan membaca nyaring atau menggunakan material audiovisual.

- 5) Kondisi emosional dan usia kronologis klien harus diperhatikan dan direfleksikan dalam tingkat kesulitan material bacaan terpilih.
- 6) Sebagaimana dikatakan oleh Zaccaria & Moses (1968), minat membaca, baik individu maupun umum merupakan pengaruh dalam seleksi bahan bacaan. Minat baca anak-anak dan remaja mengikuti tahapan yang dapat diprediksi.
  - a) Dari usia 2/3 tahun sampai 6/7 tahun anak senang mendengarkan cerita tentang kejadian-kejadian seputar keluarga.
  - b) 6/7 sampai 10/11 tahun, terdapat peningkatan minat terhadap cerita-cerita fantasi.
  - c) Remaja melalui beberapa tahapan membaca. Remaja awal (12- 15 tahun) cenderung tertarik pada cerita binatang, petualangan, misteri, kisah supernatural, olahraga. Remaja pertengahan (15-18 tahun) minat membaca berubah terhadap topik seperti kisah perang, roman, dan cerita kehidupan remaja. Minat membaca pada usia remaja akhir (18-21 tahun) cenderung tertarik pada cerita yang berkaitan dengan nilai-nilai pribadi, makna sosial, pengalaman manusia yang asing dan tidak biasa, dan transisi terhadap kehidupan usia dewasa.
7. Material bacaan yang mengekspresikan perasaan atau mood yang sama dengan klien seringkali merupakan pilihan yang baik. Prinsip ini disebut sebagai “isoprinciple”, istilah yang berasal dari teknik terapi musik dan biasa digunakan dalam terapi puisi.
8. Material audiovisual harus dipertimbangkan dalam treatment jika tidak tersedia material bacaan.

## **Karakteristik Seorang Biblioterapis**

Karakteristik seorang biblioterapis tidak jauh berbeda dengan seorang konselor atau yang juga disebut sebagai keterampilan konseling (Magaji, 2016). Beberapa keterampilan yang harus dimiliki seorang biblioterapis adalah:

- 1) Kompetensi. Kemampuan untuk menguasai dan tahu bagaimana menggunakan keterampilan atau keterampilan secara efektif.

- 2) Sabar. Kemampuan konselor untuk menunggu dan bertahan untuk waktu yang lama. Kemampuan konselor untuk mengendalikan kemarahan dan emosi atas suatu kejadian yang mungkin bermasalah.
- 3) Kepercayaan. Ketergantungan, keyakinan, kebenaran atau kehormatan.
- 4) Stabilitas emosional. Suatu kondisi di mana emosi tidak berubah dan tetap stabil.
- 5) Komunikasi yang efektif. Informasi pertukaran yang benar terutama antara dua orang dan kelompok.
- 6) Advokasi. Semacam dukungan dari konselor atau biblioterapis kepada siswa yang terganggu jiwanya.
- 7) Bersedia menjadi pendengar. Perhatikan saat seseorang berbicara kepada anda, kemudian berusaha untuk memahami apa yang disampaikan. Dengarkan dengan baik dan sabar.
- 8) Bebas dari bias. Tidak menghakimi atau berpihak. Kepemilikan keterampilan ini dan banyak lainnya dan kemampuan untuk menerapkannya di treatment yang terganggu secara emosional siswa sangat membantu.

Sementara Bryan (1939) menyatakan orang yang ideal untuk pekerjaan biblioterapis harus menjadi seorang yang merupakan kombinasi dari pustakawan dan psikolog. Rubin (1978) mengakui bahwa karakteristik pribadi yang diperlukan untuk biblioterapis di atas setiap kualifikasi profesional adalah menghargai literatur. Biblioterapi merupakan hasil dari banyak profesi dan telah digunakan oleh konselor, psikolog, psikiater dan pendidik dalam profesinya (Pardeck & Pardeck, 1992).

Tabel 1. Atribut Personal yang Harus Dimiliki Seorang Bibliotherapist

<b>Attributes</b>	<b>Specific Characteristics</b>
<i>Academic Background</i>	<i>Biology and physiology; Psychology and sociology; Counseling; Teaching theory and methodology; Children's literature; Child development;</i>
<i>Abilities</i>	<i>Assess readers to determine needs and interests; Prescribe materials appropriate to reading interest and maturity; Evaluate materials to determine appropriateness for bibliotherapy; Plan for both individual and small-group sessions; Ask questions on all levels of thinking;</i>



<b>Attributes</b>	<b>Specific Characteristics</b>
<i>Abilities (continued)</i>	<i>Use silent and wait times after questions and responses;</i> <i>Demonstrate verbal and nonverbal behaviors of a good listener;</i> <i>Translate basic learning principles into practical, creative strategies;</i> <i>Communicate effectively with children;</i> <i>Determine the effectiveness of strategies and materials;</i> <i>Observe each reader's legal and ethical rights to privacy;</i> <i>Use creative writing, creative movement, drama, art, and music;</i> <i>Determine when referral to a specialist is appropriate.</i>
<i>Personal characteristics</i>	<i>Believe in the worth and dignity of each person;</i> <i>Accept and tolerate the uniqueness of each person;</i> <i>Maintain a broad experience background;</i> <i>Friendly, outgoing, approachable, and available;</i> <i>Capable of empathy;</i> <i>Enthusiastic about reading and widely read;</i> <i>Open-minded and flexible;</i> <i>Capable of mature judgment;</i> <i>Emotionally stable and able to handle stress;</i> <i>Responsible;</i> <i>Organized;</i> <i>Intrinsically motivated</i>

Sumber: "Bibliotherapy: The right book at the right time, by C. E. Cornett and C. F. Cornett, 1980, Bloomington, IN: Phi Delta Kappa Educational Foundation" (Antila, 2009).

Biblioterapi menjadi alat dan keterampilan untuk pemecahan masalah konselor dalam memecahkan masalah seperti gangguan emosional pada orang yang terkena dampaknya (Magaji, 2016). Keterampilan pemecahan masalah dimaksudkan untuk membantu siswa yang secara emosional terganggu, mendiskusikan masalah mereka secara lebih bebas dengan guru dan konselor mereka, menunjukkan pada seseorang bahwa dia bukan orang pertama atau satu-satunya yang mengalami masalah seperti itu. Keterampilan pemecahan masalah dari konselor tersebut adalah untuk menunjukkan bagaimana individu dapat dipengaruhi bahwa ada lebih dari satu solusi untuk sebuah masalah, membantu

seseorang mengembangkan konsep diri, individu untuk merencanakan tindakan yang konstruktif untuk memecahkan masalah, individu yang terganggu secara emosional mengalami pengurangan tekanan emosional atau mental (katarsis) dan membantu memulihkan individu kepada dirinya keadaan normal kesehatan dan kehidupan. Seorang individu yang terganggu secara emosional jika diidentifikasi dapat diberikan sebuah buku dengan konten yang mirip dengan masalah yang dihadapi individu tersebut. Seorang biblioterapis atau konselor yang terlatih akan merekomendasikan bahan bacaan atau buku kepada siswa dan mempengaruhinya untuk membaca buku tersebut. Isi buku adalah cerita tentang anak lain yang serupa dengan situasi yang dialami pembaca, sehingga membuat pembaca sadar bahwa dia bukan orang pertama atau satu-satunya yang dihadapi masalah seperti itu dan memperoleh sebuah kesadaran bahwa anak-anak lain juga telah mengalami pengalaman serupa dan (bagaimana) mereka mengatasi masalah tersebut. Kisah dalam buku yang diberikan kepada individu yang bermasalah mungkin pengalaman nyata atau dari buku fiksi. Apa pun sumber dan konten buku, tujuan utamanya adalah untuk memberikan bantuan kepada seseorang yang menderita dan tidak memiliki fokus dan arah dalam kehidupan.

Pada tahun 1904, Asosiasi Perpustakaan Amerika (American Library Association) telah memberikan pengakuan penggunaan buku sebagai alat terapi, pustakawan pertama yang terlatih dan berkualifikasi khusus ditunjuk untuk menangani pasien di rumah sakit jiwa. Pustakawan akhirnya menyadari potensi untuk penerapan terapi buku di luar pengaturan rumah sakit dan mulai bekerja dengan remaja yang terlibat tindakan kriminal, imigran, dan individu cacat fisik yang memanfaatkan perpustakaan umum. Psikolog, anggota ulama, dan pendidik segera menyadari biblioterapi sebagai alat yang dapat dimasukkan ke dalam kegiatan profesional mereka untuk tujuan terapeutik dalam membantu orang memodifikasi pikiran, perasaan, atau perilaku mereka (Antila, 2009). Meskipun biblioterapi digunakan oleh terapis, teknik ini tidak dapat mengatasi masalah psikologis yang memerlukan intervensi terapeutik khusus oleh seorang spesialis ketika dilaksanakan oleh guru, orang tua, pustakawan, atau konselor (Cornett & Cornett, 1980).

Sebuah pelatihan untuk seorang psikolog memberikan peluang untuk memperoleh pengetahuan ilmiah dan pemahaman tentang masalah pembaca, sementara pelatihan untuk pustakawan mempersiapkan pustakawan sebagai ahli bimbingan dalam pemilihan buku (Bryan, 1939). Akibatnya, seorang psikolog terbatas untuk memilih dari koleksi buku yang relatif kecil, sementara seorang pustakawan terbatas untuk berurusan dengan area yang relatif pada masalah kecil. Tugas untuk menemukan buku yang tepat, untuk pembaca yang

tepat, di waktu yang tepat menghadirkan tantangan tiga aspek: seseorang harus tahu buku, siapa pembaca/ individu yang membutuhkannya, dan efek apa yang ditimbulkan dari pemilihan tersebut.

### **Perpustakaan “A Place Of Bibliotheraphies”**

Di sebuah situasi di mana setiap anggota masyarakat diharapkan untuk memainkan peran positif, pustakawan dan profesional perpustakaan diharapkan untuk menentukan peran mereka terhadap rekonstruksi masyarakat yang bermasalah. Perpustakaan dan ruang baca dengan stok pengetahuan mereka serta informasi bisa menjadi titik layanan terapi bagi orang-orang yang terkena dampak dengan menerapkan metode biblioterapi. Biblioterapi mengacu pada penggunaan bahan bacaan untuk bantuan dalam memecahkan masalah pribadi atau untuk terapi kejiwaan. Biblioterapi dianggap sebagai layanan yang menawarkan pelipur lara bagi jiwa yang terpengaruh. Konsep dasar di balik biblioterapi adalah membaca sebagai pengalaman penyembuhan. Sumber literatur dapat membantu penyelesaian masalah yang rumit (Sullivan & Strang 2002). Sikap positif dari membaca akan mengarah ke hal yang positif dari pengalaman membaca (Karim & Hasan, 2007). Pola ini didukung oleh Smith & Mikulecky, 1978. Konsep membaca sebagai sebuah model, menyimpulkan bahwa orang yang secara teratur membaca akan terus membaca tanpa segan untuk informasi dan kenikmatan (Pandian, 1977). Sama halnya dengan siswa, misalnya yang termasuk dalam kategori ini akan terus membaca bahkan setelah mereka lulus, karena berpengaruh sebagai model dalam masing-masing area seperti di rumah dan tempat kerja akan membantu dalam peningkatan keengganan membaca bangsa (Inderjit, 2014).

Salah satu penelitian berkaitan dengan konsep ini dilakukan pada tahun 2007 oleh Karim & Hasan, bahwa siswa Malaysia enggan untuk membaca informasi. Kemudian Inderjit dalam studinya menyimpulkan bahwa Malaysia akan dipimpin oleh orang-orang yang enggan membaca. Hal ini akan mempengaruhi pertumbuhan sosial dan ekonomi bangsa. Orang Malaysia yang enggan membaca adalah orang-orang yang kekurangan informasi yang nantinya akan mempengaruhi mereka dari segi kemampuan dalam pengetahuan, kecerdasan dan kedewasaan. Mereka tidak akan dapat membuat keputusan yang baik atau memecahkan masalah bahkan untuk memulai sebuah ide.

Biblioterapi telah secara luas diakui sebagai pendekatan yang membantu pustakawan ke jalur yang lebih baik dalam menangani masalah emosional, perilaku dan sosial (Natalia, 2011; Battleson & Nasset, 2012; Arulananthan, 2012). Skema biblioterapi diprakarsai di perpustakaan dapat menjadi faktor kunci dalam mendorong orang dewasa

dan generasi muda untuk membaca. Konseptualisasi biblioterapi di perpustakaan umum Malaysia, adalah sebuah studi yang mengeksplorasi wawasan tentang penerapan konsep tersebut. Studi tersebut fokus pada bagaimana konsep biblioterapi mempromosikan kebiasaan membaca anak-anak. Studi ini menyediakan pemahaman yang lebih baik tentang biblioterapi serta pembuatan rekomendasinya untuk diterapkan di perpustakaan umum.

Perpustakaan berada dalam posisi yang unik, karena sumber daya dan hubungannya dengan komunitas. Perpustakaan dapat dijadikan sebagai tempat sebagai yang memberdayakan lanskap terapi (Brewster, 2014) karena memiliki peluang organisasi untuk melayani komunitas sekitar mereka. Keberadaan publik perpustakaan adalah untuk mendukung komunitas dan masyarakat karena kemampuan perpustakaan untuk menyediakan sumber daya, layanan, dan fasilitas seperti pada masa lalu, sehingga perpustakaan umum tepat disebut sebagai universitasnya semua orang (Richardson Lack, 1985).

Cara hidup suatu bangsa tercipta dari warganya yang melek huruf. Islam menguasai pengetahuan karena melek huruf dan kemampuan membaca dalam nilai tinggi. Kitab suci Al-Quran mengungkapkan bahwa komunikasi pertama antara Allah dan Nabi Muhamaad adalah berbasis pengetahuan, dikenal Iqraa, yang membawa definisi membaca atau membaca (Qu'raan 96: 1-5). Ini menunjukkan pentingnya membaca tidak hanya terhadap individu tetapi juga untuk pembangunan bangsa. Kondisi inilah yang mendatangkan peran perpustakaan dalam mengembangkan budaya membaca. Perpustakaan telah menjadi organisasi yang bertanggung jawab untuk menciptakan kesadaran tentang pentingnya membaca terhadap bangsa. Perpustakaan umum menyediakan akses ke berbagai bahan bacaan. Bahkan analisis ilmiah publikasi menyaksikan bahwa metode biblioterapi mulai mengakar di perpustakaan sebagai bidang membaca yang direkomendasikan di perpustakaan umum (Janavicine, 2012).

Sementara itu untu perpustakaan di daerah juga dapat memainkan peran tradisional sebagai pusat pembacaan, informasi dan pencarian pengetahuan dan diskusi. Bertanggung jawab untuk: (1) menginspirasi kebiasaan membaca di antara masyarakat daerah; (2) menawarkan sumber bacaan yang bermanfaat untuk masyarakat daerah; (3) membantu siswa di daerah dalam mendapatkan sumber yang berguna untuk studi mereka dan (4) menyediakan kegiatan rekreasi terkait untuk komunitas di daerah (Yusuf & Taharem, 2008). Dalam banyak kasus, perpustakaan daerah gagal membangun sikap positif di antara kaum muda, seperti gagal mempromosikan buku dan layanan mereka. Hal ini akan

menurunkan motivasi kaum muda untuk menggunakan layanan perpustakaan, karena tidak melihat alasan atau manfaat apa pun untuk melakukannya.

Lebih lanjut Yusuf dan Taharem (2008) mendeskripsikan biblioterapi sebagai teknik untuk menyusun dan membentuk interaksi antara klien dan terapis berdasarkan hubungan timbal balik berbagi literatur dalam memenuhi terapi kebutuhan klien. Biblioterapi adalah proses yang dinamis dan interaktif, yang membantu anak-anak untuk mengenali bahwa kehidupan termasuk sebuah tantangan yang berdampak pada bagaimana orang bertahan hidup dan bagaimana mengembangkan semangat yang sangat tangguh dalam menghadapi berbagai keadaan. Biblioterapi tidak mengklaim menyembuhkan, tetapi lebih untuk mencerahkan dan mempromosikan wawasan. Ini dimaksudkan sebagai tambahan untuk proses pengobatan (Caldin, 2009).

Dasar pemikiran untuk menggunakan buku sebagai mekanisme dasar dalam mengatasi masalah untuk anak-anak; Yusuf dan Taharem menyatakan bahwa pembaca akan membawa kebutuhan mereka dan masalah dalam pengalaman membaca mereka ketika mereka membaca buku bagus. Bahkan, seseorang bisa terlibat dengan karakter dan dapat dengan mudah berhubungan dengan pengalaman seseorang. Situasi inilah yang menjadi landasan dasar kemungkinan untuk menggunakan biblioterapi di perpustakaan.

Berkaitan dengan hal tersebut sebuah analisis telah didiskusikan (Ogbodo, 2010) dimana dengan biblioterapi dan biblioterapi interaksional atau dikenal sebagai membaca dan berdiskusi melalui teks, yang berarti pustakawan, konselor pribadi, pekerja sosial akan memperlakukan karya bahan bacaan seperti fiksi sebagai sarana terapi. Seseorang dalam krisis yang mengidentifikasi masalah untuk membaca buku-buku terkait yang memiliki cerita serupa, memungkinkan untuk tumbuh secara emosional. Yusuf & Taharem dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa klien akan mendapatkan pengetahuan dan wawasan baru ketika mereka selesai membaca buku, yang kemudian mereka refleksi situasi tersebut pada diri mereka sendiri disertai dengan cara-cara untuk mengatasinya.

## **Biblioterapi Untuk Remaja**

Biblioterapi mengacu pada panduan pembaca khusus untuk membantu pembaca belajar tentang mengatasi perjuangan sosial atau emosional dan kebutuhan perkembangan yang diarahkan melalui membaca, tidak peduli apakah itu ditawarkan dalam lingkungan klinis atau non-klinis (misalnya di psikiatri atau psikoterapi, atau di sekolah, perpustakaan, sosial, dan lembaga masyarakat). Biblioterapi didasarkan pada prinsip-prinsip klasik psikoterapi identifikasi, inspirasi dan wawasan yang mengarah ke motivasi untuk perubahan positif. Kegiatan ini dapat membantu pembaca mendapatkan wawasan diri

dengan menghubungkan dengan karakter dan nilai yang ditulis dalam sebuah karya puisi, cerita pendek dan novel. Pembacaan kemudian ditindaklanjuti dengan diskusi kelompok ketika mereka dapat berbagi ide-ide mereka dan perasaan dengan bantuan ekspresi respons subjektif mereka sendiri terhadap teks yang dibentuk oleh identitas dan pengalaman hidup mereka (Holland, 1968). Tujuan terapi adalah untuk mendapatkan perubahan dalam sikap dan perilaku pembaca untuk meningkatkan keterampilan pemecahan masalah mereka, dan karenanya meningkatkan sumber daya mereka. Ini bertujuan untuk menunjukkan kepada pembaca bahwa mereka tidak sendirian karena yang lain memiliki masalah atau masalah yang sama (Harvey, 2010). Tujuan utama proses terapeutik adalah perubahan hidup yang positif dan pengembangan pribadi (Yalom, 1995).

Sejak tahun 1950, model terapi kelompok semakin berkembang, dan biblioterapi digunakan sebagai bingkai bacaan yang sesuai tema untuk membantu peserta menangani masalah yang bermasalah. Sejak saat itu sejumlah penelitian internasional mengulas tentang perkembangan biblioterapi yang ditujukan untuk remaja semakin meningkat. Intervensi biblioterapi ditujukan untuk remaja dan dapat digunakan untuk mempromosikan kesejahteraan psikologis, untuk memperkuat pengetahuan diri dan untuk mengembangkan keterampilan sosial dan emosional (Pardeck, 1994). Kelompok sasaran remaja bisa dibagi dalam banyak subkelompok yang berbeda dan khusus, misalnya, murid di sekolah menengah yang menderita kerugian sosial. Perbedaan ini mengimplikasikan beberapa fokus khusus dalam proses kegiatan biblioterapi. Remaja yang menderita kerugian menghadapi banyak masalah dan berhubungan dengan lingkungan kemiskinan mereka, mereka biasanya tidak memiliki kondisi ideal yang mendukung perkembangan kesehatan mereka tidak secara emosional maupun dari bagian fisik atau ekonomis. Dalam banyak kasus, orang tua mereka tidak berpendidikan dan menganggur, sering sangat miskin. Kurangnya pengasuhan anak yang normal, kekurangan fisik dan ketidakstabilan emosional menjadi gejala utama dalam kehidupan sehari-hari keluarga-keluarga ini, sehingga anak-anak mereka menderita kesusahan, depresi, masalah kehilangan, kelalaian, kekerasan, pelecehan, dan sebagainya.

Biblioterapi menjadi salah satu kegiatan tambahan lintas-kurikuler yang dapat bergabung dengan program pedagogis sekolah untuk mendukung kaum muda yang kurang beruntung. Pemilihan bacaan yang cocok untuk pekerjaan biblioterapi didasarkan pada bagaimana teks tertentu berisi nilai-nilai yang difokuskan oleh terapi. Faktor-faktor termasuk usia dan kemampuan kognitif dan kebutuhan harus diperhitungkan ketika mempertimbangkan biblioterapi. Ini juga penting untuk memahami tantangan sosial dan

emosional peserta. Teks yang tepat akan menumbuhkan pemikiran umum dan diskusi tentang topik, membimbing pembacanya ke pemahaman yang lebih dalam tentang dirinya sendiri, dan itu dapat dikembangkan secara langsung untuk pengetahuan dirinya, keterampilan sosial dan emosionalnya.

Goddard (2011) menyarankan untuk mempertimbangkan beberapa potensi tersembunyi dalam teks (buku) yang digunakan sebagai media terapi, diantaranya yang terkait dengan hal-hal berikut:

- 1) Pengalaman yang memotivasi dan menantang;
- 2) Kesesuaian dengan usia, kemampuan, dan kedewasaan;
- 3) Menanggapi tanggapan;
- 4) Rentang struktur literasi;
- 5) Penggunaan bahasa yang tepat;
- 6) Memperluas pemahaman keragaman;
- 7) Mengembangkan kepekaan dan pemahaman.

Dari sudut pandang panduan dan pengembangan pembaca, dapat dibedakan tujuan tingkatan yang lebih tinggi dan tingkat yang lebih rendah untuk tujuan terapeutik. Untuk tingkatan lebih tinggi berkaitan dengan pengembangan EQ, pengetahuan diri, keterampilan pemecahan masalah, peningkatan *selfimage* positif dan kemampuan beradaptasi, serta solusi dari distress yang sangat diperlukan untuk sukses dan kehidupan produktif. Sementara tujuan tingkat yang lebih rendah adalah promosi membaca buku, dan peningkatan keterampilan komunikasi, berpikir dan estetika. Selama terapi setengah tahun (yang mana panjang minimum untuk pekerjaan yang efisien, dan perubahan psikologis jangka panjang) kelompok terapi biasanya berjalan selama satu setengah jam, ketika fasilitator kelompok mulai membaca dengan keras dan berhenti pada interval untuk membahas teks, termasuk tanggapan pribadi (Béres, 2015).

Proses identifikasi terhadap karakter bacaan, yang diikuti dengan pengalaman katarsis, insight, dan tindakan bisa terjadi dalam kehidupan sehari-hari tanpa terapi. Bennet (1998) menyatakan ada dua hal baik yang diberikan oleh cerita yaitu kode kejujuran dan contoh yang baik. Buku memberikan kesempatan untuk membuat keputusan dan perbandingan moral, dan membantu anak memilah antara benar dan salah. Buku juga memberikan model untuk identifikasi. Identifikasi dengan model yang positif merupakan tahap penting dalam perkembangan anak. Namun, karena prosesnya tidak hanya berkaitan dengan belajar kognitif, melainkan lebih untuk membuka material-material yang *direpres* (ditekan ke alam bawah sadar) dan tidak disadari, maka kehadiran terapis menjadi sangat

penting. Kompleksitas tak terbatas yang merupakan kelebihan dari bibliotherapy afektif bisa jadi berlebihan, mengancam, dan memprovokasi terjadinya kecemasan (anxiety). Selain itu, buku juga bisa menjadi model dari perilaku yang tidak diinginkan.

Informasi yang diberikan kepada pembaca bisa disalah artikan, disalah interpretasikan, dan bahkan dapat menyimpang, terutama saat anak dan remaja serta populasi beresiko tinggi terlibat. Sebagai contoh, kita membacakan puisi kepada kelompok anak yang menderita karena kehilangan. Dalam puisi ini, karakter dihadapkan pada dilema antara harus gembira dengan situasi dimana anak diharapkan berduka cita. Anak merasa malu dan bersalah karena melupakan ayahnya. Beberapa anak mungkin mengidentifikasi diri dengan karakter dan menyimpulkan bahwa dirinya seharusnya tidak melupakan dan tidak pernah bahagia. Tentu saja bukan hal seperti ini yang kita harapkan. Kita berharap bahwa pada tahap awal kedukacitaan, orang merasa bahwa dirinya tidak akan pernah mampu kembali ke kehidupan normal. Hal ini merupakan perasaan yang normal yang akan pudar seiring dengan berjalannya waktu. Kita juga berharap mereka akan tahu bahwa sesekali merasa bahagia bukanlah sebuah kesalahan, dan merasakan kegembiraan bukan berarti bahwa mereka melupakan orang yang dicintai. Selain itu, jika orangtua si anak meninggal, kita ingin mengatakan kepada si anak bahwa orangtuanya ingin melihat anaknya gembira. Kita juga ingin mengklarifikasi kepada anak bahwa orang-orang di sekitarnya tidak menginginkan si anak terus menerus berduka cita, bahkan jika orang menuntut anak untuk terus berduka cita, anak bisa menolaknya. Inilah peran terapis untuk menumbuhkan proses identifikasi, meredakan emosi dan mengekspresikannya, serta membantu klien mendiskusikan dan memahami emosi-emosi ini dengan cara yang tidak menghakimi (Herlina, 2012).

Penerimaan sikap terhadap tokoh atau sosok bacaan memberikan pesan penting bagi klien bahwa emosi diterima dan dipahami. Ini merupakan terapeutik, yang pada saat bersamaan melegitimasi perasaan klien. Bila diskusi menjadi lebih personal (pribadi), terapis juga mengirimkan pesan langsung tentang penerimaan terhadap klien. Proses ini membawa pada pengalaman emosional yang korektif, yang memungkinkan terjadinya pengalaman katartik dan refleksi dari pengalaman tersebut. Menurut Herlina (2012) intervensi terapis dalam interaksi antara partisipan dengan literatur sangat penting terutama bila bekerja dengan anak dan remaja. Sebagaimana dalam terapi lain, konselor bertanggung jawab atas iklim yang aman dari proses bibliotherapy, dan harus yakin bahwa literatur benar-benar dipahami dan tidak menyimpang melalui pengalaman pribadi pembaca berusia muda.



Terapis juga harus mempertahankan rasa ingin tahu pembaca terhadap kompleksitas kehidupan dan mendorong partisipan untuk mengatasi dan menantang kejadian-kejadian dalam kehidupan. Oleh karena itu, untuk menggunakan bibliotherapy sebagai *tools* layanan konseling ataupun sebagai terapi tambahan, terdapat tiga elemen yang dijalin yaitu antara literatur, partisipan, dan konselor. Jarak yang diciptakan oleh literatur antara klien dan masalahnya membantu terapis untuk membimbing anak mengatasi isu-isu yang menyulitkan dengan lebih aman, kurang defensif dan resisten.

Proses bibliotherapeutic meliputi suatu seri aktivitas yang berbeda yang sangat penting bagi penggunaan buku dalam treatment. Proses ini mencakup kesiapan klien dan seleksi buku, kegiatan klien membaca buku, serta aktivitas tindak lanjut. Seluruh aktivitas ini ditujukan untuk menggerakkan klien agar melalui tahapan-tahapan dalam proses bibliotherapeutic yaitu identifikasi dan proyeksi, katarsis, dan insight.

### **Implementasi Biblioterapi Pada Anak di Perpustakaan**

Pelaksanaan biblioterapi dengan anak-anak memiliki beberapa kategori. Contohnya, biblioterapi dapat digunakan untuk anak-anak sebagai individu, dalam kelompok kecil atau ruang kelas, oleh seorang guru, pustakawan, atau konselor, di ruang kelas, perpustakaan, atau kantor (Cook et al., 2006). Untuk orang dengan kebutuhan khusus, buku audio, versi Braille teks, buku dengan cetakan besar (Pardeck, 1994), buku bergambar, dan buku dengan akhir yang dapat diprediksi dapat membantu (Cook et al.). Tujuannya dapat mencakup hal-hal berikut: (a) menyebarkan informasi dan menawarkan wawasan, (b) mempromosikan diskusi, (c) membantu seorang anak melihat solusi alternatif, (d) mengkomunikasikan nilai-nilai dan sikap, dan (e) membantu anak-anak melihat universalitas situasi masing-masing (Pardeck, 1994).

Kemudian Jackson dan Nelson (2002) memaparkan cara-cara berikut di mana terapis dalam hal ini pustakawan dapat menggunakan literatur masa kecil untuk menguntungkan pemustakanya, diantaranya: (a) untuk mempromosikan perasaan diri yang positif, (b) untuk mendorong pembelajaran tentang dunia tempat kita hidup, (c) untuk membantu dalam mengatasi, (d) berbagi wawasan ke dalam kesulitan, (e) untuk menegaskan pikiran dan emosi anak, (f) untuk mendorong diskusi, (g) untuk mengajarkan kesadaran orang lain menghadapi cobaan serupa, (h) untuk membantu dalam *brainstorming* mencari solusi, (i) untuk mengkomunikasikan sikap dan nilai, dan (j) untuk membantu anak dalam menemukan tujuan. Selain itu Jackson dan Nelson menunjukkan bahwa dalam program bimbingan sekolah, biblioterapi adalah sarana meningkatkan program perkembangan anak yang sudah ada dengan menghadirkan kepada mereka

perkembangan sosial dan afektif. Beberapa langkah dalam proses biblioterapi untuk anak antara lain:

- 1) Pustakawan seharusnya mempromosikan hubungan terapeutik dengan anak yang mencakup kepercayaan diri dan kepercayaan (Pardeck, 1994). Anak-anak yang tidak merasakan hubungan ini mungkin mengalami kesulitan mengekspresikan pikiran dan perasaan (Prater, 2006).
- 2) Berbagai orang dewasa yang membantu harus diidentifikasi seperti guru, pekerja sosial, perawat sekolah, konselor, dan orang lain yang juga bisa menjadi sumber daya individu untuk anak (Prater, 2006.).
- 3) Orang tua atau wali harus diakui sebagai sumber dukungan tambahan; namun, perhatian harus dilakukan jika orang dewasa ini berkontribusi masalah anak (Prater, 2006.). Orang dewasa yang membantu juga harus menentukan masalah yang dihadapi si anak, menargetkan tantangan spesifik yang ditimbulkan masalah tersebut untuk anak (Prater, 2006.).
- 4) Tujuan dan kegiatan, bersama dengan rencana aksi yang sesuai, harus disusun untuk menangani masalah. Pihak yang membantu harus mengevaluasi apakah biblioterapi dapat bermanfaat membantu anak mengatasi masalah. Pada tahap ini, orang dewasa memutuskan jika kelompok individu, kelompok kecil, kelompok besar atau pengaturan panduan kelas akan menjadi yang paling efektif membantu anak mengatasi masalah (Prater, 2006).

Membaca untuk anak-anak akan membantu mereka dalam berkembang. Membaca buku merupakan aktivitas yang aman, sedang dan gaya untuk anak-anak dalam mengeksplorasi dan memahami perasaan mereka terhadap lingkungan, situasi, komunitas dan harapan masyarakat. Merupakan hal yang baik untuk belajar tentang gaya hidup dan situasi orang lain tanpa resiko. Melalui biblioterapi, dapat meningkatkan minat baca untuk tujuan rekreasi, dan juga merupakan peluang bagi anak-anak untuk mengembangkan keterampilan dan kebiasaan membaca (Elahe, 2013).

Berdasarkan hasil penelitiannya Karen S. Moore Townsend (2009) memaparkan bahwa implementasi biblioterapi pada anak-anak meliputi beberapa tahapan, dan jika diterapkan pada perpustakaan dapat diuraikan dalam tahapan-tahapan berikut ini.

- 1) **Pemilihan literatur yang sesuai.** Setelah kesesuaian biblioterapi sebagai intervensi telah ditentukan dan pengaturan telah ditetapkan, pustakawan memulai satu langkah paling penting dalam proses biblioterapi, yaitu pemilihan buku yang tepat.

- 2) **Memperkenalkan buku kepada anak.** Setelah pemilihan bahan bacaan yang cermat, pustakawan harus peka terhadap perasaan anak dalam menyajikan buku kepada si anak. Pengantar ini termasuk mendiskusikan tema buku dan kemudian membiarkan anak terhubung dengan buku tersebut dengan membuat prediksi atau mencari pengalaman hidup yang serupa. Setelah pembacaan selesai anak juga dapat didorong untuk melakukan *brainstorming* tentang cara-cara kreatif yang akan dilakukannya.
- 3) **Membaca seleksinya.** Saat membaca, pustakawan harus membantu anak dalam pembuatan identifikasi dengan karakter yang terkait dengan anak (Pardeck, 1990; Nicholson & Pearson, 2003) dan membantu anak untuk mengenali persamaan. Kemudian, anak dapat membuat koneksi ke kehidupannya sendiri (Nicholson & Pearson). Pertanyaan harus mencakup berbagai tingkat keterampilan berpikir termasuk yang membutuhkan evaluasi, mensintesis, menganalisis, dan menafsirkannya. Namun, memang demikian penting bahwa pustakawan tidak boleh mendorong harapan palsu (Pardeck, 1994). Dengan siswa yang lebih tua yang mungkin tidak membaca buku semuanya dalam satu tempat duduk, membuat jurnal untuk mencatat pemikiran dan perasaan sementara membaca, mengumpulkan kutipan dari bacaan, atau keduanya, mungkin terapeutik dan memberikan wawasan baik dewasa muda maupun konselor.
- 4) **Tindak lanjut kegiatan.** Menurut Prater (2006), banyak kegiatan yang mendukung kata pengantar, menemani, dan memuncak pada dorongan pengalaman membaca. Tindak lanjut kegiatan sangat penting dalam memuncak pengalaman untuk anak sebagai bentuk ekspresi pembelajaran dan pertumbuhan yang terjadi dan mendorong biblioterapi untuk dilihat sebagai pribadi dan bermakna (Abdullah, 2002). Kegiatan dapat digunakan untuk melengkapi bacaan dan menambah makna pada proses biblioterapi (Pardeck & Pardeck, 1993). Orang dewasa mungkin menyarankan suatu kegiatan atau hadiah beberapa dan memungkinkan orang muda untuk memilih satu atau lebih yang dia temukan menarik (Pardeck & Pardeck). Kegiatan yang dipilih harus dilaksanakan dengan tujuan memberi detail dan wawasan tambahan, mendorong lebih banyak interaksi verbal dengan anak, berdiskusikap dan nilai-nilai, menciptakan kesadaran bahwa situasi anak tidak unik, dan terlihat untuk solusi yang masuk akal.



Gambar 1. Proposed conceptual framework (Noordin, S. A., Husaini, H., & Shuhidan, S. M., 2017)

Dari gambar 1 di atas terlihat bahwa perpustakaan memiliki peran yang penting dalam layanan bimbingan konseling dengan bentuk bibliotherapy. Terlihat pada gambar di atas bahwa tiga elemen utama dikumpulkan bersama dan dirasionalisasikan. Dapat dijelaskan bahwa perpustakaan sebagai agen perubahan, kemudian skema biblioterapi sebagai inisiatif dan masyarakat pengetahuan sebagai aspirasi nasional untuk memiliki masyarakat yang melek dengan kebiasaan membaca yang baik. Dimensi perpustakaan adalah peran & fungsi, obyektif, kebijakan dan layanan. Adapun skema biblioterapi, yang termasuk dimensi kategori biblioterapi adalah proses, praktik dan strategi. Dimensi ini memperlihatkan bahwa kebiasaan membaca dilihat dari tipe membaca, sikap dan perilaku membaca, dan keterampilan membaca.

Literatur berkaitan dengan biblioterapi dimulai pada abad 20, dan ini diterima di bidang perpustakaan, ketika pustakawan terlatih dipekerjakan di Rumah Sakit Mclean, Massachusetts pada tahun 1904. Di era itu, sebagai peran utama, buku digunakan untuk terapi dalam pada pasien. Di tahun ini 1920, Sadie Peterson-Delaney, yang juga seorang pustakawan dari Veteran's Hospital di Tuskegee, Alabama telah sukses di program luar biasa yang terkait dengan biblioterapi terhadap veteran perang Afrika - Amerika. Dia kemudian menerima pengakuan dunia karena metodenya diadopsi untuk mengobati kebutuhan psikologis dan fisik korban perang. Bahkan setahun sebelumnya; pada tahun 1919 terdapat sebuah artikel yang ditulis oleh pustakawan tentang biblioterapi. Artinya, biblioterapi tidak lagi metode atau praktik aneh dalam layanan perpustakaan, terutama

perpustakaan di rumah sakit. Peran perpustakaan akan lebih terlihat dan signifikan adalah dengan skema biblioterapi daripada persepsi tradisional menjadi penjaga informasi / buku.

Menurut studi sebelumnya oleh Battleson dan Nasset, Fanner dan Urquhart praktik biblioterapi bertujuan untuk membantu orang yang sakit mental dikenal dengan baik oleh pustakawan yang sering mengambil bagian dalam program rehabilitasi dan biblioterapi. Perpustakaan memainkan peran sebagai agen pengurangan stres melalui layanan mereka dan kegiatan biblioterapi (Jackson, 2006). Melalui program ini anak-anak belajar untuk mengatasi masalah yang mengancam mereka. Penelitian sebelumnya (Jackson, 2006) mengidentifikasi kurangnya standar praktek biblioterapi sebagai *inhibitor* untuk skema biblioterapi. Disorot bahwa otoritas yang menawarkan layanan tidak memiliki silabus yang tepat dan bahkan beberapa perpustakaan dan pustakawan tidak menyadari bahwa ada penawaran layanan secara teknis dari biblioterapi (Hotchinson, 2014).

## **Penutup**

Meskipun ratusan artikel telah ditulis berkaitan dengan biblioterapi, tetapi sangat sedikit yang membahas tentang persiapan konselor (Pehrsson & McMillen, 2005). Biblioterapi paling baik digunakan oleh praktisi yang siap terampil dan diawasi dalam penerapannya. Membaca buku diakui sebagai sarana untuk membantu individu berurusan dengan kekhawatiran mendalam dan dapat menawarkan strategi khusus untuk pengembangan masalah. Namun demikian, biblioterapi tampaknya masih sebuah metode yang dalam masa pertumbuhan.

Tidak ada keraguan bahwa perpustakaan umum tidak akan tinggal di zona bebas biblioterapi; biblioterapi akan menjadi bagian dari layanan penting perpustakaan umum dan sekolah, sederhananya ini disebabkan karena pertumbuhan aplikasi biblioterapi yang terus menerus dan lebih luas. Mencerminkan konvergensi yang kuat antara tujuan biblioterapi dan tujuan layanan perpustakaan lainnya, seperti panduan pembaca dan saran pembaca.

Memperkenalkan biblioterapi di perpustakaan dapat mempengaruhi secara positif stereotip pustakawan juga, karena mereka akan memasuki area baru untuk berkomunikasi dengan pelanggan, area penyembuhan tidak hanya membantu, yang akan membuka pasar kerja baru untuk mahasiswa pascasarjana. Di sisi lain, bidang biblioterapi itu sendiri perlu dimasukkan dalam program perpustakaan sekolah, karena langkah ini akan memperluas penerimaan dan aplikasinya sebagai kognitif pendekatan psikoterapi untuk peserta didik.

Tujuan dari perkembangan biblioterapi adalah untuk mempromosikan perkembangan normal dan aktualisasi diri atau untuk mempertahankan tingkat kesehatan

mental masyarakat secara umum. Studi ini menunjukkan bahwa tidak ada waktu yang lebih baik daripada sekarang untuk mengambil inisiatif dalam memperkenalkan dan menerapkan biblioterapi di perpustakaan. Dengan dukungan dari pemerintahan, publik perpustakaan diposisikan dengan baik untuk menyediakan program biblioterapi yang akan memungkinkan perpustakaan untuk memberikan kontribusi besar terhadap lingkungan sekitar.

## Referensi

- Abdullah, M. H. (2002). *Bibliotherapy*. Bloomington, IN: ERIC Clearinghouse. (ERIC Document Reproduction Service No. ED470712)
- Afolayan, J. A. (1992). *Documentary perspective of bibliotherapy in education*. *Reading Horizons*, 33(2), 137-148
- Antila, R. D. (2009). *Bibliotherapy And The K-5 Michigan Model For Health Curriculum*. *Master Of Arts In Education At Northern Michigan University*. Retrieved from [http://www.nmu.edu/sites/DrupalEducation/files/UserFiles/Files/Pre-Drupal/SiteSections/Students/GradPapers/Projects/Antila\\_Regan\\_MP.pdf](http://www.nmu.edu/sites/DrupalEducation/files/UserFiles/Files/Pre-Drupal/SiteSections/Students/GradPapers/Projects/Antila_Regan_MP.pdf)
- A. Pandian. (1977). *Reading in Malaysia*. Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.
- B. Battleson and V. Nasset. (2012). *An investigation of the role of an onsite library in the provision of adjunct bibliotherapeutic treatment for emotionally disturbed youth*. *Qqml Net*, pp. 287-293.
- Béres, J. (2015). *Bibliotherapy & Creative Writing for Talented Disadvantaged Youth*. University of Pécs, Faculty of Adult Education & HRD, Institute of Library & Information Science, Hungary. Revised version of paper that was presented on BOBCATSSS conference 2015. Retrieved from [https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/134367/2\\_ProInflow\\_7-2015-2\\_2.pdf](https://digilib.phil.muni.cz/bitstream/handle/11222.digilib/134367/2_ProInflow_7-2015-2_2.pdf)
- Bryan, A. I. (1939). *The psychology of the reader*. In R. J. Rubin (Ed.) *Bibliotherapy Sourcebook* (pp. 22-32). Phoenix, AZ: The Oryx Press.
- Carlson, R. (2001). *Therapeutic use of story in therapy with children* [Electronic version]. *Guidance & Counseling*, 16 (3), 92-99.
- C. B. Smith, S. L. Smith, and L. Mikulecky. (1978). *Teaching Reading in Secondary School Content Sub Ects: A Book in Ing Approach*. NY: Holt, Rine art and Winston.
- C. Caldin. (2009). *Reading and Therapy*. Santa Catarina: Universidade Federal de Santa Catarina.
- Cook, K. E., Earles-Vollrath, T., & Ganz, J. B. (2006). *Bibliotherapy*. *Intervention of School and Clinic*, 42(2), 91-100.
- Crothers, S. (1916). *A Literary Clinic*. *The Atlantic Monthly*, 118(3), 291–301.
- Cornett, C. E., & Cornett, C. F. (1980). *Bibliotherapy: The right book at the right time*. Bloomington. IN: Phi Delta Kappa Educational Foundation.
- C. Richardson Lack. (1985). *Can Bibliotherapy Go Public? Spring*. 27-32.
- Cunningham, A. E., & Stanovich, K. E. (1998). What reading does for the mind. *American Educator*, 22, 8–15
- D. Fanner and C. Urquhart. (2008). *Bibliotherapy for mental health service users Part 1: a systematic review*. *Health Information & Libraries Journal*, vol. 25, no. 4, pp. 237-252.

- D. Fanner and C. Urquhart,. (2009). *Bibliotherapy for mental health service users Part 2: a survey of psychiatric libraries in the UK*. Health Information & Libraries Journal, vol. 26, no. 2, pp. 109-117.
- D. Janaviciene. (2012). *Bibliotherapy in lithuanian public libraries: Service identification and analysis*. Torunkie Studia Bibliologiczne, vol. 2, no. 9.
- Goddard, A. T. (2011). *Children's books for use in bibliotherapy*. Journal of Pediatric Health Care, 2011/25 (1) 57-61.
- Harvey, P. (2010). *Bibliotherapy use by welfare teams in secondary colleges*. Australian Journal of Teacher Education, 2010/35 (5) 29-39.
- Herlina. (2012). *Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku)*. EduLib, Tahun 2, Vol 2, No. 2 November 2012
- Holland, N.N. (1968). *The Dynamics of Literary Response*. New York, Oxford University Press.
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (1994). *Biblio-poetry therapy, the interactive process: A handbook*. St. Cloud, MN: North Star Press of St. Cloud Inc.
- Hutchinson, E. (2014). *Bibliotherapy Programmes in Dublin Public Libraries: A Case-Study of Dublin City, Fingal and South Dublin Public Library Services*. Quantitative and Quantitative Methods in Librarians (QQML) Special Issue Social Justice, Social Inclusion, pp. 95-103.
- Jackson, S. A. & Nelson, K. W. (2002). *Use of children's literature in a comprehensive school guidance program for young children* (Report No. PS-030-605). Corpus Christi, TX: Corpus Christi Independent School District TX. (ERIC Document ED468871)
- L. Brewster. (2014). *The public library as therapeutic landscape: A qualitative case study*. Health & Place, Elsevier, vol. 26, pp. 94-99.
- Magaji, S. (2016). *Bibliotherapy as a Problem-Solving Skill of Counsellors and Teachers for Character and Skills Development in Ogun State, Nigeria*. Journal of Education and Practice. Vol.7, No.20, 2016
- M. N. M. Jackson. (2006). *Bibliotherapy Revisited Issues In Classroom Management: Developing Teachers' Awareness and Techniques to Help Children Cope Effectively With Stressful Situations*. [Online]. Available: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED501535.pdf>
- N. S. A. Karim and A. Hasan. (2007). *Reading habits and attitude in the digital age: Analysis of gender and academic program differences in Malaysia*. The Electronic Library, vol. 25, no. 3, pp. 285-98.
- Noordin, S. A., Husaini, H., & Shuhidan, S. M. (2017). *Bibliotherapy in Public Libraries: A Conceptual Framework*. International Journal of Learning and Teaching Vol. 3, No. 3, September 2017
- Orton, G. L. (1997). *Strategies for counseling with children and their parents*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole
- Pardeck, J. T. (1990). Using bibliotherapy in clinical practice with children. Psychological Reports, 67, 1043-1049.
- Pardeck, J. T., & Pardeck, J. A. (1992). *Bibliotherapy: A guide to using books in clinical practice*. San Francisco, CA: Mellen Research University Press.
- Pardeck, J. T. (1994). *Using literature to help adolescents cope with problems*. *Adolescence*, 29, 421-427. Retrieved from the EBSCOhost database.
- Pardeck, J. T. (1995). *Bibliotherapy: An innovative approach for helping children*. Early Child Development and Care, 110, 83-88.
- Pardeck, J. T., & Pardeck, J. A. (1998). *An exploration of the uses of children's books as an approach for enhancing cultural diversity*. Early Child Development and Care, 147, 25-31.

- Peter, M. (1998). 'Good for them, or what?' *The arts and pupils with SEN*. British Journal of Special Education, 25(4), 168-172.
- Pehrsson, D. E., & McMillen, P. (2005). *A Bibliotherapy Evaluation Tool: Grounding counselors in the therapeutic use of literature*. Arts in Psychotherapy, 32(1), 47-59.
- Prater, M. A., Johnstun, M. L., Dyches, T. T. & Johnstun, M. R. (2006). *Using Children's Books as Bibliotherapy for At-Risk Students: A Guide for Teachers*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/241740144>
- Reitz, Joan.M. ( 2006). *Online Dictionary for Library and Information Science*. <http://www.abc-clio.com/ODLIS/odlib.asp>
- Riordan, J. (1996). *Scriptotherapy: Therapeutic writing as a counseling adjunct*. Journal of Counseling and Development, 74(3), 263-279.
- Rubin, R. J.(1979) *Uses of Bibliotherapy in Response to the 1970s*. Library Trends 29(2), 239-252
- Rubin, R. J. (1978). *Using bibliotherapy: A guide to theory and practice*. Phoenix, AZ: Oryx Press.
- R. Mazuki, S. Z. Omar, J. L. D'Silva, and H. A. M. Shaffril. (2014). *Mapping the problems in using library services among rural youth in Malaysia*. in Proc. Social Sciences Research ICSSR 2014, Kota Kinabalu, Sabah, Malaysia, 9-10 June 2014.
- R. O. Ogbodo. (2010). *Effective study habits in educational sector: Counseling implications*. Edo Journal of Counseling, vol. 3, no. 2. pp. 1-11.
- R. Yusuf and M. S. Taharem. (2008). *Bibliotherapy: A tool for primary prevention program with children and adolescents*. Journal Antidadah Malaysia, pp. 75-90.
- S. Arulanantham and S. Navaneethakrishnan. (2013). *Introducing bibliotherapy in public libraries for the development of health and social conditions of post war community in Jaffna District-An exploratory study*. [Online]. Retrieved from <http://blogs.ifla.org/riss/2013/05/20/introducing-bibliotherapy-in-public-libraries-for-the-development-of-health-and-social-conditions-of-post-war-community-in-jaffna-district-an-exploratory-study/>
- Shrodes, C. (1950). *Bibliotherapy: A theoretical and clinical experimental study*. Unpublished doctoral dissertation, University of California at Berkeley.
- S. Inderjit. (2014). *Reading trends and improving reading skills among students in Malaysia*. International Journal of Research in Social Sciences, vol. 3, no. 5, pp. 70-81.
- Stamps, L. S. (2003). *Bibliotherapy: How books can help students cope with concerns and conflicts*. Delta Kappa Gamma Bulletin, 70(1), 25-29
- Sullivan, A., & Strang, H. (2002/2003). *Bibliotherapy in the classroom* [Electronic version]. Childhood Education, 79(2), 74-80.
- T. Natalia. (2011). *Bibliotherapy in a library setting: Reach out to vulnerable youth*. The Canadian Journal of Library and Information Practice and Research, vol. 6, no. 1.
- Townsend, K. S. M. (2009). *Bibliotherapy: An Examination Of School Counselors' Attitudes And Use*. Dissertation. Tuscaloosa, Alabama: The University of Alabama.
- V. Elahe. (2013). *Bibliotherapy for use in psychological and social problems children*. Nationalpark-Forschung in Der Schweiz (Switzerland Research park Journal), vol. 102, no. 10, October 2013.
- Yalom, I.D. (1995): *The Theory and Practice of Group Psychotherapy*. New York, Basic Books.