

PELAKSANAAN *BIBLIOTHERAPY*

A. Tahapan *Bibliotherapy* secara Umum

Dalam buku *Bibliotherapy - A Clinical Approach for Helping Children*, Pardeck & Pardeck (1993) menyatakan bahwa proses bibliotherapeutik meliputi suatu seri aktivitas yang berbeda yang sangat penting bagi penggunaan buku dalam *treatment*, yang ditujukan untuk menggerakkan klien agar melalui tahapan-tahapan dalam proses bibliotherapeutik yaitu identifikasi dan proyeksi, katarsis, dan *insight*.

Proses ini mencakup kesiapan klien dan seleksi buku, kegiatan klien membaca buku, serta aktivitas tindak lanjut.

1. Kesiapan

Sebelum melaksanakan *treatment bibliotherapy*, terapis atau orang yang membantu pelaksanaan *treatment* harus mempertimbangkan faktor penting yaitu kesiapan anak. Pemilihan waktu yang tidak tepat akan menghambat proses. Zaccaria & Moses (1968, dalam Pardeck & Pardeck, 1993) mengatakan bahwa pada umumnya, anak paling siap memulai *bibliotherapy* bila telah memiliki syarat-syarat berikut:

- a) *Rapport* yang memadai, kepercayaan, dan keyakinan telah ditanamkan oleh terapis kepada anak.
- b) Jika klien merupakan anak yang lebih tua, anak dan terapis telah membuat kesepakatan tentang masalah yang akan ditreatment,
- c) Telah dilakukan eksplorasi awal dari permasalahan

2. Seleksi Buku

Terapis harus mempertimbangkan beberapa faktor saat memilih buku untuk *treatment*. Faktor terpenting adalah masalah yang terjadi pada anak. Anak mungkin memiliki sedikit atau banyak penyesuaian dan masalah perkembangan. Walaupun tersedia banyak buku untuk berbagai masalah, namun tetap sangat penting untuk diperhatikan bahwa bila menggunakan fiksi, buku tersebut harus berisi karakter dan situasi yang dapat dipercaya yang memberikan harapan realistik bagi anak. Terapis juga harus mengetahui minat dan tingkat kemampuan membaca anak.

Elemen penting lain dari buku adalah bentuk publikasi. Bentuk-bentuk alternatif seperti braille, buku bicara (kaset), dan buku berukuran besar tersedia untuk anak-anak berkebutuhan khusus. Terapis juga diharapkan menggunakan edisi bersampul tipis sehingga lebih enak digunakan oleh anak (Fader & McNeil, 1968, dalam Pardeck & Pardeck, 1993).

Berkaitan dengan pemilihan buku ini, khusus untuk *self-help book*, Kramer (2009) mengemukakan faktor-faktor yang harus dipertimbangkan dalam memilih buku agar sesuai untuk klien. Faktor-faktor tersebut yaitu:

Faktor	Pertimbangan
Masalah yang dihadapi	<p>Jika masalah yang dihadapi berkaitan dengan keasertifan, kecemasan, atau depresi, maka terdapat beberapa bukti yang menunjukkan bahwa <i>self-help bibliography</i> bisa meningkatkan hasil.</p> <p>Penelitian terbaru menunjukkan bahwa orang yang mengalami masalah alkohol hanya mendapatkan sedikit manfaat dari material <i>self-help</i></p> <p>Penelitian menunjukkan tidak ada hasil atau hasil yang minimal dari penggunaan <i>self-help book</i> dalam mengatasi masalah lain. Namun hal ini tidak berarti bahwa <i>self-help bibliography</i> tidak efektif.</p>
Tingkat keparahan simtom	<p><i>Self-help bibliography</i> tidak cocok bagi individu dengan tingkat distress emosional yang tinggi. Emosi yang tinggi dapat mempengaruhi perhatian, persepsi, dan ingatan. Jika simtom-simtom tersebut telah dikelola, maka <i>self-help bibliography</i> bisa tepat digunakan.</p>
Kemampuan kognitif	<p>Klien dengan kesulitan konsentrasi akan merasa kesulitan dengan penerapan <i>self-help bibliography</i></p>
Minat membaca	<p>Klien dengan minat membaca yang baik akan berespon lebih baik terhadap intervensi ini</p>
Tingkat penghasilan	<p>Klien dengan penghasilan rendah bisa jadi akan mengalami kesulitan jika harus membeli sendiri material bacaan atau terlibat dalam kegiatan yang disarankan yang membutuhkan biaya.</p>
Kemampuan fisik	<p><i>Self-help book</i> yang berisi kegiatan dengan komponen fisik bisa jadi akan menyulitkan klien yang memiliki hambatan fisik.</p>
Tingkat kemampuan membaca	<p>Klien yang kurang terampil dalam membaca tidak tepat jika diberi <i>self-help bibliography</i></p>

3. Memperkenalkan Buku

Jika anak telah siap mengikuti proses *bibliotherapy* dan telah dilakukan pemilihan buku, maka yang perlu diperhatikan terapis adalah bagaimana memasukkan buku ke dalam *treatment*. Sebagian besar orang dari profesi “membantu” menganggap bahwa yang terbaik adalah menganjurkan menentukan buku jika bekerja dengan anak berusia lebih tua; namun sebaliknya jika berhadapan dengan anak yang lebih muda. Apapun strategi yang digunakan untuk memperkenalkan buku dalam *treatment*, terapis harus benar-benar mengenal baik isi dari buku yang dipilih.

4. Strategi Tindak Lanjut

Zaccaria & Moses (1968, dalam Pardeck & Pardeck, 1993) menyimpulkan bahwa terdapat kesepakatan antara berbagai studi tentang *bibliotherapy* yaitu bahwa kegiatan membaca buku harus disertai dengan diskusi dan/atau konseling. Selama dan setelah membaca buku, anak mungkin mengalami tiga tahapan dari proses biblioterapeutik. Dalam kondisi terapeutik tradisional, anak berusia lebih muda tidak mampu mengalami katarsis yang membawa pada *insight* terhadap masalah. Namun, *bibliotherapy* memungkinkan anak berusia lebih muda untuk melihat solusi masalah tanpa verbalisasi mendalam, konfrontasi, dan interpretasi – strategi yang seringkali sangat penting untuk keberhasilan *treatment*. Dengan bimbingan dari terapis, anak terbantu untuk mengidentifikasi diri dengan karakter buku yang memiliki masalah yang mirip dengan masalah dirinya. Melalui proses ini, anak mulai melihat bagaimana karakter dalam buku ini mengatasi masalahnya dan kemudian mengenali pemecahannya (Pardeck, 1990); bagi anak berusia lebih tua, tahap lebih jauh dari proses biblioterapeutik mungkin untuk dicapai dengan bantuan dari terapis (Pardeck & Pardeck, 1984). (Pardeck & Pardeck, 1993).

Berikut ini adalah aktivitas yang dapat digunakan oleh terapis/orang yang “membantu” setelah buku dibaca. Strategi tindak lanjut ini sesuai untuk sebagian besar anak. Beberapa aktivitas tindak lanjut membutuhkan setting kelompok kecil. Terapis dapat menggunakan satu atau beberapa aktivitas. Strategi mencakup menulis kreatif, aktivitas seni, diskusi, dan bermain peran (Pardeck & Pardeck, 1984, dalam Pardeck & Pardeck, 1993)

a. Menulis Kreatif

Setelah membaca buku, anak mengerjakan hal-hal berikut:

- 1) Mengembangkan sinopsis buku, menggunakan sudut pandang karakter lain yang tidak sama dengan karakter dalam buku.

- 2) Membuat jadwal harian untuk karakter yang menjadi identifikasi diri anak, kemudian membandingkannya dengan jadwal anak sendiri.
- 3) Menyusun sebuah *diary* untuk karakter dalam cerita.
- 4) Menulis surat dari satu karakter dalam buku untuk karakter lain, atau dari anak kepada karakter dalam buku.
- 5) Membuat *ending* yang berbeda atau berhenti membaca sebelum bab terakhir dan menciptakan *ending* sendiri.
- 6) Menyusun surat yang dianggap mungkin dituliskan oleh karakter dalam buku tentang sebuah situasi masalah.
- 7) Membuat berita tentang sebuah kejadian dalam buku.

b. Aktivitas Seni

Strategi seni sesuai bagi anak yang senang dengan aktivitas artistik. Setelah membaca buku, anak diarahkan untuk mengikuti aktivitas berikut:

- 1) Membuat peta yang menggambarkan kejadian-kejadian dalam cerita dengan menggunakan imajinasi anak yang berbeda dengan yang ada dalam buku.
- 2) Membuat wayang atau model lilin (*clay*) dari karakter cerita.
- 3) Merekat gambar dan/atau menggunting dari majalah untuk menciptakan kolase yang menggambarkan kejadian dalam cerita.
- 4) Membuat gambar sekuens (berurutan) dari kejadian penting dalam buku.
- 5) Membuat sebuah mobil yang mewakili kejadian kunci atau karakter dalam buku, dengan menggunakan gambar yang dibuat sendiri oleh anak atau diambil dari majalah.

c. Diskusi dan Bermain Peran

Terapis meminta anak untuk:

- 1) Berpartisipasi dalam meja bundar untuk memutuskan satu karakter dalam buku yang akan dibahas.
- 2) Memainkan peran sebuah kejadian dalam cerita, dengan partisipan memainkan peran karakter kunci.

- 3) Memainkan peran pengadilan pura-pura berkaitan dengan kejadian dalam cerita, dimana klien memainkan peran sebagai terdakwa, pengacara, hakim, juri, dan saksi.
- 4) Mendiskusikan titik kekuatan dan kelemahan karakter yang menjadi identifikasi diri anak.

Tentu saja orang yang membantu harus benar-benar mempertimbangkan tingkat kematangan dan kesukaan anak saat memilih aktivitas tindak lanjut. Terapis dapat mengadaptasi aktivitas agar sesuai dengan anak; sebagai contoh, anak yang tidak suka menulis dapat menggunakan *tape recorder* untuk aktivitas menulis kreatif. Tergantung pada masalah anak dan tipe buku yang digunakan, terapis dapat menyarankan beberapa aktivitas tindak lanjut yang dapat dipilih oleh anak.

B. Pelaksanaan *Bibliotherapy* di Sekolah

Sebagaimana telah dibicarakan sebelumnya dalam buku ini, *bibliotherapy* adalah penggunaan buku untuk membantu orang mengatasi masalahnya. Profesional menggunakan buku untuk membantu orang lain mengatasi masalah pribadi dan perubahan-perubahan dalam kehidupannya, atau sebagai alat untuk meningkatkan perubahan afektif atau perkembangan pribadi (Abdullah, 2002 dalam Prater, Johnstun, Dyches, dan Johnstun, 2006). *Bibliotherapy* juga dapat digunakan untuk memberikan informasi atau *insight* tentang masalah, menstimulasi diskusi tentang masalah, menciptakan kesadaran (*awareness*) bahwa orang lain memiliki masalah yang serupa, dan dalam beberapa kasus memberikan pemecahan masalah (Joshua & DiMenna, 2000 dalam Prater, *et al*, 2006).

Prater, *et al* (2006) mengaplikasikan *bibliotherapy* dalam mengatasi masalah-masalah di sekolah. Prater, *et al*, 2006 mengutip Orton, 1997 menulis bahwa *bibliotherapy* memberikan banyak manfaat.

Pertama, *bibliotherapy* merangsang anak untuk mengekspresikan masalah dan kesulitan mereka secara bebas. Beberapa siswa menggunakan represi atau menolak mengatasi kejadian-kejadian traumatik. Buku dapat membantu membawa masalah ke hadapan siswa sehingga siswa dapat menghadapinya.

Kedua, *bibliotherapy* membantu siswa menganalisis pikiran dan perilaku mereka sendiri dalam hubungan dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain. Siswa dapat menguji

pikiran dan perilaku mereka sendiri setelah mengidentifikasi pikiran dan perilaku karakter dalam buku yang memiliki kesulitan yang mirip dengan kesulitan mereka.

Ketiga, *bibliotherapy* dapat menjadi alat yang bisa memberikan informasi bagi siswa untuk mengatasi masalahnya.

Keempat, *bibliotherapy* dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan relaksasi. Siswa seringkali merasa emosinya reda setelah menemukan bahwa orang lain pun memiliki perasaan-perasaan dan pengalaman-pengalaman yang mirip dengan dirinya.

Kelima, *bibliotherapy* dapat memberikan suatu cara baru dan menyenangkan untuk mempelajari dan mencoba solusi baru bagi permasalahan mereka.

Prater, *et al.* (2006) mengatakan bahwa dalam mengimplementasikan *bibliotherapy*, guru seharusnya berkolaborasi dengan profesional sekolah lainnya, seperti konselor sekolah, psikolog, atau pustakawan. Pustakawan sekolah dapat membantu guru mengidentifikasi buku yang sesuai (*appropriate*), sedangkan konselor dan psikolog dapat membantu guru dalam menemukan cara yang sesuai untuk mengatasi masalah yang mungkin muncul. Sebagai contoh, konselor dan guru dapat bekerjasama menemukan masalah siswa, merumuskan tujuan, curah pendapat untuk menggunakan *bibliotherapy* secara individual atau kelompok, mengimplementasikan strategi yang terpilih, dan mengases keefektifan program. Namun tidak semua sekolah memiliki konselor atau psikolog sekolah sehingga guru menjadi satu-satunya tempat siswa mengadakan masalah yang dihadapinya.

Sehubungan dengan permasalahan di atas, Prater, *et al.* (2006) merumuskan sepuluh tahap yang bisa dilakukan oleh guru dalam menggunakan *bibliotherapy*. Kesepuluh tahap tersebut adalah: 1) mengembangkan *rapport*, rasa saling percaya, dan rasa percaya diri dengan siswa, 2) mengidentifikasi personil sekolah lain yang bisa membantu, 3) mengumpulkan dukungan dari orangtua atau wali siswa, 4) menetapkan/membatasi masalah tertentu yang dialami siswa, 5) menentukan tujuan yang ingin dicapai dan kegiatan yang dapat mengatasi masalah, 6) meneliti dan memilih buku yang sesuai dengan situasi, 7) memperkenalkan buku kepada siswa, 8) menggabungkan kegiatan-kegiatan membaca, 9) mengimplementasikan kegiatan pascamembaca, 10) mengevaluasi efek *bibliotherapy* pada siswa.

Berikut adalah penjelasan kesepuluh tahap penggunaan *bibliotherapy* di sekolah sebagaimana dikemukakan oleh Prater, *et al.* (2006) beserta contoh kasusnya.

1. Mengembangkan *rapport*, rasa saling percaya, dan rasa percaya diri dengan siswa.

Sebelum memulai *bibliotherapy*, penting untuk memastikan bahwa *rapport*, rasa saling percaya, dan rasa percaya diri telah terjadi antara siswa dan guru (Pardeck, 1994, dalam Prater, *et al.*, 2006). Siswa yang tidak merasa aman dalam hubungan dengan orang dewasa tidak akan merasa nyaman untuk berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman yang dirasanya tidak menyenangkan. Untuk memperoleh rasa saling percaya, guru harus terlebih dahulu melakukan berbagai upaya untuk mengetahui siswa.

Contoh kasus:

Bu Mendez, guru kelas 5, melakukan beberapa tahap sepanjang waktu untuk mengembangkan hubungan saling mempercayai dengan Billi, salah seorang siswanya yang tunawisma. Ia mengamati bahwa Billy segan untuk berpartisipasi dalam sebagian besar kegiatan sekolah. Billy tampak pendiam dan pemalu, jarang bermain dengan siswa lain saat jam istirahat, dan duduk sendiri saat di ruang makan. Bu Mendez, yang merasa yakin bahwa Billy memerlukan rasa percaya diri, mengajak Billy untuk menghabiskan waktu jam istirahatnya di kelas bersamanya, menyiapkan kegiatan-kegiatan kelas. Pada beberapa kesempatan, Bu Mendez meminta Billy untuk menjadi *helper*-nya saat jam istirahat, yaitu menjadi siswa yang bertanggung jawab membagikan perlengkapan bermain kepada siswa lain. Setelah rasa saling percaya berkembang, Bu Mendez meminta Billy untuk tidak langsung pulang setelah selesai jam sekolah guna membantu mengerjakan tugas-tugas sekolah lainnya. Waktu tambahan untuk bersama ini membuat Bu Mendez memiliki kesempatan untuk berbicara secara individual dengan Billy dan memberikan Billy tutorial tambahan. Setelah itu, segera Bu Mendez menjadwalkan kunjungan bersama Billy ke taman yang berada berseberangan jalan dengan halte tempat tunawisma. Taman tersebut merupakan tempat yang nyaman bagi Billy dan Bu Mendez untuk menggali lebih dalam tentang kesukaan, ketakutan, dan permasalahan Billy.

2. Mengidentifikasi personel sekolah lain yang bisa membantu.

Para guru seharusnya mengetahui bahwa mereka tidaklah sendiri saat bekerja keras melayani siswa yang beresiko gagal di sekolah. Banyak profesional sekolah lainnya yang bisa membantu atau diajak bekerja sama dengan guru. Tergantung pada kekhasan lingkungan siswa, para profesional yang terlibat dalam kerja sama tersebut bisa konselor,

pekerja sosial, psikolog, ahli pendidikan khusus, atau perawat. Jadi, tugas guru pada tahap kedua adalah mengenali keberadaan para profesional ini di sekolah.

Contoh kasus:

Dalam menangani kasus Billy, Bu Mendez menjadwalkan pertemuan dengan Tim Asistensi Guru yang ada di sekolah (*TAT, Teacher Assistance Team*). *TAT* dibentuk untuk membantu guru yang memiliki siswa yang memerlukan bantuan tambahan. Bu Mendez meminta *TAT* untuk menentukan jenis layanan yang paling diperlukan Billy dan mengidentifikasi siapa saja yang bisa memberikan bantuan. Tim ini menyarankan agar Bu Mendez bekerja sama dengan konselor sekolah untuk menggali metode yang dapat membantu Billy lebih terlibat dalam kegiatan sekolah.

3. Mengumpulkan dukungan dari orangtua atau wali siswa.

Orangtua siswa yang beresiko gagal di sekolah dapat dipandang sebagai sumber dukungan karena dapat memberikan informasi berharga mengenai anaknya. Orangtua dapat menceritakan riwayat pengalaman sekolah dan pengalaman hidup anak, persepsinya tentang hambatan dan masalah anaknya, dan informasi mengenai upaya-upaya yang telah berhasil dilakukan sebelumnya kepada anaknya. Namun guru harus berhati-hati dalam mengumpulkan dukungan orangtua jika ternyata justru orangtua yang menjadi akar permasalahan. Sebagai contoh, penelantaran anak oleh orangtua atau gangguan mental orangtua seringkali membawa pada disfungsi keluarga. Guru harus peka dengan isu ini dan tidak boleh mengkonfrontasi atau menyalahkan orangtua atas terjadinya masalah anak.

Contoh kasus:

Setelah beberapa pekan menghabiskan waktu bersama-sama dengan Billy dan berunding dengan konselor sekolah, Bu Mendez menetapkan bahwa Billy tetap tidak membuka diri baik terhadap Bu Mendez maupun terhadap teman sekelasnya. Billy larut dalam tugas-tugas sekolah, dan dengan berbagai alasan, Bu Mendez merasa khawatir dengan kesehatan emosional Billy. Ia memutuskan untuk bertemu dengan orangtua Billy, tidak di sekolah, melainkan di kedai kopi dekat shelter. Lokasi netral ini dirasa sesuai oleh orangtua Billy dan mereka datang untuk mendiskusikan kemajuan belajar Billy di sekolah.

4. Menetapkan/membatasi masalah tertentu yang dialami siswa.

Meskipun guru bukanlah orang yang memiliki kualifikasi untuk melakukan psikoterapi kepada siswa, namun mereka memiliki kualifikasi untuk mendiskusikan perasaan siswa tentang keberadaan siswa di sekolah dan untuk mempertimbangkan masalah di kelas yang dialami siswa, misalnya kesulitan dalam berteman. Menetapkan masalah harus berfokus pada kesulitan yang dialami siswa di sekolah.

Contoh kasus:

Bu Mendez dan konselor sekolah menetapkan bahwa masalah Billy adalah sulit mendapatkan teman. Bu Mendez mendapat gambaran dari ibu Billy bahwa Billy pernah diejek pada awal masuk sekolah dulu karena ketunawismaannya, dan dirinya yakin bahwa Billy kemungkinan bermasalah dalam memercayai orang lain. Oleh karena itu, Bu Mendez dan konselor menyimpulkan bahwa kesulitan Billy untuk berteman adalah karena ia tidak memercayai orang lain.

5. Menentukan tujuan yang ingin dicapai dan kegiatan yang dapat mengatasi masalah.

Bibliotherapy harus digunakan secara bijaksana dan berfokus pada emosi dan perasaan siswa. Guru harus bertindak hati-hati dengan terlebih dahulu membuat rencana tindakan. *Bibliotherapy* yang dilakukan tanpa tujuan tertentu akan tidak efektif atau menyebabkan isu emosional siswa tidak terpecahkan. Tujuan yang spesifik akan mengarahkan pengajaran, dan pernyataan hasil (*outcome*) yang konkret akan mengarahkan pada rencana yang tertuju pada tujuan. Pernyataan hasil yang konkret dapat dipahami oleh orang lain sehingga memungkinkan mereka memahami apa tujuannya, bagaimana mencapainya, dan bagaimana mengases pencapaian tujuan tersebut.

Contoh kasus:

Bu Mendez memutuskan bahwa tujuan *bibliotherapy* untuk Billy adalah untuk (a) menormalkan situasi dengan menarik perhatian Billy bahwa dirinya bukanlah satu-satunya anak tunawisma dan mengalami kesepian akibat ketunawismaan tersebut, dan (b) mendiskusikan pentingnya persahabatan dan hubungan antara persahabatan dan kepercayaan.

6. Meneliti dan memilih buku yang sesuai dengan situasi.

Memilih buku yang sesuai merupakan salah satu tahap paling penting dalam *bibliotherapy*. Buku seharusnya dipilih berdasarkan pada: (a) kesesuaian dengan usia perkembangan dan kemampuan membaca siswa, (b) penggambaran topik yang diminati (misalnya tentang ketunawismaan), (c) realisme dan kejujuran dari penggambaran karakter, dan (d) kualitas sastra.

Contoh kasus:

Bu Mendez, dalam upayanya membantu Billy, menggali sejumlah buku dan memilih tiga yang kemudian ia baca. Dari ketiga buku tersebut, Bu Mendez merasa bahwa dua buku dapat digunakan dan sesuai dengan situasi Billy.

7. Memperkenalkan buku kepada siswa.

Para guru harus hati-hati dan peka dalam memperkenalkan buku kepada siswa. Jika *bibliotherapy* dilakukan kepada siswa secara individual atau dalam kelompok kecil, maka guru harus memperkenalkan buku (buku-buku) hanya kepada siswa yang berpartisipasi, tidak ke seluruh kelas. Siswa yang berusia lebih muda bisa jadi lebih terbuka kepada saran tentang buku tertentu, sementara yang lebih tua biasanya lebih senang jika diberi pilihan. Guru harus menjelaskan kepada siswa tentang perilaku tertentu yang menjadi perhatiannya, misalnya berkelahi atau tidak mau berteman, dan dirinya ingin bekerja sama dengan siswa untuk mengatasi masalah tersebut. Kemudian guru menunjukkan buku kepada siswa dan menanyakan apa yang dipikirkan siswa tentang kegiatan membaca buku tersebut.

Contoh kasus:

Bu Mendez memanggil Billy untuk berbicara secara individual:

Bu Mendez: "Billy, saya amati kamu mengalami kesulitan untuk berteman. Bisakah kamu jelaskan pada saya tentang hal ini?"

Billy menunduk menatap sepatunya dan menjawab, "Ah, sulit bagi saya untuk mengenal teman baru."

Bu Mendez: "saya sudah ngobrol dengan orangtuamu, dan mereka menceritakan bahwa kamu pernah berpindah-pindah sekolah sampai empat kali. Mereka juga mengatakan bahwa kamu sulit untuk berteman di sekolah lain."

Billy: "Yah.."

Bu Mendez: "Ya, saya sudah membicarakan dengan orangtuamu tentang kegiatan membaca buku tertentu sehingga kita bisa membicarakan sesuatu yang pernah kamu alami beberapa tahun lalu. Mereka sudah setuju. Bagaimana dengan kamu?"

Billy: "Baiklah."

Bu Mendez: "Saya punya dua buku yang bisa kamu pilih salah satunya. saya sudah membacanya, dan dua-duanya merupakan buku yang bagus. Ini berjudul *Holes* karangan Louis Sachar. Buku ini menceritakan tentang seorang anak laki-laki yang dikirim ke kamp penahanan tindakan kriminal, yang ia sendiri tidak melakukannya. Ia bertemu dengan Zero di sana, yang tunawisma sebelum dikirim ke kamp tersebut. Kedua anak tersebut menjadi teman baik dan mengalami petualangan bersama yang menakjubkan. Buku yang satunya lagi berjudul *The King of Dragon*. Buku ini berkisah tentang Ian dan orangtuanya yang tunawisma. Orangtua Ian mengajarkan bagaimana agar bisa bertahan hidup di jalanan, yang segera saja ilmu itu berguna karena kemudian ayahnya menghilang. Kedua buku ini sama-sama merupakan cerita yang hebat. Buku manakah yang ingin kamu baca?"

Billy memilih untuk membaca buku *The King of Dragons*. Bu Mendez bertanya kepada Billy, apakah boleh teman-teman sekelasnya membaca juga buku tersebut, dan Billy menyetujuinya.

8. Mengabungkan kegiatan-kegiatan membaca.

Bibliotherapy dapat diimplementasikan dengan menggunakan berbagai kegiatan dan strategi membaca. Tergantung pada usia dan kemampuan membaca siswa, buku harus dibaca secara oral atau secara individual selama kegiatan membaca dalam hati. Jika buku memuat kosa kata atau konsep yang tidak dikenali, guru harus menggunakan strategi seperti Kegiatan Membaca dan Berpikir Terarah (*DRTA, Directed Reading and Thinking Activity*). *DRTA* terdiri atas empat tahap: (a) memprediksi apa yang akan terjadi berdasarkan tanda-tanda (*clue*) yang tersedia (misalnya gambar, judul, dan bab sebelumnya), (b) membaca bagian (materi bacaan), (c) mengkonfirmasi, menyesuaikan, atau merevisi prediksi berdasarkan pada isi bacaan, (d) membaca cerita dan memulai kegiatan tindak lanjut dengan mengulang tahap kedua dan ketiga sesering mungkin.

Kegiatan membaca seharusnya memungkinkan siswa mengekspresikan perasaan mereka tentang cerita. Pertanyaan umum tentang bagaimana karakter merasakan atau pertanyaan khusus tentang apa yang terjadi, dapat digunakan di akhir setiap bab. *Question the Author* merupakan sebuah pendekatan dimana siswa dapat menggali konsep-konsep dan ide-ide melalui pencarian sehingga dapat memahami tujuan si pengarang (Beck, McKeown, & Kucan, 1997, dalam Prater, *et al.*, 2006). Melalui metode ini, siswa merumuskan dan mengkomunikasikan pikirannya yang merupakan interpretasi terhadap pengalamannya sendiri namun dalam konteks yang tidak dirasakan mengancam karena mereka mempertimbangkan apa yang mungkin dipikirkan si pengarang dalam buku.

Dengan tujuan membantu siswa berhubungan dengan karakter dalam buku, membandingkan dan mempertentangkan kegiatan-kegiatan, dapat menghubungkan elemen-elemen cerita terhadap pengalaman anak. Seringkali dengan semakin tahu tentang karakter cerita, maka siswa semakin merasa terhubung dengan buku.

Contoh kasus:

Bu Mendez meminta seluruh siswa di kelas untuk menulis dalam jurnal refleksi setelah membaca setiap bab dalam *The King of Dragon*. Ia memperbolehkan siswa untuk membagi entry jurnal mereka dengannya secara individual, dan ia menggunakan beberapa waktu jam istirahat untuk bersama-sama Billy membicarakan tentang refleksinya atas buku tersebut.

9. Mengimplementasikan kegiatan pascamembaca.

Guru dapat melibatkan siswa dalam kegiatan pascamembaca, yang memfokuskan pada menghubungkan cerita dengan mengekspresikan perasaan dan pengalaman pribadi. Siswa seharusnya diperbolehkan berbicara tentang perasaan pribadinya secara privat, apakah dengan konselor atau psikolog sekolah atau dengan guru dalam waktu yang telah direncanakan. Konselor atau guru dapat membantu siswa menerapkan strategi pemecahan masalah seperti yang ditunjukkan dalam buku.

Seni kreatif dan proyek menulis bisa merupakan kegiatan pascamembaca yang efektif. Sebagai contoh, siswa dapat: (a) membuat kolase gambar dan kata-kata yang mewakili perasaan atau pengalaman yang ada dalam cerita, (b) membuat poster tentang cerita, (c) menggambar salah satu bagian cerita yang ia sukai, (d) menciptakan diorama dari salah satu bagian cerita, (e) membentuk objek lilin (*clay*) yang mewakili sesuatu dalam

cerita. Sementara ide-ide menulis kreatif mencakup: (a) menulis surat kepada karakter dalam cerita, (b) memilih bagian cerita untuk ditulis ulang atau diubah, dan (c) menyusun suatu daftar perbandingan atau perbedaan antara anak dengan karakter dalam cerita. Latihan ini dapat membantu siswa menyadari bahwa kehidupannya, seperti juga kehidupan karakter yang digambarkan, dapat diperbaiki.

Setelah menyelesaikan kegiatan pascamembaca, siswa dan guru seharusnya bertemu secara privat untuk mendiskusikan buku dan seluruh proyek siswa. Salah satu hal yang didiskusikan harus berpusat pada apa yang telah dipelajari dari buku. Mereka juga harus mendiskusikan aplikasi dalam kehidupan nyata. Jika tujuan *bibliotherapy*-nya adalah belajar tentang persahabatan, maka akan tepat jika mendiskusikan tentang nilai persahabatan dan apakah karakter dalam cerita bisa mengatasi masalah dalam persahabatan.

Contoh kasus:

Bu Mendez juga mengimplementasikan kegiatan pascamembaca dengan Billy. Dialog antara mereka diantaranya sebagai berikut:

Bu Mendez: "Billy, kamu sudah menyelesaikan membaca *The King of Dragon* pekan ini, dan saya ingin membicarakannya sedikit tentang bagaimana ceritanya. Saya tahu kamu sudah bekerja keras mengerjakan layangan nagamu selama jam istirahat, jadi saya ingin ngobrol dengan kamu seperti pertanyaan bacaan dan tulisan yang sudah kamu buat."

Billy: "Baik."

Bu Mendez: "Ya, apa yang kamu pikirkan tentang pertanyaan yang telah kamu jawab di akhir tiap bab?"

Billy: "Semuanya oke. Tapi saya lebih suka menulis dalam jurnal."

Bu Mendez: "Bisakah kamu ceritakan, apa yang kamu sukai dari menulis dalam jurnal?"

Billy: "Mmmm, saya suka karena saya tahu bagaimana perasaan Ian. Saya suka menulis dan saya suka jurnal baru saya. Saya bisa menulis dan ini membuat saya merasa lebih baik."

Bu Mendez: "Saya senang kamu menikmati jurnal barumu. Bagaimana bisa jurnal itu membuatmu merasa lebih baik?"

Billy: "Saya tidak tahu. Mungkin karena menulis jurnla itu memberi saya kesempatan untuk mencurahkan perasaan saya seperti yang saya inginkan."

Bu Mendez: "Bisa kamu ceritakan pada saya sedikit saja tentang layangan yang indah yang telah kamu buat?"

Billy: "Yah. Itu hebat. Saya mengambil warna merah karena gambar layangan di sampul buku juga merah dan saya menyalin wajah naga dari gambar yang saya miliki. Saya akan mencoba menerbangkannya malam ini dengan ayah saya. Ia sudah berjanji bahwa ia akan bisa pergi ke lapangan di belakang shelter. Ini pasti akan menyenangkan."

10. Mengevaluasi efek bibliotherapy pada siswa.

Setelah selesai melaksanakan *bibliotherapy*, guru harus mengevaluasi tahap demi tahap proses *bibliotherapy* dan mencari hal-hal yang dapat ditingkatkan. Pencatatan tentang apa yang telah dan belum dilaksanakan dengan baik akan dapat meningkatkan proses berikutnya manakala guru menggunakan *bibliotherapy*. Guru juga dapat mengontak orangtua dan memberikan informasi kepada mereka tentang bagaimana reaksi anak terhadap buku. Guru juga dapat merancang suatu konferensi dimana siswa dapat menunjukkan tugasnya yang telah tercapai kepada orangtua, dan guru dapat secara privat mendiskusikan kemajuan siswa dengan orangtua.

Contoh kasus:

Dalam mengevaluasi situasi Billy, Bu Mendez melaporkan kepada konselor sekolah dan TAT bahwa Billy sekarang bermain dengan seorang anak lain pada saat jam istirahat dan mau duduk dalam kelompok 4-5 anak laki-laki di ruang makan. Bu Mendez mencatat bahwa menulis di jurnal merupakan cara tepat bagi Billy untuk mengekspresikan dirinya sendiri dan bahwa waktu bersama berdua antara dirinya dengan Billy kurang produktif dalam memancing emosi Billy. Bu Mendez menyadari bahwa waktu kebersamaan khusus mereka sangat penting untuk membangun rasa saling percaya. Ia memutuskan untuk melanjutkan program-programnya dengan buku tambahan lain.

Sumber Rujukan:

Gulo, D. (1982). *Kamus Psychologi*. Bandung: Tonis.

Kramer, K. (2009). *Using Self-help Bibliotherapy in Counseling*. Alberta: University of Calgary.

(online). Tersedia:

<https://www.uleth.ca/dspace/bitstream/handle/10133/762/kramer,%20karin.pdf?sequence=1> (11 November 2012)

Pardeck, J.T., & Pardeck, J.A. (1993). *Bibliotherapy, A Clinical Approach for Helping Children*. Amsterdam: Gordon and Breach Science Publishers S.A.

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, dalam *Preventing School Failure*, Summer 2006, 50,4, Academic Research Library. Utah: Heldref Publication.

Shechtman, Z. (2009). *Treating Child And Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. New York: Springer Science + Business Media