



## TEKNIK BIBLIOKONSELING DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DITENGAH *SCHOOL FROM HOME*

**Endang Rahayuningsih**  
SMAN 1 Prambon Nganjuk  
Email: endangrahayuningsih73@gmail.com

---

### Abstrak

*School from home* memaksa guru bimbingan dan konseling tetap memberikan layanan bimbingan dan konseling yang kreatif untuk siswa. Salah satunya dengan penggunaan teknik bibliokonseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana teknik bibliokonseling dalam layanan bimbingan dan konseling. Penelitian ini menggunakan penelitian studi kepustakaan. Hal yang diperoleh yakni bibliokonseling bisa menjadi salah satu teknik ditengah proses *school from home*.

Kata Kunci: *school from home, bibliokonseling, layanan bimbingan dan konseling*

---

### Abstact

School from home forces guidance and counseling teachers to continue to provide creative guidance and counseling services for students. One of them is the use of biblio-counseling techniques. This study aims to determine how bibliocounseling techniques are used in guidance and counseling services. This research uses literature study research. What is obtained is that biblio-counseling can be a technique in the middle of the school from home process.

Keywords: *school from home, biblio-counseling, guidance and counseling services*

---

## PENDAHULUAN

Bimbingan dan konseling merupakan bagian yang terintegrasi dalam Pendidikan. Bimbingan dan konseling membantu siswa dalam mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Sehingga hal ini relevan dengan tujuan Pendidikan untuk mengembangkan kepribadian yang dimiliki oleh siswa serta mengembangkan potensi diri sesuai dengan tahap perkembangan siswa (Depdiknas 2003: 11). Melihat hal tersebut maka peran guru bimbingan dan konseling sangat penting untuk mensukseskan layanan bimbingan dan konseling. Menurut Baruth dan Robinson (dalam Lubis, 2011) menjelaskan peran konselor merupakan peran yang inheren. Selain itu, peran konselor sebagai fasilitator dan reflector yang membantu siswa dalam memiliki pemahaman diri (Gibson dan Mitchell, 2011).

Peran yang dimiliki oleh guru bimbingan dan konseling membawa layanan bimbingan dan konseling yang menjawab kebutuhan siswa. Ditengah pandemic covid 19 guru bimbingan dan konseling dituntut untuk mampu tetap memberikan layanan meskipun masih dalam *school from home*. Salah satu cara agar layanan bimbingan dan konseling tetap bisa berjalan ditengan *school from home* adalah pemilihan teknik yang tepat, mudah dan kreatif untuk diimplementasikan kepada siswa. Salah satu teknik yang bisa digunakan yakni teknik bibliokonseling. Bibliokonseling merupakan alat ketika melakukan konseling yang kreatif (Briggs & Pehrsson, 2008).

Tidak bisa dipungkiri bahwa kondisi pandemic covid 19 memberikan perubahan yang besar pada kehidupan siswa. System pembelajaran daring yang baru diikuti oleh siswa membawa tantangan baru yang menuntut proses adaptasi yang cepat dalam diri siswa. Siswa terbiasa awalnya bertatap muka dengan teman dan guru secara langsung harus terpisah jarak dan bertemu hanya secara virtual. Kondisi seperti ini memberikan tantangan kepada guru bimbingan dan konseling untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling yang kreatif untuk menumbuhkan minat belajar siswa.

Bibliokonseling merupakan alat ketika melakukan konseling yang kreatif (Briggs & Pehrsson, 2008). Bibliokonseling menurut Pardeck & Pardeck (dalam Herlina, 2013) merupakan salah satu teknik yang menggunakan buku dalam treatmentnya dimana bertujuan untuk menggerakkan konseli untuk mencapai perubahan yang sudah direncanakan. Adapun tahapan dalam bibliokonseling yakni identifikasi, proyeksi, karatsis, dan insight. Proses ini dilakukan mulai dari proses konseling dalam pengungkapan masalah, kesiapan diri konseli,

pemilihan buku yang akan digunakan, proses konseli dalam membaca buku sampai pada tindak lanjut setelah konseli menyelesaikan kegiatan membaca buku.

Menurut Herlina (2013) memaparkan bahawa bibliotherapy yang diadaptasi dalam bibliokonseling memberikan dampak yang bagus terhadap konsep diri anak. Oleh sebab itu peneliti disini melakukan penelitian studi literatur untuk mengetahui bagaimana teknik bibliokonseling dalam layanan bimbingan dan konseling.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni penelitian studi kepustakaan. Penelitian studi kepustakaan membatasi kegiatan penelitian pada pengumpulan bahan koleksi perpustakaan (Zed, 2008). Prosedur dalam penelitian kepustakaan meliputi menyiapkan alat yang digunakan dalam penelitian, menyusun catatankn terkait bahan dan sumber yang digunakan dalam penelitian, melakukan pengaturan waktu untuk melakukan penelitian dan membaca kemudian membuat catatan penelitian (Khatibah, 2011).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Bibliokonseling merupakan teknik yang mengdaptasi dari teknik biblioterapi. Menurut Jachna (dalam Suparyo, 2011) mengemukakan bahwa biblioterapi memberikan dukungan psikoterapi melalui pemberian vacaanyang digunakan untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalahnya. Biblioterapi juga digunakan ketika menghadapi konseli yang susah untuk mengungkapkan permasalahan secara verbal atau langsung.

Penelitian terdahulu bibliokonseling merupakan treatment untuk masalah emosional dan fisik (Landreville, Landry, Baillargeon, Guerette, & Matteau, 2001). Anak-anak dan remaja dengan ketidakmampuan belajar sering tidak mengembangkan strategi yang memadai untuk mengatasi frustrasi dan kegagalan. Ketidakmampuan ini dapat berkontribusi pada pengembangan masalah emosional yang ditandai dengan perasaan konsep diri yang rendah

Menurut Oslen (dalam Suparyo, 2011) menjelaskan ada 5 tahapan dalam bibliokonseling yakni:

1. Motivasi, konselor bisa memberikan motivasi kepada konseli untuk bisa aktif dalam mengikuti proses konseling terutama ketika mengimplementasikan bibliokonseling

2. Pemberian waktu yang cukup untuk konseli guna konseli menyelesaikan kegiatan membaca buku yang sudah dipilih dalam proses bibliokonseling.
3. Konselor memberikan waktu untuk konseli agar bisa melakukan resume buku yang sudah dibacanya.
4. Tindak lanjut dari selesainya kegiatan membaca buku yang dilakukan oleh konseli adalah mengajak konseli untuk berdiskusi bersama terkait gagasan baru yang dimiliki konseli setelah membaca buku tersebut.
5. Evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengambil kesimpulan dari pengalaman membaca yang sudah dilakukan oleh konseli dan menghubungkannya kepada permasalahan yang sudah dialami konseli. Hasil bacaan bisa menjadi konsep baru dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

Prater, et al. (dalam Herlina, 2013) merumuskan sepuluh tahap yang bisa dilakukan oleh guru dalam menggunakan bibliokonseling. 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 bibliokonseling pada siswa.

Ada beberapa keterbatasan bibliokonseling (Herlina, 2013) yaitu: Pertama, campuraduknya dukungan empiris bagi bibliotherapy yang dilakukan melalui fiksi, namun bukti memberikan kesan bahwa nonfiksi, khususnya buku-buku bantu diri (self-help book) dinilai memiliki dukungan ilmiah dalam bibliotherapy. Kedua, banyak orang yang bukan pencandu membaca; hal ini berarti bibliotherapy memiliki dampak yang terbatas pada kelompok orang ini. Namun dinyatakan bahwa bibliotherapy berhasil dilakukan terhadap kelompok bukan pembaca melalui buku bicara (talking book) maupun pendekatan inovatif lainnya. Bibliotherapy paling efektif bagi anak dan remaja yang memiliki kebiasaan membaca. Penting untuk diperhatikan orang yang membantu harus mengetahui konseli dengan sebaik mungkin untuk menilai tingkat membaca dan minat konseli. Jika konseli dan

helper tidak cocok (match), material bacaan bisa menyebabkan konseli frustrasi. Ketiga, konseli mungkin mengintelektualisasikan masalah saat membacanya. Konseli bisa gagal mengidentifikasi diri dengan karakter dalam cerita, yang kemudian memunculkan bentuk proyeksi untuk meredakan konseli dari tanggungjawab mengatasi masalah. Anakanak dengan usia lebih muda juga masih terbatas dalam perkembangan kognitif, sehingga bibliotherapy mungkin kurang tepat. Keempat, berbahaya mengandalkan terlalu banyak hal pada buku. Bibliotherapy tidak dapat mengatasi seluruh masalah, bahkan mungkin meningkatkan rasa takut, defense, dan meningkatkan rasionalisasi atas perubahan. Seseorang harus benar-benar mengingat bahwa bibliotherapy bukanlah pengobatan ajaib untuk semua masalah. Kelima, kemungkinan bahwa hubungan dengan orang yang membantu bisa menyebabkan teratasinya masalah perlu dipertimbangkan. Sebagaimana pada cara terapeutik lainnya, perlu dimonitor dengan asesmen yang teliti tentang efek dari hubungan terapeutik terhadap masalah konseli versus dampak bibliotherapy terhadap masalah konseli.

Bibliokonseling mempunyai prinsip-prinsip tertentu yang hendaknya ditaati sebelum dan selama pelaksanaan. Prinsip-prinsip lain menurut Engles (dalam Hidayat, 2008) terdiri dari tujuh prinsip, yaitu:

1. Buku-buku atau artikel yang disarankan konselor harus mengandung kebenaran dan memiliki daya pengubah. Dalam hal ini konselor hendaknya kritis mempertanyakan kebenaran isi buku itu. Beberapa faktor pertimbangan yang perlu digunakan seperti komentar orang lain terhadap buku. Jika material biblioedukasi berupa buku, faktor pertimbangannya adalah keahlian atau keprofesionalan penulis atau pengasuh sebuah rubrik, popularitas sebuah surat kabar atau majalah.
2. Konselor memiliki pengetahuan terhadap buku-buku yang disarankannya. Prinsip ini mempersyaratkan konselor terlebih dahulu mempelajari buku-buku atau tulisan dari sumber lain sebelum menyarankan konseli membacanya. Konselor yang menyarankan konseli ke pada buku-buku yang tidak dikenal sebelumnya dapat mengakibatkan konseli tersesat dan gagal untuk memenuhi kebutuhan. Kegagalan memahami buku-buku yang disarankan dapat membawa efek ketidaksenangan konseli terhadap buku-buku tersebut. Oleh karena itu, konselor hendaknya mengingat baik judul-judul buku itu. Bila perlu konselor sudah menyiapkan daftar isi buku, untuk umur berapa, pengalaman apa yang akan diperoleh, dan tingkat kesulitan bahasa yang digunakan.

3. Yang dimaksud dengan waktu disini adalah ketepatan menggunakan bibliokonseling dan keefektifannya. Waktu yang tepat adalah ketika konseli mempunyai resistensi yang rendah, konseli sedang berjuang melawan perasaan tertentu, konseli gagal berkali-kali dalam memahami sesuatu hal, konseli butuh informasi sehubungan dengan masalahnya. Demikian waktu yang digunakan untuk membaca sebuah buku atau menjalani suatu latihan atau petunjuk hendaknya tidak terlalu panjang. Jika banyak waktu yang dibutuhkan, maka konselor perlu merencangkannya dalam beberapa pertemuan singkat.
4. Daftar buku-buku yang disarankan. Daftar buku dan tabel daftar isi perlu dicetak agar dapat merangsang konseli untuk membaca buku-buku tersebut. Buku-buku dan pamflet yang kiranya berguna untuk dibaca hendaknya diletakkan pada ruang tunggu konseling sehingga dapat meminjamnya.
5. Dosis bacaan yang lebih kecil, lebih membantu dari pada dosis yang banyak dan luas. Dosis bacaan yang lebih kecil, lebih membantu dari pada dosis yang banyak dan luas. Sebuah buku kecil, artikel atau pamflet sering lebih berguna daripada sebuah buku tebal. Disamping itu, hal ini lebih mudah bagi konselor menunjuk poin penting dalam bacaan itu karena material yang terlalu banyak dapat membosankan konseli dan cenderung dibaca sedikit saja.
6. Kemenarikan buku yang mungil, ada ilustrasi tingkah laku tertentu, metode yang bervariasi dapat membuat pelaksanaan bibliokonseling menjadi menarik. Buku yang mungil, ada ilustrasi tingkah laku tertentu, dan metode yang bervariasi dapat membuat pelaksanaan bibliokonseling menjadi menarik. buku itu bisa berupa buku-buku saku yang dapat dibawa ke mana-mana, bahasanya menarik dan sedikit sugestibel. Metodenya dapat dibuat bervariasi dan atau gabungan antara membaca dan diskusi, diskusi dan praktek, membaca dan melatih diri, reinforcement berjadwal dan tidak berjadwal, dan sebagainya.

## KESIMPULAN

Penggunaan bibliokonseling dalam layanan bimbingan dan konseling selama *school from home* akibat covid 19 bisa menjadi layanan bimbingan dan konseling yang kreatif. Kebosanan yang muncul akibat *school from home* memberikan tantangan kepada guru

bimbingan dan konseling agar kreatif dalam memberikan layanan. Bibliokonseling bisa diberikan kepada konseli karena tidak harus bersentuhan secara langsung antara konselor dan konseli. Konseli direkomendasikan untuk membaca buku yang sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi kemudian diberikan refleksi atau tindak lanjut secara daring dari gagasan yang diperoleh setelah membaca buku.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Briggs, C. A., & Pehrsson, D. E. 2008. Use of bibliotherapy in the treatment of grief and loss: A guide to current counseling practices. *Adultspan Journal*, 7(1), 32-42.
- Gibson, R L; Mitchell, Marianne H. 2011. *Bimbingan dan Konseling (Edisi Indonesia-Edisi ke Tujuh)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Herlina. 2013. *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama
- Khatibah. (2011). Penelitian Kepustakaan. *Jurnal Iqra'*. 5 (1), 36-39
- Landreville, P., Landry, J., Baillargeon, L., Guerette, A., & Matteau, E. (2001). Older adults' acceptance of psychological treatments for depression. *The Journals of Gerontology*, 56B, 285– 291.
- Suparyo, Yossy. 2011. *Biblioterapi, kekuatan penyembuhan lewat pengetahuan*. [Web.kombinasi.net/Biblioterapi kekuatan-penyembuhan-lewat pengetahuan.pdf](http://Web.kombinasi.net/Biblioterapi%20kekuatan-penyembuhan-lewat%20pengetahuan.pdf).
- Zed, M. (2008). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia