



Peran Bibliocounseling Dalam Meningkatkan Kedamaian Psikologis

M. Syakur¹, Ahmad Andry Budianto²

Program Studi Bimbingan Dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah,
Universitas Ibrahimy Situbondo, Indonesia ¹
Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam, Institut Agama Islam
Al-Khairat Pamekasan, Indonesia ²

syakurjezz@gmail.com, andry.ukan@gmail.com

Received: 2023-12-15; Accepted: 2024-02-23; Published: 2024-02-27

Abstrak

Bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli secara berkelanjutan dan sistematis. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peran bibliocounseling dalam meningkatkan kedamaian psikologis. Penelitian ini menggunakan metode peneliti kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Dalam pengumpulan data peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap dua orang guru bimbingan dan konseling SMA Negeri di Pamekasan. Hasil dari penelitian ini bahwa bibliocounseling bukan hanya metode tambahan dalam dunia pendidikan di Kabupaten Pamekasan, tetapi merupakan alat yang efektif dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung kesejahteraan siswa secara menyeluruh. Dengan fokus pada pengembangan literasi emosional, refleksi identitas, keterampilan sosial, dan pemecahan masalah, bibliocounseling mampu memberikan dampak positif yang mendalam pada perkembangan pribadi dan sosial siswa.

Kata Kunci: *Bibliocounseling, Kedamaian, Psikologis.*

Abstract

Guidance and counseling is a process of assistance provided by counselors to clients on an ongoing and systematic basis. The aim of this research is to determine the role of bibliocounseling in increasing psychological peace. This research uses a qualitative research method with a case study type of research. In collecting data, researchers conducted observations and interviews with two State Senior High School guidance and counseling teachers in Pamekasan. The results of this research show that bibliocounseling is not only an additional method in the world of education in Pamekasan Regency, but is an effective tool in creating an educational environment that supports students' overall well-being. With a focus on developing emotional literacy, identity reflection, social skills, and problem solving, bibliocounseling is able to have a profound positive impact on students' personal and social development.

Keywords: *Bibliocounseling, Peace, Psychological.*

PENDAHULUAN

Bibliocounseling, sebagai bentuk layanan dalam bidang bimbingan dan konseling, menawarkan pendekatan yang unik dan inovatif dalam membantu konseli menyelesaikan masalah yang dihadapi. Dengan menggunakan sumber daya literatur dan buku sebagai alat utama, bibliocounseling menggabungkan kekuatan pengetahuan dan kebijaksanaan yang terkandung dalam tulisan-tulisan dengan proses konseling yang mendalam. Pendekatan ini menciptakan ruang yang memungkinkan konseli untuk menjelajahi dan memahami lebih baik tantangan mereka, sambil menggali wawasan dan pemahaman dari berbagai karya sastra (Hastiani, Rustam, and Heriyani 2019).

Menurut Hariyadi, salah satu aspek kunci dari bibliocounseling adalah penggunaan buku-buku sebagai sarana untuk merangsang refleksi pribadi dan pengembangan diri. Buku-buku tidak hanya dipandang sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai katalisator emosional dan intelektual yang dapat memperkaya pengalaman konseli dalam menjalani proses konseling. Dengan menggali cerita, karakter, dan tema-tema dalam buku, konseli dapat menemukan koneksi dengan pengalaman mereka sendiri, terangsang pertanyaan introspektif, dan membangun pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka (Hariyadi, Sugiharto, and Sutoyo 2014).

Seiring dengan perkembangan teknologi, bibliocounseling juga dapat melibatkan sumber daya digital, seperti blog, forum online, atau aplikasi khusus yang mendukung proses konseling dengan basis literatur. Hal ini memungkinkan konseli untuk mengakses berbagai sumber daya tanpa batasan geografis dan waktu, meningkatkan fleksibilitas dalam mendukung proses konseling mereka (Farawowan et al. 2023).

Perlu diketahui bahwa bibliocounseling bukanlah pengganti metode konseling tradisional, tetapi lebih sebagai pelengkap yang dapat menawarkan pendekatan yang berbeda dan menarik untuk membantu konseli mencapai pemahaman diri dan solusi untuk masalah mereka. Dalam beberapa kasus, menurut Mauliza Astika bibliocounseling dapat diintegrasikan dengan pendekatan konseling lainnya, seperti kognitif, perilaku, atau psikoanalisis, untuk menciptakan pendekatan yang holistik dan komprehensif (Muqtazal 2022).

Salah satu manfaat utama dari bibliocounseling adalah memberikan konseli akses ke berbagai perspektif dan sudut pandang yang mungkin tidak mereka pertimbangkan sebelumnya. Buku-buku dapat menyajikan cerita dari berbagai budaya, latar belakang, dan pengalaman hidup, membuka pintu untuk pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas manusia. Dengan memahami variasi pengalaman manusia, konseli dapat merasa lebih terhubung dengan dunia di sekitarnya dan mengembangkan toleransi serta penghargaan terhadap keragaman. Selain itu, bibliocounseling juga dapat memberikan konseli kesempatan untuk mengidentifikasi diri konseli dalam karakter dan situasi fiksi. Sehingga proses ini dapat membuka ruang untuk eksplorasi identitas dan membantu konseli meresapi perubahan dan pertumbuhan yang mungkin diperlukan. Pada tingkat yang lebih dalam, konseli dapat menggali nilai-nilai dan keyakinan yang mendasari keputusan dan tindakan mereka, memberikan dasar untuk perubahan positif (Malik 2023).

Dalam penerapannya, seorang konselor dapat bekerja sama dengan konseli untuk memilih bahan bacaan yang relevan dengan masalah yang dihadapi. Seperti mencakup novel, esai, puisi, atau bahkan artikel non-fiksi yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi konseli. Proses seleksi ini menjadi penting karena buku yang dipilih harus memberikan kontribusi

positif terhadap perjalanan konseli dan memberikan inspirasi serta wawasan yang diperlukan. Selain itu, Sholih berpendapat jika konselor perlu memahami konteks sosial, budaya, dan individual konseli untuk memastikan bahwa bahan bacaan yang direkomendasikan sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai konseli. Ini melibatkan penilaian yang cermat terhadap preferensi literer, sensitivitas terhadap isu-isu tertentu, dan pemahaman mendalam tentang bagaimana bahan bacaan dapat berinteraksi dengan pengalaman hidup konseli (Malik 2023).

Pendapat lain mengatakan bahwa proses konseling dalam bibliocounseling dapat mencakup diskusi terstruktur tentang buku yang dipilih, pemetaan relasi antara cerita dengan pengalaman hidup konseli, dan eksplorasi makna simbolik dalam karya sastra. Dalam beberapa kasus, konseli juga dapat diminta untuk mengekspresikan pemahaman mereka melalui tulisan reflektif, menggambarkan bagaimana cerita yang dibaca mempengaruhi cara mereka melihat diri mereka sendiri dan situasi yang dihadapi (Mauliza Atika` 2023).

Dengan menggunakan buku sebagai alat katalis, bibliocounseling juga dapat memfasilitasi dialog terbuka dan mendalam antara konseli dan konselor. Proses ini memungkinkan konseli untuk merasa lebih nyaman membahas masalah pribadi mereka, karena topik tersebut tidak langsung terkait dengan pengalaman mereka sendiri. Ini menciptakan ruang aman dimana konseli dapat mengungkapkan perasaan, pemikiran, dan kekhawatiran mereka tanpa takut dihakimi atau dikedam. Keberhasilan bibliocounseling bergantung pada kemampuan konselor untuk membimbing konseli dalam meresapi dan menggambarkan koneksi antara isi bacaan dan realitas hidup mereka. Keterampilan interpretasi simbolik, analisis karakter, dan aplikasi konsep dalam kehidupan sehari-hari adalah aspek penting dari peran konselor dalam mendukung konseli melalui proses ini (Wibowo, Fitriana, and Mujiyono 2023).

Selain itu, integrasi bibliocounseling dengan pendekatan lain dalam bimbingan dan konseling dapat meningkatkan efektivitasnya. Pendekatan ini dapat diintegrasikan dengan terapi kognitif, perilaku, atau terapi berbasis solusi untuk menyediakan kerangka kerja yang lebih komprehensif dan mendalam dalam memecahkan masalah konseli. Kombinasi pendekatan ini dapat memberikan keuntungan tambahan dalam hal penanganan masalah dengan pendekatan yang lebih holistik dan terfokus. Namun, yang perlu diperhatikan oleh konselor bahwa bibliocounseling bukanlah metode yang cocok untuk semua orang atau semua jenis masalah. Beberapa konseli mungkin lebih responsif terhadap pendekatan lain yang lebih berfokus pada interaksi langsung atau teknik praktis. Oleh karena itu, seorang bibliocounseling harus mampu menilai kebutuhan dan preferensi konseli dengan cermat sebelum memutuskan untuk menggunakan bibliocounseling (Bahari 2023).

Secara keseluruhan, bibliocounseling adalah suatu bentuk inovatif dalam bidang bimbingan dan konseling yang memberikan pendekatan yang mendalam dan reflektif untuk membantu konseli mengatasi masalah mereka. Dengan menggunakan bahan bacaan sebagai alat katalis, bibliocounseling membuka pintu untuk eksplorasi diri, pemahaman makna hidup, dan perkembangan pribadi. Meskipun bukan solusi tunggal, bibliocounseling memberikan dimensi tambahan yang berharga dalam memperkaya praktik konseling dan memberikan manfaat yang signifikan bagi konseli yang mencari pemahaman dan solusi untuk masalah mereka.

Perlunya bibliocounseling hemat peneliti dikarenakan situasi kesejahteraan mental remaja di Indonesia menjadi perhatian serius, terutama dengan meningkatnya jumlah kasus bunuh diri yang melibatkan kalangan remaja dan mahasiswa. Fenomena ini menunjukkan

adanya masalah psikologis yang mempengaruhi kesehatan mental dan kemungkinan disebabkan oleh berbagai faktor tekanan, perubahan sosial, dan permasalahan pribadi. Oleh karena itu kajian ini sangat penting untuk memahami dan mengatasi akar penyebab dari gejala psikologis yang muncul, serta membangun sistem dukungan yang kuat untuk membantu remaja mengatasi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Ester salah satu faktor utama yang menyumbang pada tekanan psikologis remaja adalah tuntutan akademis yang tinggi. Sistem pendidikan yang kompetitif, ekspektasi orang tua, dan persaingan sengit dalam mencapai prestasi akademis dapat menciptakan beban yang berlebihan bagi remaja. Mereka mungkin merasa terjebak dalam siklus stres dan kekhawatiran terkait dengan pencapaian akademis mereka, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental. Penting untuk mendekati pendidikan dengan pendekatan yang seimbang, mempromosikan keseimbangan antara pencapaian akademis dan kesejahteraan emosional. Sistem pendidikan perlu menyadari dampak stres akademis pada remaja dan menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan holistik, termasuk aspek-aspek seperti keterampilan sosial, kreativitas, dan ketahanan mental (Ardimen et al. 2019).

Selain itu, tekanan sosial juga menjadi penyebab utama gejala psikologis pada remaja. Mereka mungkin merasa tertekan oleh norma sosial, ekspektasi teman sebaya, atau bahkan ketidakcocokan dengan norma yang ada. Faktor-faktor ini dapat menyebabkan perasaan isolasi, kesepian, dan kecemasan, yang dapat berujung pada masalah kesejahteraan mental. Oleh karena itu, perlunya membangun kesadaran di masyarakat tentang pentingnya penerimaan dan penghargaan terhadap perbedaan. Program-program pendidikan dan sosialisasi dapat membantu mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental, memotivasi remaja untuk berbicara tentang pengalaman mereka, dan memberikan dukungan yang dibutuhkan. Sekolah, keluarga, dan komunitas dapat bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi remaja agar mereka merasa diterima dan didukung (Husein, Mappiare-AT, and Hanurawan 2020).

Menurut Rahmat perubahan dalam dinamika keluarga juga dapat memainkan peran penting dalam kesejahteraan mental remaja. Pergeseran struktur keluarga, ketidakseimbangan dalam peran dan tanggung jawab, atau ketidakmampuan keluarga untuk memberikan dukungan emosional dapat meningkatkan risiko masalah kesejahteraan mental pada remaja. Oleh karena itu, program pendidikan keluarga dapat membantu meningkatkan pemahaman orang tua tentang kebutuhan emosional anak-anak mereka, serta memberikan alat dan strategi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan kesejahteraan mental mereka (Pupu Saeful Rahmat). Pengaruh yang lain terhadap kesehatan mental remaja yaitu perkembangan teknologi dan paparan informasi yang luas. Teknologi memberikan akses tak terbatas kepada remaja untuk berinteraksi dengan dunia luar, tetapi sekaligus juga dapat meningkatkan risiko paparan kepada konten yang tidak sehat, cyberbullying, dan perbandingan sosial yang merugikan. Pendidikan digital dan literasi media dapat membantu remaja mengembangkan kemampuan untuk menyaring informasi, memahami risiko, dan menjaga keseimbangan dalam penggunaan teknologi (Dewi and Wiyono 2018).

Tidak kalah pentingnya adalah peran media massa dalam membentuk persepsi remaja tentang diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka. Promosi citra tubuh yang tidak realistis, idealisasi kehidupan yang sempurna, dan tekanan untuk mengikuti tren tertentu dapat menciptakan ketidakpuasan diri dan kecemasan pada remaja. Oleh karena itu, media dan

industri hiburan perlu bertanggung jawab dalam menyajikan konten yang mempromosikan gambaran yang lebih realistis dan positif tentang kehidupan (Sari 2023).

Disamping itu, kondisi ekonomi dapat menjadi faktor yang signifikan dalam kesejahteraan mental remaja. Kesenjangan ekonomi, ketidaksetaraan akses terhadap pendidikan dan layanan kesehatan mental, serta ketidakpastian pekerjaan dapat menciptakan tekanan ekstra pada mental remaja. Rahayuningsih (2021) Menjelaskan program-program dukungan sosial dan ekonomi yang tepat sebenarnya dapat membantu mengurangi beban finansial dan meningkatkan akses remaja terhadap layanan kesehatan mental yang diperlukan. Selain itu langkah-langkah konkret juga perlu diambil di tingkat kebijakan seperti peningkatan investasi dalam layanan kesehatan mental, pengembangan program-program pendidikan yang mendukung kesejahteraan emosional, serta regulasi yang lebih ketat terhadap konten media yang berpotensi merugikan remaja. Hal ini menjadi langkah-langkah yang dapat membantu mengurangi prevalensi masalah kesehatan mental di kalangan remaja.

Selain itu, dengan memperkuat peran lembaga pendidikan sebagai pusat sumber daya kesehatan mental. Guru dan konselor perlu dilatih untuk mengenali tanda-tanda masalah kesehatan mental, memberikan dukungan yang sesuai, dan mengarahkan remaja ke sumber daya yang tepat. Sekolah dapat menjadi lingkungan yang mendukung pertumbuhan emosional dan sosial, yang memberikan keterampilan dan pengetahuan bagi remaja untuk mengelola stres dengan menciptakan budaya lingkungan sekolah yang baik serta memberikan dukungan sistem kepada konselor untuk menjadi sahabat siswa.

Selain itu, kolaborasi antara berbagai pihak termasuk pemerintah, lembaga pendidikan, keluarga, dan masyarakat sangat penting. Hanya dengan pendekatan yang komprehensif dan terkoordinasi, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan kesejahteraan mental remaja di Indonesia. Langkah-langkah ini juga perlu diikuti dengan upaya peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan mental dan cara mendukung remaja dalam mengatasi tantangan mereka. Dalam rangka menciptakan perubahan positif, masyarakat perlu memandang masalah kesehatan mental sebagai tanggung jawab bersama. Edukasi, advokasi, dan pembentukan komunitas yang peduli akan membantu mengurangi stigma terhadap masalah kesehatan mental dan menciptakan lingkungan yang lebih terbuka untuk diskusi dan dukungan. Dengan langkah-langkah ini, kita dapat bersama-sama membangun masyarakat yang lebih peduli dan mendukung pertumbuhan serta kesejahteraan mental remaja di Indonesia.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif, penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk digunakan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam. Penelitian kualitatif tidak hanya sekadar menggambarkan fenomena, tetapi juga berusaha untuk memahami makna dan konteks dari fenomena tersebut (Jaya 2020). Adapun Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti yakni studi kasus, penggunaan studi kasus dikarenakan peneliti dapat memahami secara mendalam konteks, proses, dan kompleksitas fenomena yang sedang diteliti (Iswadi, Karnati, and Andry B, 2023).

Jenis penelitian ini memungkinkan peneliti untuk menggali perspektif, pengalaman, dan makna yang mungkin tersembunyi dalam data yang dikumpulkan berkaitan dengan peran bibliocounseling dalam meningkatkan kedamaian psikologis. Hasil penelitian studi kasus

dapat memberikan wawasan yang mendalam, kontekstual, dan detail tentang kasus yang diteliti, yang dapat digunakan untuk menginformasikan kebijakan, praktik, atau pengembangan teori lebih lanjut. Dalam pengumpulan data peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap dua orang guru bimbingan dan konseling SMA Negeri di Pamekasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bibliocounseling, yang merupakan integrasi antara bimbingan dan konseling dengan pendekatan literatur, telah menunjukkan dampak positif dalam dunia pendidikan, khususnya di Kabupaten Pamekasan. Hasil observasi dan wawancara dengan praktisi pendidikan, terutama guru bimbingan dan konseling, menunjukkan bahwa penggunaan bibliocounseling memiliki dampak signifikan terhadap kesejahteraan siswa. Pendekatan ini memberikan ruang untuk refleksi, eksplorasi diri, dan pemahaman yang lebih baik terhadap diri siswa, menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan pribadi dan sosial mereka. Pertama-tama, perlu dipahami bahwa Kabupaten Pamekasan, seperti daerah lain di Indonesia, menghadapi berbagai tantangan dalam bidang pendidikan. Faktor-faktor seperti tekanan akademis, perubahan sosial, dan masalah-masalah pribadi dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa. Dalam konteks ini, peran guru bimbingan dan konseling sangat penting dalam memberikan dukungan dan membantu siswa mengatasi masalahnya.

Bibliocounseling, sebagai metode yang melibatkan penggunaan buku dan literatur sebagai alat utama, memberikan alternatif yang menarik dan efektif bagi guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan pada siswa (Bahari 2023). Salah satu temuan utama dari observasi dan wawancara dengan praktisi pendidikan di Kabupaten Pamekasan adalah bahwa pendekatan ini mampu menciptakan suasana damai bagi siswa. Oleh karena itu dalam konteks ini, kita dapat menjelajahi beberapa dimensi dan aspek dari penggunaan bibliocounseling dalam dunia pendidikan diantaranya adalah:

1. Peningkatan Keterampilan Literasi Emosional

Bibliocounseling dapat berkontribusi pada peningkatan keterampilan literasi emosional siswa. Melalui cerita-cerita dalam buku, siswa dapat mengidentifikasi dan memahami berbagai emosi yang mereka alami. Guru bimbingan dan konseling dapat memilih bahan bacaan yang relevan dengan masalah-masalah yang mungkin dihadapi siswa, memungkinkan mereka untuk menjelajahi dan mengungkapkan perasaan mereka dengan lebih baik. Proses ini membangun literasi emosional yang kuat, membantu siswa mengenali dan mengelola emosi mereka dengan cara yang sehat.

2. Refleksi dan Pengembangan Identitas

Bibliocounseling memberikan kesempatan bagi siswa untuk merenung tentang cerita, karakter, dan tema dalam buku dan mengaitkannya dengan pengalaman hidup mereka sendiri. Proses refleksi ini dapat membantu siswa memahami diri mereka sendiri, mengembangkan pemahaman tentang nilai-nilai, keyakinan, dan tujuan hidup mereka. Dengan merenung tentang narasi dalam buku, siswa dapat menjalani perjalanan pencarian diri yang mendalam dan menemukan makna dalam pengalaman mereka sendiri.

3. Pemecahan Masalah melalui Analisis Karakter

Buku seringkali menyajikan karakter yang menghadapi berbagai tantangan dan konflik. Guru bimbingan dan konseling dapat menggunakan karakter-karakter ini sebagai titik awal untuk membahas strategi pemecahan masalah. Dengan menganalisis bagaimana

karakter dalam buku mengatasi kesulitan, siswa dapat belajar mengenai kreativitas, ketahanan, dan kemampuan untuk mengatasi hambatan dalam kehidupan mereka sendiri.

4. Membangun Keterampilan Sosial dan Empati

Penggunaan buku dalam konteks bibliocounseling juga dapat membantu siswa memahami dan mengembangkan keterampilan sosial. Cerita-cerita seringkali melibatkan interaksi antar karakter, memperkenalkan siswa pada berbagai konsep seperti persahabatan, kerjasama, dan empati. Guru bimbingan dan konseling dapat memfasilitasi diskusi tentang keterampilan sosial ini dan membantu siswa mengaitkannya dengan situasi di kehidupan sehari-hari mereka (Malik 2023).

5. Menangani Isu-Isu Kesehatan Mental melalui Narasi

Buku yang dipilih dengan cermat juga dapat membantu mengatasi isu-isu kesehatan mental. Misalnya, buku-buku yang menggambarkan karakter dengan masalah kecemasan, depresi, atau trauma dapat memberikan siswa pemahaman yang lebih baik tentang kondisi tersebut. Melalui bibliocounseling, guru bimbingan dan konseling dapat membuka dialog tentang kesehatan mental, mengurangi stigma, dan memberikan dukungan kepada siswa yang mungkin menghadapi tantangan dalam aspek ini.

6. Integrasi Bibliocounseling dalam Kurikulum

Penting untuk memastikan bahwa bibliocounseling terintegrasi secara efektif dalam kurikulum pendidikan di Kabupaten Pamekasan. Hal ini mencakup pelatihan bagi guru bimbingan dan konseling dalam penerapan metode ini, pengembangan daftar bacaan yang relevan dengan konteks lokal, dan penciptaan ruang untuk diskusi dan refleksi di dalam kelas. Integrasi bibliocounseling dalam kurikulum dapat memastikan bahwa manfaatnya dapat dirasakan secara menyeluruh oleh siswa di seluruh tingkatan pendidikan.

7. Pengembangan Perpustakaan dan Sumber Daya Literatur

Untuk mendukung implementasi bibliocounseling, penting untuk memiliki perpustakaan yang terpenuhi dengan berbagai jenis buku yang sesuai dengan kebutuhan siswa. Pengembangan sumber daya literatur yang relevan dan bervariasi akan memberikan lebih banyak opsi bagi guru bimbingan dan konseling dalam merancang sesi bibliocounseling yang sesuai dengan kebutuhan dan minat siswa.

8. Pelibatan Orang Tua dan Komunitas

Bibliocounseling juga dapat menjadi alat yang efektif untuk melibatkan orang tua dan komunitas dalam upaya meningkatkan kesejahteraan siswa. Melalui diskusi keluarga tentang buku-buku yang dibaca di sekolah, orang tua dapat menjadi bagian dari proses pembelajaran anak-anak mereka. Program literasi keluarga, klub buku bersama, atau kegiatan komunitas dapat membantu membangun dukungan yang kuat dari berbagai lapisan masyarakat (Putra and Anwar 2023).

9. Evaluasi dan Penyesuaian

Sebagai bagian dari pendekatan berkelanjutan, penting untuk melakukan evaluasi terus-menerus terhadap efektivitas bibliocounseling. Guru bimbingan dan konseling dapat mengumpulkan umpan balik dari siswa, orang tua, dan rekan guru untuk menilai dampak positif, menentukan area yang perlu diperbaiki, dan menyesuaikan pendekatan mereka sesuai dengan kebutuhan yang muncul.

10. Meningkatkan Keterlibatan Siswa

Untuk memastikan bahwa manfaat bibliocounseling dapat maksimal dirasakan oleh siswa, perlu diberikan perhatian khusus pada keterlibatan mereka. Kegiatan-kegiatan

seperti kelompok diskusi, proyek-proyek kreatif, dan kegiatan ekstrakurikuler yang terkait dengan literatur dapat meningkatkan minat dan keterlibatan siswa dalam proses bibliocounseling (Sarmadan & Abdullah, 2018).

Dengan mengintegrasikan berbagai aspek tersebut, penggunaan bibliocounseling di Kabupaten Pamekasan dapat menjadi landasan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung kedamaian siswa secara komprehensif. Penerapan ini tidak hanya menciptakan ruang untuk pengembangan pribadi dan sosial siswa, tetapi juga dapat berperan dalam mengatasi tantangan kesejahteraan mental yang mungkin mereka hadapi. Dengan memanfaatkan kekuatan literatur, pendidikan di Kabupaten Pamekasan dapat menjadi wahana untuk menciptakan generasi yang lebih berdaya dan memiliki kesehatan mental yang baik.

Temuan di atas sesuai dengan yang disampaikan oleh Norman C. Gysbers, bahwa bibliocounseling merupakan pendekatan konseling yang menggunakan bahan bacaan sebagai alat untuk membantu konseli dalam menyelesaikan masalah pribadi, mengatasi tantangan, dan mengembangkan pemahaman diri. Dalam pendekatan ini, bahan bacaan seperti buku, artikel, dan sumber-sumber lainnya dipandang sebagai sumber daya yang dapat memberikan informasi, pemahaman, dan inspirasi bagi individu yang sedang menjalani proses konseling (Putra and Anwar 2023).

Gysbers menggarisbawahi bahwa bibliocounseling adalah cara yang efektif untuk memberikan dukungan kepada individu yang mengalami masalah atau ingin mengembangkan diri mereka sendiri. Pendekatan ini memungkinkan individu untuk belajar dari pengalaman orang lain yang telah menghadapi situasi serupa, mengeksplorasi solusi yang memungkinkan dan meningkatkan pemahaman individu tersebut tentang diri sendiri dan lingkungan sekitar. Selain itu, Bibliocounseling menekankan pentingnya keterampilan membaca, pemahaman, dan refleksi sebagai bagian integral dari proses konseling. Individu didorong untuk membaca bahan bacaan dengan saksama, merenungkan isi, dan menerapkan pemahaman yang diperoleh ke dalam kehidupan sehari-hari (Malik 2023).

Dengan menggunakan Bibliocounseling, individu dapat merasa lebih mandiri dalam mengatasi masalah mereka, karena mereka memiliki akses langsung ke sumber daya yang dapat membantu mereka memahami dan menghadapi tantangan mereka sendiri. Pendekatan ini memberikan fleksibilitas dan aksesibilitas, sehingga dapat diterapkan dalam berbagai konteks konseling dan dapat diadaptasi sesuai dengan kebutuhan individu yang berbeda (Sujono, Aulia, and Tando 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan sebelumnya dapat disimpulkan bibliocounseling bukan hanya metode tambahan dalam dunia pendidikan di Kabupaten Pamekasan, tetapi merupakan alat yang efektif dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung kesejahteraan siswa secara menyeluruh. Dengan fokus pada pengembangan literasi emosional, refleksi identitas, keterampilan sosial, dan pemecahan masalah, bibliocounseling mampu memberikan dampak positif yang mendalam pada perkembangan pribadi dan sosial siswa. Oleh karena itu, peningkatan dukungan dan integrasi metode ini dalam pendidikan dapat memberikan kontribusi positif dalam membentuk generasi yang lebih tangguh, berdaya, dan damai dengan diri mereka sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardimen, Ardimen et al. 2019. "Model bimbingan kelompok dengan pendekatan muhasabah." *Ta'dibuna: Jurnal Pendidikan Islam* 8(2): 278–98. doi:10.32832/tadibuna.v8i2.2232.
- Bahari, Arman Adiviani. 2023. "ANALYSIS OF THE ROLE AND CHALLENGES OF PARENTS IN EDUCATING CHILDREN POST-PANDEMIC COVID-19." *Jurnal Kajian Pendidikan dan Psikologi* 1(2): 84–91. doi:10.61397/jkpp.v1i2.47.
- Dewi, Rizqi Puspita, and Bambang Dibyoy Wiyono. 2018. "KONSELING KELOMPOK TEKNIK BIBLIOKONSELING UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA KELAS V MI NURUL HUDA 2 KOTA MOJOKERTO." 9(1). <https://ejournal.unesa.ac.id> (February 11, 2024).
- Farawowan, Fauziah F. et al. 2023. "DEVELOPMENT OF CAREER INFORMATION MEDIA FOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN JAKARTA." *Jurnal Kajian Pendidikan dan Psikologi* 1(2): 75–83. doi:10.61397/jkpp.v1i2.44.
- Hariyadi, Sigit, D. Y. P. Sugiharto, and Anwar Sutoyo. 2014. "BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK BIBLIO-COUNSELING BERBASIS CERITA RAKYAT UNTUK MENGEMBANGKAN KECERDASAN INTRAPERSONAL SISWA SMP." *Jurnal Bimbingan Konseling* 3(2). doi:10.15294/jubk.v3i2.4613.
- Hastiani, Hastiani, Rustam Rustam, and Eka Heriyani. 2019. "Bibliocounseling Berbasis Nilai Kearifan Lokal Robo-Robo Etnis Melayu Sebagai Penegasan Identitas Diri Remaja Pontianak." *Solution : Journal of Counselling and Personal Development* 1(1): 26–39.
- Husein, Ibrahim Ali, Andi Mappiare-AT, and Fattah Hanurawan. 2020. "Politeness Value Adoption from Petiti Minangkabau Proverbs on Bibliocounseling as KIPAS Counseling Model." *Jurnal Pendidikan Humaniora* 8(2): 50–57.
- Iswadi, Iswadi, Neti Karnati, and Ahmad Andry B., 2023. *STUDI KASUS Desain Dan Metode Robert K.Yin*. Penerbit Adab.
- Jaya, I. Made Laut Mertha. 2020. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata*. Anak Hebat Indonesia.
- Malik, Muhamad Ibnu. 2023. "IMPLEMENTATION OF CHARACTER EDUCATION IN EFFORTS TO FORM STUDENTS' INDEPENDENCE AT TAHFIDZ AL-QUR'AN ISLAMIC BOARDING SCHOOL DAARUL 'ULUUM LIDO." *Jurnal Kajian Pendidikan dan Psikologi* 1(2): 66–74. doi:10.61397/jkpp.v1i2.41.
- Mauliza Atika, 180213068. 2023. "Penerapan Konseling Individual Teknik Biblio-Counseling Berbasis Cerita Rakyat Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa SMA Negeri 7 Banda Aceh." other. UIN Ar-Raniry Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/28807/> (February 11, 2024).
- Muqtazal, Barid. 2022. "Identification Based Education Biblio Media Maladjustment Ego Counseling at SMP N 2 Silaut." *Jurnal Riset Ilmu Pendidikan* 2(4): 269–75. doi:10.56495/jrip.v2i4.198.
- Putra, Dewa Armansyah, and Umar Anwar. 2023. "THE INFLUENCE OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SPIRITUAL INTELLIGENCE ON AGGRESSIVE BEHAVIOR AMONG PRISONERS IN CLASS IIA CORRECTIONAL INSTITUTIONS PURWOKERTO." *Jurnal Kajian Pendidikan dan Psikologi* 1(2): 120–28. doi:10.61397/jkpp.v1i2.63.

- Rahayuningsih, Endang. 2021. "TEKNIK BIBLIOKONSELING DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING DITENGAH SCHOOL FROM HOME." *HELPER : Jurnal Bimbingan dan Konseling* 38(1): 35–41. doi:10.36456/helper.vol38.no1.a3529.
- Sari, Eva Kartika Wulan. 2023. "Pengembangan Bibliokonseling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa." *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam* 4(2): 30–40. doi:10.19105/ec.v4i2.9462.
- Sujono, Salman Al Farizy, Qisthina Aulia, and Cahyoko Edi Tando. 2023. "CONNECTION WITH SELF-EFFICACY ON PSYCHOLOGICAL PRESSURE OF CORRECTIONAL OFFICERS IN CLASS I COMMUNITY INSTITUTIONS TANGERANG." *Jurnal Kajian Pendidikan dan Psikologi* 1(2): 102–10. doi:10.61397/jkpp.v1i2.61.
- Wibowo, Sonny Tri, Siti Fitriana, and Mujiyono Mujiyono. 2023. "Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Metode Biblio-Counseling Terhadap Perencanaan Karir Siswa Di SMA Negeri 1 Weleri." *Atmosfer: Jurnal Pendidikan, Bahasa, Sastra, Seni, Budaya, dan Sosial Humaniora* 1(2): 13–34. doi:10.59024/atmosfer.v1i2.56.