

Pemanfaatan Buku Novel sebagai Media Biblioterapi dalam Menumbuhkan Optimisme pada Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI)

Aliya Nisrina Adrian^{1*)}, Lydia Christiani¹

¹Program Studi Ilmu Perpustakaan, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia

*) Korespondensi: nisrinaaliyaa@gmail.com

Abstract

[Title: Utilization of Novel Books as Bibliotherapy Media in Fostering Optimism in Adolescent Cancer Patients at Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI)] This study aims to determine the use of novel books as a bibliotherapy medium in fostering an optimism in adolescent cancer patients at Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI). This research method is a qualitative method with an approach to action research. Methods of data collection were carried out by indirect observation, semi-structured interviews, and document studies. The informants in this study were obtained through snowball sampling. The results of this study indicate that the use of novel books in the implementation of bibliotherapy in adolescent cancer patients at YKAKI can be used at the identification stage, where through the similarity of characters and problems being faced by adolescent cancer patients with problems experienced by characters in the book. Patients can feel what the characters feel and can be emotionally involved with these characters. So patients can be motivated to follow problem solving methods and other positive things that characters do. Therefore, through the plot, meaning, and positive things done by characters in novel books can help open the view of adolescent cancer patients at the YKAKI, that there are other people who also experience things similar to themselves and are more motivated to follow the ways and positive attitudes of characters in solving health problems due to cancer they suffer. The success of the patient in identifying herself with the contents of the novel can be seen through positive changes in the patient's optimism and expression, which becomes more open and cheerful, and wants to be closer to God, even in the recovery phase of side effects after the chemotherapy treatment process.

Keywords : *bibliotherapy; novel books; adolescent; cancer patients; optimism*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui pemanfaatan buku novel sebagai media biblioterapi dalam menumbuhkan optimisme pada pasien kanker anak kategori usia remaja di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI). Metode penelitian ini ialah metode kualitatif dengan pendekatan *action research*. Metode pengumpulan data dilakukan dengan observasi tidak langsung, wawancara semi-terstruktur, dan studi dokumen. Informan dalam penelitian ini diperoleh melalui *snowball sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan buku novel dalam pelaksanaan biblioterapi pada pasien kanker anak kategori usia remaja di YKAKI dapat digunakan pada tahap identifikasi, di mana melalui kemiripan tokoh dan permasalahan yang sedang dihadapi pasien kanker kategori usia remaja dengan permasalahan yang dialami tokoh karakter dalam buku novel, pasien dapat merasakan apa yang dirasakan tokoh karakter dan dapat terlibat secara emosional dengan tokoh karakter tersebut. Pasien dapat termotivasi untuk mengikuti cara penyelesaian masalah dan hal-hal positif lainnya yang dilakukan tokoh karakter. Maka dari itu, melalui alur, makna, dan hal-hal positif yang dilakukan tokoh karakter dalam buku novel dapat membantu membuka pandangan pasien kanker anak kategori usia remaja di YKAKI, bahwa ada orang lain yang juga mengalami hal yang serupa dengan dirinya dan lebih termotivasi untuk mengikuti cara dan sikap positif tokoh karakter dalam menyelesaikan permasalahan kesehatan akibat penyakit kanker yang dideritanya. Keberhasilan pasien dalam mengidentifikasi dirinya dengan isi buku novel dapat dilihat melalui perubahan positif pada sikap dan ekspresi optimis pasien yang menjadi lebih terbuka dan ceria, serta lebih ingin mendekatkan diri kepada Tuhan, bahkan pada fase pemulihan efek samping pasca proses pengobatan kemoterapi yang dijalani.

Kata Kunci : *biblioterapi; buku novel; remaja; pasien kanker; optimisme*

1. Pendahuluan

Biblioterapi merupakan suatu terapi yang dilakukan dengan menggunakan buku atau bahan bacaan seperti biografi, novel, puisi, atau cerita pendek yang dipilih secara cermat untuk membantu mengatasi perubahan atau masalah emosional dan mental individu (Branco, 2001; Lucas & Soares, 2013). Selain itu, penerapan biblioterapi juga melewati beberapa proses seperti pembacaan buku bersama, memaknai berbagai hal baik atau positif yang ada dalam buku tersebut, lalu merenungkan dan menerapkan hal baik dan positif tersebut ke dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan biblioterapi dapat digunakan untuk memfasilitasi pertumbuhan mental seseorang dan dapat dijadikan solusi dalam pemecahan masalah secara klinis, serta dapat membantu berbagai permasalahan emosional sesuai dengan tujuan pelaksanaan biblioterapi itu sendiri (Hasfera, 2018).

Rangkaian proses pengobatan penyakit kanker dilakukan dalam jangka waktu yang cukup lama, berulang kali, dapat memberikan efek tidak nyaman, dan beberapa efek samping baik pada fisik maupun psikososial pasien. Masalah psikososial pada pasien kanker anak dapat berupa *mood* yang sering berubah, gangguan kecemasan, depresi, hilangnya rasa percaya diri, penurunan persepsi diri, serta perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Sedangkan, pasien penderita kanker yang masuk dalam kategori usia remaja cenderung sudah memahami mengenai penyakit yang dideritanya, hal ini dapat menimbulkan berbagai reaksi emosional dalam diri pasien usia remaja seperti perasaan cemas, takut, putus asa, sampai pada timbulnya rasa marah, bersalah, dan malu (Adriani & Satiadarma, 2011).

Pasien kanker anak kategori usia remaja sedang mengalami fase atau proses perkembangan untuk mencari identitas diri mereka, namun dengan adanya keterbatasan aktivitas yang mengharuskan mereka untuk menjalani rutinitas pengobatan akan menimbulkan berbagai permasalahan emosional. Maka dari itu, perlu adanya pemberian biblioterapi yang dapat membantu pasien kanker anak mengurangi permasalahan emosional tersebut serta membantu menumbuhkan optimisme dan memotivasi mereka untuk sembuh dan terus berjuang melawan penyakit yang dideritanya.

Pasien kanker yang memiliki sikap optimisme akan lebih mudah untuk mempercepat proses penyembuhan penyakitnya karena mereka memiliki tekad dan keyakinan kuat untuk sembuh. Namun, penerapan biblioterapi itu sendiri juga harus dilakukan dengan memperhatikan jenis bahan bacaan yang digunakan sebagai media biblioterapi. Pemilihan buku yang akan digunakan harus disesuaikan dengan perkembangan usia pasien, kemampuan membaca, minat, membantu pasien berpikir kritis, dan pemilihan tema yang disesuaikan dengan permasalahan yang sedang dihadapi pasien, dan lain sebagainya (Sukmaida, Komarudin, & Agustina, 2020).

Pasien kanker yang masuk dalam kategori usia remaja umumnya lebih sesuai apabila menggunakan bahan bacaan berupa karya sastra atau novel populer (Pardeck & Pardeck, 1984; Detrixhe, 2010; Intan, 2019). Penggunaan novel sebagai media biblioterapi yang berisi cerita atau kisah yang berhubungan dengan masalah yang sedang dihadapi pasien akan lebih memudahkan pasien dalam memahami emosi dan perasaan dari tokoh yang ada dalam novel tersebut. Selain itu juga dapat mengembangkan pendapat dan cara pandang

pasien mengenai dirinya sendiri melalui kisah, perjalanan hidup, dan menerapkan serta mengimplementasikan cara karakter dalam menyelesaikan permasalahan di hidupnya.

Penelitian tentang biblioterapi untuk menumbuhkan sikap optimis pasien pernah dilakukan oleh Rully Khairul, dkk (2018) dengan judul “Bibliotherapy dalam Menumbuhkan Sikap Optimis Pasien”. Penelitian tersebut membahas mengenai pelaksanaan biblioterapi dalam menumbuhkan sikap optimis pada pasien rawat jalan usia dewasa dengan menggunakan media biblioterapi berupa buku nonfiksi. Berdasarkan hasil penelusuran peneliti pada tahun 2020 belum ada penelitian yang secara terkhusus mengkaji mengenai pemanfaatan buku novel pada penerapan biblioterapi dalam membantu menumbuhkan sikap optimis pada pasien kanker anak kategori usia remaja. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengkaji mengenai pemanfaatan buku novel sebagai media biblioterapi dalam menumbuhkan optimisme pada pasien kanker anak kategori usia remaja di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI).

2. Landasan Teori

2.1 Konsep Biblioterapi

Latar belakang perkembangan biblioterapi sudah terjadi sejak lama, namun baru mulai mendapat perhatian khusus dan diakui sebagai suatu pendekatan pengobatan atau *treatment* pada awal abad 20. Pada tahun 1966 Webster dalam Websters Third New International Dictionary memberikan definisi mengenai biblioterapi yang telah diakui oleh American Library Association (ALA). Webster mendefinisikan biblioterapi sebagai penggunaan buku dalam membantu memecahkan berbagai. Sementara itu, Branco dalam Lucas & Soares (2013) mengatakan bahwa biblioterapi merupakan suatu intervensi tidak langsung dengan menggunakan buku tematik atau bahan bacaan lain seperti biografi, novel, puisi, atau cerita pendek yang telah dipilih dengan cermat untuk membantu mengatasi perubahan dan permasalahan emosional dan mental seseorang.

Rhea J. Rubin dalam Kruszewski (2019) membagi biblioterapi dalam dua kategori, yaitu *developmental* atau *humanistic bibliotherapy* (digunakan untuk latar pendidikan) dan *therapeutic bibliotherapy* (digunakan untuk latar kesehatan mental). Biblioterapi humanistik dilaksanakan oleh konselor, guru, dan petugas perpustakaan dalam setting pendidikan. Tipe biblioterapi humanistik dapat memperluas pandangan seseorang terhadap perbedaan kondisi manusiawi, sehingga dapat memperoleh pandangan yang lebih luas mengenai perbedaan kondisi yang bersifat manusiawi. Tipe biblioterapi humanistik biasanya juga digunakan untuk mencapai pertumbuhan emosional atau psikososial seseorang.

Penerapan biblioterapi didasarkan pada prinsip-prinsip psikoterapi klasik yang terdiri dari: Identifikasi, yaitu partisipan mengidentifikasi dirinya sendiri dengan karakter dan situasi atau peristiwa yang ada dalam buku; Katarsis, yaitu partisipan mulai terlibat secara emosional dengan alur dan kisah dalam buku serta dapat mengekspresikan atau menyalurkan emosi yang dirasakannya dengan aman dan nyaman. Partisipan juga dapat memperoleh inspirasi dari kisah yang ada dalam buku tersebut; Wawasan / *Insight*, yaitu partisipan mulai menyadari cara penyelesaian masalah yang dihadapinya dari kisah dalam

buku, sehingga partisipan mendapatkan motivasi untuk melakukan perubahan positif (Herbert & R. Kent dalam McCulliss & Chamberlain, 2013).

Sedangkan, menurut Vale & Soares dalam Lucas & Soares (2013) menjelaskan bahwa implementasi biblioterapi dapat dilakukan dengan melibatkan empat langkah, sebagai berikut: 1) identifikasi, yaitu kegiatan mengidentifikasi permasalahan yang sedang dihadapi oleh partisipan; 2) seleksi Buku, yaitu kegiatan menyeleksi bahan bacaan yang berisi cerita atau karakter yang memiliki permasalahan serupa dengan yang dialami oleh partisipan; 3) implementasi, yaitu melakukan kegiatan pembacaan dan pemaknaan isi buku bersama partisipan; 4) kegiatan *follow-up*, yaitu kegiatan memastikan kembali bahwa pesan dan nilai-nilai positif dalam buku sudah benar-benar tersampaikan dan dapat dimaknai oleh partisipan.

2.2 Buku sebagai Media Biblioterapi pada Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja

Penggunaan buku sebagai media biblioterapi menjadi hal yang sangat penting dalam menentukan efektivitas pelaksanaan biblioterapi. Pemilihan buku harus mempertimbangkan beberapa faktor seperti usia dan tingkat perkembangan pasien kanker anak kategori usia remaja, tingkat kemampuan membaca, tingkat pemahaman, dan ketertarikan minat pasien. Namun faktor yang paling utama ialah mengidentifikasi kesesuaian dengan permasalahan yang sedang dihadapi oleh pasien (Herlina, 2012: 187).

Zaccaria & Moses dalam Herlina (2012) menyebutkan bahwa pemilihan buku yang akan digunakan pada pelaksanaan biblioterapi juga perlu mempertimbangkan minat baca anak yang dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Anak usia 2-7 tahun lebih menyukai buku yang bercerita mengenai peristiwa atau kejadian mengenai keluarga;
2. Anak usia 7-11 tahun mulai tertarik dengan buku yang bercerita mengenai fantasi;
3. Anak usia 12-15 tahun yang sudah masuk dalam kategori remaja awal lebih menyukai buku yang bercerita mengenai misteri, petualangan, peristiwa supernatural, ataupun olahraga. Selain itu, Intan (2019) menjelaskan bahwa anak yang telah memasuki kategori usia ini umumnya lebih menyukai buku berjenis karya sastra atau novel populer. Pemilihan buku untuk anak usia remaja awal juga harus tetap disesuaikan dengan keinginan dan kesukaan atau hobi yang sedang disenangi masing-masing anak;
4. Anak usia 15-18 tahun yang masuk dalam kategori remaja pertengahan lebih menyukai buku yang memiliki cerita mengenai kehidupan remaja, *romance*, ataupun mengenai kisah peperangan;
5. Anak usia 18-21 tahun yang masuk dalam kategori remaja akhir lebih menyukai buku yang berhubungan dengan transisi atau peralihan yang terjadi pada kehidupan di usia dewasa, pengalaman hidup seseorang yang tidak biasa, ataupun buku yang memiliki makna sosial atau nilai-nilai pribadi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat diketahui bahwa anak yang telah memasuki usia remaja lebih cocok apabila diberikan bahan bacaan yang mulai memiliki permasalahan yang lebih kompleks dan telah

disesuaikan dengan kesukaan dan minat anak. Maka dari itu, pemilihan jenis buku sebagai media biblioterapi yang dilakukan pada pasien kanker anak kategori usia remaja lebih tepat apabila menggunakan buku novel, dengan pemilihan tema dari buku novel yang akan digunakan juga tetap harus berhubungan dan disesuaikan dengan permasalahan yang sedang dihadapi pasien.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dan dengan menggunakan pendekatan *action research*. Metode penelitian kualitatif dipilih karena untuk mencapai tujuan penelitian yaitu mengetahui bagaimana pemanfaatan buku novel sebagai media biblioterapi yang dilakukan untuk membantu menumbuhkan optimisme seseorang memerlukan data kualitatif. Selain itu, untuk dapat mengeksplorasi mengenai sikap seseorang tidak dapat diukur dengan data numerik dan uji statistik seperti pada metode kuantitatif (Hermawan, 2019). Metode pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan observasi tidak langsung, wawancara semi-terstruktur, dan studi dokumen. Adapun informan dalam penelitian ini ialah pasien kanker anak kategori usia remaja (13 tahun) yang berada di YKAKI yang disamarkan dengan nama Mawar (Basuki, 2019), beserta guru pendampingnya selaku konselor dalam pelaksanaan biblioterapi pada penelitian ini. Informan dalam penelitian ini didapat melalui teknik *snowball sampling*.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1 Pelaksanaan Biblioterapi pada Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja di YKAKI

Program Sekolah-Ku di YKAKI menyediakan aktivitas yang dapat melibatkan interaksi antara pasien kanker dan buku bacaan seperti kegiatan literasi. Pada program Sekolah-Ku juga terdapat kegiatan terapi dengan menggunakan buku bacaan yang digunakan sebagai salah satu opsi terapi dalam meningkatkan semangat pasien. Namun pelaksanaan terapi dengan buku atau biblioterapi yang dilakukan di YKAKI masih belum menggunakan pedoman khusus. Sehingga strategi dan metode yang digunakan dalam pelaksanaan terapi dengan buku tersebut hanya menyesuaikan dengan strategi masing-masing guru pengajar di YKAKI.

Pelaksanaan kegiatan biblioterapi di YKAKI biasanya dilakukan apabila terdapat pasien yang terlihat murung dan kurang bersemangat. Biasanya pelaksanaan biblioterapi di YKAKI dilakukan kepada pasien kanker yang telah memasuki usia remaja. Pelaksanaan biblioterapi untuk pasien kanker anak kategori usia remaja dilakukan karena pasien kanker yang sedang memasuki usia remaja cenderung mempunyai tingkatan emosional yang belum stabil dan lebih sering mengalami perubahan *mood*, ditambah dengan rasa sakit yang dirasakan, keterbatasan aktivitas, dan pemahaman mengenai penyakit yang dideritanya dapat menjadi penyebab pasien kanker anak kategori usia remaja terlihat murung dan kurang bersemangat.

Tahapan pelaksanaan biblioterapi yang biasanya dilakukan oleh guru pengajar program Sekolah-Ku kepada pasien kanker anak kategori usia remaja ialah dengan melihat kondisi dan permasalahan yang sedang dihadapi pasien terlebih dahulu. Kemudian, guru pengajar akan memperhatikan pada tingkat

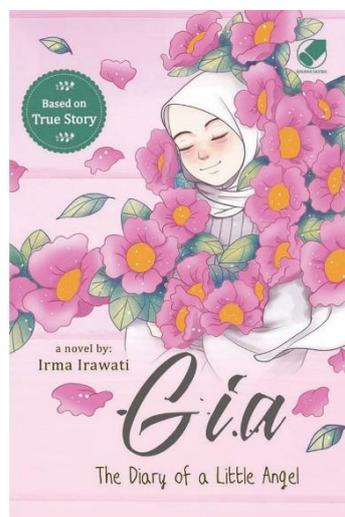
ketertarikan pasien dengan buku dan hal-hal yang sedang digemari atau disukai oleh pasien tersebut. Selanjutnya, guru pengajar akan memberikan kebebasan kepada pasien untuk memilih buku bacaan sesuai dengan keinginan pasien, serta membiarkan pasien untuk menyelesaikan kegiatan membaca buku sesuai dengan kemampuannya. Setelah pasien menyelesaikan kegiatan membaca buku, guru pengajar akan menanyakan beberapa hal atau bercerita kepada pasien mengenai isi buku yang telah dibaca sebelumnya.

Pelaksanaan biblioterapi yang biasa dilakukan di YKAKI tersebut terkadang dapat membantu meningkatkan motivasi dan *mood* pasien, namun terkadang pelaksanaan biblioterapi yang telah dilakukan juga tidak memberikan hasil yang signifikan terhadap perubahan pada sikap pasien. Hal ini dapat terjadi karena masih kurang tepatnya proses pemilihan buku sebagai media biblioterapi di YKAKI. Guru pengajar belum memperhatikan mengenai pentingnya proses pemilihan buku dalam pelaksanaan biblioterapi. Proses pemilihan buku di YKAKI hanya lebih disesuaikan dengan keinginan atau minat pasien saja.

4.2 Penggunaan Buku Novel sebagai Media Biblioterapi bagi Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja di YKAKI

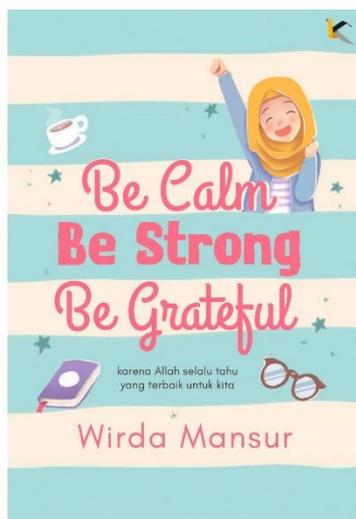
Tiga buku novel yang digunakan sebagai media biblioterapi telah dipilih dengan memperhatikan berbagai aspek yang sesuai dengan kebutuhan pasien kanker anak kategori usia remaja yang menjadi subjek penelitian. Penelusuran mengenai buku novel menghasilkan beberapa opsi judul yang memiliki alur cerita mengenai kisah perjuangan seseorang dalam menghadapi berbagai permasalahan dengan penuh rasa syukur dan semangat. Proses penelusuran juga lebih difokuskan mengenai kisah inspiratif perjuangan pasien kanker.

Pemilihan tiga judul buku novel yang digunakan dalam pelaksanaan biblioterapi juga telah didiskusikan dan disetujui oleh guru pengajar yang menjadi konselor dalam pelaksanaan biblioterapi. Sebelum diberikan kepada pasien, peneliti beserta guru pengajar selaku konselor dalam pelaksanaan biblioterapi telah terlebih dahulu membaca dan memahami isi dari tiga buku novel yang akan diberikan. Kemudian, memberikan tiga buku novel yang telah dipilih kepada informan pasien kanker.



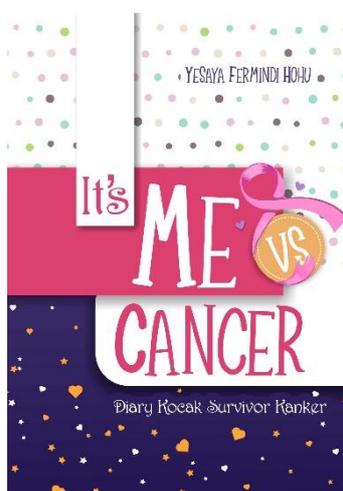
Gambar 1. Cover Buku “Gia, Diary of A Little Angel” Irawati, 2018)

Buku pertama yang digunakan ialah berjudul “Gia, Diary of A Little Angel” oleh Irma Irawati yang diterbitkan pada tahun 2018. Buku novel ini bercerita mengenai gadis kecil berusia 10 tahun yang sedang berjuang melawan penyakit leukemia atau kanker darah. Gia yang merupakan tokoh utama dari buku ini dapat mengajarkan pembaca untuk selalu menanggapi setiap masalah yang ada di hidup dengan penuh semangat, selalu berserah diri kepada Tuhan, dan selalu bersyukur dengan apapun yang terjadi di hidup.



Gambar 2. Cover Buku “Be Calm Be Strong Be Grateful” (Mansur, 2017)

Buku kedua yang digunakan ialah berjudul “Be Calm Be Strong Be Grateful” karya Wirda Mansur yang diterbitkan tahun 2017. Buku ini berisi berbagai pengalaman pribadi dan cara-cara penulis dalam menghadapi berbagai permasalahan dan hal-hal yang terjadi di hidupnya yang dapat membuat penulis belajar menjadi pribadi yang lebih kuat, tegar, sabar, dan selalu bersyukur dalam menghadapi segala kesulitan dan permasalahan yang pernah dialaminya.



Gambar 3. Cover Buku “It’s Me Vs Cancer: Diary Kocak Survivor Kanker” (Hoho, 2018)

Selanjutnya, buku ketiga berjudul “It’s Me Vs Cancer: Diary Kocak Survivor Kanker” karya Yesaya Fermindi Huhu yang diterbitkan tahun 2018. Buku ini berisi cerita pengalaman penulis bernama Yesaya dalam berjuang melawan kanker payudara. Buku ini berisi 10 episode atau *chapter* singkat dan terdiri dari 54 halaman yang dikemas dengan bahasa yang santai dan jenaka. Terdapat juga beberapa foto dan dokumentasi pribadi dari penulis sekaligus tokoh utama dari buku ini selama menjalani pengobatan penyakit kanker. Ketiga buku novel tersebut telah dipilih sedemikian rupa dengan memperhatikan kesukaan dan tingkat kemampuan membaca pasien kanker anak kategori usia remaja, serta isi dan alur cerita yang ada di dalam buku yang dirasa sesuai apabila digunakan untuk meningkatkan optimisme pasien kanker anak kategori usia remaja.

4.2.1 Tahapan Pelaksanaan Biblioterapi dalam Meningkatkan Optimisme pada Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja di YKAKI

Sebelum melaksanakan kegiatan biblioterapi, terdapat berbagai persiapan yang dilakukan sebelum pelaksanaan biblioterapi sebagai berikut: 1) Melakukan wawancara terlebih dahulu dengan Nurul Rezky selaku guru pengajar program Sekolah-Ku di YKAKI Cabang Makassar mengenai karakter, keseharian, kemampuan membaca, hal-hal yang disukai, sampai pada latar belakang, dan sikap yang dimiliki oleh Mawar; 2) Mencari beberapa judul buku novel dengan memperhatikan mengenai kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya, juga memperhatikan mengenai jumlah halaman, bahasa yang digunakan, serta gambar atau ilustrasi pada buku novel yang disesuaikan dengan usia Mawar; 3) Setelah mendapat tiga judul buku novel yang sesuai, maka dilanjutkan dengan melakukan diskusi dan meminta persetujuan Nurul Rezky mengenai penggunaan tiga judul buku novel yang telah dipilih; 4) Selanjutnya, memberikan pemahaman mengenai tahapan pelaksanaan kegiatan biblioterapi yang baik dan benar kepada Nurul Rezky, serta memberitahukan urutan pembacaan buku novel yang harus dilakukan saat pelaksanaan biblioterapi.

Setelah seluruh persiapan selesai, maka dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan biblioterapi. Pelaksanaan biblioterapi dilakukan dengan memberikan tiga buku novel yang telah dipilih sebelumnya kepada Mawar sesuai dengan urutan yang telah ditentukan sebelumnya, serta membiarkan Mawar untuk membaca sendiri buku novel tersebut sesuai dengan arahan yang diberikan oleh Nurul Rezky selaku guru pendamping dan konselor yang bertindak memberikan biblioterapi.



Gambar 4. Kegiatan Membaca Buku oleh Mawar (YKAKI Cabang Makassar, 2020)

Gambar 4. Memperlihatkan pelaksanaan tahapan kegiatan membaca buku novel yang dilakukan oleh Mawar. Pelaksanaan kegiatan membaca berhasil diselesaikan Mawar dalam kurun waktu dua minggu. Hal ini dapat terjadi karena tingkat kemampuan membaca serta minat Mawar dalam membaca yang cukup tinggi sehingga kegiatan membaca tiga buku novel tersebut dapat terselesaikan dengan waktu yang cukup singkat.

Kemudian, melaksanakan kegiatan *follow-up* berupa tanya jawab untuk mengetahui mengenai pemahaman Mawar dalam memaknai nilai-nilai dan emosi yang dirasakan tokoh dalam buku. Berdasarkan hasil kegiatan tanya jawab yang telah dilakukan Nurul Rezky kepada Mawar, dapat diketahui bahwa Mawar telah dapat memahami isi dari buku yang dibacanya dengan sangat baik. Selain itu, Mawar juga telah dapat memahami dan merefleksikan emosi yang dirasakan tokoh dan dapat mengambil makna yang terkandung dalam isi buku yang telah dibacanya dengan baik dan benar. Hal ini ditunjukkan melalui hasil responsi pertanyaan terkait kesan Mawar setelah selesai membaca tiga buku novel yang digunakan dalam proses biblioterapi.

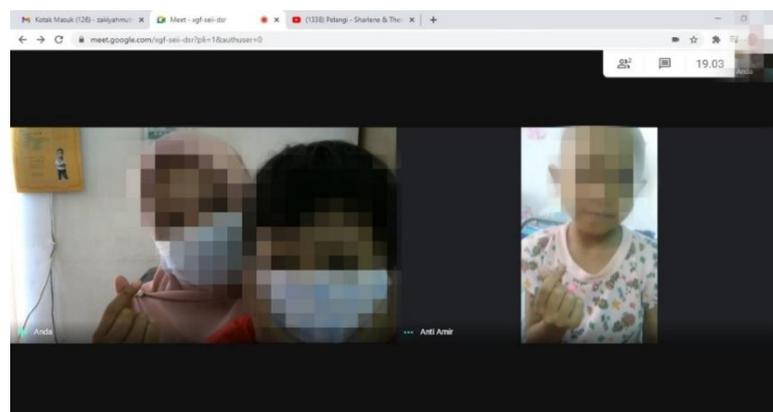
Tahapan pelaksanaan kegiatan biblioterapi dengan menggunakan media buku novel yang telah dilakukan, belum menemukan kendala yang berarti. Hanya saja terjadi penundaan waktu pada kegiatan membaca saat Mawar merasakan sakit yang diakibatkan dari efek pengobatannya, sehingga proses membaca ditunda untuk sementara waktu hingga kondisi Mawar membaik. Secara keseluruhan, tidak ditemukannya kendala khusus yang dihadapi Mawar selama melaksanakan tahapan pelaksanaan kegiatan biblioterapi.

4.2.2 Perubahan dan Dampak Setelah Pelaksanaan Biblioterapi Pada Pasien Kanker Anak Kategori Usia Remaja di YKAKI

Pelaksanaan kegiatan biblioterapi yang telah dilakukan memberikan beberapa perubahan dan dampak positif yang terjadi pada Mawar. Sebagaimana Nurul Rezky menjelaskan bahwa terdapat beberapa perubahan positif seperti terlihat pada sikap Mawar yang dapat melaksanakan sholat tanpa harus disuruh terlebih dahulu. Hal ini dapat dikaitkan dengan keberhasilan Mawar dalam merefleksikan isi dari tiga buku novel yang telah dibacanya yang sama-sama memiliki makna untuk selalu bersyukur dengan apapun yang terjadi di hidup dan menyerahkan segala sesuatu kepada Tuhan yang Maha Esa.

Perubahan lain yang terlihat ialah Mawar dapat belajar untuk menjadi lebih sabar dalam menghadapi segala hal yang terjadi dalam hidup. Selain itu juga terlihat dari ekspresi Mawar yang lebih ceria dan tidak terlihat. Hal ini membuktikan bahwa Mawar dapat menerapkan hal baik yang dilakukan tokoh karakter ke dalam kehidupannya. Selain itu, perubahan positif lainnya yang terlihat ialah Mawar dapat merefleksikan dirinya dengan tokoh yang ada dalam buku, sehingga Mawar dapat membuka pandangannya bahwa dia tidak sendiri dan menyadari bahwa terdapat orang lain yang juga merasakan apa yang dirasakannya. Mawar juga dapat menjadikan tokoh karakter sebagai tokoh inspirasinya.

Berdasarkan hal tersebut, dapat dilihat bahwa Mawar benar-benar dapat mengambil dan memaknai berbagai hal baik dan positif dari isi cerita ataupun tokoh karakter yang ada dalam buku. Sehingga setelah melakukan kegiatan membaca tiga buku novel tersebut, Mawar dapat menyerap berbagai energi dan hal-hal positif dari dalam buku dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini dapat membuktikan bahwa terdapat perubahan pada optimisme Mawar, dimana salah satu ciri optimisme ialah ditandai dengan adanya kemampuan dalam mencurahkan energi yang dimilikinya untuk menemukan solusi dari permasalahan yang dihadapi (Seligmen dalam Utami, 2020).



Gambar 5. Video Call Mawar dengan Sesama Penderita Kanker (YKAKI Cabang Makassar, 2020)

Pada gambar 5 dapat dilihat bahwa Mawar bersama dengan guru pengajar yang menjadi konselor dalam kegiatan biblioterapi melakukan *video call* untuk memberikan semangat kepada teman sesama

pejuang kanker. Hal ini membuktikan bahwa Mawar dapat menyemangati dan membagikan aura positif dan semangat setelah menjalani proses biblioterapi kepada teman-temannya yang juga merupakan pasien kanker. Hal ini juga dapat membuktikan adanya perubahan pada optimisme Mawar, di mana salah satu ciri optimisme dapat ditandai dengan adanya sikap yang menunjukkan kegembiraan dan dapat membagikan kegembiraannya kepada lingkungan sekitar (Seligmen dalam Utami, 2020).

Perubahan positif pada sikap Mawar juga telah dikonfirmasi oleh orang tua Mawar yang menjelaskan bahwa terlihat perubahan positif pada sikap Mawar yang menjadi lebih tenang, sabar, dan tidak mudah mengeluh dalam menghadapi segala hal. Mawar juga terlihat gembira dan bersemangat, serta antusias dalam mengajak orang tuanya untuk ikut membaca. Hal ini membuktikan bahwa adanya peningkatan optimisme, sebagaimana salah satu ciri dari sikap optimisme ialah ditandai dengan munculnya kegembiraan dan antusias (Seligmen dalam Utami, 2020).

Secara keseluruhan, pelaksanaan biblioterapi pada pasien kanker anak kategori usia remaja di YKAKI dapat dilakukan melalui empat langkah implementasi pelaksanaan biblioterapi yang terdiri dari identifikasi, seleksi buku, implementasi, dan kegiatan *follow-up* (Carla & Luisa dalam Lucas & Soares, 2013). Buku pertama yaitu 'Gia, Diary of a Little Angel' digunakan untuk membantu Mawar mengidentifikasi dirinya dengan tokoh karakter yang ada dalam buku novel pertama. Melalui pembacaan buku pertama, Mawar dapat menyadari bahwa dia tidak sendirian dan ada orang lain yang juga merasakan apa yang dirasakannya.

Kemudian melalui buku kedua yang berisi mengenai kisah inspiratif dan terdiri dari berbagai kalimat motivasi akan digunakan untuk membantu Mawar dalam menyalurkan perasaannya (katarsis) dan dapat terinspirasi dengan hal-hal baik yang dilakukan tokoh karakter. Selanjutnya melalui buku ketiga yang berisi kisah perjuangan tokoh karakter yang dapat menghibur, serta dapat memberikan energi positif kepada Mawar. Maka melalui pembacaan buku ketiga, Mawar dapat terhibur dan mulai menyadari cara penyelesaian masalah yang dihadapinya (*insight*), serta akan mengikuti hal-hal positif yang dilakukan tokoh. Ketiga buku novel yang digunakan tersebut merupakan satu kesatuan yang akan membantu Mawar dalam melewati tahapan biblioterapi berupa identifikasi, katarsis, dan *insight*. Sehingga setelah selesai membaca ketiga buku novel tersebut, Mawar akan memiliki strategi *coping stress* yang dapat memberikan pengaruh positif dalam menumbuhkan optimisme Mawar. Biblioterapi yang diterapkan pada Mawar juga berfungsi sebagai pengalihan dari permasalahan kesehatan yang sedang dialami, serta sebagai strategi untuk membantu mengurangi stres yang muncul akibat dari proses pengobatan kanker yang sedang dijalani.

5. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Yayasan Kasih Anak Kanker Indonesia (YKAKI) mengenai penggunaan buku novel sebagai media pada pelaksanaan biblioterapi yang bertujuan untuk menumbuhkan optimisme pada pasien kanker anak kategori usia remaja, dapat ditarik simpulan bahwa penggunaan buku novel sebagai media dalam pelaksanaan biblioterapi dapat digunakan pada tahap

identifikasi, dimana Mawar sebagai informan dalam penelitian ini mulai dapat melihat gambaran diri dalam karakter yang ada pada buku novel melalui kemiripan permasalahan yang sedang dialaminya. Sehingga, Mawar dapat merasakan apa yang dirasakan tokoh karakter dan dapat terlibat secara emosional dengan tokoh karakter yang ada dalam buku novel. Kemudian, Mawar dapat terinspirasi melalui kisah yang ada dalam buku novel tersebut, dan secara tidak langsung termotivasi untuk mengikuti dan melakukan hal-hal positif dan cara penyelesaian masalah yang dilakukan tokoh karakter saat menghadapi masalah kesehatan akibat kanker yang diderita.

Maka dari itu, melalui alur, makna, dan hal-hal yang dilakukan tokoh karakter dalam buku novel dapat membuka pandangan Mawar, bahwa ada orang lain yang juga mengalami hal yang serupa dengan dirinya, sehingga Mawar dapat berusaha dan termotivasi untuk mengikuti cara dan sikap yang dilakukan tokoh karakter dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dialaminya. Keberhasilan Mawar dalam mengidentifikasi dirinya dengan isi buku novel, serta memahami makna dan hal-hal positif yang terkandung dalam buku novel dapat dilihat melalui beberapa perubahan positif pada sikap Mawar yang ditandai dengan adanya perubahan pada sikap dan ekspresi Mawar yang tidak lagi terlihat murung, adanya motivasi yang dapat dilihat dari optimisme Mawar yang menjadi lebih terbuka dan ceria, serta lebih ingin mendekati diri kepada Tuhan. Perubahan positif yang terlihat pada sikap Mawar tersebut dapat membuktikan keberhasilan penggunaan buku novel sebagai media biblioterapi pada pasien kanker anak kategori usia remaja di YKAKI.

Daftar Pustaka

- Adriani, S. N., & Satiadarma, M. P. (2011). Efektivitas Art Therapy dalam Mengurangi Kecemasan pada Remaja Pasien Leukemia. *Indonesian Journal of Cancer*, 5(1). Retrieved from <https://www.indonesianjournalofcancer.or.id/e-journal/index.php/ijoc/article/view/104>
- Anwar, R. K., Rejeki, D. S., Khadijah, U. L. S., & Sukaesih. (2019). *Bibliotherapy dalam Menumbuhkan Sikap Optimis Pasien*. 15(1), 87–100. Retrieved from <http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1054435>
- Basuki, S. (2019). Etika Informasi. *Media Pustakawan*, 26(1). Retrieved from <https://ejournal.perpusnas.go.id/mp/article/download/171/164>
- Branco, T. (2001). *Child Stories in Ludotherapy with Children*. Campinas: Pontificia Universidade Cato'lica de Campinas.
- Detrixhe, J. J. (2010). *Souls in Jeopardy : Questions and Innovations for Bibliotherapy With Fiction*. 49, 58–72. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/j.2161-1939.2010.tb00087.x>
- Hasfera, D. (2018). *Bibliotherapy : Layanan Bimbingan Konseling di Perpustakaan*. 10(1), 39–62. <https://doi.org/10.15548/shaut.v10i1.3>
- Herlina. (2012). Bibliotherapy (Terapi Melalui Buku). *EduLibinfo: Library and Information Science*, 2. Retrieved from <https://ejournal.upi.edu/index.php/edulib/article/view/10044>
- Hermawan, I. (2019). *Metodologi Penelitian Pendidikan (Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed Method)*. Kuningan: Hidayatul Quran Kuningan.

- Intan, T. (2019). *Resepsi Remaja Perempuan Pembaca Novel Populer*. 9(September), 157–167. Retrieved from <http://journal.unpad.ac.id/metahumaniora/article/view/23900/12320>
- Kruszewski, T. (2019). *Psychological Techniques of Children's Library Work with Personal Difficulties*. 6(1), 16–21. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/ad/issue/46328/576592>
- Lucas, C. V., & Soares, L. (2013). *Bibliotherapy: A tool to promote children's psychological well-being*. (April 2018). <https://doi.org/10.1080/08893675.2013.823310>
- McCulliss, D., & Chamberlain, D. (2013). Bibliotherapy for Youth and Adolescents-School-Based Application and Research. *Journal of Poetry Therapy*, 26, 13–41. <https://doi.org/10.1080/08893675.2013.764052>
- Pardeck, J. T., & Pardeck, J. A. (1984). *Treating abused children through bibliotherapy*. 37–41. <https://doi.org/10.1080/0300443840160304>
- Sukmaida, E., Komarudin, Y. T. S., & Agustina, S. (2020). *Implementasi Reading therapy dalam Membantu Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar (Action Research Reading therapy pada Siswa Kelas III di Perpustakaan SD Negeri Isola)*. Retrieved from <http://repository.upi.edu/47419/>
- T. P. Herbert, & R. Kent. (2000). *Nurturing Social and Emotional Development in Gifted Teenagers Through Young Adult Literature*. <https://doi.org/10.1080/02783190009554027>
- Utami, R. D. (2020). *Hubungan Antara Konsep Diri dan Sikap Optimisme dengan Motivasi Belajar pada Mahasiswa Program Studi PAI Iain Salatiga Tahun Akademik 2019/2020*. Retrieved from <http://e-repository.perpus.iainsalatiga.ac.id/8679/>

