

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya mengenai konseling bibliografi dalam teori dan praktik dalam perspektif Samuel McChord Crothers, sebagaimana penulis membahas bagaimana konsep dasar *bibliotherapy*, bagaimana *bibliotherapy* dapat diterapkan sehingga menjadi sebuah teknik tambahan yang dapat disarankan dalam proses konseling, bagaimana efektivitas penggunaan teknik *bibliotherapy*, bagaimana *bibliotherapy* dalam sudut pandang psikologi dan islam, hingga keterbatasan teknik *bibliotherapy* dalam proses implementasinya. Dalam hal ini, penulis memperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. *Bibliotherapy* merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh konselor, psikolog, atau pustakawan, dengan tujuan penyembuhan yang dilakukan dengan proses pemberian atau penyeleksian bahan bacaan, agar klien/pasien dapat mengidentifikasi diri dengan baik, memperoleh *insight* dari proses belajar mengenai *problem solving* ketika dihadapkan dalam sebuah permasalahan yang sama, klien menyadari bahwa dia tidak sendiri yang mengalami permasalahan itu, serta teknik *bibliotherapy* ini dapat dijadikan sebagai stimulus agar klien dapat melepaskan emosi-emosi negatif yang terpendam serta pikiran negatif

- yang kerap kali menyerang klien. Dalam proses konseling biblioterapi ini tidak dapat dijadikan sebagai teknik tunggal, teknik ini harus disertai dengan teknik utama dalam konseling, karena teknik biblioterapi hanyalah sebuah teknik pendukung dalam proses pemberian bantuan.
2. Biblioterapi telah digunakan untuk menangani beragam masalah, meski banyak studi hasil memfokuskan pada penggunaannya pada klien-klien yang mengalami depresi dan kecemasan, Banyak penelitian tentang biblioterapi menunjukkan efektivitas pendekatan itu dari segi biaya dibandingkan pendekatan-pendekatan konseling tatap-muka tradisional. Sebagaimana juga dengan sebagian besar pendekatan teurapetik, terdapat keterbatasan dan hal-hal yang harus diwaspadai saat menggunakan *bibliotherapy*. Campur aduknya dukungan empiris, banyak orang yang bukan pecandu membaca, klien bisa gagal mengidentifikasi diri dengan karakter tokoh dalam buku.
 3. Islam memandang teori biblioterapi sebagai sebuah teknik yang efektif untuk diterapkan sebagai sebuah teknik yang efektif untuk diterapkan dalam proses konseling. Biblioterapi dalam islam itu sendiri terdapat dua jenis yaitu terapi berkisah dan terapi ayat al-quran. Terapi berkisah dalam biblioterapi islam yaitu mengangkat kisah-kisah para rasul dan nabi yang telah Allah ceritakan dalam al-quran. Ketika berkisah akan terjadi sebuah proses *transference*/ pemindahan, dimana klien

akan memperlakukan seorang konselor/terapis seolah-olah ibunya, ayahnya, atau sosok orang dewasa yang bermakna dihidupnya. Sedangkan, terapi ayat dalam proses implementasinya yaitu dengan dilatunkannya ayat-ayat suci al-quran secara berulang dalam jumlah tertentu dengan diiringi keyakinan akan kebenaran firman Allah SWT. Hal yang mendasari terapi ayat yaitu muslim mengimani bahwa al-quran adalah *syifa* (obat/penyembuh). Al-quran sebagian besar isinya merupakan sebuah kisah, yang didalamnya terselip doa yang berguna sebagai getaran ilahi yang akan mengaktifkan aura di dalam diri atau menghidupkan kembali jiwa yang gersang.

B. Saran

1. Bagi lembaga pendidikan khususnya jurusan bimbingan konseling islam, agar lebih mengupayakan penyediaan layanan perpustakaan digital, sehingga memudahkan mahasiswa dalam memperoleh bahan bacaan (buku).
2. Bagi mahasiswa, belajarlh untuk membiasakan diri dengan aktifitas membaca, karena dengan membaca dapat menumbuhkan kekuatan dalam diri, melatih rasa empati, mengurangi stres, mengurangi penurunan kognitif, dan dapat melatih otak menjadi kritis.
3. Bagi Masyarakat, kemajuan teknologi informasi dan komunikasi saat ini, sudah berkembang dengan pesat, dengan didukung teknologi yang canggih tentunya lebih memudahkan

untuk mengakses buku digital yang telah disediakan oleh beberapa platform, sehingga meringankan kita untuk mengakses buku dengan mudah.

