PUNGGAWA
GLOBAL RESEARCH:
JURNAL MULTIDISIPLIN

Punggawa Global Research: Jurnal Multidisiplin
Volume 1, Nomor 6, 2026
E-ISSN: 3164-0117
Open Access: punggawajournal.com/pgr

Bibliokonseling dalam Layanan Bimbingan dan Konseling: Tinjauan Sistematis pada Bidang Pribadi-Sosial, Belajar, dan Karir

Zulfa Laila Amalia[1], Amriana[2]
[1,2] UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia
Korespondensi: zulfalailaamalia@gmail.com

Informasi Artikel

Riwayat artikel:
Received Sept 18th, 2026
Revised Oct 27th, 2026
Accepted Nov 4th, 2026

Kata kunci:
Bibliokonseling; Biblioterapi; Bimbingan dan konseling; Bahan bacaan; Tinjauan literatur sistematis.

ABSTRAK

Bibliokonseling banyak diterapkan dalam layanan bimbingan dan konseling (BK) di sekolah, tetapi pemetaan sistematisnya pada bidang pribadi-sosial, belajar, dan karier masih terbatas. Penelitian ini bertujuan memetakan karakteristik studi, bahan bacaan, tahapan penerapan, dan indikasi efektivitas bibliokonseling pada ketiga bidang. Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) berdasarkan pedoman PRISMA 2020 dengan penelusuran pada Google Scholar, SINTA, Portal Garuda, DOAJ, dan Crossref untuk publikasi 2016–2026, dan 12 artikel dianalisis secara naratif. Hasil menunjukkan delapan studi kuantitatif eksperimen atau kuasi-eksperimen, satu studi kualitatif, satu pengembangan produk, dan dua kajian literatur atau studi konseptual. Bahan bacaan meliputi novel, komik, buku bacaan inspiratif, serta cerita dan teks buatan peneliti. Studi empiris melaporkan peningkatan konsep diri, kepercayaan diri, self-esteem, psychological well-being, motivasi dan minat belajar, serta pengenalan karier. Namun, studi kuantitatif bersampel kecil (4–20 peserta), enam berdesain satu kelompok, dan hanya dua memakai kelompok pembanding, sehingga temuan belum dapat digeneralisasi. Tahapan penerapan yang dirumuskan meliputi asesmen kebutuhan, pemilihan bacaan, pembacaan, diskusi dan refleksi, serta rencana tindakan dan evaluasi. Guru BK disarankan menyusun modul bibliokonseling terstruktur, dan penelitian selanjutnya memakai kuasi-eksperimen berkelompok kontrol bersampel lebih besar.

© 2026 The Authors. Published by Punggawa Legacy Center. This is an open access article under the CC BY license (https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

PENDAHULUAN

Peserta didik pada jenjang pendidikan dasar hingga menengah berada pada fase perkembangan yang rentan terhadap berbagai permasalahan di bidang pribadi-sosial, belajar dan karir. Pada Tingkat sekolah dasar hambatan perkembangan umumnya bersumber dari keterbatasan regulasi diri serta penyesuaian awal dalam interaksi sosial. Memasuki jenjang sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas, lingkup permasalahan bergeser pada kompelsitas hubungan sebaya, dinamika regulasi emosi, keterikatan negatif media digital, tingkat stress akademik, hingga keraguan penentuan arah karir masa depan.

Dalam kerangka bimbingan dan konseling komprehensif, permasalahan bidang tersebut dilayani melalui layanan dasar, peminatan dan perencanaan individual, layanan responsif, dan dukungan sistem (Kebudayaan;, 2014). Layanan responsis secara khusus diposisikan untuk memberikan intervensi segera bagi peserta didik yang menghadapi hambatan mendesak agar tidak mengganggu pencapaian tugas-tugas perkembangan mereka secara optimal.

Salah satu teknik yang dapat digunakan konselor sekolah dalam layanan tersebut adalah bibliokonseling atau yang biasanya disebut biblioterapi. Teknik ini memanfaatkan bahan bacaan sebagai media bantu dalam proses layanan, yaitu konseli membaca bacaan yang sesuai dengan usia dan

permasalahannya, kemudian mendiskusikannya bersama konselor (Solikin, 2015). Secara teoretis, melalui media bacaan konseli dapat mengenali kemiripan dirinya dengan tokoh cerita, melepaskan emosi, dan memperoleh pemahaman baru. Penggunaannya juga telah lama dikenalkan disekolah sebagai strategi yang praktis bagi konselor sekolah (Gladding & Gladding, 1991).

Penelitian empiris di Indonesia menunjukkan penerapan bibliokonseling pada bidang pribadi-sosial seperti konsep diri (Trihantoro et al., 2016), kepercayaan diri (Yunitasari & Christiana, 2016), self-esteem (Alfarendra & Purwoko, 2020); pada bidang belajar berkaitan dengan motivasi belajar (Mustofa et al., 2024) dan minat belajar (Angraini et al., 2025); serta pada bidang karir (Sari & Permatasari, 2022). Namun temuan tersebut tersebar pada studi dengan desain, jenjang, dan jenis bahan bacaan yang berbeda, dan belum disintesis menurut bidang layanan BK. Tinjauan sistematis internasional terkait biblioterapi pada anak berusia 5 sampai 16 tahun memang sudah ada, tetapi berfokus pada perilaku internalisasi, eksternalisasi dan prososial (Montgomery & Maunders, 2015), bukan pada bidang layanan BK dalam konteks sekolah di Indonesia. Sepanjang penelusuran penulis, belum ditemukan tinjauan sistematis yang memetakan bibliokonseling menurut bidang layanan BK di sekolah, khususnya di Indonesia. Kesenjangan inilah yang melatarbelakangi tinjauan ini.

Tinjauan literatur ini bertujuan untuk (1) memetakan karakteristik studi bibliokonseling di sekolah, (2) mengidentifikasi bahan bacaan yang digunakan, dan (3) merumuskan tahapan penerapannya dan (4) menelaah indikasi efektivitasnya pada bidang pribadi-sosial, belajar dan karir. Kebaruan tinjauan ini terletak ppada sintesis lintas bidang layanan BK serta pemetaan bahan bacaan dan tahapan penerapan berdasarkan studi di sekolah Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) dengan berdasarkan pedoman Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) 2020 (Page et al., 2021). Penelusuran dilakukan pada lima basis data, yaitu Google Scholar, SINTA, Portal Garuda, DOAJ, dan Crossref, dengan kata kunci "bibliokonseling", "bibliotherapy", "biblioterapi", "biblioedukasi", "layanan bimbingan dan konseling", dan "bibliokonseling Islami".

Kriteria inklusi meliputi: (1) artikel jurnal ilmiah ber-ISSN yang terbit pada 2016–2026; (2) berfokus pada penerapan bibliokonseling atau biblioterapi dalam lingkungan sekolah; dan (3) memiliki metodologi dan hasil yang jelas atau berupa kajian literatur atau studi konseptual yang relevan. Sedangkan, kriteria eksklusi meliputi artikel di luar bidang bimbingan dan konseling, setting intervensi di luar lingkungan sekolah, dokumen tidak ilmiah, serta publikasi di luar rentang waktu penelusuran.

Data yang ditinjau di ekstraksi berdasarkan penulis dan tahun, bidang layanan, subjek dan jenjang, desain yang digunakan, bahan bacaan, format dan jumlah sesi, pelaksana, serta hasil. Artikel juga dikelompokkan ke dalam pribadi-sosial, belajar dan karir. Kemudian disintesis secara naratif. Kualitas studi ditelaah secara deskriptif berdasarkan desain, ukuran sampel, keberadaan kelompok pembanding dan konsistensi pelaporan statistik, tidak menggunakan instrument penilaian kualitas baku.

Tabel 1. Alur Seleksi Artikel Berdasarkan PRISMA

Tahapan	Jumlah Artikel	Deskripsi Prosedur Seleksi
Identifikasi	52	Tahap identifikasi dilakukan melalui penulusuran melalui Google Scholar, SINTA, Garuda, DOAJ, dan Crossref menggunakan kata kunci rentang tahun 2016 samppai 2026
Penyaringan	28	Penapisan 24 artikel duplikasi antar basis data (n= 10) serta judul dan abstrak yang tidak relevan dengan kriteria inklusi
Kelayakan	12	Evaluasi teks lengkap terhadap 28 artikel. Sebanyak 16 artikel dieksklusi karena Lokasi di luar sekolah (n= 6), dokumen skripsi (n= 5) dan ketidaklengkapan data statistik (n= 5)
Inklusi akhir	12	Artikel yang memenuhi seluruh kriteria kelayakan diekstrasi, dimasukkan ke dalam matriks sintesis dan dianalisis secara naratif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Literatur

Dari 12 artikel yang dianalisis, empat artikel terbit pada rentang tahun 2024 sampai 2025, sedangkan delapan lainnya pada rentang tahun 2016 sampai 2023. Berdasarkan desain, delapan artikel merupakan studi kuantitatif eksperimen atau kuasi-eksperimen, satu artikel kualitatif deskriptif, satu artikel penelitian dan pengembangan (R&D), dan dua artikel kajian literatur atau studi konseptual. Dari delapan studi kuantitatif, enam memakai rancangan satu kelompok pretest-posttest, sedangkan dua studi melibatkan kelompok pembanding. Subjek mencakup siswa SD (satu studi), SMP (tujuh studi), dan SMA (satu studi), sehingga jenjang SMP paling banyak diteliti. Ukuran sampel studi kuantitatif tergolong kecil, yaitu 4 sampai 20 peserta, sehingga hasilnya perlu ditafsirkan dengan hati-hati. Menurut bidang layanan, lima artikel berada pada bidang pribadi-sosial, lima pada bidang belajar, dan satu pada bidang karir, sedangkan satu artikel membahas layanan BK secara lintas bidang. Ringkasan seluruh artikel disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan Artikel Yang Ditinjau

Peneliti (Tahun)	Bidang layanan	Fokus dan subjek	Desain	Hasil utama
Trihantoro et al. (2016)	Pribadi-sosial	Konsep diri, 12 siswa kelas VIII SMPN 2 Tangerang (kelompok eksperimen 6 siswa, kelompok control 6 siswa)	Kuasi-eksperimen, *nonequivalent control group*	Perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan pembanding (Mann-Whitney, p = 0,037)
Yunitasari & Christiana (2016)	Pribadi-sosial	Percaya diri, 8 siswa kelas VII SMPN 32 Surabaya	Pra-eksperimen, satu kelompok *pretest-posttest*	Rerata naik dari 118,25 ke 152,125 (uji tanda, p = 0,004)
Alfarendra & Purwoko (2020)	Pribadi-sosial	*Self-esteem,* 4 siswa kelas VIII SMPN 1 Maduran	Pra-eksperimen, satu kelompok *pretest-posttest*, konseling individu	Peningkatan self-esteem signifikan (uji t berpasangan: t = 28,164; p < 0,001)
Rahayuningsih (2021)	Lintas bidang	Layanan BK saat belajar dari rumah	Kajian literatur	Bibliokonseling berpotensi menjadi teknik yang bermanfaat selama belajar dari rumah
Nugraha et al. (2022)	Belajar	Prokrastinasi akademik, 2 siswa dan 1 guru BK kelas IX SMPN 1 Batujajar	Kualitatif deskriptif	Prosedur empat tahap diuraikan; tidak ada data pengukuran hasil

Sari & Permatasari (2022)	Karir	Pengenalan karir melalui komik, 10 siswa kelas VIII SMP	Eksperimen *pretest-posttest*, uji *Wilcoxon*	Rerata naik dari 24,8 ke 77,1 (dihitung dari skor individu); Wilcoxon Z = −2,805; p = 0,005
Sari (2023)	Belajar	Motivasi belajar, pengembangan buku bibliokonseling	R&D (ADDIE)	Produk dinilai valid dan reliabel oleh ahli; efektivitas belum diuji
Rukmini & Saman (2023)	Pribadi-sosial	*Psychological well-being,* 20 siswa kelas VIII SMPN 20 Makassar	Kuasi-eksperimen, *pretest-posttest control group*	Rerata posttest kelompok eksperimen 223,2 dan kontrol 132,2 (p < 0,001)
Mahdiyah (2024)	Pribadi-sosial	Eksistensi peserta didik, novel Sang Alkemis	Studi literatur (konseptual)	Rancangan konseling dua sesi dengan teori eksistensialis; belum diuji
Mustofa et al. (2024)	Belajar	Motivasi belajar, 5 siswa kelas VIII A SMPN 14 Pontianak	Pra-eksperimen, satu kelompok *pretest-posttest*	Rerata naik dari 69,6 ke 101,4 (p < 0,001); N-Gain 63,05%
Marhani et al. (2025)	Belajar	Kesulitan belajar, 10 siswa kelas X IPA 4 SMAN 5 Palopo	Kuasi-eksperimen, satu kelompok *pretest-posttest*	Kesulitan belajar menurun (t hitung 2,310 > t tabel 2,228; Sig. 0,050)
Angraini et al. (2025)	Belajar	Minat belajar, 12 siswa kelas V SDN 17 Benteng	Kuantitatif, satu kelompok *pretest-posttest*	Rerata naik dari 72,75 ke 83,58 (t(11) = −5,755; p < 0,001)

Bentuk dan Jenis Bahan Bacaan

Pemilihan bahan bacaan perlu disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan masalah konseli (Solikin, 2015). Artikel yang dianalisis memperlihatkan variasi bahan bacaan berikut: (1) novel fiksi, yaitu novel Sang Alkemis yang dianalisis dengan teori eksistensialis sebagai bahan konseling untuk membantu peserta didik menemukan makna dan tujuan hidup, dengan rancangan dua sesi (Mahdiyah, 2024); (2) komik, yang digunakan untuk pengenalan karir siswa SMP (Sari & Permatasari, 2022); (3) bacaan yang disusun peneliti, berupa lima cerita bertema motivasi belajar (Mustofa et al., 2024) dan empat teks tentang belajar dan motivasi (Rukmini & Saman, 2023); dan (4) buku dan bacaan inspiratif, berupa buku Menjadi Remaja Bahagia dan Kisah Inspirasi (Trihantoro et al., 2016), tiga teks pendek dari sebuah buku (Yunitasari & Christiana, 2016), kutipan buku Remaja Berprestasi? Pasti!!! (Nugraha et al., 2022), bacaan inspiratif yang diikuti diskusi dan refleksi (Marhani et al., 2025), kategori umum bacaan seperti novel, artikel, puisi, dan buku pengembangan diri (Angraini et al., 2025), serta buku bibliokonseling yang dikembangkan melalui model ADDIE (Sari, 2023).

Pada studi empiris menunjukkan jumlah pertemuan berkisar 3 sampai 6 sesi. Penelitian Alfarendra & Purwoko (2020) menyebut 6 sesi pada salah satu bagian artikel dan 8 sesi pada bagian lainnya. kemudian satu studi secara eksplisit dilaksanakan oleh guru BK, empat studi menyebut peneliti sebagai pelaksana dan empat lainnya tidak menyebutkan. Rincian bahan bacaan, format, dan pelaksana setiap studi disajikan pada Tabel 3.

Bahan bacaan keagamaan berpotensi menjadi media tambahan, tetapi belum ditemukan pada artikel yang ditinjau. Namun ada kajian sistematis terkait yang menunjukkan bahwa membaca Al-Qur'an merupakan salah satu bentuk terapi Islami yang digunakan untuk menangani kecemasan peserta didik (Nuha et al., 2025). Temuan tersebut mengindikasikan peluang pengembangan bibliokonseling berbasis teks keagamaan di sekolah berbasis agama, yang masih memerlukan pengujian empiris.

Tabel 3. Bahan Bacaan, Format dan Pelaksana Intervensi

Peneliti (Tahun)	Bahan bacaan	Format dan jumlah sesi	Pelaksana
Trihantoro et al. (2016)	Buku Menjadi Remaja Bahagia (Andrew Mathews) dan Kisah Inspirasi dari berbagai sumber	Konseling kelompok (6 eksperimen, 6 kontrol) dalam 6 sesi	Tidak disebutkan
Yunitasari & Christiana (2016)	Tiga teks pendek dari sebuah buku: "Memulai dari Nol", "Rahasia Sukses", "Belum Berhasil! Bukannya Gagal!"	Konseling kelompok (8 siswa) dalam 6 sesi	Tidak disebutkan
Alfarendra & Purwoko (2020)	Judul tidak disebutkan (bacaan terpilih, terarah, dan terencana)	Konseling individu dengan 6 sesi, namun dibagian hasim menyebutkan 8 sesi	Peneliti
Nugraha et al. (2022)	Kutipan buku Remaja Berprestasi? Pasti!!! (Izzatul Jannah)	Konseling kelompok, 3 sesi	Guru BK
Sari & Permatasari (2022)	Komik pengenalan karir (judul tidak disebutkan)	Konseling kelompok (10 siswa), 5 sesi	Peneliti
Sari (2023)	Buku bibliokonseling (produk R&D, model ADDIE)	Tidak ada karena pengembangan produk	Pengembang
Rukmini & Saman (2023)	Empat teks: "Pentingnya Mengetahui Alasan Proses Belajar Daring", "Motivasi Belajar", "Menghilangkan Kejenuhan Belajar", "Cobalah dan Adaptasi"	Konseling Kelompok, 5 sesi	Peneliti
Mahdiyah (2024)	Novel Sang Alkemis	Rancangan 2 sesi (konseptual)	Tidak ada karena sebuah penelitian literatur
Mustofa et al. (2024)	Lima cerita yang disusun peneliti (motivasi belajar)	Konseling kelompok, 4 sesi dalam 1 bulan	Peneliti
Marhani et al. (2025)	Bacaan inspiratif (judul tidak disebutkan), dengan diskusi dan refleksi	Bimbingan kelompok, 4 sesi dalam 2 minggu	Peneliti

Angraini et al. (2025)	Judul tidak disebutkan; kategori umum: novel, artikel, puisi, dan buku pengembangan diri	Bimbingan kelompok	Tidak disebutkan

Mekanisme dan Tahapan Bibliokonseling

Secara teoretis, perubahan pada konseli terjadi melalui proses identifikasi, katarsis, dan insight (Suharto, 2018). Dengan merujuk pada proses tersebut, mekanisme internal dapat diringkas dalam empat tahap: (1) identifikasi, yaitu konseli merasa terikat secara emosional dan melihat kemiripan dirinya dengan tokoh; (2) katarsis, yaitu pelepasan emosi saat mengikuti penyelesaian masalah tokoh; (3) insight, yaitu kesadaran dan pemahaman baru mengenai masalah serta alternatif solusi; dan (4) penerapan pada diri, yaitu konseli menerjemahkan pemahaman tersebut menjadi sikap dan perilaku baru (Shofiah, 2023).

Dari sisi prosedur, artikel yang ditinjau menggambarkan alur berupa pemilihan bacaan, pembacaan, serta diskusi dan refleksi. Mustofa et al. (2024), memakai tahap motivasi, pembacaan, inkubasi, tindak lanjut, dan evaluasi, sedangkan Nugraha et al. (2022) memakai tahap pra-pembacaan, pembacaan terbimbing, diskusi pasca-pembacaan, dan pemecahan masalah dengan metode I SOLVE. Berdasarkan sintesis tersebut dan literatur teoretis (Solikin, 2015), tahapan operasional yang dapat dilakukan guru BK dalam layanan adalah: (1) asesmen kebutuhan dan motivasi awal, yaitu guru BK mengidentifikasi masalah konseli dan mengondisikan kesiapan emosionalnya; (2) pemilihan dan penyediaan bahan bacaan yang sesuai dengan usia dan masalah konseli; (3) pembacaan, yaitu konseli membaca teks secara mandiri atau bersama konselor; (4) diskusi dan refleksi terapeutik, yaitu konselor mengajukan pertanyaan eksploratif untuk menggali perasaan, keterkaitan tokoh dengan situasi pribadi konseli, dan pemaknaan wawasan baru; dan (5) penetapan rencana tindakan dan evaluasi, yaitu konselor mendampingi konseli menyusun langkah konkret dan mengevaluasi perkembangannya.

Rahayuningsih (2021) menambahkan bahwa teknik ini dapat menjadi alternatif layanan ketika konselor harus bekerja dalam kondisi belajar dari rumah, karena bahan bacaan dapat disediakan tanpa tatap muka langsung. Relevansi temuan ini bersifat kontekstual terhadap masa belajar dari rumah.

Indikasi Efektivitas per Bidang Layanan

Bidang Pribadi-Sosial

Bidang pribadi-sosial diwakili lima artikel, empat di antaranya studi empiris. Pada aspek konsep diri, Trihantoro et al. (2016) menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok pembanding pada siswa SMP (Mann-Whitney, $p = 0{,}037$; $n = 12$). Rukmini & Saman (2023) juga memakai kelompok 277ontrol pada psychological well-being siswa kelas VIII ($n = 20$), dengan rata-rata post-test 223,2 pada kelompok eksperimen dan 132,2 pada kelompok 277ontrol ($p < 0{,}001$). Pada aspek kepercayaan diri, Yunitasari & Christiana (2016) menunjukkan kenaikan rata-rata dari 118,25 menjadi 152,125 ($p = 0{,}004$; $n = 8$), sedangkan Alfarendra & Purwoko (2020) membuktikan adanya peningkatan self-esteem yang signifikan melalui konseling individu, walaupun hanya melibatkan empat peserta. Adapun Mahdiyah (2024) menyajikan rancangan konseling dua sesi berbasis novel Sang Alkemis untuk meningkatkan eksistensi peserta didik, tetapi baru pada tahap konseptual dan belum diuji.

Bidang Belajar

Pada bidang belajar, Angraini et al. (2025) menunjukkan peningkatan minat belajar siswa SD dari 72,75 menjadi 83,58 ($p < 0{,}001$; $n = 12$), Mustofa et al. (2024) peningkatan motivasi belajar dari 69,6 menjadi 101,4 pada lima siswa SMP ($p < 0{,}001$; N-Gain 63,05%, kategori cukup efektif), Marhani et al. (2025) penurunan kesulitan belajar pada siswa kelas X ($n = 10$; t hitung = 2,310 > t tabel = 2,228), tetapi nilai Sig. yang didapat adalah 0,050, tepat pada batas $\alpha = 0{,}05$, dan nilai t tabel yang dipakai tidak sesuai dengan derajat kebebasan sampel, sehingga hasil ini dibaca sebagai indikasi. Nugraha et al. (2022) menguraikan penerapan konseling kelompok dengan biblioterapi untuk prokrastinasi akademik oleh guru BK pada dua siswa, tetapi tidak menyajikan data pengukuran hasil. Sementara itu, Sari (2023) mengembangkan buku bibliokonseling yang dinilai valid dan reliabel oleh ahli, tetapi efektivitasnya belum diuji pada tahap akhir.

Dengan demikian, bukti empiris pada bidang belajar berasal dari tiga studi kuantitatif satu kelompok bersampel 5–12 peserta. Hasilnya menjanjikan, tetapi belum cukup untuk menyimpulkan efektivitas bibliokonseling pada bidang belajar secara umum.

Bidang Karir

Pada bidang karir, penelitian Sari & Permatasari (2022) bibliokonseling melalui komik untuk meningkatkan pengenalan karir siswa kelas VIII SMP (n = 10; Wilcoxon Z = −2,805; p = 0,005; rata-rata skor, yang dihitung dari skor individu, naik dari 24,8 menjadi 77,1). Bidang ini baru didukung satu studi, sehingga belum dapat ditarik 278esimpulan yang bersifat umum. Kondisi ini menunjukkan celah penelitian yang penting, terutama pada jenjang SMA atau SMK dengan variasi bahan bacaan lainnya.

Pembahasan

Secara keseluruhan, studi empiris pada ketiga bidang layanan menunjukkan peningkatan skor setelah intervensi bibliokonseling. Namun, kesimpulan tentang efektivitas perlu dibaca dengan hati-hati. Mayoritas studi bersampel kecil, dipilih secara purposif, dan berdesain satu kelompok, sehingga pengaruh faktor lain di luar intervensi belum terkontrol. Hanya dua dari delapan studi kuantitatif yang memakai kelompok pembanding. Selain itu, beberapa artikel memuat ketidakkonsistenan pelaporan, misalnya perbedaan nilai uji homogenitas antara tabel dan teks (Mustofa et al., 2024; Rukmini & Saman, 2023), uji t yang disebut sebagai uji nonparametric serta jumlah sesi yang berbeda antar bagian artikel (Alfarendra & Purwoko, 2020),dan nilai t tabel yang tidak sesuai dengan derajat kebebasan disertai Sig. tepat pada batas 0,05 (Marhani et al., 2025). Beberapa artikel juga tidak menyertakan rata-rata skor. Oleh karena itu, nilai signifikansi pada artikel-artikel tersebut ditafsirkan sebagai indikasi, bukan bukti yang kuat.

Hasil yang dilaporkan studi-studi tersebut berupa perubahan skor, belum terlihat pengujian terhadap mekanisme identifikasi, katarsis, dan insight yang dirumuskan secara teoretis. Montgomery & Maunders (2015) mengajukan hipotesis bahwa pengalaman membaca cerita bekerja melalui mekanisme yang serupa dengan terapi kognitif-perilaku, sedangkan gagasan katarsis telah lama dikaitkan dengan keyakinan bahwa seni mendukung kesejahteraan emosional (Pehrsson & McMillen, 2005). Hipotesis semacam itu belum diuji pada studi di sekolah Indonesia. Penelitian selanjutnya perlu mengukur mekanisme tersebut agar penjelasan tentang cara kerja bibliokonseling tidak hanya bersifat teoretis.
Pemilihan bacaan juga menjadi aspek penting, karena literatur yang digunakan untuk tujuan terapeutik perlu dievaluasi secara sistematis (Pehrsson & McMillen, 2005). Namun, empat studi tidak menyebutkan judul bacaan (Alfarendra & Purwoko, 2020; Angraini et al., 2025; Marhani et al., 2025; Sari & Permatasari, 2022), sehingga kriteria pemilihan bacaan sulit ditelusuri dan direplikasi.

Sebagian intervensi menyasar peserta didik yang telah menunjukkan masalah, misalnya motivasi belajar yang sangat rendah (Mustofa et al., 2024) dan keterlambatan pengumpulan tugas (Nugraha et al., 2022), sedangkan intervensi lainnya berorientasi pada pengembangan aspek tertentu pada kelompok siswa. Karena itu, belum dapat dipastikan seberapa jauh bibliokonseling berfungsi sebagai layanan responsif terhadap kebutuhan mendesak peserta didik. Selain itu, hanya satu studi yang secara eksplisit dilaksanakan oleh guru BK, sedangkan studi lain menunjukkan peneliti sebagai pelaksana dan tidak disebutkan, sehingga penerapan teknik ini dalam praktik sehari-hari guru BK belum teruji. Hal ini menjadi catatan bagi guru BK dalam menentukan jenis layanan yang paling tepat untuk teknik ini.

Tinjauan ini juga menunjukkan bahwa penelitian bibliokonseling di Indonesia terkonsentrasi pada jenjang SMP dan bidang pribadi-sosial serta belajar, sedangkan pada jenjang SD dan SMA serta bidang karir masih jarang diteliti. Seluruh studi pada bidang pribadi-sosial berfokus pada aspek pribadi; aspek sosial belum diteliti secara khusus. Masalah yang banyak dibahas dalam tinjauan sistematis terkait, yaitu kecanduan game online dan bullying, belum ditemukan pada studi bibliokonseling yang memenuhi kriteria. Pada kedua masalah tersebut, tinjauan yang ada masih memetakan 278eknik lain, seperti self-control, self-management, dan konseling kognitif-perilaku (Firnanda & Wiyono, 2022; Shelomita & Purwoko, 2025). Hal ini memperkuat adanya peluang penelitian yang dapat diisi studi bibliokonseling selanjutnya, termasuk pengembangan bacaan berbasis teks keagamaan seperti yang diindikasikan oleh Nuha et al. (2025).

KESIMPULAN

Tinjauan terhadap 12 artikel menunjukkan bahwa bibliokonseling berpotensi digunakan dalam layanan BK di sekolah pada bidang pribadi-sosial, belajar, dan karir. Studi empiris berskala kecil

mennunjukkan peningkatan konsep diri, kepercayaan diri, self-esteem, psychological well-being, motivasi dan minat belajar, serta pengenalan karir, disertai penurunan kesulitan belajar. Bahan bacaan yang digunakan beragam, yaitu novel, komik, buku bacaan inspiratif, serta cerita dan teks yang disusun peneliti. Tahapan penerapan yang dirumuskan dari sintesis dan literatur teoretis meliputi asesmen kebutuhan, pemilihan bahan bacaan, pembacaan, diskusi dan refleksi, serta rencana tindakan dan evaluasi.

Karena mayoritas studi bersampel kecil 4 sampai 20 peserta, berdesain satu kelompok, dan ditelaah kualitasnya hanya secara deskriptif, kesimpulan tentang efektivitas bersifat tentatif. Implikasi praktisnya, guru BK atau konselor sekolah dapat menginventarisasi bahan bacaan yang sesuai dengan usia dan masalah peserta didik, serta menyusun modul bibliokonseling yang terstruktur berdasarkan tahapan di atas.

Keterbatasan tinjauan ini meliputi pencarian yang terbatas pada publikasi berbahasa Indonesia dan lima basis data, jumlah artikel yang sedikit, potensi bias publikasi, seleksi dan ekstraksi data oleh peneliti, tidak digunakannya instrumen penilaian kualitas baku, serta variasi desain dan instrumen antarstudi. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain kuasi-eksperimen berkelompok kontrol dengan sampel lebih besar, menunjukkan ukuran efek, menguji bibliokonseling pada jenjang SD dan SMA serta bidang karir, dan menguji bibliokonseling pada masalah bullying, kecanduan game online, serta bacaan berbasis teks keagamaan.

DAFTAR PUSTAKA

Alfarendra, F., & Purwoko, B. (2020). Konseling Individu Teknik Bibliotherapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 1 Madura Lamongan. *Jurnal BK UNESA*, *11*(2). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/32975

Angraini, D., Kadir, A., & Nurhayati, A. (2025). *Layanan Bimbingan Kelompok: Penerapan Teknik Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Minat Belajar*. *8*(6). https://doi.org/10.22460/fokus.v8i6.

Firnanda, V. P., & Wiyono, B. D. (2022). Penggunaan Teknik Konseling Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik: Systematic Literature Review. *Jurnal BK UNESA*, *12*(5). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/47340

Gladding, S. T., & Gladding, C. (1991). The ABCs of Bibliotherapy for School Counselors. *SAGE Publications, Inc*, *39*(1), 7–13. https://www.jstor.org/stable/23901529

Kebudayaan;, K. P. D. (2014). *Permendikbud RI Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah*.

Mahdiyah, M. (2024). Meningkatkan Eksistensi Peserta Didik Melalui Biblio-Konseling Berbasis Novel fiksi "Sang Alkemis": Studi Literatur. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *4*(9), 13–13. https://doi.org/10.17977/UM065.V4.I9.2024.13

Marhani, M., Kadir, A., & Safira, M. (2025). Penerapan Biblio Konseling dalam Bimbingan Kelompok untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa. *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Konseling Pendidikan*, *6*(1), 54–63. https://doi.org/10.24014/JAPKP.V6I1.36190

Montgomery, P., & Maunders, K. (2015). The effectiveness of creative bibliotherapy for internalizing, externalizing, and prosocial behaviors in children: A systematic review. *Children and Youth Services Review*, *55*, 37–47. https://doi.org/10.1016/J.CHILDYOUTH.2015.05.010

Mustofa, Z., Yuline, & Halida. (2024). Konseling Kelompok dengan Bibliokonseling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik di SMP Negeri 14 Pontianak. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, *5*(2), 72–85. https://doi.org/10.19105/ec.v5i2.12751

Nugraha, R. M., Fatimah, S., & Pahlevi, R. (2022). Implementasi Konseling Kelompok Dengan Teknik Biblioterapi Terhadap Prokrastinasi Akademik Siswa SMP Kelas IX. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, *5*(3), 180–189. https://doi.org/10.22460/fokus.v5i3.8558

Nuha, M. S., Najich, M. A., Handayani, U. A., Kurniawati, V., & Khowatim, K. (2025). Terapi Islami Sebagai Pendekatan Konseling dalam Mengatasi Kecemasan pada Peserta Didik. *Ilmu*

Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan, *10*(2), 149–159. https://doi.org/10.17977/UM027V10I22025P149-159

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., … Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, *372*. https://doi.org/10.1136/BMJ.N71

Pehrsson, D. E., & McMillen, P. (2005). A Bibliotherapy Evaluation Tool: grounding counselors in the therapeutic use of literature. *The Arts in Psychotherapy*, *32*(1), 47–59. https://doi.org/10.1016/J.AIP.2004.11.001

Rahayuningsih, E. (2021). Teknik Bibliokonseling Dalam Layanan Bimbingan dan Konseling Ditengah School From Home. *HELPER : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *38*(1), 35–41. https://doi.org/10.36456/HELPER.VOL38.NO1.A3529

Rukmini, G. A., & Saman, A. (2023). Pengaruh Teknik Bibliokonseling terhadap Psychological Well-being Siswa di SMP Negeri 20 Makassar. *Indonesian Journal of Pedagogical and Social Sciences*, *2*(2), 2023. https://doi.org/10.26858/.V2I2.47266

Sari, E. K. W. (2023). Pengembangan Bibliokonseling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Edu Consilium : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, *4*(2), 30–40. https://doi.org/10.19105/ec.v4i2.9462

Sari, E. K. W., & Permatasari, D. (2022). Efektivitas Bibliokonseling Melalui Komik untuk Pengenalan Karier Siswa. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, *7*(2), 54–59. https://doi.org/10.21067/JKI.V7I2.7585

Shelomita, C., & Purwoko, B. (2025). Analisis Bibliometrik dan Systematic Literature Review: Tren Perkembangan Konseling Cognitive Behavior Dalam Mengurangi Perilaku Bullying di Sekolah Tahun 2019-2024. *Jurnal BK UNESA*, *15*(3), 105–118. https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/75159

Shofiah, V. (2023). *Pengembangan Kecerdasan Emosional Berbasis Biblioterapi Islam* (B. A. Saputra, Ed.; 1st ed.). PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.

Solikin, A. (2015). Bibliotherapy Sebagai Sebuah Teknik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling. *Anterior Jurnal*, *14*(2), 154–161. https://doi.org/10.33084/ANTERIOR.V14I2.180

Suharto. (2018). *Biblioterapi Sebagai Sebuah Teknik dalam Layanan Bimbingan dan Konseling* (S. Rois, Ed.; 1st ed.). Pustaka Media Guru.

Trihantoro, A., Hidayat, D. R., & Chanum, I. (2016). Pngaruh Teknik Biblioterapi Untuk Mengubah Konsep Diri Siswa (Studi Kuasi Ekspperimen Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Tangerang). *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, *5*(1), 8–14. https://doi.org/10.21009/INSIGHT.051.02

Yunitasari, Y., & Christiana, E. (2016). Penerapan Teknik Bibliokonseling Untuk Meningkatkan Percaya Diri Kelas VII SMP Negeri 32 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, *6*(3). https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/16714