

BIBLIOTERAPI DAN PERAN PUSTAKAWAN SEBAGAI FASILITATOR KESEHATAN MENTAL

Arianti Elsa Candra

Program Studi Perpustakaan dan Informasi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Email : ariantielsaa@gmail.com

Ursa Agniya

Program Studi Perpustakaan dan Informasi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Email : ursa.agniya@uinbanten.ac.id

Verry Mardiyanto

Program Studi Perpustakaan dan Informasi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Adab, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
Email : verry.mardiyanto@uinbanten.ac.id

Receive :
Accepted :
Published :
DOI :

bibliotherapy has the potential to provide initial psychosocial support, such as the development of emotional literacy, coping skills, and reduction of stress and anxiety levels among users, especially students. In practice, librarians play a key role in curating reading materials, facilitating access to reflective information, and creating a safe environment that supports mental well-being without violating non-clinical role boundaries.

Abstract

The increase in mental health problems, especially among students, requires actions that do not solely rely on formal clinical services. One non-clinical method that is considered relevant, affordable, and easily accessible is bibliotherapy, especially in the context of libraries as community-based places. The purpose of this article is to explore the role of librarians as non-clinical mental health supporters through the implementation of developmental bibliotherapy in libraries. The methodology used in this study was a qualitative approach with a Systematic Literature Review (SLR) of nineteen relevant scientific articles published between 2015 and 2025. The research findings indicate that developmental

Thus, the implementation of bibliotherapy also faces various ethical and professional challenges, especially those related to the boundaries of the librarian's role, user privacy protection, and the need for training and interprofessional collaboration. This article emphasizes the role of librarians as facilitators of mental health based on bibliotherapy in university libraries in Indonesia, and also provides practical suggestions for service development and improving librarians' skills in mental health literacy.

Keywords: *bibliotherapy, mental health, role of librarians, university libraries, developmental bibliotherapy*

PENDAHULUAN

Gangguan kesehatan mental meningkat pesat dan menjadi masalah mendesak, baik global maupun di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Mental Remaja Nasional Indonesia (I-NAMHS), seperti yang dinyatakan oleh Globarius (2022), diperkirakan satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental. Hasil ini dirangkum dalam sebuah kajian literatur yang berjudul “Upaya Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Stimulasi Perkembangan Psikososial Pada Remaja”. Angka ini menunjukkan tingkat prevalensi yang tinggi, terutama di lingkungan pendidikan tinggi yang penuh tekanan akademik. Temuan tersebut juga diperkuat oleh kajian (Mawaddah, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa penanganan kesehatan mental membutuhkan intervensi yang tidak hanya berfokus pada layanan klinis formal. Pendekatan berbasis komunitas (*community-based intervention*) menjadi penting karena lebih mudah diakses, terjangkau, dan berbiaya rendah (Kurniawan & Sulistyarini, 2016). Pendekatan ini relevan mengingat keterbatasan jumlah tenaga profesional kesehatan jiwa serta masih kuatnya stigma sosial terhadap individu yang mengakses layanan kesehatan mental. Dengan latar belakang tersebut, perpustakaan memiliki potensi strategis sebagai ruang berbasis komunitas yang mendukung kesehatan mental melalui penerapan biblioterapi.

Dalam kondisi tersebut, diperlukan peran lembaga publik yang dekat dengan masyarakat, seperti perpustakaan, untuk berkontribusi dalam memberikan dukungan psikososial awal serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental. Salah satu bentuk intervensi nonmedis yang telah dikenal lama dan tetap relevan hingga kini adalah biblioterapi. Secara etimologis, istilah ini berasal dari bahasa Yunani *biblion* yang berarti “buku” dan *therapeia* yang berarti “penyembuhan.” (Fatmawati, 2017). Konsep ini telah ada sejak Yunani Kuno, ketika perpustakaan dikenal sebagai “*the healing place of the soul*” atau tempat penyembuhan jiwa. Istilah *bibliotherapy* pertama kali diperkenalkan oleh Benjamin Rush pada tahun 1815, dan kemudian dipopulerkan di ranah perpustakaan oleh S.M. Crothers pada tahun 1916. Dalam konteks perpustakaan dan masyarakat modern, biblioterapi yang banyak diterapkan adalah biblioterapi perkembangan (*developmental bibliotherapy*) yakni pemanfaatan bahan bacaan untuk membantu individu mengembangkan diri, mencegah masalah emosional, serta menyelesaikan persoalan dalam kehidupan sehari-hari.

Pendekatan ini berbeda dengan biblioterapi klinis yang lebih difokuskan pada penanganan gangguan emosional berat melalui terapi profesional. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa membaca dapat berperan sebagai bentuk terapi psikologis yang efektif. Hasil meta analisis oleh Marrs dalam penelitian (Ardiansyah, 2019) yang berjudul “Peran Pustakawan Dalam Pengembangan Literasi Informasi Di Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Makassar” telah menunjukkan bahwa self-guided bibliotherapy memberikan dampak positif terhadap gejala depresi dengan biaya rendah dan jangkauan luas. Penelitian di Indonesia juga menunjukkan hal serupa, misalnya, studi kasus yang dilakukan oleh (Dwi Utami et al., 2024) menemukan bahwa penggunaan buku bertema filosofi mampu menurunkan tingkat stres (64,8%) dan kecemasan (71,6%) pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Temuan ini menguatkan bahwa kegiatan membaca tidak hanya berfungsi untuk memperoleh informasi, tetapi juga dapat menjadi sarana pemulihan emosi dan dukungan psikososial.

Dalam konteks ini, perpustakaan mulai bertransformasi dari sekadar pusat informasi menjadi ruang yang berkontribusi pada kesejahteraan mental penggunanya (Fatmawati, 2017). Transformasi tersebut menuntut peran baru bagi pustakawan. Mereka tidak lagi hanya berfungsi sebagai pengelola koleksi, tetapi juga sebagai fasilitator informasi yang berempati, mampu mendampingi pengguna, dan membangun literasi emosional (Zuraida, 2023). Pustakawan perlu menguasai keterampilan komunikasi interpersonal, sensitivitas terhadap kebutuhan psikososial pengguna, serta kemampuan memilih bahan bacaan yang tepat. Kondisi mahasiswa masa kini yang kerap mengalami tekanan akademik menjadikan penerapan biblioterapi di lingkungan kampus terasa semakin relevan. Dalam hal ini, perpustakaan dapat berfungsi sebagai ruang aman (*safe space*) bagi mahasiswa untuk menenangkan diri melalui kegiatan membaca yang terarah dan reflektif (Agustina, 2015).

Keberhasilan biblioterapi perkembangan di perpustakaan sangat bergantung pada kemampuan pustakawan dalam memilih serta mengatur bahan bacaan yang sesuai dengan kebutuhan pemustaka. Menurut artikel Agustina tahun 2015, Hannigan menyebutkan bahwa kompetensi ini sebagai bagian dari soft skill penting dalam biblioterapi. Namun, agar peran ini dijalankan secara etis dan efektif, diperlukan pelatihan profesional serta pedoman praktik yang jelas (Andena et al., 2023). Oleh karena itu, artikel ini membahas secara mendalam bagaimana pustakawan dapat berperan sebagai fasilitator kesehatan mental melalui penerapan biblioterapi perkembangan, dengan meninjau kerangka etika, kebutuhan pelatihan profesional, serta potensi kolaborasi dengan tenaga ahli klinis agar layanan yang diberikan tetap aman dan bertanggung jawab.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan metode *Systematic Literature Review* (SLR). Metode penelitian ini dipilih karena berfokus pada penelaahan konseptual dan interpretatif terhadap berbagai sumber ilmiah yang membahas tentang peran pustakawan dalam kesehatan mental dan juga biblioterapi. Kemudian hasil dari pendekatan SLR ini akan digunakan untuk mendapatkan data pendukung, memahami masalah yang diteliti, dan juga merumuskan model konseptual (Susanto et al., 2021). *Pendekatan Systematic Literature Review* (SLR) digunakan untuk mensintesis hasil penelitian sebelumnya guna memahami secara mendalam peran pustakawan dalam memfasilitasi kesehatan mental melalui biblioterapi, terutama dalam mendukung kesejahteraan psikologis pengguna (Ridwan et al., 2021).

Proses penelitian ini terbagi menjadi beberapa tahap. Tahap pertama, mengidentifikasi literatur yang relevan dengan melihat jurnal-jurnal ilmiah, laporan penelitian, dan juga artikel. Penelusuran literatur dilakukan dengan menggunakan basis data ilmiah seperti, *Harzing's Publish Or Perish*, *Google Scholar*, dan *Semantic Scholar*. Penelusuran dilakukan dengan kombinasi kata kunci biblioterapi, *bibliotherapy*, kesehatan mental, *mental health*, dan peran pustakawan. Kedua, literatur yang dipilih pada dasar relevansinya dan juga terkait dengan topik, tahun publikasi yang minimal 10 tahun terakhir dalam rentang tahun (2015-2025). Dari proses penelusuran tersebut, diperoleh sejumlah sembilan belas artikel yang kemudian diseleksi berdasarkan kriteria relevansi topik dan kualitas publikasi untuk dianalisis lebih lanjut. Ketiga, literatur terpilih dianalisis menggunakan teknik *content analysis* untuk mengidentifikasi pola, konsep utama, dan juga hubungan antara variabel konseptual seperti

biblioterapi perkembangan, literasi emosional, serta kompetensi pustakawan. Melalui tahapan tersebut, *Systematic Literature Review* ini diharapkan mampu menghasilkan sintesis konseptual yang komprehensif mengenai peran pustakawan sebagai fasilitator kesehatan mental melalui biblioterapi di lingkungan perpustakaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Biblioterapi sebagai dukungan nonklinis

Berbagai hasil dari temuan studi literatur telah menunjukkan bahwa biblioterapi dianggap sebagai terapi ekspresif yang memanfaatkan interaksi individu dengan buku atau bahan bacaan lainnya yang dijadikan sebagai sarana untuk merefleksikan, memaknai, dan mendukung pemulihan emosional. Seperti yang diungkapkan dalam temuan literatur (Solikin) yang berjudul “Bibliotherapy Sebagai Sebuah Teknik Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling” bahwa kegiatan membaca dalam konteks biblioterapi tidak bersifat pasif, melainkan diarahkan secara sistematis untuk membantu pembaca dalam mengaitkan isi bacaan dengan pengalaman pribadinya. Proses ini memberikan ruang bagi individu untuk lebih memahami diri, menyalurkan emosi yang selama ini terpendam, serta membangun wawasan baru yang dapat memengaruhi sikap, perasaan, dan juga perilaku yang menjadi lebih adaptif.

Biblioterapi memiliki ciri khas dalam karakteristiknya yaitu suatu hal yang sederhana, terjangkau, dan juga fleksibel sehingga menjadikannya dapat diakses oleh berbagai kalangan di masyarakat (Nur Nafisa et al., 2024). Berbeda dengan intervensi klinis yang membutuhkan tenaga ahli dan juga struktur terapi yang formal, biblioterapi itu sendiri dapat dilakukan secara mandiri atau dengan sedikit pendampingan. Dengan demikian, biblioterapi menjadi suatu hal yang relevan sebagai dukungan awal dalam konteks kesehatan mental, terutama bagi individu yang belum atau enggan untuk mengakses layanan psikologis secara formal. Dalam konteks perpustakaan, biblioterapi perkembangan (*developmental bibliotherapy*) merupakan metode yang paling sesuai. Pendekatan ini menempatkan bacaan sebagai media pengembangan diri, pencegahan masalah emosional, dan juga sebagai bentuk penguatan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan kehidupan dalam sehari-hari.

Biblioterapi perkembangan tidak ditujukan untuk menangani gangguan psikologis yang serius, melainkan untuk membantu individu dalam memahami emosi, meningkatkan keterampilan dalam mengatasi suatu permasalahan, serta memperluas pemahaman terhadap diri (Hasfera, 2018). Dengan demikian, metode ini sejalan dengan sebagaimana fungsi edukatif dan sosial perpustakaan sebagai ruang pembelajaran sepanjang hayat. Temuan dalam literatur yang ditulis oleh (Rahmah, 2025) berjudul “Perancangan Buku Biblioterapi Sebagai Media Edukasi Perilaku Self Loathing Untuk Remaja Usia 18 Sampai 21 Tahun” menunjukkan bahwa biblioterapi dapat memberikan efek yang bermanfaat dalam berbagai konteks populasi, terutama bagi remaja dan orang dewasa yang lebih muda. Banyak juga penelitian yang mencatat adanya peningkatan dalam kemampuan berkomunikasi secara interpersonal,

pengaturan emosi, serta pengurangan kecenderungan perilaku negatif setelah dilakukannya intervensi berbasis membaca, salah satunya temuan literatur yang ditulis oleh (Silvia Rahmasela & Fitniwillis, 2023) berjudul “Efektivitas Teknik Biblioterapi Dalam Membangun Hubungan Interpersonal Anak Remaja Yayasan Sedekah Mulia Indonesia” . Bacaan yang dirancang secara reflektif terbukti keefektifannya dalam membantu individu untuk mengenali emosi, memahami akar masalah, dan juga dapat menemukan sudut pandang alternatif yang lebih positif.

Temuan-temuan tersebut telah memperkuat pemahaman bahwasannya buku tidak hanya berperan sebagai sumber informasi, melainkan juga sebagai media yang dapat mendukung proses pemulihan emosi seseorang. Namun, pada tahun 2011 Cuijpers mengungkap dalam studi literatur yang di tulis oleh Alicia berjudul “ Intervensi berbasis self-help daring kurang efektif untuk menurunkan depresi: Sebuah meta analisis “ bahwa hasil analisis meta telah menunjukkan bahwa efektivitas biblioterapi secara mandiri dalam mengurangi gejala depresi pada umumnya berada pada tingkat rendah hingga sedang, meskipun secara statistik menunjukkan hasil yang signifikan (Yudiarso et al., 2023). Secara tidak langsung, temuan ini telah menunjukkan bahwa biblioterapi memiliki batasan apabila diterapkan sebagai satu-satunya metode intervensi. Oleh karena itu, biblioterapi lebih tepat diposisikan sebagai bentuk dukungan nonklinis yang bersifat pelengkap, bukan sebagai pengganti layanan kesehatan mental yang profesional. Dengan demikian, perpustakaan dalam konteks ini dapat berfungsi sebagai ruang pendukung yang menyediakan akses terhadap literasi kesehatan mental dengan cara yang inklusif dan berkelanjutan.

2. Peran Pustakawan sebagai Fasilitator

Dalam konteks biblioterapi perkembangan, pustakawan memegang peran penting sebagai kunci fasilitator nonklinis yang menjembatani pemustaka dengan sumber bacaan yang bersifat reflektif. Penerapan biblioterapi di lingkungan perpustakaan telah menuntut adanya perubahan dan juga pengembangan peran bagi pustakawan. Pustakawan tidak lagi berperan hanya sebagai pengelola koleksi, melainkan juga sebagai fasilitator informasi dan literasi emosional (Agustina, 2015). Perubahan peran ini telah mencerminkan bahwa adanya pergeseran fungsi perpustakaan, dari ruang penyimpanan informasi menjadi ruang sosial yang memperhatikan kebutuhan psikososial penggunanya. Pustakawan memiliki peran yang sangat strategis dalam menyediakan bahan bacaan yang relevan bagi pengguna sebagai salah satu bagian dari fasilitator dalam biblioterapi perkembangan(Conzizca & Saputra, 2025). Peran ini dimulai dengan kurasi koleksi, yaitu memilih dan juga mengelompokkan literatur tentang topik kesehatan mental, pengembangan diri, dan juga kesejahteraan emosional.

Kurasi yang tepat akan dapat memungkinkan pengguna untuk menemukan bacaan yang sesuai dengan kebutuhannya tanpa mengungkapkan kondisi pribadi mereka, mengurangi rasa canggung dan stigma. Selain kurasi, pustakawan juga berperan dalam memfasilitasi akses dan juga pemanfaatan sumber informasi.

Pustakawan berperan dalam membantu pengguna dalam menavigasi informasi yang relevan dan kredibel melalui layanan rekomendasi bacaan, pameran tematik, serta penyusunan daftar bacaan terarah sebagai bagian dari dukungan literasi informasi dan kesejahteraan bagi pengguna (Morin & Lavertu, 2025). Dengan demikian, pustakawan dalam konteks ini berfungsi sebagai mediator literasi yang memastikan bahwa informasi yang diakses pengguna tidak hanya tersedia, tetapi juga bermakna dan reflektif.

Pustakawan juga berperan dalam memfasilitasi diskusi kelompok berbasis bacaan yang aman dan tidak menghakimi. Oleh karena itu, diskusi berbasis bacaan seperti ini, terutama di kalangan remaja dan siswa, dapat memungkinkan pertukaran pengalaman, validasi emosi, dan juga pembelajaran sosial melalui narasi. Dengan demikian, peran pustakawan dalam diskusi ini tidak hanya sekadar mencakup untuk memberikan penafsiran psikologis, melainkan menjaga agar diskusi tetap berlangsung secara positif dan terbuka. Sejalan dengan hal tersebut, telah di bahas Oleh Susanti Agustina dalam jurnalnya yang berjudul “ Konsep Biblioterapi dalam Library Science” bahwa peran pustakawan sebagai fasilitator biblioterapi menuntut adanya penguasaan keterampilan nonteknis yang memadai. Literasi emosional, empati, keterampilan komunikasi interpersonal, serta sensitivitas terhadap berbagai latar belakang pengguna merupakan keterampilan penting yang dapat memungkinkan pustakawan untuk membangun hubungan profesional yang supportif, sekaligus dapat mempertahankan batas peran nonklinis mereka.

3. Tantangan Profesionalitas dan Etika

Susanti Agustina juga mengatakan dalam jurnalnya, meskipun biblioterapi telah menawarkan berbagai peluang bagi perpustakaan dalam mendukung kesehatan mental, namun penerapannya dalam praktik menghadirkan tantangan etika dan profesionalitas yang perlu dipertimbangkan secara serius. Tantangan utama terletak pada penetapan batas peran pustakawan agar fungsi mereka tidak melampaui kemampuan profesionalitasnya. Pustakawan perlu menyadari akan hal bahwasannya mereka bukan tenaga kesehatan mental dan juga tidak memiliki wewenang dalam membuat diagnosis, asesmen klinis, maupun intervensi terapeutik. Oleh karena itu, pustakawan harus berperan sebagai fasilitator melalui bacaan yang mendorong refleksi, bukan sebagai terapis atau konselor dalam praktik biblioterapi. Karena dengan demikian, untuk menghindari risiko etis bagi pengguna dan institusi, perpustakaan, penting bagi pustakawan untuk memahami dan juga menjaga batas peran tersebut.

Selain batas peran, perlindungan terhadap kerahasiaan dan privasi pengguna juga merupakan salah satu aspek etika yang sangat penting. Hasfera, D membahas dalam jurnalnya yang berjudul “*Biblioteraphy: Layanan Bimbingan Konseling di Perpustakaan*” bahwa prinsip kerahasiaan dan penghormatan terhadap otonomi individu harus diterapkan dalam interaksi pada layanan biblioterapi, terutama ketika melibatkan diskusi atau rekomendasi yang bersifat personal. Oleh karena itu, perpustakaan perlu menciptakan lingkungan yang aman, inklusif, dan juga bebas stigma agar pengguna merasa nyaman dalam memanfaatkan layanan tersebut (Kusuma

Wardhani, 2024). Dengan demikian, dalam konteks penerapan biblioterapi di perpustakaan yang telah menghadirkan adanya tantangan etika dan profesionalitas, pelatihan khusus untuk pustakawan semakin penting (Sara, 2025). Melalui pelatihan ini, pustakawan tidak akan menjadi terapis melainkan untuk membekali mereka dengan pemahaman dasar tentang kesehatan mental, etika layanan nonklinis, serta prosedur rujukan yang tepat. Untuk memastikan bahwa layanan biblioterapi dijalankan secara bertanggung jawab dan berkelanjutan, kerja sama dengan tenaga profesional seperti psikolog atau konselor kampus juga menjadi suatu hal yang esensial (Nafisa Salsabila, 2024).

KESIMPULAN

Artikel ini menegaskan kebaruan melalui penyusunan kerangka konseptual peran pustakawan sebagai fasilitator kesehatan mental nonklinis berbasis biblioterapi perkembangan dalam lingkungan perpustakaan di perguruan tinggi di Indonesia. Biblioterapi, khususnya biblioterapi perkembangan, merupakan pendekatan nonklinis yang berpotensi mendukung kesehatan mental melalui pemanfaatan bacaan reflektif di lingkungan perpustakaan. Pendekatan ini memungkinkan individu, terutama mahasiswa, untuk memahami emosi, mengembangkan kemampuan coping dan pengelolaan emosi dalam menghadapi permasalahan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis secara mandiri. Dengan karakteristik yang mudah diakses, berbiaya rendah, dan minim stigma, biblioterapi dapat menjadi bentuk dukungan awal yang relevan dalam melengkapi layanan kesehatan mental formal.

Temuan dalam artikel ini relevan sebagai dasar pengembangan layanan biblioterapi berbasis perpustakaan di Indonesia, khususnya di lingkungan perguruan tinggi. Namun demikian, untuk menerapkan biblioterapi di perpustakaan, peran pustakawan bertransformasi menjadi fasilitator literasi emosional yang dilakukan secara profesional dan etis. Pustakawan berperan dalam kurasi bacaan, penyediaan akses informasi, serta penciptaan ruang aman bagi pemustaka, tanpa melampaui batas peran nonklinis. Biblioterapi dapat menjadi strategi yang relevan dalam perpustakaan perguruan tinggi di Indonesia untuk menangani keterbatasan layanan konseling dan masalah kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu, agar biblioterapi dapat diterapkan secara berkelanjutan dan bertanggung jawab, diperlukan adanya peningkatan kapasitas pustakawan, kolaborasi lintas profesi, dan pengembangan layanan berbasis literasi. Namun demikian, artikel ini masih memiliki keterbatasan karena bersifat konseptual berbasis literatur, sehingga diperlukan penelitian empiris lanjutan untuk menguji implementasi biblioterapi di perpustakaan secara langsung.

SARAN

Berdasarkan analisis literatur yang ada dalam artikel ini, sejumlah saran dapat diajukan untuk pengembangan penerapan biblioterapi dalam konteks perpustakaan, terutama di lingkungan perpustakaan tinggi. Pertama, disarankan agar perpustakaan mulai mengembangkan layanan biblioterapi berbasis perkembangan dengan menyusun koleksi bacaan reflektif, menciptakan daftar bacaan bertema, dan menyediakan ruang baca yang nyaman serta aman bagi pengunjung. Layanan ini dapat dilihat sebagai dukungan kesehatan mental nonklinis yang bersifat preventif dan promotif. Kedua, penting bagi pustakawan untuk

mengikuti pelatihan berkelanjutan yang mencakup keterampilan literasi emosional, komunikasi interpersonal, serta pemahaman mengenai dasar-dasar kesehatan mental dan etika layanan nonklinis. Pelatihan ini sangat diperlukan untuk memperkuat posisi pustakawan sebagai fasilitator dalam biblioterapi tanpa melanggar batas profesionalitas dan tanggung jawab klinis.

Ketiga, kolaborasi antara perpustakaan dengan tenaga profesional di bidang kesehatan mental, seperti psikolog atau konselor, sangat dianjurkan, terutama dalam penyusunan pedoman layanan, menetapkan mekanisme rujukan, serta mengelola risiko etis. Kerjasama ini bertujuan untuk memastikan bahwa penerapan biblioterapi di perpustakaan dilakukan dengan cara yang aman, bertanggung jawab, dan berkelanjutan. Keempat, bagi peneliti di masa mendatang, diperlukan penelitian empiris yang mengkaji penerapan biblioterapi secara langsung di perpustakaan, baik melalui pendekatan kualitatif, kuantitatif, maupun metode campuran. Penelitian lebih lanjut ini diharapkan mampu mengevaluasi efektivitas, tantangan praktis, serta dampak biblioterapi terhadap kesejahteraan psikologis pengunjung secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, S., No, J. D. S., & Barat, B. J. (2015). Konsep biblioterapi dalam library science. In *Seminar Nasional Konsep Biblioterapi Dalam Ilmu Perpustakaan* (pp. 1-23).
- Andena, Y., Narendra, A. P., & Hermawan, A. (2023). Etika pustakawan dalam meningkatkan minat kunjung pemustaka di perpustakaan tunas muda smp stella matutina salatiga. *Journal Papyrus: Sosial, Humaniora, Perpustakaan Dan Informasi*, 2(2), 1-8. <https://doi.org/10.59638/jp.v2i2.19>
- Ardiansyah, F. (2019). Peran pustakawan dalam pengembangan literasi informasi di perpustakaan universitas muhammadiyah makassar. *Tesis*, 8(5), 55.
- Conzicca, M. J., & Saputra, R. (2025). Peran perpustakaan perguruan tinggi sebagai terapi kesehatan mental mahasiswa. *UNILIB: Jurnal Perpustakaan*, 16(2), 161-171. <https://doi.org/10.20885/unilib.Vol16.iss2.art4>
- Dwi Utami, H., Octaviani, A., & Dewi, P. (2024). Efektivitas buku filosofi teras sebagai media biblioterapi untuk pemulihan stres dan kecemasan mahasiswa fakultas kedokteran universitas diponegoro saat mengerjakan skripsi. *Anuva: Jurnal Kajian Budaya, Perpustakaan, Dan Informasi*, 8(1), 127-142
- Fatmawati, E. (2017). Biblioterapi: peran pustakawan dan perpustakaan dalam penerapannya. *Jurnal Kajian Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Perpustakaan*, 1(2), 1-77.
- Hasfera, D. (2018). Bibliotherapy: layanan bimbingan konseling di perpustakaan. *Shaut Al-Maktabah: Jurnal Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi*, 10(1), 39-62.
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2016). Komunitas sehati (Sehat Jiwa dan Hati) sebagai intervensi kesehatan mental berbasis masyarakat. *INSAN: Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(2), 112-124.

- Morin, R. A., & LaVertu, A. E. (2025). Bibliotherapy for stress management: a wellness intervention for first-year medical students. *Journal of the Medical Library Association: JMLA*, 113(2), 158.
- Salsabila, N. N., Nurlaili, A., & Wahyuningtyas, T. A. W. (2024). Strategi bimbingan dan konseling dalam mendukung kesehatan mental remaja di era digital melalui biblioterapi. *EDUCOUNS GUIDANCE: Journal of Educational and Counseling Guidance*, 1(1), 40-49.
- Mawaddah, N., & Prastya, A. (2023). Upaya peningkatan kesehatan mental remaja melalui stimulasi perkembangan psikososial pada remaja. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 115-125.
- Rahmah, R. M. (2024). Perancangan buku biblioterapi sebagai media edukasi perilaku self loathing untuk remaja usia 18 sampai 21 tahun. *BARIK-Jurnal S1 Desain Komunikasi Visual*, 6(3).
- Rahmasela, S., & Fitniwillis, F. (2023). Efektivitas teknik biblioterapi dalam membangun hubungan interpersonal anak remaja yayasan sedekah mulia indonesia. *Research and Development Journal of Education*, 9(2), 798-807.
- Ridwan, M., Suhar, A. M., Ulum, B., & Muhammad, F. (2021). Pentingnya penerapan literature review pada penelitian ilmiah. *Jurnal Masohi*, 2(1), 42-51.
- Sara, Y., Rodin, R., & Marleni, M. (2025). Penerapan kode etik pustakawan dalam meningkatkan integritas pustakawan di dinas perpustakaan dan arsip daerah kabupaten rejang lebong (*Doctoral dissertation, Institut Agama Islam Negeri Curup*).
- Solikin, A. (2015). Bibliotherapy sebagai sebuah teknik dalam layanan bimbingan dan konseling (*Bibliotherapy as a Technique in the Activities of Guidance and Counseling Services*). 14, 154-161.
- Susanto, E., Rispianda, A. I., Adianto, H., & Hamzah, G. (2021). Workshop online: metode systematic literature review sebagai alternatif karya ilmiah akhir bagi mahasiswa dan dosen di masa pandemi covid-19. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 246-257.
- Yudiarso, A., Psikologi, D., & Surabaya, U. (2023). *Intervensi berbasis self-help daring kurang efektif untuk menurunkan depresi : Sebuah meta analisis Online self-help-based interventions are less effective to reduce depression : A*. 9(2), 140-151.
- Zuraida, S. S. (2023). Pustakawan dan perannya dalam mendukung kesehatan mental di era new normal. *Media Informasi*, 32(1), 73-82.