

Pengembangan Perilaku Cinta Damai melalui Biblioterapi

Sjeny.L. Souisa¹, Hendrik Tuaputimain², Denissa. A. Luhulima³

^{1,2,3}Institut Agama Kristen Negeri Ambon

Correspondence: souisa.sjeni@gmail.com

Article History

Submitted:

March 22, 2022

Reviewed:

June 02, 2022

Accepted:

September 10, 2022

Keywords

(Kata kunci):

bibliotherapy;
peace-loving behavior;
Gereja Protestan
Maluku;
biblioterapi;
perilaku cinta damai

DOI:

<http://dx.doi.org/10.33991/epigraphe.v6i2.350>



Abstract. GPM Haria is one of the congregations in the Lease islands Klasis service area which continues to strive to foster and develop peace-loving behavior for children, adolescents, youth, and adults. This is done because of past experiences where there were frequent quarrels and disputes with the GPM Porto congregation, which not only impacted the loss of property but also lost lives. The conflict between GPM Haria and Porto congregations impacted not only the learning process in schools which has been eliminated but also a feeling of insecurity and not peace. The church has taken various steps to minimize and even prevent conflict from happening again. One of the steps used is bibliotherapy. This study aims to determine how much peace-loving behavior is developed through bibliotherapy. The results showed an increase before and after the bibliotherapy treatment. So, bibliotherapy effectively improves adolescents' peaceful behavior in GPM Haria Lease islands Klasis, in Saparua island.

Abstrak. Jemaat GPM Haria adalah salah satu jemaat yang ada dalam wilayah pelayanan Klasis Pulau-Pulau Lease, yang terus berupaya untuk menumbuhkan dan mengembangkan perilaku cinta damai baik bagi anak, remaja, pemuda maupun orang dewasa. Hal ini dilakukan karena pengalaman-pengalaman masa lampau di mana sering terjadi pertengkaran dan perselisihan dengan jemaat GPM Porto dan bukan hanya berdampak pada kehilangan harta benda tetapi juga kehilangan nyawa. Konflik yang terjadi antara jemaat GPM Haria dan Porto berdampak bukan hanya pada proses pembelajarannya yang dihentikan, tetapi juga muncul perasaan tidak aman dan tidak damai. Untuk meminimalisir, bahkan mencegah, terjadi lagi konflik maka pihak gereja telah melakukan berbagai langkah. Salah satu langkah yang dipakai adalah melalui biblioterapi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui seberapa besar pengembangan perilaku cinta damai melalui biblioterapi. Hasil menunjukkan terjadi peningkatan atau ada perbedaan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan biblioterapi, sehingga biblioterapi efektif dalam meningkatkan perilaku cinta damai remaja di jemaat GPM Haria Klasis Pulau-pulau Lease, di Pulau Saparua.

PENDAHULUAN

Perilaku cinta damai akhir-akhir menjadi hal esensial yang perlu diperhatikan. Ini bertaut dengan perilaku seseorang dalam merefleksikan keberadaan dirinya. Cinta damai merupakan sikap, perkataan, dan tindakan yang menyebabkan orang lain merasa senang dan aman.¹ Perilaku seperti ini merupakan bagian dari tingkah laku setiap orang sebagai gambaran kepribadian yang terpancar dari keluar.² Perilaku seperti ini yang harus dikembangkan guna

¹ Sahlan, Asmaun, and Angga Teguh Prastyo, *Desain Pembelajaran Berbasis Pendidikan Karakter* (ArRuzz Media, 2012); M Simanjuntak, 'Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Novel Nonfiksi HAbibie Dan Ainun Karya Bacharuddin Jusuf Habibie Dan Kebermanfaatannya Sebagai Bahan Bacaan Sastra Di SMA' (Universitas Negeri Medan, 2017).

² A Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Rajagrafindo, 2001).

tercipta karakter atau perilaku cinta damai setiap individu, sehingga dapat pulih dari situasi dan kondisi yang dialami.³

Perilaku cinta damai perlu diaplikasikan agar individu dalam hal ini remaja mampu mengatasi berbagai persoalan yang dihadapi. Apalagi di tengah pandemik saat ini, remaja diperhadapkan dengan berbagai situasi dan kondisi yang berdampak pada kesehatan mental. Proses tersebut mempengaruhi karakter cinta damai yang seharusnya dimiliki remaja. Karakter yang tumbuh dari dalam dirinya sehingga berdampak bagi dirinya dan juga orang lain. Melihat hal ini, perlu langkah konkrit guna mengatasi persoalan yang dihadapi remaja. Mengingat sebagian besar remaja mengalami krisis karakter, terutama cinta damai. Cinta damai yang mampu menyembuhkan remaja dari berbagai persoalan yang dihadapi untuk berada pada jalannya dan terus belajar dari hal tersebut.⁴ Guna menumbuhkan kembangkan karakter tersebut perlu metode yang tepat dalam menyelesaikan minimnya karakter cinta damai. Namun ada remaja tertentu yang perlu diperhatikan berkaitan dengan sikapnya. Hal demikian karena terjadi konflik atau peperangan yang disaksikan oleh remaja sehingga berdampak pada pembentukan perilakunya, yang pada akhirnya menimbulkan dampak berkepanjangan.⁵ Hal demikian dapat terlihat pada remaja di jemaat GPM Haria Klasis Pulau-pulau Lease.

Perilaku remaja berjolak dari konflik yang terjadi antara jemaat GPM Haria dan Porto membawa dampak bukan hanya kepada pelaksanaan proses pembelajaran di sekolah maupun di jemaat yakni proses pembelajaran sampai ditiadakan. Tetapi muncul juga perasaan tidak aman dan tidak damai di dua negeri karena adanya saling curiga satu dengan yang lain. Untuk meminimalisir bahkan mencegah terjadi lagi konflik maka pihak gereja telah melakukan berbagai langkah, misalnya pertama, di setiap tanggal 27 Desember melakukan pergumulan bersama dua negeri yang juga melibatkan anak-anak dengan cara anak melibatkan rasa hati mereka tentang hidup saat konflik dan hidup saat damai. Kedua, melibatkan LSM yang melakukan pesta anak untuk kedua negeri. Ketiga, melakukan *koinonia* anak remaja baik yang dilakukan di negeri Haria maupun Porto. Keempat, akan melakukan *koinonia* ibadah sektor di perbatasan yakni sektor Getsemani di Haria dan sektor Bethlehem di Porto yang melibatkan unsur anak, pemuda dan orang dewasa.

Salah satu metode atau pendekatan yang dapat digunakan dalam membantu masalah yang masih membekas dalam diri remaja adalah biblioterapi. Pendekatan biblioterapi merupakan satu dari berbagai pendekatan dalam bingkai ilmu bimbingan dan konseling. Disamping itu dengan menggunakan pendekatan biblioterapi remaja akan mendapatkan informasi yang tertuang di dalam buku. Metode ini dipilih karena dapat mendekatkan individu pada buku dan membentuk kebiasaan individu untuk terbiasa membaca. Biblioterapi apabila diindonesiakan maka sepadan dengan istilah terapi yang terlaksana dengan menggunakan buku. Metode Terapi tersebut, sudah ada sejak lama. Terapi ini menyita perhatian pada perang Dunia I dan II. Dengan banyak tentara yang kembali dari perang yang mengalami trauma atau simptom pascaperang, bibliotherapy dipandang sebagai teknik penanganan yang efektif. Sejak itu biblioterapi berkembang pesat dan dapat menolong banyak orang di berbagai profesi, di segala

³ Blaise Dubois and Jean Francois Esculier, 'Soft-Tissue Injuries Simply Need PEACE and LOVE', *British Journal of Sports Medicine*, 54.2 (2020), 72–73 <<https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101253>>.

⁴ B Siegel, *Peace, Love and Healing*. (Random House, 2016).

⁵ T. Heldt and A. Klerby, 'Peace, Love and Well-Being: Volunteering at the Peace & Love Festival in Borlänge, Sweden.', in *Event Volunteering* (Routledge, 2014).

usia dan kalangan masyarakat. Bibliotherapy digunakan untuk konselor sekolah, pekerja sosial, pekerja kesehatan mental, guru dan pustakawan.⁶

Secara etimologi *Bibliotherapy* berasal dari bahasa Yunani yang terdiri dari dua kata, yakni biblus (buku) dan terapi yang mengacu pada pertolongan psikologis. Jadi dapat dikatakan bibliotherapy adalah penggunaan buku untuk menolong orang memecahkan masalah. Kamus webster mendefinisikan bibliotherapy adalah bimbingan yang dilakukan dengan menggunakan buku untuk mencari solusi atas masalah pribadi. Berry (dalam shechtman,2009)⁷ menyatakan bahwa bibliotherapy adalah teknik keluarga untuk membuat struktur interaksi antara fasilitator dan responden. Sementara Baker (dalam Shechtman, 2009) mendefinisikan biblioterapi sebagai penanganan atau treatment untuk orang yang menderita gangguan mental dan emosi dengan menggunakan literatur dan puisi, yang biasanya dipraktikkan di sekolah maupun komunitas tertentu.⁸

Oleh karena itu, biblioterapi dapat diterapkan sebagai salah satu pendekatan serta teknik bimbingan untuk pengembangan perilaku cinta damai, serta menjadi media konseling untuk membantu mengatasi masalah pribadi⁹ dan memberi manfaat terkait materi bacaan, timbul perilaku kritis, dan menambah wawasan pembaca,¹⁰ sehingga mengatasi masalah kecemasan yang dihadapi para remaja.¹¹ Pendekatan konseling ini menggunakan literatur termasuk mendengarkan cerita serta puisi puisi, menonton film, dan melihat gambar, sehingga menyenangkan dan menarik.¹² Karena itu, peneliti merumuskan penelitian tentang pengembangan perilaku cinta damai melalui biblioterapi bagi remaja. Harapannya, tumbuh karakter cinta damai agar dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari melalui buku sebagai media terapi dalam memulihkan kesehatan mental.¹³ Berdasarkan latar belakang yang telah terurai maka, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “sejauh mana pengembangan perilaku cinta damai melalui biblioterapi?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan jenis penelitian pre eksperimen. Sugiyono (2018) menjelaskan bahwa pre eksperimen dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random. Jenis desain yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*, yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan.¹⁴ Pada desain ini dilakukan dua kali pengukuran. Pertama, dilakukan dengan menggunakan skala Likert dan dijabarkan berdasarkan indikator perilaku

⁶ Z Shechtman, 'Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy', *The Springer Series on Human Exceptionality*, 2009 <https://doi.org/DOI.10.1007/978-0-387-09745-9_9, Springer Science+Business Media>.

⁷ Shechtman,Z.2009.Treating Chld and AndolesceentAngg ression trough Bibliotherapy.New Yor:Springer

⁸ A. M. Hynes and M. Hynes-Berry, *Bibliotherapy the Interactive Process: A Handbook*. (Routledge., 2019).

⁹ Eva Imania Eliasa and Sri Iswanti, 'Bibliotherapy with the Career Topic to Increase the Student's Career Motivation of Guidance and Counseling', *Pro cedia - Social and Behavioral Sciences*, 2014, 434-38 <<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.725>>.

¹⁰ N. Dewi, 'Metode Biblioterapi Untuk Peningkatan Karakter Tanggung Jawab', *Jurnal Psikologi*, 40.3 (2014).

¹¹ Rahmat, H. K., Muzaki, A., and S. Pernanda, 'Bibliotherapy as An Alternative to Reduce Student Anxiety During Covid-19 Pandemic: A Narrative Review.', in *In Proceeding International Conference on Science and Engineering*, 2021.

¹² Shechtman.

¹³ Brewster, L. and S. Mc Nicol, 'Bibliotherapy in Practice: A Person-Centred Approach to Using Books for Mental Health and Dementia in the Community.', *Medical Humanities*, 7(4), e12-.4 (2021), 12.

¹⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Alfabeta, 2018).

cita damai sebelum diberi biblioterapi. Kedua, pengukuran dilakukan setelah pemberian *treatment* berupa biblioterapi dan pengukuran skala perilaku cinta damai diberikan kepada subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja GPM Klasis Pulau-pulau Lease sebanyak 62 orang remaja yang dipilih sesuai arahan pimpinan komisi anak dan remaja pada jemaat tersebut. Analisis data menggunakan uji perbandingan untuk dua sampel berpasangan. Uji ini sering disebut dengan uji t ,¹⁵ dengan *Paired Sampel T tes* (bantuan program *computer SPSS*).

PEMBAHASAN

Hasil Uji *Pretest* dan *Posttest*

Uji terhadap data berupa *pretest* dan *posttest* dalam penelitian dengan judul pengembangan perilaku cinta damai di jemaat GPM Haria melalui biblioterapi dan dapat dideskripsikan pada tabel 3.1.

Tabel 3.1: Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Subyek	<i>Pretesr</i>	<i>Postest</i>
	Skor	
1	115	129
2	118	125
3	150	120
4	139	135
5	143	149
6	132	145
7	169	171
8	102	135
9	118	131
10	110	134
11	117	145
12	146	142
13	125	126
14	106	119
15	116	129
16	117	125
17	126	129
18	125	129
19	110	125
20	138	155
21	136	134
22	113	115
23	134	139
24	127	124
25	125	125
26	149	158
27	127	138
28	128	141
29	135	145

¹⁵ Sudjana, *Metode Statistika* (Bandung: Tarsito, 2005).

30	140		146
31	139		145
32	151		159
33	152		152
34	139		144
35	121		118
36	145		153
37	139		144
38	155		159
39	109		138
40	141		163
41	142		122
42	136		154
43	144		146
44	132		140
45	131		121
46	119		125
47	158		157
48	142		142
49	156		160
50	141		161
51	145		163
52	116		126
53	153		153
54	122		165
55	141		158
56	136		149
57	118		148
58	147		158
59	145		151
60	132		132
61	145		138
62	96		137

Hasil uji *tersebut* dapat dilihat perbedaan dari *pretest* dan *posttest*. Data menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan berupa biblioterapi bagi remaja Jemaat GPM Haria terdapat sebagian remaja yang memiliki perilaku cinta damai dengan skor tertinggi yaitu pada subjek dengan diberikan lebel 7 dengan skornya ialah 169 menunjukkan bahwa remaja tersebut benar-benar memiliki perilaku cinta damai dan setelah mengikuti biblioterapi skornya meningkat menjadi 171 dari jumlah remaja yang mengikuti biblioterapi sebanyak 62 remaja. Sedangkan skor terendah ialah pada subjek yang diberikan lebel 62 dengan nilai skornya 91 memiliki masalah yang cukup signifikan berkaitan dengan perilaku cinta damai dan ketika diberikan perlakuan melalui biblioterapi sebagai strategi dalam membantu remaja tersebut keluar dari persoalan yang dihadapinya. Dari layanan dimaksud skornya meningkat menjadi 137. Data dari hasil *pretest* dan *posttest* terurai bahwa terjadi peningkatan berkaitan dengan pengembangan perilaku cinta damai. Hal demikian memberikan arti bahwa remaja yang memiliki perilaku cinta damai yang rendah dan ketika mendapatkan layanan bimbingan konseling dengan pendekatan biblioterapi subjek dimaksud mengalami perubahan.

Hasil Uji T

Pengujian uji bedah dilakukan dengan uji data *pretest* dan *posttest*. Hasil uji tersebut 3.2 berikut ini :

Tabel 3.2: Hasil Uji Paired Sampel T tes Perilaku Cinta Damai di Jemaat GPM Haria

Paired Samples Statistics				
	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre Test	132.6452	15.31644	1.94519
	Post Test	141.0323	14.05256	1.78468

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa angka *mean pretest* 132.6452 sedangkan angka *mean posttest* yaitu 141.0323. Hal ini memberi arti bahwa terjadi peningkatan atau perbedaan antara *mean pretest* dengan *mean posttest*. Sama halnya dengan *standar deviasi pretest*, yaitu 15.31644. sementara *standar deviasi posttest* yaitu 14.05256.

Paired Samples Correlations				
		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre Test & Post Test	62	.640	.000

Hasil di atas menunjukkan uji korelasi antara kedua data, dimana nilai koefisien korelasi sebesar 0.640 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari probabilitas ($0,000 < 0,05$), dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara variabel *pretest* dan *posttest*.

Untuk melihat bagaimana pengembangan perilaku cinta damai melalui biblioterapi, bisa dilihat pada tabel 3.3.

Tabel 3.3. Paired Samples Test

		Mean	Std. Deviation	Paired Differences		T	df	Sig. (2-tailed)	
				Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	pretest - posttest	-8.38710	12.51930	1.58995	-11.56640	-5.20779	-5.275	61	.000

Berdasarkan tabel 3.3 diketahui nilai sig. (2 tailed) sebesar $0,000 < 2,000$, sehingga hipotesis nol ditolak dan hipotesis a diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara perilaku cinta damai *pretest* dan *posttest*. Data tersebut ada pengaruh penerapan biblioterapi dalam mengembangkan perilaku cinta damai. Hasil uji t diketahui t hitung bernilai negatif, yakni -5.275. Hal ini disebabkan karena nilai rata-rata *pretest* remaja lebih rendah dari pada rata-rata *posttest*. Dalam kasus ini, nilai t hitung negatif dapat bermakna negatif, sehingga nilai t hitung menjadi 5.275. nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai t tabel yang diperoleh berdasar nilai derajat kebebasan (df) dan nilai signifikansi ($\alpha/2$). Nilai df

sebesar 61 dan nilai $0.05/2$ sama dengan 0,025. Nilai ini digunakan sebagai acuan mencari nilai t tabel pada tabel distribusi nilai t tabel statistik, yakni 2.000.

Dengan demikian, karena nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($5,275 > 2,000$), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis a diterima. Artinya bahwa ada perbedaan rata-rata antara perilaku cinta damai sebelum dan sesudah diterapkan biblioterapi. Ini berarti penerapan biblioterapi terbukti signifikan meningkatkan dan mengembangkan perilaku cinta damai pada remaja di jemaat GPM Haria. Sedangkan hipotesis 0 ditolak.

Pengembangan Perilaku Cinta Damai Melalui Biblioterapi

Perilaku cinta damai mestih dipelihara oleh setiap individu dalam rentang kehidupannya sepanjang masa. Adanya perilaku cinta damai mengarahkan seseorang pada suasana hati dan keadaan pikiran yang semakin tenang dan nyaman. Banyak cara yang dapat dilakukan untuk membentuk perilaku cinta damai seseorang. Cara atau strategi yang efektif dan relevan ialah membantu individu khususnya pada kalangan Remaja Gereja Protestan Maluku. Sinode ini, terdiri dari berbagai jemaat yang tersebar dari belahan bumi Maluku dan Maluku utara. Salah satu diantaranya ialah jemaat GPM Haria. Jemaat tersebut juga merupakan jemaat yang perlu diperhatikan oleh pihak gereja sebagai wujud kepedulian terhadap umat.

Jemaat GPM Haria terdapat di Klasis Pulau-pulau Lease di Pulau Saparua. Jemaat Haria pernah mengalami konflik antar kampung tetangga. Olehnya itu pembentukan dan pengembangan perilaku cinta damai mesti menjadi bekal sebagai upaya dalam mengedukasi dan membentuk karakter sejak usia muda. Sebagaimana yang diketahui bahwa-sannya masa remaja merupakan masa yang perlu diperhatikan secara khusus oleh berbagai pihak. Pada dasarnya remaja merupakan masa transisi antara anak menuju kemasa dewasa, dimana akan terjadi konflik batin dengan perilaku yang akan dipilih. Remaja akan bertahan dengan kebiasaan anak atautkah mesti mempersiapkan diri masuk pada masa dewasa. Remaja seharusnya berupaya untuk meningkatkan kualitas hidupnya dengan berbagai cara. Remaja dalam keseharian dipertemukan dengan berbagai masalah yang terjadi misalnya kekerasan, perkelahian, kenakalan, suka membulying dan pula banyak problematika ditemukan pada realita hidupnya. Remaja dalam keadaan tertentu pula terkadang mudah dipengaruhi oleh faktor-faktor yang ada misalnya teman sekitar (teman sebaya) sehinga perilakunya sama dengan patner bermain selama ini .

Banyak cara untuk mengatasi masalah remaja seperti terurai di atas salah satunya adalah membiasakan diri dengan membaca buku. Strategi yang dirancang untuk memben-tuk perilaku cinta damai ialah melakukan bimbingan kelompok dengan pendekatan biblio-terapi. Pendekatan biblioterapi dalam bingkai bimbingan konseling merupakan pendekatan kontenporer dan memiliki manfaat yang krusial. Pendekatan dimaksud kemudian dikem-bangkan sesuai dengan perkembangan iptek. Penelitian ini dirangkai dengan topik pengem-bangan perilaku cinta damai pada remaja GPM Haria Klasis Pulau-pulau Lease melalui biblioerapi. Penelitian ini didukung berdasarkan pada metode penelitian yang dipakai dan diajukan oleh peneliti.

Sebelum dilakukan perlakuan bagi para remaja GPM Haria dengan menggunakan pendekatan biblioterapi, di mana pendekatan ini kemudian dikembangkan buku sebagai media terapi berupa buku elektrik/e-book dan didesain berdasarkan langkah-langkah pendekatan biblioterapi. Disamping itu sebelum diberikan perlakuan bagi subjek penelitian, maka peneliti mengkalsifikasikan dalam enam kelompok sebagai kelompok biblioterapi dan terdiri dari 62

sampel , dimana dalam proses bimbingan kelompok terdapat 2 kelompok yang lebih anggotanya yaitu 11 subjek sedangkan keempat kelompok lain terdiri 10 subjek. Kelompok yang ada dipilih secara acak atau random terdiri dari sub jenjang remaja 1-3. Setiap sub jenjang terdapat dalam kelompok untuk mendapatkan bimbingan kelompok dalam membentuk perilaku cinta damai. Selain itu juga setiap kelompok terdapat remaja laki-laki maupun remaja perempuan, ada yang memiliki masalah sebagai remaja ada juga yang tidak memiliki masalah berkaitan dengan cinta damai.

Sejalan dengan hal demikian maka kelompok remaja pada jemaat GPM Haria yang dibuat adalah kelompok terapi (*Therapy Group*). Kelompok ini dibuat sebagai salah satu strategi dalam biblioterapi. Sebagaimana tujuan diadakannya bimbingan kelompok yaitu supaya orang dalam hal ini remaja yang mendapatkan layanan mampu mengarahkan dan mengatur diri dan kehidupannya sendiri, memilih perilaku yang tepat dan bertanggung jawab terhadap segala konsekuensi dari tingkah lakunya yang dilakukan dan juga sebagai cara perubahan struktur kepribadian (Winkel & Hastuti, 2013)

Bimbingan kelompok yang terlaksana berdasarkan pada pendekatan biblioterapi merupakan layanan dasar bimbingan konseling. Umumnya layanan ini dilakukan secara sistematis berdasarkan rancangan dan langkah yang ada. Bahkan layanan ini diberikan melalui media-media lain seperti majala dinding, buku, pamflet, leaflet. Singkatnya pada layanan ini remaja diberikan bimbingan dengan tujuan untuk membentuk perilaku cinta damai sehingga remaja gereja atau kelompok yang berada di jemaat GPM Haria dibentuk dan memiliki kasana pengetahuan, pemahaman bahkan matang dalam emosi. Selain itu juga adanya biblioterapi atau terapi buku yang dilaksanakan dengan menggunakan buku-buku elektronik lebih relevan dengan perkembangan remaja dan lebih familier dengan digital. Biblioterapi dilaksanakan selama 3 sesi layanan bimbingan kelompok dan menyesuaikan dengan 3 e-book yang disediakan oleh kelompok peneliti

Buku dalam biblioterapi disediakan, dipilih dan diambil dari buku cerita Alkitab dan cerita-cerita rakyat dari Provinsi Maluku. Menjadi dasar pemilihan buku berupa sebuah cerita karena remaja atau konseli merupakan mayoritas Kristen sehingga penguatan teologis dapat dikembangkan. Selain itu juga cerita rakyat Maluku relevan karena sesuai dengan budaya serta karakteristik remaja tersebut. Kendati demikian melihat pada perkembangan remaja yang tingkat kebosanan tinggi sehingga buku tersebut didesain dan dikembangkan dalam buku elektronik disertai dengan bantuan suara dan gambar sehingga dapat menarik perhatian dan minat remaja untuk membaca buku. Disamping itu buku elektronik dikembangkan dengan durasi waktu yang tidak terlalu lama. Buku yang dipilih dan dikembangkan diberikan judul 1 Daud sahabat Jonatan (Kitab 1 Samuel : 18-19), 2. Api dan Air (Kutipan Anna P. Soplantila), 3. Salamahu (Kutipan Masnun Laitupa). Sebelum dilaksanakan proses biblioterapi kepada ke 6 kelompok yang telah diacak maka yang terdahulu sampel atau remaja GPM Haria mengisi skala penelitian dan disebutkan dengan pretest. Tes awal ini sebagai strategi untuk mengetahui sejauh mana perilaku cinta damai remaja sebelum mengikuti biblioterapi.

Tahapan Pengembangan Perilaku Cinta Damai Melalui Biblioterapi

Pelaksanaan biblioterapi bagi remaja GPM Haria dapat dilakukan dengan beberapa langkah seperti yang dideskripsikan oleh Shechtman 2009¹⁶ yaitu tahap pertama identifikasi : dimana

¹⁶ Shechtman, Z, 'Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy', The Springer Series on Human Exceptionality, 2009 <https://doi.org/DOI.10.1007/978-0-387-09745-9_9,_ Springer Science&Business Media>

peneliti akan melihat dan mengukur kesiapan remaja Haria dalam mengikuti terapi yang ada. Selain itu juga para remaja dalam kelompok diarahkan oleh peneliti untuk memilih buku elektrik yang berkaitan dengan perilaku cinta damai seperti yang telah disebutkan di atas. Tahap kedua dalam biblioterapi adalah remaja diarahkan untuk baca buku yang dikembangkan menjadi e-book oleh peneliti, dimana remaja dalam hal ini berperan sebagai konseli diberikan kesempatan untuk membaca e-book yang telah disiapkan dan dipilih oleh dirinya sendiri. E-book yang dimaksud adalah buku yang berkaitan dengan perilaku cinta damai. Adanya referensi ini sebagai sebuah stimulus terapi dalam membantu remaja untuk memahami segala masalah yang dihadapi seperti yang telah diurai pada bab terdahulu. Setelah itu remaja diarahkan untuk masuk pada tahap ketiga dalam biblioterapi yaitu mengidentifikasi perasaan.

Tahap mengidentifikasi perasaan, pada tahap ini atau konseli diarahkan untuk menji-wai dan merasakan apa maksud dari e-book yang telah dibacakan. Tujuan dari mengiden-tifikasi perasaan adalah konselor sebagai pemberi terapi dapat melihat bagaimana respon yang dialami oleh konseli setelah membacakan e-book tersebut. Artinya adanya penafsiran terhadap e-book yang dibaca dan memunculkan rasa empati dan simpati terhadap realita atau kenyataan yang terjadi tersebut. Konseli (Remaja) dengan rasa empati dan rasa peduli yang tinggi dapat memilih perilaku yang tepat yaitu mencintai perdamaian. Disamping itu terapi buku dapat membantu konseli untuk memilih pilihan yang tepat berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi. Selain itu ada juga langkah biblioterapi yang ke empat yaitu memahami dinamika perilaku manusia. Tahap ini konseli diajak untuk belajar tentang dinamika perilaku manusia. Belajar yang dimaksudkan ialah konseli akan mengetahui dan menyadari segala resiko baik atau tidak ketika tidak mampu menciptakan kedamaian di lingkungan tempat tinggalnya

Selanjutnya pada tahap kelima dalam biblioterapi adalah eksplorasi diri. Berdasarkan pada paparan semua tahapan yang telah dilalui ketikakonseli mengikuti terapi buku dan tahap yang terakhir proses ini adalah konseli diajarkan untuk berbagi pengalaman berkaitan dengan e-book atau referensi yang telah dibacakannya pada tahap kedua tadi. Eksplorasi diri mesti dibaringi dengan suatu refleksi atau merenungkan kembali perilaku yang telah dibuat bahkan adanya sebuah dorongan atau motivasi untuk berubah lebih baik. Artinya konseli dapat memilih pilihan yang tepat berkaitan dengan perilaku cinta damai. Bahkan pada tahap ini juga dipahami sebagai salah satu fase terakhir pada biblioterapi, dimana adanya sebuah evaluasi dari dalam diri berkaitan dengan perilaku konseli. Biblioterapi dengan langkah-langkah yang ada namun peneliti menambahkan 1 langkah yaitu evaluasi dimana langkaa ini bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada konseli atau remaja untuk memberikan penilaian terhadap proses biblioterapi yang sedang berlangsung pada setiap sesi. Biblioterapi dilaksanakan selama 5 kali, sesuai dengan yang telah dirancang.

Berdasarkan pada uraian hasil analisa maka pada uji korelasi antara kedua data yaitu data *pretest* dan *posttest*, dimana nilai koefisien korelasi sebesar 0.640 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Dengan kata lain bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari *probabilitas* ($0,000 < 0,05$), sehingga dapat dipahami bahwa ada hubungan antara variabel *pretest* dan *posttest*. Selain itu mengacu pada nilai sig. (2 tailed) sebesar $0,000 < 2,000$, Maka dari data tersebut dapat dipahami bahwasannya hipotesis nol ditolak dan hipotesis a diterima. Hal ini diperkuat dengan hasil uji *t*. Data yang tertuang dan didapat yakni nilai *t* hitung bernilai negatif, yakni -5.275. Data dimaaksud disebabkan karena nilai rata-rata *pretest* remaja lebih rendah dari pada rata-rata *posttest*. Dalam kasus ini, nilai *t* hitung negatif dapat bermakna negatif, sehingga nilai *t* hitung menjadi 5.275. nilai ini kemudian dibandingkan dengan nilai *t* tabel yang didapat berdasarkan

pada nilai derajat kebebasan (df) dan nilai signifikansi ($\alpha/2$). Nilai df sebesar 61 dan nilai $0.05/2$ sama dengan 0,025. Nilai ini digunakan sebagai acuan mencari nilai t tabel pada tabel distribusi nilai t tabel statistik, yakni 2.000. Data tersebut memberikan arti bahwa nilai t hitung lebih besar dari t tabel ($5,275 > 2,000$), maka dapat dideskripsikan bahwa hipotesis a diterima. Selain itu juga dapat dipahami ada perbedaan rata-rata antara perilaku cinta damai remaja sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan berupa penerapan biblioterapi. Penjelasan berkaitan dengan data dari hasil penelitian terbukti signifikan pengembangan perilaku cinta damai pada remaja di jemaat GPM Haria.

KESIMPULAN

Pengembangan atau peningkatan perilaku cinta damai pada remaja jemaat GPM Haria Klasis pulau-pulau Lease dapat dilakukan melalui biblioterapi atau terapi dengan memakai buku. Biblioterapi yang terlaksana dalam penelitian ini kontribusinya signifikan dalam pengembangan perilaku cinta damai. Hal tersebut diperoleh melalui pengujian hipotesis alternatif yang diajukan diterima, di mana t-hitung lebih besar dari t-tabel, yakni ($5,275 > 2,000$). Artinya, semakin ditingkatkan terapi buku tersebut maka semakin meningkat pema-haman dan kemampuan dalam mengembagkan perilaku cinta damai, sedangkan hipotesis nol ditolak. Sebagai sebuah pikiran rekomendasi bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan topik yang mirip, lebih lagi memfokuskan pada pengembangan modul biblioterapi dalam mengatasi masalah-maalah remaja lainnya.

REFERENSI

- Brewster, L., and S. Mc Nicol, 'Bibliotherapy in Practice: A Person-Centred Approach to Using Books for Mental Health and Dementia in the Community.', *Medical Humanities*, 7(4), e12-.4 (2021), 12
- Dewi, N., 'Metode Biblioterapi Untuk Peningkatan Karakter Tanggung Jawab', *Jurnal Psikologi*, 40.3 (2014)
- Dubois, Blaise, and Jean Francois Esculier, 'Soft-Tissue Injuries Simply Need PEACE and LOVE', *British Journal of Sports Medicine*, 54.2 (2020), 72–73
<<https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101253>>
- Eliasa, Eva Imania, and Sri Iswanti, 'Bibliotherapy with the Career Topic to Increase the Student's Career Motivation of Guidance and Counseling', *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2014, 434–38 <<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.725>>
- Heldt, T., and A. Klerby, 'Peace, Love and Well-Being: Volunteering at the Peace & Love Festival in Borlänge, Sweden.', in *Event Volunteering*, Routledge., 2014
- Hynes, A. M., and M. Hynes-Berry, *Bibliotherapy the Interactive Process: A Handbook*. Routledge., 2019
- Rahmat, H. K., Muzaki, A., and S. Pernanda, 'Bibliotherapy as An Alternative to Reduce Student Anxiety During Covid-19 Pandemic: A Narrative Review.', in *In Proceeding International Conference on Science and Engineering*, 2021
- Sahlan, Asmaun, and Angga Teguh Prastyo, *Desain Pembelajaran Berbasis Pendidikan Karakter* Ar_Ruzz Media, 2012
- Shechtman, Z, 'Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy', *The Springer Series on Human Exceptionality*, 2009 <https://doi.org/DOI 10.1007/978-0-387-09745-9_9,_ Springer Science&Business Media>

Siegel, B, *Peace, Love and Healing*, Random House, 2016

Simanjuntak, M, 'Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Novel Nonfiksi HAbibie Dan Ainun Karya Bacharuddin Jusuf Habibie Dan Kebermanfaatannya Sebagai Bahan Bacaan Sastra Di SMA', Universitas Negeri Medan, 2017

Sudijono, A, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Rajagrafindo, 2001

Sudjana, *Metode Statistika*, Bandung: Tarsito, 2005

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Alfabeta, 2018