

# PENGARUH BIBLIOTERAPI TERHADAP KECEMASAN ANAK DIDIK LAPAS MENGHADAPI MASA BEBAS DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KHUSUS ANAK PRIA KOTA TANGERANG

Andika Intan Nusantara<sup>1</sup>

Dra. Michiko Mamesah, M.Psi<sup>2</sup>

Awaluddin Tjalla<sup>3</sup>

## Abstrak

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh Biblioterapi terhadap tingkat kecemasan anak didik lapas menghadapi masa bebas.

Penelitian dilaksanakan di lembaga pemasyarakatan anak pria kota tangerang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu narapidana anak pria yang memiliki kecemasan menghadapi masa bebas dengan kategori tinggi. Biblioterapi dilakukan dalam bentuk kelompok. Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan *design, Pretest-Posttest One Group Design*. Pengukuran variabel penelitian ini menggunakan instrumen kecemasan yang telah diuji oleh ahli. Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang telah dilakukan, instrumen ini memiliki 52 item pernyataan yang valid dan memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,926, hal tersebut menyimpulkan bahwa instrumen layak dan dapat dipergunakan dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik *Wilcoxon*, diperoleh hasil nilai asymp. Sig = 0,02 Hipotesis penelitian diuji pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka Nilai Asymp. Sig = 0,02 < nilai signifikansi  $\alpha 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, yaitu terjadi penurunan kecemasan menghadapi masa bebas yang dialami narapidana anak secara signifikan setelah dilakukan kegiatan Biblioterapi. Dapat ditarik kesimpulan teknik biblioterapi berpengaruh dalam mengatasi kecemasan menghadapi masa bebas pada anak didik di lembaga pemasyarakatan khusus anak pria kota Tangerang

**Kata Kunci:** kecemasan, anak didik lapas, biblioterapi, lembaga pemasyarakatan khusus anak pria kota tangerang

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, andikaintan43@yahoo.com

<sup>2</sup> Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, michikomamesah@yahoo.com

<sup>3</sup> Dosen Bimbingan dan Konseling FIP UNJ, Awaluddin.tjalla@gmail.com

---

## **Pendahuluan**

Kehidupan manusia tidak pernah luput dari permasalahan. Baik permasalahan yang sifatnya ringan dan dapat segera di selesaikan, maupun permasalahan yang membutuhkan waktu, tenaga dan pikiran dalam proses penyelesaiannya. Permasalahan bisa timbul akibat perilaku manusia yang tidak sesuai dengan nilai dan norma yang berlaku. Hal seperti ini mengakibatkan terganggunya ketertiban dan ketentraman kehidupan.

Setiap manusia memiliki permasalahan. Tidak terkecuali pada anak dan remaja. Remaja adalah anak usia 10 sampai 21 tahun yang sedang berada pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Pada masa ini remaja berada di titik penting dalam perkembangan dan pertumbuhan kehidupan secara pesat, seperti pertumbuhan fisik, tinggi dan berat badan, fungsi reproduksi serta perubahan hormonal. Seperti yang dikemukakan Santrock (2003:26) bahwa masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak ke masa dewasa yang mencakup perubahan psikologis, biologis, kognitif, dan sosio-emosional. Perubahan tersebut menyebabkan masa remaja dikenal sebagai masa yang penuh dengan gejolak dan permasalahan yang disebabkan oleh situasi transisi. Permasalahan terjadi akibat ketidakseimbangan pikiran, perasaan, serta kepekaan terhadap rangsangan-rangsangan dari luar, seperti pengaruh teman yang tidak baik. Tidak jarang masalah ini membawa remaja pada permasalahan yang lebih kompleks sehingga harus berhadapan dengan hukum, seperti terbawa arus pergaulan bebas, jual beli narkoba, pemerkosaan, tawuran antar kelompok, dan pencurian. Seperti fenomena pembegalan atau perampasan kendaraan bermotor dengan cara kekerasan yang baru-baru ini terjadi di daerah Depok, ternyata dilakukan oleh sekawanan remaja yang berusia 17-18 tahun. Ada pula remaja yang tertangkap tangan mencuri kotak amal di Bengkulu. Pelaku diketahui berusia 12 dan 15 tahun (Diakses dari Kompas.com). Perilaku ini

membawa remaja kedalam permasalahan hukum.

Negara Indonesia adalah Negara hukum. Semua permasalahan dibahas dalam hukum. Persoalan yang sifatnya melanggar hukum dapat dikenakan sanksi pidana maupun perdata. Termasuk anak remaja yang memiliki masalah pelanggaran hukum. Remaja yang mendapatkan hukuman pidana ditempatkan di Lembaga Pemasyarakatan Anak. Batas usia anak menurut hukum adalah 18 tahun. Hal ini juga dijelaskan dalam Undang-undang No.3 Tahun 1997 pasal 4 ayat (1) batas umur anak yang dapat diajukan ke sidang anak adalah sekurang-kurangnya 8 (delapan) tahun tetapi belum mencapai umur 18 (delapan belas) tahun dan belum menikah. Sejalan dengan pasal 1 butir 1 UU Peradilan anak yang menyatakan, anak adalah orang yang dalam perkara anak nakal telah mencapai umur 8 (delapan) tahun tetapi belum mencapai 18 (delapan belas) tahun dan belum kawin. Namun menurut Sarwono (2003) manusia yang berada dalam rentang usia 13-19 tahun termasuk dalam kategori remaja. Hurlock (1991) menyatakan laki-laki berusia 17 tahun juga digolongkan sebagai remaja. Artinya ada perbedaan klasifikasi usia anak dan remaja, menurut pendapat tokoh psikologi perkembangan dan peraturan hukum Indonesia.

Remaja yang terkena masalah hukum dan dikenakan sanksi hukuman pidana di Lembaga Pemasyarakatan Anak, disebut narapidana anak atau anak didik lapas. Pidana penjara yang diberikan kepada anak remaja tidak selalu menjadi solusi tepat, guna mengurangi jumlah kejahatan atau pembinaan bagi anak remaja untuk tidak mengulangi perbuatannya kembali. Pemberian pidana tersebut justru dikhawatirkan memberi dampak negatif terhadap seorang anak. Anak didik lapas tidak jarang mengalami stres, cemas, depresi, krisis percaya diri, memiliki harga diri yang rendah dan sulit untuk bersosialisasi. Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Carina Agita

---

Hardiani (2012) menyatakan anak remaja yang berada dalam Lembaga Pemasyarakatan Anak Kutoarjo mengalami stres dan gangguan kecemasan saat menunggu masa bebas. Mereka cemas terhadap konsekuensi negatif yang akan mereka terima dari masyarakat setelah masa tahanan mereka selesai. Saat menunggu masa bebas alangkah baiknya jika anak didik lepas diberikan pembekalan khusus guna mempersiapkan diri menghadapi masa bebas. Kecemasan anak didik lepas dalam menghadapi masa bebas juga di bahas dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Vareoy (2011) di penjara Norwegia. Penelitian ini memaparkan rata-rata anak didik lepas mengalami stres yang dikarenakan kecemasan menghadapi masa bebas. Kecemasan bisa timbul karena adanya perasaan tidak aman akan sesuatu yang belum tentu terjadi. American Psychiatric Association (1975) mengemukakan bahwa kecemasan sebagai suatu perasaan ketakutan, ketegangan, atau kegelisahan yang berasal dari antisipasi terhadap adanya bahaya, dimana sumbernya sebagian tidak jelas dan tidak diketahui. Oleh sebab itu tidak jarang anak didik lepas yang menunggu masa bebas mengalami kecemasan.

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Lembaga Pemasyarakatan Anak Kota Tangerang, 4 (empat) dari 5 (lima) anak yang diwawancarai mengaku cemas mendekati masa bebas, mereka takut tidak diterima dilingkungan keluarga maupun lingkungan sosial, khawatir setelah masa tahanan berakhir akan mendapatkan konsekuensi negatif dari masyarakat. Seperti pemberian label sebagai kriminal, dianggap pemberi dampak negatif dan tidak diterima dilingkungan diluar lepas.

Kondisi anak didik lepas yang mengalami masalah kecemasan di atas membutuhkan penanganan yang dapat membantu untuk dapat keluar dari permasalahan. Biblioterapi dalam kegiatan kelompok menjadi salah satu cara penanganan yang dapat dilakukan untuk membantu anak didik lepas keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi.

Terdapat berbagai macam jenis terapi yang dapat digunakan dalam kegiatan kelompok, salah satunya adalah terapi yang menggunakan bacaan atau buku, disebut biblioterapi. Biblioterapi berasal dari bahasa Yunani yakni "biblio" yang berarti buku dan "therapia" yang berarti penyembuhan. Haynes dan Haynes-Berry dalam jurnal Pergola Irianti (2011:20) menjelaskan bahwa secara etimologis biblioterapi terdiri atas dua kata yaitu biblio berarti buku atau pustaka dan terapi yang berarti menolong atau melayani secara medis yang mengarah pada konsep penyembuhan. Malchiodi dan Gruenberg (2006:167) mengemukakan bahwa biblioterapi merupakan salah satu bentuk intervensi yang efektif jika digunakan untuk menangani anak yang mengalami pengalaman trauma, anak yang berduka karena kehilangan, berusaha keras bertahan karena perceraian atau memulihkan diri dari pelecehan atau pengabaian.

Biblioterapi dapat diterapkan dalam kelompok karena terapi tersebut tidak hanya terbatas pada buku bacaan dan diskusi, tetapi dapat dikreasikan dengan kegiatan lain seperti bermain peran dan terapi musik. Dalam biblioterapi kelompok, anggota dapat membaca dengan keras, baik secara individual maupun bersama-sama. Mereka mungkin mendengarkan konselor membacakan cerita, atau rekaman.

Hasil studi pendahuluan mengungkapkan pada hari jumat 10 April 2015 tercatat ada 181 anak didik lepas laki-laki dengan kasus beragam. Sedikit diantara mereka sedang menunggu masa bebas. 4 (empat) anak didik laki-laki dari paviliun Gofar menceritakan keemasannya menunggu masa bebas. Seperti S mengaku cemas menunggu masa bebas, salah satu alasan S cemas adalah teman-teman sekolahnya. S takut ketika bebas nanti dijauhi teman-teman sekolah karena dianggap mantan kriminal. Narasumber kedua yang menceritakan kecemasan menunggu masa bebas adalah YN. YN mengaku takut tidak dianggap keluarga lagi oleh paman dan

---

bibinya dikampung, walau begitu YN ingin segera bebas. RZ juga sempat menceritakan kekhawatirannya menunggu masa bebas, RZ mengaku tidak sabar menunggu tanggal 9 Mei, karena pada hari itu masa tahanan RZ telah berakhir. Namun RZ merasa gelisah setiap kali mengingat masa bebasnya. Selain gelisah, RZ juga merasa jantungnya berdebar lebih cepat dibanding biasanya. Berbeda dengan yang lain, R sudah berencana setelah masa tahanannya selesai ia ingin melanjutkan sekolah di pesantren, R takut terpengaruh lagi oleh teman-teman dan lingkungan pergaulannya dulu. Terlihat adanya kekhawatiran yang dialami masing-masing andikpas yang membuat mereka cemas terhadap konsekuensi negatif yang mungkin akan diterima andikpas ketika kembali ke lingkungan masyarakat. Jika kekhawatiran mereka dibiarkan begitu saja tanpa ada perhatian khusus, bisa jadi nantinya mereka akan mengalami krisis kepercayaan diri dan kesulitan bersosialisasi dengan lingkungan masyarakat. Peneliti tertarik meneliti kecemasan menunggu masa bebas pada anak didik lapas ini, Selain karena ingin melakukan penelitian diluar sekolah, peneliti juga ingin membuktikan bahwa biblioterapi dapat berpengaruh terhadap permasalahan personal seperti mereduksi tingkat kecemasan anak didik lapas menghadapi masa bebas. Peneliti akan mempraktikkan kegiatan bimbingan dan konseling di dalam lembaga pemasyarakatan. Menurut peneliti bimbingan konseling sangat penting dan dibutuhkan khususnya untuk anak didik di Lembaga Pemasyarakatan.

## **Kajian Teoritik**

### **Kecemasan**

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Perasaan yang tidak menentu tersebut pada umumnya tidak menyenangkan yang nantinya akan

menimbulkan atau disertai perubahan fisiologis dan psikologis (Kholil, 2010:104). Lubis (2009:14) menjelaskan bahwa kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman nyata ataupun khayal. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang. Kecemasan dialami ketika berfikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi. Sedangkan Sundari (2004:62) memahami kecemasan sebagai suatu keadaan yang menggoncangkan karena adanya ancaman terhadap kesehatan.

Nevid, Rathus, & Beverly (2005:163) memberikan pengertian tentang kecemasan sebagai suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan kekhawatiran bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan adalah rasa khawatir, takut yang tidak jelas sebabnya. Kecemasan juga merupakan kekuatan yang besar dalam menggerakkan tingkah laku, baik tingkah laku yang menyimpang ataupun yang terganggu. Kedua-duanya merupakan pernyataan, penampilan, penjelmaan dari pertahanan terhadap kecemasan tersebut (Singgih, 2008:27).

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat diatas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisahan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi. Dalam konteks ini kecemasan terjadi pada andikpas yang akan menghadapi masa bebas.

### **Anak Didik Lapas**

Anak didik lapas adalah seorang anak yang melakukan tindak pidana dan menjalani pidana di Lembaga Pemasyarakatan Anak paling lama sampai berumur 18 tahun. Anak didik lapas menurut Erikson sudah dapat dikatakan sebagai remaja. Dalam hal ini anak yang berhadapan dengan hukum akan diberikan pembinaan di suatu tempat khusus, yaitu

Lembaga Pemasyarakatan Khusus Anak (LPKA).

### **Biblioterapi**

Biblioterapi merupakan salah satu bentuk terapi yang dalam prosesnya menggunakan bahan bacaan seperti buku, biografi, cerpen, maupun artikel yang berkaitan dengan permasalahan yang dialami. Biblioterapi berasal dari 2 kata Yunani yakni *biblos* (buku) dan *terapi* yang mengacu pada pertolongan psikologis. Jadi dapat dikatakan biblioterapi adalah penggunaan buku untuk menolong orang memecahkan masalah. Kamus Webster mendefinisikan biblioterapi adalah bimbingan yang dilakukan dengan menggunakan buku untuk mencari solusi dari masalah pribadi. Berry menyatakan bahwa biblioterapi adalah sebuah teknik keluarga untuk membuat struktur interaksi antara fasilitator dan responden, sementara Baker mendefinisikan biblioterapi sebagai penanganan atau treatment untuk orang yang menderita gangguan mental dan emosional dengan menggunakan literatur dan puisi (Zipora, 2009: 22).

Biblioterapi dapat digunakan untuk menangani berbagai masalah yang dialami berbagai kalangan yang khususnya remaja. Malchiodi dan Gruenberg mengemukakan bahwa biblioterapi adalah salah satu bentuk intervensi yang efektif jika digunakan untuk menangani anak yang mengalami pengalaman trauma, anak yang berduka karena kehilangan, berusaha keras bertahan karena perceraian, atau memulihkan diri dari pelecehan dan pengabaian (Malchiodi, 2008:167)

Hidayat juga menjabarkan karakteristik masalah yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik biblioterapi adalah masalah kepercayaan diri sehingga menimbulkan perilaku menarik diri, pandangan yang negative terhadap pendidikan, kebingungan terhadap nilai-nilai moral kondisi rumah tangga yang tidak harmonis, kurang

respek dari orang tua, kurang kasih sayang, tidak ada keakraban dari anggota keluarga, kasar dan cenderung menyakiti, memiliki konsep diri yang tidak menguntungkan, dan perasaan rendah diri (M. Yusuf Hidayat, 2008:130).

Sesuai dengan kehidupan yang dialami oleh anak didik lepas, dalam usia yang tergolong remaja mereka dihadapkan oleh kerasnya konsekuensi hukum. Anggapan buruk masyarakat dan pelebelan sebagai anak nakal, pembuat masalah, dan cemoohan lingkungan terhadap anak yang berhubungan dengan hukum menyebabkan hilangnya kepercayaan diri anak-anak dengan situasi tersebut.

### **Metodelogi Penelitian**

Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh penggunaan teknik biblioterapi untuk mengurangi kecemasan menghadapi masa bebas yang terjadi pada narapidana anak di LPKA Tangerang. Penelitian dilakukan dari bulan oktober sampai november 2015. Penelitian dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan dan pemberian *pretest* dan *posttest*.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuasi-Eksperimen dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Populasi target dalam penelitian adalah narapidana anak pria yang dalam kurun waktu tiga bulan akan bebas. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* karena hanya narapidana yang akan bebas dalam kurun waktu kurang dari tiga bulan dan memiliki tingkat kecemasan tinggi yang menjadi subjek penelitian yaitu sebanyak 6 orang.

---

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner kecemasan menghadapi masa bebas yang telah diuji ahli dan dengan reliabilitas menunjukkan 0.926 yang berarti instrumen termasuk kategori sangat reliabel. Teknik analisis data pengujian hipotesis menggunakan *wilcoxon match pairs test* untuk membandingkan dua data (*pretest* dan *posttest*) dalam bentuk ordinal berjenjang.

No	Responden	Skor sebelum perlakuan	Kategorisasi	Skor setelah perlakuan	Kategorisasi
1	AM	185	Tinggi	147	Sedang
2	H	184	Tinggi	144	Rendah
3	IE	183	Tinggi	142	Rendah
4	IN	182	Tinggi	156	Sedang
5	M	184	Tinggi	149	Sedang
6	MS	183	Tinggi	150	Sedang
Rata-rata		183,50		146,33	

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* kecemasan menghadapi masa bebas enam narapidana anak pria yang menjadi anggota kelompok penelitian, didapatkan hasil sebagai berikut:

Kategori	Skor <i>Pre test</i>	Frekuensi <i>Pre test</i>	Skor <i>Post test</i>	Frekuensi <i>Post test</i>
Tinggi	166-185	6	166-185	0
Sedang	145-165	0	145-165	4
Rendah	125-144	0	125-144	2
Jumlah		6		6

Hasil *pretest* kecemasan enam anggota kelompok berada pada kategori kecemasan tinggi sebelum mendapatkan perlakuan biblioterapi. Kemudian, terlihat penurunan kecemasan enam anggota kelompok setelah mendapatkan perlakuan. Hasil *posttest* empat anggota kelompok berada pada kategori kecemasan sedang dan dua kelompok berada pada kategori kecemasan rendah.

terjadi penurunan kecemasan menghadapi masa bebas pada anak didik lapas setelah diberikan perlakuan. Jadi, terdapat pengaruh kegiatan biblioterapi untuk menurunkan kecemasan menghadapi masa bebas pada anak didik lapas.

Uji hipotesis dengan menggunakan *Wilcoxon Match Pairs Test* yang dilakukan dengan aplikasi *Statistic Product and Service Solution* versi 20.0, diperoleh nilai Asymp. Sig sebesar 0.028 yang berarti lebih kecil dari nilai signifikansi  $\alpha$  0.05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, yaitu terjadi penurunan kecemasan andikpas setelah diberikan perlakuan. Jadi, terdapat pengaruh kegiatan biblioterapi untuk menurunkan kecemasan anak didik lapas di lembaga pemasyarakatan khusus anak pria kota tangerang.

Anggota kelompok mampu mengekspresikan perasaan terpendam dirinya mengenai kecemasan menghadapi masa bebas yang alami dan anggota kelompok dapat saling mendiskusikan pemecahan masalah serta memotivasi satu sama lain agar bangkit dari masalah ini. Setelah dilakukan kegiatan

biblioterapi, responden (anggota kelompok) mulai merasa percaya diri dan merasa bersemangat menghadapi masa bebasnya.

Biblioterapi dapat membantu mengurangi kecemasan sehingga dapat menjadi alternatif pilihan dalam menurunkan kecemasan menghadapi masa bebas pada anak didik lapas. Andikpas dapat mengekspresikan perasaan dan emosinya terkait kecemasan yang dialaminya serta kelompok dapat mendiskusikan bersama-sama mengenai pemecahan masalah. Kegiatan biblioterapi dapat menjadi salah satu alternatif cara untuk menangani kecemasan menghadapi masa bebas.

### **Kesimpulan dan Saran**

Setelah semua tahapan dalam penelitian dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

Biblioterapi dapat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan anak didik lapas yang akan menghadapi masa bebas. Biblioterapi dapat menjadi metode penanganan untuk mereduksi kecemasan anak didik lapas karena dengan biblioterapi anak memiliki kesempatan dalam melihat masalahnya dari sudut pandang yang berbeda berdasarkan cerita dalam literatur yang dibaca. Anak didik lapas diberi kesempatan untuk mengidentifikasi sikap, sifat dan karakter tokoh utama dan kejadian-kejadian penting dalam cerita, terutama bagaimana tokoh menyikapi konflik yang terjadi dalam literatur. Hal tersebut mengakibatkan individu memperoleh pemahaman diri dari orang-orang yang serupa dengan dirinya, serta mempelajari

bagaimana tokoh berjuang untuk bangkit dari masalahnya sehingga dapat membuat mereka termotivasi dan memiliki keyakinan diri untuk menghadapi masalahnya dan dapat mengembangkan penilaian positif terhadap dirinya. Biblioterapi dapat membuka wawasan, pemahaman diri, memperbaiki penilaian penilaian negatif terhadap diri, dan membantu anak didik lapas mengembangkan kemampuan penyelesaian masalah.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan teknik Wilcoxon Match Pairs Test, diperoleh hasil nilai asymp. Sig=0,028. Hipotesis diuji pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka nilai Asymp. Sig = 0,028 < nilai signifikansi  $\alpha 0,05$ , dapat disimpulkan bahwa H0 ditolak dan H1 diterima. Ini mengartikan bahwa terjadi penurunan terhadap skor kecemasan responden setelah diberikan perlakuan dengan kegiatan biblioterapi, pada akhirnya dapat ditarik kesimpulan bahwa biblioterapi berpengaruh dalam mengatasi kecemasan anak didik lapas menghadapi masa bebas.

### **Daftar Pustaka**

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Syaripuddin. (2007). *Penyusunan Sekala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Carina Agita Hardiani. (2012), *Kecemasan Dalam Menghadapi Masa Bebas Pada Narapidana Anak Di Lembaga Pemasarakatan Anak Kutoarjo*. Skripsi, Psikologi Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta.
-

- Cleveland, A. S. (2011). *Bibliotherapy for all: Using children's literature about loss and grieving to increase awareness, develop coping skill, and build community among elementary school students* (thesis, Webster University, 2011). Webster University.
- Corey, Gerald (2012). *Theory & Practice of Group Counseling: Eight Edition*. Belmont: Brooks/Cole
- Fauziah, Fitri & Widuri, Julianti (2007). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: UI Press
- Gaol, Patotisuro Lumban. (2006). *Hubungan Berpikir Positif dengan Kecemasan Menghadapi Masa Bebas Pada Narapidana*. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana
- Jeffrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, & Beverly Greene (2005), *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Erlangga
- John T. Pardeck. (1994). *Using Literature to Help Adolescent Cope With Problem*. *Adolescent*, 29, 423
- Kamalie, Lilian Mitchell (2002). *The Application of Bibliotherapy With Primary School Children Living in a Violent Society* (Thesis, Ilmu Informasi dan Kepustakaan, University of Western Cape, 2002). University of Western Cape.
- Kartini, Kartono. (2006). *Kenakalan Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Kramer, Pamela. A. & Smith, Gail. G. (1998). *Easing the Pain of Divorce Through Children Literature*. *Early Childhood Education Journal*, 26, 89-94.
- Lubis, Norma Lumongga. (2009). *Depresi, Tinjauan Psikologis*. Jakarta: kencana
- Malchiodi, Cathy A. (2008). *Creative Interventions with Traumatized Children*. New York: Guild Ford
- Malchiodi, Cathy A. (2006). *Creative Intervention with Traumatized Children*. New York: Guildford press.
- Musfir, Az-Zahrani (2005). *Konseling Terapi*. Jakarta: Gema Insani
- Zipora Shechtman (2009). *Treating Child and Adolescent Aggression Through Bibliotherapy*. New York: Springer
-