

# A Systematic Literature Review: Biblioterapi Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Penggunaan *Gadget* Pada Anak

Karinsa Amalya Prajnaparamita<sup>1\*)</sup>, Mecca Arfa<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Perpustakaan, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro,  
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia (*Italic Times New Roman 10.5pt*)

\*) Korespondensi: [karinsaparamita@yahoo.com](mailto:karinsaparamita@yahoo.com)

## Abstract

**[Title: "A Systematic Literature Review: Bibliotherapy as an Effort to Reduce Gadget Addiction in Children"]**  
*This research explores the impact of excessive gadget use on children and proposes and give solution through bibliotherapy. While gadgets offer benefits in human life, their overuse can lead to addiction and negative effects. Bibliotherapy, using books as therapy, has proven effective in reducing the adverse effects of excessive gadget use in children. The research method involves a systematic literature review, identifying 2,664 articles, narrowing down to 48 relevant ones, and selecting 30 for analysis. After conducting quality assessment, 10 research articles indicate that bibliotherapy effectively enhances children's literacy interest, emphasizing the importance of age-appropriate book selection. This article provides insights into implementing bibliotherapy to boost children's reading interest, criteria for book selection, outcomes, and reasons for using bibliotherapy techniques in interventions with children..* (*Italic, Times New Roman 10pt*)

**Keywords:** *Gadget Overuse; Children; Bibliotherapy; Systematic Literature Review; Addiction*

## Abstrak

Penelitian ini membahas dampak penggunaan gadget berlebihan pada anak-anak dengan memberikan solusinya melalui biblioterapi. Gadget memberikan manfaat dalam kehidupan manusia, namun penggunaan berlebihan dapat menyebabkan kecanduan dan dampak negatif. Biblioterapi, menggunakan buku sebagai terapi, terbukti efektif mengurangi dampak penggunaan gadget berlebihan pada anak-anak. Metode penelitian menggunakan *systematic literature review* dengan menemukan 2.664 artikel, disaring menjadi 48 artikel, dan dipilih 30 artikel untuk analisis. Hasil setejah di lakukan *quality assessment* 10 artikel penelitian menunjukkan bahwa biblioterapi efektif meningkatkan minat literasi anak dengan pemilihan buku berdasarkan usia dan nilai buku. Artikel ini memberikan wawasan tentang penerapan biblioterapi untuk meningkatkan minat membaca anak, kriteria buku, hasil, dan alasan teknik biblioterapi dalam intervensi dengan anak-anak. (*Times New Roman 10pt*)

**Kata kunci:** *Penggunaan Gadget Berlebihan; Anak-anak; Biblioterapi; Tinjauan Literatur Sistematis; Kecanduan*

## 1. Pendahuluan

Teknologi saat ini tidak dapat dihindari dan telah memengaruhi semua aspek kehidupan manusia. Penggunaan *gadget*, seperti telepon seluler dan notebook, semakin meluas untuk memenuhi kebutuhan informasi sehari-hari. Pada tahun 2021, BPS melaporkan bahwa 65,87% penduduk Indonesia menggunakan telepon seluler, meningkat dari 62,84% pada tahun 2020.

“*Gadget*” dalam bahasa Inggris merujuk pada perangkat elektronik kecil dengan fungsi khusus, disebut "ancang" dalam bahasa Indonesia. Keistimewaan *gadget* terletak pada inovasinya yang terus-menerus. Perangkat dengan teknologi terkini, seperti iPhone dan Blackberry, serta notebook, terus muncul dalam kehidupan sehari-hari (Pudyastuti dan M. Hidayat, 2023)

*Gadget* memberikan berbagai manfaat, termasuk sebagai alat komunikasi, pusat informasi, hiburan, dan sumber pengetahuan. Namun, penggunaan *gadget* pada anak-anak perlu diawasi, karena dapat menyebabkan kecanduan dan berbagai dampak negatif, seperti masalah kesehatan mata, paparan radiasi, dan perubahan emosional.

Pada masa pertumbuhan, anak-anak perlu pengawasan ekstra terkait penggunaan *gadget*, mengingat mereka belum dapat mengendalikan penggunaan perangkat tersebut. Survei KPAI menunjukkan bahwa 79% anak di Indonesia diizinkan menggunakan *gadget* selain untuk keperluan belajar selama pandemi COVID-19 tahun 2020, yang dapat berkontribusi pada kecanduan *gadget*.

Kecanduan *gadget* pada anak dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti gangguan tidur, obesitas, masalah mata, serta masalah mental dan sosial. Solusi non-medis, seperti biblioterapi atau terapi berbasis membaca, dapat menjadi pendekatan yang efektif. Buku, selain sebagai sumber ilmu, juga dapat digunakan sebagai bentuk terapi untuk membantu anak mengatasi masalah yang timbul akibat penggunaan *gadget* yang berlebihan.

Perkembangan perpustakaan, termasuk biblioterapi, mencerminkan adaptasi terhadap perubahan zaman. Biblioterapi, kolaborasi antara ilmu psikologi dan perpustakaan, menggunakan buku sebagai alat terapeutik. Dengan demikian, biblioterapi dapat diaplikasikan sebagai upaya untuk mengurangi kecanduan penggunaan *gadget* pada anak-anak. Penelitian dengan judul "*Systematic Literature Review: Potensi Biblioterapi Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Penggunaan Gadget pada Anak*" berusaha untuk mengeksplorasi potensi solusi ini secara lebih mendalam. (Times New Roman 11pt)

## 2. Landasan Teori

### 2.1 Anak

Menurut ketentuan Pasal 1 Ayat 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002, anak adalah seseorang yang belum mencapai usia 18 (delapan belas) tahun, termasuk mereka yang masih berada dalam kandungan. Kategori usia anak varietif, seperti yang ditetapkan oleh WHO bayi (0-1 tahun), balita (1-3 tahun), anak prematur (3-5 tahun), anak usia tengah (6-11 tahun), anak usia tengah (9-11 tahun), remaja muda (12-14 tahun), dan remaja (15-17 tahun) dan American Medical Association bayi (0-1 tahun), anak-anak (1-12 tahun), dan remaja (12-17 tahun).. Santrock dalam (Limbong, 2020) mengidentifikasi lima tahap perkembangan manusia, mencakup masa bayi, kanak-kanak, remaja, dan usia sekolah.

Data dari Badan Pusat Statistik menunjukkan jumlah anak di Indonesia mencapai 79.486.424 jiwa dari total penduduk 272.682.515 jiwa. Menurut UU No. 35 Tahun 2014, perubahan atas UU No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak menegaskan bahwa anak merupakan tunas, potensi, dan generasi penerus cita-cita perjuangan bangsa. Anak memiliki peran strategis, ciri, serta sifat khusus yang wajib dilindungi demi kepentingan bangsa di masa depan. Usia sekolah dianggap sebagai usia wajib belajar, yang diatur oleh Peraturan Pemerintah No. 45 Tahun 2008 pasal 1 ayat 1 sebagai

program pendidikan minimal yang harus diikuti oleh warga negara Indonesia atas tanggung jawab pemerintah dan pemerintah daerah.

Pada usia sekolah, terdiri dari dua masa, yaitu anak-anak dan remaja. Menurut Kementerian Kesehatan RI berdasarkan Permenkes No 25 Tahun 2014, anak usia sekolah adalah anak yang berusia lebih dari 6 tahun namun belum mencapai 18 tahun.. Pada periode ini, anak aktif dalam kegiatan bersekolah dan belajar. Mereka mulai bertanggung jawab terhadap orang tua, teman sebaya, dan orang lain (Haruna et al., 2022). Pendidikan menjadi faktor penting untuk mengembangkan potensi setiap anak agar dapat berkembang. Setiap anak memiliki bakat, minat, kebutuhan, dan perbedaan karakter yang memerlukan pendekatan pembelajaran inovatif sesuai dengan gaya belajar masing-masing. Meskipun belum memiliki banyak pengalaman dalam menetapkan tujuan atau mengukur kekuatan dan kelemahan mereka sendiri, anak-anak pada usia ini memerlukan bimbingan intensif dari orang dewasa, khususnya orang tua, karena mereka masih belum dapat mengontrol antara keinginan dan kebutuhan.

## 2.2 Biblioterapi

Biblioterapi adalah suatu pendekatan yang melibatkan membaca dan berdiskusi tentang buku yang terkait dengan masalah yang dihadapi. Dalam konteks ini, individu yang mengalami kesulitan mengungkapkan pikiran dan perasaan mereka dapat menggunakan biblioterapi sebagai cara untuk terhubung dengan masalah mereka, memanfaatkan konteks buku yang juga dianggap membantu dalam menyelesaikan masalah (Hariyadi, 2018).

Biblioterapi, berasal dari bahasa Yunani "biblo" yang berarti buku, merupakan upaya terapi dengan bantuan psikologis dan dapat diartikan sebagai penggunaan buku untuk memecahkan masalah (Oktisaputri, 2021). Metode ini, diterapkan dalam bimbingan konseling, kini dianggap sebagai kebutuhan, terutama di lingkungan masyarakat yang sudah akrab dengan literasi informasi (Narti, 2020).

Terapis dapat menggunakan biblioterapi untuk membantu anak-anak mengatasi masalah mereka dengan memilih buku yang sesuai dengan masalah atau ajaran yang ingin diatasi (Pardeck dan Markward, 1995). Proses konsultasi biblioterapi dilakukan secara interaktif oleh dua orang atau lebih yang ahli di bidangnya, memfasilitasi partisipasi peserta dalam mengekspresikan diri dan menjembatani hubungan individu dengan isi atau sifat buku (Hariyadi, 2018).

Tahapan dalam biblioterapi mencakup identifikasi dan perencanaan, abstraksi, dan katarsis. Identifikasi melibatkan pemilihan buku yang sesuai dengan masalah anak, sedangkan abstraksi dan katarsis terjadi saat anak melepaskan emosi terkait dengan masalah dan memahaminya (Pardeck dan Markward, 1995).

Pertimbangan dalam memilih buku untuk biblioterapi melibatkan masalah khusus yang dihadapi anak, minat dan tingkat membaca, bentuk penerbitan, dan kronologi usia serta kematangan anak (J T Pardeck dan Pardeck, 2021). Terapis juga perlu memahami bahwa buku-buku dengan tingkat

membaca yang berbeda atau format penerbitan yang menarik bagi anak-anak dapat memengaruhi efektivitas biblioterapi.

Semua kegiatan dalam biblioterapi bertujuan membimbing klien melalui tahapan identifikasi dan proyeksi, katarsis dan de-reaksi, serta wawasan dan integrasi. Dalam konteks ini, buku fiksi atau nonfiksi dengan karakter dan skenario yang dapat dipercaya dan realistis dipilih untuk memastikan keberhasilan proses terapeutik (Pardeck dan Markward, 1995).

### **2.3 Gadget**

Gadget, perangkat elektronik yang nyaman dan kecil, terus mengikuti kemajuan teknologi untuk mempermudah kehidupan sehari-hari. Gadget didefinisikan sebagai perangkat yang terus diperbarui untuk membuat hidup lebih mudah. Dalam konteks fisik dan visual, gadget memiliki arti yang sama, yakni fitur yang memudahkan aktivitas manusia. Istilah "gadget" dalam bahasa Indonesia menggambarkan perangkat teknologi kecil yang terkait dengan inovasi dan memiliki fungsi tertentu (Pudyastuti dan M. Hidayat, 2023).

Fungsi utama gadget adalah berkomunikasi, berkiriman pesan, mencari informasi, mendengarkan musik, membaca berita, melakukan transaksi online, berfoto, dan lainnya. Gadget digunakan oleh berbagai kalangan sesuai dengan kebutuhan masing-masing, seperti anak-anak untuk hiburan, remaja untuk bersosial media, dan orang dewasa untuk bekerja. Meskipun memiliki berbagai jenis, gadget memiliki fungsi yang sama, yaitu mempermudah berkomunikasi dan kehidupan sehari-hari manusia.

Jenis-jenis gadget meliputi ponsel, laptop, tablet/iPad, kamera digital, pemutar musik (MP3 Player/iPod), dan konsol game. Setiap jenis gadget memiliki kegunaan dan fungsi yang berbeda sesuai dengan kebutuhan pengguna. Gadget juga memberikan manfaat bagi manusia, seperti menjadi media komunikasi, sumber informasi, dan media hiburan. Gadget menjadi bagian penting dari gaya hidup manusia, mengubah cara setiap pengguna menjalani kehidupan sehari-hari (Eka, 2019).

### **2.4 Fenomena Kecanduan Gadget Pada Anak**

Kecanduan adalah keasyikan dan keinginan, kehilangan minat sesuatu, penarikan sosial, toleransi, penarikan diri, dan kehilangan kendali atas sikap (Putri, Yunias Setiawati, Shieh, dan Lin, 2022). Kecanduan dapat diidentifikasi sebagai proses terjadinya perilaku yang bekerja untuk menciptakan kesenangan atau mengurangi kelegaan dari ketidaknyamanan internal dan digunakan dalam pola yang ditandai dengan kegagalan berulang untuk mengendalikan perilaku (ketidakmampuan), terus bertindak meskipun konsekuensi negatif yang serius (di luar kendali) (Aviel Goodman, 1990). Secara psikologis, Kecanduan atau ketergantungan mengacu pada ketergantungan fisik pada suatu obat, ketergantungan fisik dan mental, dan peningkatan gejala isolasi sosial ketika obat tersebut dihentikan (Rohman, 2019). Istilah kecanduan berkembang seiring bertambahnya waktu,

sehingga tidak hanya mencakup penggunaan narkoba saja, tetapi juga aktivitas dan peristiwa tertentu yang dapat menyebabkan gangguan fisik atau mental (Novrialdy, 2019).

Gadget disebut sebagai silent killer karena adiktif, terutama bagi anak-anak (Azkia, 2022). Anak-anak cenderung kehilangan kontrol diri dan emosi saat terlalu lama menggunakan gadget, bahkan ada yang mogok sekolah (Jinan, 2020). Asosiasi dokter merekomendasikan batas waktu penggunaan gadget pada anak-anak untuk mencegah kecanduan (Puspita, 2020). Tanda-tanda kecanduan gadget termasuk gelisah, pikiran hanya pada game, dan ketidakmampuan untuk berhenti (Azkia, 2022).

Kecanduan digital melibatkan penggunaan perangkat dan platform secara kompulsif, berdampak negatif pada kesejahteraan pengguna (Singh dan Singh, 2019). Orang dewasa dan anak-anak seringkali menyia-nyiaikan waktu untuk bermain game dan aplikasi (Simarmata, Siaahaan, dan Rahim, n.d.). Pecandu digital mengalami interaksi teknologi yang berlebihan, mengancam perhatian di atas segalanya (Singh dan Singh, 2019).

### 3. Metode Penelitian

Metode penelitian ini melibatkan berbagai teknik dan perangkat, disusun secara sistematis dengan menggunakan metode penelitian kualitatif. Fokus penelitian adalah artikel jurnal biblioterapi untuk mengurangi kecanduan gadget pada anak, diambil dari Semantic Scholar, Google Scholar, dan Science Direct. Hasil penelitian dijabarkan melalui prisma diagram dan dianalisis secara deskriptif.

Pendekatan metode penelitian yang dipilih adalah Systematic Literature Review (SLR) untuk mendalami biblioterapi dalam mengatasi ketergantungan gadget pada anak. Proses pencarian literatur dilakukan dengan kriteria jelas, termasuk tujuan, pertanyaan, kriteria inklusi dan eksklusi, pencarian komprehensif, penilaian kualitas studi, analisis data, presentasi, dan sintesis pengetahuan. Penelitian ini bertujuan meringkas informasi tentang biblioterapi dengan pendekatan kualitatif deskriptif melalui SLR.

1. Review Protocol menjadi rencana peneliti, memperhitungkan pertanyaan penyaringan, pengurangan bias, klasifikasi dan evaluasi studi, serta hasil yang sesuai dengan kriteria yang ditetapkan. Proses protokol berusaha menghasilkan data sesuai dengan kriteria yang diinginkan.
2. Search Process dilakukan pada tiga database: Google Scholar, Science Direct, dan Semantic Scholar. Pemilihan didasarkan pada cakupan luas dan kemudahan akses. Pencarian menggunakan logika Boolean dengan kata kunci tertentu. Proses pencarian menggunakan aplikasi "Publish or Perish" dan dilakukan melalui advanced search dengan rentang waktu 2010-2023.
3. Research Question membimbing proses penelitian melalui tiga pertanyaan utama (RQ) yang berfokus pada alasan penggunaan teknik biblioterapi, hasil intervensi biblioterapi, dan pemilihan buku dalam intervensi.

RQ1: Bagaimana artikel menjelaskan alasan penggunaan teknik biblioterapi dan bagaimana teknik tersebut diterapkan?

RQ2: Bagaimana artikel menggambarkan intervensi penerapan biblioterapi pada anak dan dampaknya?

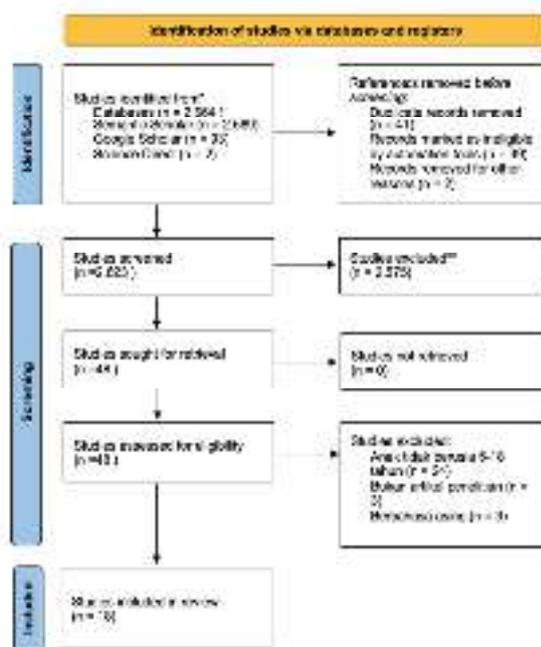
RQ3: Bagaimana artikel menjelaskan alasan pemilihan buku dalam intervensi biblioterapi untuk mengurangi kecanduan penggunaan gadget pada anak?

4. Inclusion and Exclusion Criteria memastikan kejelasan batasan penelitian. Kriteria inklusi melibatkan artikel penelitian berbahasa Indonesia atau Inggris yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir.
5. Quality Assessment dilakukan setelah tahap inklusi dan eksklusi dengan pertanyaan yang menilai penerapan biblioterapi, kriteria buku, hasil intervensi, dan keterjawaban terhadap pertanyaan penelitian.

QA1: Bagaimana penerapan biblioterapi pada anak yang kecanduan gadget?  
QA2: Apa kriteria buku yang digunakan dalam penerapan biblioterapi untuk mengurangi kecanduan penggunaan gadget pada anak?  
QA3: Apa hasil dari penerapan biblioterapi pada anak dalam mengurangi kecanduan penggunaan gadget?  
QA4: Apakah artikel tersebut mampu memberikan jawaban terhadap pertanyaan RQ1?  
QA5: Apakah artikel tersebut mampu memberikan jawaban terhadap pertanyaan RQ2?  
QA6: Apakah artikel tersebut mampu memberikan jawaban terhadap pertanyaan RQ3?
6. Sintesis Data adalah proses menarik kesimpulan melalui penyajian kembali data dalam tabel dan prisma diagram setelah melalui kriteria inklusi, eksklusi, dan evaluasi

#### **4. Hasil dan Pembahasan**

Dari hasil pencarian, ditemukan 2.664 hasil, terdiri dari 2 artikel dari Science Direct, 93 artikel dari Google Scholar, dan 2.569 dari Semantic Scholar. Pencarian menggunakan Publis or Perish, kemudian data diimpor dan disaring di Covidence. Sebanyak 41 artikel dihapus karena duplikasi di Google Scholar dan Semantic Scholar, menghasilkan total 2.623 artikel. Setelah dilakukan screening judul dan abstrak, terpilih 48 artikel yang sesuai. Proses inklusi dan eksklusi menghasilkan 30 artikel dieksklusi di mana 24 memiliki subjek anak di bawah 5 tahun, 3 artikel berbahasa asing, dan 3 artikel prosiding/skripsi yang bukan penelitian. Akhirnya, ditemukan 18 artikel sesuai dengan kriteria inklusi.



Gambar 1. Bagan hasil pencarian artikel

#### 4.1 Uraian Artikel Berdasarkan Cara Biblioterapi Yang Diterapkan

No	Judul	Cara
1.	Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar	Mendongeng
2.	Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam	Membaca mandiri
3.	Meningkatan Minat Baca Masyarakat Melalui Wisata Literasi	Kegiatan interaktif dan literasi
4.	Layanan Story Telling Pada Layanan Anak Dan Remaja Di Era Modern	Mendongeng
5.	Program Taman Baca Cahaya Dalam Meningkatkan Minat Baca Masyarakat	Mendongeng

6.	Kegiatan Mahasiswa Kkn Universitas Abulyatama Dalam Meningkatkan Literasi Dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar Membangun Kebiasaan Membaca pada Anak di masa Pandemi Covid-19 melalui Program Satu Jam Tanpa Gawai di Griya Baca Desa Karangrejo	Bimbingan belajar dengan mendongeng, menulis dan kegiatan kreatif
7.	Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa Kedondong, Kecamatan Susukan, Kabupaten Cirebon	Mendongeng
8.	Peran Cerita Anak Untuk Mengurangi Peggunaan Telepon Genggam di Yayasan Ruhama Gunung Sindur	Mendongeng

Dari hasil penyaringan, artikel yang lolos pertanyaan pertama (Q1) berjudul "Bagaimana penerapan biblioterapi pada anak yang kecanduan gadget?" Artikel ini membahas penerapan biblioterapi pada anak untuk meningkatkan literasi. Berikut adalah ringkasan cara penerapan biblioterapi dalam artikel tersebut:

1. Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar  
 Cara: Mendongeng berdasarkan teori Speaker, dengan menggunakan gerakan tubuh, bahasa yang mudah dipahami anak, intonasi jelas, dan pemilihan dongeng yang sesuai.

Durasi Mendongeng:

- a. Anak usia 1-4 tahun: 5-7 menit
- b. Anak usia 4-8 tahun: 10-15 menit
- c. Anak usia 8-12 tahun: 25-30 menit

2. Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam

Cara: Membaca buku sebanyak 20 eksemplar dalam seminggu dengan 5 informan, membahas buku, dan mendiskusikan peran buku dalam mengantisipasi masalah.

3. Meningkatkan Minat Baca Masyarakat Melalui Wisata Literasi

Cara: Outbond literasi dengan kegiatan games literasi, sosialisasi, penyuluhan, talkshow, badut, doorprize, dan wisata literasi ke toko buku, taman, dan masjid.

4. Layanan Story Telling Pada Layanan Anak Dan Remaja Di Era Modern

Cara: Mendongeng dengan perhatian pada teknik suara, vocal, dan gerak tubuh untuk membuat dongeng menarik.

5. Kegiatan Mahasiswa KKN Universitas Abulyatama Dalam Meningkatkan Literasi Dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar Membangun Kebiasaan Membaca pada Anak di masa Pandemi Covid-19 melalui Program Satu Jam Tanpa Gawai di Griya Baca Desa Karangrejo  
 Cara: Bimbingan belajar dengan mendampingi anak dalam membaca, mendongeng, menulis, kreativitas, berhitung, mengaji, dan mengajarkan kosakata dasar bahasa Inggris.
6. Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa Kedongdong, Kecamatan Susukan, Kabupaten Cirebon  
 Cara: Kegiatan setiap hari Sabtu dan Minggu, membacakan buku, mendemonstrasikan dongeng, dan memberikan buku membacakan saat istirahat.
7. Peran Cerita Anak Untuk Mengurangi Penggunaan Telepon Genggam di Yayasan Ruhama Gunung Sindur  
 Cara: Mendongeng dengan fokus pada pesan dan nilai moral untuk meningkatkan karakter anak-anak dan mengurangi penggunaan ponsel.

Menurut (John T Pardeck dan Markward, 1995) anak kecil secara naluriah cenderung tertarik dengan buku ilustrasi yang dibacakan kepada mereka. Anak-anak yang lebih besar sering kali senang membicarakan tokoh utama dalam sebuah buku. Sejalan dengan artikel yang menggunakan teknik mendongeng kepada anak-anak SD. Dengan begitu artikel dan teori terbukti berkesinambungan.

#### 4.2 Uraian Artikel Berdasarkan Kriteria Buku Yang Digunakan

No	Judul	Kriteria Buku
1.	Content Analysis of, Serial Anak-anak Mamak' Novel for Bibliotherapy	Buku novel anak dengan tema
2.	Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar	Buku Dongeng Anak
3.	Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam	Buku motivasi, edukasi, dan kewirausahaan
4.	Layanan Story Telling Pada Layanan Anak Dan Remaja Di Era Modern	Buku dongeng yang disesuaikan usia
5.	Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa	Komik dan majalah

	Kedondong, Kecamatan Susukan, Kabupaten Cirebon	
--	---	--

Dari kelima artikel yang disebutkan, kriteria buku dalam penerapan biblioterapi dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Content Analysis of, Serial Anak-anak Mamak' Novel for Bibliotherapy

Kriteria Buku:

- a. Menggunakan buku novel serial anak dengan judul "Burlian" karya Tere Liye.
- b. Bahasa yang digunakan lebih santai, menceritakan keseharian anak desa.
- c. Mendorong pembaca untuk meningkatkan kedewasaan dan perilaku.

2. Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar

Kriteria buku:

- a. Menggunakan buku dongeng anak yang disesuaikan dengan usia anak.
- b. Pemilihan dongeng berdasarkan apakah mengandung tingkah laku, watak, dan pengetahuan.
- c. Hindari dongeng dengan khayalan palsu dan berlebihan.
- d. Adaptasi cerita pada usia anak dan sesuai dengan keadaan dan kondisi anak saat itu.

3. Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam

Kriteria Buku:

- a. Menggunakan 20 judul buku yang dapat memotivasi Generasi Z untuk belajar.
- b. Topik buku mencakup motivasi untuk belajar, nasihat untuk sukses, kewirausahaan, dan transformasi kebiasaan.
- c. Pemanfaatan jejaring sosial sebagai peluang untuk mendapatkan penghasilan.

4. Layanan Story Telling Pada Layanan Anak Dan Remaja Di Era Modern

Kriteria Buku:

- a. Memilih cerita yang sesuai dengan tujuan tertentu.
- b. Cerita mengandung kode moral yang dapat diterapkan pada anak-anak.
- c. Cerita dipilih dengan mempertimbangkan nilai-nilai positif dan negatif yang dapat diambil oleh anak-anak.

5. Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa Kedondong

Kriteria Buku:

- a. Menggunakan komik, majalah, dan buku-buku lain yang berhubungan dengan anak-anak.
- b. Menyajikan buku seputar anak-anak yang diselengi dengan permainan tradisional untuk menghindari kejenuhan dalam membaca.

Keseluruhan buku yang digunakan mempertimbangkan usia dari sang pembaca. Selain itu penggunaan buku yang digunakan merupakan buku anak-anak. Buku anak tidak menggunakan

bahasa yang berat dan mudah dipahami. Selain itu buku anak juga disesuaikan dengan kondisi yang sedang dirasakan sang anak sehingga anak-anak lebih memahami isi dari buku tersebut. Menurut Zaccaria dan Moses (Hasfera, 2018) anak-anak senang mendengarkan cerita tentang keluarga dan remaja cenderung terfokus pada cerita-cerita yang berkaitan dengan nilai-nilai pribadi, makna sosial, pengalaman manusia yang aneh dan tidak lazim, serta peralihan menuju masa dewasa.

#### 4.3 Uraian Artikel Berdasarkan Hasil Penerapan Biblioterapi pada Anak Dalam Mengurangi Kecanduan *Gadget* Pada Anak

No	Judul	Hasil
1.	Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar	Efektif dan meningkatkan minat baca
2.	Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam	3 dari 5 responden setuju bahwa buku memotivasi belajar
3.	Peningkatan Minat Baca Masyarakat Melalui Wisata Literasi	Minat membaca meningkat
4.	Program Taman Baca Cahaya Dalam Meningkatkan Minat Baca Masyarakat	Minat baca meningkat namun sarana Taman Baca Cahaya belum maksimal
5.	Kegiatan Mahasiswa Kkn Universitas Abulyatama Dalam Meningkatkan Literasi Dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar Membangun Kebiasaan Membaca pada Anak di masa Pandemi Covid-19 melalui Program Satu Jam Tanpa Gawai di Griya Baca Desa Karangrejo	Meningkatnya membaca dan belajar
6.	Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca	Anak-anak antusiasn

	Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa Kedondong, Kecamatan Susukan, Kabupaten Cirebon	membaca
7.	Peran Cerita Anak Untuk Mengurangi Penggunaan Telepon Genggam di Yayasan Ruhama Gunung Sindur	Dongeng mampu membentuk karakter yang baik pada anak

Dari hasil penerapan biblioterapi pada anak dalam kelima artikel tersebut, dapat disimpulkan beberapa hasil positif:

1. Revitalisasi Dongeng Dalam Membumikan Minat Baca Anak-Anak Di Kampung Dongeng Blitar:
  - a. Anak-anak lebih memperhatikan dongeng yang diceritakan dan mengurangi bermain sendiri dengan gadget.
  - b. Cara bercerita terbukti efektif menarik perhatian anak agar mendengarkan dan memperhatikan cerita.
2. Peningkatan Minat Baca Generasi Z Melalui Kegiatan Biblioterapi di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh, Kecamatan Banuhampu, Kabupaten Agam:
  - a. Lima informan menyatakan bahwa buku meningkatkan keinginan mereka untuk belajar.
  - b. Minat terhadap penggunaan perangkat menurun, fokus beralih ke buku dengan tujuan menumbuhkan minat membaca.
3. Peningkatan Minat Baca Masyarakat Melalui Wisata Literasi:
  - a. Terjadi peningkatan minat orang tua terhadap literasi.
  - b. Didirikannya Taman Bacaan Anak "Peluk Buku" di Perumahan Pondok Rejo Asri, Mertoyudan, Magelang.
  - c. Program Taman Baca Cahaya Dalam Meningkatkan Minat Baca Masyarakat:
  - d. Partisipasi warga, khususnya anak SD, dalam taman bacaan meningkat.
  - e. Beberapa elemen taman bacaan masih perlu perbaikan.
4. Kegiatan Mahasiswa Kkn Universitas Abulyatama Dalam Meningkatkan Literasi Dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar Membangun Kebiasaan Membaca pada Anak di masa Pandemi Covid-19 melalui Program Satu Jam Tanpa Gawai di Griya Baca Desa Karangrejo:
  - a. Kegiatan bimbingan belajar efektif meningkatkan minat belajar anak.
  - b. Anak aktif dalam kegiatan menulis, membaca, dan matematika.
5. Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak: Studi Kasus Organisasi Oemah Dolan Di Desa Kedondong, Kecamatan Susukan, Kabupaten Cirebon:
  - a. Anak-anak antusias berkunjung ke perpustakaan Oemah Dolan.
  - b. Meningkatnya literasi anak-anak melalui program yang diterapkan oleh mentor.

6. Peran Cerita Anak Untuk Mengurangi Penggunaan Telepon Genggam di Yayasan Ruhama Gunung Sindur:

Cerita anak mampu mengurangi penggunaan handphone dan meningkatkan karakter, kreativitas, dan akhlak anak.

Kesimpulan menyatakan bahwa karakter, kreativitas, dan akhlak anak penting untuk membentuk kepribadian yang baik. Secara keseluruhan, hasil dari penerapan biblioterapi mencakup peningkatan minat baca anak, pengurangan penggunaan gadget, peningkatan literasi, serta peningkatan karakter, kreativitas, dan akhlak anak.

#### 4.4 Uraian Keseluruhan Artikel

1. Content Analysis of 'Serial Anak-anak Mamak' Novel for Bibliotherapy

Penelitian ini menganalisis buku "Burlian" dari Serial Anak-anak Mamak karya Tere Liye untuk merekomendasikan buku sebagai bahan biblioterapi. Metode melibatkan analisis perkembangan anak, evaluasi kata kunci, dan penerapan psikoliterasi. Hasilnya menunjukkan nilai intrinsik dengan dampak emosional positif, pengembangan imajinasi, wawasan baru, pengalaman sastra, dan Bahasa sederhana, ide yang mudah, dan pengembangan dewasa memberikan nilai ekstrinsik.

2. Revitalisasi Dongeng di Kampung Dongeng Blitar

Penelitian ini mengevaluasi efektivitas mendongeng untuk meningkatkan minat baca anak di Kampung Dongeng Blitar. Melibatkan kegiatan mendongeng, menggambar, dan mewarnai, hasilnya menunjukkan penurunan penggunaan gadget, peningkatan jumlah buku yang dibaca anak, dan penerapan teknik mendongeng yang efektif.

3. Peningkatan Minat Baca Generasi Z di Nagari Padang Lua dan Ladang Laweh

Penelitian ini menggunakan biblioterapi untuk mengatasi masalah minat baca Generasi Z yang cenderung menggunakan gadget. Dengan melibatkan 20 judul buku motivasi, penelitian menunjukkan bahwa buku dapat memotivasi belajar, mengurangi intensitas penggunaan gadget, dan meningkatkan minat membaca.

4. Peningkatan Minat Baca Melalui Wisata Literasi

Pengabdian ini bertujuan meningkatkan minat baca anak dengan melibatkan kegiatan wisata literasi. Hasilnya mencakup peningkatan minat anak-anak dalam membaca, pembelian buku oleh orang tua, dan berdirinya Taman Bacaan Anak "Peluk Buku" di Magelang.

5. Layanan Story Telling Pada Layanan Anak Dan Remaja Di Era Modern

Artikel ini menyoroti layanan storytelling di perpustakaan sebagai upaya mengurangi penggunaan gadget. Penerapan teknik membaca dongeng dan pemilihan cerita dengan nilai positif membuktikan efektivitas dalam menarik minat anak untuk berkunjung ke perpustakaan.

6. Program Taman Baca Cahaya Dalam Meningkatkan Minat Baca Masyarakat

Pengabdian ini menciptakan program Taman Baca Cahaya untuk meningkatkan minat membaca dan motivasi belajar. Dengan partisipasi warga, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan dengan meningkatkan minat baca anak-anak dan mengurangi penggunaan gadget.

7. Kegiatan Mahasiswa KKN Universitas Abulyatama Dalam Meningkatkan Literasi Dan Numerasi Siswa Sekolah Dasar

Melibatkan bimbingan belajar, kegiatan ini berhasil meningkatkan minat belajar anak-anak, mengurangi penggunaan gadget, dan aktifitas membaca dan matematika terbukti efektif.

8. Membangun Kebiasaan Membaca pada Anak di Masa Pandemi Covid-19 Pendampingan pendirian taman bacaan di Griya Baca Desa Karangrejo

berhasil meningkatkan minat baca anak melalui program "Satu Jam Tanpa Gawai," menunjukkan dampak positif terhadap minat baca dan pemahaman anak.

9. Peran Organisasi Kepemudaan Dalam Menanamkan Minat Baca Anak-Anak Melibatkan Organisasi Oemah Dolan di Desa Kedongdong

Penelitian menunjukkan bahwa program Oemah Dolan berhasil meningkatkan minat baca anak-anak melalui kegiatan membaca buku, mendongeng, dan program sekre.

10. Peran Cerita Anak Untuk Mengurangi Penggunaan Telepon Genggam

Penelitian ini menyoroti peran cerita anak dalam mengurangi penggunaan telepon genggam di Yayasan Ruhama Gunung Sindur.

Hasilnya menunjukkan bahwa dongeng memberikan dampak positif terhadap karakter, kreativitas, dan akhlak anak-anak.

Secara keseluruhan, hasil penelitian dan kegiatan di atas menunjukkan bahwa penerapan berbagai strategi biblioterapi dan kegiatan literasi dapat berhasil meningkatkan minat baca anak, mengurangi ketergantungan pada gadget, dan memberikan dampak positif pada karakter dan perkembangan anak.

## 5. Simpulan (Times New Roman 12pt Bold)

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sepuluh artikel telah memenuhi kriteria pemilihan kualitas dan membahas berbagai aspek penerapan biblioterapi. Artikel-artikel tersebut mencakup intervensi seperti mendongeng, wisata literasi, dan kegiatan pengabdian masyarakat. Selain itu, pembahasan melibatkan kriteria pemilihan buku untuk biblioterapi dan dampak penerapannya pada anak.

Dari hasil penyaringan kualitas, delapan artikel berhasil lolos kriteria Q1 dengan fokus pada penerapan biblioterapi pada anak-anak guna meningkatkan literasi. Terbukti bahwa mendongeng efektif untuk anak-anak sekolah dasar, sementara anak-anak sekolah menengah pertama dan atas lebih merespons kegiatan membaca mandiri dan interaktif untuk meningkatkan minat membaca.

Selanjutnya, lima artikel menjawab pertanyaan Q2 mengenai kriteria buku dalam penerapan biblioterapi. Buku-buku yang digunakan berkisar pada tema anak-anak dan disertai dengan permainan

tradisional untuk menghindari kejenuhan. Pemilihan buku mempertimbangkan usia pembaca, menggunakan bahasa yang mudah dipahami, dan disesuaikan dengan kondisi anak.

Hasil dari tujuh artikel menjawab pertanyaan Q3, menunjukkan bahwa penerapan biblioterapi pada anak dapat meningkatkan kemampuan membaca, minat literasi, dan motivasi belajar. Secara keseluruhan, artikel-artikel tersebut menekankan bahwa biblioterapi efektif dalam meningkatkan minat literasi anak, dan anak dengan minat literasi tinggi cenderung lebih termotivasi untuk belajar.

Selain itu, artikel-artikel tersebut membahas alasan penggunaan teknik biblioterapi, seperti efektivitas mendongeng dalam mendorong anak membaca, serta penerapan intervensi melalui membaca mandiri, outbond literasi, dan kegiatan mendongeng. Pemilihan buku untuk intervensi biblioterapi didasarkan pada pertimbangan usia anak, kemampuan adaptasi, serta nilai intrinsik dan ekstrinsik novel.

Secara keseluruhan, artikel-artikel tersebut memberikan wawasan yang berharga tentang penerapan biblioterapi untuk meningkatkan minat membaca anak, kriteria pemilihan buku, hasil penerapan biblioterapi pada anak, serta alasan penggunaan teknik biblioterapi dan buku pilihan dalam intervensi anak.

Peneliti berharap banyak yang menggunakan biblioterapi untuk mengatasi kecanduan gadget anak. Saran diberikan psikolog agar dapat mempertimbangkan hasil penelitian ini dalam menggunakan pendekatan biblioterapi untuk mengurangi kecanduan penggunaan *gadget* pada anak, dan perpustakaan dapat mempertimbangkan layanan perpustakaan yang berkaitan dengan biblioterapi, dengan berupaya mengadakan koleksi-koleksi buku maupun literatur lainnya yang dapat mendukung proses biblioterapi untuk mengurangi kecanduan penggunaan *gadget* pada anak, sehingga anak beserta konselornya dapat menggunakan layanan tersebut untuk menurunkan intensitas penggunaan *gadget*.

### **Daftar Pustaka (Times New Roman 12pt Bold)**

- Aviel Goodman, M. . (1990). Addiction : definition and implications. *British Journal of Addiction*, 1403–1408.
- Azkiya, N. (2022). *7 Formula Baru Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=Ed-REAAAQBAJ>
- Eka, A. (2019). *Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak*. Jakarta: Serayu Publishing.
- Hariyadi, S. (2018). Biblio-Konseling Berbasis Cerita Rakyat sebagai Alternatif Layanan kepada Siswa. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 3(4), 456. <https://doi.org/10.28926/briliant.v3i4.237>
- Haruna, S. R., Haerani, H., Palayukan, S. S., Ponseng, N. A., Ramadhani, S., & Mondjil, R. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Gadget Addicted Pada Anak Usia Sekolah Dasar*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=1UehEAAAQBAJ>
- Jinan, M. (2020). *Panen Kecanduan Gadget*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=uDVZEAAAQBAJ>

- Narti, S. (2020). *Biblio Therapy Dua*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja : Dampak dan Pencegahannya Online Game Addiction in Adolescents : Impacts and its Preventions. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Oktisaputri, E. (2021). Literature and Writing in Counseling dan Keterkaitannya dengan Teori Psikoanalisis. *SSRN Electronic Journal*. <https://doi.org/10.2139/ssrn.3941322>
- Pardeck, J T, & Pardeck, J. A. (2021). *Bibliotherapy: A Clinical Approach for Helping Children*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=R9ZAEAAAQBAJ>
- Pardeck, John T, & Markward, M. J. (1995). Using books to Help Children Deal with Problems. *Early Child Development and Care*, 1, 37–41. <https://doi.org/10.1080/0300443951060108>
- Pudyastuti, R. R., & M. Hidayat, M. M. S. R. P. M. (2023). *Penggunaan Gadget Bagi Anak*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=uBCmEAAAQBAJ>
- Puspita, S. (2020). *MONOGRAF: Fenomena Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=iI0OEAAAQBAJ>
- Putri, A. N., Yunias Setiawati, Shieh, Y. T., & Lin, S.-H. (2022). High-Risk Internet Addiction IN Adolescents. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 10(1), 11–20. <https://doi.org/10.20473/jbe.v10i12022.11>
- Rohman, K. (2019). Agresifitas Anak Kecanduan Game Online. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*. <https://doi.org/https://doi.org/10.21274/martabat.2018.2.1.155-172>
- Simarmata, J., Siaahaan, H. E. R., & Rahim, R. (n.d.). *ACEIVE 2018: Proceedings of the 2nd Annual Conference of Engineering and Implementation on Vocational Education (ACEIVE 2018), 3rd November 2018, North Sumatra, Indonesia*. Retrieved from <https://books.google.co.id/books?id=vPv6DwAAQBAJ>
- Singh, A., & Singh, P. (2019). Digital Addiction: a Conceptual Overview. *Library Philosophy and Practice*.