

Efektivitas Penerapan Biblioterapi Dalam Kesehatan Jiwa: Scoping Review

Fandro Armando Tasijawa¹, Rozali Arsyad Kurniawan², Novi Aliyudin^{3,4}

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku

²Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas

³Puskesmas Cikajang Garut

⁴Universitas Sebelas April Sumedang, Jawa Barat

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Received : 24 November 2021

Revised : 04 Desember 2021

Accepted : 20 Desember 2021

Kata Kunci:

Biblioterapi

Depresi

Kesehatan jiwa

Psikosis

Recovery

ABSTRAK

Latar belakang: Biblioterapi telah dilakukan pada layanan perpustakaan, sekolah, atau pun lembaga sosial di beberapa negara, namun sangat sedikit informasi terkait bagaimana penerapan biblioterapi pada layanan kesehatan jiwa. Tujuan review ini untuk mengetahui efektifitas dan penerapan biblioterapi pada klien gangguan jiwa. **Metode:** Review ini menggunakan pendekatan Scoping Review yang tidak perlu melakukan critical appraisal dengan pencarian pada 3 database PubMed, Science Direct, dan CINAHL Ebsco. **Hasil:** Ditemukan 6 artikel yang relevan dengan dua masalah kejiwaan yaitu psikosis (4 artikel) dan depresi (2 artikel). Biblioterapi yang dilakukan di beberapa negara (Hungaria, Swedia, China, Thailand, Italia, dan Australia) menunjukkan efektifitas untuk membantu klien psikosis dan depresi agar dapat meningkatkan kemampuan psikososial, kognitif, mengenal ekspresi emosi, dan mampu menumbuhkan harapan dalam proses *recovery*. **Kesimpulan:** Biblioterapi dapat dilakukan pada individu ataupun kelompok dengan efektifitas signifikan dan dapat diterapkan di pelayanan kesehatan jiwa.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Fandro Armando Tasijawa,
Fakultas Kesehatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku,
Jln. Ot. Pattimaipauw RT.003/RW.003 Talake, Ambon
Email: fandrotasidjawa@gmail.com/ Phone: 081247200128

1. PENDAHULUAN

Masalah gangguan jiwa merupakan masalah kesehatan yang semakin marak terjadi di era globalisasi ini. Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan jumlah penderita skizofrenia (gangguan jiwa berat) di Indonesia sebesar 7 per 1000 dengan cakupan pengobatan 84,9 persen (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Sebenarnya mungkin masih banyak kasus gangguan jiwa yang terjadi di masyarakat, namun sulit ditemukan karena berbagai alasan salah satunya rasa malu keluarga jika diketahui mereka memiliki anggota yang mengalami gangguan jiwa (Subandi, 2011). Hal ini menjadikan masalah kesehatan jiwa seperti gunung es yang kelihatan ujungnya, namun banyak yang belum muncul dipermukaan.

Salah satu cara terbaik yang sangat penting untuk mendukung pemulihan Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) adalah dengan memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait gangguan jiwa, sehingga harapannya stigma terhadap ODGJ mampu berkurang atau bahkan hilang. Stigma sebagai hambatan dalam proses *recovery* karena masyarakat cenderung menolak, menjauhi atau menjaga jarak dari ODGJ. Sikap masyarakat yang seperti itu akhirnya membuat ODGJ menolak untuk berobat atau malu untuk pergi berobat. Masyarakat perlu didukasi bahwa ODGJ yang mendapat diagnosis tepat, menjalani perawatan, memperoleh dukungan sosial dan informasi yang benar terkait pengobatannya juga dapat pulih dan mampu menjalani kehidupan yang produktif dan memuaskan (Kurniawan et al., 2021; Tasijawa et al., 2021).

Recovery ODGJ juga dapat didukung dengan berbagai terapi nonfarmakologis. Salah satunya yaitu biblioterapi (Chamberlain, 2019). Penggunaan biblioterapi digunakan sebagai intervensi psikoterapi melalui

bahan bacaan untuk membantu seseorang yang mengalami personal atau untuk tujuan terapeutik lainnya (Hynes & Hynes-Berry, 2019). Bahan-bahan yang dibutuhkan dalam terapi ini yaitu buku yang dipilih sesuai dengan kondisi pasien, program *e-learning*, fiksi atau puisi.

Biblioterapi (terapi mandiri dalam bentuk buku) merupakan salah satu terapi yang mudah, murah, fleksibel dan efisien untuk dilakukan (Hynes & Hynes-Berry, 2019). Terapi ini dapat dipraktikkan oleh fasilitator seperti perawat jiwa, guru, atau pustakawan (Cuijpers et al., 2019). Selain itu tak hanya di rumah sakit atau fasilitas perawatan kesehatan, biblioterapi juga dapat dipraktikkan di lembaga sosial, sekolah, perpustakaan, dan lain sebagainya. Ada banyak cara untuk melakukan biblioterapi, namun penelitian telah menunjukkan bahwa biblioterapi yang dilakukan secara berkelompok hasilnya lebih baik (McCann et al., 2013).

Biblioterapi merupakan pendekatan yang bekerja paling baik dibandingkan dengan pendekatan terapeutik lainnya (Chamberlain, 2019). Hal ini karena biblioterapi mudah dilakukan dan dapat dibaca kembali kemudian hari (mengulang materi) sehingga waktunya dapat disesuaikan dengan kondisi dan keadaan pasien (Hynes & Hynes-Berry, 2019). Namun demikian, sebagian besar penelitian menyatakan bahwa biblioterapi yang berfokus pada kesehatan mental lebih kepada pasien yang depresi dan mengalami kecemasan. Hasil positif setelah dilakukan biblioterapi ditemukan khususnya untuk pengobatan depresi, kecemasan, melukai diri sendiri, gangguan panik dan mencegah kekambuhan (Rahmat et al., 2021; Sahami & Amini, 2019; Yuan et al., 2018).

Telah banyak juga penelitian yang membuktikan biblioterapi memberikan dampak positif bagi pasien, dengan melakukan berbagai kegiatan seperti membaca materi yang membahas tentang penyakit mental, video, kaset, dan media elektronik lainnya terbukti membantu dan bahkan menjadi kunci untuk melakukan terapi lainnya. Untuk beberapa pasien mengatakan saat di rumah sakit, biblioterapi merupakan salah satu terapi yang mudah dilakukan. Namun setelah keluar rumah sakit, pasien menyatakan takut pergi mencari bahan bacaan ke perpustakaan umum karena stigma yang sering melekat pada kondisi mereka (Chamberlain, 2019; Hynes & Hynes-Berry, 2019).

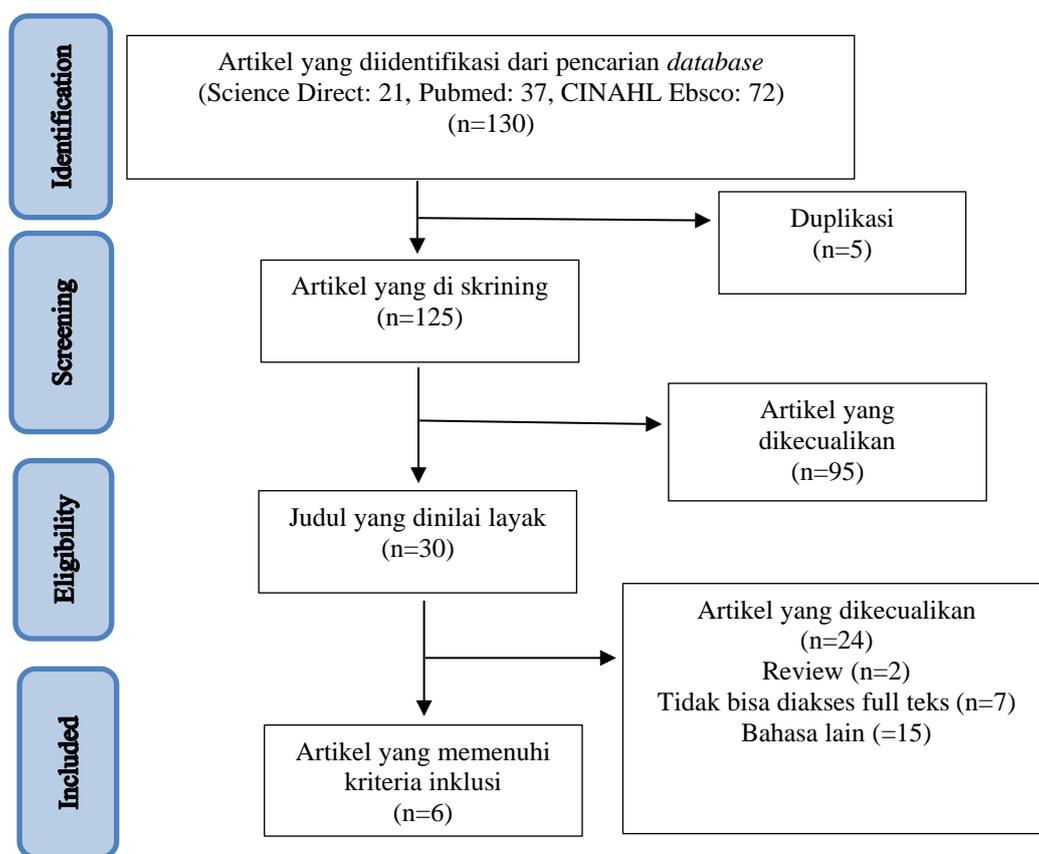
Penelitian dan program terbaru telah menetapkan biblioterapi sebagai terapi yang layak dan efektif sehingga lembaga publik, swasta dan nirlaba harus ikut didorong untuk mendukung inisiatif semacam ini. Kesulitannya terletak pada perencanaan strategis di perpustakaan serta memastikan bahwa bahan bacaan telah memenuhi kebutuhan pasien. Selain itu, staf perpustakaan juga harus dilatih untuk dapat membantu memudahkan pasien menemukan hal yang sesuai dengan kondisinya dan juga dibutuhkan keterlibatan masyarakat jangka panjang terhadap rencana tersebut agar terlaksana (Hynes & Hynes-Berry, 2019).

Berdasarkan kondisi diatas, biblioterapi sangat mungkin dilakukan di area keperawatan jiwa. Di Indonesia belum banyak dilakukan pembahasan tentang biblioterapi sebagai terapi tambahan untuk pasien dengan masalah gangguan jiwa. Sehingga, review ini bertujuan untuk mengisi gap yang ada dan mengetahui penggunaan biblioterapi untuk pasien gangguan jiwa.

2. METODE PENELITIAN

Untuk mendapatkan artikel penelitian yang relevan, dilakukan pencarian artikel menggunakan 3 *data based* yaitu *Ebsco*, *Pubmed* dan *Science Direct*. Kata kunci yang digunakan adalah “*mental health problems*” OR “*mental illness*” AND “*bibliotherapy*” AND “*quality of life*” OR “*cognitive function*” OR “*psychosocial function*”. Proses seleksi artikel meliputi dua tahap, yang pertama dilakukan *review* judul dan abstrak, apabila tidak memenuhi kriteria akan dikeluarkan sedangkan yang memenuhi kriteria inklusi akan dilakukan *review* di tahap kedua. Pada tahap kedua, dilakukan *review* terhadap konten artikel yang terpilih sesuai kriteria.

Kriteria inklusi dalam *scoping review* ini adalah 1) Artikel berbahasa Indonesia atau bahasa Inggris, (2) Biblioterapi dilakukan kepada pasien atau keluarga atau pengasuhnya (3) Artikel diterbitkan antara tahun 2005 – 2020. Kami akan mengeluarkan artikel dari proses *review* apabila (1) Biblioterapi dilakukan bukan sebagai intervensi utama dalam penelitian, dan (2) Artikel *full text* tidak dapat diunduh. Setelah dilakukan seleksi, maka ditentukan 6 artikel yang memenuhi kriteria untuk dilakukan *review*. Adapun proses pencarian artikel dapat dilihat dalam *flowchart PRISMA* berikut ini :



Bagan 1. Proses seleksi artikel

3. HASIL

Tabel 1. Sintesa *review* artikel

| No | Peneliti | Tahun | Negara | Hasil/Kesimpulan |
|----|----------------------------|-------|----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | József Szabó & Mária Sipos | 2015 | Hungaria | Penelitian eksperimen dengan kelompok kontrol yang dilakukan pada 30 pasien skizofrenia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas biblioterapi terhadap kemampuan pengenalan emosi pada pasien skizofrenia. Kelompok intervensi diberikan 8 sesi biblioterapi berupa membaca cerita singkat kemudian diminta untuk mengenali ekspresi wajah pemeran dalam kisah yang dibacakan. Hasil analisis <i>one sample t test</i> pada kelompok intervensi menunjukkan perbedaan nilai kemampuan pengenalan kognitif pada sebelum dan sesudah biblioterapi ($p = 0,000608 < p = 0,05$) sedangkan pada kelompok control tidak ada perbedaan signifikan ($p=0.467$). Pada perbedaan antar kelompok penghitungan menggunakan <i>two sample t test</i> terdapat perbedaan antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol ($p=0.000786 < 0.005$). Kesimpulan : Masalah deficit kognitif pada pasien skizofrenia yaitu kesulitan mengenal |

| | | | | |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | ekspresi emosi dapat diatasi dengan teknik biblioterapi |
| 2 | Eisen K , Lawlor C , Wu CD, Mason D. | 2018 | <i>Swedia</i> | Sebuah penelitian eksperimen yang bertujuan untuk mengukur dampak intervensi membaca buku (biblioterapi) terhadap tingkat harapan dan orientasi <i>recovery</i> pasien skizofrenia yang sedang rawat inap. Dalam penelitian ini melibatkan 13 pasien sebagai kelompok intervensi dan 13 pasien sebagai kelompok kontrol. Setelah dilakukan analisis ditemukan bahwa tidak ada peningkatan signifikan dalam pengukuran harapan serta orientasi <i>recovery</i> pasien, namun hasil survey pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa partisipan sangat setuju bahwa kegiatan membaca meningkatkan pengetahuan (92,3%) serta harapan (61,6%). Kesimpulan : Kegiatan membaca dapat membuat pasien skizofrenia dapat lebih memiliki harapan. |
| 3 | Terence V. McCann, Dan I. Lubman, Sue M. Cotton, Brendan Murphy, Kingsley Crisp, Lisa Catania, Claudia Marck, and John F. M. Gleeson | 2013 | <i>Australia</i> | Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas biblioterapi untuk mengurangi distres, ekspresi emosi, dan kesehatan secara umum pada pengasuh pasien psikosis episode pertama usia muda. Penelitian ini melibatkan 124 keluarga pasien yang dikelompokkan secara acak menjadi kelompok control maupun kelompok intervensi. Pengukuran hasil dilakukan pada sesaat sebelum intervensi, 6 minggu dan 16 minggu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada minggu ke 16 kedua kelompok mengalami perbaikan pada ketiga domain penilaian. Walaupun dalam kelompok intervensi mengalami perbaikan di ketiga domain tersebut pada minggu ke 6. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian biblioterapi pada keluarga pengasuh pasien psikosis episode awal cukup efektif sebagai terapi tambahan. |
| 4 | Umberto Volpe, Fabiana Torre, Valeria De Santis, Francesco Perris, & Francesco Catapano | 2015 | <i>Italy</i> | Penelitian <i>Randomized Control Trial</i> yang dilakukan untuk mengetahui efek biblioterapi membaca berkelompok terhadap status klinis, disabilitas fungsi psikososial dan fungsi kognitif pasien psikosis yang sedang dirawat. Sebanyak 41 pasien menjadi subyek penelitian ini yang dilakukan pengacakan menentukan dalam kelompok intervensi atau kelompok kontrol. Kegiatan membaca dilakukan berkelompok setiap 2x seminggu selama 6 bulan dimana setiap peserta diminta membaca dengan keras materi bacaan yang telah dipilih dan fasilitator mendorong kelompok untuk berdiskusi terkait materi bacaan tersebut. Hasilnya setelah 6 bulan dilakukan penelitian didapatkan data bahwa terjadi peningkatan fungsi kognitif secara signifikan (p= 0,007) |

| | | | | |
|---|-----------------------------------------------------------------------|------|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| | | | | psikososial (p=0,008), dan mengurangi disabilitas pasien (p=0,005). Kesimpulan : Dalam proses rehabilitasi pasien psikosis, kegiatan membaca berkelompok sebagai biblioterapi dapat bermanfaat terhadap peningkatan kemampuan psikososial dan kognitif pasien serta menurunkan disabilitas yang dialami pasien psikosis. |
| 5 | Wallapa Songprakun & Terence V. McCann | 2012 | Thailand | Penelitian <i>randomized controlled trial</i> yang dilakukan di Thailand pada 54 pasien depresi ini bertujuan untuk mengevaluasi terapi biblioterapi dalam mengurangi tekanan psikologis pada pasien depresi sedang. Penelitian ini membandingkan dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan control. Temuan penelitian ini menunjukkan kelompok intervensi memiliki skor post-test lebih rendah dibandingkan dengan kelompok control. Skor distress setelah di follow up 1 bulan menunjukkan penurunan signifikan pada kelompok intervensi. Kesimpulan: Intervensi biblioterapi sangat bermanfaat untuk mengurangi tekanan psikologis dan mendorong pemulihan pada pasien depresi sedang |
| 6 | Wai Tong Chien, David R. Thompson, Dan I. Lubman, & Terence V. McCann | 2016 | China | Penelitian ini untuk menguji efektifitas biblioterapi yang dilakukan oleh dokter selama 6 bulan. Penelitian ini untuk menilai pengalaman pemecahan masalah caregiver selama merawat pasien dengan psikosis episode pertama. Penelitian terhadap 116 caregiver di Hongkong menunjukkan peningkatan signifikan dalam merawat pasien mampu memecahkan masalah, adanya pengurangan keparahan gejala psikotik dan menurunnya durasi rawat inap berulang, dibandingkan kelompok yang hanya menerima dukungan keluarga. |

4. DISKUSI

Review ini mengungkapkan bahwa biblioterapi efektif diterapkan pada pelayanan kesehatan jiwa. Hal ini karena biblioterapi membantu pasien yang mengalami masalah kesehatan jiwa untuk membantu dirinya, memotivasi dan membangun harapan dalam proses *recovery*. Pada review ini ditemukan 6 penelitian yang dilakukan pada pasien psikotik (4 artikel) dan depresi (2 artikel). Review ini juga menunjukkan penelitian dilakukan pada beberapa negara yaitu Hungaria, Swedia, Australia, Italia, Thailand, dan China.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Szabó & Sipos (2018) kepada 30 pasien skizofrenia, dimana kelompok intervensi diberikan 8 sesi biblioterapi berupa membaca cerita singkat kemudian diminta untuk mengenali ekspresi wajah pemeran dalam kisah yang dibacakan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas biblioterapi terhadap kemampuan pengenalan emosi pada pasien skizofrenia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa biblioterapi dapat mengurangi masalah defisit kognitif pada pasien skizofrenia terutama kesulitan pasien mengenal ekspresi emosi (Szabó & Sipos, 2018). Selain itu, penelitian lainnya pun mendukung penelitian Szabo.

Eisen et al. (2018) juga melakukan sebuah penelitian eksperimen kepada 26 orang pasien dimana 13 pasien sebagai kelompok intervensi dan 13 pasien sebagai kelompok kontrol dengan tujuan untuk mengukur dampak intervensi membaca buku (biblioterapi) terhadap tingkat harapan dan orientasi *recovery* pasien skizofrenia yang sedang rawat inap. Setelah dilakukan analisis, ditemukan bahwa tidak ada peningkatan signifikan dalam pengukuran harapan serta orientasi *recovery* pasien, namun hasil survey pada kelompok intervensi menunjukkan hasil bahwa partisipan sangat setuju bahwa kegiatan membaca dapat meningkatkan

pengetahuan (92,3%) serta harapan (61,6%) (Eisen et al., 2018). Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan membaca dapat membuat pasien skizofrenia dapat lebih memiliki harapan. Hal ini sejalan dengan sistematis review yang dilakukan oleh Gualano et al. (2017).

Review ini untuk mengetahui efektifitas intervensi biblioterapi pada pasien depresi menemukan hasil bahwa biblioterapi dapat memberikan efek terapi untuk pasien depresi dalam jangka panjang antara 3 bulan sampai 3 tahun pasca intervensi (Gualano et al., 2017). Peneliti melakukan review pada 10 artikel antara tahun 1990 -2017 yang memenuhi kriteria peneliti. Pada 6 artikel penelitian yang menggunakan sampel pasien dewasa menunjukkan penurunan gejala depresi setelah intervensi, sedangkan 4 artikel penelitian yang menggunakan remaja sebagai sampel penelitian menunjukkan hasil yang kurang signifikan dalam menurunkan gejala depresi (Gualano et al., 2017).

Penelitian *Randomized Control Trial (RCT)* oleh Volpe et al. (2015) bertujuan untuk mengetahui efek biblioterapi membaca berkelompok terhadap status klinis, disabilitas fungsi psikososial dan fungsi kognitif pasien psikosis yang sedang dirawat menunjukkan bahwa dalam proses rehabilitasi pasien psikosis, kegiatan membaca berkelompok sebagai biblioterapi dapat bermanfaat terhadap peningkatan kemampuan psikososial dan kognitif pasien serta menurunkan disabilitas yang dialami pasien psikosis. Sebanyak 41 pasien menjadi subyek penelitian ini yang dilakukan pengacakan menentukan dalam kelompok intervensi atau kelompok kontrol. Kegiatan membaca dilakukan berkelompok setiap 2x seminggu selama 6 bulan dimana setiap peserta diminta membaca dengan keras materi bacaan yang telah dipilih dan fasilitator mendorong kelompok untuk berdiskusi terkait materi bacaan tersebut (Volpe et al., 2015). Hasilnya setelah 6 bulan dilakukan penelitian didapatkan data bahwa terjadi peningkatan fungsi kognitif secara signifikan ($p=0,007$) psikososial ($p=0,008$), dan mengurangi disabilitas pasien ($p=0,005$) (Volpe et al., 2015).

McCann et al. (2013) juga melakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas biblioterapi untuk mengurangi distres, ekspresi emosi, dan kesehatan secara umum pada pengasuh pasien psikosis episode pertama usia muda. Penelitian ini melibatkan 124 keluarga pasien yang dikelompokkan secara acak menjadi kelompok kontrol maupun kelompok intervensi. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian biblioterapi pada keluarga pengasuh pasien psikosis episode awal cukup efektif sebagai terapi tambahan (McCann et al., 2013). Temuan McCann sejalan dengan penelitian Chien et al. (2016) di China yang menunjukkan efektifitas biblioterapi selama 5 bulan untuk caregiver pasien *first episode psychosis (FEP)* dalam meningkatkan caregiver burden, pemecahan masalah, dan mengurangi gejala serta durasi rawat inap berulang. Penelitian ini mengungkapkan biblioterapi menghasilkan manfaat jangka panjang terhadap caregiver dalam mengurangi biaya rawat jalan pasien.

Review ini mengungkapkan bahwa biblioterapi yang dilakukan di beberapa negara memiliki efektifitas dan dapat diterapkan di pelayanan kesehatan jiwa, terutama keperawatan jiwa. Layanan keperawatan jiwa di Rumah Sakit dapat mengadopsi biblioterapi untuk membantu klien psikosis dan depresi agar dapat meningkatkan kemampuan psikososial, kognitif, mengenal ekspresi emosi, dan mampu menumbuhkan harapan untuk proses *recovery*. Sehingga biblioterapi dapat menjadi fasilitator dalam mendukung *recovery* klien dengan psikosis ataupun depresi. Hal ini didukung oleh penelitian RCT oleh Songprakun & McCann (2012) di Thailand bahwa biblioterapi dapat membantu mengurangi tekanan psikologis pada pasien depresi sedang dan dapat digunakan oleh perawat jiwa komunitas dalam mendorong *recovery* pasien depresi.

5. KESIMPULAN

Dari beberapa hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa biblioterapi dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok. Untuk kegiatan individu didapatkan hasil bahwa kegiatan biblioterapi efektif dalam membantu klien mengenal ekspresi emosi, memberikan efek terapi untuk pasien depresi dalam jangka panjang dan juga mampu meningkatkan pengetahuan dan harapan pada pasien skizofrenia. Sedangkan untuk kegiatan berkelompok, biblioterapi bermanfaat terhadap peningkatan kemampuan psikososial dan kognitif pasien serta menurunkan disabilitas yang dialami pasien psikosis dan dapat menjadi terapi tambahan pada *caregiver* pasien psikosis episode awal.

REFERENSI

- Chamberlain, D. (2019). The experience of older adults who participate in a bibliotherapy/poetry group in an older adult inpatient mental health assessment and treatment ward. *Journal of Poetry Therapy, 32*(4), 223–239.
- Chien, W. T., Thompson, D. R., Lubman, D. I., & McCann, T. V. (2016). A Randomized Controlled Trial of Clinician-Supported Problem-Solving Bibliotherapy for Family Caregivers of People With First-

- Episode Psychosis. *Schizophrenia Bulletin*, 42(6), 1457–1466. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbw054>
- Cuijpers, P., Noma, H., Karyotaki, E., Cipriani, A., & Furukawa, T. A. (2019). Effectiveness and acceptability of cognitive behavior therapy delivery formats in adults with depression: a network meta-analysis. *JAMA Psychiatry*, 76(7), 700–707.
- Eisen, K., Lawlor, C., Wu, C. D., & Mason, D. (2018). Reading and recovery expectations: Implementing a recovery-oriented bibliotherapy program in an acute inpatient psychiatric setting. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 41(3), 243.
- Gualano, M. R., Bert, F., Martorana, M., Voglino, G., Andriolo, V., Thomas, R., Gramaglia, C., Zeppego, P., & Siliquini, R. (2017). The long-term effects of bibliotherapy in depression treatment: Systematic review of randomized clinical trials. *Clinical Psychology Review*, 58, 49–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cpr.2017.09.006>
- Hynes, A. M., & Hynes-Berry, M. (2019). *Bibliotherapy the interactive process: A handbook*. Routledge.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset kesehatan Dasar*. <http://www.depkes.go.id/article/view/18110200003/potret-sehat-indonesia-dari-risikesdas-2018.html>
- Kurniawan, R. A., Suryani, S., Hernawaty, T., & Al-Kofahy, L. (2021). The Structure, Process, and Outcome of Mentorship on Survivor with Schizophrenia: A Case Study. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 9(1), 71–83.
- McCann, T. V., Lubman, D. I., Cotton, S. M., Murphy, B., Crisp, K., Catania, L., Marck, C., & Gleeson, J. F. M. (2013). A Randomized Controlled Trial of Bibliotherapy for Carers of Young People With First-Episode Psychosis. *Schizophrenia Bulletin*, 39(6), 1307–1317. <https://doi.org/10.1093/schbul/sbs121>
- Rahmat, H. K., Muzaki, A., & Pernanda, S. (2021). Bibliotherapy as An Alternative to Reduce Student Anxiety During Covid-19 Pandemic: a Narrative Review. *Proceeding International Conference on Science and Engineering*, 4, 379–382.
- Sahami, M., & Amini, M. S. (2019). The effectiveness of bibliotherapy on stress, anxiety, and depression in women referring to Shiraz municipality cultural center, Iran. *Health Information Management*, 16(2), 82–87.
- Songprakun, W., & McCann, T. V. (2012). Evaluation of a bibliotherapy manual for reducing psychological distress in people with depression: a randomized controlled trial. *Journal of Advanced Nursing*, 68(12), 2674–2684. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2012.05966.x>
- Subandi, M. A. (2011). Family expressed emotion in a Javanese cultural context. *Culture, Medicine and Psychiatry*, 35(3), 331–346. <https://doi.org/10.1007/s11013-011-9220-4>
- Szabó, J., & Sipos, M. (2018). Training the recognition of emotions based on bibliotherapy techniques. *Psychiatria Danubina*, 30(6), 380–383.
- Tasijawa, F. A., Suryani, S., Sutini, T., & Maelissa, S. R. (2021). Recovery from ‘schizophrenia’: Perspectives of mental health nurses in the Eastern island of Indonesia. *Belitung Nursing Journal; DOI - 10.33546/Bnj.1621*, 7(4), 336–345. <https://belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/1621>
- Volpe, U., Torre, F., De Santis, V., Perris, F., & Catapano, F. (2015). Reading Group Rehabilitation for Patients with Psychosis: A Randomized Controlled Study. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(1), 15–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/cpp.1867>
- Yuan, S., Zhou, X., Zhang, Y., Zhang, H., Pu, J., Yang, L., Liu, L., Jiang, X., & Xie, P. (2018). Comparative efficacy and acceptability of bibliotherapy for depression and anxiety disorders in children and adolescents: a meta-analysis of randomized clinical trials. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 14, 353–365.