

Modul



ISLAMIC

★ BIBLIOTHERAPY ★

Penyusun:

Burhanudin Bin Hasyim, S.Kep, Ns
Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D

**PANDUAN
ISLAMIC BIBLIOTHERAPY UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA
PUTRI KORBAN BULLYING**

Penyusun:

**Burhanudin Bin Hasyim
Anggorowati
Nur Setiawati Dewi**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

Kata Pengantar

Puji Syukur kehadiran Allah Subhana Subhanahu Wa Ta'ala karena atas limpahan rahmat-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan modul Pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy* Terhadap Resiliensi Remaja Putri Korban *Bullying*.

Penyusun menyadari bahwa terlaksananya ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah membantu proses penyelesaian modul ini.

Penyusun sangat memahami bahwa apa yang telah di dapatkan selama pembuatan modul belumlah seberapa. Penyusun menyadari sepenuhnya bahwa modul ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penyusun harapkan demi kesempurnaan modul ini.

Penyusun berharap semoga modul ini dapat bermanfaat bagi para perawat dan tenaga kesehatan lainnya, khususnya para perawat komunitas.

Semarang, 05 Februari 2020

Penyusun

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bullying adalah fenomena yang menyita perhatian masyarakat seluruh dunia. Maraknya aksi tawuran dan kekerasan (*bullying*) yang dilakukan oleh siswa di sekolah semakin banyak menghiasi deretan halaman media cetak maupun elektronik. *United Nation Children's Fund* (UNICEF) pada 2016 merilis Indonesia menempati posisi pertama dengan 84% untuk masalah kekerasan di sekolah wilayah Asia.(1) Menteri Sosial, Khofifah Parawansa menyatakan sebanyak 40% anak-anak di Indonesia meninggal karena bunuh diri akibat tidak kuat menahan *bullying*.(2) Ini menunjukkan bahwa tindakan *bullying* yang terjadi pada anak dan remaja di Indonesia sudah sangat mengkhawatirkan. Pada semester pertama 2018, KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) mendata 161 kasus dari sektor pendidikan, dan kasus *bullying* menjadi kasus yang terbanyak dengan persentase sebesar 22,4% untuk kasus anak korban kekerasan dan *bullying*, serta anak pelaku kekerasan dan *bullying* mencapai 25,5%.(3) Hasil *screening* yang dilakukan pada siswa SMK 10 November Semarang, didapatkan hasil 29% siswa pernah menjadi korban *bullying*. Tindakan kekerasan dan *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah dapat memiliki konsekuensi negatif seumur hidup bagi siswa.

Fenomena *bullying* ibarat fenomena gunung es yang nampak kecil di permukaan, namun menyimpan berjuta permasalahan yang sebagian besar di antaranya tidak mudah ditangkap oleh mata orang tua ataupun guru. Masyarakat (khususnya para orang tua dan guru) seringkali terlena oleh kesan "remeh" fenomena *bullying*, sehingga mengesampingkan dampak dan bahayanya yang luar biasa yang muncul di kemudian hari baik terhadap korban *bullying*, maupun dampak

yang lebih luas lagi terhadap masyarakat. Dampak buruk yang dapat terjadi pada korban tindakan *bullying* diantaranya adalah kecemasan, depresi, merasa kesepian, rendah diri, tingkat kompetensi sosial yang rendah, simtom psikosomatik, penarikan sosial, keluhan pada kesehatan fisik, lari dari rumah, menggunakan alkohol dan obat-obat terlarang, penurunan performasi akademik, dan bunuh diri.(4) Ketika seseorang individu mengalami situasi yang negatif, ada sebagian yang mampu untuk keluar dari situasi negatif tersebut sedangkan sebagian yang lainnya gagal. Ketika seorang individu mampu untuk keluar dari situasi negatif, maka individu dapat bangkit dan pulih kembali, ini menunjukkan adanya kemampuan tertentu yang dikenal dengan istilah resiliensi menurut Tugade dan Fredrikson.(5)

Resiliensi juga diartikan oleh Brooks dan Goldstein adalah kekuatan dari dalam diri yang membuat seseorang merasa kompeten sehingga individu bisa mengatasi tantangan dalam kehidupan sehari-hari.(5) Hal ini menekankan pada kemampuan seseorang untuk mampu menghadapi stress dan tekanan yang dialaminya secara efektif, mengatasi tantangan sehari-hari, bangkit kembali dari kekecewaan, kesulitan dan trauma, mengembangkan tujuan yang jelas dan realistis, berinteraksi dengan nyaman dengan orang-orang disekitarnya dan untuk bisa menghargai diri sendiri maupun orang lain. Resiliensi diperlukan oleh para korban *bullying* agar mereka mampu untuk bertahan, bangkit, dan menyesuaikan dengan kondisi yang sulit sehingga individu dapat terlindung dari efek negatif risiko dan kemalangan.

Bibliotherapy merupakan suatu metode penyembuhan psikologi yang dalam prosesnya menggunakan buku atau membaca.(6) *Bibliotherapy* dapat menciptakan suatu kesadaran (*awareness*) bahwa orang lain berhasil mengatasi masalah yang

mirip. *Bibliotherapy* juga dapat mengkomunikasikan nilai-nilai dan sikap-sikap baru pada remaja.

Modul ini dibuat sebagai panduan perawat dalam menerapi remaja putri yang menjadi korban *bullying* dan tidak *resilient* agar dapat menjadi *resilient* dengan berpartisipasi dalam *Islamic Biliotherapy*. Terapi ini memungkinkan remaja putri yang menjadi korban *bullying* dapat mengambil hikmah dan nilai-nilai yang terkandung dalam bacaan yang dapat menjadikan remaja putri korban *bullying* menjadi *resilient*.

B. Tujuan

Adapun tujuan dari pembuatan modul ini yaitu:

1. Dapat melakukan *Islamic Biliotherapy* pada remaja putri korban *bullying*
2. Dapat mengembangkan faktor-faktor resiliensi remaja putri
3. Dapat mengeksplorasi pengalaman *bullying* remaja putri

BAB II

PEDOMAN PELAKSANAAN *ISLAMIC BIBLIOTHERAPY* TERHADAP RESILIENSI REMAJA PUTRI KORBAN *BULLYING*

A. Definisi

Bibliotherapy berasal dari kata *biblion* dan *therapia*. *Biblion* bermakna buku atau bahan bacaan, dan *therapia* bermakna penyembuhan.(7) Dapat dimaknai arti kata *bibliotherapy* adalah upaya untuk menyembuhkan seseorang dengan menggunakan buku. Penjelasan arti *bibliotherapy* diterangkan oleh Hidayat sebagai suatu metode penyembuhan psikologi yang dalam prosesnya menggunakan buku atau membaca.(6) *Bibliotherapy* dikatakan oleh Hidayat dapat digunakan untuk menangani berbagai masalah dari beberapa kalangan khususnya remaja. Glading menjelaskan *bibliotherapy* adalah mendengarkan atau membaca cerita orang lain sebagai metode pengobatan dapat memenuhi kebutuhan dasar manusia agar bisa menemukan kebenaran, untuk memahami, dan agar mampu untuk menemukan penjelasan atas pengalaman yang menyakitkan.(6) *Bibliotherapy* juga dijelaskan dalam ilmu keperawatan oleh Muhith dan Siyoto merupakan suatu intervensi dengan melibatkan penggunaan buku-buku dalam upaya terapeutik dan suportif.(8) Berbagai penjelasan mengenai *bibliotherapy* di atas dapat disimpulkan bahwa, *Islamic Bibliotherapy* adalah suatu intervensi yang menggunakan buku dengan cara membaca cerita bernuansa Islam dalam upaya untuk menyembuhkan masalah psikologis remaja.

B. Tujuan *Islamic Bibliotherapy*

Pardeck menjelaskan tentang tujuan dari *Islamic Bibliotherapy*, yaitu:(9)

- a. Memberikan informasi tentang masalah
- b. Memberikan *insight* tentang masalah
- c. Menstimulasi diskusi tentang masalah

- d. Mengkomunikasikan nilai-nilai dan sikap-sikap baru
- e. Menciptakan suatu kesadaran (*awareness*) bahwa orang lain berhasil mengatasi masalah yang mirip
- f. Memberikan solusi atas permasalahan

C. Manfaat

Manfaat *Islamic Bibliotherapy* dijelaskan oleh Prater et al adalah sebagai berikut:(10)

- a. Mendorong remaja untuk berekspresi terhadap masalah dan kekhawatiran mereka dengan bebas
- b. *Bibliotherapy* membantu remaja menganalisis pikiran dan perilaku mereka berkaitan dengan hubungan dengan diri mereka sendiri dan orang lain.
- c. *Bibliotherapy* bisa menjadi alat yang memberikan informasi untuk membantu remaja memecahkan masalah mereka
- d. *Bibliotherapy* dapat mengurangi kecemasan dan mendorong relaksasi
- e. *Bibliotherapy* dapat memberikan cara yang baru dan menyenangkan untuk belajar dan mencoba solusi baru untuk masalah yang mereka hadapi.

D. Nilai-Nilai yang Dikembangkan

Nilai-nilai yang dikembangkan dalam *Islamic Bibliotherapy* untuk meningkatkan resiliensi remaja putri korban *bullying* adalah sebagai berikut:

1. Nilai spiritual. Nilai spiritual yang dikembangkan dengan meningkatkan kemampuan remaja putri untuk berfokus dengan masa depan dan berusaha dengan sungguh-sungguh untuk mencapai tujuan masa depan
2. Nilai emosi. Nilai emosi yang dikembangkan dengan meningkatkan kemampuan remaja putri korban *bullying* untuk mampu mengontrol emosi, bertahan dalam keadaan sulit, dan melupakan pengalaman negatif yang pernah dialami

3. Nilai kognitif. Nilai kognitif yang dikembangkan dengan meningkatkan kemampuan remaja putri korban *bullying* untuk dapat menemukan ide-ide baru untuk keluar dari kesulitan, dan memaknai kesulitan secara positif

E. Prinsip-Prinsip *Bibliotherapy*

Prinsip-prinsip utama *Bibliotherapy* sebagai berikut: (9)

1. Perawat atau pihak yang membantu harus menggunakan material bacaan yang dikenalnya
2. Perawat atau pihak yang membantu harus menyadari panjang material bacaan. Hindari material yang kompleks dengan detail dan situasi yang tidak ada hubungannya
3. Pertimbangkan masalah remaja, material bacaan harus dapat diaplikasikan terhadap masalah, namun tidak harus identik
4. Kemampuan membaca remaja harus diketahui dan dijadikan pengaruh dalam memilih material bacaan yang akan digunakan. Jika remaja tidak dapat atau kurang mampu membaca, perlu dilakukan membaca nyaring atau menggunakan material audiovisual.
5. Kondisi emosional dan usia kronologis remaja harus diperhatikan dan direfleksikan dalam tingkat kesulitan material bacaan terpilih.
6. Sebagaimana dikatakan oleh Zaccaria & Moses, minat membaca, baik individu maupun umum merupakan pengaruh dalam seleksi:
Minat baca anak-anak dan remaja mengikuti tahapan yang dapat diprediksi
 - a) Dari usia 2-3 tahun sampai 6-7 tahun anak senang mendengarkan cerita tentang kejadian-kejadian seputar keluarga
 - b) 6-7 sampai 10-11 tahun, terdapat peningkatan minat terhadap cerita-cerita fantasi
 - c) Remaja melalui beberapa tahapan membaca. Remaja awal (12-15 tahun) cenderung tertarik pada cerita

binatang, petualangan, misteri, kisah supernatural, olahraga. Remaja pertengahan (15-18 tahun) minat membaca berubah terhadap topik seperti kisah perang, roman, dan cerita kehidupan remaja. Minat membaca pada usia remaja akhir (18-21 tahun) cenderung terarah pada cerita yang berkaitan dengan nilai-nilai pribadi, makna sosial, pengalaman manusia yang asing dan tidak biasa, dan transisi terhadap kehidupan usia dewasa

7. Material bacaan yang mengekspresikan perasaan atau *mood* yang sama dengan remaja seringkali merupakan pilihan yang baik.

Goddard menyarankan untuk mempertimbangkan beberapa potensi tersembunyi dalam teks yang digunakan sebagai media terapi, diantaranya yang terkait dengan hal-hal berikut:(11)

1. Pengalaman yang memotivasi dan menantang
2. Kesesuaian dengan usia, kemampuan, dan kedewasaan
3. Menanggapi tanggapan
4. Rentang struktur literasi
5. Penggunaan bahasa yang tepat
6. Memperluas pemahaman keragaman
7. Mengembangkan kepekaan dan pemahaman

F. Karakteristik Seorang Biblioterapis

Beberapa keterampilan yang harus dimiliki seorang biblioterapis adalah:(12)

1. Kompetensi. Kemampuan untuk menguasai dan tahu bagaimana menggunakan keterampilan atau keterampilan secara efektif
2. Sabar. Kemampuan konselor untuk menunggu dan bertahan untuk waktu yang lama. Kemampuan konselor untuk mengendalikan kemarahan dan emosi atas suatu kejadian yang mungkin bermasalah
3. Kepercayaan. Ketergantungan, keyakinan, kebenaran atau kehormatan

4. Stabilitas emosional. Suatu kondisi di mana emosi tidak berubah dan tetap stabil
5. Komunikasi yang efektif. Informasi pertukaran yang benar terutama antara dua orang dan kelompok
6. Advokasi. Semacam dukungan dari konselor atau biblioterapis kepada siswa yang terganggu jiwanya
7. Bersedia menjadi pendengar. Perhatikan saat seseorang berbicara kepada anda, kemudian berusaha untu memahami apa yang disampaikannya. Dengarkan dengan baik dan sabar
8. Bebas dari bias. Tidak menghakimi atau berpihak. Kepemilikan keterampilan ini dan banyak lainnya dan kemampuan untuk menerapkannya di teatment yang terganggu secara emosional remaja sangat membantu.

G. Pengorganisasian

Terapi dipimpin oleh tenaga profesional dalam hal ini adalah petugas kesehatan/guru yang telah dibekali dengan keterampilan *bibliotherapy*. Adapun peran pemimpin kelompok adalah sebagai berikut:

- a. Membentuk kelompok yang terdiri dari 8-12 anggota/remaja
- b. Membina hubungan saling percaya antara terapis-anggota kelompok, dan sesama anggota kelompok
- c. Menciptakan kelompok terapi dengan memformulasikan pendekatan kelompok, memilih anggota, dan mempersiapkan anggota kelompok terapi
- d. Membangun dan mempertahankan lingkungan yang terapeutik
- e. Memimpin jalannya proses terapi
- f. Berupaya melibatkan semua anggota kelompok dalam proses terapi, dengan memfasilitasi anggota yang kurang aktif untuk menyampaikan pendapat dan mengekspresikan perasaannya.

H. Waktu Pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy*

Waktu pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy* terdiri dari 8 minggu dengan 8 kali pertemuan. Setiap pertemuan berdurasi 30-45 menit.

I. Tempat Pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy*

Tempat pelaksanaan *bibliotherapy* dapat dilaksanakan di dalam kelas maupun di aulah.

J. Pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy*

Islamic bibliotherapy yang disusun berdasarkan lima tahapan yang dikemukakan oleh Oslen.(13) Pelaksanaan pada setiap pertemuan melalui lima tahapan, yaitu tahapan motivasi, tahapan membaca, tahapan inkubasi, tahapan tindak lanjut, dan tahapan evaluasi. Pada tahapan motivasi metode yang digunakan terapis adalah permainan yang bertujuan untuk meningkatkan keaktifan peserta terapi. Pada tahap membaca, peserta terapi diberikan kesempatan untuk membaca materi bacaan yang telah disiapkan terapis. Pada tahap inkubasi, peserta terapi diminta untuk merenungkan isi bacaan, dan mengisi lembar kerja yang berisi tentang bagaimana peserta terapi mengeksplorasi karakter tokoh dalam cerita, dan menuliskan beberapa hal terkait tema dan tujuan pada setiap pertemuan. Pada tahap tindak lanjut, terapis dan peserta terapi mendiskusikan hasil lembar kerja yang telah diisi peserta terapi guna mencapai tujuan yang diharapkan pada setiap pertemuan. Pada tahap evaluasi, peserta terapi diminta untuk mengisi lembar evaluasi tentang hikmah yang didapatkan dari hasil membaca dan diskusi.


Pertemuan pertama, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam dengan tujuan agar siswi-siwi korban *bullying* bisa mengerti pentingnya menjadi seorang yang *resilient*, dan cerita yang digunakan adalah kisah Qotzman dan Nusaibah bin Ka'ab di Perang Uhud. Pertemuan kedua peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam dengan judul fitnah Aisyah RA istri Nabi Muhammad SAW, dengan tujuan membantu siswi mengembangkan kemampuan

dalam mengontrol emosi. Pertemuan ketiga, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam dengan judul kisah Maryam ibu nabi Isa AS dengan tujuan meningkatkan kemampuan sisiwi untuk bertahan dalam keadaan sulit. Pertemuan keempat, peneliti memberikan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam berjudul kisah Fatimah anak Nabi Muhammad SAW dengan tujuan meningkatkan kemampuan siswi untuk tidak memikirkan pengalaman negatif yang pernah dialami. Pertemuan kelima, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam berjudul kisah Asiyah istri Firaun dengan tujuan meningkatkan kemampuan siswi untuk berfokus pada tujuan masa depannya. Pertemuan keenam, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam berjudul kisah pengorbanan Nailah binti Al-Farafishah istri Ustman bin Affan, dengan tujuan meningkatkan kemampuan siswi untuk berjuang secara optimal dalam mencapai masa depannya. Pertemuan ketujuh, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam berjudul kisah Khaulah binti Azur dengan tujuan meningkatkan kemampuan siswi menemukan ide-ide baru untuk keluar dari kesulitan. Pertemuan kedelapan, peneliti melakukan intervensi dengan memberikan materi cerita Islam berjudul kisah penyiksaan Sumayyah binti Khayyat dengan tujuan membantu siswi memaknai kesulitan secara positif.

BAB III

IMPLEMENTASI *ISLAMIC BIBLIOTHERAPY*

A. Standar Operasional Prosedur (SOP) Pelaksanaan *Islamic Bibliotherapy* terhadap Resiliensi Remaja Putri Korban *Bullying*

	Protokol pelaksanaan <i>Islamic Bibliotherapy</i> terhadap resiliensi remaja putri korban <i>bullying</i>		
	SOP	No.Revisi	Hala man

DEFINISI	<i>Islamic bibliotherapy</i> pada remaja putri korban <i>bullyin</i> adalah terapi membaca dengan bahan bacaan bernuanas Islam yang dilakukan oleh remaja putri korban <i>bullyin</i> yang dipimpin oleh perawa tprofesional untu pelaksanaan terapi, dengan tujuan untuk meningkatka resiliensi remaja putri korban <i>bullying</i> , dengan lim tahapan (tahap motivasi, membaca, inkubasi, tinda lanjut, dan evaluasi) pada setiap pertemuan
TUJUAN	Sebagai pedoman dalam pelaksanaan <i>Islami bibliotherapy</i> pada remaja putri korban <i>bullying</i>
PROSEDUR	<p>A. Perencanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat jadwal pelaksanaan terapi 2. Informasikan jadwal terapi kepada para peserta 3. Siapkan instrumen untuk mengukur resiliensi: <i>Adolescent Resilience Scale (ARS)</i> 4. Mempersiapkan Kursi, Meja, dan Alat tulis <p>B. Tahap Persiapan</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Pretest</i> pada remaja putri korban <i>bullying</i> untu mengukur tingkat resiliensi dengan menggunakan kuesioner 2. Memberikan <i>Informed Consent</i> 3. Kontrak waktu untuk pelaksanaan terapi 4. Bahan bacaan 5. Lembar kerja 6. Lembar evaluasi dan dokumentasi <p>C. Tahap Kerja Pertemuan pertama</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tujuan Membantu siswi menyadari pentingnya menjac seorang yang <i>resilient</i> 2. Metode <ol style="list-style-type: none"> a. Permainan b. Membaca c. Tanya jawab d. Diskusi 3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Memperkenalkan diri
- c. Menjelaskan tentang resiliensi dan tujuan kegiatan

Tahap motivasi (permainan)

- d. Menginstruksikan remaja putri untuk duduk membentuk setengah lingkaran
- e. Menjelaskan peraturan permainan kepada remaja putri, bahwa setiap remaja putri harus menepuk paha, setelah itu menepuk tangan kemudian memetik jari kanan dan kiri sambil menyebutkan nama remaja putri di sebelah kanannya, kemudian menyebutkan namanya sendiri. Setelah putaran selesai, remaja putri harus menyebutkan nama remaja putri yang di sebelah kanan dan kirinya.
- f. Permainan dimulai dari terapis
- g. Permainan berakhir setelah remaja putri terakhir menyebutkan nama remaja putri yang di kiri dan kanannya

Tahap membaca

- h. Membagi bahan bacaan kepada remaja putri yang berisi tentang kisahperang Uhud (bahan bacaan terlampir)
- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosa kata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagi lembar kerja 1 kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan

- m. Menginstruksikan remaja putri untuk menjelaskan karakter Qotzman dan Umm Ummarah pada lembar kerja 1

Tahap tindak lanjut

- n. Mendiskusikan dengan remaja putri has jawaban pada lembar kerja 1 yang telah diisi
- o. Menanyakan kepada remaja putri, apakah menjadi *resilient* itu penting atau tidak?
- p. Menekankan kepada remaja putri untuk mengingat sosok ummu Umarah pada kisah perang Uhud ini, jika remaja putri mengalami *bullying*

Tahap evaluasi

- q. Membagi lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
 - r. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah/pelajaran yang dapat diambil dari has bacaan dan diskusi yang telah dilakukan
4. Terminasi
- a. Menanyakan kepada siswi bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
 - b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
 - c. Mengucapkan salam

Pertemuan kedua

1. Tujuan
Membantu remaja putri mengembangkan kemampuan dalam mengontrol emosi
2. Metode
 - a. Permainan
 - b. Membaca
 - c. Tanya jawab
 - d. Diskusi
3. Kerja
 - a. Mengucapkan salam
 - b. Menanyakan kabar remaja putri

- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan peraturan permainan bahwa terapis akan mempraktekan dengan ekspresi yang lucu suatu gaya tanpa suara kepada remaja putri yang paling depan, dan kemudian remaja putri yang pertama akan mempraktekkan gaya yang sama kepada remaja putri berikutnya hingga remaja putri terakhir. posisi remaja putri berbaris membelakangi terapis dan boleh berbalik apabila ditepuk oleh temannya. Setelah remaja putri terakhir mempraktekkan gaya tersebut, maka remaja putri diminta untuk menyebutkan gaya yang telah dipraktikkan. Gaya yang dipraktikkan adalah mengucap pakaian, membilas pakaian, memeras pakaian dan menjemur pakaian
- f. Permainan dimulai dengan terapis mempraktekan gaya kepada remaja putri pertama
- g. Permainan berakhir setelah seluruh remaja putri menyebutkan gaya yang dipraktikkan

Tahap membaca

- h. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah fitnah Aisyah RA istri Nabi Muhammad SAW (bahan bacaan terlampir)
- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosakata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagikan lembar kerja 2 kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)

- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk menjelaskan karakter Aisyah RA istri Nat Muhammad SAW pada lembar kerja 2
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan perlakuan *bullying* yang pernah dialami remaja putri pada lembar kerja 2
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan sikapnya terhadap perlakuan *bullying* yang pernah dialami remaja putri berdasarkan kisah yang telah dibaca pada lembar kerja 2

Tahap tindak lanjut

- p. Mendiskusikan dengan remaja putri hasil lembar kerja yang telah diisi
- q. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun remaja putri yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- r. Menekankan kepada remaja putri untuk mengingat kisah Aisyah ini ketika adik didatangi oleh *bully* atau lagi mengalami kesulitan, dan contohi apa yang dilakukan oleh Aisyah dalam mengontrol emosi

Tahap evaluasi

- s. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- t. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah yang dapat diambil dari hasil bacaan dan diskusi yang telah dilakukan

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya

c. Mengucapkan salam

Pertemuan ketiga

1. Tujuan

Meningkatkan kemampuan remaja putri untuk bertahan dalam keadaan sulit

2. Metode

- a. Permainan
- b. Membaca
- c. Tanya jawab
- d. Diskusi

3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar remaja putri
- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan “samurai” seluruh remaja putri membentuk setengah lingkaran, terapis berada di tengah-tengah lingkaran. Seluruh remaja putri harus mengikuti instruksi terapis, dan mengikuti pemikiran mereka, jangan melihat temannya; remaja putri yang salah mengikuti instruksi akan menggantikan terapis untuk memberikan instruksi
- f. Terapis memulai dengan mengucapkan musuh di depan, kemudian musuh di belakang, musuh di kiri, musuh di kanan, secara bergantian
- g. Permainan berakhir setelah permainan telah mencukupi waktu 5 menit

Tahap membaca

- h. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah Maryam ibu Nabi Isa A (bahan bacaan terlampir)

- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosa kata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagikan lembar kerja 3, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan karakter Maryam pada lembar kerja 3
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan kesulitan (*bullying*) yang pernah dialami remaja putri pada lembar kerja 3
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan sikapnya terhadap kesulitan (*bullying*) yang pernah dialami remaja putri pada lembar kerja 3

Tahap tindak lanjut

- p. Mendiskusikan dengan remaja putri lembar kerja yang telah ditulis
- q. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun siswi yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- r. Menekankan kepada remaja putri jika nanti dibully atau mengalami kesulitan hidup untuk mengingat kisah Maryam, bagaimana dia mampu bertahan ketika dalam kesulitan/tekanan

Tahap evaluasi

- s. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)

t. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah dari cerita dan diskusi yang telah dilakukan

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
- c. Mengucapkan salam

Pertemuan keempat

1. Tujuan

Meningkatkan kemampuan remaja putri untuk tidak memikirkan pengalaman negatif yang pernah dialami

2. Metode

- a. Permainan
- b. Membaca
- c. Tanya jawab
- d. Diskusi

3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar remaja putri
- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan, bahwa remaja putri harus mengikuti apa yang terapis katakan jangan mengikuti apa yang terapis gerakan. Apabila terapis mengatakan gajah maka remaja putri harus menjawab besar dan memperagakan lingkaran kecil, dan apabila terapis mengatakan semut maka remaja putri harus mengatakan kecil dan memperagakan lingkaran besar

- f. Permainan dimulai dengan terapis menyebutkan gajah, semut secara bergantian
- g. Permainan berakhir setelah 5 menit permainan berlangsung

Tahap membaca

- h. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah Fatimah anak Rasulullah (bahan bacaan terlampir)
- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosa kata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagikan lembar kerja 4, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan karakter Fatimah lembar kerja 4
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan pengalaman negatif (*bullying*) yang pernah dialami remaja putri pada lembar kerja 4
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan sikap yang harus siswi lakukan terhadap pengalaman negatif (*bullying*) yang pernah dialami disesuaikan dengan kisah fatimah pada lembar kerja 4

Tahap tindak lanjut

- p. Mendiskusikan dengan remaja putri lembar kerja yang telah ditulis
- q. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun siswi yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus

menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini

- r. Menekankan kepada remaja putri untuk mampu melupakan pengalaman *bullying* yang pernah dialami seperti kisah Fatimah yang mampu melupakan pengalaman buruk yang pernah dialaminya

Tahap evaluasi

- s. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- t. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah dari cerita dan diskusi yang telah dilakukan

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
Mengucapkan salam

Pertemuan kelima

1. Tujuan

Meningkatkan kemampuan remaja putri untuk berfokus pada tujuan masa depannya meskipun berada dalam kesulitan ataupun tekanan

2. Metode

- a. Permainan
- b. Membaca
- c. Tanya jawab
- d. Diskusi

3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar remaja putri
- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang tujuan pertemuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan, bahwa setia remaja putri harus menyambung kata terkah yang disebut oleh teman di sampingnya, kat pertama dan kedua harus masuk akal, da dilakukan dengan cepat
- f. Menyebutkan satu kata untuk memulai permainan
- g. Permainan berakhir jika masing-masin remaja putri telah mendapat giliran sebanyak kali

Tahap membaca

- h. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah Asiyah istri Firaun (baha bacaan terlampir)
- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya: apabila ada kosa kata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagikan lembar kerja 5, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan karakter Asiyah istri Firau pada lembar kerja 5
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk menul: keinginannya di masa depan pada lembar kerja 5
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk menul: langkah-langkah dalam upaya mendapatkan keinginannya di masa depan pada lembar kerja 5

Tahap tindak lanjut

- p. Mendiskusikan dengan remaja putri lembar kerja yang telah ditulis
- q. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun siswi yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- r. Menekankan kepada siswi ketika di-bully lagi untuk mengingat kisah Aisyah istri Firau yang tetap menjalankan tugasnya sebagai seorang istri meskipun sering disiksa, karena dia ingin mencapai cita-citanya yaitu masuk surga

Tahap evaluasi

- s. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- t. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah/pelajaran yang didapatkan dari hasil membaca dan berdiskusi, dan dapat diterapkan dalam kehidupan remaja putri

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
- c. Mengucapkan salam

Pertemuan keenam

1. Tujuan

Meningkatkan kemampuan remaja putri untuk berjuang secara optimal dalam mencapai masa depannya meski berada dalam kesulitan atau tekanan

2. Metode

- a. Permainan
- b. Membaca
- c. Tanya jawab

d. Diskusi

3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar remaja putri
- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan, bahwa setia remaja putri harus membisikkan kalimat rahasia “ular melingkar di pagar pak umar” dari sisw yang pertama sampai siswi yang terkahir, da semua siswi berbaris membelakangi terapis
- f. Memanggil remaja putri pertama dan bisikar kalimat “ular melingkar di pagar pak umar”
- g. Menginstruksikan remaja putri yang maj untuk menghafal kata “ular melingkar di pag pak umar”
- h. Setelah menghafal dalam waktu tidak lebih 1 detik, remaja putri pertama memanggil sisw kedua dan membisikkan kata “ular melingkar di pagar pak umar”, kemudian remaja putri ketig dan seterusnya hingga siswi yang terakhir
- i. Permainan berakhir dengan meminta remaj putri terakhir untuk menyebutkan kata yan dibisikkan temannya

Tahap membaca

- j. Membagikan bahan bacaan kepada remaj putri tentang kisah Nailah binti Al-Farafisha istri Ustman bin Affan (bahan bacaan terlampir)
- k. Menginstruksikan remaja putri untu membaca bahan bacaan
- l. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosa kata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- m. Membagikan lembar kerja 6, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan Nailah binti Al-Farafisha istri Ustman bin Affan pada lembar kerja 6
- u. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan cita-citanya pada lembar kerja 6
- v. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan usaha dalam upaya menggapai cita-cita remaja putri pada lembar kerja 6

Tahap tindak lanjut

- w. Mendiskusikan dengan siswi lembar kerja yang telah ditulis
- x. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun remaja putri yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- y. Menekankan kepada remaja putri untuk tetap berjuang dengan belajar sungguh untuk mencapai cita-cita di masa depan meskipun dibully atau berada dalam kesulitan dan tekanan seperti yang dilakukan oleh Nailah walaupun Nailah berada dalam tekanan, dalam ketakutan tetapi Nailah tetap berusaha, berjuang dengan segenap kemampuannya melindungi suaminya dengan harapan akan masuk surga

Tahap evaluasi

- z. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- aa. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan gagasan yang didapatkan dari hasil membaca

dan berdiskusi, dan dapat diterapkan dalam kehidupan remaja putri

4. Terminasi
 - a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
 - b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
 - c. Mengucapkan salam

Pertemuan ketujuh

1. Tujuan
Meningkatkan kemampuan remaja putri menemukan ide-ide baru untuk keluar dari kesulitan
2. Metode
 - a. Permainan
 - b. Membaca
 - c. Tanya jawab
 - d. Diskusi
3. Kerja
 - a. Mengucapkan salam
 - b. Menanyakan kabar remaja putri
 - c. Menjelaskan tujuan kegiatan
 - d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan "suit samson bahwa suit yang biasa pakai tangan di uba menggunakan gaya. samson vs banteng samson menang. Banteng vs delilah, delilah menang. Delilah vs samson, samson kalah gaya samson dengan berpose seperti binarag dan berusara garang. Gaya banteng yang berpose seperti banteng dengan menempatkan kedua telunjuk di kepala sebagai tanduk dan bersuara seperti banteng. Gaya delilah yang berpose seperti perempuan dan bersuara seper

merayu. remaja putri dibagi menjadi kelompok, yang berjejer saling membelakangi. Setiap kelompok harus menyusun strategi untuk menentukan gaya mana yang disepakati agar bisa menang dan diberi waktu 20 detik untuk berdiskusi menyusun strategi. Ketika terapis mengucapkan angka 1,2,3 maka dengan serempak kedua kelompok berbalik dengan melompat sambil berpose sesuai yang disepakati kelompok

- f. Permainan dimulai dengan terapis mempersilahkan setiap kelompok berdiskusi
- g. Permainan berakhir pada suitan ke 7

Tahap membaca

- h. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah Khaulah binti Azur (bahan bacaan terlampir)
- i. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- j. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosakata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- k. Membagikan lembar kerja 7, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- l. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan karakter Khaulah binti Azur pada lembar kerja 7
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan kesulitan-kesulitan (*bullying*) yang pernah remaja putri alami pada lembar kerja 7
- o. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan cara untuk mengatasi dan

kesulitan (*bullying*) yang pernah remaja putri alami pada lembar kerja 7

Tahap tindak lanjut

- p. Mendiskusikan dengan remaja putri has lembar kerja yang telah diisi
- q. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun remaja putri yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis haru menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- r. Menekankan kepada remaja putri untu megingat kisah Khaulah binti Azur yan memiliki ide yang brilian untuk bisa keluar da kesulitan meskipun berada dalam tekanan da bahaya

Tahap evaluasi

- s. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- t. Menginstruksikan remaja putri untuk menul hikmah yang dapat diambil dari hasil bacaan dan diskusi yang telah dilakukan

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada siswi bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
- c. Mengucapkan salam

Pertemuan kedelapan

1. Tujuan

Membantu remaja putri memaknai kesulitan secara positif

2. Metode

- a. Permainan
- b. Membaca
- c. Tanya jawab
- d. Diskusi

3. Kerja

- a. Mengucapkan salam
- b. Menanyakan kabar remaja putri
- c. Menjelaskan tujuan kegiatan
- d. Menjelaskan latar belakang kenapa tujuan ini diangkat

Tahap motivasi (permainan)

- e. Menjelaskan aturan permainan, bahwa remaja putri harus mengikuti apa yang terapis katakan jangan mengikuti apa yang terapis gerak. Apabila terapis mengatakan gajah maka siswa harus menjawab besar dan memperagakan lingkaran kecil, dan apabila terapis mengatakan semut maka remaja putri harus mengatakan kecil dan memperagakan lingkaran besar
- f. Permainan dimulai dengan terapis menyebutkan gajah, semut secara bergantian selama 5 menit seluruh remaja putri berpartisipasi. Menginstruksikan setiap anggota grup untuk menulis secara rahasia satu benda yang unik bagi dirinya dan dikumpulkan kepada terapis

Tahap membaca

- g. Membagikan bahan bacaan kepada remaja putri tentang kisah Sumayyah binti Khayyat (bahan bacaan terlampir)
- h. Menginstruksikan remaja putri untuk membaca bahan bacaan
- i. Mempersilahkan remaja putri bertanya apabila ada kosakata baru yang belum dipahami

Tahap inkubasi

- j. Membagikan lembar kerja 8, kepada remaja putri (lembar kerja terlampir)
- k. Menginstruksikan remaja putri untuk merenungi isi bacaan

- l. Menginstruksikan remaja putri untuk mendeskripsikan karakter Sumayyah bin Khayyat pada lembar kerja 8
- m. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan kesulitan-kesulitan yang pernah remaja putri alami pada lembar kerja 8
- n. Menginstruksikan remaja putri untuk memaknai kesulitan-kesulitan yang pernah remaja putri alami pada lembar kerja 5

Tahap tindak lanjut

- o. Mendiskusikan dengan remaja putri hasil lembar kerja yang telah diisi
- p. Apabila pada saat diskusi hasil lembar kerja tidak ada satupun remaja putri yang mencapai tujuan yang diharapkan, maka terapis harus menjelaskan penggalan kisah yang telah dibaca disesuaikan dengan tujuan pertemuan ini
- q. Menekankan kepada remaja putri untuk mengingat kisah Sumayyah binti Khayyat yang mampu memaknai kesulitan/siksaan yang dialami secara positif sebagai sebab yang akan memasukannya ke surga

Tahap evaluasi

- r. Membagikan lembar evaluasi kepada remaja putri (lembar evaluasi terlampir)
- s. Menginstruksikan remaja putri untuk menuliskan hikmah yang dapat diambil dari hasil bacaan dan diskusi yang telah dilakukan

4. Terminasi

- a. Menanyakan kepada remaja putri bagaimana perasaan remaja putri setelah mengikuti terapi
- b. Membuat kesepakatan untuk pertemuan selanjutnya
- c. Mengucapkan salam

D. Evaluasi

	<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluasi kegiatan terapi dengan menggunakan tabel evaluasi 2. Setelah dilakukan <i>Islamic bibliotherapy</i> kemudian di evaluasi dengan menggunakan <i>Adolescent Resilience Scale (ARS)</i> untuk mengukur resiliensi pada remaja putri korban <i>bullying</i>
	<p>E. Dokumentasi</p> <p>Dokumentasi kegiatan <i>Islamic bibliotherapy</i> dengan menggunakan tabel dokumentasi kegiatan yang dilakukan setiap pertemuan</p>
REFERENSI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Istiarni A, Triningsih. <i>Jejak Pena Pustakawan Bantul</i>: Azyan Mitra Media; 2018. 2. Rahmat D. <i>Konseling Di Sekolah. Pendekatan Pendekatan Kontemporer</i>. Jakarta: Prenadamedia Group; 2018. 3. Muhith A, Siyoto S. <i>Aplikasi Komunikasi Terapeutik Nursing & Health</i>. Yogyakarta: CV. Andi Offset 4. <i>Bibliotherapy, Definisi, Sejarah, dan Tujuan</i> http://file.upi.edu/Direktori/FIP/JUR._PSIKOLOGI/196605162000122-HERLINA/BIBLIOTHERAPY-DEFINISI_SEJARAH_TUJUAN.pdf. Accessed March 23, 2019. 5. Olsen MA. <i>Bibliotherapy: School Psychologists Report of Use and Efficacy</i> https://scholarsarchive.byu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1408&context=etd. Published 2006. Accessed April 3, 2019. 6. Oshio A, Kaneko H. Construct validity of the Adolescent Resilience Scale. <i>Psychol Rep</i> 2014;93(5):1217-1222. doi:10.2466/PRO.93.7.1217-1222

KISAH PERANG UHUD

Perang uhud adalah perang antara kaum muslimin di bawah pimpinan Rasulullah pada zaman awal dakwah Islam di Arab Saudi. Pada perang itu kaum muslimin mengalami kekalahan, dikarenakan jumlah pasukan muslimin yang tidak sebanding dengan kaum Quraisy dan pasukan Muslimin tidak mengikuti perintah Rasulullah. Ada dua sosok yang menarik diceritakan pada perang Uhud. Yang pertama adalah Qotzman sang pahlawan dari Neraka. Dia adalah salah satu dari pasukan kaum muslimin. Kenapa dia disebut pahlawan dari Neraka? dikarenakan namanya orang yang mati berperang membela agama Islam pasti disebut pahlawan dan dijamin masuk surga. Akan tetapi si Qotzman berbeda. Dia pada perang tersebut meninggal bukan karna dibunuh oleh lawan pasukan Quraisy, tetapi dia membunuh dirinya sendiri, dengan menancapkan dirinya pada pedang yang berdiri tegak dihadapannya. Pada saat perang berlangsung, Qotzman menderita beberapa luka. Caci maki,

dan kata-kata yang dilontarkan oleh pasukan Quraisy untuk menjatuhkan mental kaum muslimin, berhasil mematahkan semangat Qotzman dan membuat Qotzman dalam tekanan. Akhirnya, karena tidak tahan dengan semua itu, akhirnya Qotzman bunuh diri.

Sosok yang kedua adalah Ummu Umarah. Sosok perempuan yang pada saat perang Uhud bertugas di belakang memberikan minum untuk pasukan Muslimin, namun pada waktu yang genting, saat pasukan Muslimin kuwalahan, dan para pasukan Quraisy mulai mendekati Rasulullah untuk membunuhnya, si Ummu Umarah ini maju ke depan untuk melindungi Rasulullah. Akibat keberaniannya itu menyebabkan Ummu Umarah mengalami beberapa luka dipundaknya yang masa penyembuhan luka itu memakan waktu 1 tahun. Bukan hanya tebasan pedang yang didapatkan Ummu Umarah, namun kata-kata keji juga diteriakan oleh pasukan Quraisy kepada Ummu Umarah. Namun berbeda dengan Qotzman, meskipun Ummu Umarah ini mengalami luka dan perkataan keji seperti yang dialami Qotzman, tapi Ummu Umarah tidak lantas bunuh diri seperti Qotzman. Malah, dengan luka dan perkataan keji yang dialaminya itu membuat Ummu Umarah tambah semangat untuk melindungi Rasulullah.

Itulah dua sosok yang sama-sama terlibat dalam perang Uhud, namun berbeda karakter dan berbeda balasannya di akhirat. Si Qotzman menjadi seseorang yang terhina, sedangkan Ummu Umarah menjadi sosok yang mendapat pujian dan menjadi idola.

KISAH FITNAH AISYAH ISTRI NABI MUHAMMAD

Sepulang dari perang Hunain, yang dikenal dengan Haditsul Ifqi (kabar bohong). Pada saat Rombongan Rasulullah dan para sahabatnya berhenti untuk istirahat, Aisyah menyadari kehilangan perhiasan yang dipinjam dari Asma. Lalu Aisyahpun turun untuk mencari perhiasan tersebut. Rombongan Rasulullah dan para sahabatnya berangkat tanpa menyadari bahwa Aisyah tertinggal. Setelah Aisyah menemukan perhiasan tersebut, Aisyahpun balik ke tempat rombongan beristirahat, dan ternyata rombongan telah pergi. Aisyah tetap berdiri di tempat itu berharap ada orang yang lewat, dan tiba-tiba datanglah Sufyan bin Muathal seorang tentara penyapu ranjau. Melihat Aisyah, Sufyan menyebut nama Allah lalu Sufyan turun dan mendudukkan kendaraanya tanpa sepatah katapun keluar dari mulutnya kemudian Aisyah naik kendaraan tersebut dan Sufyan menuntun kendaraan tersebut dengan berjalan kaki. Setibanya di Madinah, ada seorang kaum munafiqin bernama Abdullah bin Ubay yang melihat kedatangan Aisyah dan Sufwan, dan kemudian

Abdullah bin Ubay menyebarkan fitnah bahwa Aisyah telah selingkuh dan berzina dengan Sufyan bin Muathal. Fitnah itupun menyebar luas ke seluruh Madinah, yang akhirnya sampai juga ke telinga Rasulullah dan Aisyah. Aisyah pada saat mendengar berita itu langsung terdiam sejenak, dan mengucapkan “audzubillahimisyaithonnirojim” dan berdoa kepada Allah untuk diberikan kesabaran dan jalan keluar dalam menghadapi masalah ini.

Aisyah adalah orang yang kuat imannya, disaat terpukul tersebut Aisyah tidak lantas marah, atau berbuat sesuatu yang merugikan dirinya ataupun orang lain. Aisyah meyakini ketika seorang hamba mampu menahan amarahnya, maka Allah akan memanggilnya nanti di hari kiamat di depan seluruh makhluknya dan menyuruh hambanya yang mampu menahan amarah itu untuk memilih pria penghuni surga yang gantengnya melebihi manusia terganteng di Dunia ini. Aisyah merasa dia tidak melakukan hal seperti yang dituduhkan kepadanya. Doanyapun dikabulkan oleh Allah, karena Aisyah adalah orang yang jujur, beriman dan bertakwa. Allah turunkan ayat dalam Al-Quran surat An-Nur ayat 11-23, untuk membersihkan Aisyah dari fitnah. Akhirnya, yang awalnya keluarga Rasulullah dan Aisyah sempat goyah karena fitnah tersebut, menjadi akur kembali sejak turunnya surat An-Nur ayat 11-23. Karena kemampuannya yang mampu mengontrol diri, maka Allah muliakan Aisyah dan Aisyah mendapatkan julukan ibunya para kaum muslimin. Dan Abdullah bin Ubay yang memfitnah Aisyah diberi hukuman delapan puluh kali cambukan.

KISAH MARYAM, IBU NABI ISA

Maryam adalah anak yang diasuh oleh Nabi Zakariyah dan dibesarkan di Masjidil Aqsa yang berada di Palestina. Maryam adalah seorang yang taat dalam beribadah. Hari-harinya di Masjidil Aqsa diisi dengan beribadah kepada Allah. Karena saking khusyuhnya dalam beribadah sampai Maryam tidak mengetahui jikalau ada keluarga atau orang yang sedang berjalan atau ingin bertemu dengannya, sehingga orang-orangpun mengagumi dan memujinya sebagai wanita soleha. Karena ketaqwaan Maryam tersebut, akhirnya Allah memberikan Maryam nikmat buah-buahan yang turun dari langit langsung di hadapannya. Sampai suatu ketika, Zakariyah menanyakan kepada Maryam dari mana kamu ambil buah-buahan tersebut, dan Maryampun menjawab itu semua dari Allah, sebagai balasan keimanan dan ketakwaan yang dilakukan. Maryampun tidak luput dari cobaan.

Suatu ketika, datang malaikat Jibril di hadapan Maryam dan berkata, bahwa Allah memerintahkan saya untuk meniupkan roh ke dalam kandunganmu. Maryam yang merupakan hamba Allah yang

taat, menerima perintah dan ketetapan Allah untuk mengandung janin yang kelak akan menjadi seorang Nabi. Berselang beberapa bulan, akhirnya perut Maryam pun membesar. Orang-orang sekitar Masjidil Aqsa yang melihat perut Maryam yang membesar, mulai tidak mempercayai Maryam, dan menuduh Maryam sebagai wanita pezina dan pelacur. Mereka mengatakan masa seorang perempuan yang tidak mempunyai seorang suami bisa hamil. Orang-orang pun berdatangan ke Masjidil Aqsa untuk mencaci maki Maryam. Ketika Maryam berjalan pun orang yang dilewatinya meneriaki Maryam sebagai pelacur dan pezina. Dalam keadaan sulit tersebut, Maryam hanya bisa bersabar dan berdoa kepada Allah untuk diberi kekuatan dalam menghadapi cobaan ini. Maryam meyakini, cobaan yang dialaminya ini adalah sebab yang dapat menghapus dosa-dosanya dan akan mendapat pahala yang besar. Dengan keyakinannya ini, walaupun setiap orang yang datang ke Masjidil Aqsa selalu mencaci Maryam, tapi tidak membuat Maryam lari dari kenyataan dan tetap bertahan di Masjidil Aqsa untuk beribadah dan menjaga Masjidil Aqsa. Karena semasa kecilnya dia telah besumpah janji setia untuk selalu beribadah dan menjaga Masjidil Aqsa selama hidupnya. Akhirnya Allah menunjukkan kebesarannya dengan lahirnya Nabi Isa, yang langsung bisa berbicara ketika masih bayi baru lahir untuk menceritakan kebenaran dari tuduhan-tuduhan orang terhadap ibunya. Dengan melihat keajaiban tersebut, orang-orang yang awalnya menuduh Maryam, kemudian meminta maaf karena telah mengatakan Maryam sebagai seorang pelacur dan pezina, dan mereka semua menjadi pengikut Nabi Isa. Dan atas kesabaran Maryam bertahan dalam menghadapi kerasnya cobaan, Allah muliakan Maryam dan dikenang sepanjang masa.

KISAH FATIMAH PUTRI RASULULLAH

Pada awal mula Agama Islam didakwahi pada kaum Quraisy di Mekkah, Nabi Muhammad bersama keluarga mendapat pertentangan, bahkan ancaman akan dibunuh dari para kaum Quraisy. Begitupun dengan Fatimah, pada saat awal dakwah Islam, Fatimah masih anak-anak. Ketika Nabi Muhammad dihina, dicaci, dimaki, dan diancam, Fatimah ikut menyaksikan kejadian buruk tersebut. Suatu ketika waktu sholat telah tiba, Nabi Muhammad menggandeng tangan Fatimah berangkat ke Masjidil Haram untuk menunaikan sholat. Sepanjang perjalanan, para kaum Quraisy melihat sinis Nabi Muhammad dan Fatimah, dan terkadang ada beberapa orang Quraisy yang mencela dan menghina Nabi Muhammad. “Tukang sihir” “pembohong” “tukang dongeng” itulah kata-kata yang sering terlontar dari bibir para kaum Quraisy. Setiba di Masjidil Haram, Nabi Muhammad langsung mengerjakan sholat, dan Fatimah yang pada saat itu masih kecil hanya berlari dan bermain di sekitar Masjidil Haram. Saat Nabi Muhammad sedang sujud, muncul dari balik tembok Masjidil Haram sosok kaum Quraisy yang sedang membawa

kotoran unta dan kambing. Dengan tanpa bersalah dan dengan wajah yang penuh kejengkelan, kaum Quraisy tersebut menuangkan kotoran unta dan kambing yang dibawanya ke atas kepala nabi Muhammad yang lagi sujud. Melihat hal itu, lantas Fatimah berlari kencang menghampiri bapaknya (Nabi Muhammad) untuk membersihkan kotoran binatang yang berada di atas kepala bapaknya (Nabi Muhammad). Kejadian-kejadian buruk tersebut, lantas tidak menurunkan semangat Nabi Muhammad dan Fatimah untuk beribadah dan mendakwahkan agama Islam.

Hari-hari berikutnya Nabi Muhammad tetap ke Masjidil Haram untuk sholat dan mendakwahkan agama Islam. Begitupun dengan Fatimah, pengalaman-pengalaman buruk yang pernah dialami dan disaksikan olehnya tidak dipikirkan dan tidak diingat-ingat. Fatimah melupakan dan membuang jauh-jauh dari ingatannya pengalaman-pengalaman buruk tersebut agar tidak menjadi beban dan penghambat dalam beribadah kepada Allah. Justru dengan kejadian-kejadian buruk tersebut membuat hati Fatimah tambah kokoh di atas keimanannya, sehingga dengan hal itu membuat Fatimah mendapat julukan Az-Zahra (sekuntum bunga) di surga yang dikenang sepanjang masa, dan merupakan pemimpin kaum wanita musliminin di Surga. Dan orang-orang yang berbuat jahat terhadap Fatimah dan ayahnya Nabi Muhammad, dilaknat oleh Allah yang semuanya mati terbunuh di medan perang dengan cara yang mengenaskan.

KISAH PENYIKSAAN SUMAYYAH

Pada masa awal-awal Nabi Muhammad mendakwahkan Islam di kota Mekkah, adalah keluarga Yasir termasuk salah satu keluarga yang pertama-tama masuk Islam. Dimana pada saat itu, para kaum Quraisy yang tinggal di Mekkah merasa Agama Islam yang dibawa oleh Nabi Muhammad adalah sesuatu yang bertentangan dengan kebiasaan Jahiliyah yang mereka anut. Sehingga kaum Quraisy sangat membenci Nabi Muhammad dan orang-orang yang mengikuti dakwah Nabi Muhammad untuk masuk Islam. Begitupun juga dengan keluarga Yasir. Ketika Nabi Muhammad mendakwahi keluarga Yasir, dengan izin Allah SWT, keluarga Yasirpun mendapat hidayah untuk memeluk Agama Islam. Keluarga Yasir tidak hanya mengucapkan dua kalimat syahadat di depan Nabi Muhammad, namun keluarga Yasir dengan terang-terangan mengumumkan keIslaman mereka di hadapan kaum Quraisy. Kaum Quraisy yang mendengar hal tersebut menjadi sangat jengkel dan marah. Dan akhirnya salah satu kelompok dari kaum Quraisy menangkap keluarga Yasir dan menyiksanya, dengan tujuan agar keluarga Yasir mau meninggalkan agama Islam. Salah satu anggota keluarga Yasir

yang ditangkap dan disiksa adalah Summayah Binti Khayyat. Istri Yasir ini disiksa dengan sangat kejamnya.

Puncak penyiksaannya adalah pada siang hari yang sangat terik, di padang pasir yang keadaannya sangat panas dan menyengat, Sumayyah dibuang oleh kaum Quraisy. Tidak hanya membuang Sumayyah di tengah-tengah gurun pasir yang sangat panas, kaum Quraisy juga menaburi Sumayyah dengan pasir yang sangat panas dan meletakan sebuah batu yang berat di atas dada Sumayyah. Akan tetapi, tiada terdengar rintihan ataupun ratapan, melainkan ucapan, “Ahad ... Ahad ...” Sumayyah binti Khayyat mengulang-ulangi kata tersebut. Berita disiksanya Sumayyah sampai ke telinga Nabi Muhammad, dan Nabi Muhammad berkata “Bersabarlah wahai keluarga Yasir, karena sesungguhnya tempat kembali kalian adalah surga.” Sumayyah yang mendengar perkataan Nabi Muhammad tersebut menjadi bertambah kokoh keimanannya. Sumayyah tidak gentar sedikitpun untuk berpaling dari agama Islam. Sumayyah menganggap penyiksaan yang dialaminya adalah sesuatu yang dapat mengantarnya masuk ke dalam surga, dan hal ini yang membuat Sumayyah bisa bertahan menghadapi semua cobaan itu.

KISAH ASIYAH ISTRI FIRAUN PENDAMBA SURGA

Pada Zaman Nabi Musa, ada seorang raja yang sangat kaya, jahat, kejam dan sombong, raja itu bernama Firaun. Kerajaannya berada di Mesir yang terkenal dengan piramidanya. Firaun durhaka kepada Allah dengan menganggap dirinya adalah Tuhan. Firaun juga menyiksa rakyatnya yang tidak mau menyembah Firaun dan tidak mau menuruti perintahnya. Firaun memenjara orang-orang yang menentangnya, bahkan sampai dibunuh dengan kejam. Kekejaman dan kejahatan Firaun tidak hanya kepada rakyatnya, tetapi juga pada istrinya Asiyah. Asiyah istri Firaun sangat cantik dan jelita. Asiyah selalu berbakti kepada suaminya, walaupun suaminya Firaun selalu membentak, memarahi, mencaci, dan memukul Asiyah. Asiyah selalu melayani suaminya dengan lemah lembut, mentaati apa yang diperintahkan oleh Firaun selama tidak bertentangan dengan ajaran Islam, karena Asiyah ingin masuk surga. Itulah cita-cita yang ingin diraih di akhirat kelak. Karena Allah telah mengabarkan bahwa orang yang bisa masuk ke dalam surga dari pintu manapun adalah seorang istri yang taat kepada suaminya, menjaga kehormatannya, menjalankan puasa ramadhan, dan melaksanakan shalat. Keyakinan

ini yang dipegang erat-erat, sehingga Asiyah mampu menjalankan tugasnya sebagai seorang istri meskipun sering didzolimi oleh suaminya. Nama Asiyahpun tertulis di dalam Al-Quran sebagai salah satu wanita penghuni surga, sedangkan Firaun suaminya menjadi penghuni neraka jahannam.

KISAH NAILAH BINTI AL-FARAFISHAH ISTRI USTMAN BIN AFFAN

Setelah meninggal Nabi Muhammad SAW, kaum muslimin dipimpin oleh Abu Bakar Ash-Shidiq, namun Abu Bakar Ash-Shidiq hanya memimpin selama 6 bulan karena wafat. Pimpinan kaum muslimin sejak meninggalnya Abu Bakar Ash-Shidiq jatuh di tangan Ustman bin Affan. Pada masa kepimimpinan Ustman bin Affan, kaum muslimin dari golongan khawarij (pemberontak) tidak puas atas kepemimpinan Ustman, sehingga mereka merencanakan untuk membunuh Ustman. Sampai pada suatu hari pasukan khawarij mengepung rumah Utsman untuk menjalankan rencana mereka. Di dalam rumah, Ustman ditemani oleh istrinya Nailah dan anaknya. Mengetahui rumahnya telah dikepung dan Ustman akan dibunuh, Nailah tidak lantas lari meninggalkan rumahnya. Nailah tetap setia menemani Ustman suaminya. Setelah mengepung selama beberapa hari, beberapa orang pasukan khawarij akhirnya masuk ke dalam rumah Utsman. Seorang di antara mereka mengayunkan pedangnya kepada Utsman. Dengan keberaniannya, Nailah menahan tebasan pedang tersebut hingga beberapa jari-jarinya yang sangat indah terputus. Bagi Nailah, keselamatan suaminya menjadi prioritas

utama. Nailah berusaha dengan seluruh kemampuannya untuk melindungi Ustman suaminya. Nailah tak peduli jika harus berkorban nyawa. Nailah berupaya dengan mengucapkan beberapa kalimat agar pasukan khawarij tersebut tidak jadi membunuh Ustman, namun tindakan Nailah justru membuat pasukan khawarij bersikap lebih kejam.

Pasukan khawarij itu mencabut jenggot Utsman, memukul kepalanya, lalu menikamnya. Utsman bin Affan pun wafat di tangan para pemberontak. Allah berkata dalam Al-Quran Surat Ash-Shaf, ayat 11 dan 12, yang tafsirnya adalah orang-orang yang beriman dan berjihad di jalan Allah, maka dia akan masuk ke dalam Surga yang di bawahnya mengalir sungai-sungai. Ayat inilah yang menjadi pegangan Nailah dengan segenap kemampuannya berjihad membela suaminya, demi meraih Surga.

KISAH KHAULAH BINTI AZUR

Dalam peperangan Sahura, Khaulah binti Azur sempat tertawan bersama beberapa muslimah. Saat itu mereka sedang menjadi tim kesehatan dan logistik, namun sayangnya mereka tertangkap oleh tentara Romawi. Mereka pun dikurung dan dikawal secara ketat selama sehari-hari oleh pasukan musuh. Meskipun demikian, Khaulah bin Azur tak kehabisan akal dan memotivasi para muslimah untuk berjuang membebaskan diri. Khaulah binti Azur kemudian menyusun strategi untuk lolos dari tawanan pasukan Romawi. Ia kemudian mengajak para muslimah memanfaatkan benda-benda di sekitar seperti tali kemah dan tiang-tiang untuk meloloskan diri. Dengan keyakinan bahwa Allah bersama mereka, akhirnya mereka pun berhasil kabur dari tawanan musuh. Bagi Khaulah, lebih baik mati syahid daripada dihinakan oleh kaum kafir.

LEMBAR KERJA 1

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Qotzman pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Bagaimanakah menurut adik karakter Ummu Ummarah pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....
.....
.....
.....

LEMBAR KERJA 2

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Aisyah RA Istri Nabi Muhammad pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Tulislah perlakuan-perlakuan *bullying* yang pernah adik alami di sekolah!

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.

g.

3.

Bagaimanakah seharusnya adik menyikapi perlakuan-perlakuan *bullying* yang pernah adik alami disesuaikan dengan kisah yang telah dibaca?

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

LEMBAR KERJA 3

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Maryam pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Tulislah kesulitan-kesulitan (*bullying*) yang pernah adik alami!

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

3. Bagaimanakah seharusnya adik menyikapi kesulitan-kesulitan (*bullying*) yang pernah adik alami disesuaikan dengan kisah yang telah dibaca?

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

LEMBAR KERJA 4

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Fatimah pada cerita yang telah dibaca?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Tulislah pengalaman negatif (*bullying*) yang pernah adik alami!

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

3.
Bagaimana sikap adik dalam menanggapi pengalaman negatif (*bullying*) yang pernah adik alami, disesuaikan dengan cerita yang adik telah baca?

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

LEMBAR KERJA 5

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Aisyah pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Tuliskan apa yang menjadi keinginan-keinginan di masa depan adik!

a.

b.

c.

d.

e.

- f.
- g.
2. Bagaimanakah langkah-langkah yang harus adik harus lakukan untuk mendapatkan keinginan di masa depan adik?
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.
 - g.

LEMBAR KERJA 6

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Nailah binti Al-Farafishah istri Ustman bin Affan pada cerita yang telah dibaca?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....
2. Tulislah apa yang menjadicita-cita adik!
 - a.
 - b.
 - c.
 - d.
 - e.
 - f.

g.

3.

Bagaimanakah usaha yang harus adik harus lakukan untuk
menggapai cita-cita adik?

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

LEMBAR KERJA 7

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Khaulah binti Azur pada
cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Tulislah kesulitan (*bullying*) yang pernah adik alami!

a.

b.

c.

d.

e.

f.

g.

2.
Bagaimana cara adik untuk mengatasi kesulitan (*bullying*) yang pernah adik alami?

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.
- g.

LEMBAR KERJA 8

1. Bagaimanakah menurut adik karakter Sumayyah binti Khayyat pada cerita yang telah dibaca?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

2. Tulislah kesulitan-kesulitan (*bullying*) yang pernah adik alami!

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.
- g.

3. Bagaimanakah seharusnya adik maknai sebuah kesulitan (*bullying*) berdasarkan cerita yang telah adik baca?

- a.
- b.
- c.
- d.
- e.
- f.
- g.

LEMBAR EVALUASI

Tulislah hikmah/pelajaran yang adik dapatkan dari hasil membaca dan diskusi

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.
- 10.
- 11.
- 12.
- 13.

B. Evaluasi Dan Dokumentasi

Format eveluasi

	Kegiatan	Peserta
--	----------	---------

No		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Menghadiri kegiatan Terapi										
2.	Menyepakati kontrak yang ditetapkan										
3.	Aktif dalam mengikuti terapi										
4.	Mengisi lembar kerja										
5.	Mengisi lembar evaluasi										

Format dokumentasi

No	Nama siswa (inisial)	Hikmah yang ditulis siswa
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

DAFTAR PUSTAKA

1. Weekly S. Indonesia tempati posisi tertinggi perundungan di ASEAN. Sindonews [Internet]. 2017 Jul 24 [cited 2019 Jan 29]; Available from: <https://nasional.sindonews.com/read/1223442/15/indonesia-tempati-posisi-tertinggi-perundungan-di-asean-1500880739>
2. Syah MH. Mensos bunuh diri anak Indonesia 40 persen karena bullying. Liputan6 [Internet]. 2015 Nov 9 [cited 2019 Jan 29]; Available from: <https://www.liputan6.com/news/read/2361551/mensos-bunuh-diri-anak-indonesia-40-persen-karena-bullying>
3. Nurita D. Hari anak nasional, KPAI catat kasus bullying paling banyak. Tempo [Internet]. 2018 Jul 23 [cited 2019 Jan 29]; Available from: <https://nasional.tempo.co/read/1109584/hari-anak-nasional-kpai-catat-kasus-bullying-paling-banyak>
4. Andri P. Lets end bullying. Jakarta: PT. Elex Media Komputerindo. Gramedia; 2010. 4 p.
5. Tatyagita RRS, Handayani MM. Resiliensi pada remaja

- korban bullying. *J Psikol Kepribadian dan Sos* [Internet]. 2014;3(1):15–22. Available from: <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpks5b9455e229full.pdf>
6. Rahmat D. *Konseling di sekolah: pendekatan-pendekatan kontemporer*. 1st ed. Jakarta: Prenadamedia Group; 2018. 51 p.
 7. Istiarni A, Triningsih. *Jejak pena pustakawan*. 1st ed. Bantul: Azyan Mitra Media; 2018. 174 p.
 8. Muhith A, Siyoto S. *Aplikasi komunikasi terapeutik nursing&health*. 1st ed. Yogyakarta: CV. Andi Offset; 2018. 329 p.
 9. Pardeck JT. *Bibliotherapy: An innovative approach for helping children*. *Early Child Development and Care*. *Early Child Dev Care*. 1995;110:83–8.
 10. Prater, M. A., Johnstun, M. L., Dyches, T. T. & Johnstun MR. *Using Children’s Books as Bibliotherapy for At-Risk Students: A Guide for Teachers* [Internet]. 2006. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/241740144>
 11. Goddard AT. *Children’s books for use in bibliotherapy*. *J Pediatr Heal Care*. 2011;25(1):57–61.
 12. Magaji S. *Bibliotherapy as a Problem-Solving Skill of Counsellors and Teachers for Character and Skills Development in Ogun State, Nigeria*. *J Educ Pract*. 2016;7(20).
 13. Olsen MA. *Bibliotherapy: school psychologists’ report of use and efficacy* [thesis] [Internet]. [Brigham]: Brigham Young University; 2007 [cited 2019 Apr 3]. Available from: <https://scholarsarchive.byu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1408&context=etd>