

APLIKASI KONSELING BIBLIOTERAPI DENGAN MEDIA BUKU CERITA UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA ANAK DEMAM BERDARAH DENGUE (DBD)**Raafi'usan Bassamah¹, Moch. Syihabudin Nuha²**Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Indonesia¹Universitas Negeri Malang, Indonesia²Email: 04040321139@student.uinsby.ac.id¹, moch.syihabudin.2301118@students.um.ac.id²**ABSTRACT**

Anxiety is a condition where a state of worry that complains that something bad is about to happen. Anxiety is normal, but it will become a new problem if it turns out to be in an excessive condition, so it requires help from professionals. Anxiety that occurs is caused by the first time entering the hospital and installing an IV in a child. The research method used was a qualitative approach with a case study. The results showed that there was a decrease in anxiety in the counselee, the counselee also regained his enthusiasm and wanted to recover and get out of the hospital.

Keywords: *Bibliotherapy, Hospital Counseling, Storybook, Media*

Article History

Received: Desember 2024

Reviewed: Desember 2024

Published: Desember 2024

Plagirism Checker No

234fdf.756

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author**Publish by : Liberosis**

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

ISSN 3026-7889



9 773026 788009

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai wilayah yang terletak dan terbelah oleh garis khatulistiwa membuat musimnya menjadi dua saja, yaitu musim panas atau kemarau dan musim dingin atau penghujan serta hanya ada beberapa wilayah saja yang sepanjang waktu musim kemaraunya atau musim penghujannya lebih panjang. Namun memasuki bulan November, sebagian besar wilayah di Indonesia masuk ke musim penghujan. Musim penghujan kali ini diperparah karena adanya fenomena alam La Nina yang cukup panjang (Prambudi et al., 2023).

Fenomena alam La Nina menyebabkan curah hujan pada musim penghujan lebih lama. Oleh sebab itu banyak ditemukan pasien pasien yang terkena demam berdarah atau yang lebih parahnya adalah demam berdarah dengue (DBD) di rumah sakit. Dengue merupakan infeksi

virus yang ditularkan vektor utama yaitu *Aedes aegypti* dan *Ae. albopictus*. Penularan virus Dengue dalam beberapa dekade terakhir menyebar dengan cepat di beberapa negara tropis, termasuk Indonesia yang secara endemik hampir terdapat di semua wilayah (Prambudi et al., 2023).

Anak merupakan individu yang berusia 0-18 tahun secara bertahap anak akan mengalami tumbuh kembang yang dimulai dari bayi sampai remaja. Pada saat anak sakit, sangat tidak memungkinkan untuk menjalani perawatan di rumah. Kecemasan kecemasan yang muncul dari penyakit biasanya akibat perpisahan dengan keluarga, atau perlukaan tubuh dan rasa sakit, serta kehilangan kendali. Anak akan mengalami kecemasan yang sangat berat saat dilakukan tindakan pemasangan infus (Ku et al., 2025). Tindakan pemasangan infus merupakan jenis tindakan yang sangat ditakuti oleh pasien terutama pasien anak-anak, dimana dilakukan penusukan jarum atau abocate melalui transkutan pinset tajam yang steril dan disambungkan dengan spuit untuk memasukkan obat atau cairan langsung ke pembuluh darah vena sehingga anak merasa dilukai (Wilda Lestari et al., 2023).

Hasil asesmen yang dilakukan peneliti di rumah sakit menunjukkan bahwa anak mengalami kecemasan karena akan dilakukan pemasangan infus, anak merasa cemas dipisah dengan orang tua karena pada saat itu dokter melakukan pengecekan awal di unit gawat darurat, anak juga menunjukkan perilaku yang murung, sedih dan takut akan penyakit yang dibawanya yaitu demam berdarah dengue. Setelah berbicara dengan orang tua anak, anak mengalami demam yang tinggi dan orang tua langsung membawa anak ke rumah sakit tanpa diobati terlebih dahulu sendiri, karena takut akan terjadi apa apa pada anaknya. Salah satu cara untuk mengurangi kecemasan pada anak yaitu dengan memberikan suatu permainan yang unik dan dapat menarik perhatian anak (Astutik et al., 2023). Salah satu terapi bermain yang bisa digunakan untuk mengurangi kecemasan adalah menggunakan buku cerita bergambar atau buku ilustrasi.

Pemanfaatan buku sebagai media terapi disebut dengan biblioterapi yakni aktivitas menggunakan buku yang sesuai dengan usia dalam terapi pengobatan, dan biasanya dilanjutkan dengan diskusi sesuai topik masalah kehidupan yang sesuai dengan kondisi saat itu (Rahmat & Budiarto, 2021). Konseling biblioterapi bertujuan untuk memodifikasi cara berpikir negatif menjadi positif menggunakan buku cerita sebagai media terapi. Dengan menggunakan konseling biblioterapi secara bertahap peneliti berharap rasa cemas yang dialami oleh konseli bisa berkurang dengan menggunakan media buku cerita sebagai cara untuk menurunkan rasa cemas yang konseli alami.

Buku yang digunakan media terapi berjudul "Ada Pelangi dibalik Hujan, Bersama Kesulitan Ada Kemudahan". Buku ini akan memberikan motivasi semangat secara verbal dan cocok digunakan untuk mengatasi rasa cemas, rasa putus asa dalam menjalani kehidupan terutama menghadapi masa masa sulit. Konseli anak diharapkan setelah pelaksanaan konseling biblioterapi akan lebih menerima diri, kembali bersemangat hidup, hilang dari rasa cemas, takut dan kembali ceria seperti sedia kala. Konselor juga akan mengajarkan model terapi ini dengan media bercerita kepada orang tua agar mereka tetap memberikan semangat, memberikan motivasi dan terus mendoakan kesembuhan sang anak. Harapan terbesar dari pelaksanaan konseling biblioterapi adalah sang anak tidak lagi mengalami kecemasan akibat penyakitnya dan mempercepat pemulihan kesehatannya dengan menggunakan terapi bercerita.

METODE

(Penelitian adalah serangkaian kegiatan keilmiah dalam rangka memecahkan suatu permasalahan dan berfungsi sebagai penjelasan dan jawaban terhadap permasalahan serta memberikan alternatif bagi kemungkinan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah (Hasibuan et al., 2022). Rasional berarti penelitiannya dilakukan dengan cara masuk akal. Kemudian empiris yang berarti kegiatan penelitian dapat diamati oleh panca indra manusia dan yang terakhir adalah sistematis yang berarti proses yang digunakan dalam penelitian menggunakan langkah tertentu yang bersifat logis (Charisma et al., 2022).

Metode penelitian yang digunakan peneliti ini adalah studi kasus. Studi kasus merupakan penelitian yang mendalam tentang individu, satu kelompok, satu organisasi, satu program kegiatan, dan sebagainya dalam waktu tertentu. Tujuannya untuk memperoleh deskripsi yang utuh dan mendalam dari sebuah entitas. Studi kasus menghasilkan data untuk selanjutnya dianalisis untuk menghasilkan teori. Sebagaimana prosedur perolehan data penelitian kualitatif, data studi kasus diperoleh dari wawancara, observasi, dan arsip. Studi kasus bisa dipakai untuk meneliti sekolah di tengah-tengah kota di mana para siswanya mencapai prestasi akademik luar biasa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Asesmen Anak

Hasil asesmen yang dilakukan peneliti pada anak menunjukkan bahwa dia merasakan panas luar biasa karena penyakit ini. Anak berinisial A yang saat ini berumur 13 tahun, berjenis kelamin laki laki. Dia tinggal dengan orang tua dan suka sekali menanam tanaman. Namun saat itu karena beberapa hari terakhir hujan deras dan banyak air yang menggenang maka juga banyak sekali nyamuk. Dia cerita kalau tidak kuat menghadapi penyakit ini. Anak bercerita bahwa dia juga cemas akan keadaannya jika semakin memburuk, jika semakin sakit, dan melihat orang tuanya sedih melihatnya.

Anak mengalami kecemasan karena akan dilakukan pemasangan infus, anak merasa cemas dipisah dengan orang tua karena pada saat itu dokter melakukan pengecekan awal di unit gawat darurat, anak juga menunjukkan perilaku yang murung, sedih dan takut akan penyakit yang dibawanya yaitu demam berdarah dengue. Dia selalu merasa sedih dan cemas yang bisa membuat kesehatan tubuhnya juga semakin turun setiap harinya. Anak bercerita kalau dia pernah pergi ke kebun belakang rumah karena mau menanam tanaman dan memang disana banyak nyamuknya. Hal ini tidak diceritakannya ke orang tua karena takut dimarahi oleh mereka.

Hasil Asesmen Orang Tua

Hasil asesmen yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa kejadian bermula saat minggu terakhir ini yang selalu hujan deras dan banyak disekitar rumah air menggenang. Lalu saat itu anaknya panas demam biasa, kemudian diobati terlebih dahulu dengan penurun panas. Selang beberapa hari kemudian anaknya kembali panas tinggi, karena khawatir terjadi apa apa maka mereka membawa anaknya ke klinik terdekat. Hasil sudah keluar bahwa anaknya terkena penyakit demam berdarah dan perlu dirujuk ke rumah sakit.

Orang tua satu anak ini langsung membawa anaknya ke rumah sakit dan masuk ke ruang unit gawat darurat. Setelahnya dokter melakukan tes darah anak ke laboratorium. Dokter menyampaikan ke mereka bahwa anaknya terkena demam berdarah dengue (DBD) yang perlu dirawat di rumah sakit sampai sembuh. Segera setelah mengetahui hasil dari dokter, orang tua langsung mempersiapkan segala hal untuk mendampingi anak di rumah sakit itu. Orang tua juga cemas melihat anaknya yang terbaring tidak berdaya di ranjang. Orang tua berharap anaknya segera sembuh dan pulang dengan sehat serta kembali beraktivitas seperti sedia kala.

Kecemasan

Kecemasan adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi (Oktamarin et al., 2022). Kecemasan merupakan serangkaian respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa dikatakan abnormal jika tingkatannya tidak sesuai atau melebihi proporsi ancaman, atau sepertinya datang tanpa ada penyebabnya, yaitu apabila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan. Menurut Stuart, kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan ketidakberdayaan. Keadaan emosi yang dialami konseli tidak mendeatil, kecemasan dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal dan berada dalam suatu rentang.

Menurut Fortinash & Worner, gejala kecemasasn sering diidentifikasi sebagai bagian lain dari gangguan jiwa. Kecemasan sangat umum terjadi pada semua manusia, semua pasti pernah mengalami kecemasan dan terkadang mereka menghabiskan banyak waktu, usaha, dan materi untuk menghindari atau mengurangi kecemasan yang dialaminya. Menurut Namora Lumongga Lubis, kecemasan adalah tanggapan dari sebuah ancaman nyata ataupun khayal. Individu mengalami kecemasan karena adanya ketidakpastian dimasa mendatang.

Kecemasan terbentuk ketika berpikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi. Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah rasa takut dan khawatir akan situasi tertentu atau sedang memikirkan suatu kejadian yang tidak menyenangkan terjadi. Kecemasan pada anak menyumbang 6,5% secara global yang dapat melumpuhkan dan menimbulkan risiko yang baru pada kesehatan mental anak. Sehingga anak anak yang mengalami kecemasan yang berlebihan akan meningkatkan komorbiditasnya (Merrin et al., 2024).

Jenis Kecemasan

1. Gangguan Panik

Gangguan panik mencakup munculnya serangan panik yang berulang dan tidak terduga. Serangan-serangan panik melibatkan reaksi kecemasan yang intens disertai dengan simtom-simtom fisik, seperti jantung yang berdebar-debar, nafas cepat, nafas tersengal atau kesulitan bernafas, banyak mengeluarkan keringat, dan terdapat rasa lemas dan pusing. Suatu diagnosis gangguan panik didasarkan pada kriteria sebagai berikut:

- a. Mengalami serangan panik secara berulang dan tidak terduga (sedikitnya dua kali).
- b. Sedikitnya satu dari serangan tersebut diikuti oleh setidaknya satu bulan rasa takut yang persisten dengan adanya serangan berikutnya atau merasa cemas akan

implikasi atau konsekuensi dari serangan (misalnya, takut kehilangan akal “menjadi gila” atau serangan jantung) atau perubahan tingkah laku yang signifikan. Gangguan panik biasanya dimulai pada akhir masa remaja sampai pertengahan usia 30an tahun. Perempuan mempunyai kemungkinan dua kali lebih besar untuk mengembangkan gangguan panik (Oktamarin et al., 2022).

2. Gangguan Cemas Menyeluruh

GAD (generalized anxiety disorder) yaitu suatu gangguan kecemasan yang ditandai dengan perasaan cemas yang umum dan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi dan keadaan peningkatan ketegangan tubuh. GAD ditandai dengan kecemasan yang persisten yang tidak dipicu oleh suatu objek, situasi atau aktivitas yang spesifik, tetapi lebih merupakan apa yang disebut Freud dengan “mengambang bebas” (free floating) (Terlizzi & Villarroel, 2020).

3. Gangguan Obsesif Kompulsif

Obsesif adalah pikiran, ide, atau dorongan yang intrusif dan berulang yang berada di luar kemampuan seseorang untuk mengendalikannya. Obsesi dapat menjadi sangat kuat dan persisten sehingga dapat mengganggu kehidupan sehari-hari dan menimbulkan distress serta kecemasan yang signifikan. Kompulsif terjadi sebagai jawaban terhadap pikiran obsesif dan muncul dengan cukup sering serta kuat sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari atau menyebabkan distress yang signifikan. Contoh pola perilaku kompulsif yaitu mengecek kembali pekerjaan secara berulang-ulang, terus menerus mencuci tangan supaya bersih, mengecek kembali berulang-ulang saluran gas sebelum meninggalkan rumah.

4. Gangguan Fobia

Gangguan phobia adalah rasa takut yang persisten terhadap objek atau situasi yang tidak sebanding dengan ancamannya. Orang dengan gangguan phobia tidak kehilangan kontak dengan realitas, mereka biasanya tahu bahwa ketakutan mereka itu berlebihan dan tidak pada tempatnya. Orang dengan phobia mengalami ketakutan untuk hal-hal yang biasa yang untuk orang lain sudah tidak difikirkan lagi, seperti naik elevator atau naik mobil di jalan raya.

5. Gangguan Stres Akut dan Stres Pasca Trauma

Gangguan stres akut adalah suatu reaksi yang diperkirakan dari seseorang yang mengalami suatu trauma yang sangat berat, saat ini individu membutuhkan jumlah dan jenis stres yang berbeda untuk menimbulkan gangguan tersebut. Gangguan stress akut secara khas akan menghilang setelah 1 hingga 2 minggu (apabila berlanjut), tetapi jika gangguan berlangsung lebih dari sebulan, diagnosis perlu diubah menjadi gangguan stres pasca trauma. Gangguan stress akut (acute stress disorder/ASD) adalah suatu reaksi maladaptif yang terjadi pada bulan pertama sesudah pengalaman traumatis. Gangguan stres pasca trauma (post traumatic stress disorder/PTSD) adalah reaksi maladaptive yang berkelanjutan terhadap suatu pengalaman traumatis.

Kecemasan berkembang seiring keadaan zaman saat ini biasanya selama jangka waktu dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Menurut Savitri Ramaiah ada beberapa faktor yang menunjukkan reaksi kecemasan, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Lingkungan, Lingkungan menjadi faktor utama penyebab seseorang terindikasi kecemasan. Lingkungan tempat tinggal akan mempengaruhi cara berfikir individu tentang dirinya sendiri maupun cara memandang orang lain yang mungkin disebabkan terdapat pengalaman yang kurang menyenangkan pada individu dengan keluarga, sahabat, ataupun dengan rekan kerja dan menyebabkan individu tersebut merasa tidak aman, tidak nyaman terhadap lingkungannya.
2. Emosi yang terkendali, Kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaannya sendiri dalam hubungan personal, terutama jika dirinya menekan rasa amarah atau frustrasi dalam jangka waktu yang sangat lama.
3. Sebab fisik, Pikiran dan tubuh manusia saling berinteraksi dan dapat menimbulkan gejala kecemasan. Hal ini terlihat dalam kondisi seperti misalnya kehamilan, semasa remaja dan sewaktu pulih dari suatu penyakit. Selama ditimpa kondisi kondisi ini terdapat perubahan yang lazim muncul dan dapat diindikasikan sebagai gejala kecemasan.

Kecemasan dalam Perspektif Islam

Dalam kacamata islam, kecemasan merujuk pada Al Qur'an sebagai emosi takut. Menurut Abdul Hasyim, kata khashyah diartikan takut kepada Allah SWT, takut akan disiksa, takut tidak mendapatkan ridha-Nya. Dalam Al Qur'an disebutkan kata jazaa'u, khauf, faza' yang sama sama memiliki pengertian ragu ragu, cemas, khawatir.

1. Khauf atau ketakutan, Secara bahasa khauf adalah takut, kecemasan, kebingungan; dapat juga diartikan sebagai faza' yang artinya khawatir (Anam, 2023). Kata khauf, khashyah dan taqwa memiliki kedekatan makna, namun tidak sama. Khashyah lebih tinggi tingkatannya dari khauf atau ketakutan sangat. Khashyah adalah rasa takut karena kebesaran dan keagungan sesuatu yang ditokohkan, walaupun yang takut adalah juga yang kuat. Sedangkan khauf terjadi karena lemahnya mental orang yang takut walaupun yang ditakuti adalah sesuatu yang sepele. Menurut Ibn al Qayyim, orang yang mengalami khauf, merespon dengan lari dan menjauh dari obyek yang ditakuti, sedangkan orang yang mengalami khashyah bereaksi dengan pengetahuan dan mendekat kepada obyek.
2. Yahzan atau susah, Yahzan terambil dari akar kata hazn, atau huzn yang berarti sedih lawan bahagia, kesulitan, sengsara (Anam, 2023). Sedih merupakan lawan dari kemudahan, atau dapat juga diartikan dengan kurangnya kebahagiaan dan kesenangan; dapat juga bermakna jabal (membentuk atau gunung). Kata khauf disebut secara beriringan dengan huzn dalam bentuk negatif. Perbedaannya takut adalah kegoncangan hati yang menyangkut sesuatu yang negatif di masa akan datang, dan sedih adalah kegelisahan menyangkut sesuatu negatif yang pernah terjadi. Bisa jadi mereka takut, tetapi ketakutan itu tidak mengatasi kemampuan untuk bertahan dan juga tidak meliputi seluruh jiwa raga. Demikian juga dengan kesedihan. Sebagai manusia tentu saja tidak luput dari kesedihan, tetapi itu tidak akan berlanjut.
3. Daiq atau kesempitan Jiwa, Daiq terambil dari kata daqa, yang memiliki arti sempit, ragu dalam hati. Dalam al-Qur'an sendiri pola dasar ضيق diulang sebanyak 13 kali, yang terdiri

dari dipakai kata benda sebanyak 5 kali. Sedangkan dipakai dalam kata kerja sebanyak 8 kali. Kesempitan jiwa yang dimaksudkan disini adalah perasaan gunda gulana atau keraguan yang ada dalam hati seorang manusia.

4. Halu'a atau gelisah, Kata halu'a terambil dari kata hala' yang berarti cepat gelisah; hala' dapat diartikan hirsh adalah kikir; juga diartikan sama dengan kesedihan mendalam, ja'a (lapar); dalam pendapat lain diartikan raguragu, cemas, resah, kurang sabar dan berkeinginan meluap-luap semacam rakus. Keinginan meluap inilah yang menjadikan manusia goyah dan bimbang ketika ia disentuh oleh keburukan dan enggan memberi kebaikan itu ketika ia memperolehnya serta mengutamakan dirinya sendiri atas orang lain, kecuali bila ia menilai bahwa memberinya mengundang kedatangan kebaikan dan manfaat yang lebih besar buat dirinya. Dengan demikian, keluh kesah ketika disentuh keburukan dan kikir ketika meraih kebaikan dan rizeki merupakan akibat dari penciptaanya menyandang sifat hala', yakni gelisah dan berkeinginan meluap.

Demam Berdarah Dengue (DBD)

Demam berdarah dengue merupakan salah satu jenis dari penyakit arbovirus. Arbovirus artinya virus yang ditularkan melalui gigitan artrooda, seperti nyamuk Arbovirus adalah kependekan dari arthropod-borne-viruses. Jika nyamuk itu menghisap darah manusia yang sedang dalam viremi, virus akan berkembang biak dalam tubuh nyamuk tersebut sampai masa inkubasi. Kemudian, nyamuk itu dapat menularkan virus melalui gigitany ke manusia lain. Infeksi arbovirus ini dapat menyebabkan timbulnya penyakit demam berdarah dengue. Jadi demam berdarah dengue merupakan manifestasi klinis dari penyakit arbovirus (Frida, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015 penyakit ini sudah menyebar ke seluruh dunia. Perkiraan terakhir menunjukkan 390 juta jiwa di 128 negara berada pada resiko terinfeksi DBD per tahun. Indonesia adalah salah satu daerah endemis DBD. Sejak tahun 2004, Indonesia merupakan negara dengan 9 laporan kasus infeksi virus dengue terbanyak. Peningkatan jumlah ini diiringi dengan penurunan mortalitas DBD dari 3,4% menjadi 1%. Data dari kemenkes RI pada tahun 2016 jumlah kasus DBD di Indonesia sebanyak 201.885 (penduduk) dengan 1.585 kematian (CFR: 0,79%) (Penyakit, 2023).

Nyamuk *Aedes Aegypti* merupakan pembawa virus dari penyakit Demam Berdarah. Cara penyebarannya melalui nyamuk yang menggigit seseorang yang sudah terinfeksi virus demam berdarah. Virus ini akan terbawa dalam kelenjar ludah si nyamuk. Virus Dengue berada dalam darah selama 4-7 hari mulai 1-2 hari sebelum demam. Bila penderita Demam Berdarah Dengue (DBD) digigit nyamuk penular, maka virus dalam darah akan ikut terhisap masuk ke dalam lambung nyamuk. Selanjutnya, virus akan memperbanyak diri dan tersebar di berbagai jaringan tubuh nyamuk, termasuk di dalam kelenjar liurnya (Sutriyawan, 2021).

Nyamuk demam berdarah ini memiliki siklus hidup yang berbeda dari nyamuk biasa. Nyamuk ini aktif dari pagi sampai sekitar jam 3 sore untuk menghisap darah yang juga berarti dapat menyebarkan virus demam berdarah. Sedangkan pada malam hari, nyamuk ini tidur (Tansil et al., 2021). Maka, berhati-hatilah terhadap gigitan nyamuk pada siang hari dan cegah nyamu ini menggigit anak yang sedang tidur siang. Kebiasaan dari nyamuk ini adalah dia senang berada di genangan air bersih dan di daerah yang banyak pohon seperti di taman atau kebun.

Genangan air pada pot bunga. mungkin menjadi salah satu tempat favorit nyamuk yang dapat terlupakan oleh Anda.

Untuk memastikan diagnosis DBD tidak hanya dilihat dari gejala yang muncul. Namun perlu adanya pemeriksaan lanjutan seperti laboratorium dan serologis (Budi Yulianto et al., 2023).

1. Pemeriksaan Laboratorium, Pemeriksaan ini dilakukan untuk memeriksa jumlah trombosit dan adanya rembesan plasma karena peningkatan permeabilitas vaskuler atau dikenal dengan haemoconcentration. Pada penderita DBD, ditemukan jumlah trombosit dalam tubuh mengalami penurunan yang drastis sampai mencapai 100.000 sel/mm^3 atau bahkan dapat lebih rendah. Adapun pada pemeriksaan hematokrit sama atau $>20\%$ di atas rata-rata usia, jenis kelamin, dan populasi. Selain itu terdapat tanda-tanda rembesan plasma seperti efusi pleura, asites, dan hipoproteinemia.
2. Pemeriksaan Serologis, Pemeriksaan serologis dilakukan dengan Haemoagglutination Inhibition Test (HIT) yang berguna untuk mengetahui terjadinya peningkatan titer antibody darah yang diambil dengan kertas filter atau serum penderita. Adapun hasil pemeriksaan serologi adalah sebagai berikut:
 - a. Apabila titer antibodi kurang dari $1/20$ dan titer antibodi fase konvelesen meningkat 4 kali atau lebih tetapi kurang dari $1/2560$, berarti infeksi primer.
 - b. Apabila titer antibodi akut kurang dari $1/20$ atau lebih sedangkan titer antibody fase konvelesen meningkat lebih besar atau sama dengan $1/2560$, berarti merupakan infeksi ulangan.
 - c. Apabila titer antibody akut kurang dari $1/20$ atau lebih sedangkan titer antibody fase konvelesen naik lebih dari atau sama dengan 4 kali, berarti merupakan infeksi ulangan.
 - d. Apabila titer antibodi akut lebih atau sama dengan $1/1280$ dan titer antibody fase konvelesen tetap atau naik, berarti merupakan infeksi baru.

Konseling Biblioterapi

Biblioterapi menurut bahasa Yunani berasal dari kata biblus yang berarti buku, dan therapy yang berarti upaya bantuan psikologis (Rahmat & Budiarto, 2021). Dari pengertian dua kata tersebut dapat didefinisikan biblioterapi adalah upaya bantuan psikologis yang diberikan konselor kepada konseli dengan menggunakan buku sebagai media terapi (Rahmat & Budiarto, 2021). Menurut Jachma, biblioterapi adalah dukungan psikoterapi melalui bahan bacaan untuk membantu konseli yang mengalami permasalahan personal. Buku dalam proses terapi ini menjadi multifungsi yaitu selain untuk menambah wawasan dari konseli, juga digunakan sebagai alat terapi melalui konteks buku yang dipakai (Ku et al., 2025). Dimana, tujuan dari biblioterapi ini adalah informasi yang didapat oleh konseli dari literature atau bacaan yang digunakan dalam terapi dapat mengubah perilaku konseli, dengan syarat konseli dapat betul-betul berusaha mematuhi konteks dari literature tersebut.

Biblioterapi adalah terapi yang digunakan fasilitator (konselor) kepada konseli untuk membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan menggunakan media buku yang sesuai dengan permasalahan konseli. Sehingga setelah konselor mengarahkan konseli untuk membaca buku yang sesuai dengan permasalahan konseli konseli bisa mengatasi permasalahan dengan serangkaian proses yang diikuti. Tujuan konseling biblioterapi secara umum sama

dengan tujuan bimbingan konseling yakni meningkatkan konsep diri konseli, meningkatkan pemahaman konseli terhadap perilaku dan motivasi, meningkatkan penerimaan terhadap diri sendiri, memberikan konseli cara untuk menemukan solusi dari permasalahannya melalui buku yang dibaca, mengurangi tekanan psikologis dan mental, memberikan support, membantu konseli untuk mendiskusikan masalah yang dialami dengan terbuka. Dan tujuan secara khususnya adalah untuk memecahkan masalah yang dihadapi oleh konseli. Sehingga tujuan khusus biblioterapi sangat bergantung pada jenis masalah konseli juga kemampuan konseli dalam menghadapi permasalahan yang dihadapi.

Manfaat konseling biblioterapi adalah untuk menangani rasa dilema dan situasi sulit lainnya dengan media buku cerita, memperoleh pemecahan masalah melalui buku yang dibaca, mendapatkan wawasan sekaligus solusi alternatif dari keputusan yang konseli ambil, dalam hal ini melalui melihat dan membaca karakter atau cerita yang ada dalam buku cerita, mengubah konsep diri, meningkatkan motivasi konseli, menemukan jati diri yang lebih baik dari sebelumnya, menjadi alternatif untuk berdiskusi, membantu merencanakan sebuah langkah kerja dalam menyelesaikan masalah (Achmad, 2023).

Kemudian terdapat dua macam tipe biblioterapi, yang pertama adalah tipe klinis merupakan bentuk psikoterapi yang dilakukan oleh orang yang berprofesi dibidang kesehatan atau orang yang sudah ahli dibidangnya seperti konselor, psikiater, psikolog, pekerja sosial. Fasilitator klinis biasanya adalah orang terapis dan partisipannya adalah orang yang sakit. Tipe klinis memiliki tujuan membantu konseli untuk memperoleh keadaan diri menjadi lebih baik. Dalam tipe ini fungsi terapi biblioterapi adalah membentuk kehidupan individu. Seorang pasien yang menderita penyakit atau mengalami cacat tertentu dapat merasakan suatu kepuasan tertentu dengan membaca biografi atau cerita keberhasilan penyesuaian diri dari orang yang mengalami penderitaan yang sama. Begitupun orang yang mengalami gangguan psikologis seperti mengalami cemas terhadap masa depan akan mengalami rasa tenang ketika membaca buku tentang mempersiapkan diri dimasa depan (Astutik et al., 2023).

Dan yang kedua adalah tipe pendidikan atau humanistik merupakan tipe yang dilakukan oleh konselor, guru dan petugas perpustakaan dalam setting pendidikan. Fasilitatornya adalah pimpinan atau manajer kelompok dan partisipannya adalah orang yang sehat, misalnya siswa. Tujuan dari tipe ini adalah membantu partisipan untuk bisa mengaktualisasi diri yang lebih besar. Dalam tipe pendidikan ini, terapi biblioterapi dapat memperluas pandangan seseorang tentang perbedaan kondisi manusiawi, sehingga diperoleh pandangan yang luas mengenai perbedaan kondisi yang sifatnya manusiawi. Di samping itu, terapi ini juga membantu membuka wawasan adanya nilai-nilai yang beraneka ragam yang dapat membangun hidup seseorang. Pada akhirnya seseorang dapat memahami berbagai kondisi sosial seperti kemiskinan, prasangka sosial, dan sebagainya serta dapat memberikan tekanan terhadap pola-pola kehidupan individu (Astutik et al., 2023).

Sasaran atau target dari kedua tipe diatas biasanya adalah pasien di rumah sakit, veteran perang, anak anak nakal, orang yang memerlukan bantuan dalam mengatasi penyalahgunaan obat dan alkohol, siswa yang memerlukan bimbingan pendidikan dan karir serta individu yang sedang berada dalam kegiatan psikoterapi, konseling perkawinan dan lain sebagainya (Astutik et al., 2023).

Konseling biblioterapi dilakukan dalam lima tahapan utama baik dilakukan secara perorangan maupun kelompok, lima tahapan tersebut adalah:

1. Pertama, diawali dengan motivasi. Terapis dapat memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan atau bermain peran, yang dapat memotivasi peserta untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan terapi.
2. Kedua, berikan waktu yang cukup. Terapis mengajak peserta untuk membaca bahan-bahan bacaan yang telah disiapkan hingga selesai. Yakinkan, terapis telah akrab dengan bahan-bahan bacaan yang disediakan.
3. Ketiga, lakukan inkubasi. Terapis memberikan waktu kepada peserta untuk merenungkan isi bacaan dari buku yang telah dibaca.
4. Keempat, tindak lanjut. Sebaiknya tindak lanjut dilakukan dengan metode diskusi. Lewat diskusi peserta mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu terapis membantu peserta untuk merealisasikan pengetahuan itu di dalam hidupnya.
5. Kelima, evaluasi. Sebaiknya evaluasi dilakukan secara mandiri oleh peserta. Hal ini memancing peserta untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti pengalaman yang dialami (Rizai, 2021).

Pelaksanaan Konseling

1. Pelaksanaan
 - a. Pertama, diawali dengan motivasi. konselor memberikan kegiatan pendahuluan, seperti permainan atau bermain peran, yang dapat memotivasi konseli untuk terlibat secara aktif dalam kegiatan terapi.
 - b. Kedua, memberikan waktu yang cukup. Konselor mengajak konseli untuk membaca bahan-bahan bacaan yang telah disiapkan hingga selesai. Pada saat ini konselor dan konseli sudah saling percaya dan terbuka satu sama lain.
 - c. Ketiga, melakukan inkubasi. Konselor memberikan waktu kepada konseli untuk merenungkan isi bacaan dari buku yang telah dibaca.
 - d. Keempat, tindak lanjut. Konselor bersama konseli melakukan diskusi tentang buku yang dibaca. Lewat diskusi konseli mendapatkan ruang untuk saling bertukar pandangan sehingga memunculkan gagasan baru. Lalu konselor membantu konseli untuk merealisasikan pengetahuan itu di dalam hidupnya.
 - e. Kelima, evaluasi. Konselor melakukan evaluasi proses maupun hasil kepada konseli selama pelaksanaan konseling. Hal ini memancing konseli untuk memperoleh kesimpulan yang tuntas dan memahami arti buku bacaan yang dibaca dan bagaimana menerapkan untuk keadaannya saat ini

2. Follow Up

Follow up atau tindak lanjut dilakukan saat setelah evaluasi proses maupun hasil tidak menunjukkan hal hal yang positif, tindak lanjut dari sesi konseling ini adalah mengganti buku bacaan yang lebih mudah dipahami dan berisi amanat amanat motivasi serta dorongan untuk sembuh.

Hasil Konseling

Penelitian ini melibatkan An. A sebagai partisipan. An. A berusia 13 tahun, diagnosa medis Demam Berdarah Dengue (DBD), jenis kelamin laki laki dan beragama islam. An. A masuk rumah sakit pada tanggal 4 April 2024 karena demam sudah 4 hari. Konseli merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Riwayat kesehatan sebelumnya konseli tidak pernah masuk rumah sakit, tidak mengalami operasi dan tidak pernah mengalami kecelakaan. Selama di rumah sakit, An. A ditemani dengan ibunya. Ibunya mengatakan selalu memperhatikan kebersihan diri konseli maupun lingkungan.

Hasil asesmen yang terlihat pada An. A adalah konseli terlihat cemas, konseli mengatakan merasa takut, lemah, terlihat tegang, lesu, terlihat gelisah, konseli juga mengatakan tidak bisa beristirahat dengan nyaman. Ibunya juga cemas jika anaknya tidak kunjung sembuh dan terlihat pucat sepanjang hari. Hasil penelitian dengan pemberian konseling biblioterapi menggunakan media buku cerita oleh konselor dan dibantu dengan ibunya ditunjukkan berkurangnya tanda tanda yang terlihat pada asesmen, yaitu kembali ceria, kembali bersemangat, ingin segera sembuh, pucat di wajahnya berkurang. An. A juga senang sekali diajak untuk bercerita dan mencari apa amanat yang bisa diambil dari buku cerita yang telah dibacanya maupun yang dibacakan konselor.

Biblioterapi dengan media buku cerita juga menyebabkan anak berkomunikasi secara tenang dan nyaman dengan perawat. An. A juga sering tersenyum dan mulai banyak bicara serta tidak menolak jika ada perawat datang. Hasil ini menunjukkan bahwa biblioterapi dengan media buku cerita dapat menurunkan kecemasan anak di rumah sakit. Konseling yang dilakukan konselor juga dapat meningkatkan hubungan antara perawat dan konseli, memulihkan rasa mandiri, dapat mengekspresikan rasa tertekan, permainan terapeutik dapat meningkatkan penguasaan, pengalaman yang terapeutik, permainan kompetisi dapat menurunkan stres, membina tingkah laku positif dan alat komunikasi antara perawat dan klien (Tualaka & Sensussiana, 2024).

SIMPULAN

Biblioterapi adalah terapi yang digunakan fasilitator (konselor) kepada konseli untuk membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi dengan menggunakan media buku yang sesuai dengan permasalahan konseli. Sehingga setelah konselor mengarahkan konseli untuk membaca buku yang sesuai dengan permasalahan konseli Konseli bisa mengatasi permasalahan dengan serangkaian proses yang diikuti. Kecemasan merupakan serangkaian respon yang tepat terhadap ancaman, tetapi kecemasan bisa dikatakan abnormal jika tingkatannya tidak sesuai atau melebihi proporsi ancaman, atau sepertinya datang tanpa ada penyebabnya, yaitu apabila bukan merupakan respon terhadap perubahan lingkungan.

Demam berdarah dengue merupakan salah satu jenis dari penyakit arbovirus. Arbovirus artinya virus yang ditularkan melalui gigitan artrooda, seperti nyamuk Arbovirus adalah kependekan dari arthropod-borne-viruses, misalnya Aedes Aegypti. Dan hasil penelitian ini menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada anak yang mengalami demam berdarah dengue di rumah sakit setelah diberikan konseling biblioterapi menggunakan media buku cerita. Maka disarankan untuk peneliti selanjutnya agar menggunakan sampel lain dengan kondisi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, M. (2023). Hubungan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi dalam Pembiasaan Sholat Anak Kelas IV di SDN 20 Battang. *AT-TAWASSUTH: Jurnal Ekonomi Islam*, VIII(I), 1–19.
- Anam, K. (2023). Rahasia Di Balik Penyandingan Kata Khauf Dan Hazan Dalam Tafsir Kementerian Agama Republik Indonesia Versi Aplikasi. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*, 01, 1–23.
- Astutik, I., Surya Kurniawan, A., & Trigantara, R. (2023). Pengaruh Biblioterapi Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Anak Usia 6-12 Tahun Yang Menjalakan Kemoterapi Di Ruang Tondano Rsud Dr Saiful Anwar Malang. *Professional Health Journal*, 4(2), 334–344. <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/PHJ>
- Budi Yulianto, Santosa, B. J., & Handoyo. (2023). *Memberdayakan masyarakat mencegah dan mengatasi DBD/ DHF Dengan PSN 3 M Plus*. [https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=OVrcEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=2.%09Pemeriksaan+Serologis,+Pemeriksaan+serologis+dilakukan+dengan+Haemoagglutination+Inhibition+Test+\(HIT\)+yang+berguna+untuk+mengetahui+terjadinya+peningkatan+titer+antibody+darah](https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=OVrcEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA7&dq=2.%09Pemeriksaan+Serologis,+Pemeriksaan+serologis+dilakukan+dengan+Haemoagglutination+Inhibition+Test+(HIT)+yang+berguna+untuk+mengetahui+terjadinya+peningkatan+titer+antibody+darah)
- Charismana, D. S., Retnawati, H., & Dhewantoro, H. N. S. (2022). Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Ppkn Di Indonesia: Kajian Analisis Meta. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan PKN*, 9(2), 99–113. <https://doi.org/10.36706/jbti.v9i2.18333>
- Frida, N. (2020). *Mengenal Demam Berdarah Dengue*. ALPRIN: Finishing & Binderyshop.
- Hasibuan, S., Rodliyah, I., Thalhah, S. Z., Ratnaningsih, P. W., & E, A. A. M. S. (2022). Media penelitian kualitatif. In *Jurnal EQUILIBRIUM* (Vol. 5, Issue January).
- Ku, S. H., Chua, J. S., & Shorey, S. (2025). Effect of storytelling on anxiety and fear in children during hospitalization: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 80, 41–48. <https://doi.org/10.1016/J.PEDN.2024.11.006>
- Merrin, G. J., Wang, J. H., Kiefer, S. M., Jackson, J. L., Pascarella, L. A., Huckaby, P. L., Blake, C. L., Gomez, M. D., & Smith, N. D. W. (2024). Adverse Childhood Experiences and Bullying During Adolescence: A Systematic Literature Review of Two Decades. In *Adolescent Research Review* (Vol. 9, Issue 3, pp. 513–541). Springer Science and Business Media Deutschland GmbH. <https://doi.org/10.1007/s40894-023-00229-5>
- Oktamarin, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Oktaria, S. W., Sukmawati, S., & Apriyani, T. (2022). Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*, 1(02), 119–134. <https://doi.org/10.62668/bharasumba.v1i02.192>
- Penyakit, D. J. P. dan P. (2023). *Laporan Tahunan 2022 Demam Berdarah Dengue*. Kementerian Kesehatan RI.
- Prambudi, M. R. M., Kurniawan, V. R., Hidayat, D. D., Faridz, H. M., & Herbawani, C. K. (2023). Studi Literatur: Faktor Perubahan Iklim Dan Kaitannya Dengan Demam Berdarah Dengue (Dbd) Di Indonesia. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(3), 766–778. <https://doi.org/10.33024/jmm.v7i3.10482>
- Rahmat, H. K., & Budiarto, A. (2021). Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam Menggunakan Metode Biblioterapi Sebagai Sebuah Penanganan Trauma Healing [Reducing the Psychological Impact of Natural Disaster Victims Using Bibliotherapy Method As a

- Trauma Healing Handler]. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1(1), 25–38. <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.59>
- Rizai, M. (2021). Konseling Kelompok Dengan Teknik Biblioterapi Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Anak: Sebuah Kajian Literatur [Group Counseling With Bibliotherapy Techniques To Reduce Online Game Addiction in Children: a Literature Review]. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1(2), 101–114. <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i2.79>
- Sutriyawan, A. (2021). Pencegahan Demam Berdarah Dengue (Dbd) Melalui Pemberantasan Sarang Nyamuk. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 1–10. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9i2.1788>
- Tansil, M. G., Rampengan, N. H., & Wilar, R. (2021). Faktor Risiko Terjadinya Kejadian Demam Berdarah Dengue Pada Anak. *Jurnal Biomedik:JBM*, 13(1), 90. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.1.2021.31760>
- Terlizzi, E. P., & Villarroel, M. A. (2020). Symptoms of Generalized Anxiety Disorder Among Adults: United States, 2019. *NCHS Data Brief*, 378, 1–8.
- Tualaka, M. S. M., & Sensussiana, T. (2024). *Asuhan Keperawatan Pada Anak Demam Berdarah Dengue (Dbd): Ansietas Dengan Intervensi Terapi Video Animasi*.
- Wilda Lestari, N., Rosyadi, I., & Tuah Pekanbaru, H. (2023). Pengaruh Parental Holding Terhadap Distress Anak Selama Prosedur Pemasangan Infus Di Ruang Anak Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center. *Ensiklopedia of Journal*, 5(4), 192–198. <https://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/1842>