

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan pengertiannya, terapi merupakan sebuah bentuk usaha untuk menyembuhkan kesehatan orang dalam keadaan sakit, pengobatan dan perawatan terhadap sebuah penyakit. Selain itu dalam bidang medis, istilah terapi sama artinya dengan pengobatan.¹ sedangkan di dalam kamus lengkap psikologi, terapi merupakan suatu tindakan dan pengobatan yang ditunjukkan kepada pemulihan terhadap suatu kondisi patologis (pengetahuan tentang penyakit atau gangguan).²

Singgih berpendapat bahwa terapi merupakan bentuk tindakan perawatan pada aspek kejiwaan individu yang di diagnosa mengalami suatu gangguan ataupun penerapan sebuah teknik yang secara khusus digunakan untuk menyembuhkan gangguan psikologis dan pada kesulitan-kesulitan seperti dalam penyesuaian diri.³ Ada banyak jenis terapi yang biasa digunakan terapis dalam membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh klien, salah satunya adalah Biblioterapi (*Bibliotherapy*).

Biblioterapi merupakan sebuah terapi ekspresif yang di dalamnya melibatkan hubungan individu dengan isi/makna yang terdapat dalam sebuah material bacaan atau *literature*. Biblioterapi juga dapat disebut sebagai terapi membaca yang dalam artian merupakan sebuah terapi yang di dalamnya seseorang yang dianggap mengalami gangguan psikologis diarahkan untuk membaca sebuah buku atau material bacaan lainnya yang bersifat dapat membantu dan motivasional terhadap individu dalam mempercepat proses pemulihan sehingga biblioterapi bisa dikatakan sebagai salah satu terapi yang melibatkan kegiatan

¹ Suharso dan Ana Retnoningsih, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Semarang, Widya Karya, 2013), hal. 506.

² J.P Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta, Pt. Raja Grafindo, 2001), hal. 507.

³ Rusna Mala Dewi, *Terapi Penyimpangan Seksual Lesbian Menurut Islam*, (Palembang, UIN Raden Fatah, 2007), hal. 13

membaca sebuah *literature* dalam membantu individu tersebut dalam mengatasi masalah dan gangguan yang sedang dialami.⁴

Materi bacaan yang dapat dijadikan media penunjang untuk biblioterapi dapat dipilih dari berbagai *literature* yang di dalamnya terdapat sebuah pesan atau cara-cara penyelesaian sebuah masalah. Materi bacaan tersebut dapat berupa buku atau karya tulis lainnya yang disesuaikan dengan jenis permasalahan yang sedang dihadapi oleh individu dan sebaiknya *literature* yang dipilih memiliki gambaran dan gaya bahasa yang menarik.⁵ Sebagai sebuah *literature*, sastra sufistik merupakan sesuatu yang sangat cocok jika dikaji sebagai media untuk biblioterapi.

Sastra sufistik adalah ragam karya sastra yang mendapat pengaruh kuat dari sastra para sufi atau sastra tasawuf, termasuk sistem pencitraan, penggunaan lambang dan metafora.⁶ Sastra sufistik juga biasanya mengandung nilai-nilai tasawuf dan pengalaman tasawuf serta ungkapan-ungkapan kerinduan sastrawan terhadap Tuhan, hakikat hubungan mahluk dengan khalik, dan perilaku yang tergolong dalam pengalaman religius. Jadi, sastra sufistik mempunyai ikatan yang kuat dengan tasawuf dan sastra sufi karena keduanya adalah sumber ilham bagi sastrawan dalam menciptakan karyanya.

Dalam agama Islam sendiri, adanya tasawuf dan sastra menjadi sebuah pelengkap dalam mengekspresikan kecintaan setiap hamba kepada Allah SWT. Tentunya bagi para sufi, sastra hadir bukan hanya sebagai tujuan belaka. Namun, hal tersebut juga sebagai sarana untuk mengekspresikan perasaan-perasaan untuk bukti tentang kecintaan seorang hamba pada Tuhannya. Tidak cukup sampai di sana, sastra juga hadir sebagai media bagi seorang sufi untuk mewujudkan pikiran, ide-ide, nasihat atau gagasan menjadi sesuatu yang dapat dimaknai

⁴ Neni Noviza, *Tradisi Bibliotherapy di Masjid Al-Islam Muhammad Cheng Ho*, (Yogyakarta, Idea Press), hal. 19.

⁵ Lukman Fahmi, *Konseling Ekologi*, (Jakarta: Yayasan Cipta Loa Caraka, 1995) hal. 92.

⁶ Hadi W.M., Abdul. 1977. "*Tuhan, kita begitu dekat*". Dalam tergantung pada angin. Jakarta: Budaya Jaya,

keindahannya dan bahkan dijadikan acuan atau pedoman dalam beberapa kajian ilmiah yang kini hadir.⁷

Salah satu tokoh sufi yang sangat terkenal dengan sastra sufistiknya adalah Jalaluddin Rumi. Beliau mampu menciptakan sebuah tsunami kehidupan hanya dengan kata-katanya dan menghantarkan ribuan bahkan jutaan manusia dari masa ke masa menuju sebuah hakikat ketuhanan, kebebasan, kemuliaan dan tujuan hidup yang hakiki.⁸

Syair-syair yang ditulis Jalaluddin Rumi juga sudah diakui karena memiliki ciri yang identik dibandingkan para sufi penyair lain. Dalam syair-syair yang dituliskan oleh Jalaluddin Rumi, terkandung makna tentang pemahaman bahwa kehidupan duniawi hanya bisa didapatkan melalui cinta/mahabbah dan tidak semata-mata dengan menggunakan pekerjaan yang melibatkan fisik. Melalui syair-syair tersebut, Jalaluddin Rumi juga memberikan pesan bahwa Sang Kekasih merupakan satu tujuan dan tak ada yang dapat menyerupai-Nya.⁹

Berdasarkan dari permasalahan di atas, penulis merasa tertarik untuk menganalisis lebih *intens* tentang sastra sufistik karya Jalaluddin Rumi yang berfokus pada syair-syair sufistik untuk dijadikan *literature* biblioterapi dengan harapan dapat menjadi sebuah inovasi dalam sistem terapi yang nantinya dapat dijadikan acuan untuk terapis yang ingin menggunakan Biblioterapi Sufistik. Maka, penulis mengkaji permasalahan tersebut melalui skripsi yang berjudul, "*Biblioterapi Sufistik*".

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan pemaparan latar belakang yang merupakan permasalahan dalam penelitian ini maka penulis merumuskan masalahnya sebagai berikut:

1. Apa pengertian Terapi dan Biblioterapi?
2. Bagaimana Biografi Jalaluddin Rumi?

⁷ M.A. Subandi, *Konsep Psikologi Islam dalam Sastra Sufi*, Millah Vol. X, No. 1, Agustus 2010, hal. 45

⁸ Halimi Zuhdy, *Mistik Jalaluddin Rumi (Analisis Struktural dalam Puisi Jalaluddin Ar-Rumi)*, LP2M UIN Maliki Malang Indonesia: 2013, hal. 49

⁹ Halimi Zuhdy, *Mistik Jalaluddin Rumi (Analisis Struktural dalam Puisi Jalaluddin Ar-Rumi)*, LP2M UIN Maliki Malang Indonesia: 2013, hal. 4

3. Bagaimana pola Biblioterapi Sufistik Jalaluddin Rumi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian dapat diartikan sebagai sebuah misi atau sesuatu hal yang hendak dicapai dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis, serta nantinya dapat dipaparkan oleh penulis dalam pembahasan temuan ataupun hasil dari penelitian.¹⁰ Berkaitan dengan beberapa permasalahan yang sudah dijelaskan di atas, ada beberapa tujuan yang penulis yakini dapat mengarahkan untuk mendeskripsikan hasil analisis konten diantaranya sebagai berikut:

1. Untuk menjelaskan tentang Terapi dan Biblioterapi.
2. Untuk menjelaskan tentang Biografi Jalaluddin Rumi.
3. Untuk memaparkan terkait pola Biblioterapi Sufistik.

D. Manfaat

Melalui serangkaian proses dan hasil yang akan didapatkan dari penelitian ini penulis berharap dapat memberikan dampak positif dan beberapa manfaat lainnya sebagai berikut:

1. Manfaat Akademis/Teoritis

Penulis memiliki harapan yang besar agar penelitian ini dapat berperan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dengan menyajikan sebuah sudut pandang yang berbeda. Agar secara tidak langsung, penelitian ini dapat menjadi acuan dan motivasi untuk generasi selanjutnya dalam menginovasikan terapi-terapi yang sudah ada sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan zaman. Kemudian, penulis berharap penelitian ini dapat memberikan pembahasan menarik terkait kajian psikoterapi dan nilai-nilai dalam sastra sufistik hasil karya Jalaluddin Rumi yang telah diinovasikan dengan biblioterapi yang kemudian dapat disebut sebagai *Biblioterapi Sufistik*. Penelitian ini juga diarahkan untuk memperkaya khazanah keilmuan terkhusus

¹⁰ Mohammad Mulyadi, *Penelitian Kuantitatif & Kualitatif serta Praktek Kombinasinya dalam Penelitian Sosial* (Jakarta Utara: Publica Institute, 2012) hal. 30

dalam bidang kajian ilmu tasawuf psikoterapi serta turut bersinergi dalam perjalanan kemajuan inovasi psikoterapi pada zaman sekarang. Terakhir, semoga penelitian ini dapat memberikan energi positif untuk setiap orang yang tertarik dan jatuh cinta dengan hal terkait.

2. Manfaat Praktis

Berdasarkan hasil penelitian ini, penulis memiliki harapan besar bahwa penelitian ini dapat memberikan informasi juga wawasan baru bagi seluruh masyarakat terkait nilai-nilai sufistik (khususnya sastra sufistik) yang bisa menjadi inovasi untuk perkembangan sufistik dan psikoterapi. Terlebih, sastra sufistik yang dalam kajian ini berfokus pada sastra sufistik karya Jalaluddin Rumi ini telah diinovasikan dengan biblioterapi sebagai kemasan baru untuk kajian ilmu psikoterapi. Penulis berharap hasil penelitian ini dapat memudahkan terapis yang tertarik untuk menggunakan Biblioterapi Sufistik sebagai metode terapi dalam menyelesaikan permasalahan individu yang sedang dihadapi. Dan lebih jauhnya, penulis memiliki harapan agar sastra sufistik baik hasil karya Jalaluddin Rumi dan/atau para sufi lainnya yang awalnya hanya diketahui oleh segelintir orang menjadi semakin dikenal oleh masyarakat luas, terutama umat muslim sehingga dapat menjadi sebuah kebanggaan bahwa sastra sufistik dapat diinovasikan menjadi sesuatu yang luar biasa bermanfaat untuk orang lain dan semoga ini bisa menjadi jalan ikhtiar yang terbaik menuju ridha Allah SWT.

SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

E. Kerangka Berpikir

Buku bukan lagi menjadi sebuah benda yang asing untuk digunakan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Bahkan hingga beberapa abad, buku sudah dijadikan sumber penyelesaian dalam setiap masalah. Sebagai contohnya pada zaman Thebes kuno, kala itu perpustakaan digambarkan oleh masyarakat sekitar dengan sebutan tempat yang dapat menyembuhkan penyakit kejiwaan.

Mereka meyakini bahwa buku merupakan sebuah sumber yang dapat meningkatkan kualitas kehidupan mereka.¹¹

Secara pengertian, biblioterapi merupakan kegiatan dengan menggunakan *literature* atau material bacaan sebagai media terapi yang bertujuan untuk mengurangi atau menyelesaikan masalah yang sedang dialami oleh seseorang.

Biblioterapi atau terapi melalui buku ini dapat digunakan untuk mengarahkan klien dalam mengubah dan mengatasi setiap permasalahan yang dihadapi atau dirasakan tersebut ketika klien membaca sebuah buku tentang karakter yang telah mengatasi permasalahan yang sama dengan yang sedang dihadapi oleh klien.¹² Selain itu, biblioterapi dapat membangun konsep diri seseorang karena dengan *literature* yang digunakan pada biblioterapi dapat memberikan informasi, memberikan pengetahuan baru mengenai pengalaman atau situasi yang spesifik, memberikan solusi alternatif mengenai suatu masalah, untuk menstimulasikan diskusi mengenai apa yang sebenarnya sebagai media mengkomunikasikan nilai atau norma yang berkaitan dengan permasalahan serta membantu seseorang (klien) paham bahwa ia tak sendiri yang memiliki masalah tersebut.

Berkaitan dengan penggunaan *literature* dalam biblioterapi, dalam agama Islam juga terdapat sebuah *literature* yang menarik dan mengandung makna yang mendalam. *Literature* tersebut dirasa akan sangat cocok jika dipadukan dengan biblioterapi, *literature* tersebut dikenal dengan sastra sufistik yang diyakini sebagai kata-kata indah yang menenangkan hati.

Karya-karya sastra dari para sufi mulai sejak awal perkembangannya di Arab dan Persia hingga tersebar ke berbagai benua dan penjuru dunia. Tema-tema tentang cinta Ketuhanan masih tetap mendominasi. Cinta ketuhanan memang menjadi sebuah jalan yang baik untuk dapat menggapai tujuan kebahagiaan yang seutuhnya. Menurut para Sufi sendiri hakikat kehidupan senantiasa harus dengan

¹¹ Herlina, jurnal: Biblioterapi (Terapi Melalui Buku), Jurnal EduLib vol. 2, edisi November 2012, hal. 188.

¹² Herlina, jurnal: Biblioterapi (Terapi Melalui Buku), Jurnal EduLib vol. 2, edisi November 2012, hal. 188.

cinta. Bukan cinta biasa namun cinta yang dimaksud adalah cinta yang mampu mengantarkan sang pecinta mengenal Tuhan dan dirinya sendiri.¹³

Kesastraan sufi tidak semata-mata mengungkapkan pengalaman dan keadaan jiwa yang dialami dalam menempuh perjalanan cinta ketuhanan dan makrifatnya; melainkan juga sebagai bentuk contoh dalam kehidupan individu dan masyarakat yang tentu berkaitan juga dengan amal dan ibadah.¹⁴

Diketahui bahwa setiap terapi tentu perlu adanya sarana penunjang atau media penghubung, baik berupa alat, video maupun audio dan sebagainya maka inovasi dengan menggunakan Sastra sufistik adalah hal yang bagus, selain untuk penunjang juga sebagai bentuk melestarikan Sastra sufistik dan memanfaatkannya dengan cara lain. Pada penelitian ini penulis akan menginovasikan antara sastra sufistik yang berfokus pada syair-syair sufistik karya Jalaluddin Rumi yang kemudian akan dikemas menjadi sebuah konten/media untuk terapi atau dikenal dengan sebutan Biblioterapi dengan harapan dapat menjadi sebuah inovasi dalam sistem terapi yang nantinya dapat dijadikan acuan untuk terapis yang ingin menggunakan Biblioterapi Sufistik.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Cukup banyak penelitian atau karya-karya ilmiah yang mengkaji mengenai biblioterapi dan sastra sufistik Jalaluddin Rumi. Namun, yang khusus mengkolaborasikan kedua kajian tersebut menjadi sebuah metode terapi belum ada yang melakukan sebelumnya. Dan berikut merupakan beberapa karya tulis ilmiah yang penulis anggap berkaitan dan dapat dijadikan bahan perbandingan sekaligus acuan dalam proses penelitian. Adapun karya ilmiahnya sebagai berikut:

1. Skripsi, Ulfatur Ri'a, KONSEP BIBLIOTERAPI MASNAWI MA'NAWI
JALAL AL-DIN AL-RUMI DALAM MENGATASI NARCISSISTIC

¹³ Rizqa Ahmadi, Jurnal: Jejak Sang Penyair Persia: Corak Sastra Sufistik Jalaluddin Muhammad Maulavi Dalam Karyanya "Matsnawi", Jurnal CMES Volume VI Nomor 2 Edisi Juli - Desember 2013, hal. 227

¹⁴ Rizqa Ahmadi, Jurnal: Jejak Sang Penyair Persia: Corak Sastra Sufistik Jalaluddin Muhammad Maulavi Dalam Karyanya "Matsnawi", Jurnal CMES Volume VI Nomor 2 Edisi Juli - Desember 2013, hal. 227

PERSONALITY DISORDER, UIN Sunan Ampel Surabaya, maret 2020. Skripsi tersebut membahas terkait konsep dari Biblioterapi Matsnawi Jalaluddin al-Rumi, dan titik utama dari kajiannya berada pada problem *narcissistic personality disorder* (gangguan kepribadian narsistik). Hasil dari penelitian skripsi ini, bahwa gangguan kepribadian narsistik dapat dikendalikan dengan bantuan metode biblioterapi menggunakan buku Matsnawi dari Jalaluddin al-Rumi. Karena pada biblioterapi Matsnawi terkandung beberapa fungsi; **Pertama**, seseorang yang telah membaca cerita yang ada pada Matsnawi. Ia dapat menemukan sebuah kesadaran terkait dirinya, seperti melihat keadaan mental serta kondisi psikologis diri sendiri. **Kedua**, Matsnawi dapat dijadikan sebuah model terapi cerita dan indikator yang dapat digunakan untuk mengetahui terkait efektivitas penelitian. Perbedaan antara penelitian dari skripsi ini dengan yang sedang disusun oleh penulis terletak pada konten yang digunakan dan jenis gangguan psikologis. Dalam penelitian ini menggunakan cerita-cerita spiritual dalam Matsnawi Jalaluddin Rumi sedangkan penulis menggunakan syair-syair Jalaluddin Rumi. Kemudian, penelitian tersebut berfokus pada peranan cerita-cerita Matsnawi dalam menangani gangguan psikologis *narcissistic personality disorder*. Sedangkan penulis menyusun konsep dan prosedur penggunaan syair-syair Jalaluddin Rumi dalam menangani berbagai gangguan psikologis sesuai dengan tema-tema syair yang digunakan.

2. Skripsi, Fitria Agusryani, PENDEKATAN TEKNIK *BIBLIOTHERAPY* DALAM MENGATASI KONSEP DIRI YANG SALAH PADA WARIA (STUDI KASUS PADA KLIEN “S” DI KELURAHAN TALANG JAWA SELATAN KAB. LAHAT), UIN Raden Fatah Palembang, September 2018. Skripsi ini mengkaji tentang penerapatan teknik *bibliotherapy* yang digunakan untuk membantu klien “S” dalam mengatasi konsep diri yang dianggap salah. Dalam skripsi ini memuat hasil penelitian seperti gambaran kehidupan sehari-hari klien “S” yaitu bertingkah seperti perempuan, memakai *make up*, suara cempreng, lemah gemulai dan sebagainya. Kemudian, dijelaskan juga faktor penyebab klien mempunyai konsep diri yang salah yaitu akibat pola asuh orang tua yang tidak memberikan pengawasan yang ketat dan keadaan lingkungan yang

membuatnya berubah. Dan terakhir, hasil dari pendekatan *bibliotherapy* yang dapat membuat klien “S” dapat mengenal, memahami dan menilai dirinya dengan baik, kemudian sudah mau berubah, rajin beribadah, berinteraksi dengan sesama jenis dan sudah secara perlahan meninggalkan kehidupan menjadi waria serta telah terbuka dengan keluarga terutama dengan kedua orang tuanya.

Selanjutnya, ada beberapa karya tulis yang dianggap dapat menjadi *literture* pendukung atau pembantu dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Jurnal, Wasalmi, MAHABBAH DALAM TASAWUF RABI’AH AL-ADAWIAH, Sulesana volume 9 nomor 2 tahun 2014. Jurnal ini membahas terkait mahabbah dalam tasawuf yang diyakini oleh Rabi’ah al-Adawiyah, seorang sufi perempuan yang memberikan sebuah nuansa tersendiri dalam dunia tasawuf dengan mengenalkan konsep mahabbah. Sebuah konsep mendekatkan diri kepada Tuhan atas dasar kecintaan seorang hamba pada Tuhannya, bukan atas ketakutan pada neraka ataupun pengharapan pada surga. Dalam Jurnal ini juga dijelaskan bahwa kecintaan tertinggi adalah cinta Ilahi.
2. Jurnal, Herlina, BIBLIOTERAPI (TERAPI MELALUI BUKU), EduLib volume 2 nomor 2 tahun 2012. Karya tulis ini merupakan hasil kajian dari berbagai sumber yang membahas terkait konsep *Bibliotherapy* dimulai dari sejarah, pengertian, nilai-nilai, keterbatasan hingga menjelaskan prinsip-prinsip dari *Bibliotherapy* hingga strategi pelaksanaan *Bibliotherapy* yang tepat sesuai sasaran dan jenis gangguan yang dihadapi. Karya tulis ini sangat memuat secara singkat, padat dan jelas. Karya tulis ini juga dapat dijadikan acuan yang baik dalam pengimplementasian biblioterapi pada klien yang memiliki masalah gangguan psikologis.
3. Jurnal, Puji Santosa, SASTRA SUFISTIK: SARANA EKSPRESI ASMARA SUFI SASTRAWAN, www.researchgate.net/publication/327133703 , Agustus 2012. Karya tulis ini menjelaskan tentang makna-makna yang terkandung dalam sastra-sastra sufistik yang dibuat oleh sastrawan lokal (Indonesia) yang secara langsung mengekspresikan rasa kecintaannya terhadap Tuhan.

Sastrawan-sastrawan yang dibahas oleh penulis dalam skripsinya seperti Abdul Hadi W.M, yang dalam syair nya terdapat banyak sekali pernyataan kecintaannya terhadap Tuhan.

