

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Tari Sufi Jalaludin Rumi

a. Profil Jalaludin Rumi

Maulana Jalaluddin Muhammad bi Husayn Alkhatbi al-Bakri merupakan nama lengkap dari seorang sufi yang terkenal dengan panggilan Jalaluddin ar-Rumi. Semasa hidupnya Rumi telah menghabiskan waktu untuk hidup di Konya, Turki. Tempat tinggal yang dulunya adalah bagian dari wilayah kekaisaran Romawi Timur ini merupakan daerah yang terkenal dengan nama Roma.¹ Selain seorang sufi, Rumi juga dikenal dengan lelaki yang yuris, teolog sekaligus penyair masyhur dari abad ke-13 yang karyanya telah banyak menarik minat para pencari spritual di berbagai bagian wilayah di bumi.

Ayahnya, Jalaluddin Bahauddin Muhammad, adalah seorang ulama dan profesor terkenal di negaranya saat itu yang juga dikenal sebagai Sultan al-Ulama atau pembesar para ulama. Ada riwayat yang menyatakan bahwa julukan itu diberikan secara langsung oleh Nabi Muhammad. Ia yang lebih dikenal dengan nama Baha Walad pernah dikabarkan bahwa nasabnya dari jalur ayah bersambung pada khalifah Abu Bakar al-Shiddiq, sementara dari jalur ibu memiliki ikatan dengan raja-raja yang berasal dari Khawarizmi. Tak heran banyak orang merasa iri atau tersaingi denan keberadaan beliau karena beliau adalah seorang guru yang memiliki banyak kharisma. Karena banyak fitnah yang beredar, masyarakat mengusulkan kepada para penguasa untuk mengusirnya. Oleh sebab itu, penguasa menasihatinya untuk meninggalkan negara itu.²

Sheikh Bahauddin Walad dan keluarganya pindah ke Rum (Turki) dan menetap di Konya. Dia tinggal selama dua tahun sebelum meninggal pada tahun 638. Rumi disebut sebagai "Rumi" meskipun nama aslinya adalah Jalaluddin karena dia tinggal di daerah Rum. Rumi mengambil alih tugas mengajar dan mendidik ayahnya di sekolah Khadawandakar setelah ayahnya meninggal dunia. Namun, meski posisinya relatif

¹Permadi, *Pengantar Ilmu Tasawuf* (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997), hlm.128.

²Arthur John Arberry, *Discourses of Rumi* (Malaysia: Thinkers Library SDN BHD, 1996), hlm.1.

tinggi, ia terus belajar, memperluas wawasan dan memperdalam pemahamannya.³

b. Sejarah Tari Sufi

Dunia tasawuf merupakan dunia yang memiliki topik-topik menarik untuk diperbincangkan. Tidak hanya tentang pembahasan tentang para tokohnya saja, namun juga pembahasan tasawuf mengenai ajaran-ajarannya pun mulai meluas dan beragam. Kemunculannya sejak zaman Rasulullah telah mengajarkan nilai-nilai kearifan dan kebijaksanaan yang tersembunyi didalam setiap amalan-amalannya. Seiring dengan berkembangnya ajaran tasawuf semakin menunjukkan pula bahwa sebenarnya terdapat banyak jalan yang dapat dilalui untuk mendekati diri kepada Allah Swt. Tasawuf secara umum diartikan sebagai kesucian hati yang digunakan untuk dapat bersatu dengan Sang kuasa dan Sang Pemberi Cinta.

Salah satu ciri umum dari tasawuf adalah timbulnya rasa kebahagiaan sebagai karunia Allah Swt. dalam diri seorang sufi karena telah tercapainya *maqamat* atau tingkatan-tingkatan jalan menuju Allah. Tujuan yang ingin diraih ketika seseorang bertasawuf tidak lain adalah agar bisa berhubungan langsung dengan Tuhan dan juga agar dapat benar-benar merasakan keberadaan di hadirat Tuhan. Pada zaman sekarang ini tasawuf sudah mulai banyak dikenal dan bahkan diamalkan oleh beberapa orang atau perkumpulan, namun tidak sedikit juga yang masih beranggapan bahwa tasawuf adalah ilmu yang aneh dan mengaitkannya dengan ilmu ghaib.⁴

Padahal jika ditelaah lebih dalam lagi, nilai dan ajaran tasawuf dapat ditemukan pada banyak hal, salah satunya adalah masuk pada ranah seni. Pembahasan mengenai seni sangatlah luas. Sebagaimana yang sudah diketahui bahwa seni adalah sarana yang paling mudah untuk mengekspresikan suasana hati seseorang. Begitu pula pada seseorang yang mengalami rasa cinta dan kerinduan yang sangat mendalam kepada yang dicintainya akan sangat mudah mengekspresikannya melalui seni. Seni sendiri oleh sebagian orang masih dianggap hanya sebagai hiburan semata yang didalamnya terkandung nilai-nilai

³Cyrus Masroori, "An Islamic Language of Toleration: Rumi's Criticism of Religious Persuasion," *Political Research Quarterly* Vol. 63, No. 2, 2010, hlm. 244–45.

⁴Muh Hikamudin Suyuti, *Buku Ajar Ilmu Akhlak Tasawuf* (Klaten: Penerbit Lakeisha, 2021), hlm. 6.

keduniawian. Hal tersebut dikarenakan pada saat ini seni sudah disalah gunakan dan salah penerapan, kini dalam berbagai kesenian hanya berisi tentang hal-hal yang negatif dan kurang sesuai dengan nilai-nilai agama.

Misalnya saja pada pertunjukan kesenian tari, banyak yang menilai dalam tarian hanya memperlihatkan lekak-lekuk badan saja dan ujung-ujungnya akan menimbulkan kericuhan. Namun dalam Islam ternyata ada satu seni tari yang didalamnya berisikan nilai-nilai Islami. Tarian ini lahir dari seorang tokoh sufi yang bernama Jalaluddin Rumi yang telah menciptakan suatu media untuk mendekatkan diri kepada Allah Swt. melalui seni, yaitu melalui tarian yang biasa disebut dengan tari sema atau tari sufi. Tari sufi (*Whirling Dervishes*) merupakan tarian religius yang berasal dari Timur Tengah lebih tepatnya dari Turki. Menurut Rumi, cinta hadir berdasarkan kerinduan yang timbul dari hati sehingga menimbulkan unsur kebahagiaan dalam diri. Tarian yang bernapaskan islami ini mempunyai bentuk berputar seraya melantunkan asma asma suci Allah dan Rasulullah.

Tari ini juga merupakan bentuk ekspresi dari rasa cinta, kasih dan sayang seorang hamba kepada Allah Swt dan Nabi Muhamad Saw. Salah satu tuntunan Nabi Muhamad untuk selalu mendekatkan diri kepada Allah ialah dengan berdzikir. Disini Rumi mengembangkan metode dzikir dengan gerakan berputar sehingga terciptalah tari sufi. Tarian ini telah dilakukan sejak abad ke 13. Bermula dari sebuah tempat yang bernama Konya dengan Luas 39.000 km². Sebuah provinsi di Negara setengah Asia setengah Eropa, Turki. Gerakan berputar dengan penuh makna spiritual dan menyebarkan nilai spiritual kebelahan dunia bahkan ke pelosok Negeri ini. Tarian Sufi (*Whirling Dervishes*) merupakan tarian religius inspirasi yang muncul sejak terjalinnya hubungan spiritual yang terjadi antara dua sahabat karib, al-Rumi dan Syamsuddin.

Selama bulan mereka bersama akhirnya dapat mengubah kehidupan al-Rumi sepenuhnya. Dan setelah peristiwa kehilangan Syamsuddin, al-Rumi menyelenggarakan pertemuan-pertemuan sama' untuk mengenang Syamsuddin. Dari pertemuan-pertemuan sama' inilah akhirnya terbentuk lembaga tasawuf yang memiliki ciri tarian berputar yang dipimpin oleh al-Rumi. Tarian ini dianggap sebagai bentuk

sebuah ekspresi dari rasa cinta, kasih dan sayang yang Maha Tinggi dari seorang hamba Sang Robbi.⁵

Tarekat (*Thariqah*), yang secara harfiah berarti jalan kecil, yang memiliki dua pengertian yang berbeda, tetapi saling berhubungan. Yang pertama, tarekat dimengerti sebagai perjalanan spiritual menuju Tuhan. Yang kedua, tarekat dipahami sebagai “persaudaraan” atau ordo spiritual yang biasanya merupakan perkumpulan spiritual yang dipimpin oleh seorang guru (*mursyid*) dan para khalifahnyanya. Nama Maulawiyah berasal dari kata “Maulana” (guru kami atau our master) yaitu gelar yang diberikan murid-muridnya kepada seorang “sufi penyair Persia terbesar sepanjang masa”, Muhammad Jalaluddin Rumi (w. 1273). Oleh karena itu, jelas bahwa Rumi adalah pendiri tarekat ini, yang didirikan sekitar 15 tahun terakhir hidup Rumi. Tarekat Maulawiyah adalah tarekat yang didirikan oleh Maulawi Jalaluddin Rumi yang meninggal di Anatolia, Turki. Dzikir yang disertai tarian mistik dengan cara kedaan tidak sadar, agar dapat bersatu dengan Tuhan.⁶

Penganut-penganutnya bersifat pengasih dan tidak mengharapkan kepentingan diri sendiri, serta hidup sederhana menjadi teladan bagi orang lain. Nama asli Rumi adalah Jalaluddin Muhammad, tetapi kemudian dia lebih dikenal sebagai Maulana Jalaluddin Rumi atau Rumi saja. Beberapa sarjana barat telah memujinya sebagai penyair sufi yang paling menonjol yang pernah dihasilkan Persia, bahkan ada yang menyebutnya “penyair mistik terbesar atau teragung sepanjang masa”. Maulana lahir di kota Balkh (Afganistan sekarang) pada tanggal 6 Robi’ul Awwal atau 30 september 1207. Nasabnya dari pihak ayah sampai kepada kholifah Abu Bakar Asshiddiq, sedangkan dari pihak ibunya sampai kepada kholifah Ali bin Abi Thalib. Sejak anak-anak, kira-kira umur 12 tahun ia bersama keluarganya diam-diam meninggalkan kampung halamannya untuk beribadah haji dan tidak kembali karena ayah

⁵Rista Dewi Opsantini, “Nilai-Nilai Islam Dalam Pertunjukkan Tari Sufi Pada Group Kesenian Sufi Multikultural Kota Pekalongan,” *Jurnal Seni Tari* 3, no. 1 (2014), hlm. 3.

⁶Chindi Andriyani, *Jejak Langkah Sang Sufi Jalaluddin Rumi* (Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia, 2017), h. 40.

Rumi, Baha'uddin Walad telah mendengar tentang invasi Mongol ke kota Balkh.⁷

Kota yang pertama dikunjungi adalah kota Nisyapur, di sini Rumi bertemu dengan Fariduddin Atthar seorang sufi penyair terkenal yang menyerahkan salinan bukunya yang berjudul *Asrar Nameh* (Buku tentang rahasia). Dari Nisyapur keluarga Rumi pergi ke Baghdad di mana mereka mendengar berita penyergapan kota Balkh oleh Jengis Khan. Pada tahun 1220 Baha'uddin Walad berangkat menuju kota Mekah untuk menunaikan ibadah haji. Kemudian diteruskan ke Damaskus, Siria dan Malatia (Meletine). Dari Meletine mereka menuju ke Armenia, kemudian ke Zaranda sebelah tenggara Konya. Di sini Rumi menikah dengan Jauhar Khatun putri Lala Syarifuddin pada usia 18 tahun. Pada tahun 1228 ia dan keluarganya pindah ke Konya setelah mendapat undangan dari sultan, Alauddin Kayqabad. Di sini Baha'uddin Walad sangat dihormati oleh sultan dan menjadi pembimbing spiritualnya. Bahkan sang penguasa memberinya gelar *Sultanul Ulama* (Rajanya para ulama).

Baha'uddin Walad, sang guru dan da'i kondang ini memperoleh ketenaran dan posisi terhormat hingga wafat pada tahun 1230. Setelah ayahnya meninggal, Rumi mengambil posisi ayahnya sebagai penasehat para ulama Konya dan muridmurid ayahnya. Dan kurang lebih satu tahun dari kematian ayahnya, atas anjuran gurunya Burhanuddin, Rumi meneruskan pendidikannya ke Aleppo dan mengunjungi beberapa madrasah yang dibangun oleh Al-Malik Dzahir. Dari sini ia pindah ke Damaskus dan mempunyai kesempatan emas untuk bercakap dengan tokoh-tokoh besar, seperti Muhyiddin bin Arabi, Sa'aduddin Al-Hamawi, Utsman Al-Rumi, Awhaduddin bin „Arabi dan Shadrudin Al-Qunyaw. Pada tahun 1236 Rumi kembali ke Konya dan menyibukkan dirinya 96 dengan menuntut ilmu dan memberikan bimbingan spiritual sampai gurunya meninggal dunia pada tahun 1241.

Selama bertahun-tahun Rumi menikmati popularitasnya yang tinggi dan menempati posisi yang sangat dihormati sebagai seorang pemimpin. Tetapi pada tahun 1244 seorang Darwisy misterius, Syamsuddin Tabrizi datang ke Konya dan

⁷Sitti Rahmatiah, “Perkembangan Aliran Spiritualisme Di Dunia Islam (Tarekat Mawlawiyah),” *Jurnal Wawasan Keislaman* 12, no. 1 (2018): 45–60, hlm. 51.

menjumpai Rumi. Perjumpaan ini telah mengubah Rumi dari seorang Teolog terkemuka menjadi seorang penyair mistik yang sangat terkenal. Karena kuatnya pesona kepribadian Syamsuddin, Rumi lebih memilih meninggalkan kegiatannya sebagai guru dan da'i profesional untuk mengabdikan diri kepada Syamsuddin yang kini menjadi guru spiritualnya, dan untuk memperkuat ikatannya untuk beberapa waktu mereka tidak pernah berpisah. Tetapi keadaan ini membuat muridmurid Rumi marah dan cemburu karena tidak mendapat bimbingan spiritual, akibatnya mereka menyerang Syamsuddin dengan kekerasan dan ancaman, sehingga ia meninggalkan Rumi menuju Damaskus.⁸

Perpisahan ini dirasa menyakitkan oleh Rumi dan menghujam perasaannya begitu mendalam. Karena itu ia mengutus anaknya Sultan Walad untuk memohon Syamsuddin agar kembali ke Konya. Rumi bisa bahagia bisa berjumpa lagi dengan sang guru, akibatnya apa yang terjadi terulang kembali. Tentunya murid-murid Rumi menjadi marah karena cemburu dan membenci sekali lagi Syamsuddin dengan lebih hebat dari sebelumnya. Situasi ini mendorong Syams untuk mencari perlindungan ke Damaskus. Kemudian Rumi mencari sendiri ke Damaskus tetapi tidak berhasil dan kembali ke Konya dengan tangan hampa. Sebagai tanda cintanya kepada Tabrizi, Rumi kemudian menulis kumpulan puisi yang kemudian dikenal dengan

Divan-e Shams-e Tabrizi.
Kenapa aku harus mencari?
Aku sama dengannya
Jiwanya berbicara kepadaku
Yang kucari adalah diriku sendiri!

Sepuluh tahun setelah kematian Tabrizi, Rumi kemudian mengubah ghazal (puisi cinta) yang dikumpulkan dalam *Divan-e Kabir* atau *Diwan Agung*. Cinta dan keindahan membuat ajaran Rumi berbeda dengan aliran tarekat lain, sejumlah tarekat saat itu lebih banyak berkonsentrasi untuk menyempurnakan diri menuju insan kamil lewat ibadah, wirid dan menyodorkan faham ketauhidan baru. Penyatuan diri dengan tuhan (*Wihdatul Wujud*) yang berkembang berabad-abad sebelum Rumi di Baghdad adalah salah satu cara

⁸Sitti Rahmatiah, "Perkembangan Aliran Spiritualisme Di Dunia Islam (Tarekat Mawlawiyah), hlm. 52.

pencapaian menuju Tuhan yang tidak dipilih Rumi. Sebagai seorang hakim yang faham syari'at, Rumi tidak memasukkan dirinya dalam ritual yang kontroversial. Dan sebagai seorang seniman, ia memiliki cara sendiri dalam mencapai kesempurnaan dalam beragama tanpa harus menjadi ekstrem. Ia memanfaatkan puisi, musik dari seruling dan gitar (rebab) untuk mengiringi dzikir.

Cara ini kemudian dikenal dengan sema' yang berarti mendengar. Dengan arti yang sedikit berbeda, pesantren-pesantren di Jawa memiliki ritual bernama sema'an. Setelah kembali ke Konya, Rumi mendirikan Tarekatnya sendiri, kira-kira 15 tahun setelah itu kesehatan Rumi menurun dan tak lama kemudian ia sakit. Akhirnya pada hari minggu tanggal 16 Desember 1273 Maulana Rumi menghembuskan nafasnya yang terakhir di kota Konya. Rumi meninggal dan dikubur dalam Kubah Hijau (*Qubatul Azra'*) yang bertuliskan "Saat kami meninggal, jangan cari kuburan kami di tanah, tapi carilah di hati manusia." Namun ritual sema' itu tak ikut mati. Para pengikutnya, terutama anaknya, Sultan Veled Celebi melembagakan ajaran itu dalam tarekat bernama Mawlawiyah atau Mawlewiye.⁹

Beberapa karya-karya yang sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan popularitas terhadap perkembangan dan popularitas Tarekat Mawlawiyah, baik yang ditulis oleh Rumi sendiri, maupun para pengikutnya. Karya utama Jalaluddin Rumi yaitu berjudul *Mastnawi al-Ma'nawi* atau *Mastnawi Jalaluddin Rumi*. Mastnawi merupakan syair panjang sekitar 25.000 untaian bait bersajak, yang terbagi ke dalam enam kitab. Karya ini menyajikan ajaran-ajaran mistik Rumi dengan indah dan kreatif melalui anekdot, hadits-hadits Nabi, dongeng-dongeng dan kutipankutipan dari al-Qur'an. Rumi juga menulis Ghazal (puisi cinta) yang lebih dikenal sebagai *Divan-i Syamsuddin Tabrizi* dan ditulis untuk mengenangnya.

Dalam karya ini Rumi mengekspresikan penghormatannya kepada Syams, yang namanya dering dikutip dan disebut di akhir bait. Karya ini berisi 2500 orde mistik. Menurut Nasr karya ini mencakup juga beberapa syair yang paling indah dan karya dalam bahasa Persia, yang membicarakan fungsi pembimbing spiritual dan hubungan

⁹Sitti Rahmatiah, "Perkembangan Aliran Spiritualisme Di Dunia Islam (Tarekat Mawlawiyah), hlm. 53.

antara guru dan murid. Karya prosa yang berjudul *Fihi Ma Fihi*, yang telah diterjemahkan menjadi *Discourse of Rumi* atau “percakapan Rumi”. Karya prosa ini mencakup ucapan-ucapan Rumi yang ditulis oleh putra-putra sulungnya Sultan Walad. Ruba'iyat, yang berisi 1600 kuatern orisinil dan al Maktubat, yang berisikan 145 surat yang ditunjukkan kepada para keluarga raja dan bangsawan di Konya. Manaqib al-Arifin (*Legend of Sufis*), yang dikarang oleh seorang murid cucu Rumi, yaitu Chelibi Emir, Arif yang bernama Syamsuddin Ahmad Aflaki. Karya ini berisi biografi dan anekdot-anekdot Rumi, dan tokoh-tokoh lain yang terkait dengan beliau dan tarekat Maulawiyah. Oleh karena itu, Manaqib al-Arifin sangat penting sebagai sumber informasi baik bagi kehidupan Rumi dan keluarganya, maupun bagi perkembangan Tarekat Maulawiyah itu sendiri.

Berdasarkan data yang bersumber dari Badan Pusat Statistik, sensus penduduk pada tahun 2014 memaparkan bahwa jumlah masyarakat Indonesia yang beragama Islam adalah sebanyak 87,2% atau secara angka absolut berjumlah 247,2 juta jiwa. Hal ini merupakan salah satu jawaban atas hadirnya ajaran tasawuf dalam kesenian yaitu tari sufi dan mulai berkembangnya di Indonesia. Keberagaman keindahan dalam Islam, serta multikulturalnya masyarakat Indonesia ditambah dengan globalisasi yang kian berkembang, menjadikan masyarakat mengenal berbagai macam budaya dari luar Indonesia, dan salah satunya adalah tari Sufi ini.

Sosok fenomenal Jalaluddin Rumi juga merupakan sebab dari hadirnya tari Sufi ini ke Indonesia, yang dibawa oleh para penganut salah satu aliran Islam yaitu Sufi. Keberadaan tari Sufi di Indonesia masih begitu jarang ditemui diberbagai daerah, hanya di kota-kota tertentu saja dan itu pun karena adanya komunitas-komunitas sufi atau kelompok pecinta Jalaluddin Rumi di kota tersebut, dengan kata lain kehadiran tari Sufi dan perkembangannya di Indonesia masih bergantung dan dibawah bayang-bayang pergerakan komunitas-komunitas sufi yang ada di Indonesia dan kini sudah mulai banyak ditarikan.

c. Pengertian Tari Sufi

Tari Sufi adalah suatu kesenian negara Turki yang tumbuh dan mengalami perkembangan di Indonesia. Tari Sufi merupakan tarian ritual yang digagas penyair dan filsuf Turki yang bernama Maulana Jalaluddin Rumi di tahun 1250 di Turki. Syaikh Maulana Jalaluddin Rumi membuat tarian untuk usaha dalam mendekatkan diri pada Allah SWT dan wujud rasa kasih

sayang dan rasa cinta hamba pada Sang Pencipta dan sosok tauladan yang sempurna yakni Nabi Muhammad SAW.

Perspektif Jalaluddin Rumi, manusia wajib bisa memakai sesuatu yang terdapat di sekitarnya dalam membentuk jiwa dengan demikian senantiasa menghambakan diri dan ingat pada Allah SWT. Sebab motivasi agar senantiasa ingat kepada Allah yang diikuti kecintaannya yang mendalam, dapat menumbuhkan rasa cinta yang asyik maksyuk, dan pada tingkatan tersebut terungkap seluruh rahasia yang ada. Sesuai dengan opini Rumi, pada diri manusia rasa cinta wajib senantiasa ditanamkan, sebab cinta terkandung dalam seluruh yang ada. Cinta merupakan mobilisator untuk seluruh makhluk menuju cinta abadi. Cinta tersebut mengalami perkembangan menjadi cinta yang tidak terbatas dan maka bertemu pada cinta hakiki.

Bersama Syaik Hisamuddin, Rumi pun meningkatkan tarikat yang dinamakan tarekat Jalaliyah atau maulawiyah. Hal tersebut di Barat dinamakan *The Whirling Dervishes* (Para Darwis yang Berputar-putar), sebab penganut tarekat ini menari berputar-putar yang disertai suling dan gendang, bersamaan terhadap suara musik melantunkan dzikir kepada Allah hingga pada tingkat yang fana (*ektase*), sebuah kondisi memabukkan yang tidak terkendalikan karena penghayatan yang dalam parti zikir yang dilantunkan saat melakukan tarian. Tarian yang bergerak berputar-putar itu sudah bisa mengantarkan pengikut Rumi memperoleh cahaya Tuhan yang tidak dapat dipahami orang lain.¹⁰

d. Tari Sufi pada Tasawuf

Sejumlah sebutan dalam menyebutkan istilah sufi/tasawuf pada pengkajian kontemporer yang kerap didengar sekarang sebagaimana sufi kota (*urban sufism*), *new age movment*. Dalam mengetahui fenomena tersebut sesuai dengan sebutan itu harus dipaparkan bahwa awalnya belajar tasawuf merupakan solusi menyucikan diri seperti arti “sufi” yang berasal dari kata “safa” yang bermakna suci. Mereka banyak belajar hidup sederhana (*zuhud*), melaksanakan sholat sunnah, puasa, dan berdzikir, puasa, mereka menyepi (berkhalwat) ke luar kota sepanjang beberapa hari dalam berdzikir. Adapun

¹⁰Miftahul Jannah, “Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi,” *Jurnal Al-Aqidah*” Vol. 12, No. 2, 2020, hlm. 40.

yang whirling dervishes (menekuni tarian rumi), ataupun belajar dari seorang guru (mursyid) pada suatu kelompok tarekat.¹¹

Tasawuf mempunyai pergeseran arti berdasarkan hal yang tengah mengalami perkembangan tapi pokoknya tetap satu yakni usaha mendekatkan diri pada pencipta alam semesta yakni Allah swt. Definisi awal mengenai tasawuf sebagaimana disampaikan Hamka sekadar terhadap melepaskan kepentingan urusan dunia, tapi tidak begitu pada konteks saat ini. Tasawuf modern sesuai dengan opini Amin Abdullah (Guru Besar UIN sunan Kalijaga) telah memasuki daerah model pemikiran (*Mode of Thought*) tidak hanya budaya (*culture*), dengan demikian siat tasawuf tidak terbatas terhadap kultur/tingkah laku tapi pada pemikiran. Sehingga budaya tasawuf dapat dipahami tidak saja untuk kalangan Muslim ansich tapi juga untuk yang mengkaji Islam Barat nonmuslim.¹²

Masyarakat secara umum menilai masalah menari berkaitan terhadap budaya dan seni. Tidak sama terhadap golongan Sufi, mereka memastikan terdapat ritual khusus di luar ibadah yang disyariatkan Rasulullah yang mempunyai fungsi sebagai amalan-amalan saleh layaknya ibadah-ibadah yang lain. Sekarang ini sudah banyak dijumpai terkait ibadah atau aksi berdzikir kepada Allah yang dilakukan melalui cara berputar-putar secara cara teratur dengan kecepatan yang semakin lama bertambah kencang, yang biasa dikenal dengan sebutan *Whirling Dervishes* (darwis-darwis yang berputar) atau Tarian Sema. Pada akhirnya, sesuai dengan opini mereka, para penari akan merasakan kenikmatan spiritual yang luar biasa karena dapat melebur kedekatan dengan Allah.

Para sufi yang memiliki jalan betasawuf akan lebih sadar terhadap keindahan Tuhan yang telah menciptakan segala keindahan di Bumi. Sebagai pengolah seni, para sufi pun mampu untuk menciptakan karya seni yang sesuai dengan keindahan kodrat sang penciptanya sendiri dan sesuai dengan rangkaian norma yang sesungguhnya, sehingga mereka dapat memancarkan keindahan Sang Seniman Agung, yakni Allah. Tradisi yang terkandung dalam praktik-paktik tasawuf memiliki aspek ilmiah dan telah menjadikan suasana kehidupan rohani

¹¹Retno Sirnopati, "Mereguk Saripati Islam Melalui Tasawuf," *Journal of Education and Religious Studies*" Vol. 3, No. 2, 2010, hlm.124.

¹²Sirnopati. "Mereguk Saripati Islam Melalui Tasawuf," *Journal of Education and Religious Studies*", hlm.124.

para sufi memancarkan keindahan. Islam yang telah memaknai tasawuf sebagai keindahan menjadi pijakan dalam mengambil makna bahwa karya-karya dari para sufi seperti musik ataupun tarian spiritual merupakan suatu bentuk keindahan yang berharga.¹³

e. Penyajian Tari

1) Gerakan Tari Sufi

Gerak adalah suatu unsur pokok pada komposisi tari. Kussudiardja memaparkan bahwa gerak pada tari terbentuk sesudah anggota-anggota tubuh manusia yang sudah tercipta digerakkan. Sesuai dengan opini Kussudiardja, sifat gerak dibagi ke dalam empat jenis, yakni:¹⁴

- a) Gerak abstrak dan tegang
- b) Gerak cepat dan stimiting (besutan)
- c) Gerak lembut (halus) dan agal (kasar)
- d) Gerak lambat dan cepat

Gerak pada tari digolongkan ke dalam dua jenis, pertama gerakan yang sifatnya representatif, artinya gerakannya yang diangkat berdasarkan upaya imitatif berdasarkan sejumlah objek, dengan demikian gerakan yang ditampilkan mempunyai kesamaan terhadap suatu objek. Kedua gerakan yang sifatnya non representatif merupakan gerakan yang tidak mendeskripsikan apapun terkecuali semata-mata hanya mengendalikan kemampuan tubuh tersebut guna mengartikan pola waktu dan ruang yang khusus.¹⁵

Gerakan tari sufi yakni berputar, berputar ke kiri seperti putaran tawaf di Ka'bah. Gerakan tarian sufi dibagi pada sejumlah termin yakni:¹⁶

- a) Gerakan awal, penari berjalan pada posisi kedua telapak tangan di dada dan tangan kanan di atas tangan kiri ke arah tengah panggung.
- b) Gerakan kedua, lalu lantunan sholawat dikumandangkan dengan tidak diiringi musik, penari berputar lambat ke

¹³Seyyed Hossein Nasr, *Spiritualitas Dan Seni Islam Terj. by Sutejo* (Bandung: Penerbit Mizan, 1994), hlm.609.

¹⁴Opsantini, "Nilai-Nilai Islam Dalam Pertunjukkan Tari Sufi Pada Group 'Kesenian Sufi Multikultur' Kota Pekalongan.", hlm.3.

¹⁵Arina Restian, *Pembelajaran Seni Tari Di Indonesia Dan Mancanegara* (Malang: UMM Press, 2017), hlm.393.

¹⁶Opsantini, "Nilai-Nilai Islam Dalam Pertunjukkan Tari Sufi Pada Group 'Kesenian Sufi Multikultur' Kota Pekalongan.", hlm.3.

arah kiri secara pelan-pelan melepaskan tangan yang di dada. Pada saat musik dimainkan, secara perlahan penarinya merentangkan tangan sedikit pada posisi telapak tangan menghadap atas dan tangan kanan membentuk siku sejajar kepala, posisi telapak tangan menghadap ke bawah posisi tangan kiri sejajar pada telinga.

- c) Gerakan ketiga, penari menari dari putaran lambat menjadi yang cepat, jika putaran semakin cepat, maka kedua tangan direntangkan pada posisi tangan kanannya sejajar dengan kepala dan telapak tangan kanan menghadap ke atas, kemudian posisi tangan kiri sejajar pada bahu dan telapak tangan menghadap ke bawah; gerakan akhir.
 - d) Gerakan terakhir ketika musik telah melambat, penari berputar perlahan, tangan yang tadi direntangkan lalu pelan-pelan kembali disilangkan ke dada seperti keadaan awalnya, dan penari satu per satu pergi dari panggung.
- 2) Pola Lantai Pertunjukan Tari Sufi
Bentuk pola lantainya sederhana, sebagaimana pola lantai segitiga, selang-seling, garis lurus, dan disesuaikan terhadap jumlah penari dan tempat pertunjukan.
 - 3) Tata Rias Tari Sufi
Tata rias terhadap tari sufi yakni tidak memakai tata rias. Para penari tidak menggunakan tata rias. Sebab tarian sufi tidak mencolokan riasan wajah, tapi mencolokkan busana yang digunakan untuk properti dan kostum menari.
 - 4) Tata Busana Tari Sufi
Tata busana yang digunakan tarian sufi biasanya yakni
 - a) Topi Panjang ataupun Sikke
 - b) tunik ataupun hirqa sebagai baju atasan warna putih
 - c) Rok ataupun tennur yang melingkar dan lebar
 - d) Celana kain warna putih
 - e) Kaos kaki
 - f) Syal
 - 5) Lagu Pengantar Tari Sufi
Untuk menjadi pengiring tarian sufi, alat musik marawis itu bisa dinyatakan harus, senan mempunyai unsur religius yang kental. Dengan cara menyeluruh marawis memakai gendang besar (hajir) yang memiliki diameter 45 cm yang tingginya 60-70 cm, marawis (gendang kecil)

berdiameter 20 cm dengan tinggi 19 cm, dumbuk ataupun (jimbe) (jenis gendang yang berupa dandang, mempunyai diameter yang tidak sama pada kedua sisi), dan 2 potong kayu bulat dengan diameter 10 cm. terkadang perkusi disertai tamborin. Lagu-lagu dengan irama padang pasir ataupun gambus dilantunkan dengan iringan suatu pukulan.¹⁷

f. Penggunaan dan Fungsi Tari Sufi

Penggunaan dan Fungsi Tari sufi sesuai dengan opini Penelitian Putri Ayu Silmi Afifah sebagai berikut:¹⁸

1) Sebagai Media Dakwah

Bukan saja dalam berdzikir, Tarian Sufi tersebut pun dipergunakan dalam dakwah. Tidak sedikit nilai-nilai yang terdapat pada tarian ini, contohnya nilai pendidikan. Dan menunjukkan jika Islam tersebut mempunyai rasa peduli yang kuat pada umat yang beda agama.

2) Sebagai Hiburan

Tarian sufi tersebut bisa dipertunjukkan pada sejumlah Masjid, sejumlah stasiun TV dan sejumlah Mall. Sebab memiliki sifat sebagai media dakwah dan hiburan dan apabila hanya melakukan penyebaran ajaran Islam di Masjid tersebut telah merupakan sesuatu yang biasa. Namun apabila menyebarkan ajaran Islam di kafe-kafe, mall-mall, tidak hanya kaum Muslimin saja, tapi tidak sedikit dari non Islam, dengan demikian mereka berminat dan meninggalkan tempat-tempat yang tidak baik menuju pada arah yang baik. Ajaran Islam disebar pada tempat-tempat di samping masjid, melalui hal yang unik dan bisa diterima seluruh golongan berdasarkan sejumlah agama.

3) Sebagai Pembawa Pesan Perdamaian

Segi positif pada tari Sufi, dalam mendeskripsikan sangat damai dan sangat indah Islam baginya. Tari Sufi dapat memberikan alternatif dalam suatu kedamaian. Menjelaskan ke Barat, bahwa Islam melalui seni dan peradabannya dapat dinikmati seara tenang.

¹⁷Opsantini, " Nilai-Nilai Islam Dalam Pertunjukkan Tari Sufi Pada Group 'Kesenian Sufi Multikultur' Kota Pekalongan." hlm.3.

¹⁸Putri Ayu Silmi Afifah, "Analisis Semiotik Pesan Dakwah Islam Dalam Tari Sufi Pondok Rumi" (Skripsi Sarjana Komunikasi; UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2019).

4) Sebagai media pendekatan diri kepada Allah SWT

Tari Sufi dikenal sebagai tari cinta dan berfungsi dalam beriman kepada Allah SWT dan menebarkan cinta Allah SWT, Nabi SAW, dan para Masyaikh pada semua umat. Pada jalur sufi ini, Islam sebenarnya diajarkan. Bahwa Islam tersebut saling menjaga adab, lemah lembut, dan saling mencintai pada siapapun.

Fungsi tersebut selaras terhadap fungsi tari yang menjadi media katarsis. Katarsis bermakna membersihkan jiwa. Seni tari menjadi media media katarsis cenderung tidak sulit dilakukan seni.

g. Teori Sufi Jalaludin Rumi

Umumnya tasawuf memandang manusia terbentuk oleh dua substansi. Pertama, substansi yang bersifat materi atau badan. Kedua, substansi yang bersifat immateri atau jiwa. Sedangkan hakikat dari manusia adalah substansi immaterialnya. Jadi, derajat dan kesempurnaan manusia baru bisa diperoleh apabila substansi immaterial berfungsi. Hal ini bisa dilakukan dengan cara mempertajam daya-daya yang telah dimiliki. Selanjutnya, dengan substansi immaterial ini para sufi akan mencapai pada tingkat kesempurnaan yang paling tinggi. Sehingga, para sufi dapat memperoleh pengetahuan hakikat kesempurnaan tentang cinta Ilahiyah.¹⁹

Jalaluddin Rumi menjadi sufi yang masyhur sebab telah mengambil bentuk *sufisme* yang berbeda dari kebanyakan para sufi pada zamannya. Para sufi kebanyakan lebih memilih untuk mengungkap masalah metafisik dan maqamat, sedangkan Rumi menuangkan pemikiran sufismenya pada suasana yang tertuang dalam bentuk sajak dan syair. Pemikiran inilah yang menjadikan sufinya terkenal dengan jalan cinta.²⁰ Jalan cinta yang dipilih oleh Rumi ini terbukti dapat menjadikan hidup lebih harmoni dengan prinsip perdamaian dan toleransi.²¹ Rumi pernah mengatakan bahwa puisi merupakan salah satu sarana paling tepat untuk mengungkapkan keadaan batinnya.

¹⁹Miftahul Jannah, "Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi.", hlm.38.

²⁰Kinzer Stephen, "Festival of Rumi, Poet of Life's Dance," *Konya Journal* Vol 4, No. 2, 1998, hlm.2.

²¹Vasila Erkinovna Chuliyeva, "The Intellectual and Collaborate Issues in the Philosophical Proposals of Jaloliddin," *Theoretical & Applied Science*, No. 9, 2018, hlm.102.

Jalan cinta yang diciptakan oleh Rumi memiliki nilai untuk hidup harmoni dengan tetap mengedepankan prinsip perdamaian dan toleransi. Sebab prinsip-prinsip tersebut akan membuka jalan menuju gebang Ilahiyah dan sampai pada cinta yang sejati. Maka dari itu, untuk mencapai pada titik tersebut dibutuhkan pemahaman yang mendalam.²²

Menurut Rumi ilmu pengetahuan saja masih kurang cukup untuk meraih ketentraman jiwa.²³ Dalam diri manusia terdapat kekuatan tersembunyi yang jika diolah dengan sungguh-sungguh dapat menghasilkan kebahagiaan dan pengetahuan yang sangat luas. Rumi menyebutnya sebagai kekuatan cinta.²⁴ Cinta merupakan fokus yang menjadi pusat perbincangan Jalaluddin Rumi mengenai hubungan antara seorang hamba dengan Tuhannya. Bagi siapapun yang ingin memasuki wilayah Ketuhanan yang bersifat sakral, cinta Ilahi harus menjadi kendaraan utamanya melampaui kendaraan-kendaraan lainnya.²⁵

Rumi percaya bahwa kekuatan cinta bisa membawa kekasih ke keadaan terindah, mengubah situasi sulit menjadi manis, dan membangkitkan kerinduan yang tiada henti. Rumi mengatakan bahwa penderitaan seorang kekasih merupakan tahapan yang harus dilalui sebagai bagian dari proses pensucian batin agar selalu peka terhadap cahaya-cahaya Ilahi yang menyinari batinnya.²⁶

Rumi memberikan gambaran tentang tahapan-tahapan yang sering dilalui para sufi untuk mencapai cinta Ilahi tersebut. Awalnya, para sufi melalui tahapan pembersihan atau penyucian jiwa. Setelah itu, jiwa yang telah melalui tahapan pemurnian harus diisi dengan cahaya kebaikan untuk mensucikan iman. Tahapan ini akan mengantarkan sufi ke tahap

²²Miftahul Jannah, "Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi.", hlm.39.

²³Mulyadhi Kartanegara, *Jalal Al-Din Rumi Guru Sufi Dan Penyair Agung* (Jakarta: Teraju, 2014), hlm.29-30.

²⁴Miftahul Jannah, "Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi.", hlm.42.

²⁵Muhammad Basyrul Muvid, *Tipologi Aliran-Aliran Tasawuf* (Yogyakarta: CV. Bildung Nusantara, 2019), hlm.51.

²⁶Miftahul Jannah, "Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi.", hlm.43.

iluminasi yang disinari cahaya Ilahi, tempat di mana ia dianugerahi cinta dan kebijaksanaan dari Ilahi.²⁷

Tahapan ini menjadi proses terakhir dalam penyatuan serta pengungkapan cinta, Ia merefleksi dalam setiap jiwa untuk menyaksikan segala sesuatu di luar penglihatan. Dalam istilah disebut dengan penyingkapan hijab ketidaktahuan, hijab atau penghalang yang menutupi unsurunsur Ketuhanan dan makhluk-Nya. Pandangan Rumi tentang sufisme memiliki persamaan pandangan diantara para mistikus dalam beberapa hal sebagai berikut:²⁸

- 1) Hakikat wujud tunggal
- 2) Semua fenomena merupakan aspek dari hakikat yang sama dan tetap fenomena menuju pada hakikat yang sama pula
- 3) Karena semua wujud fenomenal berasal dari hakikat terakhir, mereka mengembalikan kepada hakikat asal yang sama
- 4) Hakikat wujud yang dapat diresapi dengan nalar dalam peringkat yang tinggi, membuktikan bahwa nalar bersifat komprehensif dan tidak parsial.
- 5) Pengetahuan tentang yang hakiki tidak dapat diserap melalui logika, pengamatan bathinlah yang merupakan Miftahul pembimbing terbaik dalam menyerapnya
- 6) Tujuan utama kehidupan ialah bagaimana seseorang dapat meresapi hakikat pengalaman rohani sebab hanya dengan cara ini jiwa seseorang dapat bersatu kembali dengan Sang Hakikat
- 7) Penglihatan batin disebut dengan cinta sedangkan pengetahuan tentang hakikat melekat dalam cinta,
- 8) Cinta merupakan sumber utama dari semua bentuk moralitas keagamaan dan adab yang tinggi. Tanpa cinta, semua agama dan moralitas akan menjadi formal dan bekerja seperti mesin. Tanpa cinta pikiran akan menjadi gelap dan tidak mampu untuk mencapai cahaya Ilahi.

Rumi pernah mengatakan bahwa sebanyak apapun perbincangan yang membahas tentang eksistensi Tuhan tidak akan merubah seseorang menjadi lebih baik sebelum ia merasakan pengalaman bersama Tuhannya. Sebab akal hanya

²⁷Annemarie Schimmel, *Rahasia Wajah Suci Ilahi: Memahami Islam Secara Fenomenologis* (Bandung: Penerbit Mizan, 1996), hlm..174.

²⁸Abdul Hadi WM, *Hermeneutika, Estetika, Dan Religiusitas: Esai-Esai Sastra Sufistik Dan Seni Rupa* (Jakarta Selatan: Sadra Press, 2016), hlm.187.

menjelaskan mengenai bukti-bukti tentang Tuhan yang ditelisik melalui penalaran. Sedangkan cinta yang berasal dari hati tidak perlu mencari bukti sebab ia telah menyasikannya dengan penglihatan jiwa. Jadi, ia tidak lagi membutuhkan bukti terkait eksistensi Tuhan. Layaknya pemikiran Rumi, ketika engkau telah duduk bersanding dengan kekasihmu engkau akan mengenyahkan segala perantara. Fenomena seperti ini juga merujuk pada kalimat *man syahadahu istaghna anit ta'rif*, yang artinya barang siapa sudah menyaksikan, maka ia tidak lagi membutuhkan definisi.²⁹

Rumi percaya bahwa ketidakmampuannya untuk menyadari bahwa segala sesuatu di dunia ini tidak lebih dari bayang-bayang kekasih sejati adalah alasan mengapa orang duniawi membuat kesalahan yang mereka lakukan. Karena itu, Rumi berpesan agar manusia hanya memiliki cinta sejati kepada Tuhan karena cinta kepada orang lain akan selalu menyakiti orang yang mencintainya. Hati Rumi lebih mudah tersentuh oleh pengalaman langsung Sang Ilahi melalui musik daripada membaca karya-karya mistik Islam. Rumi menjadikan tarian mistis yang membuka pintu menuju Tuhan ini sebagai aspek penting sekaligus poros utama puisinya. Rumi menggambarkan tarian itu sebagai metafora tangga yang bisa digunakan oleh setiap jiwa untuk mencari persatuan dengan kekasihnya dalam puisinya.³⁰

Komponen ketiga yakni kesadaran spiritual, komponen ini ditekankan oleh para sufi dalam konteks Ilmu dan Amal. Kesadaran spiritual adalah tahap perbaikan diri yang membawa seseorang lebih dekat kepada Tuhan. Sulit untuk mencapai tingkat realitas. Tanpa melalui tahapan-tahapan terlebih dahulu, stasiun tersebut hanya dapat dijangkau oleh beberapa individu terpilih. Dalam hal ini, Jalaluddin Rumi menyatakan bahwa seorang salik harus melewati tiga dimensi tasawuf untuk mencapai makrifat billah. Dimensi tersebut adalah syariah, tariqhot, dan ma'rifat (hakikat).

Jalaluddin Rumi mengatakan bahwa syariat itu seperti pelita. Kita akan membutuhkan lentera untuk membantu melintasi jalan yang tertutup kabut. Jalan menuju ma'rifat billah

²⁹Zaprul Khan, *Kisah Para Kekasih Allah* (Yogyakarta: Diva Press, 2019), hlm.231.

³⁰Miftahul Jannah, "Teologi Sufi Kajian Atas Mistisisme Cinta Jalaluddin Rumi.", hlm.49.

memang tidak mudah, bahkan dalam tasawuf dunia. Telah terbukti jika syariat tidak dipatuhi, banyak penganut sufi salah informasi dan membuatnya masuk pada kesesatan. Setelah mengalami jalan yang terjang seseorang akan mengalami transformasi batin yang akan mengarah pada kesempurnaan spiritual setelah mereka memasuki thariqah. Dia akan menaiki tebing dan jurang menuju langit. Selama berada pada tahapan thariqhoh tembaga bisa berubah menjadi emas murni bahkan mutiara

Rumi menjelaskan bahwa tiga dimensi tersebut merupakan syarat untuk mencapai *maqam ma'rifat*. Sebab, secara umum untuk sembuh, orang sakit membutuhkan obat dan pengobatan. Tanpa keduanya, tak menjamin seseorang bisa sehat. Berbeda dengan orang yang sudah sehat, mereka tak lagi butuh keduanya karena kesehatan sudah terwujud. Oleh karena itu, tak heran jika ada sebagian para wali yang ditarik langsung oleh Allah sampai pada *maqam ma'rifat*. Mereka sudah mendapatkan kesehatan rohani sehingga tidak membutuhkan obat maupun pengobatan.³¹

2. Media Ketenangan Hati

a. Media Psikoterapi

Media berasal dari bahasa latin *medius* yang berarti tengah, perantara, atau pengantar. Dalam bahasa Arab, media adalah perantara (وسائل) atau pengantar pesan dari pengirim kepada penerima pesan. Secara garis besar, media merupakan manusia, materi atau kejadian yang membangun kondisi yang membuat seseorang mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan atau sikap.³² Sementara istilah psikoterapi (*psychotherapy*) berasal dari dua kata, yaitu *psyche* dan *therapy*. *Psyche* artinya jiwa dan *therapy* adalah hati. Jadi psikoterapi adalah perawatan dengan menggunakan alat-alat psikologis terhadap permasalahan yang berasal dari kehidupan emosional dimana seorang ahli secara sengaja menciptakan hubungan profesional dengan pasien yang bertujuan untuk menghilangkan, mengubah atau menemukan gejala, menjadi perantara pola tingkah laku yang rusak dan

³¹Bushiri, "Tiga Dimensi Sufisme Menurut Jalaluddin Rumi" (Alif.ID, 2021), hlm.2.

³² Azhar Arsyad, *Media Pembelajaran* (Jakarta: Rajawali Press, 2014). hlm.3.

meningkatkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian yang positif.³³

Psikoterapi merupakan usaha seorang terapis untuk memberikan suatu pengalaman baru bagi orang lain. Pengalaman ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengelola distres subjektif. Ini tidak dapat mengubah problem pasien yang ada. Akan tetapi dapat meningkatkan penerimaan diri sendiri, membolehkan pasien untuk melakukan perubahan kehidupan dan menolong pasien untuk mengelola lingkungan secara lebih efektif.³⁴

Frued menjelaskan bahwa psikoterapi adalah merupakan pelaksanaan-pelaksanaan kegiatan psikologis, terdiri dari bagian sadar (*conscious*) dan bagian tidak sadar (*unconscious*).³⁵ Adapun tujuan dari psikoterapi sebagai berikut:³⁶

- 1) Memperkuat motivasi untuk melakukan hal-hal yang benar. Tujuan ini biasanya dilakukan melalui terapi yang sifatnya direktif (memimpin) dan suportif (memberikan dukungan dan semangat). Persuasi (ajakan) dengan cara diberi nasehat sederhana sampai pada hypnosis (keadaan seperti tidur karena sugesti) digunakan untuk menolong orang bertindak dengan cara yang tepat.
- 2) Mengurangi tekanan emosi melalui kesempatan untuk mengekspresikan perasaan yang mendalam. Fokus disini adalah adanya katarsis (penyucian diri yang membawa pembaruan rohani dan pelepasan dari ketegangan).
- 3) Membantu klien mengembangkan potensinya. Klien diharapkan dapat. Mengembangkan potensinya. Ia akan mampu melepaskan diri dari fiksasi (perasaan terikat atau terpusat pada sesuatu secara berlebihan) yang dialaminya. Klien akan menemukan bahwa dirinya mampu untuk berkembang ke arah yang lebih positif.

³³Hamdani Bakran, *Konseling Dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2004), hlm.226.

³⁴Desi Riska Sanjaya, *Atasi Psikosomatik dengan Terapi Puasa* (Guepedia, 2020), hlm.31.

³⁵Dedy Susanto, "Psikoterapi Religius Sebagai Strategi Dakwah Dalam Menanggulangi Tindak Sosiopatic (Studi Di Pondok Pesantren Istighfar Semarang)," *Jurnal Bimbingan Konseling Islam* Vo. 4, No. 1, 2013, hlm.24.

³⁶Nur Hotimah, "Terapi Psikoanalisis Dalam Mengatasi Degradasi Moral Remaja," *Jurnal Dakwah Dan Penyuluhan Islam* Vol. 1, No. 1, 2022, hlm.95.

- 4) Mengubah kebiasaan. Tugas terapis adalah menyiapkan situasi belajar baru yang dapat digunakan untuk mengganti kebiasaan-kebiasaan yang kurang adaptif.
- 5) Mengubah struktur kognitif individu. Menggambarkan tentang dirinya sendiri maupun dunia sekitarnya. Masalah muncul biasanya terjadi kesenjangan antara struktur kognitif individu dengan kenyataan yang dihadapinya. Jadi, Struktur kognisi (kegiatan atau proses untuk memperoleh pengetahuan) perlu diubah untuk menyesuaikan dengan kondisi yang ada.
- 6) Meningkatkan pengetahuan dan kapasitas untuk mengambil keputusan dengan tepat.
- 7) Meningkatkan pengetahuan diri atau *insight* (pencerahan).
- 8) Meningkatkan hubungan antar pribadi. Tapi kelompok dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk meningkatkan hubungan antar pribadi ini.
- 9) Mengubah lingkungan social individu. Terutama terapi yang diperuntukan untuk anak-anak.
- 10) Mengubah proses *somatic* (fisik) supaya mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kesadaran tubuh.
- 11) Latihan fisik dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran individu. Seperti relaksasi untuk mengurangi kecemasan, yoga, senam, menari dll.
- 12) Mengubah status kesadaran untuk mengembangkan kesadaran, control dan kreativitas diri.

Seorang psikoterapis harus mempelajari bagaimana cara mendengar dan bertanya mengenai kehidupan spiritual klien. Karena spiritualitas klien adalah sarana untuk membangun resiliensi (daya tahan) dan dukungan relasi sosial dari komunitas spiritual. Psikoterapi dengan melibatkan pendekatan spiritual akan sangat cocok bagi klien yang memegang nilai-nilai keyakinan agama.

b. Seni Sebagai Media Psikoterapi pada Agama

Ada dua perspektif mengenai implikasi kesenian dan agama yakni agama adalah bagian kesenian dan kesenian adalah unsur terhadap agama. Seni menggambarkan keindahan Islam dan media guna menyebarkan Islam, sementara Islam menjadi pengendali untuk mengembangkan seni supaya terbentuk karya seni yang terdapat nilai-nilai agama, bermanfaat, dan

berkualitas.³⁷ Seni pada sejumlah wujudnya adalah manifestasi berdasarkan karya, rasa, dan karsa. Keindahan seninya bukan hanya memengaruhi suatu individu dalam menuangkan berupa lukisan, tari, nyanyian, syair, dan puisi yang dipersembahkan pada sesama yang menjadi rasa kagum dan tanda cintanya, namun seni pun bisa mendatangkan pengalaman religius yang menjadi lambang terhadap hasrat dan cinta agar senantiasa mendekatkan diri pada Pencipta.³⁸ Dengan demikian, lembaga agama, filsafat dan seni menjadi media bagi manusia untuk dapat menjangkau dunia atas apa yang bersifat spiritual dan rohaniah. Dalam agama, pengalaman merupakan pengalaman roh.

Sementara dalam filsafat, temuan filsuf dari dunia sana disebut esensi. Kemudian, dalam seni, temuan para seniman disebut imajinasi kreatif. Ketiga lembaga tersebut dipertemukan dunia atas dan dunia manusia. Seni berusaha membuat perenungan tentang dunia material dan manusia ini untuk melihat adanya kenyataan lain yang belum pernah dilihat manusia. Seni menjadi dunia medium antara materialism dan kerohanian yang kekal. Seni juga menjadi sesuatu yang memuat hal-hal yang transendental, sesuatu yang tidak kita kenal sebelumnya menjadi nyata dan dapat kita pahami.

Pencarian eksistensi Tuhan melalui pengalaman estetis merupakan hasil interaksi manusia dengan seni, secara sangat radikal dan berani ditemukan oleh kaum mistis dalam sejarah kehidupan tasawuf Islam. Syair-syair yang dilantunkan Mansur al-Hallaj dan tarian berputar-putar Jalaludin al-Rumi telah membawa alam sadar mereka menuju ke alam supranatural. Sehingga seni dalam Islam dapat menjadi media mendekatkan diri pada Tuhan melalui zikir dan penghayatan atas kuasa kuasa-Nya.³⁹

c. Tari sebagai Psikoterapi

Tari merupakan sarana terapi sesuai dengan opini *Dance Movement Therapy* (DMT) dengan cara resmi diartikan selaku psikoterapi yang memakai gerakan selaku tahapan selanjutnya

³⁷Nuraini A Manan, "Seni Ala Sufu Dalam Pendekatan Diri Kepada Tuhan Dan Implikasinya Dalam Psikoterapi Islam," *Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* Vol.14, No. 2 (2012, hlm.257

³⁸Nuraini A. Manan, "Seni Ala Sufu Dalam Pendekatan Diri Kepada Tuhan Dan Implikasinya Dalam Psikoterapi Islam", hlm. 189.

³⁹Nuraini A. Manan, "Seni Ala Sufu Dalam Pendekatan Diri Kepada Tuhan Dan Implikasinya Dalam Psikoterapi Islam", hlm. 189.

berdasarkan fisik individu, integrasi sosial, kognitif, dan emosional. DMT merupakan kedisiplinan khusus pada segi kesehatan mental, menggunakan terapi seni kreatif lain (psikodrama terapi, puisi, drama, musik, dan seni).⁴⁰

DMT adalah aplikasi gerakan tari yang kreatif dalam aktivitas terapeutik. Terapi tersebut pun dapat dilaksanakan seluruh usia pada lingkup kemampuan fisik dan mental, dan dapat dilaksanakan dengan cara individu ataupun group. *Associatoin And the Standing Committee for Arts Therapies Professions* (ADMT) mencapai dua prinsip dasar pada DMT yakni (1) berhubungan terhadap emosi dan gerak, melalui eksplorasi ragam kosakata dengan gerakan yang aman, muah diadaptasi, dan seimbang dengan cara spontan; (2) dengan menari dunia batin tiap-tiap individu menjadi nyata, orang-orang berbagi sejumlah simbolisme pribadi mereka, menari bersama hubungan semakin tampak.⁴¹ Dalam beberapa penelitian menari dalam terapi DMT terdapat manfaat psikologikal sebagai berikut:⁴²

- 1) Membantu Mengatasi Permasalahan Stres
Stress dinilai pengalaman emosional yang buruk diikuti tingkah laku, proses biokimia, dan perubahan fisiologis ketika adaptasi mengaitkan peristiwa semua tubuh. dengan adanya latihan tari maka mengembangkan sirkulasi oksigen darah ke otak dan otot lalu merubah kadar bahan kimia otak tertentu, sebagaimana pada pola respon stress.
- 2) Sebagai Cara Coping
Coping diartikan selaku tahapan yang mengelola tuntutan internal ataupun eksternal yang dinilai melebihi ataupun membebani sumber daya suatu individu. Disamping hal tersebut, koping meliputi tanggapan dan tingkah laku intrapsikis yang dsusun dalam mentolerir, mengurangi, dan mengatasi tuntutan kehidupan.
- 3) Bisa Membantu Meningkatkan *Self-efficacy*
DMT bisa mengembangkan locus of control dan self-efficacy internal kesehatan untuk pasien yang memerlukan

⁴⁰Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, dan Dwi Junianti Lestari, “Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT),” *Jurnal Pendidikan Dan Kajian Seni* Vol. 3, No. 1, 2018, hlm 34.

⁴¹Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, dan Dwi Junianti Lestari, “Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT),” hlm.32.

⁴²Rahmawati, Bangun Yoga Wibowo, dan Dwi Junianti Lestari, “Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT),” hlm. 34.

penanganan tersebut. DMT tidak sebagaimana teknik bermeditasi, terdapat petunjuk teknik visualisasi dan musik. DMT mendorong mobilisasi pasien dalam kegiatan fisik pada setiap sesinya.

4) Sebagai Bentuk *Social Support*

Dukungan sosial dirasa mempunyai dampak pencegah stres untuk seseorang yang memiliki penyakit medis dan dari dukungan sosial bisa memengaruhi status kesehatan. Di samping hal tersebut, dukungan sosial merangsang aplikasi tingkah laku kesehatan yang positif (contohnya mengikuti resep obat, berolahraga, dan memperbaiki diet) dan pengurangan ataupun penghentian tingkah laku yang beresiko pada kesehatan (contohnya merokok dan menggunakan alkohol).

5) Agama dan Spiritual Membantu pada Pencapaian Sehat

Spiritualitas diartikan sebagai rasa batin suatu individu mengenai suatu hal yang cenderung besar dibandingkan dirinya. Sementara agama dideskripsikan sebagai perasaan, ekspresi, dan konkrit lahiriah. praktisi memakai tubuh/pikiran dalam mengetahui secara penuh asal-usul agama ataupun spiritual metodenya, sebab kerja tubuh/pikiran dapat meningkatkan pesan-pesan transendensi ataupun spiritualitas. DMT menggunakan tubuh/pikiran, yang memakai sensasi dan napas, yang mendatangkan rasa utuh dan hubungan spiritualitas dan penyembuhan.

6) Membantu System Kognisi

Penelitian terdahulu sudah berupaya dalam melakukan pengujian terhadap hubungan fungsi kognitif dan tari terhadap orang tua, yang hasilnya bervariasi. bahwa menari merupakan suatu berdasarkan sejumlah aktivitas yang dihubungkan terhadap menurunnya resiko demensia terhadap orang tua.

7) Menstimulasi Imaginasi

DMT memakai *imagery* pada upaya mengaitkan pasien dan mewujudkan kesehatan mental melalui munculnya *imagery* ekspresi psikofisik oleh individu ataupun kelompok. Tahapan *movement* itu mendatangkan *Images* mental dan kinestetik terhadap pasien, berdasarkan sejumlah titik diwakili, disuarakan, ataupun dinyatakan berupa gerakan. Lalu secara kolektif terapis dan pasien membentuk *image*, berimprovisasi, dan berinteraksi pada arti intrapersonal ataupun interpersonal yang menonjol

- 8) Membantu pada proses pengkondisian akan perubahan Hanna melakukan penelitian bahwa perubahan diperoleh berdasarkan tahapan tari ritual penyembuhan sesuai dengan opini segi fisiologis. Sesuai dengan opininya hal itu disebabkan sebelum menari ritual dengan metode tidur ataupun kekuarangan makanan. Dengan demikian memperoleh energi sebagai pengalaman multi sensori berdasarkan ritual merujuk terhadap perubahan persepsi oleh lingkungan dan tubuh, dan kondisi liminal ataupun transformasional.

d. Pengertian Ketenangan Hati

Ketenangan berasal dari kata dasar tenang memiliki himbauan ke-an, ketenangan dengan cara etimologis bermakna tidak gusar, menatap, yakni kondisi kejiwaan yang terdapat pada keseimbangan dengan demikian mengakibatkan suatu individu tidak gelisah ataupun terburu-buru. Ketenangan pun bermakna diam, tidak diubah, tidak tergesa-gesa. Tidak cemas, tidak gugup meski pada kondisi genting, tidak susah, dan tidak gelisah.⁴³ Seseorang dengan jiwa yang dinilai mempunyai psikis ataupun kesehatan mental pada sejumlah ciri antara lain:

- 1) Kesehatan mental merupakan tercegahnya suatu individu oleh gejala neurose (gangguan jiwa) dan berdasarkan psychose gejala-gejala psychose (penyakit jiwa).
- 2) Kesehatan mental merupakan kemampuan dalam beradaptasi terhadap lingkungan, orang lain maupun masyarakat sekitarnya.
- 3) Kesehatan mental merupakan perbuatan dan pengetahuan yang bermaksud dalam meningkatkan dan memakai seluruh pembawaan, potensi, dan bakat secara semaksimal, dengan demikian membawa terhadap kebahagiaan diri terhadap orang lain.
- 4) Kesehatan mental merupakan tercapainya keharmonisan yang eenarnya terhadap fungsi jiwa, dan memiliki kemampuan menyikapi masalah yang dihadapi dalam mendatangkan kebahagiaan dan ketenangan jiwa terhadap diri.⁴⁴

⁴³Burhanuddin, “Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan Dan Keagalauan Jiwa),” *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020, hlm.15.

⁴⁴Burhanuddin, “Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Keagalauan Jiwa),” *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.17.

Sementara manusia yang mempunyai ketenangan jiwa sesuai dengan opini Dr Zakiyah Darajat, dimulai dengan tingkat yang teringan hingga ter parah dengan demikian mengarah terhadap kegilaan dan depresi. Hal tersebut bisa ditinjau berdasarkan sejumlah segi yakni:⁴⁵

- 1) Berdasarkan sisi perasaan diantara gangguan perasaan yang dikarenakan ketenangan mental merupakan rasa ragu, bimbang, gelisah, dan cemas.
- 2) Berdasarkan sisi pikiran, hal tersebut bisa diketahui dalam bentuk tidak bisa berkonsentrasi, sering lupa, merasa pikirannya buntu, kemampuan berpikir melawan.
- 3) Berdasarkan sisi kelakuan dan tingkah laku, hal yang terlihat yakni terdapatnya penyimpangan-penyimpangan yang diperbuat dengan demikian mengakibatkan orang lain dan dirinya menderita contohnya deskruktif (merusak), agresif (menyengat), tindak criminal, dan lainnya.

Dalam segi lainnya bahwa ketenangan jiwa bisa bergantung pada 2 aspek yakni eksternal dan internal. Aspek internal sangatlah bergantung terhadap tingkat ketakwaan dan keimanan, perilaku untuk menyikapi permasalahan hidup, rutinitas untuk berdzikir dan keadaan jiwa lain yang konstan, mempunyai rasa sabar dan syukur-syukur, tidak mudah beradaptasi dan tidak mudah putus terhadap orang lain pada sejumlah kebahagiaan.⁴⁶

Sementara kondisi luar ataupun faktor eksternal yang menakup suatu individu contohnya keadaan sosial, kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, dan kondisi lingkungan. Tapi dari dua aspek itu, yang sangat menjadi penentu yakni aspek internal yang hendak mengantarkan manusia mendapatkan ketenangan jiwa.⁴⁷

e. Teori Tentang Jiwa

Dalam dunia pemikiran filsafat keilmuan Islam ada 2 aliran mengenai jiwa; pertama merupakan aliran materialisme

⁴⁵Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.18.

⁴⁶Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.18.

⁴⁷Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.18

(*maddiyah*), dan kedua, aliran ruhaniyah (*spiritualisme*). Aliran *materialisme* didominasi paradigma filsafat atomisme yang menyebutkan bahwa hakikat yang terdapat pada alam semesta ini merupakan jawhar dan ‘arad. Jawhar yang bermakna pokok ataupun inti dinilai sebagai materi ataupun benda. Sementara ‘arad bertujuan sebagai karakteristik terhadap benda itu. Mengenai teori penciptaan *creation theory*, dengan demikian bisa dikatakan bahwa jawhar dan ‘arad tersebut selalu terbentuk dengan cara berganti-ganti, *al-khalq al-mustamir al-mutajaddid*, tidak berhenti dan pada keadaan tidak tetap. Tuhan pada tahapan *creation continuity* ataupun *al-khalq al-mustamirr* itu membuat badan disempurnakan terhadap ruh dan jiwa sebagai sifat abstraktif dengan cara kontinu tanpa kesudahan dan batas.⁴⁸

Aliran kedua tersebut digunakan mayoritas Sunni yang diperkuat Imam al-Harama yang berikutnya memperoleh dukungan kuat oleh al-Ghazali dengan demikian tabiatnya yang ilahiyah yang sifatnya eternal, dengan demikian jiwa manusia tidak bisa rusak sesudah kehancuran jasad. kebalikannya, dirinya senantiasa eksis, pada syarat; untuk seseorang yang memiliki jiwa yang saleh maka rindu ke surga pada kondisi kedekatan terhadap Tuhannya, sementara seseorang yang durjana, memiliki jiwa yang jatuh ke alam neraka, memperoleh murka.

Aliran kedua tersebut digunakan mayoritas Sunni yang diperkuat Imam al-Harama yang berikutnya memperoleh dukungan kuat oleh al-Ghazali dengan demikian tabiatnya yang ilahiyah yang sifatnya eternal, dengan demikian jiwa manusia tidak bisa rusak sesudah kehancuran jasad. kebalikannya, dirinya senantiasa eksis, pada syarat; untuk seseorang yang memiliki jiwa yang saleh maka rindu ke surga pada kondisi kedekatan terhadap Tuhannya, sementara seseorang yang durjana, memiliki jiwa yang jatuh ke alam neraka, memperoleh murka Tuhannya.⁴⁹

f. Zikir dalam Tari Sufi Untuk Ketenangan Jiwa

Seluruh sufi beropini bahwa dalam mencegah karakter manusia yang selalu mengutamakan hawa nafsunya merupakan kesucian jiwa. Sebab jiwa manusia adalah pancaran ataupun

⁴⁸Abd Syakur, “Metode Ketenangan Jiwa: Suatu Perbandingan Antara Al-Ghazali Dan Sigmund Freud.”, hlm. 163.

⁴⁹Abd Syakur., hlm. 164.

refleksi oleh zat Allah yang suci dengan demikian seluruh hal tersebut wajib suci dan sempurna, walaupun kadar kesempurnaan dan kesucian tersebut beragam sesuai dengan opini jauh dan dekatnya berdasarkan sumber asli.⁵⁰

Dalam mewujudkan kadar ketenangan dan kesempurnaan jiwa membutuhkan pelatihan dan pendidikan mental yang panjang, yang ontohnya ialah melalui zikir bermeditasi (pemusatan kesadaran) sambil mengingat dan menyebut nama Allah pada tiap-tiap kondisi. Maksud dzikir tersebut merupakan dalam membentuk kejiwaan (ikatan bathin) antara Allah dan hamba dengan demikian muncul jiwa muroqobah (diawasi dan merasa dekat Allah) dan rasa cinta hormat.⁵¹

Istilah zikir pada sejumlah bentuk ditemui pada Al-Qur'an tidak di bawah 280 kali. Zikir bersumber pada bahasa Arab: ذكّر - يذكّر - ذكرا ذكرا yang bermakna menyebutkan maupun mengingat suatu hal. Dengan cara umum dzikir meliputi semua elemen syariat yakni larangan ataupun perintah, tapi makna zikir dengan cara khusus (*spesific*) merupakan melantunkan lafal-lafal yang terdapat arti dzikir pada Syariat contohnya tahmid, tasbih, dan tahlil.⁵²

Zikir adalah suatu cara yang digunakan ulama sufi dalam bisa menghidupkan hati sebab hati yang tidak mengingat agungnya Allah Swt dinilai mati. Melalui berdzikir bisa memberi kesadaran suatu individu terhadap adanya Tuhannya yang hakiki. Dzikir tersebut seolah-olah seperti pohon kayu, semakin kuat akarnya dengan demikian pohon kayunya pun semakin rindang, tinggi, kokoh, dan kuat, dengan demikian memperoleh hasil yang banyak. Begitupun terhadap szikir, jika dzikir semakin kuat terhadap suatu individu, dengan demikian semakin kokoh kepercayaannya terhadap Allah Swt.⁵³ Tahap pensucian diri ataupun jiwa melalui cara berdzikir dapat

⁵⁰Rahmat Ilyas, "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Telaah Atas Pemikiran Al-Ghazali," *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* Vol. 8, No. 1, 2017, hlm. 106.

⁵¹Rahmat Ilyas, "Zikir dan Ketenangan Jiwa: Telaah Atas Pemikiran Al-Ghazali," *Jurnal Dakwah dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan* Vol. 8, No. 1, 2017, hlm. 106.

⁵²Faisal Muhammad Nur, "Persepektif Zikir Di Kalangan Sufi," *Jurnal Ilmu-Ilmu Ushuluddin* Vol. 19, No. 2, 2017, hlm. 189.

⁵³Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm. 15

berdampak positif untuk seseorang pada prosesnya terhadap ketenangan jiwa dan kesempurnaan hidup. Mu'jam Alfazh al-Qur'an memberi definisi dasar berdasarkan kata-kata Dzikir itu yakni:

- 1) Menyebut dan mengucapkan nama Allah dan mendatangkan pada ingatannya.
- 2) Mengingat karunia Allah melalui melibatkan Allah pada kehidupan melalui melaksanakan kewajiban sebagai hamba Allah.
- 3) Mengingat Allah melalui melibatkan-Nya pada hati yang diikuti tadabbur, yakni diikuti lisan ataupun ucapan.
- 4) Allah Mengingat hamba-Nya dengan membalas kebaikan dan meningkatkan derajat manusia tersebut.⁵⁴

Sedangkan Pada tari Sufi, tidak seluruh individu dapat memeragakan tari sufi dengan tidak terdapat rasa cinta dan keahlian Allah SWT karena pada hal tersebut untuk orang yang hendak memeragakan sufi wajib mempunyai dasar yang berpusat kepada rasa cinta terhadap Allah SWT. Terdapat ketentuan yang wajib terpenuhi sebelum menjadi penari sufi. Sebelum dimulai, latihan dilakukan melalui dzikir lebih dulu, kemudian bershalawat nabi. Penari sufi tidak berpusing sebab berfokus terhadap dzikir yang kuat terhadap dirinya.⁵⁵

g. Relevansi Zikir dengan Tari sufi Untuk Ketenangan Jiwa

Tari darwis ataupun tari sufi ataupun bukan tari dikarenakan tidak seperti halnya tari secara umum. Di samping-samping hal tersebut, tari sufi yang mengutamakan konsepsi seperti halnya sebuah nasihat dari Rasulullah SAW yang menyatakan "*Muutu qabla an tammuutu*" artinya "matilah kamu sebelum mati". Dengan demikian tari sufi terdapat tujuan dan arti yang luas dan dalam, dimana sabda Nabi itu terdapat dua arti sebagai berikut:

- 1) "Matilah kamu" artinya merupakan menunjukkan perintah ego sentries (kematian iradah) di mana hal tersebut diperlukan perannya supaya menjadi manusia yang baik.
- 2) Arti "mati" artinya kematian jasadi seperti yang terjadi pada tiap-tiap makhluk. Nasehat Rasulullah syarat terhadap arti.

⁵⁴Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.15

⁵⁵Burhanuddin, "Zikir dan Ketenangan Jiwa (Solusi Islam Mengatasi Kegelisahan dan Kegalauan Jiwa)," *Jurnal Media Intelektual Muslim dan Bimbingan Rohani* Vol. 6, No. 1, 2020 Hlm.16.

Maka usahakanlah pada kehidupan tersebut ruhani (ruh) kita tidak terkukung jasmani ataupun tidak terikat hawa nafsu. Pada menari sufi penari mengusahakan rohani (ruh) melakukan kenda hawa nafsu bukanlah hawa nafsu yang mengendalikan ruhani (ruh).⁵⁶

Orang yang tidak memahami kesenian sering salah mengartikan gerakan putaran yang menjadi ikon para penari sufi. Mereka mengira penari sufi berada pada keadaan tidak sadar ketika melakukan gerakan tersebut. Padahal putaran tari tersebut murni dilakukan dengan gerakan sadar sebab terdapat teknik khusus yang berupa dzikir. Dzikir sendiri dijadikan sebagai media sebab suatu alasan yang cukup kompleks. Melantunkan dzikir dipercaya sebagai metode spiritual untuk meningkatkan pemahaman pada keagungan Allah. Kemudian, para penari sufi juga harus dapat mengolah fisik, mental, emosional serta spiritual untuk dapat menikmati putarannya menjadi tarian yang indah. Selain dzikir, wirid, membaca al-Qur'an serta solawat menjadi cara utama bagi para sufi untuk meningkatkan keadaan spiritual. Ketika cara utama telah dilakukan, barulah menari sufi dilakukan untuk memperoleh kesadaran spiritual menuju Tuhan.⁵⁷

Terdapat sejumlah maqam yang wajib dilalui penari pada tari sufi ini. Maqam merupakan tingkat yang wajib diupayakan sufi untuk mengenal Allah (ma'rifatullah). Sejumlah maqam yang wajib dilewati yakni:⁵⁸

- 1) *Tawajjud* yakni upaya yang dilaksanakan menari sufi, upaya tersebut dilaksanakan melalui gerakan lahiriah yakni dengan menari spiritual. Sebelumnya penari wajib matang perihal spiritual melalui sejumlah latihan ataupun disiplin yang ketat dan senantiasa mengingat Allah dengan cara kontinu (dzikrullah). Upaya tersebut dilaksanakan penari berdasarkan sabda nabi yang menyebutkan bahwa apabila membaca Al Qur'an harusnya menangis, tapi apabila tidak dapat menangis, maka diupayakan demikian.
- 2) *Wajd* yakni suatu hal yang dirasa dikarenakan rasa cinta terhadap Allah. Cinta tersebut timbul dirangsang asa ingin

⁵⁶Muhammad Rais Ribha Ribha Hakim, "Teologi Dakwah Inklusif Dalam Tari Sufi Nusantara" (UIN Walisongo, 2019), hlm.30.

⁵⁷Muhammad Rais Ribha Ribha Hakim, "Teologi Dakwah Inklusif Dalam Tari Sufi Nusantara" (UIN Walisongo, 2019), hlm.35

⁵⁸Muhammad Rais Ribha Ribha Hakim, "Teologi Dakwah Inklusif Dalam Tari Sufi Nusantara" (UIN Walisongo, 2019), hlm.45.

dekat karena rasa cinta dan rindu terhadap Allah. Wajd diartikan sebagai sebuah hasrat ataupun keinginan atyang kuat dalam mencapai Allah. Wajd pun bermakna sebuah perasaan yang dimunculkan rasa cinta yang kuat kepada Allah dan rasa rindu agar bisa bertemu dengan-Nya. Perasaan tersebut semakin kuat pada saat mendengar musik spiritual, contohnya pasrah kepada Allah SWT, takut, merinding, dan perasaan tenang. Dengan demikian dampak yang diperoleh cukup kuat maka mendatangkan gerakan-gerakan yang dinamakan tarian spiritual di tengah gerakan hingga akhir

- 3) Wujud yakni sebuah keadaan spiritual suatu individu yang sudah terlepas oleh karakteristik kemanusiaan dan yang dirasakan hanya sesuatu yang berkaitan terhadap Allah. Pada kondisi wujud, hati sufi merupakan senantiasa terhubung pada Allah dan mealksanakan tarian spiritual hanya dikarenakan Allah SWT.

B. Penelitian Terdahulu

Sebuah penentian lebih mempunyai ketelitian dan kecermatan apabila dipergunakan penelitian-penelitian lainnya yang terkait dimana menjadi tolak ukur pada penelitian yang dilaksanakan. Adapun penelitian yang dipergunakan antara lain.

1. Penelitian Annisul Muttaqin tahun 2011 yang berjudul “Praktik Zikir Sufi Tarekat Maulawiyah Dari Perspektif Hukum Islam.” Hasil penelitian menjelaskan bahwa boleh berdzikir melalui mediasi tarian, yang dilaksanakan kaum sufi asal ditemani mursyid dan wajib terdapatnya niat dimana tujuan dan niatnya itu tidak menyalahi aturan syariah. Terdapat pula tarian yang tidak diperbolehkan syara’ yakni tarian yang berbaur antar laki-laki dan perempuan yang sifatnya non muhrim, terlebih diselenggarakan an pada suatu tempat dengan kemaksiatan yang jelas, contohnya suasana yang mengundang syahwat, berpakaian tidak menutup aurat, dan diiringi dengan musik. Kaum sufi yang berdzikir memakai suatu mediasi tarian, kemungkinan dzikirnya telah pada tahap di mana orang awam belum mencapai tingkat itu.⁵⁹
2. Penelitian Nuraini A. Manan tahun 2012 yang berjudul “Seni Ala Sufi Pada Pendekatan Diri Kepada Tuhan dan Implikasinya Pada Psikoterapi Islam.” Penelitian tersebut bermaksud dalam

⁵⁹Annisul Muttaqin, “Praktik Zikir Sufi Tarekat Maulawiyah dari Perspektif Hukum Islam” (UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2011).

mengkombinasikan dan merepresentasikan pengajaran sufi terhadap seni. Peneliti memaparkan mengenai media ataupun sarana untuk mendekati kepada Allah melalui menari.⁶⁰

3. Penelitian Falah, Ahmad Roisul tahun 2015 yang berjudul “Arti tari sufi Jalaluddin Rumi di Pondok Pesantren Roudlotun Ni'mah Kalicari Semarang.” Hasil penelitian menjelaskan bahwa tari sufi yang diajarkan pada pondok pesantren merupakan wujud binaan akhlak yang baik khususnya untuk anak jalanan dan santri yang nakal. Tari sufi yang diajarkan tidak sekadar berputar-berputar tapi juga arti spiritual yakni bagaimana berpakaian yang menggambarkan kematian, topi yang menyimbolkan batu nisan. Dengan demikian hal tersebut merupakan jalan membuka tabir agar semakin dekat terhadap Allah Swt, sadar bahwa manusia selalu dekat terhadap kematian yang mempunyai akhlak dengan pekerti luhur, yang menjadi pembeda ialah penelitian Ahmad Roisul merupakan fokus permasalahan yang tidak sama pada skripsi Ahmad meneliti arti tari sufi di pondok pesantren sedangkan penulis meneliti kegunaan tari yang merupakan media ketenangan jiwa pada spiritualitas kehidupan penari sufi.⁶¹
4. Penelitian Eka Fitriana tahun 2015 yang berjudul “Nilai-Nilai Spiritual Pada Tari Sema.” Hasil penelitian menunjukkan bahwa tari sufi yang diajarkan Jalaluddin Rumi terdapat nilai-nilai spiritual. Nilai-nilai yang terdapat pada tari sufi diketahui berdasarkan gerakan tari dan atribut sema yang menjadi simbol kekhusyukan dan kematian terhadap Allah SWT dan kontribusi tari sufi pada pendidikan Islam yaitu membersihkan raga dan jiwa manusia pada pendidikan moral yang baik.⁶²

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu diketahui bahwa penelitian yang dilakukan tidak sama terhadap penelitian peneliti yang menjadi pembeda penelitian terhadap penelitian yang hendak dilaksanakan ini merupakan pendekatan penelitian yang dipergunakan merupakan metode penelitian kualitatif (wawancara terbuka) yang hendak menelaah data bagaimana kegunaan terapi tari sufi pada kehidupan dan jiwa penari sufi. Disamping hal tersebut, yang

⁶⁰Nuraini A Manan, “Seni Ala Sufu Dalam Pendekatan Diri Kepada Tuhan Dan Implikasinya Dalam Psikioterapi Islam.”

⁶¹Ahmad Roisul Falah, “Makna Tarian Sufi Jalaluddin Rumi Di Pondok Pesantren Roudlotun Ni'mah Kalicari Semarang” (UIN Walisongo Semarang, 2015).

⁶²Eka Fitriana, “Nilai-Nilai Spiritual pada Tari Sema” (IAIN Ponorogo, 2015).

merupakan fokus penelitian yakni meneliti kegunaan tari sebagai media ketenangan jiwa pada spiritualitas kehidupan penari sufi.

C. Kerangka Berpikir

Tari Sufi dikenal sebagai tari cinta dan berfungsi dalam beriman kepada Allah SWT dan menebarkan cinta Allah SWT, Nabi SAW, dan para Masyaikh pada semua umat. Pada jalur sufi ini, Islam sebenarnya diajarkan. Bahwa Islam tersebut saling menjaga adab, lemah lembut, dan saling mencintai pada siapapun. Fungsi tersebut selaras terhadap fungsi tari yang menjadi media katarsis. Katarsis bermakna membersihkan jiwa. Seni tari menjadi media media katarsis cenderung tidak sulit dilakukan seni. Fungsi tari sebagai media katarsis juga berkaitan dengan tari sebagai terapi. Seni tari yang menyalurkan terapi umumnya diperuntukan bagi penyandang cacat mental ataupun cacat fisik. Penyaluran hal tersebut bisa dilaksanakan dengan cara langsung untuk yang menderita cacat tubuh ataupun untuk yang menderita tuna rungu ataupun tuna wicara, dan dengan cara tidak langsung untuk yang menderita cacat mental.⁶³

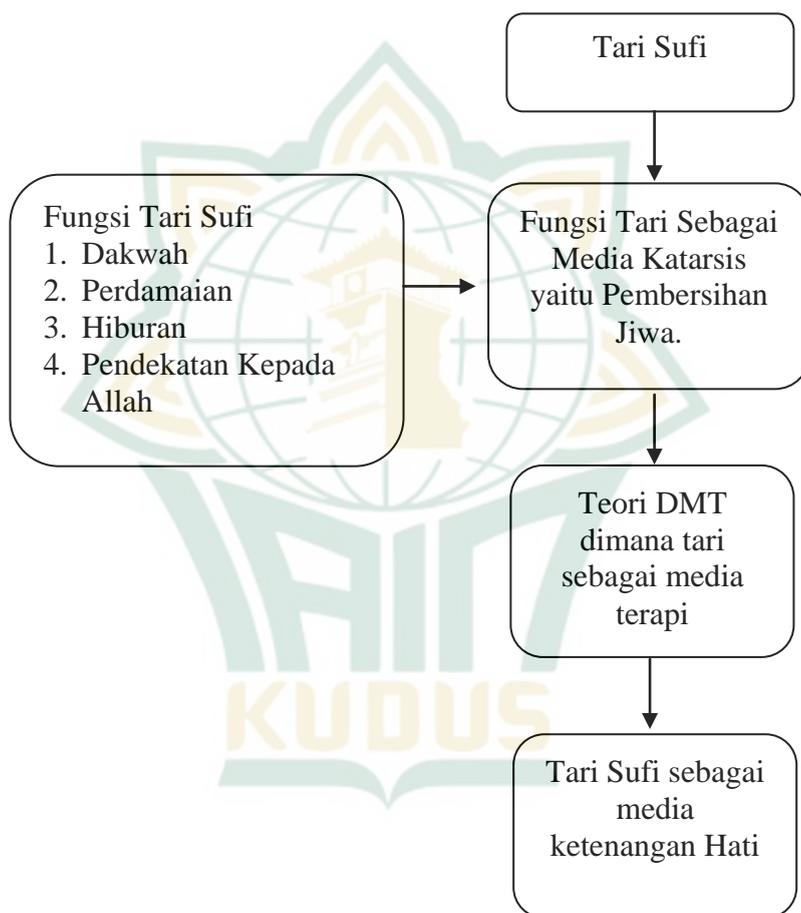
Tari merupakan sarana terapi sesuai dengan opini Dance Movement Therapy (DMT) dengan cara resmi diartikan selaku psikoterapi yang memakai gerakan selaku tahapan selanjutnya berdasarkan fisik individu, integrasi sosial, kognitif, dan emosional. DMT merupakan kedisiplinan khusus pada segi kesehatan mental, menggunkan terapi seni kreatif lain (psikodrama terapi, puisi, drama, musik, dan seni).⁶⁴ DMT adalah aplikasi gerakan tari yang kreatif dalam aktivitas terapeutik. Terapi tersebut pun dapat dilaksanakan seluruh usia pada lingkup kemampuan fisik dan mental, dan dapat dilaksanakan dengan cara individu ataupun group. *Associatoin And the Standing Committee for Arts Therapies Professions (ADMT)* mencapai 2 prinsip dasar pada DMT yakni (1) berhubungan terhadap emosi dan gerak, melalui eksplorasi ragam kosakata dengan gerakan yang aman, muah diadaptasi, dan seimbang dengan cara spontan, (2) dengan menari dunia batin tiap-tiap individu menjadi nyata, orang-orang berbagi sejumlah simbolisme pribadi mereka, menari bersama hubungan semakin tampak.⁶⁵

⁶³Putri Ayu Silmi Afifah, “Analisis Semiotik Pesan Dakwah Islam Dalam Tari Sufi Pondok Rumi.”, hlm.69.

⁶⁴Rahmawati, Wibowo, dan Lestari, “Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT).”, hlm.67.

⁶⁵ Rahmawati, Wibowo, dan Lestari, “Menari Sebagai Media Dance Movement Therapy (DMT).”, hlm.67.

Penelitian ini memakai jenis penelitian kualitatif yang sifatnya deskriptif, dengan demikian data-data yang dihimpun dalam bentuk kata-kata di mana dalam tahap selanjutnya dikaji menggunakan pendekatan analisis kualitatif berupa deskriptif. Tempat penelitian ini yakni Pondok Pesantren Putu Santri Nurul Hasan Bojonegoro Dusun Alas Malang, Sumberagung, Ngraho, Kabupaten Bojonegoro, Jawa Timur.



Gambar 2.1 Kerangka Pikir Penelitian