

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Obyek Penelitian

1. Profil dan Sejarah Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Penelitian ini dilaksanakan di rumah cinta yang berada di kawasan pondok pesantren Al-Islah yang terletak di Jl. Ngumpulsari I No. 11 RT O2 RW 04 Kelurahan Bulusan, Kecamatan Tembalang, Kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia 50272. Yang didirikan oleh KH. Drs. Amin Budi Harjono (Abah Budi). Pada tahun 2010 abah budi mendirikan rumah cinta di depan rumah beliau yang berada di kawasan pondok pesantren Al-Islah sehingga pondok pesantren Al- Islah ini sekarang dikelola oleh adiknya.

Rumah Cinta dibangun ini semula dari Abah Budi yang ditawarkan oleh kang A'ad dari cafe rumi jakarta pada tahun 2009. Cafe rumi ini adalah suatu tempat yang menyajikan menu, namun menyajikan menu layanan atau jasa kerohanian seperti zikir, meditasi, kajian spiritual, tari sema, dan lainnya. Sehingga ketika orang – orang merasakan rohaninya lapar seperti mudah gelisah, marah, putus asa bisa datang ke cafe rumi. Cafe rumi ini didirikan oleh maulana syekh hisham kabbani. Pada akhirnya Abah Budi mengiyakan tawaran dari kang a'ad tersebut. Pada saat itu Abah Budi mulai memperlihatkan tarian sufi ke masyarakat di tempat pengajian dengan tanpa menggunakan tenur dan juga dengan bercerita tentang tari sufi. Pada saat itu tari sufi sulit diterima dimasyarakat karena dianggap tidak sesuai ajaran.

Abah Budi terus menyiarkan tari sufi ditempat pengajian, hingga pada akhirnya abah budi membangun rumah cinta di kawasan pondok pesantren Al-Islah pada tahun 2010. Rumah Cinta ini sebagai tempat untuk mengaji, tempat bersujud sebagai puncak rasa syukur, bercengkrama dengan siapa saja dalam ranah silaturrahmi, tanpa batas sekat kehidupan. Hingga pada akhirnya rumah cinta ini sering dikunjungi orang – orang.

Di tahun 2010 pondok pesantren yang pertama kali meminta ke abah budi unuk dilatih tarian sufi, yaitu pondok pesantren Nailun Najjah Jepara dari situ tari sufi berkembang, hingga pada akhirnya Abah Budi melatih tari sufi baik perorangan atau sekelompok. Dan juga dari pengajiannya Abah Budi yang selalu memperkenalkan tari sufi ke masyarakat ini membuat orang-orang ingin belajar tari sufi. Hingga pada akhirnya tidak hanya di pengajian saja tetapi dengan menyapa di jalanan, dari tegur sapa ke anak-anak jalan atau dari sekelompok anak slank dan anak punk dari situ ada yang ingin mau beralajar tari sufi. Dan sampai ada yang tinggal di rumah cinta tersebut. Cara tersebut termasuk salah satu cara rekrutmen ke tari sufi dan ada juga dari lewat jaringan atau langsung datang ke rumah cinta.¹

Sehingga pada kegiatan penelitian yang telah peneliti laksanakan pada tanggal 12 desember 2022 telah mendapatkan berbagai informasi terkait judul yang peneliti buat. Pada waktu pertama berkunjung rumah cinta peneliti melakukan wawancara kepada pengasuh dan pengurus-pengurus pondok pesantren. Di rumah cinta saat ini terdapat 30 santri yang tinggal di rumah cinta tersebut tetapi pada saat peneliti berkunjung untuk penelitian santri yang masih dipondok hanya ada 15 santri yang sebagian pada pulang ke rumah dan jumlah santri yang tinggal di rumah cinta terus mengalami perubahan di tiap tahunnya.

B. Penerapan Tari Sufi

Pada saat peneliti melakukan observasi praktek tari sufi di rumah cinta yang dilaksanakan pada hari kamis tanggal 15 desember 2022 dan dilakukan oleh 4 santri yang 2 santri termasuk informan yang melakukan wawancara penelitian.

Setting situasi pada praktek observasi dilakukan pada waktu jam 09:56 sampai jam 10:08. Yang berlokasi di aula rumah cinta, di aula tersebut terdapat kayu yang berserakan yang dikarenakan di rumah cinta terdapat renovasi dan sedang ada persiapan pameran. Di bagian aula terdapat

¹ Abah Budi, wawancara oleh peneliti, 12 Desember 2022, wawancara 1, transkrip

panggung , dibagian utara ada pintu yang bisa masuk ke rumahnya abah sedangkan dibagian selatan terdapat pintu untuk masuk dan keluar aula. Dan disana juga terdapat lukisan yang banyak sekali sekitar 20 lukisan lebih yang ada didinding aula, di aula juga terdapat kotoran hewan yang berada dilanantai dan sangatlah kotor.

Deskripsi subjek pada saat observasi yaitu terdapat 4 orang santri yang 2 diantaranya informan dari wawancara penelitian yaitu yang berinisial FR dan MF sedangkan 2 santrinya lagi berinisial AD dan RZ. Terdapat santri FR memakai kaos kuning, memakai Sorban dan memakai sarung batik berwarna coklat serta memakai peci berwarna putih. Santri MF memakai kaos hitam dengan rambut yang sedang dikuncir serta memakai sarung berwarna hijau. Santri AD memakai kaos abu- abu, memakai peci putih dengan kaos yang dimasukkan ke dalam sarung yang bermotif kotak- kotak berwarna merah. Sedangkan santri RZ memakai kaos berwarna merah dengan kaos dimasukkan ke sarung yang berwarna biru. Dan memakai peci bermotif batik.

Pada tahap persiapan , semua melakukan wudhu terlebih dahulu. Dimulai pada pukul 09:56 WIB AD memulai mempersiapkan lagu serulling dari *handphone*. Setelah itu berbaris depan belakang menghadap ke arah kiblat dan melakukan tawassul atau melafadzkan al-fatihan kepada sanad guru sebagai bentuk penghormatan. Setelah itu menunduk dan mulai berputar secara perlahan ke arah kiri dengan semua santri tanganya bersila di dada.

Pada tahap pelaksanaan, semua informan sudah memulai tari sufi, setelah 2 menit ganti gaya dengan tangan kanan sejajar dengan pundak sedangkan tangan kiri sejajar dengan kepala. FR saat pukul 10.00 kedua tangan dibawah sejajar dengan perut dan pada pukul 10.01 kedua tangan diatas sejajar dengan kepala. Tiga informan lainnya yaitu AD, RZ dan MF pada pukul 10.00 tangan kiri diatas dengan tangan kanan sejajar di pundak. Saat pukul 10.02 AD dan RZ ganti gaya dengan kedua tangan sejajar di pundak. Pada diwaktu yang sama pukul 10.02 MF ganti gaya dengan kedua tangan diatas.

Di tahap penutupan , pada saat pukul 10.03 lagu hampir selesai semua informan berganti gaya dengan kedua tangan

yang bersilang di dada lalu menunduk ke bawah dengan berputar seccara perlahan.²

C. Deskripsi Informan Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menjamin kerahasiaan identitas inorman karena menyangkut dengan privasi dari informan tersebut. Peneliti menggunakan inisial dalam mendeskripsikan informan. Adapun informan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.1 Deskripsi Informan Penelitian

No	Inisial	Kota Asal	Usia	Gender	Lama di rumah cinta	Kegiatan Lain
1.	AL	Bojonegoro	20 tahun	L	5 tahun	Melatih tari sufi
2.	MF	Purwodadi	20 tahun	L	3 tahun	Keg. Ansor, IPNU,
3.	FR	Demak	18 tahun	L	4 tahun	Melukis
4.	GZ	Jepara	20 tahun	PR	3 tahun	Kaligarfi , mengajar dan melukis

Informan pada penelitian ini terdiri dari 3 santri laki-laki dan satu perempuan. Empat santri tersebut memiliki masa belajar di rumah cinta yang berbeda – beda, mulai paling sebentar tiga tahun dan yang paling lama lima tahun.

Informan yang pertama berinisial AL asal kota Bojonegoro yang sedang berusia 20 tahun. Berjenis kelamin laki-laki. Tinggal di rumah cinta pada tahun 2017. Informan mulai mengenal Abah Budi dari orang lain yang ia temui dan pernah bertemu Abah Budi pada tahun 2016. Pada saat itu AL berada di salah satu pondok pesantren di bojonegoro. Akhirnya pada tahun 2017 AL mulai ingin belajar dengan Abah Budi dan mendalami tari sufi. kegiatan lain AL selain tari sufi yaitu melatih tari sufi itu sendiri.³

Informan yang kedua berinisial MF ini berusia 20 tahun yang berasal dari kota Purwodadi. Berjenis kelamin laki-

² Hasil Observasi Di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

³ AL. wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 4, transkrip

laki. Saat ini ia tinggal di rumah cinta sejak tahun 2019. Sebelumnya sudah mendalami tari sufi di daerah Purwodadi pada tahun 2018. kegiatan lain MF selain tari sufi yaitu kegiatan Ansor dan IPNU tetapi ketika informan berada di rumah⁴.

Informan yang ketiga berinisial FR yang berusia 18 tahun dan berasal dari kota Demak. Berjenis kelamin laki-laki. Tinggal di rumah cinta sejak tahun 2018. kegiatan lain FR selain tari sufi yaitu.⁵

Informan yang keempat berinisial GZ yang berusia 20 tahun dan berasal dari kota Jepara. Berjenis kelamin perempuan. Tinggal di rumah cinta pada tahun 2019. Sebelum tahun 2019 sudah beralajar tari sufi daerah Jepara. kegiatan lain GZ selain tari sufi yaitu melukis, mengajar dan kaligrafi.⁶

D. Deskripsi Data Penelitian

1. Gambaran kondisi emosi pada remaja penari sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Para santri yang tinggal di rumah cinta memiliki latar belakang yang berbeda-beda termasuk anak jalanan bahkan kelomok anak slank dan anak punk. Selain itu juga berasal dari kalangan umum seperti, pelajar, mahasiswa, dan pekerja swasta. Dengan latar belakang yang berbeda – beda diharapkan dapat menyebarkan keberkahan dari Allah SWT keseluruh muka bumi serta dapat mempengaruhi hati dan jiwa para santri sekaligus penari sufi.

Berdasarkan rekomendasi yang diberikan oleh FR selaku pengurus dan pembimbing tari sufi di rumah cinta terdapat empat informan yang semuanya laki – laki yang merupakan para penari di rumah cinta Abah Budi Semarang. Semua sudah masuk ke dalam kriteria yang telah ditentukan sebelumnya yaitu anggota dari kelompok tari sufi rumah cinta, para penari yang telah memahami

⁴ MF, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 3, transkrip

⁵ FR, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 2, transkrip

⁶ GZ. wawancara oleh peneliti, 14 Desember 2022, wawancara 5, transkrip

tari sufi dan sudah merasakan hasil dari mengikuti tari sufi, sudah mengikuti tari sufi lebih dari satu tahun, berusia mulai dari 12 tahun sampai 24 tahun.

Informan yang pertama berinisial AL asal kota bojonegara yang sedang berusia 20 tahun. Kegiatan AL selain di rumah cinta yaitu melatih tari sufi. Ibu AL yang berusia 48 tahun yang bekerja sebagai petani sedangkan ayah AL sudah meninggal dunia. Ibu AL tinggal di bojonegoro. Hubungan AL dengan orang tua cukup baik tetapi jarang ketemu dikarenakan sejak berumur 4 tahun AL sudah di pondok. Komunikasi AL dengan orang tua hanya membicarakan sebatas kabar. AL cenderung enggan menceritakan masalahnya kepada orang tuanya. Hal ini dikarenakan ia tidak mau membebani orang tua.

AL merasakan persaan yang membuat dia tidak nyaman pada tahun 2018. Pada saat itu AL merasakan hidupnya hampa dan kosong, hal tersebut disebabkan ia mempunyai permasalahan dengan orang lain yaitu teman AL sendiri, hingga memunculkan pikiran ingin melukai orang tersebut. AL merasakan ketika perasaan itu muncul merasa terganggu dan ingin merusak diri sendiri. AL memilih menenangkan dirinya dengan berdiam diri selama 1 bulan. AL tidak membayangkan kemungkinan terburuk mengenai perasaan tersebut⁷.

Informan yang kedua berinisial MF asal kota Purwodadi yang sedang berusia 20 tahun. Kegiatan MF selain di rumah cinta biasanya ikut kegiatan ANSOR dan IPNU saat dirumah. Ibu MF yang berusia kurang lebih 30 tahun bekerja sebagai petani dan tinggal di Purwodadi sedangkan ayah MF AL yang berusia kurang lebih 40 tahun yang bekerja di toraja. MF sering bertemu ibunya dibanding ayahnya, disebabkan ayahnya pulang ke rumah 6 bulan sekali atau setahun hanya sekali. Komunikasi MF kepada orang tua hanya sebatas ngobrol biasa dan bercanda. Ketika MF sedang mempunyai masalah, MF enggan bercerita ke orang tua.

⁷ AL. wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 4, transkrip

MF merasakan perasaan yang membuatnya tidak nyaman pada tahun 2018 sebelum bergabung dengan tari sufi. Hal ini dikarenakan penyakit bawaan yang tidak kunjung sembuh dan masalah orang tua yang membuat MF akhirnya memutuskan untuk mengunci diri di kamarnya. Saat perasaan itu muncul, MF berpikir ingin kabur dari rumah dan bunuh diri. Saat itu MF merasa sangat bingung, tertekan, hampa, dan ingin sendiri. MF menganggap itu hal yang wajar karena sudah sering mengalaminya. Yang dilakukan MF saat perasaan tersebut muncul adalah menyendiri atau pergi ke warkop sendirian untuk menenangkan diri. MF pernah membayangkan bahwa kemungkinan terburuk akan terjadi padanya, yaitu bunuh diri dan melarikan diri dari rumah, tetapi dia juga berpikir untuk mencoba narkoba, tetapi dia tidak mau di dalam hatinya. Kemudian yang MF lakukan hanyalah menyendiri.⁸

Informan yang ketiga berinisial FR asal kota Demak yang sedang berusia 18 tahun. Kegiatan FR selain di rumah cinta yaitu melukis. Orang tua FR tinggal di demak. Ayahnya bekerja sebagai pengrajin kayu, berusia sekitar 40 tahun, dan ibunya sebaagi ibu rumah tangga, berusia sekitar 35 tahun. Komunikasi FR dengan orang tua jarang terjadi saat ini. Dan hal yang sering dibicarakan FR sama orang tua hanyalah percakapan biasa. Ketika FR mempunyai masalah, FR tidak memberitahukan kepada orang tua karena menurut FR hanya dia yang bisa menyelesaikannya sendiri, dan orang tua FR hanya membantu dan mendukung.

FR merasakan perasaan yang membuatnya tidak nyaman pada tahun 2018. FR sedang memiliki masalah soal cinta, keluarga dan pertemanan. Saat itu FR membutuhkan teman dan tidak memilikinya. Ketika perasaan itu muncul, pikiran FR menjadi kosong. FR merasakan kekosongan di dalam dirinya. Begitu masalah muncul, FR merasa perasaan tersebut sangat

⁸ MF, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 3, transkrip

mengganggunya, karena FR ingin menyerah dan tidak ingin hidup lagi. Saat masalah muncul, FR memilih untuk mengambil wudhu, dan memilih melarikan diri di jalan yang tidak diketahui kemana tujuannya. FR pernah membayangkan bahwa hal terburuk bisa terjadi padanya, dan itu adalah kecelakaan. Maka ia memilih untuk melukis dan menciptakan lagu dan tari sufi.⁹

Informan yang keempat berinisial GZ yang berusia 20 tahun dan berasal dari kota jepara. Kegiatan informan selain kegiatan di pondok yaitu membuat kaligrafi dan melukis. Ayah informan bekerja sebagai petani dan berusia sekitar 50 tahun sedangkan ibunya bekerja sebagai penjahit dan berusia sekitar 50 tahun. Informan seing ketemu orang tua da ya dicarakan ke orang tua sekedar komunikasi biasa. Ketika GZ mempunyai masalah, informan memilih cerita ke ayahnya dibandingkan ke ibunya.

Kondisi emosi informan G.Z sebelum bergabung di tari sufi GZ merasa baik- baik saja. GZ mengatakan jika ketika mendapat masalah ia selalu memiliki cara untuk mengatasinya, seperti berbicara dengan ayahnya dan pergi bersama teman. Emosi negative yang muncul hanyalah kekecewaan pada hal-hal yang kecil.¹⁰

Dapat disimpulkan berkaitan dengan latar belakang keluarga masing-masing Informan, walau mereka masing-masing memiliki kegiatan lain selain kegiatan yang ada di rumah Cinta mereka tetap tinggal bersama orang tua atau saudara. Seperti GZ dan FR kegiatan selain di rumah cinta yaitu melukis, tetapi GZ juga membuat kaligrafi. Kegiatan lain di rumah cinta MF mengikuti kegiatan ANSOR dan IPNU saat dirumah sedangkan AL melatih tari sufi. Adapun komunikasi empat informan dengan orang tua dan saudaranya hanya sebatas percakapan biasa seperti menanyakan kabar orang tua. Sedangkan jika sedang ada masalah, 3 informan,

⁹ FR, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 2, transkrip

¹⁰ GZ. wawancara oleh peneliti, 14 Desember 2022, wawancara 5, transkrip

yaitu AL MF dan FR, enggan menceritakan masalahnya kepada orang tua mereka memilih untuk memendamnya sendiri, sedangkan GZ lebih memilih bercerita kepada ayahnya dibanding ibunya.

Adapun gambaran kondisi emosi para remaja penari sufi adalah seringkali mereka merasa ada hal yang membuat perasaan mereka bergejolak, terutama ketika mereka berhadapan dengan suatu masalah. Seperti AL, MF dan FR merasakan hal yang membuat perasaan mereka tidak nyaman adalah persoalan yang muncul pada sekitar tahun 2018. AL mempunyai permasalahan dengan orang lain yaitu teman AL sendiri, MF mempunyai permasalahan dengan penyakit bawaan yang tidak kunjung sembuh dan masalah orang tua, sedangkan FR sedang memiliki masalah soal cinta, keluarga dan pertemanan. Sedangkan Informan GZ merasakan dirinya baik-baik saja tidak merasakan perasaan yang bergejolak bukan berarti GZ tidak mempunyai masalah namun disebabkan ketika GZ memiliki masalah, GZ bercerita dengan ayahnya sehingga GZ sudah merasakan kenyamanan didalam dirinya.

Ketika masalah muncul di diri informan, hal yang muncul dalam pikiran para informan adalah, mereka ingin melakukan hal-hal negatif. Pada saat AL mempunyai permasalahan dengan orang lain yaitu teman AL sendiri, AL sempat berpikiran ingin melukai orang tersebut. MF saat mempunyai permasalahan sempat berpikir ingin kabur dari rumah dan bunuh diri. Sedangkan FR saat mempunyai permasalahan, pikiran FR menjadi kosong dan merasakan kekosongan di dalam dirinya. Dan pada saat masalah itu muncul mereka merasakan emosi negatif seperti marah, bingung, kosong dan mengganggu perasaannya. Seperti AL merasa terganggu dan ingin merusak diri sendiri. Saat itu MF merasa sangat bingung, tertekan, hampa, dan ingin sendiri. Tetapi MF menganggap itu hal yang wajar karena sudah sering mengalaminya. Sedangkan FR merasa sangat menggonggonya, karena FR ingin menyerah dan tidak ingin hidup lagi.

Dalam menghadapi masalah tersebut keempat informan memilih untuk menyelesaikannya dengan cara bercerita dengan orang lain seperti yang dilakukan GZ, ia bercerita dengan orang tuanya dan pergi bersama teman. Atau menyendiri dan mencoba mencari lingkungan baru seperti yang dilakukan AL dan MF, sedangkan FR memilih untuk mengambil wudhu, dan melarikan diri di jalan yang tidak diketahui kemana tujuannya.

2. Nilai-nilai Penghayatan Tari Sufi pada Remaja Penari Sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Dalam proses pelaksanaan tari sufi, masing-masing informan memiliki penghayatan nilai yang berbeda antar satu samalain.

Informan pertama berinisial AL awalnya bertemu dengan Abah Budi pada tahun 2016. Pada tahun 2017 ia mengikuti tari sufi bersama Abah Budi. Berawal dari rasa penasaran AL belajar tari sufi melalui buku, lama belajar tari sufi tapi baru tahu tari sufi di rumah cinta Abah Budi. Lalu Abah Budi mengajari AL tari sufi. Motivasi AL bergabung tari sufi adalah untuk membuang perasaan ingin menang sendiri.

AL ketika melakukan tari sufi tidak ada persiapan apapun hanya sebatas bersuci. Tata cara yang harus dilakukan ketika memulai tari sufi yang biasanya dilakukan AL yaitu yang pertama mengambil wudhu, yang kedua melakukan wasilah, dan yang ketiga melakukan dzikir. Menurut AL, tarian sufi merupakan tarian mendekatkan diri kepada Allah SWT, sedangkan tarian lainnya hanya untuk hiburan semata.

Saat awal memulai latihan tarian sufi, AL merasa pusing selama seminggu setelah latihan tari sufi pertama. Namun ketika mulai tampil di panggung pertama kali AL mengalami kesulitan dalam melakukan tari sufi seperti saat berada di panggung dan ketika pikiran lagi tidak tenang. AL menenangkannya dengan tetap menjalaninya dan pasrah.

Sebelum menari tarian Sufi, emosi yang paling mendominasi adalah merasa paling buruk atau kotor. Ketika proses tari sufi dimulai AL merasakan ketenangan

sampai merasa dekat dengan Allah Swt. Dan setelah mengikuti tari sufi, AL merasakan kebahagiaan dan kedamaian. AL mengalami perubahan pada dirinya setelah mengikuti tari sufi, dimana yang dulunya sering marah kini sudah membaik. AL kesulitan membagi waktu setelah mengikuti tari sufi.¹¹

Informan yang kedua yaitu berinisial MF. Bergabung di tari sufi di tahun 2018 yang ada di purwodadi yang berawal dari rasa ingi tahu. Tahun 2019 MF bergabung di rumah cinta Abah Budi. Awal mula kenal tari sufi di tempat pengajian mafia sholawat. Hal yang pertama kali diketahui MF tentang tari sufi yaitu tari sufi yang berputar. Motivasi MF dalam mengikuti tari sufi adalah ingin keliling indonesia.

Sebelum melakukan tari sufi yang harus dilakukan MF yaitu harus bersuci. Tata cara yang dilakukan MF ketika tari sufi yaitu berdzikir dan tawassul. Menurut MF tari sufi ini lebih bersifat kerohanian, namun tari sufi lainnya hanya bersifat fisik.

Pertama kali MF latihan tari sufi merasakan kesulitan yaitu merasakan pusing, mual dan ambruk saat dipanggung. MF mengatasi kesulitan tersebut dengan sering melihat senior dan belajar sama senior.

Sebelum menari tari sufi, emosi yang paling mendominasi adalah merasa bahagia, senang, sedih dan terharu. Ketika mulai proses tari sufi, MF merasakan ketenangan dan terasa ringan di badan. Setelah mengikuti tari sufi yang dirasakan MF yaitu merasa lelah, panas dan ketenangan. MF merasakan perubahan pada dirinya setelah mengikuti tari sufi yaitu ia tidak lagi merasa introvert. Setelah mengikuti tari sufi MF sulit untuk mengatur waktunya.¹²

Informan yang ketiga berinisial FR. Bergabung di rumah cinta pada tahun 2018. FR pertama kali melihat keindahan seorang penari sufi dari tari sufi.

¹¹ AL. wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 4, transkrip

¹² MF, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 3, transkrip

Sebelumnya FR mengetahui tentang tari sufi di pondok pesantren Roudlotun Ni'mah pada tahun 2014. Motivasi FR mengikuti tari sufi adalah untuk mencoba hal baru yang berhubungan dengan cinta.

FR harus mempersiapkan diri sebelum melakukan tari sufi dengan menyucikan diri terlebih dahulu. Tata cara yang harus dilakukan FR ketika memulai tari sufi yaitu dengan berwudhu, tawassul, menghormati sanad guru, kemudian membaca sholawat 7 kali tanpa bernafas. Menurut FR tari sufi merupakan tarian yang melalui cinta dan pendekatan kepada Allah sedangkan tari – tarian lainnya hanya untuk hiburan semata.

Pertama kali melakukan latihan tari sufi, FR merasa pusing hanya beberapa menit. Kemudian FR mengatasinya dengan cara menyeimbangkan tubuh, khusyuk, tidak memikirkan orang lain dan berserah diri kepada Allah.

Sebelum menari tarian Sufi, emosi yang paling mendominasi yaitu merasakan kebahagiaan dan terharu karena keinget sama rasullullah. Saat memulai proses tari sufi, FR merasakan ketenangan dan damai. Setelah mengikuti tari sufi yang dirasakan FR adalah merasa menemukan jati dirinya. Ada perubahan yang ada didiri FR yaitu perubahan sifat, karakter dan kebiasaan serta sekarang mudah beradaptasi dan langsung akrab ketika ketemu orang baru. sulit bagi FR untuk mengatur waktunya setelah mengikuti tari sufi.¹³

Informan yang keempat berinisial GZ, bergabung di rumah cinta pada tahun 2019. Sebelum tahun 2019 GZ sudah mengetahui tari sufi lewat pengajian di masjid. Setelah mengetahui tentang tari sufi di tempat- tempat pengajian kemudian ia mencari tau tempat latihannya. Motivasi GZ mengikuti tari sufi yaitu hanya ingin tau.

GZ harus mempersiapkan diri sebelum melakukan tari sufi dengan bersuci serta bertawassul terlebih dahulu. Dan tata cara yang harus dilakukan oleh GZ adalah yang pertama menyiapkan tenur, yang kedua berwudhu, yang

¹³ FR, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 2, transkrip

ketiga menggunakan tenur, yang keempat bertawassul dan yang kelima berdzikir dengan lafadz Allah. Menurut GZ tarian sufi ini merupakan tarian yang berputar ke kiri dan bisa dengan waktu yang lama sedangkan tari-tarian yang lainnya hanya dengan waktu sebentar.

Pertama kali GZ latihan tari sufi rasanya pusing, ingin mual, gerakan masih kaku dan latihannya seminggu sekali. GZ mengatasi kesulitan itu melalui latihan terus-menerus.

Sebelum menari tarian Sufi, emosi yang paling mendominasi yaitu gelisah ketika melihat area menari yang tidak mendukung, sehingga membuat GZ merasa terganggu. kemudian saat proses tari sufi dimulai GZ merasa biasa saja. Perasaan GZ setelah mengikuti tarian sufi membuat GZ berkeringat, rileks, tenang, lelah, dan kaki terasa kaku. Setelah mengikuti tari sufi, terdapat perubahan pada diri GZ yaitu adanya kesempatan bertemu dengan orang baru dan bertemu dengan para habaib-habaib. Dan GZ mengalami kesulitan membagi waktu setelah mengikuti tari sufi.¹⁴

Dapat disimpulkan bahwa keempat informan sudah menjadi penari sufi mulai paling sebentar tiga tahun dan yang paling lama lima tahun. AL bergabung tari sufi sejak tahun 2017. MF dan GZ bergabung tari sufi sejak tahun 2019 sedangkan FR sejak tahun 2018. MF dan GZ mengenal tari sufi dari tempat pengajian, AL mengenal tari sufi berawal dari rasa penasaran lalu belajar melalui membaca buku sedangkan FR berawal dari melihat keindahan dari seorang penari sufi. Motivasi AL mengikuti tari sufi untuk membuang ego, MF ingin keliling indonesia, FR ingin mencoba hal baru yang berhubungan dengan cinta sedangkan GZ dari rasa ingin tahu.

Ketika melakukan tari sufi terdapat persiapan yang harus disiapkan, pertama adalah bersuci yang dilakukan oleh keempat informan. Selanjutnya adalah tahapan awal seperti mulai memasuki tahapan bertawassul,

¹⁴ GZ. wawancara oleh peneliti, 14 Desember 2022, wawancara 5, transkrip

yaitu penghormatan kepada sanad guru dengan membaca Al-Fatihah, Yang merupakan tahapan meditasi awal yang dilakukan oleh keempat informan. Namun terdapat perbedaan pada tahapan selanjutnya adalah berdzikir, GZ berdzikrinya selalu dengan lafadz ALLAH, sedangkan FR sebelum ketahap berdzikir, ia membaca sholawat 7 kali tanpa bernafas.

Sehingga menurut pandangan dari keempat informan, tari sufi dengan tarian yang lain mempunyai perbedaan, seperti AL dan FR menganggap tarian yang lain hanya tarian hiburan semata, sedangkan untuk tari sufi sendiri, AL dan FR berpendapat bahwa, tarian yang mendekatkan diri kepada Allah. Kemudian MF berpendapat bahwa tari sufi bersifat kerohanian dan tarian lainnya bersifat fisik, sedangkan GZ berpendapat tarian sufi ini merupakan tarian yang berputar ke kiri dengan waktu yang lama sedangkan tari-tarian yang lainnya hanya dengan waktu sebentar.

Ketika awal latihan keempat informan merasakan kesulitan, seperti merasa pusing, mual, jatuh saat dipanggung, gerakannya masih kaku dan merasa tidak tenang. Tetapi setiap informan mempunyai cara sendiri untuk mengatasinya, seperti AL mengatasinya dengan dengan tetap menjalaninya dan pasrah. MF mengatasinya dengan sering melihat senior dan berlajar sama senior. FR mengatasinya dengan cara menyeimbangkan tubuh, khusyuk, tidak memikirkan orang lain dan berserah diri kepada Allah. Sedangkan GZ mengatasinya dengan latihan terus-menerus.

Sebelum melakukan tari sufi, keempat informan merasakan perasaan yang mendominasi, seperti AL memiliki perasaan rendah hati, MF dan FR merasakan perasaan bahagia, senang, sedih dan terharu. Sedangkan GZ merasa gelisah dikarenakan area menari yang tidak mendukung. Kemudian saat proses tari sufi dimulai AL, MF dan FR merasakan ketenangan, dekat dengan Allah, terasa damai dan ringan di badan. Sementara GZ merasakan biasa saja. Dan setelah menari tari sufi keempat informan mengalami perubahan suasana, seperti, AL dan FR merasakan kebahagiaan dan kedamaian, MF

dan GZ merasakan ketenangan, lelah, panas, berkeringat, rileks, dan kaki terasa kaku.

Dan setelah mengikuti tari sufi terdapat perubahan di dalam diri keempat informan seperti, AL menjadi tidak mudah marah, MF menjadi tidak introvet, FR mengalami perubahan sifat, karakter dan kebiasaan, mudah beradaptasi dan mudah akrab, sedangkan GZ mengalami perubahan yaitu adanya kesempatan bertemu dengan orang baru dan bertemu dengan para habaib-habaib. Dan keempat informan mengalami kesulitan membagi waktu setelah mengikuti tari sufi.

3. **Gambaran Dinamika Regulasi Emosi pada Remaja Penari Sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang**

Informan AL menyadari adanya suasana di dalam dirinya telah berubah. Dan ketika AL mengalami masalah dengan orang lain pada tahun 2018, suasana hati AL berubah 1 bulan setelah masalah tersebut. Dan sekarang AL sudah ikhlas dengan masalah tersebut. Pada tahun 2019, AL merasakan perubahan, AL merasa mampu mengendalikan emosinya.

Sebelum memulai tari sufi, AL pernah berada dalam kondisi pikiran resah dan kacau. Namun pada saat itu AL terus berlatih tari sufi secara konsisten karena AL merasa segar dan tenang saat mengikuti tari sufi tersebut.

Dengan adanya tari sufi, suasana hati AL berubah dan ia merasa lebih tenang. Namun jika tidak melakukan tari sufi, untuk merubah suasana hatinya ia sambil duduk diam menghadap kiblat atau minum kopi dan merokok. AL merasa cara tersebut sangat efektif untuk mengubah suasana hatinya.¹⁵

Informan MF menyadari bahwa telah terjadi perubahan pada dirinya. Sebelum bergabung di rumah cinta, MF awalnya merasa dirinya seorang introvert, namun sekarang sering keluar rumah untuk bertemu dengan banyak orang, dan MF juga merasa cara

¹⁵ AL. wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 4, transkrip

berpikirnya berubah, inilah yang disadari MF terhadap perubahan itu pada tahun 2020.

Sebelum memulai tari sufi, MF pernah berada di kondisi suasana hatinya sedang resah, maka MF terlebih dahulu minum kopi dan merokok. Saat MF melakukan tari sufi, suasana hati MF berubah menjadi tenang dan ringan.

Setelah bergabung tari sufi, MF merasa telah terjadi perubahan nyata dalam dirinya. Selain tari sufi, untuk merubah suasana hatinya ia melakukan cara lain yaitu dengan tidur, minum kopi atau merokok. Namun menurut MF cara yang lebih efektif adalah dengan tari sufi. Karena dengan tidur, minum kopi atau merokok. MF merasa masalahnya masih kepikiran.¹⁶

FR memperhatikan bahwa dirinya telah berubah yakni dulu sering bermasalah dan suasana hatinya pecah, sekarang setelah mengikuti tari sufi menjadi lebih tenang, fokus pada diri sendiri dan berdoa kepada Allah SWT. FR merasa ada perubahan didirinya pada tahun 2019.

FR pernah dalam kondisi suasana hatinya sedang resah sebelum melakukan tari sufi. FR menyadari bahwa setiap orang pasti punya masalah sehingga FR tidak terpacu dengan masalahnya. Lalu yang dilakukan FR harus percaya dengan qadha dan qadarnya Allah dan belajar dari masalah tersebut dan menerimanya. Usai melakukan tari sufi suasana hati FR semakin tenang.

FR merasakan telah terjadi perubahan pada dirinya. Yang jauh lebih baik. Selain tari sufi, FR biasanya melakukan pendekatan untuk merubah suasana hati dengan berwudhu, bersujud, dan berdiam diri. Namun menurut FR, tari sufi adalah metode yang lebih efektif karena FR merasa jika tidak berlatih tari sufi, hidupnya akan hancur, kacau dan sudah hidup di jalanan.¹⁷

GZ merasakan adanya perubahan suasana hatinya. Sebelum tari sufi GZ merasa suasana hatinya selalu baik.

¹⁶ MF, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 3, transkrip

¹⁷ FR, wawancara oleh peneliti, 13 Desember 2022, wawancara 2, transkrip

Saat tarian sufi dibawakan, suasana hati GZ merasa tenang.

Dengan tari sufi GZ tidak merasakan perubahan suasana hatinya. Namun saat bertemu teman, jalan-jalan, membaca Al-Qura'an dan membaca Sholawat, suasana hatinya berubah. Menurut GZ cara yang lebih efektif adalah dengan membaca Al-Qur'an dan membaca sholawat.¹⁸

Dapat disimpulkan bahwa para informan menyadari adanya perubahan yang ada di dirinya, seperti AL, MF dan GZ menyadari bahwa telah terjadi perubahan pada dirinya. Pada tahun 2019, AL merasa sudah mampu mengendalikan emosinya. Pada tahun 2020, MF merasa sudah tidak introvert dan cara berpikrinya sudah berubah. Sedangkan GZ dan FR mengalami perubahan dirinya menjadi lebih tenang, namun FR juga lebih fokus pada diri sendiri dan sering berdoa kepada Allah SWT.

Para informan mampu mengelola suasana hatinya sebelum menari tari sufi, dari suasana hari yang negatif ke suasana hati yang positif. AL, MF dan FR pada awalnya merasakan keresahan dan perasaan tidak tenang. Namun pada saat itu untuk mengubah suasana hatinya, AL mengatasinya terus berlatih tari sufi secara konsisten, MF mengatasinya terlebih dahulu minum kopi dan merokok, sedangkan FR percaya dengan qadha dan qadarnya Allah dan belajar dari masalah tersebut dan menerimanya. kemudian GZ sejak awal memiliki perasaan yang stabil. Setelah mengatasi suasana hatinya masing- masing, AL, MF dan FR merasakan ketenangan, kesegaran dan merasa ringan di badan.

Setelah melakukan tari sufi, dua informan dalam kehidupan sehari- harinya mempunyai cara untuk merubah suasana hatinya sehingga menjadikan cara tersebut lebih efektif dibanding tari sufi, seperti AL dan GZ. AL memilih merubah suasana hatinya, sambil duduk diam menghadap kiblat atau minum kopi dan merokok, sedangkan GZ memilih dengan dengan membaca Al-

¹⁸ GZ. wawancara oleh peneliti, 14 Desember 2022, wawancara 5, transkrip

Qur'an dan membaca sholawat. Sedangkan dua informan lain, yaitu MF dan FR lebih memilih merubah suasana hati mereka dengan cara menari sufi, karena hal tersebut dirasa lebih efektif.

E. Analisis Data Penelitian

1. Gambaran Kondisi Emosi pada Remaja Penari Sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Fase remaja termasuk fase peralihan, yaitu terjadinya perubahan psikologis pada remaja yang menimbulkan kebingungan dan mengalami gejala emosi serta tekanan psikis, sehingga terjadi penyimpangan dari aturan dan norma sosial yang telah ditetapkan dalam masyarakat.¹⁹ Berdasarkan keputusan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, disebutkan bahwa remaja adalah penduduk yang berusia 10 – 18 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) bahwa rentang usia remaja yaitu 10 – 24 tahun dan belum menikah.²⁰ Dalam penelitian ini, remaja penari sufi berusia sekitar 18 tahun sampai 20 tahun. Sebelum menjadi tari sufi para remaja ini mengalami gejala emosi, utamanya mereka mempunyai permasalahan dengan orang sekitar, seperti dengan temannya, kekasihnya dan orang tuanya. Permasalah tersebut memunculkan emosi negatif seperti marah, agresifitas ataupun keinginan menarik diri dari lingkungan sosial seperti keinginan bunuh diri.

Menurut penelitian Oktaviani, ada remaja saat mengalami permasalahan dengan orang lain seperti teman dekatnya, ada yang mampu mengendalikan emosinya dan ada yang kurang mampu mengendalikan emosinya. Ketika remaja kesulitan dalam mengendalikan emosinya, akibatnya mereka tidak mampu mengelola stress. Beberapa remaja memutuskan untuk lari ke minum-

¹⁹ Gatot Marwoko C A., “Psikologi Perkembangan Masa Remaja”, Jurnal: Tarbiyah-Syariah Islamiyah vol 26 No 1 (2019): April 2019, diakses pada 30 April 2019, <https://doi.org/10.29138/tasyri.v26i1.69>

²⁰ Nislawaty, Fitri Handayani dan Putri Ayuni., “Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Kelas VI Tentang Kesehatan Reproduksi Di Sekolah Dasar Inkam Kabupaten Kampar Tahun 2021”, Jurnal Doppler, , Vol. 6 No. 1 Tahun 2022 : 121

minuman alkohol dan ada yang melakukan pergaulan bebas dengan pacar selanjutnya, dan bahkan terjun ke dunia portitusi.²¹

Seiring dengan kondisi emosi remaja penari sufi tersebut, para remaja ini remaja melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri maupun merugikan orang lain. Seperti beberapa remaja penari sufi juga ingin melakukan hal-hal negatif seperti ingin melukai orang dan ingin bunuh diri. Menurut psikolog G. Stanley Hall menjelaskan bahwa “*adolescence is a time of “ storm and strtness “*. Menyatakan bahwa masa remaja adalah masa yang penuh dengan “ badai dan tekanan jiwa” karena terjadi perubahan secara fisik, intelektual dan emosional pada seseorang. Hal ini menimbulkan kesedihan dan keseimbangan konflik yang bersangkutan, serta konflik dengan lingkungannya²². Sementara itu, menurut Santrock pada penelitiannya Ahmad dan Vina menjelaskan bahwa remaja yang tidak mampu menyesuaikan atau beradaptasi dengan lingkungan yang terus berubah, menunjukkan perilaku yang maladaptif, seperti perilaku agresif yang dapat merugikan orang lain maupun dirinya sendiri.

Selain itu, pada penelitian Ahmad dan Vina, mengangkat permasalahan seorang subjek pada masa remaja awal yang melakukan tindakan agresif dilingkungan rumah, teman bermain dan sekolah. Yang disebabkan lemahnya penegndalian diri dan sulitnya mengendalikan emosi, sehingga penegndalian diri yang lemah mudah bertindak agresif terhadap semua orang. Dan terjadinya frustrasi karena peristiwa yang buruk membuat subyek merasa frustrasi dengan kehidupannya saat ini.²³

²¹ Purwatomoko Pandaming Tyas, “Regulasi Emosi Pasca Putus Cinta Pada Remaja Tahap Akhir.” Universitas Muhammadiyah Surakarta.,2012

²² Adisti Maurizka , Anastasia Sri Maryam., “Hubungan Antara Religiusitas Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Psychological Well-Being Pada Remaja Pengguna Hijab Di Organisasi Remaja Masjid Al – Amin Jakarta Selatan”, Jurnal IKRA-ITH Humaniora, Vol 3 No 3 tahun 2019 :208

²³ Ahmad Yanizon & Vina Sesriani., “ Penyebab Munculnya Perilaku Agresif Pada Remaja “, Jurnal Kopasta, Vol. 6, No. 1, 2019 : 24-27.

Namun demikian, para remaja ini juga melakukan usaha dalam mengatasi emosi tersebut. Masing-masing punya cara sendiri. Mayoritas remaja penari sufi dalam penelitian ini memilih untuk menyendiri dan tidak melibatkan orang lain. Menurut Normawati, dalam penelitian yang dilakukan oleh Ahmat, Sri dan Purwanti, dijelaskan bahwa anak dengan kesulitan bersosialisasi memiliki karakteristik antara lain: pendiam, pemalu, dan menarik diri dari kegiatan- kegiatan kelompok. Yang dipengaruhi oleh faktor internal berupa faktor psikologis meliputi: kecerdasan, kematangan, minat, motivasi, dan emosi. Dalam faktor fisiologis meliputi: keadaan jasmani subyek kasus dalam hal kesehatan. Sedangkan faktor eksternal meliputi keluarga, berupa hubungan orang tua dengan anaknya, cara mendidik anak, suasana rumah, dan kondisi sosial ekonomi, sekolah dan masyarakat. Sekolah, berupa interaksi antara guru dengan murid, cara penyampaian materi, hubungan antar siswa. Masyarakat, berupa teman sebaya di luar sekolah, lingkungan sekitar.²⁴

Sedangkan satu remaja penari sufi cenderung untuk menceritakan masalahnya ke orang tuanya. Dalam penelitiannya Alvan menjelaskan bahwa remaja akhir dalam memecahkan masalah melakukan *proses Problem Focused Coping*, yaitu dimana remaja akhir bercerita kepada keluarga dan teman dekatnya untuk menyelesaikan masalahnya.²⁵ Sehingga dengan bercerita seorang remaja dapat menangani situasi yang mengandung tekanan.

Pada penelitian dari Priatmoko menunjukkan bahwa pengendalian emosi remaja Panti Asuhan Yayasan Alhidayah dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.. Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa emosi dapat mempengaruhi perilaku seseorang, sehingga dapat mengambil keputusan. Kemampuan

²⁴ Ahmat Husaini, Sri Lestari, Purwanti., “ Studi Kasus Tentang Siswa Yang Kesulitan Bersosialisasi Dengan Teman Sebaya”, Untan Pontianak : 6

²⁵ Alfian Nahareko,” Coping Remaja Akhir Terhadap Perilaku Selingkuh Ayah”, Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi Vol. 11, No. 1, Mei 2009: 22.

mengendalikan emosi sangat dibutuhkan oleh remaja agar dapat mengendalikan perilaku yang menyimpang, meningkatkan prestasi belajar dan mengambil keputusan dengan baik.²⁶

Dapat disimpulkan bahwa kondisi emosi remaja penari sufi, cenderung terjadi ketika mempunyai permasalahan dengan orang lain sehingga mengalami gejala emosi dan ekspresi emosi yang nampak adalah mereka cenderung ingin melakukan tindakan yang merugikan dirinya sendiri maupun merugikan orang lain. Hal ini dapat terjadi pada diri remaja, karena mereka berada pada fase peralihan dimana terjadinya perubahan kejiwaan di diri remaja. Namun demikian, para remaja penari sufi ini pun berusaha mengatasinya dengan menyendiri dan tidak melibatkan orang lain atau bercerita kepada orang tuanya .

Remaja akan berhasil mengatasi masalahnya jika adanya terjadi perubahan secara fisik, intelektual dan emosional di dirinya. Dan memilih mengatasi masalahnya dengan cara untuk tidak bersosialisasi dengan orang lain yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal atau dengan melakukan *proses Problem Focused Coping*, yaitu dimana remaja akhir bercerita kepada keluarga, dan teman dekatnya dalam menyelesaikan masalahnya.

2. Nilai-nilai Penghayatan Tari Sufi pada Remaja Penari Sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Tari sufi ini juga mengandung nilai budaya luhur, yaitu hubungan dengan Sang Pencipta (Habluminalloh) dan hubungan dengan manusia (Habluminnanah). Tari sufi juga sebagai bentuk meditasi dan proses selalu ingat kepada Allah.

Nilai pertama yang terlihat jelas adalah kaitannya dengan nilai habluminallah yaitu menjaga hubungan dengan sang pencipta yaitu Allah SWT. Meskipun motivasi awal para remaja penari sufi ini pada awalnya

²⁶ Priatmoko Dwi Slamet. *Upaya Meningkatkan Pengendalian Emosi Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Pada Remaja Di Panti Asuhan Yayasan Alhidayah Desa Desel Sadeng Kecamatan Gunung Pati Semarang*, (Semarang, Jusuan Bimbingan dan Konseling Universitas Semarang, 2011)

hanya berkaitan dengan pelampiasan keinginan dan kepuasan pribadi mereka, namun ketika mereka mulai menerapkan tari sufi tersebut, mereka pun membentuk hubungan dengan Allah SWT, melalui langkah-langkahnya. Saat membawakan tari sufi, para remaja penari sufi terlebih dahulu melakukan tahapan bersuci, dilanjutkan bertawassul dan berdzikir.

Pada saat bersuci tersebut, seseorang mulai melakukan usaha fisik dalam menjaga kesuciannya ketika akan berhubungan dengan Allah SWT. Dengan cara, para remaja penari sufi mengambil wudhu terlebih dahulu. Pada penelitiannya Afif dan Uswatun menjelaskan bahwa wudhu adalah proses bersuci yang dilakukan oleh seseorang untuk membasuh bagian-bagian tubuh²⁷.

Pada penelitiannya Diah, mengungkapkan bahwa dengan berwudhu sesuai petunjuk Rasulullah Saw., akan terhindar dari berbagai hal negatif atau perbuatan setan, misalnya menahan dari rasa amarah dan juga akan mendapatkan ketenangan. Ketenangan di sini berarti sebagai adanya perasaan nyaman, damai, tenteram, bahagia karena dapat terjaga dan terhindar dari hal yang negatif, terhindar dari amarah yang berlebihan, rasa takut dan terdesak, serta rasa tenang karena mendapat kemudahan untuk beribadah setiap saat.²⁸

Nilai *Habluminallah* juga terlihat pada tahap mereka melakukan tawasul. Para remaja penari sufi ini melakukan tawasul dengan tujuan mendekatkan diri kepada Allah SWT. Yang dimaksud dengan tawasul pada penelitiannya Faisal adalah sebagai salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan mudah. Allah menjelaskan tentang pentingnya tawassul untuk dapat mendekatkan diri kepada-Nya, sebagaimana firman Allah dalam (Q.S.al-Isra':57) adalah sebagai berikut:

²⁷ Muhammad Afif dan Uswatun khasanah., " Urgensi Wudhu dan Relevansinya Bagi Kesehatan (Kajian Ma'anil Hadits) dalam Perspektif Imam Musbikin ", Jurnal Studi Hadis, Volume 3 Nomor 2, 2018 : 216.

²⁸ Diah Kusumawardani., " Makna Wudhu Dalam Kehidupan Menurut Al-Qur'an Dan Hadis ", Jurnal Riset Agama, Volume 1, Nomor 1 (April 2021): 115.

أُولَئِكَ الَّذِينَ يَدْعُونَ يَبْتَغُونَ إِلَىٰ رَبِّهِمُ الْوَسِيلَةَ أَيُّهُمْ
أَقْرَبُ وَيَرْجُونَ رَحْمَتَهُ وَيَخَافُونَ عَذَابَهُ إِنَّ عَذَابَ رَبِّكَ

كَانَ مَحْذُورًا ﴿٥٧﴾

Artinya: “Orang-orang yang mereka seru itu, mereka sendiri mencari jalan kepada Tuhan mereka, siapa di antara mereka yang lebih dekat (kepada Allah) dan mengharap rahmat-Nya dan takut akan segala azab-Nya, sesungguhnya azab Tuhanmu adalah suatu yang harus ditakuti”. (*Q.S.al-isra*’:57)

Dari ayat di atas dapat disimpulkan bahwa pentingnya bertawasul untuk mendapatkan rahmat dan hidayah dari Allah. Bertawasul juga merupakan bagian dari *syari’at* Islam, bahkan para ulama telah bersepakat tentang bolehnya bertawasul dengan Rasulullah Saw, baik sewaktu beliau hidup maupun setelah wafatnya.²⁹ Selain itu, mereka juga melakukan dzikir. Meskipun masing-masing remaja penari sufi menerapkan dzikir yang berbeda, namun tujuan dari dzikir tersebut adalah untuk mengingat Allah semata. Hal ini merupakan perwujudan nilai habluminalloh. Di jelaskan dalam surah Q.S. Al-Ahzab ayat 41.

يٰۤأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا ﴿٤١﴾

Artinya: “Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah (dengan menyebut nama) Allah, dzikir yang sebanyak-banyaknya.”

Bahwa Allah memerintahkan kepada semua orang beriman untuk memperbanyak berdzikir mengingat Allah dengan menyebut nama-Nya sebanyak-banyaknya dengan

²⁹ Faisal Muhammad Nur., “ Konsep Tawassul Dalam Islam “, Jurnal Substantia, Vol. 13, No. 2, Oktober 2011:267-269.

hati dan lidah pada setiap keadaan dan setiap saat. Karena Allah-lah yang memberikan segala nikmat kepada mereka yang tidak terhingga. Mereka diperintahkan bertasbih kepada-Nya dengan niat membersihkan dan menyucikan dari segala sesuatu yang tidak layak bagi-Nya³⁰. Menurut Daradjat dijelaskan bahwa bagi seorang remaja, pengalaman dzikir dalam hal ini, merupakan penolong untuk memulihkan ketenangan dan keseimbangan jiwa yang sedang guncang atau tidak stabil emosinya.³¹

Para remaja tari sufi menyatakan bahwa setelah mereka melakukan tari sufi ini, muncul perasaan yang lebih tenang terutama setelah berdzikir, tidak ada lagi luapan emosi yang sebelumnya dirasakan. Pada penelitiannya Early, bahwa dengan dzikir dapat menjadi jalan alternatif bagi tindakan pencegahan terhadap kemungkinan timbulnya 'kasus' remaja di masyarakat sekaligus juga menjadi dasar bagi seorang remaja untuk dapat membuat pertimbangan yang matang dalam menghadapi berbagai persoalan sehingga muncul pribadi yang baik. Dan dengan berdzikir memungkinkan seorang remaja untuk mengendalikan emosinya karena mampu mengatur proses yang secara sengaja memungkinkannya untuk menunjukkan perilaku yang serasi dan kuat baik dari dalam maupun luar dari diri remaja itu sendiri.³²

Nilai berikutnya yaitu berkaitan dengan nilai *Habluminanas*, yaitu hubungan manusia dengan manusia. Nilai ini tercermin dalam tahapan tawassul dan hilangnya keinginan melakukan agresifitas kepada orang lain. Para remaja penari sufi melakukan tawassul ini dengan cara membaca Al-Fatihah sebagai penghormatan kepada sanad guru. Dengan demikian tawassul dalam penelitiannya Misbahuzzulam merupakan salah satu bentuk pendekatan diri seseorang kepada Allah dengan suatu perantara (*wasilah*), atau melakukan sesuatu yang menurut Allah

³⁰ Abdul Hafidz Dan Rusydi., *Konsep Dzikir Dan Doa Perspektif Al-Qur'an*, Jurnal Pendidikan & Keislaman, Vol. 6 No.1, 2019 : 56.

³¹ Zakiah Daradjat., *Ilmu Jiwa Agama* (jakarta, : Bulan Bintang, 1996):23

³² Early Maghfiroh Innayati., “ Dzikir Sebagai kendali emosi Bagi Remaja “, Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, Vol. VI, No. 1, Juni 2005: 90.

mempunyai nilai, derajat dan kedudukan yang tinggi, untuk dijadikan sebagai perantara (wasilah) agar terkabulnya doa.³³ Dalam ayat al-Qur'an selalu memerintahkan kepada muslim untuk bertawassul agar dapat mendekatkan diri kepada Allah, seperti firman Allah dalam (Q.S.al-maidah:35) adalah sebagai berikut :

يٰۤاَيُّهَا الَّذِيْنَ ءٰمَنُوْا اتَّقُوا اللّٰهَ وَابْتَغُوا۟ اِلَيْهِ الْوَسِيْلَةَ

وَجَاهِدُوْا فِىْ سَبِيْلِهِ لَعَلَّكُمْ تَفْلِحُوْنَ

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman bertakwalah kepada Allah dan carilah jalan yang dapat mendekatkan diri kepada-Nya, dan berjuanglah pada jalan-Nya, supaya kamu menjadi orang-orang yang beruntung.” (Q.S.al-maidah:35).

Ayat di atas memaparkan tentang kedudukan tawassul bagi umat islam. Wasilah merupakan hal yang sangat penting bagi kita untuk dapat mendekatkan diri kepada Allah . Wasilah merupakan wadah untuk dapat mendekatkan diri kepada Allah. Wasilah pada ayat ini adalah qurbah (mendekatkan diri kepada Allah) dan darajah (kedudukan di dalam syurga).³⁴

Tari sufi juga merupakan bagian dari meditasi diri. Meditasi merupakan salah satu cara mendisiplinkan diri untuk mencapai kedamaian dan keharmonisan dalam diri atau mental seseorang dengan memusatkan perhatian terhadap suatu objek. Meditasi yang dilakukan dengan melalui tari sufi yang sangat erat berkaitan dengan tasawuf, dikarenakan dalam tarian sufi ini dapat mengalami ekstase dan melebur bersama sang illahi. Dalam hal ini ditunjukkan dalam perasaan para remaja penari sufi ketika proses pelaksanaan tari sufi mengalami ketenangan, kebahagiaan dan merasa dekat dengan Allah. Dalam pandangan Islam meditasi merupakan kegiatan

³³ Misbahuzzulam., “ Deskripsi Tawassul Dan Hukumnya “, Jurnal Dirasat Islamiyah, Vol. 2 No. 1 (2014): 133.

³⁴ Faisal Muhammad Nur., “ Konsep Tawassul Dalam Islam “, Jurnal Substantia, Vol. 13, No. 2, Oktober 2011: 268.

mendekatkan diri kepada sang Pencipta dengan cara berdiam untuk memperoleh ketenangan. Demikian pula orang Islam bermeditasi dengan cara berdzikir atau mengingat Allah dengan mengulang bacaan tertentu, misalnya *laa ilaha illallah* (Tiada Tuhan selain Allah) atau menyebut nama Allah berulang-ulang, misalnya Ya Rahman Ya Rahim.³⁵

Dalam penelitiannya Safran dan Setya dijelaskan bahwa Para penari sufi berputar untuk bermeditasi menyambungkan hati dan rohani kepada Allah SWT untuk sampai di titik ketenangan, dengan hati yang tenang, seorang penari Sufi kuat untuk menarik tari Sufi yang berlangsung selama 10 menit hingga tak terhingga.³⁶

Tarian sufi juga merupakan proses untuk selalu ingat kepada Allah. Dalam hal ketika awal latihan tari sufi remaja penari sufi mengalami kesulitan sehingga remaja penari sufi mengatasinya dengan terus belajar dan berserah diri kepada Allah. Dan remaja penari sufi menganggap tarian tari sufi tarian yang bisa mendekatkan diri kepada Allah. Hal ini juga termasuk perwujudan dari bentuk proses untuk selalu ingat kepada Allah. Di jelaskan dalam surah Q.S. Al- Luqman ayat 22 :

﴿ وَمَنْ يُسَلِّمْ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ

بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَىٰ وَإِلَى اللَّهِ عَنقَبَةُ الْأُمُورِ ﴿٢٢﴾

Artinya: Dan barang siapa yang menyerahkan dirinya kepada Allah, sedang dia orang yang berbuat kebaikan, maka sesungguhnya ia telah berpegang kepada buhul tali yang kokoh. Dan hanya kepada Allah-lah kesudahan segala urusan.

³⁵ Johana E. Prawitasari et al., Psikoterapi Pendekatan Konvensional Dan Kontemporer (Bandung: Pustaka Pelajar, 2002). 183-184

³⁶ Safran R dan Setya W., “ Koreografi Tari Sufi Komunitas Dzikir Zhauwiyah Kecamatan Kartosuro Kabupaten Sukoharjo “, Volume 18 No. 2 Desember 2019 : 176.

Bahwa orang-orang yang menyembah Allah, berserah diri dan merendahkan diri kepada-Nya, menjalankan perintah-Nya dengan tulus serta sungguh-sungguh dalam menolak segala perbuatan maksiat dan munkar berarti mereka tetap teguh. Dan pada akhir ayat ini diterangkan bahwa semua makhluk kembali kepada Allah saja. Oleh karena itu, hanya dialah yang memberikan pahala yang baik kepada orang-orang yang bertawakal kepada-Nya.³⁷

Pada penelitiannya Agus Mulyana dijelaskan bahwa seseorang yang sepenuhnya tawakal kepada Allah sejatinya ia akan senantiasa bersyukur apa yang telah Allah perintahkan kepada hamba-Nya dan selalu ikhlas dalam segala hal, karena pada dasarnya apa yang terjadi merupakan takdir dari Allah. Seseorang yang memiliki ketawakalan yang tinggi, sudah senyatanya tidak akan pernah ragu dengan apa yang telah terjadi.³⁸

Dapat disimpulkan bahwa nilai – nilai penghayatan tari sufi yaitu terkait *habluminallah*, *habluminnas*, sebagai bentuk meditasi dan proses selalu ingat kepada Allah. ketika bergabung di tari sufi para remaja penari sufi mempunyai motivasi yaitu sebagai bentuk kepuasan di dalam dirinya. Dan ketika melakukan tari sufi, para remaja penari sufi melakukan tahapan bersuci, bertawassul dan berdzikir yang merupakan perwujudan dari nilai *habluminaallah*. Tari sufi juga merupakan bentuk meditasi diri, ketika para remaja penari sufi melakukan proses pelaksanaan tari sufi sehingga mengalami ketenangan, kebahagiaan dan merasa dekat dengan Allah. Dalam proses untuk selalu ingat kepada Allah, ketika remaja penari sufi mengalami kesulitan dan mengatasinya dengan terus belajar dan berserah diri kepada Allah. Dalam perwujudan *habluminnas* yaitu ketika para remaja penari sufi bertawassul dengan cara

³⁷ Siti Rahayu Nurfitriyah., Luqman Al-Hakim Dalam Kitab-Kitab Tafsir, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021 : 36.

³⁸ Agus Mulyana., “Tawakal Dan Kecemasan Mahasiswa Pada Mata Kuliah Praktikum”, Bandung: UIN Sunan Gunung Djati Bandung, 21.

dengan cara membaca Al-Fatihah sebagai penghormatan kepada sanad guru.

Allah menganjurkan kepada semua orang beriman untuk memperbanyak berdzikir dan bertawassul untuk mengingat Allah dan mendekatkan diri kepada Allah. Dan dengan cara berdzikir dan bertawassul juga sebagai bentuk meditasi diri untuk sampai di titik ketenangan. ketika para remaja penari sufi mengatasi kesulitannya dengan cara bertawakal, dengan bertawakal kepada Allah sejatinya ia akan senantiasa mensyukuri apa yang telah Allah ditakdirkan kepada hamba-Nya.

3. Gambaran Dinamika Regulasi Emosi pada Remaja Penari Sufi di Rumah Cinta Abah Budi Semarang

Seorang remaja yang berada dalam tahapan remaja akhir, memiliki tugas perkembangan yaitu mampu menerima fisiknya, menggapai kemandirian emosional, meningkatkan ketrampilan komunikasi interpersonal, mendapatkan sosok yang dapat dijadikan modeling, mempunyai keyakinan terhadap kemampuannya sendiri, dan mampu memeperkuat kemampuan mengendalikan diri.³⁹ Ketika remaja gagal dalam melaksanakan tugas perkembangannya akan berdampak negatif dalam kehidupan sosialnya sehingga menimbulkan ketidakbahagiaan pada remaja.

Dengan mengatasi permasalahan tersebut diperlukan adanya regulasi emosi, Menurut Thompson pada penelitiannya Mawardah dan Adiyanti bahwa regulasi emosi adalah suatu kemampuan merespon proses eksternal dan internal untuk memonitoring, mengevaluasi, dan memodifikasi respon emosional yang intensif dan menetap untuk mencapai suatu tujuan. Sehingga ketika remaja mampu mengelola emosinya secara efektif, maka remaja akan lebih mampu menghadapi masalah.⁴⁰

³⁹ Khamim Zarkasih Putro, *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*, Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, Volume 17, Nomor 1, 2017: 29.

⁴⁰ Mutia Mawardah dan MG, Adiyanti, *Regulasi Emosi dan Kelompok Teman Sebaya Pelaku Cyberbullying*, Jurnal Psikologi, Vol 41, No. 1, Juni 2014 : 62

Sebelum menekuni tari sufi, para remaja cenderung memiliki masalah berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi. Mereka cenderung memiliki emosi yang negatif terutama kaitannya dengan relasi sosial mereka yaitu ingin melukai orang lain dan ingin melukai dirinya sendiri. Namun demikian, setelah melakukan tari sufi mereka mengalami perubahan suasana hatinya menjadi lebih tenang karena mereka mampu menjalani kemampuan mengendalikan emosi.

Kemampuan regulasi emosi berkaitan dengan tiga aspek utama yaitu kemampuan memantau emosi, kemampuan mengevaluasi emosi dan kemampuan mengontrol emosi.

Berkaitan dengan aspek pemantauan emosi, para remaja penari sufi mulai dapat menyadari adanya perubahan pada dirinya setelah melakukan tari sufi. Kemampuan memantau emosi yaitu kemampuan seseorang untuk menyadari serta memahami seluruh proses yang terjadi dalam dirinya, latar belakang dari perasaannya, pikirannya serta tindakannya.⁴¹ Mereka menyadari jika setelah mengikuti tari sufi perasaan mereka menjadi lebih tenang dan lebih baik.

Pada penelitiannya Sitti Humerah, menunjukkan bahwa pembinaan kecerdasan emosional pada remaja di Desa Leppangeng dilakukan berupa pembinaan kecerdasan emosi yang bertujuan agar anak dapat memahami emosinya dengan baik dengan cara mengajarkan anak berpuasa untuk melatih kesabaran, mengajarkan anak shalat berjamaah, menghormati orang lain, serta mengajarkan tata cara sopan santun.⁴²

Aspek berikutnya yaitu berkaitan dengan kemampuan mengevaluasi emosi. kemampuan mengevaluasi emosi yaitu kemampuan individu untuk mengelola serta menyeimbangkan emosi yang dialaminya.

⁴¹ Triyono dan Muh. Ekhsan Rifai, *Efikasi Diri Dan Regulasi Emosi Dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, (Sukoharjo : CV Sindunata, 2019), 31.

⁴² Sitti Humerah., “ Pembinaan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di Desa Leppangeng Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo”, (Makassar, Pada Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Alauddin Makassar, November 2018)

Kemampuan untuk mengelola emosi terutama emosi negative seperti kemarahan, kesedihan, kekecewaan, kecemburuan sekaligus benci akan membuat individu tidak terbawa serta terpengaruh secara mendalam yang dapat menyebabkan seseorang tidak dapat berfikir secara rasional.⁴³ Setelah menyadari adanya perubahan di diri remaja penari sufi, para remaja penari sufi mampu mengelola suasana hatinya, dari suasana hati negatif ke suasana hati yang positif.

Pada penelitiannya Wijayanti dan Fasikhah diungkapkan bahwa, seseorang yang berhasil mengendalikan emosinya akan berdampak positif pada kesehatan secara psikologis, kinerjanya dan kualitas hubungan sosialnya, meskipun beberapa pengalaman emosional membuat diri seseorang sangat rentan dalam situasi interpersonal dan remaja yang mampu mengendalikan emosinya mereka dapat menjelaskan suasana hati mereka, seperti depresi atau marah.⁴⁴

Dan dengan mampu mengelola suasana hatinya para remaja penari sufi juga mampu merubah suasana hatinya dengan cara yang efektif yaitu dengan cara menari tari sufi dan melakukan aktivitas lain. Yang merupakan suatu bentuk dari kemampuan memodifikasi emosi. kemampuan memodifikasi emosi Yaitu kemampuan seseorang untuk merubah emosi sedemikian rupa sehingga dapat memotivasi dirinya.⁴⁵

Pada penelitiannya Grearyana dan Yeni, dijelaskan bahwa subjek dapat melakukan proses pengendalian emosi dengan baik. Dengan cara memodifikasi situasi dengan mendengarkan lagu melankolis. Hal ini dilakukannya untuk mengubah situasi emosional yang sedang

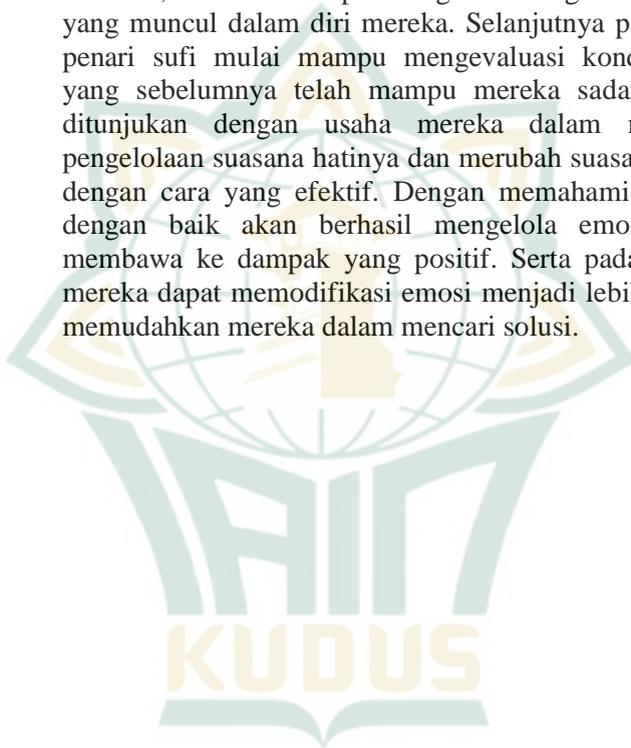
⁴³ Triyono dan Muh. Ekhsan Rifai, *Efikasi Diri Dan Regulasi Emosi Dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, (Sukoharjo : CV Sindunata, 2019), 31.

⁴⁴ Wijayanti dan Fasikhah., “ Kompetensi Emosi pada Remaja “, *Psychological Journal*, Vol 1(1), 2021 :17.

⁴⁵ Triyono dan Muh. Ekhsan Rifai, *Efikasi Diri Dan Regulasi Emosi Dalam Mengatasi Prokrastinasi Akademik*, (Sukoharjo : CV Sindunata, 2019), 31.

dirasakannya. Sehingga lebih memudahkan subjek dalam mencari solusinya.⁴⁶

Dapat disimpulkan bahwa dimanika meregulasi emosi para remaja penari sufi diawali kemampuan para remaja penari sufi dalam memantau emosinya hal tersebut diindikasikan dengan munculnya kesadaran akan adanya perubahan emosi pada dirinya dimana setelah menerapkan tari sufi, mereka mampu mengenali dengan baik emosi yang muncul dalam diri mereka. Selanjutnya para remaja penari sufi mulai mampu mengevaluasi kondisi emosi yang sebelumnya telah mampu mereka sadari, hal ini ditunjukkan dengan usaha mereka dalam melakukan pengelolaan suasana hatinya dan merubah suasana hatinya dengan cara yang efektif. Dengan memahami emosinya dengan baik akan berhasil mengelola emosinya dan membawa ke dampak yang positif. Serta pada akhirnya mereka dapat memodifikasi emosi menjadi lebih baik dan memudahkan mereka dalam mencari solusi.



⁴⁶ Grearyana Estefan, Yeni Duriana Wijaya., " Gambaran Proses Regulasi Emosi Pada Pelaku Self Injury ", Jurnal Psikologi Volume 12 Nomor 1, Juni 2014 : 27.