

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Syair adalah salah satu jenis puisi lama. berasal dari Persia (sekarang Iran) dan dibawa masuk ke Nusantara bersama dengan datangnya Islam. Kata syair berasal dari bahasa Arab *syu'ur* yang berarti perasaan. Kata *syu'ur* berkembang menjadi kata *syi'ru* yang berarti puisi dalam pengertian umum. Puisi lama atau *syi'ir* biasanya dibagi dan dikategorikan berdasarkan bentuk dan isi dari *syi'ir* tersebut. Menurut bentuknya puisi Arab dibagi menjadi 10 yaitu: *ghazal* (syair cinta), *hamasah* (semangat juang), *madh* (pujian), *ritsa'* (berkabung), *hijaa'* (sindiran), *I'tizar* (permohonan maaf), *wasfu* (pemandangan), *da'wah*, *hikmah* (pelajaran), *fakhr* (kebanggaan).

Dalam literatur Arab, puisi tradisional sering disebut dengan puisi klasik atau terikat aturan lama. Puisi tradisional ini terikat gaya lama, yang secara susunan baris umumnya dalam dua baris sejajar.¹

Dalam kesusastraan persia ada tokoh Jalaludin Rumi atau nama lengkapnya Maulana Jalaluddin Rumi Muhammad bin Hasin al Khattabi al-Bakri adalah sang pujangga dari tanah Persia. Selain penyair dia juga tokoh sufi yang berpengaruh di zamannya dia lahir pada 30 September 1207 Masehi di Balkh sebuah kota kecil di kota Khurasan, Afghanistan dan meninggal pada 17 Desember 1273 Masehi di Konya (Turki).

Jalaluddin Rumi mengekspresikan tulisannya dalam bahasa cinta yang penuh makna. Melalui puisi-puisinya Rumi menyampaikan bahwa pemahaman atas dunia hanya mungkin didapat lewat cinta, bukan semata-mata lewat kerja fisik. Ciri khas lain yang membedakan puisi Rumi dengan karya sufi penyair lain adalah sering memulai puisinya dengan menggunakan kisah-kisah. Tapi hal ini bukan dimaksud untuk menulis puisi naratif. Kisah-kisah ini digunakan sebagai alat pernyataan pikiran dan ide. Maulana Jalaluddin Muhammad Balkhi Rumi mewariskan beberapa karya sastra yang terangkum dalam lima buku, yaitu *Masnawi Ma'nawi*, *Diwan Syams*, *Fihi Ma Fih*, *Majalis Sab'ah* dan *Maktubat Maulana*. Dari lima karya tersebut, dua di antaranya merupakan kumpulan syair secara

¹ Sukron Kamil, *Teori Kritik Sastra Arab : Klasik Dan Modern*, (Jakarta, PT Raja Grafindo Persada : 2012), 12 - 13

“mandzum” atau sesuai dengan kaedah bentuk-bentuk puisi klasik timur tengah, yaitu *Masnawi Ma'nawi* dan *Diwan Syams*, selebihnya karya-karya dalam bentuk prosa, tulisan dan catatan perjalanan. Banyak berbagai kisah dalam satu puisi Rumi yang tampaknya berlainan namun memiliki kesejajaran makna simbolik. Beberapa tokoh sejarah yang ditampilkan bukan dalam maksud kesejarahan, namun menampilkannya sebagai imaji-imaji simbolik. Dalam puisinya Rumi juga menyampaikan bahwa Tuhan sebagai satu-satunya tujuan tidak ada yang menyamai. Sebagian besar kutipan syair Rumi didasarkan pada cinta, harapan, inspirasi, dan kebangkitan.

Jalaluddin Rumi juga mengajak kita untuk sadar akan diri kita. Konsep kesadaran diri menurut Jalaluddin Rumi adalah bagaimana seseorang mampu memahami potensi dan fitrahnya sebagai seorang manusia untuk mengabdikan pada Allah SWT. Yaitu dengan memperbaiki hati (*islah al-qulub*) yang penuh dengan ego dan nafsu serta terus berusaha menanamkan pikiran dan perasaan yang positif melalui jalan cinta dan *muhasabah*. Sebab itu semua akan menjadikan manusia bisa senantiasa terhubung dengan Tuhan dan kesadaran diri pun senantiasa mengiringi manusia dalam melakukan setiap perbuatan.²

Dalam mewujudkan kesadaran diri dapat dilakukan melalui introspeksi diri/ *Muhasabah*, yakni menghitung-hitung perbuatan pada tiap tahun, tiap bulan, tiap hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu *Muhasabah* tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau bulan. Namun perlu dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat. Malik Badri menyebutkan bahwa kata kontemplasi/*muhasabah* dalam bahasa Arab disebut juga dengan istilah tafakkur yang di dalam bahasa Inggris sering disebut dengan istilah *contemplation* atau *meditation*, kata *meditation* sering disamakan dengan tafakkur meskipun maknanya berbeda. Menurut Malik Badri, *tafakkur* adalah aktifitas spiritual kognitif yang menggabungkan pemikiran rasional, emosi dan spiritual. Tujuan dari tafakkur adalah berpikir mendalam tentang Allah SWT dan ciptaann-Nya. Istilah lain *tafakkur* adalah *tadabbur*, *tawassum* atau *albab*.³

² Murniyati Djufri, Thesis: Ksadaran diri perspektif Jalaluddin Rumi, 2019

³ Jeremy Hanzel-Thomas, Introduction dalam Malik Badri, *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*, (London: IIIT, 2018), hlm. XII. Lihat juga Mamat I., Mukhtar M. (2017). A Book Review: *Contemplation: An Islamic Psychospiritual Study*. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*. 2(6), 258-267. Diambil pada 15/03/2020: 23.00 WIB.

Menurut Imam al-Ghazali, *muhasabah* berarti menghitung perbuatan yang telah lalu dan yang akan datang. Berdasarkan ijma' ulama, *muhasabah* hukumnya wajib, dan menuntut untuk berpegang teguh kepada kitab Allah (*i'tisham*) dan juga istiqamah (lurus dan teguh). Perbedaan antara *i'tisham* dan istiqamah yaitu: *i'tisham* artinya berpegang teguh kepada kitab Allah Swt dan memperhatikan batasan-batasannya, sedangkan istiqamah bermakna tegak lurus dan tidak condong kepada salah satu ujung dari hal-hal yang dijadikan pegangan.⁴

Muhasabah adalah suatu metode dalam ilmu tasawuf yang dapat membentuk individu mampu untuk berintrospeksi atau menelaah diri agar bertambah baik dalam berperilaku. Dimana prakteknya dengan senantiasa mengintrospeksi, menghitung, menilai baik maupun buruk setiap apa yang telah dilakukan disetiap waktu.

Muhasabah menjadi salah satu cara untuk menumbuhkan motivasi dalam setiap perilakunya dan sekaligus merupakan jalan menuju kesuksesan dan menjadi diri yang lebih baik. Ibarat lampu *muhasabah* adalah lampu yang menerangi dirinya sendiri dengan melalui mengingatkan dan menasehati diri sendiri. Ada beberapa metode dalam introspeksi diri salah satunya syair sebagai mediana, dengan cara membaca dan memahami makna yang terkandung didalam syair. Dalam dunia tasawuf ada banyak tokoh yang menyampaikan pemikirannya melalui syair, salah satunya Jalaluddin Rumi.

Muhasabah diperintahkan oleh Allah SWT dengan firman-Nya “Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kamu sekalian kepada Allah, dan hendaklah setiap hari memperhatikan apa yang telah diperbuat untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan” (QS. Al-Hasyr/59:18).

Sekaranglah saatnya kita menyadari dan merenungi apa yang telah kita perbuat selama ini, apakah sudah baik atau belum. Keadaan kita sekarang merupakan hasil dari masa lalu kita, apa yang kita tanam itulah yang akan kita tuai. Hidup hanya perihal hirup, lakukan yang terbaik, apapun yang terjadi jangan pernah bosan menjadi orang baik. Setiap masalah dalam kehidupan serumit apapun itu pasti ada jalan

⁴ Imam Al-Ghazali, *Taman Kebenaran: Sebuah Destinasi Spiritual Mencari Jati Diri Menemukan Tuhan (Raudhatul Thaalibiin wa Umdatul Saalikiin)*, (Jakarta: Turos Pustaka, 2017), 235.

keluar. Tuhan berfirman “Barang siapa bertaqwa kepada Allah, niscaya Dia akan mengadakan baginya jalan keluar”(QS At-Tholaaq ayat 2).

Terkadang kita sekali-kali butuh berbincang dengan diri kita, membicarakan apa yang telah terjadi mencari jalan keluar yang terbaik. Pengungkapan emosi juga diperlukan untuk menjernihkan pikiran kita, ekspresikan emosi yang sedang kita alami kedalam bentuk yang positif entah itu dengan jalan-jalan, membaca Al-Qur’an, sholawatan, membaca buku, menulis dan membaca puisi, datang ke psikolog atau yang lainnya, yang bersifat positif dan kita senang sehingga dapat membuat beban kita sedikit lebih ringan dan kita dapat berfikir jernih. Tuhan selalu punya rencana dibalik masalah yang kita alami, sedang ingin kita belajar tentang sesuatu hal, selalu ada pelajaran yang dapat kita petik disetiap masalah yang kita terima. Jangan pernah menyerah pada kehidupan berusaha menjadi pribadi yang lebih baik setiap saat. Dengan intropeksi diri kita dapat membaca pesan yang ingin Tuhan sampaikan kepada kita.

Puisi merupakan salah satu perangkat terapi yang digunakan oleh beragam aliran dalam dunia psikologi, sebagaimana bentuk-bentuk terapi seni lain. “*poetry is a tool not a school*”. Bagian ini akan mengungkapkan tentang terapi puisi dalam kaitannya dengan aliran-aliran utama dalam teori kepribadian terutama psikoanalisis, behavioral, dan humanistik. Perlu diungkapkan bahwa setiap aliran dalam terapi dapat menemukan tempat untuk terapi puisi dalam armamentariumnya.⁵

Porsi yang signifikan dari dasar teori atas penggunaan puisi dalam terapi didapatkan dari literatur psikoanalisis. Dalam teori Freudian, ketidaksadaran, harapan instinktual dan konflik-konflik bertanggung jawab pada produksi fantasi dan karya sastra.⁶ Dari berbagai hal tersebut, hipotesis Freud bahwa puisi dan psikoanalisis berbagi ketidaksadaran atas mimpi dan fantasi, analisis dirinya yang sistematis, dan praktek korespondensinya sebagai media terapi memberi gambaran atas perhatian yang kuat pada potensi yang belum terjelajahi atas menulis untuk kesembuhan psikologis”.⁷

⁵ Lerner, A. 1997. *A Look at Poetry Therapy. The Arts in Psychotherapy*, Vol. 24. Diambil pada 15/03/2020: 23.00 WIB.

⁶ Mazza, N. 2003. *Poetry Therapy, Theory and Practice*. New York: Brunner-Routledge. Diambil pada 15/03/2020: 23.00 WIB.

⁷ Burns, M. 1977. *Poetry Therapy: A Tool to Foster Creativity. Arts Psychotherapy*, Vol. 4, pp. 95 – 98. Pergamon.

Fungsi terapis dalam terapi puisi sangat tergantung dari setting penggunaannya. Dalam sesi menulis misalnya, terapis memiliki fungsi untuk menjaga situasi agar klien mendapatkan cukup kebebasan dan keberanian untuk mengekspresikan pikiran dan perasaannya sesuai dengan setting yang digunakan. Hal ini agar terapi puisi memberikan beberapa keuntungan seperti katarsis, pemodelan, reframing, pengkayaan dan penguatan isi perasaan, membuka potensi terhadap harapan. Efek katartik baik dari menulis/membaca puisi terjadi manakala perasaan yang dalam atas kemarahan, keputusasaan, rasa sakit, rasa bersalah, rasa kecewa, tersingkap dan terekspresikan dalam lingkungan yang mendukung. Keterampilan perkembangan personal dan interpersonal semakin meningkat dengan penerimaan non-judgmental yang semakin besar dan pemahaman atas diri dan orang lain.⁸

Efek menyembuhkan dari menulis puisi akan lebih besar apabila menulis puisi dilakukan secara spontan. Ketika pasien bebas bermain-main dengan kata-kata dan gambaran, membelitnya, merebutnya, mendengarnya dan melihatnya, akan muncul dari tulisan itu ritme, rima, gambaran visual dan pengulangan bunyi.⁹ Pendekatan ini memastikan bahwa puisi tidak dievaluasi dalam kerangka ilmu sastra, moral dan nilai estetik, atau dengan kata lain apakah puisi itu disukai atau tidak disukai. Dalam menulis secara spontan, bentuk dan struktur puisi tidak ditahan-tahan, tapi mereka akan muncul sendiri.

Dalam membaca puisi dan mendiskusikan puisi, prosesnya meliputi empat tahap berikut ini yang mengadopsi dari biblioterapi afektif: (1) membaca puisi, (2) mengidentifikasi perasaan, (3) memahami dinamika, (4) eksplorasi diri. Peran terapis untuk mengarahkan diskusi terapeutik dari puisi, membantu membuat koneksi antara puisi dengan pengalaman pribadi mereka, dan membantu mengeksplorasi pengalaman pribadi tersebut, mendapatkan insight, dan membuat perubahan yang diperlukan dalam perilaku.¹⁰

Dari uraian latar belakang di atas penulis tertarik dengan konsep Muhasabah sebagai metode terapi dan ingin mencoba merelevansikan syair Jalaluddin Rumi sebagai media terapi syair. Serta

⁸ Hedberg, Thomas M. 1997. *The Reenchantment of Poetry as Therapy. The Arts in Psychotherapy*, Vol. 24, No. 1, pp. 91 – 100. Pergamon.

⁹ Silverman, Hirsch Lazaar. 1986. *Poetry Therapy. The Arts in Psychotherapy*, Vol. 13, 343 – 345. Ankho International.

¹⁰ Shechtman, Zipora. 2009. *Treating Child and Adolescent Agression Through Bibliotherapy*. New York: Springer.

mengangkatnya menjadi judul skripsi “Terapi Muhasabah dalam Syair Jalaluddin Rumi”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana konsep *muhasabah* dalam Syair Jalaludin Rumi?
2. Bagaimana Relevansi *Syair* Jalaludin Rumi dengan terapi *Muhasabah*?

C. Tujuan Penelitian

Ada beberapa tujuan yang hendak dicapai penulis dalam penulisan ini, sebagaimana dalam pokok-pokok permasalahan penelitian, yaitu:

1. Untuk mengetahui konsep *muhasabah* Jalaluddin Rumi.
2. Untuk mengetahui keterkaitan antara terapi *muhasabah* dengan Jalaluddin Rumi.

D. Manfaat Penelitian

Dari setiap penelitian yang dilakukan dipastikan dapat memberi manfaat baik bagi objek, peneliti khususnya dan juga bagi seluruh elemen yang terlibat didalamnya. Manfaat atau nilai guna yang bias diambil dari penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambah keilmuan bagi peneliti yang lain dalam hal Muhasabah untuk meningkatkan kesadaran dalam diri seseorang.
 - b. Sebagai sumber informasi dan referensi bagi jurusan Tasawuf dan Psikoterapi khususnya bagi mahasiswa IAIN Kudus.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini yakni diharapkan dapat dijadikan pelajaran dan pengalaman khususnya bagi :

- a. Mahasiswa

Dengan penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat untuk mahasiswa agar mereka bisa mendapat referensi tentang penerapan terapi Muhasabah untuk meningkatkan rasa empati.

b. Dosen

Untuk para dosen, penelitian ini bisa dijadikan landasan dalam bahan ajar sehingga tidak hanya mementingkan kajian teoritik saja melainkan juga memperhatikan aspek lain yaitu terkait bermuhasabah untuk meningkatkan rasa empati.

c. Pembaca

Bagi siapapun yang membaca semoga bisa menerapkan terapi ini ketika ada permasalahan yang sama, dan bermanfaat untuk kedepannya.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika pembahasan ini merupakan rangkaian pembahasan yang termuat dalam isi skripsi, dimana antara yang satu dengan lainnya saling berkait sebagai suatu kesatuan yang utuh. Ini merupakan deskripsi sepiintas yang mencerminkan urutan dalam setiap bab. Agar penyusunan ini dapat dilakukan secara runtut dan terarah, maka penyusunan ini dibagi menjadi lima bab yang disusun berdasarkan sistematika sebagai berikut:

Bab kesatu, pendahuluan yang terdiri dari enam sub bab. Sub bab pertama, membahas tentang latar belakang masalah yang merupakan pokok masalah mengapa penelitian/skripsi ini disusun. Sub bab kedua, fokus penelitian yang merupakan titik dari penelitian/skripsi yang disusun. Sub bab ketiga, rumusan masalah yang merupakan pertanyaan yang menjadi titik tolak penelitian selanjutnya. Sub bab keempat, tujuan penelitian ini. Sub bab kelima, manfaat penelitian guna untuk pembaca atau pengkaji. Sub bab keenam, sistematika penulisan merupakan urutan dalam penelitian ini.

Bab kedua, kerangka teori yang terdiri dari tiga sub bab. Sub bab pertama, teori-teori yang berkaitan dengan judul ini. Sub bab kedua, penelitian terdahulu yang mana penelitian tersebut ada kaitannya dalam penelitian ini. Sub bab ketiga, kerangka berfikir merupakan gambaran dalam penelitian ini.

Bab ketiga, metode penelitian yang terdiri dari tujuh sub bab. Sub bab pertama, jenis dan pendekatan metode penelitian ini. Sub bab kedua, setting penelitian. Sub bab ketiga, subjek penelitian merupakan pelaku/bahan dikajian penelitian. Sub bab keempat, sumber data dalam penelitian. Sub bab kelima, teknik pengumpulan data merupakan bagaimana cara dalam mengumpulkan data penelitian. Sub

bab keenam, pengujian keabsahan data. Sub bab ketujuh, teknik analisis data merupakan cara menganalisa data penelitian.

Bab keempat, Menjelaskan biografi Jalaluddin Rumi, mendiskripsikan konsep muhasabah Jalaluddin Rumi, dan menganalisis syair Jalaluddin Rumi yang digunakan untuk terapi muhasabah.

Bab kelima, Menyimpulkan hasil penelitian dan memberikan saran yang akan disampaikan oleh peneliti.

