

**KONSEP TEKNIK *BIBLIOTHERAPY* DITINJAU DALAM
PERSPEKTIF ISLAM**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

BARDATON TARBIYAH

NIM : 160402007

**Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Program Studi Bimbingan Konseling Islam**



**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
DARUSSALAM-BANDA ACEH
2020/2021**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 dalam Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam**

Oleh

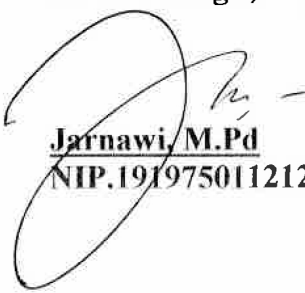
**BARDATON TARBIYAH
NIM. 160402007**

Disetujui oleh :

جامعة الرانيري

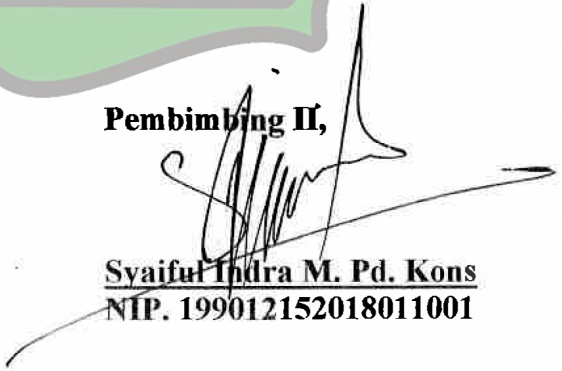
AR - RANIRY

Pembimbing I,


Jarnawi, M.Pd

NIP.191975011212006041003

Pembimbing II,


Syaiful Indra M. Pd. Kons

NIP. 199012152018011001

SKRIPSI

Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry
dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan sebagai
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar
Sarjana S-1 Ilmu Dakwah
Prodi Bimbingan dan Konseling Islam

Diajukan Oleh :

BARDATON TARBIYAH

NIM. 160402007

Pada Hari/Tanggal:

Jum'at, 06 Agustus 2021 M

27 Zulhijjah 1442 H

**Darussalam-Banda Aceh
Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi**

Ketua

Jarnawi, M. Pd.

NIP. 197501212006041003

Sekretaris

Syaiful Indra, M. Pd, Kons.

NIP. 199012152018011001

Penguji I

Ismati, M. Si.

NIP. 150410314000000000

Penguji II

Azhari, MA

NIDN. 2013078902

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh**



Dr. Fakhri, S.Sos., MA.

NIP. 196411291998031001

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Dengan ini saya

Nama : Bardaton Tarbiyah
NIM : 160402007
Jenjang : Strata Satu (S-1)
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam

Meyatakan bahwa dalam skripsi tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini disebutkan dalam daftar pustaka. Jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 13 Juli 2021
Yang menyatakan,

A R -

N I R

METERAI
TEMPEL

79AJX242859373

Bardaton Tarbiyah

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena dengan Qudrah dan Iradah-Nya penulis bisa menyelesaikan penulisan karya ilmiah ini. Shalawat beserta salam tidak lupa penulis haturkan kepada Baginda Nabi Muhammad Saw, beserta dengan keluarga dan para sahabatnya yang telah membawa banyak perubahan di dalam dunia yang bersifat fana ini dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini. Salah satu anugerah dan nikmat dari Allah adalah pada saat penulisan dan menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ **Kajian Teknik Bibliotherapy Ditinjau Dalam Perspektif Islam**”, skripsi ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis mengalami banyak kesulitan dan hambatan dikarenakan keterbatasan dan kurangnya ilmu pengetahuan yang dimiliki, namun dengan adanya bantuan, doa, dorongan dan motivasi dari berbagai pihak, maka skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik. Berkenaan dengan hal tersebut penulis mengucapkan terima kasih yang teristimewa kepada :

1. Kedua orang tua penulis, Ayahanda Barzi dan Ibunda Syukriah yang selalu senantiasa mencurahkan kasih sayang, perhatian, dukungan serta doa yang tiada henti demi kelancaran dan kesuksesan penulisan skripsi ini. Dan teristimewa juga kepada adik-adik penulis Muhammad Ramadhani, Riska

Mutia Nanda dan Muhammad Asyraf Al Guzwaini beserta keluarga besar lainnya yang telah memberikan banyak motivasi dan doa yang tulus sehingga pendidikan dan penulisan skripsi ini bisa diselesaikan.

2. Bapak Jarnawi, M. Pd ., selaku dosen pembimbing pertama sekaligus penasehat akademik yang telah memberikan banyak dukungan dan motivasi selama menuntut ilmu di Prodi Bimbingan Konseling Islam, dan bapak Syaiful Indra, M. Pd., Kons, selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam memberikan bimbingan, nasehat, dorongan, motivasi serta arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini sejak awal sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Ismiati, M. Si., selaku penguji satu dan Bapak Azhari, MA selaku penguji kedua yang telah banyak membantu dan memberikan banyak arahan serta saran dalam penyempurnaan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Fakhri, S. Sos, MA, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Ar-Raniry. Bapak Umar Latif, MA, selaku ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam. Bapak Dr. Abizal M. Yati, Lc., M.A selaku sekretaris Prodi bimbingan konseling Islam. Serta seluruh dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan.
5. Sahabat-sahabat penulis Vika Spadela, Yana Rosita, Meri Lenda Defauna, Rahmi Marlinda, Vira Vahira, Raudhi Sabra, Riduan Syah Putra, Irfandi,

Basyarudin, terkhusus kepada Ajrul Munansyah yang selalu memberikan semangat dan motivasi serta selalu menemani penulis dalam setiap langkah, dan teman seperjuangan saya, Nurliana, Nudial Khaira, Suhermi yanti, Asri Wahyuni, Evi Herlina, yang telah memberikan banyak doa, dukungan dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Teman-teman seperjuangan Prodi Bimbingan Konseling Islam unit 1,2,3 dan 4 angkatan 2016.

Tidak ada kata-kata yang dapat melukiskan rasa syukur dan terima kasih kepada semua yang telah membantu kelancaran proses penulisan skripsi ini. Penulis juga menyadari bahwa karya ilmiah ini masih sangat sederhana dan jauh dari kata sempurna baik dari segi isi maupun penulisannya, untuk itu penulis mengharapkan kepada pembaca agar bisa memberikan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini pada masa yang akan datang. Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya dan semoga limpahan rahmat dan hidayah-Nya selalu mengalir kepada kita semua. Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

Banda Aceh, 24 Juni 2021

Penulis,

Bardaton Tarbiyah

ABSTRAK

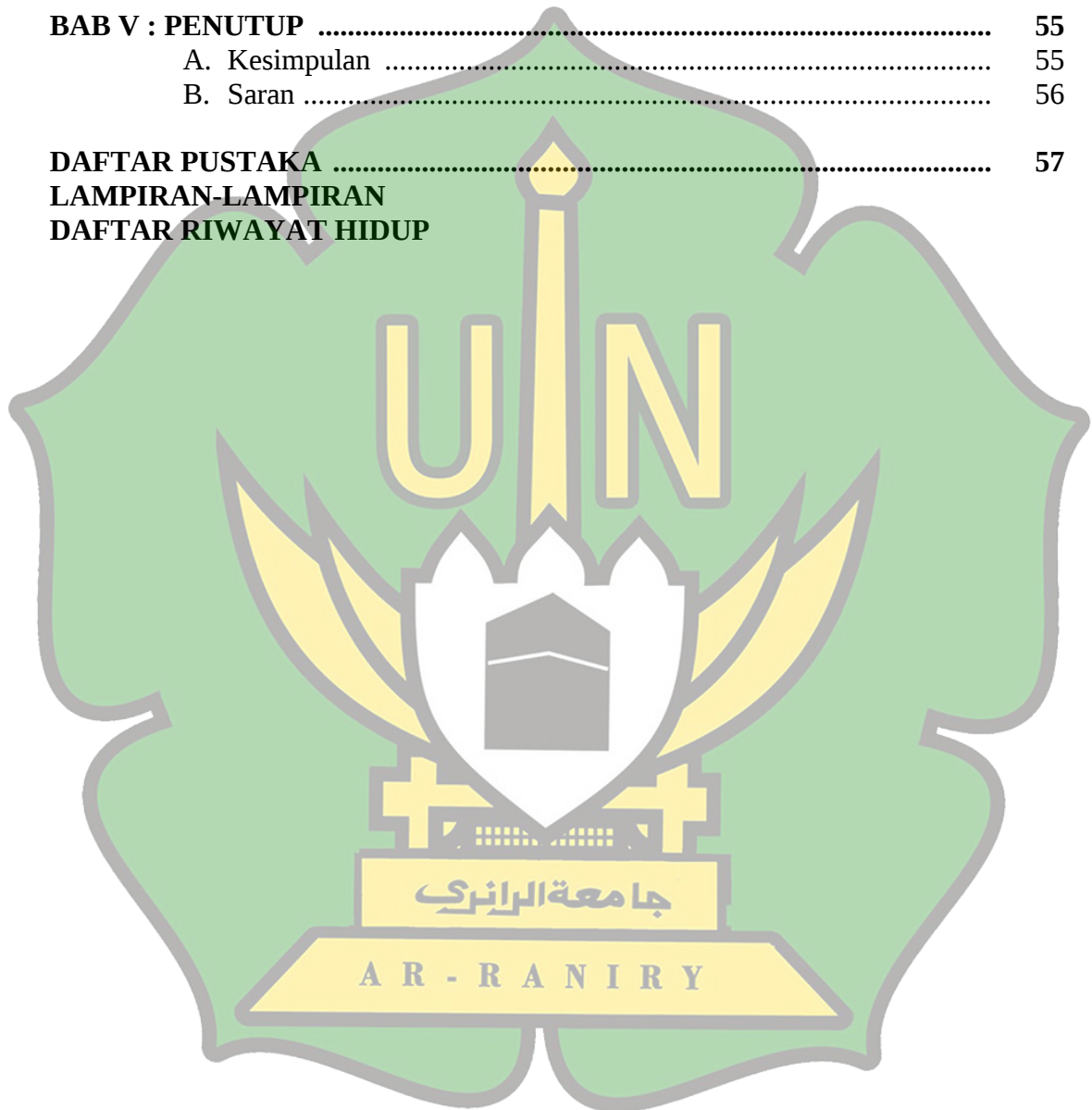
Konseling adalah sebuah layanan yang membantu individu dalam menangani masalah-masalah psikologis yang dialaminya, salah satu cara yang bisa digunakan dalam membantu menyelesaikan permasalahan klien adalah *Bibliotherapy*. *Bibliotherapy* merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan aktivitas membaca sebuah literatur untuk mengatasi masalah yang dihadapi, dimana bahan bacaan yang diberikan sudah terseleksi, terencana, dan terarah sebagai suatu prosedur terapi atau tindakan dengan tujuan terapeutik karena diyakini dengan membaca dapat memengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku individu sesuai dengan apa yang diharapkan. Mayoritas masyarakat Indonesia adalah beragama Islam, khususnya masyarakat Aceh yang terkenal dengan sifat religious yang kuat sehingga menyebabkan system nilai dan keyakinannya Sangat dipengaruhi oleh ajaran agamanya yaitu agama Islam. Oleh karena itu, teori-teori konseling konvensional termasuk teknik bibliotherapy, perlu pengkajian lebih mendalam menurut perspektif Islam, agar layanan yang diberikan dapat diterima masyarakat secara luas. Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep utama *bibliotherapy*, untuk mengetahui permasalahan apa saja yang dapat ditangani *bibliotherapy* serta untuk mengetahui penyelesaian masalah dalam *bibliotherapy* menurut perspektif islam. Penelitian ini adalah penelitian kepustakaan (*library research*) dengan metode yang digunakan dalam yaitu teknik analisis content yaitu proses pencarian kesimpulan berdasarkan pertimbangan yang dibuat sebelumnya. *bibliotherapy* adalah suatu proses penyembuhan melalui buku atau bahan bacaan yang diberikan kepada klien yang mengalami masalah agar dapat berpikir lebih rasional lagi dalam mengatasi permasalahannya dengan baik sehingga setelah membaca dapat menambah wawasan pengetahuan klien dalam menyelesaikan masalahnya klien. Masalah yang dapat dihadapi dengan konsep *bibliotherapy* seperti: hiperaktif, Bullying, Gangguan makan, Permasalahan keluarga, Kelainan seksual, Masalah psikologi seperti menghadapi permasalahan perceraian, bunuh diri, perkosaan, hamil di luar nikah, Kelainan seksual, AIDS, alkohol dan obat terlarang, pengasingan, sakit jiwa. Manfaat dari bibliotherapy ialah dapat membantu klien dalam menyembuhkan atau mengatasi masalah klien setelah membaca buku. cara menyelesaikan masalah tersebut dilakukan dengan beberapa tahap yaitu : memberikan motivasi, mengajak klien untuk membaca bahan-bahan bacaan, melakukan inkubasi, tindak lanjut, dan evaluasi

Kata kunci : *bibliotherapy*, Islam.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	
PERNYATAAN KEASLIAN	
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vi
 BAB I : PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
E. Definisi Operasional	11
F. Kajian Terdahulu	13
 BAB II : KAJIAN TEORITIS	 18
A. Teknik <i>Bibliotherapy</i>	18
1. Konsep Teknik <i>Bibliotherapy</i>	18
2. Dasar dan Tujuan Teknik <i>Bibliotherapy</i>	20
3. Variasi-Variasi Teknik <i>Bibliotherapy</i>	23
4. Manfaat Teknik <i>Bibliotherapy</i>	24
5. Kriteria Buku Bacaan	25
B. Perintah Membaca dalam Al-Qur'an	26
 BAB III : METODE PENELITIAN	 32
A. Jenis Penelitian	32
B. Sumber Penelitian	32
C. Teknik Pengumpulan Data	33
D. Teknik Analisis Data	34
 BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 36
A. Hasil Penelitian	36
1. Konsep Utama Teknik <i>Bibliotherapy</i>	36
2. Permasalahan yang dapat ditangani Teknik <i>Bibliotherapy</i> ..	41
3. Penyelesaian Permasalahan dengan Teknik <i>Bibliotherapy</i> dalam Perpektif Islam	46
B. Pembahasan.....	48

1. Konsep Utama Teknik <i>Bibliotherapy</i>	48
2. Permasalahan yang dapat ditangani Teknik <i>Bibliotherapy</i> ...	49
3. Penyelesaian Permasalahan dengan Teknik <i>Bibliotherapy</i> dalam Perpektif Islam	50
BAB V : PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konseling adalah sebuah layanan yang membantu individu dalam menangani masalah-masalah psikologis yang dialaminya. Pada dasarnya konseling bersifat membantu karena setiap individu perlu hidup sesuai dengan ketentuan Allah agar selamat hidup di dunia dan akhirat. Selain itu, setiap individu memiliki potensi untuk mengatasi permasalahannya, konselor hanya mengembangkan potensi yang ada dalam diri klien untuk membantu mengatasi permasalahannya.¹ Salah satu cara yang bisa digunakan dalam membantu menyelesaikan permasalahan klien adalah *Bibliotherapy*.

Bibliotherapy merupakan sebuah teknik yang digunakan oleh konselor dimana klien perlu memodifikasi cara berpikirnya.² *Bibliotherapy* merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan aktivitas membaca sebuah literatur untuk mengatasi masalah yang dihadapi, dimana bahan bacaan yang diberikan sudah terseleksi, terencana, dan terarah sebagai suatu prosedur terapi atau tindakan dengan tujuan terapeutik karena diyakini dengan membaca dapat memengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku individu sesuai dengan apa yang diharapkan.

¹ Anwar Sutoyo, *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori dan Praktek)*, Cet ke 3, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2015), hal. 22.

² Bradley T. Erford, *40 Teknik yang harus diketahui oleh setiap konselor*, edisi-2 (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2017), hal. 287.

Buku sudah menjadi “konselor bisu” bagi sebagian banyak orang selama berabad-abad. *Bibliotherapy* dapat dilakukan dengan dua metode. Pertama, disebut dengan metode aktif karena klien dilibatkan langsung dalam aktivitas membaca (klien dapat membaca sendiri bahan bacaan yang telah dipilih). Metode kedua, dikenal dengan metode pasif. Dalam metode ini klien hanya sekedar mendengarkan karena tidak memungkinkan untuk membaca sendiri.³

Lewat membaca seseorang bisa mengenali dirinya. Informasi dan pengetahuan yang diperoleh dari kegiatan membaca menjadi masukan untuk memecahkan masalah yang dihadapi seseorang. Karena melalui buku pembaca dapat sepenuhnya memasuki peran baru, mereka seolah-olah mengalami sendiri apa yang contoh kehidupan dan gaya hidup. Fiksi yang baik dapat memberikan klien model-model yang dapat membantunya mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya. Nonfiksi yang bermutu, terutama buku-buku untuk membantu diri (self-help book) dapat memberikan klien pengaruh nyata dan saran yang membantunya mengatasi masalah yang dihadapinya.⁴

Seperti pada kasus-kasus gangguan psikologis yang kerap kali dialami oleh semua manusia yaitu rasa bersalah, ketakutan yang berlebihan dan kecemasan. Semua itu adalah gangguan psikologis akibat adanya ketidakmampuan untuk menerima kenyataan antara persepsi dengan fakta yang ada. Akibat yang muncul dari beberapa gangguan psikologis tersebut berbeda-

³ Anisa Sri Restanti Dkk. *Pustakawan dan Pemaknaan Buku*. (Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata) 2016 Hlm 151

⁴ Wawan Darmawan, “Penerapan *Bibliotherapy* di Rumah Sakit Dr. Cipto Mangunkusumo”, e-Jurnal Mahasiswa Universitas Padjajaran, Vol. 1, No. 1 (Januari 2012), hal. 21.

beda, begitu juga dengan reaksi yang ditimbulkan sehingga bisa menimbulkan masalah baru bagi yang mengalaminya secara berlebihan. Gangguan psikologis ini biasanya ditunjukkan dengan rasa khawatir yang berlarut-larut, kegelisahan, kebingungan, ketegangan otot, jantung berdegup kencang, buar air kecil terus menerus, berkeringat, tidak bisa tidur, mudah lelah, hilangnya motivasi dalam diri, konsentrasi menurun serta kebingungan.⁵

Gangguan seperti di atas apabila dibiarkan begitu saja akan menimbulkan dampak negatif serta masalah yang baru bagi psikologis seseorang, sehingga aktivitas kesehariannya akan terganggu. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan khusus dan tepat agar gangguan psikologis ini tidak menjadi masalah yang lebih serius.

Penyebab masalah yang dihadapi oleh konseli terbagi atas dua penyebab, yaitu pertama, penyebab yang mempengaruhi, dan kedua penyebab yang menggerakkan. Beberapa studi telah menunjukkan bahwa *bibliotherapy* berdampak sangat positif terhadap klien yang mengalami rasa bersalah, tingkat ketakutan dan kecemasan berlebihan yang timbul dalam dirinya. *Bibliotherapy* membantu klien meningkatkan kemampuan memecahkan masalahnya, mengembangkan *insight*, dan mengatasi stres.

Qs. Yunus Ayat 57

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ

Artinya :

⁵ Hartono dan Soedarmadji, “*Psikologi Konseling*”, (Jakarta : Kencana, 2012), hal 86.

“Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”

Hal ini membuktikan bahwa gangguan jiwa secara terus menerus akibat stres, kecemasan atau ketegangan bisa menimbulkan berbagai penyakit pada manusia yang selalu bergelombang dengan stres dan ketegangan yang terus menerus, yang bisa mengakibatkan segala penyakit seperti : darah tinggi, gula darah, serangan jantung dan lain sebagainya penyakit-penyakit yang diakibatkan oleh stres, kecemasan dan ketegangan jiwa yang terus menerus.

Karena itu pengobatan jiwa merupakan sesuatu yang penting sekali, dan sebaik-baik pengobatan jiwa adalah Al-Qur'an yang tentunya hanya akan bermanfaat buat mereka yang memiliki hati yang beriman, ridha dan khusyu'.

Dengan adanya proses konseling dan mekanisme perubahan perilaku yang didasarkan pada sistem nilai dan keyakinan yang dimiliki klien. Memahami klien sesuai dengan kebutuhannya yang dilandasi dengan sistem nilai dan keyakinannya membuat klien merasa terfasilitasi, dihargai dan akan menumbuhkan kepercayaan dalam dirinya.⁶

Tentunya terapi menggunakan buku ini akan efektif bila klien yakin dengan buku yang akan diberikan oleh konselor berpengaruh positif kepadanya. Sudah pasti semua buku mempunyai motivasi yang berbeda-beda, kita sebagai umat Islam mempunyai buku panduan yang selalu kita amalkan yaitu Al-Qur'an

⁶ Sigit Sanyata, “Perspektif Nilai dalam Konseling: Membangun Interaksi Efektif Antara Konselor Klien”, Jurnal Paradigma (Online), NO.02, Juli (2006), hal. 82.

yang didalamnya memuat aqidah, akhlak, sejarah, hukum, peringatan, motivasi, alam semesta dan seisinya.

Namun, jauh sebelum sejarah barat di atas mencatatkan pertama kalinya buku digunakan untuk membantu memecahkan permasalahan, peradaban Islam telah lebih sudah dimulai pada abad ketiga belas di Rumah Sakit Al-Manshur di Kairo. Di samping pemberian obat secara medis, pasien saat itu juga diberikan terapi bacaan ayat-ayat Al-Quran yang hasilnya menunjukkan percepatan penyembuhan. Hal tersebut diperkuat penelitian Nassarudin Umar, yang mengungkapkan bahwa sekitar 75% dari Al Quran berisi Kisah.

Melalui kisah, seseorang akan lebih mudah merefleksikan jiwanya. Sakit fisik bermula dari mental yang sakit, itulah mengapa jika seseorang sakit fisik, hal pertama yang perlu disentuh adalah mentalnya. *Bibliotherapy* mencoba memberikan nutrisi bagi mental seseorang melalui serangkaian teknik yang terpadu, termasuk melalui pendekatan membacakan kisah (*storyreading*). Allah SWT sebagai pencipta manusia sangat mengetahui bahwa jiwa manusia memang tidak senang menerima nasihat. Nasihat-nasihat seringkali tidak berpengaruh dan berguna .⁷

Berbagai riwayat telah menunjukkan bahwa Rasulullah SAW pun dalam memberikan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan para sahabat dan pengikutnya selalu menyertakan kisah-kisah dan metafora, beliau menyelami jiwa-jiwa para sahabat dan pengikutnya melalui kisah-kisah untuk menjawab setiap

⁷ Agustina, “Konsep Biblioterapi dalam Library Science,” hal. 10

permasalahan hidup mereka.⁸ Al-Quran yang 75 % berisi kisah ini, diungkapkan melalui bahasa sastra tingkat tinggi. Sastra sangat dekat dengan jiwa-jiwa yang lembut. Jiwa-jiwa yang lembut dapat tersentuh sastra dengan mudah. Maka, untuk memudahkan memahami sastra ilahiah inilah diperlukan sebuah keterampilan membaca yang menghujam ke dasar jiwa sebagai sebuah kebiasaan sehari-hari yang baik (*good habits*).

Seperti dalam firman Allah SWT yang menyatakan bahwa Al-qur'an berperan sebagai syifa (obat/penyembuh), yaitu dalam QS Al-Isra ayat 82 :

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya : Dan Kami turunkan dari Al-Qur'an (sesuatu) yang menjadi obat (syifa), penawar dan rahmat bagi orang yang beriman, sedangkan bagi orang yang zalim (Al-Qur'an itu) hanya akan menambah kerugian.⁹

Dengan demikian maka Al-Qur'an merupakan obat jiwa yang selalu resah, gelisah, tegang maupun sedih dan memberi petunjuk ke arah ketentraman jiwa, sehingga akan membawa kepada kebahagiaan di dunia dan akhirat. Di dalam Al-Qur'an memuat aqidah, akhlak, sejarah, hukum, peringatan, motivasi, alam semesta dan seisinya. **A R - R A N I R Y**

Al-Qur'an menjadi pokok utama bacaan ummat Islam, yang juga tidak terlepas dari wahyu yang pertama kali diturunkan melalui Malaikat Jibril kepada

⁸ Shonhaji Shaleh Dkk, *Pengantar Studi Islam* (Surabaya: IAIN Ampel Press, 2005), hal. 18

⁹ Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Terj: Lajnah Pentashih Mushaf Al-Qur'an), (Bandung: Jamanatul ali-art, 2005), hal. 88

Nabi Muhammad Saw tentang perintah membaca, yaitu dalam QS Al-‘Alaq ayat 1-5 :

اقْرَأْ بِسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ. خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ. اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ. الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ. عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ.

Artinya : Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang Menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah yang Maha pemurah. yang mengajar (manusia) dengan perantaran kalam. Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya.¹⁰

Nabi Muhammad Saw juga bersabda “ bacalah Al-Qur’an sebab ia akan datang pada hari kiamat sebagai pemberi syafaat bagi mereka yang membacanya” H.R. Muslim No.1873.¹¹

Berdasarkan ayat dan hadis tersebut di atas mengandung perintah yang menghendaki adanya perubahan yang menunjukkan kemajuan dengan bukti bertambahnya ilmu dan keahlian seseorang manusia dapat mengetahui perintah dan larangan-Nya, mengintropeksi diri dengan apa yang telah menyimpannya, membantu manusia dalam menemukan solusi dari setiap permasalahan yang dihadapi.

Perintah membaca adalah kata pertama dari wahyu yang diterima oleh Nabi Muhammad SAW, kata ini sedemikian pentingnya sehingga diulang dua kali dalam rangkaian wahyu pertama. Tidak mengherankan bahwa perintah tersebut

¹⁰ Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahan* (Terj: Lajnah Pentasih Mushaf, Al-Qur’an), (Bandung: Jamanatul ali-art, 2005), hal.597.

¹¹ Amru Muhammad Khalid, *Meminta dan Mencinta*, (Jakarta :PT Serambi Ilmu Semesta, 2006), hal. 240

ditujukan pertama kali kepada seseorang yang tidak pernah membaca suatu kitab sebelum turunnya Al-Qur'an, bahkan seorang yang tidak pandai membaca tulisan sampai akhir hayatnya.¹²

Allah memerintahkan manusia untuk menggunakan akal pikiran dengan sebaik-baiknya melalui proses membaca, sehingga melalui mekanisme dan proses konseling dalam menangani perilaku seseorang yang didasarkan pada sistem nilai dan keyakinan yang dianutnya klien akan merasa terfasilitasi, dihargai dan akan menumbuhkan kepercayaan dalam dirinya.

Dengan demikian melihat kondisi masyarakat di Indonesia yang pada umumnya masyarakat menganut agama islam, khususnya di Aceh yang sangat terkenal dengan sifat religius yang kuat sehingga menyebabkan sistem nilai dan keyakinannya dipengaruhi oleh ajaran agama yaitu agama Islam. Oleh karena itu, teori-teori konseling konvensional termasuk teknik *bibliotherapy* perlu pengkajian lebih mendalam menurut perspektif Islam.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “**Konsep Teknik Bibliotherapy Ditinjau Dalam Perspektif Islam**” agar dalam penerapannya bisa diterima dengan baik oleh masyarakat secara luas.

¹² Yusuf Qardhawi, *Al-Qur'an berbicara tentang Akal dan Ilmu Pengetahuan*, (Jakarta : Gema Insani Press, 1998), h. 91

B. Fokus Masalah

Fokus masalah dalam penelitian ini dirumuskan dalam bentuk pertanyaan, diantaranya :

1. Apakah yang menjadi konsep utama dari teknik *bibliotherapy* ?
2. Permasalahan apa saja yang dapat di tangani oleh teknik *bibliotherapy* ?
3. Bagaimana cara penyelesaian masalah dalam *bibliotherapy* menurut perspektif islam ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui konsep utama dari teknik *bibliotherapy*
2. Untuk mengetahui permasalahan apa saja yang dapat ditangani oleh teknik *bibliotherapy*.
3. Untuk mengetahui penyelesaian masalah dalam *bibliotherapy* menurut perspektif islam

D. Kegunaan dan Manfaat Penelitian

Adapun Kegunaan dari penelitian ini terhadap peneliti sendiri adalah dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti sehingga menjadi semakin luas dan berkembang.

Adapun Manfaat yang dapat penulis harapkan dari penelitian ini adalah :

Secara Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman para pembaca tentang konsep teknik bibliotehrapy ditinjau dalam perspektif islam.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber yang bermanfaat untuk dipelajari mengenai konsep konsep teknik bibliotehrapy ditinjau dalam perspektif islam.

Secara Praktis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti lainnya yang ingin mengembangkan penelitian ini lebih lanjut.
2. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi praktisi lembaga pendidikan, khususnya jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

E. Definisi Operasional

Untuk tidak membuat kekeliruan dalam memahami variabel-variabel dalam penelitian ini, maka peneliti perlu mendefinisikan secara operasional dua variabel penelitian yaitu: (1). Konsep teknik *bibliotherapy*, (2). Ditinjau dalam perspektif islam.

1. Konsep Teknik *Bibliotherapy*

Konsep Istilah menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia konsep yaitu rancangan.¹³ Pengertian konsep sebagaimana yang dikemukakan oleh Woodruff pengertian konsep adalah suatu gagasan/ide.

Berdasarkan pengertian diatas konsep yang dimaksud oleh peneliti adalah rancangan mengenai kajian konsep *bibliotherapy* ditinjau menurut perspektif Islam.

Istilah *Bibliotherapy* berasal dari bahasa Yunani yaitu, *biblus*, *biblion* yang berarti buku dan *therapeia*, *therapy* yang berarti penyembuhan. *Bibliotherapy* adalah teknik pemberian bantuan oleh konselor profesional kepada klien melalui metode membaca menggunakan literatur, penggunaan sastra atau pustaka seperti esensi buku atau bahan bacaan.¹⁴ Buku dalam proses terapi ini menjadi multifungsi yaitu selain untuk menambah wawasan dari klien, juga digunakan sebagai alat terapi melalui konteks buku yang dipakai. Dimana, tujuan dari *biblioterapy* ini adalah informasi yang didapat oleh klien dari literatur atau

¹³ *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1990) cet-3, hal. 588

¹⁴ Septya Muti Fadhila, *Peningkatan Kemampuan Mengelola Emosi Marah melalui Teknik Biblioterapi pada Siswa Kelas VIII di SMPN 15 (Yogyakarta)*, hal. 16

bacaan yang digunakan dalam terapi dapat mengubah perilaku klien, dengan syarat klien dapat betul-betul berusaha mematuhi konteks dari literatur tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa *bibliotherapy* yang peneliti maksudkan disini adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan cara memberikan bahan bacaan yang berfungsi untuk mengalihkan orientasi dan memberikan pandangan – pandangan yang positif sehingga menggugah kesadaran penderita untuuk bangkit menata hidupnya kembali serta membantu kepada seseorang atau sekelompok orang agar dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapinya serta dapat membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dalam penyesuaian diri terhadap tuntutan-tuntutan hidup. Bantuan ini bersifat psikologis (kejiwaan) dan berdasarkan pada ajaran-ajaran agama Islam yang berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadits.

2. Perspektif Islam

Istilah perspektif Islam terdiri dari dua kata yaitu perspektif dan Islam. Definisi perspektif menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah sudut pandang atau pandangan. Sedangkan definisi Islam sendiri, secara etimologi, Islam berasal dari kata *aslama yuslimu islaman fahuwa muslimun*, berarti “penyerahan”, “permasrahan”. Atau berasal dari kata *salima yaslamu salaman* yang berarti “membuat damai” atau membuat selamat”.¹⁵

Secara epistemologi, Islam adalah suatu ungkapan penyerahan diri dan kepasrahan, secara total kepada Allah. Dengan cara tunduk dan mengikuti

¹⁵ Abdul Mujib, *Ensiklopedia Tasawuf Imam Al-Ghazali*, Cet ke 1, (Jakarta: Hikmah (PT : Mizan Publika, 2009), hal. 198.

perintah-Nya serta meninggalkan larangan-Nya. Islam adalah suatu agama yang berintikan tauhid atau keesaan Tuhan yang diturunkan oleh Allah kepada Nabi Muhammad sebagai utusan-Nya yang terakhir dan berlaku bagi seluruh manusia, yang ajarannya meliputi seluruh aspek kehidupan manusia.

Menurut lima perawi Hadis yaitu Muslim, Tirmidzi, Nasal, Ibn Majah, dan Abu Daud, mereka berpendapat bahwa Islam adalah bersaksi bahwa tiada Tuhan selain Allah, dan Muhammad adalah hamba serta Rasul-Nya, mendirikan shalat, memberi zakat, puasa pada bulan Ramadhan, dan menunaikan ibadah haji jika mampu.¹⁶

Dari uraian di atas, maka perspektif Islam yang dimaksudkan oleh peneliti adalah pandangan islam yang bersumber dari Al-Qur'an, Hadis, Ijma' ulama serta pendapat para filosof Islam tentang konsep bibliotherapy.

F. Kajian Terhadap Penelitian Terdahulu

Dalam sub-bab ini, peneliti akan memaparkan beberapa kajian terdahulu atau penelitian terdahulu, penelitian terdahulu adalah deskripsi ringkas tentang kajian atau penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya yang dianggap mendukung terhadap kajian teori di dalam penelitian yang sedang dilakukan, serta didasarkan pada teori-teori yang dapat menjelaskan rumusan masalah yang ada dalam pembahasan skripsi ini. Dalam uraian beberapa hasil penelitian terdahulu yang dianggap relevan, kemudian dianalisis, dikritisi dan dilihat dari

¹⁶ Abuddin Nata, *Studi Islam komperhensif*, Cet ke 1, (Jakarta: Kencana, 2011), hal. 21.

pokok permasalahan dalam teori maupun metode yang memiliki kaitan dengan penelitian ini, yaitu antara lain :

Pertama, penelitian yang dilakukan oleh Nidaa Ibithal mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2019, dengan judul “Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Dalam Mengatasi Anak Disleksia”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana proses konseling Islam dilakukan dengan teknik biblioterapi dalam mengatasi anak disleksia. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa proses konseling dengan teknik biblioterapi yang terdiri dari 4 tahapan: 1. Tahap Motivasi, 2. Waktu membaca, 3. Tahap Inkubasi tindak lanjut serta dengan diskusi yang mengacu pada teknik biblioterapi sesuai dengan media yang diberikan. Langkah terakhir evaluasi/follow up.

Media yang digunakan pada teknik biblioterapi ini peneliti menggunakan dua bahan media bacaan. Yang pertama buku cerita untuk memotivasi yaitu “Abdullah bin Mas’ud Qari Cilik Bersuara Merdu” serta buku untuk belajar membaca dan menulis anak sindrom disleksia yaitu “Golden Age Book Pintar Baca Tulis”. Penggunaan literatur ini diharapkan dapat membantu motivasi belajar membaca dan mengatasi cara belajar membaca dan menulis konseli yang terkena sindrom disleksia. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa dengan menggunakan teknik biblioterapi dinyatakan berhasil dengan melihat adanya

perubahan konseli yang mau meluangkan waktu untuk belajar membaca dan analisis baca tulis konseli penderita disleksia.¹⁷

Kedua, penelitian yang dilakukan oleh Eva Imania Eliasa, M.Pd Dosen jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun 2019 yang berjudul “*Bibliotherapy Sebagai Sebuah Metode Tindakan Yang Bermakna*”. *Bibliotherapy* merupakan sebuah terapi ekspresif yang didalamnya terdapat hubungan individu dengan isi atau intisari buku, puisi dan tulisan lain sebagai sebuah terapi. *Bibliotherapy* menurut para ahli merupakan salah satu jenis terapi yang menggunakan aktivitas membaca suatu literatur untuk mengatasi masalah yang dihadapi seseorang. *Bibliotherapy* mencakup tugas membaca terhadap bahan bacaan yang terseleksi, terencana, dan terarah sebagai suatu prosedur tindakan dengan tujuan terapeutik.

Dengan *bibliotherapy* diyakini dapat mempengaruhi sikap, perasaan, dan perilaku individu sesuai dengan yang diharapkan dan dapat merangsang pembaca untuk berfikir. *Bibliotherapy* mudah dilaksanakan, murah, dan dapat dilakukan kapan saja serta melibatkan kemandirian dan partisipasi pembaca sendiri secara penuh untuk menginternalisasikannya. Pemberian perlakuan berupa *bibliotherapy* perlu disosialisasikan karena merupakan metode tindakan yang bermakna.¹⁸

Ketiga, penelitian yang dilakukan oleh Dinul Qoyyimah Ma'rifatus Sholeha, mahasiswa jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah

¹⁷ Nidaa Ibithal, *Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Dalam Mengatasi Anak Disleksia di SD Taquma Surabaya*, (Surabaya: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2019)

¹⁸ Eva Imania Eliasa, M.Pd, *Bibliotherapy Sebagai Sebuah Metode Tindakan Yang Bermakna*, (Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta, 2019)

dan Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2018, dengan judul “Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur’an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo”. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa (1) proses bimbingan konseling islam menggunakan teknik biblioterapi al-qur’an untuk menangani kecemasan pasien diabetes melitus 1. Terdapat 5 langkah proses konseling yang telah dilakukan yaitu: identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi atau treatment untuk menangani 6 indikator kecemasan sedang yang dialami konseli, dengan lima tahapan yaitu: pemberian motivasi, memberikan waktu yang cukup kepada konseli untuk membaca, inkubasi, tindak lanjut dan evaluasi.

Kemudian dilakukan evaluasi atau follow up, media bahan bacaan yang digunakan dalam proses terapi ini adalah ayat al-qur’an, terjemahan dan tafsir ibnu katsir dengan pemilihan sesuai permasalahan untuk menyadarkan, merubah pola pikir dan memotivasi konseli. Media bahan bacaannya adalah qs. Yunus 57, qs. Yusuf 86, qs. Fushshilat 30, dan qs. Al-hadid 22-23.¹⁹

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan *Bibliotherapy*, maka yang menjadi perbedaan dalam penelitian ini adalah Al-Qur’an merupakan wahyu, mukjizat, dan sumber utama ajaran agama Islam yang diturunkan kepada Nabi Muhammad Saw, merupakan bacaan yang paling mulia sehingga dengan membacanya dapat menenangkan jiwa seseorang. Apalagi

¹⁹ Dinul Qoyyimah Ma’rifatus Sholeha, *Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur’an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo*, (Surabaya: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, 2018).

dengan membaca sendiri dan memahami makna dari ayat-ayat suci Al-Qur'an akan membuat klien merasa tentram, ketentraman itu sendiri akan menumbuhkan rasa percaya diri klien yang akan memberi semangat baru dan pemahaman bahwa hidup harus menjadi lebih bermakna. Bacaan Al-Qur'an dan berdzikir juga bermanfaat untuk menyembuhkan atau mengurangi penderitaan pasien terutama mereka yang sakit bersifat emosional sebab dengan bacaan Al Quran dan berdzikir itu dapat menenangkan hati seseorang.

