

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masyarakat Indonesia perlu mempersiapkan diri terhadap tantangan-tantangan zaman yang terjadi sehingga tidak mudah mengalami permasalahan baik masalah fisik maupun psikis yang mampu mempengaruhi kesehatan jiwanya. Masnur Muslich menyebutkan bahwa tanda-tanda zaman yang membawa kehancuran sudah ada di Indonesia. Tanda-tanda yang perlu diwaspadai sebuah bangsa yang sedang menuju kehancuran menurut Thomas Lickona seorang pendidikan dari *Cortland University* adalah ; tindak kekerasan remaja meningkat; penggunaan bahasa maupun kata-kata yang memburuk; tindak kekerasan di pengaruhi *peer-group* yang kuat; perilaku merusak diri meningkat; pedoman moral baik dan buruk semakin kabur; etos kerja yang menurun; rasa hormat pada orang tua dan guru semakin rendah; rasa tanggung jawab individu dan warga negara semakin rendah; budaya ketidakjujuran; adanya rasa saling curiga dan kebencian antara sesama.¹

Masalah ekonomi merupakan masalah yang paling dominan dalam timbulnya gangguan jiwa di Indonesia selain bencana alam. Fakta saat terjadi kenaikan harga BBM sering disertai dengan peningkatan dua kali lipat angka gangguan jiwa.² Lebih dari 40 juta masyarakat Indonesia terpuruk karena pengangguran. Penyebab lain banyaknya masyarakat Indonesia mengalami

¹Nata, A. (2013). *Ahlak Tasawuf dan Karakter Mulia*. Depok: Rajagrafindo Persada, 318

²Iyus Yosep, S. K. (2013). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama, 40

gangguan jiwa karena daya beli lemah, rendahnya pendidikan, lingkungan yang buruk, kekurangan gizi, mudah teragitasi, kekebalan menurun dan infrastruktur yang masih rendah.³ Negara Indonesia secara geologis wilayahnya berada dalam area yang sangat tidak stabil, karena terletak di atas lokasi yang dikenal dengan “*the ring of fire*”⁴. Bencana alam yang disebabkan oleh posisi geologis Indonesia yang terjadi adalah tsunami, angin topan, banjir, tanah longsor dan kekeringan. Bencana lain yang ditimbulkan langsung oleh ulah negatif manusia yaitu kegagalan teknologi, konflik sosial, kebakaran hutan dan kebakaran perkebunan serta bencana yang sejenis antara lain kecelakaan transportasi umum dan individu, pertentangan antar etnis dan kepercayaan yang dikenal dengan konflik SARA (Suku, Agama, Ras, dan Antar Golongan) yang masih terjadi sampai sekarang.⁵

Mengatasi tantangan penyebab gangguan jiwa diperlukan tenaga-tenaga kesehatan yang memadai baik dari segi kuantitas maupun kualitas seperti perawat psikiatri, psikiater, psikolog, pekerja sosial. Terapi dibutuhkan untuk mengatasi gangguan kejiwaan. Terapi merupakan cara proses penyembuhan suatu gangguan yang diakibatkan oleh sumber-sumber gangguan.⁶

³Iyus Yosep, S. K. *Keperawatan Jiwa*, 40

⁴Lokasi yang berupa sebuah zona pertemuan lempeng-lempeng bumi dan dikelilingi oleh gunung berapi yang mengepung cekungan Samudera Pasifik sehingga sangat rawan terjadi bencana, baik gempa bumi maupun letusan gunung berapi. Pertemuan lempeng dan gunung berapi ini membentang dan membentuk tapal kuda sekitar 40.000 km yang menjadi penyebab utama lebih dari 90% sumber gempa bumi terbesar di dunia.

⁵Agus Indiyanto, A. K. (2012). *Konstruksi Masyarakat Tangguh Bencana*. Bandung: Mizan Pustaka, 95-96

⁶Iyus Yosep, S. K. *Keperawatan Jiwa* , 328

Bermacam-macam terapi berkembang saat ini seperti berbagai terapi dalam psikoterapi. Menurut Julian Router (1984) dalam *'Ilm an-Nafs al-Kliniki* dalam buku “Psikologi dalam Perspektif Hadis” Pada dasarnya psikoterapi merupakan pengobatan dengan metode sugesti, nasihat, hiburan, dan hipnosis yang dilakukan oleh ahli ilmu jiwa maupun dokter jiwa dengan menggunakan pengaruh (kekuatan batin) atas jiwa atau rohani penderita tidak menggunakan obat-obatan karena kejiwaan manusia dapat berubah menjadi bahagia dan lebih baik lagi.⁷

Istilah Biblioterapi muncul sejak 1970-1980an, di perpustakaan rumah sakit sudah terdapat layanan biblioterapi baik untuk staf rumah sakit maupun pasien rawat inap. Layanan biblioterapi berarti lebih kepada bantuan dan bimbingan bagi para pasien untuk meringankan beban penderitanya.⁸ Biblioterapi mengacu pada terapi buku, terapi membaca, atau juga terapi kisah. Tujuan utama dari biblioterapi yakni memanfaatkan media buku, literatur dan atau media audio, visual, untuk memfasilitasi aktivitas terapi, membimbing diskusi, serta menunjukkan perkembangan berpikir individu.⁹

Aktivitas yang paling pokok dalam biblioterapi yaitu membaca, tetapi pada kenyataannya minat baca di Indonesia ini rendah. Indonesia dalam posisi 41 dari 45 negara peserta dengan memperoleh skor 405 dibawah rata-rata internasional yaitu pada skor 500 dalam PIRLS (*Progress in International*

⁷ (Najati, M. U. (2004). *Psikologi Dalam Perspektif Hadis*. Jakarta: Pustaka Al Husna Baru, 326-327

⁸Agustina, S. (2014). Perpustakaan Sebagai Wahana Terapi yang Ramah Disabilitas : Implementasi Biblioterapi di Perpustakaan Lingkungan Pendidikan. *EduLib* , 122-146.

⁹Agustina, S. (2017). *Biblioterapi untuk Pengasuhan*. Bandung: Mizan Media Utama, 53

Reading Literacy Study)¹⁰. Informasi berdasarkan data yang dikeluarkan Badan Pusat Statistik yang dirujuk oleh Titik Kismiati pada 28 April 2016 bahwa pada tahun 2012 sebanyak 91,58 persen warga Indonesia dengan usia 10 tahun ke atas lebih suka menonton televisi. Hanya sekitar 17,58 persen warga yang suka membaca buku, surat kabar, atau majalah.¹¹

Televisi menjadi pendidik nomor satu, sedangkan budaya membaca lebih baik daripada menonton televisi. Bakar menyebutkan bahwa secara umum televisi menyuguhkan acara yang dangkal, dan tidak bermutu, televisi tidak mendidik anak-anak untuk menjadi manusia yang baik, sehat, dan bijak, dikarenakan televisi mengajak manusia untuk beriman kepada materialisme, hedonisme, konsumtivisme. Maka membangun budaya membaca lebih positif daripada menonton televisi secara terus menerus. Pentingnya wacana membaca sehingga wahyu pertama yang turun kepada Nabi Muhammad adalah seruan untuk “membaca” yaitu :

اقرا باسم ربك الذي خلق

“Bacalah dengan nama Tuhanmu yang menciptakan” [QS. Al-Alaq (96) : 1]

Membaca dapat memperoleh wawasan yang luas, nilai yang dalam, pengetahuan, dan ilmunya, sehingga menjadi bijak dan cendekia.¹² Kegiatan membaca buku, majalah, maupun surat kabar akan berpengaruh kepada jiwa

¹⁰I. K. Setiawati, A. R. (2013). Pembuatan buku cerita ipa yang mengintegrasikan materi kebencanaan alam untuk meningkatkan literasi membaca dan pembentukan karakter. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia* , 129-135.

¹¹<https://www.google.com/search?ie=UTF-8&source=android-browser&q=data+bps+tentang+minat+baca> diakses tanggal 23 Desember 2017

¹²Hakim, M. A. *Mendidik Anak Secara Bijak*, 41-52

baik pengaruh positif maupun negatif.¹³ Jiwa yang sehat ingin mencapai hidup yang lebih sempurna dari yang telah ada.¹⁴

Komunitas Biblioterapi Indonesia (KBI) menjadi salah satu upaya untuk memperkenalkan salah satu terapi dengan menggunakan buku kepada masyarakat. Sejak Juli 2002 TBM buku Dzikra menangani klien dengan beragam kondisi seperti stress, gangguan depresi, dan motivasi yang rendah. Seiring kebutuhan layanan biblioterapi di Perpustakaan maka dibentuklah KBI. Penyebarluasan Biblioterapi secara *online* melalui blog pada tahun 2014, kemudian memanfaatkan media sosial *Whatsapp* secara online sejak 2016. Jumlah partisipannya 745 orang. Terdapat 4 grup biblioterapi. KBI 4 dibentuk pada 8 Januari 2017. Anggota grup akan mengalami berbagai perubahan, admin akan menseleksi anggota sesuai dengan keaktifannya karena yang dibutuhkan dalam KBI ini *knowledge sharing* bukan *silent reader*.

Berdasarkan latar belakang penelitian penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam tentang biblioterapi dan kesehatan jiwa, serta untuk mengetahui pengaruh biblioterapi terhadap kesehatan jiwa. Maka judul dari skripsi ini yaitu **“Pengaruh Biblioterapi terhadap Kesehatan Jiwa”**

¹³Amini, I. (2006). *Agar tak Salah Mendidik*. Jakarta: Al-Huda, 121

¹⁴Nata, A. (2013). *Akhlak Tasawuf dan Karakter Mulia*. Depok: Rajagrafindo Persada, 300

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran minat anggota terhadap biblioterapi di Komunitas Biblioterapi Indonesia?
2. Bagaimana gambaran kesehatan jiwa anggota Komunitas Biblioterapi Indonesia?
3. Bagaimana pengaruh biblioterapi terhadap kesehatan jiwa di Komunitas Biblioterapi Indonesia?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran minat anggota terhadap biblioterapi di Komunitas Biblioterapi Indonesia.
2. Untuk mengetahui gambaran kesehatan jiwa anggota Komunitas Biblioterapi Indonesia.
3. Untuk mengetahui pengaruh biblioterapi terhadap kesehatan jiwa di Komunitas Biblioterapi Indonesia.

D. Kegunaan Penelitian

Secara teoritis kegunaan dari penelitian ini adalah :

1. Mampu memberikan kontribusi berupa pengenalan salah satu jenis terapi yang bisa digunakan seorang terapis yaitu konsep mengenai biblioterapi.
2. Sebagai perluasan bagi semua pihak yang berminat untuk mengkaji lebih dalam mengenai biblioterapi dan kesehatan jiwa.

E. Tinjauan Pustaka

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang mengungkapkan dan memiliki keterkaitan dengan topik penelitian antara biblioterapi dan kesehatan jiwa ini diantaranya :

1. Pertama, *Jurnal Pengaruh Terapi Bermain : Biblioterapi terhadap Penurunan Respon Maladaptif pada Anak Usia Prasekolah setelah dipasang Infus* tahun 2010 oleh Andi Yudianto dan Lailatul Fitriyah. Berdasarkan jurnal tersebut bahwa terdapat pengaruh antara pemberian terapi bermain (biblioterapi) terhadap penurunan respon kecemasan pada anak usia prasekolah di ruang anak Bapelkes RSD Jombang.
2. Kedua, *Jurnal Biblioterapi dan Diskusi Dilema Moral untuk Pengembangan Karakter dan Tanggungjawab* tahun 2013 oleh Noviana Dewi dan Nanik Prihartanti Durial. Berdasarkan jurnal tersebut bahwa metode biblioterapi dan metode diskusi dilema moral berpengaruh terhadap peningkatan karakter tanggung jawab pada mahasiswa, dengan

membentuk 3 kelompok sampel, kelompok pertama diberikan metode biblioterapi, kelompok kedua metode diskusi moral, kelompok yang tidak diberikan metode apapun dan diperoleh hasil bahwa penerapan metode biblioterapi lebih besar pengaruhnya terhadap peningkatan karakter tanggung jawab pada mahasiswa dibandingkan kelompok yang lain.

3. Ketiga, Jurnal *Aksentuasi Bibliotherapy di Perpustakaan Perguruan Tinggi* tahun 2013 oleh Saleha Rodiah. Berdasarkan jurnal tersebut bahwa biblioterapi sebagai upaya untuk menghidupkan kembali peran perpustakaan sebagai jantung perguruan tinggi mencerdaskan kehidupan bangsa. Biblioterapi untuk melayani masalah akademik maupun non akademik dengan fasilitator pustakawan yang terlatih sebagai biblioterapis.
4. Keempat, Jurnal *Biblioterapi Islami Guna Meningkatkan Kepercayaan Diri Anak Tuna Daksa* tahun 2016 oleh Suprihatin. Berdasarkan jurnal tersebut bahwa dengan studi eksperimen ada perbedaan kepercayaan diri anak tuna daksa setelah dilaksanakan layanan biblioterapi.
5. Kelima, Jurnal *Pengaruh Biblioterapi terhadap pengetahuan Remaja tentang Hygiene Menstruasi di SMP Negeri 2 Malang Kabupaten Jember* tahun 2016 oleh Irma Yanti Hidayah, Ratna Sari, dan Mulia Hakim. Berdasarkan jurnal tersebut bahwa hasil *pre test* didapatkan 76,6 persen memiliki pengetahuan cukup yakni 23 siswa dan 3,4 persen yakni 1 siswa berpengetahuan baik. Hasil *post test* pada 15 siswa berkelompok inetrvensi yaitu 80 persen yakni 12 siswa berpengetahuan baik dan 20 persen yakni 3 siswa berpengetahuan cukup sedangkan pada kelompok kontrol karena

tidak diberikan metode biblioterapi sehingga 100 persen pengetahuan cukup.

6. Keenam, Skripsi *Analisis Proses Biblioterapi pada Aplikasi Whatsapp oleh Grup Whatsapp Komunitas Biblioterapi Indonesia 4 tahun 2017* Oleh R. Ayu Lathifah. Berdasarkan hasil skripsi tersebut bahwa proses biblioterapi yang dilaksanakan di Komunitas Biblioterapi Indonesia 4 yaitu Biblioterapi fokus klien, biblioterapi fokus katarsis, biblioterapi qisah, biblioterapi kognitif-afektif, dan biblioterapi perilaku.

Penelitian yang penulis lakukan dengan judul **“Pengaruh Biblioterapi terhadap Kesehatan Jiwa”** yaitu untuk mengetahui sejauh mana biblioterapi ini dapat mempengaruhi kesehatan jiwa.

F. Kerangka Pemikiran

Berbagai definisi mengenai biblioterapi, terdapat kesamaan bahwa biblioterapi merupakan terapi atau proses penyembuhan melalui media buku atau bacaan. Menurut Barker mengungkapkan bahwa :

“Biblioterapi adalah penggunaan literatur dan puisi dalam treatment bagi orang-orang yang mengalami masalah emosional atau sakit mental. Biblioterapi sering digunakan dalam kerja kelompok sosial dan terapi kelompok dan dilaporkan efektif bagi semua orang dari berbagai usia, baik bagi pasien rawat inap maupun rawat jalan, juga efektif bagi orang-orang sehat yang ingin berbagi literatur yang berguna bagi pertumbuhan dan perkembangan pribadi”.¹⁵

Berdasarkan Undang-undang Kesehatan Jiwa No. 23 tahun 1999

Kesehatan jiwa yaitu *“Kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik,*

¹⁵ Herlina. (2013). *Bibliotherapy (Mengatasi Masalah Anak dan Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama, 83

intelektual, emosi seseorang dan perkembangan ini berjalan selaras dengan orang lain". Sependapat dengan WHO bahwa "*Kesehatan jiwa adanya keselarasan dan keseimbangan kejiwaan yang memencerminkan kedewasaan kepribadiaanya*."

Menurut Ibnu Qayyim sehat berkaitan dengan tujuan eksistensi manusia dalam hidup, yaitu *ubudiyah* kepada Allah, dengan mengimplementasikan perintah dan meninggalkan larangan Allah. Jika manusia mampu merealisasikan hal itu, maka kesehatan jiwa dan ketenangan jiwa akan dapat diraih. Apabila jiwa merasa tenang di sisi Allah, tenteram dengan *berdzikir* dan bertobat, serta rindu bertemu dengan-Nya, maka itulah jiwa yang *muthmainnah*. Karakteristik kesehatan yang dijadikan tolok ukur kesehatan jiwa menurut Ibnu Qayyim yaitu :

1. *Ubudiyah*
2. Adil dan Seimbang
3. Berkah
4. *Dzikir*
5. Jujur
6. Tenang
7. *Ridha*
8. Etika
9. Saling membantu dan mengisi
10. Optimis

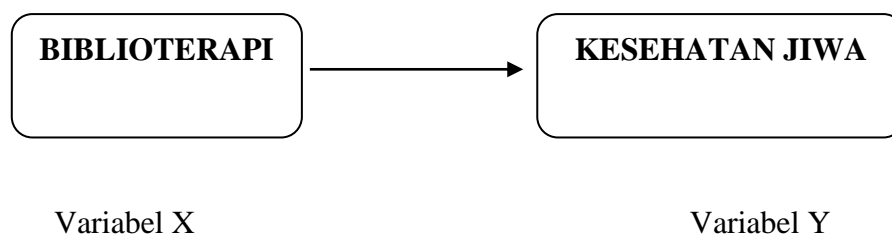


11. Terobsesi dengan akhirat.¹⁶

Membaca merupakan aktivitas yang utama dalam proses biblioterapi selain itu mengajak diskusi dengan menerapkan teknik-teknik bimbingan konseling. Dr. Aidh Al-Qarni dalam bukunya dengan judul *La Tahzan* menyebutkan bahwa terdapat beberapa manfaat membaca yaitu Menghilangkan perasaan-perasaan was-was, cemas, dan sedih; menghindarkan diri seseorang dari hal-hal negatif; memiliki waktu luang yang positif; melatih untuk berbicara dengan baik; mengembangkan akal, mencerahkan pikiran, dan menjaga kebersihan hati; menambah pengetahuan dan daya ingat serta pemahaman seseorang; mengambil hikmah kebijaksanaan; menambah pengetahuan untuk mempelajari bidang pengetahuan yang berbeda, dan penerapannya di dalam kehidupan nyata; meningkatkan keimanan; menjaga pikiran agar lebih tenang; membantu memahami kata yang tersirat dalam sebuah tulisan.¹⁷ Bacaan yang baik dapat mempengaruhi keadaan jiwa menjadi lebih baik.

Maka dari itu peneliti ingin menguji bahwa adanya pengaruh biblioterapi terhadap kesehatan jiwa.

1.1 Bagan Kerangka Pemikiran Biblioterapi untuk Kesehatan Jiwa



¹⁷al-Qarni, D. A. (2005). *La Tahzan*. Jakarta: Qisthi Press,128

G. Hipotesa

Hipotesa dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.¹⁸

Adapun hipotesa dalam penelitian ini adalah :

1. Hipotesa kerja (Ha) : menyatakan adanya pengaruh yang signifikan antara variabel X dan variabel y, Pengaruh Biblioterapi terhadap Kesehatan Jiwa dengan rumusan :

Ada pengaruh Biblioterapi terhadap kesehatan Jiwa

2. Hipotesa Nol (Ho) : menyatakan tidak adanya pengaruh antara dua variabel, dengan rumusan :

Tidak ada pengaruh Biblioterapi terhadap kesehatan Jiwa

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan ditulis agar lebih memudahkan memahami maksud dan tujuan serta lebih sistematis yang menggambarkan keseluruhan isi dari penelitian ini. Berikut sistematika penulisan dalam judul skripsi “Pengaruh Biblioterapi terhadap Kesehatan Jiwa” yang terdiri dari lima bab, yaitu :

Bab I yaitu pendahuluan yang berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka pemikiran, hipotesa, metode penelitian dan sistematika penulisan.

¹⁸ Suharsini Arikunto (1996) *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Reneka Cipta

Bab II yaitu landasan teori yang berisi tentang teori biblioterapi, dan teori kesehatan jiwa.

Bab III yaitu metodologi penelitian

Bab IV yaitu hasil penelitian

Bab V yaitu penutup yang berisi kesimpulan dan saran.

