

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Al-Quran diyakini oleh umat Islam sebagai firman Allah Subhanahu Wata'ala. Di antara sumber-sumber lain seperti hadits, ijma', qiyas, al-Qur'an adalah sumber utama ajaran Islam.¹ Al-Qur'an juga merupakan mukjizat yang menjadi salah satu alasan penting mengapa orang terdahulu maupun sekarang masuk ke dalam Islam. Ayat-ayat yang berkaitan dengan sains menjadi salah satu keyakinan bahwa al-Qur'an adalah firman Allah, itu tidak diciptakan oleh manusia, apalagi ciptaan Nabi Muhammad.² Seperti terdapat dalam firman Allah SWT, Qur'an Surah al A'raf /7 : 158,³

قُلْ يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنِّي رَسُولُ اللَّهِ إِلَيْكُمْ جَمِيعًا الَّذِي لَهُ مُلْكُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ يُحْيِي وَيُمِيتُ فَآمِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ النَّبِيِّ الْأُمِّيِّ الَّذِي يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَكَلِمَاتِهِ وَاتَّبِعُوهُ لَعَلَّكُمْ تَهْتَدُونَ

“Katakanlah: "Wahai manusia! sesungguhnya aku ini adalah utusan Allah bagi kamu semua, Yang memiliki kerajaan langit dan bumi; tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) selain Dia, Yang menghidupkan dan mematikan, maka berimanlah kamu kepada Allah dan Rasul-Nya, Nabi yang ummi yang beriman kepada Allah dan kepada kalimat-kalimat-Nya (kitab-kitab-Nya) dan ikutilah dia, supaya kamu mendapat petunjuk.”

Di era globalisasi sekarang ini, banyak terjadi perubahan besar dalam pemahaman terhadap isi dan doktrin al-Qur'an menjadi kelanjutan dari dinamika pemikiran interpretatif dari perkembangan sebelumnya. Banyak metode yang digunakan untuk memahami tulisan suci ini.

Dengan diyakini sebagai kitab suci, al-Qur'an digunakan sebagai sesuatu solusi untuk permasalahan hidup yang dihadapi manusia. Maka dari itu, hal ini dapat dimaklumi ketika kajian al-Qur'an biasanya lebih

¹Rozak, Ja'far, *Studi Islam di Tengah Masyarakat Majemuk (Islam Rahmatan Lil 'Alamiin)*, (Tangerang Selatan: Yayasan As-Syariah Modern Indonesia, 2019), 24.

² Rozak, Ja'far, *Studi Islam di Tengah Masyarakat Majemuk (Islam Rahmatan Lil 'Alamiin)*, 26.

³Departemen Agama Republik Indonesia, Percetakan Sygma Exagrafika, 170.

menekankan kajian teks al-Qur'an (tafsir) dan produknya (pemikiran, penjelasan dan kitab tafsir) daripada kajian lainnya. Di sisi lain, ada model pemahaman yang berbeda dalam menerima al-Qur'an sebagai teks. al-Qur'an secara doktrin adalah wahyu Tuhan, dan mengandung semua informasi, petunjuk, dan peraturan yang bermanfaat bagi umatnya. al-Qur'an ditulis dalam aksara Arab. Oleh karena itu, al-Qur'an harus dibaca dan dipahami dengan baik.⁴

Disebutkan dalam Qur'an Surah al-Isra/15 : 82,⁵

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

“Dan Kami turunkan dari al-Quran (sesuatu) yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, dan bagi orang yang zalim (al-Quran) hanya akan menambah kerugian”.

Saat ini, ada terapi yang disebut terapi biblioterapi. Biblioterapi adalah penggunaan sastra dan puisi untuk mengobati orang dengan masalah emosional atau penyakit mental.⁶ Karena tidak dapat dipungkiri semakin berkembangnya zaman, semakin banyak individu manusia yang justru mengkhawatirkan masa yang akan datang atau masa lalu yang dapat membuat trauma hingga diri terbelenggu dengan rasa cemas dan khawatir.

Biblioterapi al-Qur'an merupakan pemberian bahan bacaan dengan ayat-ayat al-Qur'an sebagai medianya, memahami melalui terjemahan atau tafsir yang mengandung makna memotivasi klien sesuai dengan masalah yang dihadapi klien, dengan tujuan penyembuhan terhadap diri klien dan dapat mengatasi masalah yang akan datang.⁷ Dengan penjelasan tersebut

⁴Sahiron Syamsudin, *Metodologi Penelitian Living Qur'an dan Hadits* (Yogyakarta: TH-Press dan Penerbit Teras, 2007), XIV.

⁵ Departemen Agama Republik Indonesia, Percetakan Sygma Exagrafika, 290.

⁶ Herlina, *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku*, (Bandung: Pustaka Cendekia Utama, 2013).

⁷ Dinul Qayyimah, Skripsi “Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo”, (Skripsi Sarjana Agama Universitas Islam Negeri Malang, Surabaya : 2018).

maka seorang terapis akan memberikan bimbingan dengan menyesuaikan keadaan pasiennya, memakai pendekatan ayat-ayat al-Qur'an.

Jika dilihat memang dalam setiap individu wajar memiliki perasaan cemas, galau, resah, gelisah, khawatir, namun apabila itu sering terjadi dan berlebihan hal ini dapat menjadi gejala adanya gangguan kecemasan (*Anxiety*). Walau sebenarnya perasaan itu semua jika porsinya tepat menjadikan seseorang lebih hati-hati dan waspada dalam menghadapi suatu hal. Namun, apabila berlebihan dan sulit sekali dikendalikan hal ini tidak wajar dan dapat mengganggu aktifitas sehari-hari.

Terlebih semenjak adanya pandemi covid-19 ini, banyak yang mengalami gangguan kecemasan. Seperti yang bisa dicoba ketika dalam kolom pencarian *google* dapat diketik "gangguan kecemasan akibat covid-19" begitu banyak jurnal serta artikel yang membahasnya. Salah satunya dijelaskan dalam suatu artikel dari *tirto.id* dari laman resmi Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PSDKJI), sebanyak 64,3% dari 1.522 orang responden memiliki masalah psikologis cemas atau depresi dikarenakan dampak dari pandemi covid-19, dari 1.522 responden terdiri dari 76,1% adalah perempuan dengan minimal usia 14 tahun dan maksimal usia 71 tahun.⁸

Sehingga penulis melihat penelitian ini menarik untuk dilakukan karena dari bidang jurusan ilmu al-Qur'an dan Tafsir belum ada yang menelitinya, dan seperti data di atas yang disebutkan saat ini sedang banyak yang mengalami gangguan kecemasan, masyarakat pun tentunya membutuhkan solusi dalam penanganan hal tersebut. Penulis yakin solusi terbaik yaitu menjadikan al-Qur'an sebagai media untuk menangkan jiwa. Seperti terdapat dalam firman Allah surat ar-Ra'du/13 : 28,⁹

⁸"Survei: 64,3% dari 1.522 Orang Cemas & Depresi karena COVID-19 - Tirto.ID" <https://tirto.id/survei-643-dari-1522-orang-cemas-depresi-karena-covid-19-fgPG>, Dikutip tanggal 16 Februari 2021 pukul 16.15 WIB

⁹Departemen Agama Republik Indonesia, Percetakan Sygma Exagrafika, 252.

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”

Syaikh Abu Bakar Jabir al-Jazairi, seperti dikutip oleh Aisarut Tafasir, menyatakan bahwa:

Tidak ada yang lebih menyenangkan dan lebih manis daripada mengingat Tuhan, dekat dengan-Nya dan mengenal-Nya. Semakin tinggi tingkat penghormatan kepada Tuhan, maka semakin tinggi pula kecintaan kepada Tuhan, semakin banyak orang akan melafalkan nama Tuhan dan mengingat-Nya, seperti bertasbih, bertahlil, bertakbir dan lain sebagainya. Sebagian memaknai "ingat Allah" sebagai mengingat janji Allah. Beberapa penafsiran menggunakan kitab-Nya untuk menjelaskan "Ingat Allah", ini untuk mengingatkan orang yang beriman. Oleh karena itu, dengan mengingat Allah maka tujuan kedamaian pikiran adalah ketika kita mengenali isi al-Qur'an dan hukum-hukumnya, karena isinya menunjukkan kebenaran diperkuat dengan dalil dan bukti. Agar hati lebih tentram Karena hati tidaklah tenang tanpa ilmu dan keyakinan, dan dalam hal ini adalah al-Qur'an.¹⁰

Maka dari itu, al-Qur'an diturunkan menjadi penyejuk jiwa bagi siapa saja manusia yang jiwanya sedang sakit. Terutama dalam hal ini, al-Qur'an dijadikan sebagai salah satu media terapi dalam biblioterapi, yang tentunya ini perlu dikaji bagaimana pemaknaan ayat-ayat tersebut ketika digunakan.

Sehingga penelitian ini kiranya menarik untuk dilakukan. Karena selain kini menjadi isu yang hangat di tengah masyarakat dikarenakan banyak yang sedang mengalami gangguan kecemasan, masyarakat pun butuh solusi dari buruknya yang ditimbulkan oleh gangguan kecemasan ini. Sudah tentu bagi yang mengimani al-Qur'an solusi terbaiknya yaitu merujuk kepada al-Quran.

¹⁰ Tafsir Web Surat Al-Ra'du, <https://tafsirweb.com/3988-quran-surat-ar-rad-ayat-28.html>, dikutip tanggal 16 Februari 2021 pukul 15.18 WIB

Maka dari itu penulis mencoba menggali mengenai penggunaan ayat-ayat al-Qur'an dalam terapi biblioterapi pada penderita gangguan kecemasan, karena beberapa alasan:

Pertama, Biblioterapi ini adalah salah satu media yang menggunakan buku atau puisi atau hal-hal yang berkaitan dengan sastra untuk pengobatan orang yang terkena masalah emosional ataupun mental.

Kedua, al-Qur'an memiliki kesastraan yang begitu indah. Al-Qur'an memiliki kelebihan dari sisi musikalitas dengan karakter fonologi al-Qur'an, pola penyusunan kalimatnya yang begitu puitis dan prosaik, keberadaan fitur rima akhir, coda, serta refrain, dan tentu saja keterikatan bunyi bacaan al-Qur'an dengan sistem tajwid.¹¹ Hal inilah kiranya yang menjadikan al-Qur'an cocok untuk dijadikan sebagai salah satu media dalam biblioterapi.

Ketiga, penderita gangguan kecemasan semakin banyak yang mengalaminya terutama sejak pademi covid-19. Penelitian ini pun menjadi menarik untuk penulis, untuk menghadirkan al-Qur'an sebagai media solusi untuk pengobatannya.

Selain itu, dalam tema penelitian ini dipilih karena penulis melihat dari latar belakang keilmuan dari jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir belum banyak yang mengkajinya. Hingga dengan kondisi tersebut penulis ingin masuk untuk meneliti akan efektifitas dan kesesuaian pemakaian ayat-ayat al-Qur'an dalam biblioterapi. Karena tentunya, dalam setiap teknik terapi berbeda-beda meski menggunakan ayat al-Qur'an yang sama sekalipun.

Berangkat dari latar belakang tersebut, maka penulis melakukan penelitian secara komprehensif dalam bentuk skripsi yang berjudul "Pemaknaan Ayat-Ayat Al-Qur'an Pada Penderita Gangguan Kecemasan

¹¹ Moh. Syarifudin, "Sastra Qur'ani dan Tantangan Sastra Islam di Indonesia", *Jurnal Conference Proceedings Annual International Conference on Islamic Studies (AICIS XII)*, 1262.

(Studi *Living Qur'an* dalam Terapi Biblioterapi di Komunitas Biblioterapi Indonesia)”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang diuraikan sebelumnya yaitu al-Qur'an dimaknai sebagai suatu solusi untuk permasalahan hidup yang dihadapi manusia, dan saat ini ada terapi yang disebut biblioterapi al-Qur'an. Maka pokok permasalahannya sebagai berikut:

1. Apa itu Biblioterapi al-Qur'an?
2. Bagaimana efektifitas dan pemaknaan informan terhadap ayat-ayat al-Qur'an dalam terapi Biblioterapi pada penderita gangguan kecemasan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran ayat-ayat al-Qur'an . Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui perihal Biblioterapi al-Qur'an.
2. Mengetahui efektifitas dan pemaknaan ayat-ayat al-Qur'an dalam terapi Biblioterapi pada penderita gangguan kecemasan

D. Manfaat Hasil Penelitian

Berdasarkan tujuan di atas maka penelitian ini mempunyai manfaat dan nilai guna baik secara akademik maupun praktis sebagai berikut:

- 1) Akademik

Penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan perkembangan dalam ilmu keislaman terutama pada pengkajian *Living Qur'an*.

- 2) Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat bagi laboratorium jurusan Tasawuf dan Psikoterapi. Meski latar belakang penulis bukanlah dari jurusan tersebut tetapi dengan penelitian ini penulis berharap berkontribusi

terhadap perkembangan terapi spiritual yang pada bidang kajian Tasawuf dan Psikoterapi.

Manfaat praktis lainnya adalah bahwa penelitian ini menjadi salah satu persyaratan akademis yang harus ditempuh dalam menyelesaikan studi untuk memperoleh gelar sarjana (Strata-1) di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.

E. Kerangka Berpikir

a. Berdasarkan Ayat-Ayat Al-Qur'an

Dari yang penulis temukan, ada ayat yang menerangkan bahwa al-Qur'an adalah sebagai obat (*Al-Syifa*). Seperti pada Q.S. Al-Isra/15 : 82,¹²

وَنُنزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ۗ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خُسْرًا

“Dan Kami turunkan dari al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian.”

Ayat di atas menjelaskan keistimewaan al-Qur'an sebagai pesan kebenaran Nabi Muhammad SAW dan khasiatnya sebagai penangkal atau obat penyakit jiwa, bahkan al-Qur'an dapat memberikan rahmat kepada orang yang beriman dan membawa banyak manfaat. Hal tersebut tidak akan menguntungkan mereka yang melakukan kesalahan karena kufur, tetapi hanya akan menambah kerugian.¹³

Al-Qur'an memberikan orang-orang beriman tidak hanya sebagai pedoman, tetapi juga sebagai penangkal atau obat untuk penyakit. Pengaruh al-Qur'an tidak berkisar pada bahasa yang digunakan, melainkan pada orang yang mendengarnya dan bagi yang beriman akan berhasil memperoleh manfaatnya.

b. Biblioterapi

¹² Departemen Agama Republik Indonesia, Percetakan Sygma Exagrafika

¹³ Quraish Shihab, *Al-Misbah Jilid V*, 101.

Dictionary of Social Work Barker (1987) mengajukan definisi secara luas tentang biblioterapi, yaitu;

Penggunaan sastra dan puisi dalam pengobatan orang dengan masalah emosional atau penyakit mental. Biblioterapi sering digunakan dalam kerja kelompok sosial dan terapi kelompok dan dinilai efektif dengan orang-orang dari segala usia, dengan orang-orang di institusi serta pasien rawat jalan, dan dengan orang sehat yang ingin berbagi literatur sebagai sarana pertumbuhan dan perkembangan pribadi.¹⁴

Apabila dilihat dari definisinya, biblioterapi ini adalah sebuah terapi membaca yang bersifat membantu dan memotivasi untuk penyelesaian masalah dalam dirinya. Dengan begitu dapat merangsang daya fikirnya yang dapat dilakukan di mana saja dan kapan saja, melibatkan kemandirian dan partisipasi individu tersebut. Menurut Dra. Sri Narti, “Untuk hasil yang efektif setelah membaca perlu diskusi sederhana untuk membantu penyelesaian masalahnya, melalui membaca buku bertujuan agar individu memahami pengalamannya dan mengekspresikan perasaannya.”¹⁵

Ditinjau dari pemakaian biblioterapi, al-Qur'an dapat dijadikan sebagai media terapinya juga dalam teknik biblioterapi ini. Dengan kebahasaan dan kesusastraan al-Qur'an yang luarbiasa, menurut pandangan az-Zuhailly dalam at-Tafsir al-Munir fil-'Aqidah wasy-Syari'ah wal-Manhaj dapat membuat seorang berfikir dan merasakan berbagai pengalaman ketika membaca dan memaknainya secara dalam.¹⁶

c. Gangguan Kecemasan (*Anxiety Disorder*)

Kecemasan adalah respons umum terhadap situasi atau ancaman yang tidak menyenangkan. Kecemasan yang berlebihan bisa mengganggu kesehatan. Akan menghasilkan stress dan frustrasi. Terkadang kecemasan tidak dapat dilihat dengan segera, tetapi itu terjadi secara internal dan

¹⁴ Herlina, *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja melalui Buku*, (Bandung: Pustaka Cendekia Utama, 2013).

¹⁵ Sri Narti, *Bibliotherapy Untuk Menolong Peserta Didik*, (Yogyakarta : Penerbit Deepublish, 2012), 3.

¹⁶ Zaenal Arifin M. “Mengetahui Jumlah Hitungan Ayat dalam al-Qur'an”, <https://lajnah.kemenag.go.id/artikel/246-mengenal-jumlah-hitungan-ayat-dalam-al-qur-an>, Dikutip tanggal 16 (Adelia, 2020)_(Rahardjo, 2017) Februari 2021 pukul 17.12

mengejutkan, sedemikian rupa sehingga penyebabnya biasanya tidak diketahui.

Singkatnya, kecemasan adalah kebingungan atau kecemasan tentang sesuatu yang akan atau mungkin tidak terjadi karena alasan yang tidak diketahui dan dikaitkan dengan perasaan tidak aman atau tidak berdaya.¹⁷

Hildegard Peplau membagi empat tingkat kecemasan yang dialami seseorang;¹⁸

1. Kecemasan Ringan

Kecemasan yaitu dihubungkan kecemasan yang terjadi sehari-hari. Kecemasan ringan ini cenderung dapat memotivasi dan memecahkan masalah secara benar, memberi peningkatan hasil dan menumbuhkan kreativitas.

2. Kecemasan Sedang

Kecemasan yang di mana seseorang hanya terfokus dengan masalah yang menjadi pusat perhatiannya. Namun, ia masih dapat melakukan arahan orang lain.

3. Kecemasan Berat

Kecemasan yang dapat membuat seseorang tertuju pada permasalahannya saja hingga tidak dapat berpikir untuk melakukan hal yang lain. Perlu perintah dari oranglain agar dapat mengalihkannya.

4. Panik

Di mana seseorang kehilangan kendali atas dirinya, sudah tidak dapat pengaruh meski dengan perintah. Hilangnya akal sehat, salah sudut pandang.

¹⁷ Brigitta Adelia, *Cari Tahu tentang Gangguan Kecemasan*, (Jakarta: PT.Mediantara Semesta, 2020), 1.

¹⁸ Brigitta Adelia, *Cari Tahu tentang Gangguan Kecemasan*, 3-4.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Dari hasil tinjauan, dapat dikatakan penulis bukanlah orang yang yang pertama kali mengkaji penggunaan ayat al-Qur'an sebagai terapi secara umum terutama pada penderita gangguan kecemasan. Misalnya, terdapat skripsi berjudul "Konsep Kesehatan Jiwa dalam al-Qur'an" karya Munawwarah. Skripsi ini hanya menghimpun beberapa ayat yang mempunyai suatu makna tertentu dan penyusunannya dengan tafsir ayat-ayat tentang kesehatan jiwa.¹⁹ Penelitian ini hanya membahas konsep kesehatan jiwa dalam al-Qur'an secara umum dan belum membahas tentang terapinya.

Kemudian terdapat skripsi berjudul, "Analisis Proses Biblioterapi Pada Aplikasi Whatsapp (Studi Kasus pada Grup WhatsApp Komunitas Biblioterapi Indonesia 4)" yang ditulis oleh R. Ayu Siti Latifah. Skripsi ini membicarakan tentang proses biblioterapi melalui aplikasi *whatsapp*.²⁰ Penelitian ini tidak membahas tentang biblioterapi al-Qur'an.

Kemudian ada pula Dinul Qoyyimah yang menulis skripsi berjudul "Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik Biblioterapi al-Qur'an untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus 1 di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo". Dalam penelitian tersebut ia lebih meneliti dalam lingkup konseling²¹. Penelitian ini tidak membahas penggunaan ayat al-Qur'an lebih mendalam.

Kemudian terdapat juga skripsi karya Dini Agustini berjudul, "Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kesehatan Jiwa (Penelitian Kuantitatif di Komunitas Biblioterapi Indonesia)." Dalam penelitian tersebut mengukur

¹⁹ Munawwarah, "Konsep Kesehatan Jiwa dalam al-Qur'an" (Skripsi Program Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2018).

²⁰ R. Ayu Siti Latifah, "Analisis Proses Biblioterapi Pada Aplikasi Whatsapp (Studi Kasus pada Grup WhatsApp Komunitas Biblioterapi Indonesia 4)", (Skripsi Program Sarjana, Universitas Diponegoro, Semarang, 2017).

²¹ Dinul Qoyyimah Ma'rifatussaleha, "Bimbingan Dan Konseling Islam Dengan Teknik Biblioterapi Al-Qur'an Untuk Menangani Kecemasan Pasien Diabetes Mellitus 1 Di Kelurahan Tropodo Waru Sidoarjo" (Skripsi Program Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Malang, Surabaya : 2018).

efektifitas biblioterapi dengan metode kuantitatif.²² Penelitian ini tidak membahas tentang biblioterapi al-Qur'an dan juga pemaknaan terhadap ayat-ayat al-Qur'an.

Kemudian terdapat juga skripsi karya Hena Mandasari berjudul "Ketenangan Jiwa Perspektif Islam (Studi Komparatif Terhadap Kitab *Tafsir RūḥAl-Ma'ānī* dan *Tafsir Al-Asās Fī Al-Tafsīr*).” Penelitian lebih membahas pada makna “ketenangan” secara bahasa di dalam al-Qur'an dengan model tafsir komparatif.²³ Dalam penelitian ini cakupannya lebih luas karena dalam perspektif Islam, sehingga tidak ada bahasan penggunaan ayat al-Qur'an dalam suatu terapi.

Kemudian terdapat sebuah artikel dalam *Jurnal Faletahan* berjudul “Pengaruh Terapi Bacaan Al-Qur'an (TBQ) sebagai Biblioterapi Islami pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian” karya Inggriane Puspita Dewi, Redita Adia Suryadi, dan Siti Rif'atul. Artikel tersebut menjelaskan pengaruh terapi bacaan al-Qur'an pada narapidana lesbian. Mereka berkesimpulan terapi tersebut dapat memperbaiki mental narapidana.²⁴ Penelitian tersebut menguraikan secara spesifik beserta angka tingkat perbaikan narapidana lesbian yang berkisar umur 21-39 tahun.

Terdapat pula artikel karya Shaima Ahammed, “Applying Qur'anic Metaphors in Counseling.” Artikel tersebut menyimpulkan bahwa konseling menggunakan al-Qur'an berpotensi meningkatkan antusiasme dan kepekaan terhadap interpretasi budaya di antara komunitas muslim. Hal demikian membawa hasil yang positif.²⁵ Penelitian tersebut fokus mengenai

²² Dini Agustini, “Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kesehatan Jiwa (Penelitian Kuantitatif di Komunitas Biblioterapi Indonesia)”, (Skripsi Program Sarjana, Universitas Islam Negeri Bandung, 2018)

²³ Hena Mandasari, “Ketenangan Jiwa Perspektif Islam (Studi Komparatif Terhadap Kitab *Tafsir RūḥAl-Ma'ānī* dan *Tafsir Al-Asās Fī Al-Tafsīr*)” (Skripsi Program Sarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, 2018).

²⁴ Inggriane, Redita, dan Siti, “Pengaruh Terapi Bacaan al-Qur'an (TBQ) sebagai Biblioterapi Islami pada Kesehatan Mental Narapidana Lesbian,” *Jurnal Faletahan*, 7 (2) 104-122, 2020.

²⁵ Shaima Ahammed, “Applying Qur'anic Metaphors in Counseling”, *Jurnal Int J Adv Counselling*, (2010).

seorang konselor yang menggunakan metafora al-Qur'an dalam konselingnya.

Selain itu, ada artikel karya Erviana Dwinugarahaningtyas dan Nita Ismayanti, "Biblioterapi dalam Perawatan Pasien Anak di RSI Banyubening serta Tinjauannya Menurut Islam". Mereka meneliti tentang bagaimana tinjauan terapi bacaan tersebut dalam sudut pandang Islam dengan jenis penelitian kuantitatif, dengan menggunakan pengambilan teknik sampel jenuh yaitu dengan menggunakan semua anggota populasi pasien anak yang ada di rumah sakit tersebut.²⁶

Dari hasil studi pustaka di atas penulis bermaksud untuk melanjutkan penelitian skripsi R. Ayu Siti Latifah yang berjudul "Analisis Proses Biblioterapi Pada Aplikasi Whatsapp (Studi Kasus pada Grup WhatsApp Komunitas Biblioterapi Indonesia 4" dan Dini Agustini yang berjudul, "Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kesehatan Jiwa (Penelitian Kuantitatif di Komunitas Biblioterapi Indonesia)". Sedangkan penulis disini akan lebih terfokus pada penguraian, pemaknaan ayat-ayat al-Qur'an dan efektifitas terapi pada penderita gangguan kecemasan dengan judul skripsi, **"Pemaknaan Ayat-Ayat Al-Qur'an Pada Penderita Gangguan Kecemasan (Studi *Living Qur'an* dalam Biblioterapi Qur'an di Komunitas Biblioterapi Indonesia)"**.

G. Permasalahan Utama

Gangguan kecemasan masih menjadi masalah serius belakangan ini. Terutama pada masa pandemi ini, banyak orang yang mengalami kekhawatiran berlebih bahkan tingkat kondisi stres dan depresi pun meningkat karena di rumah saja. Tentunya, permasalahan ini butuh solusi, atau setidaknya tindakan pencegahan agar tidak semakin parah atau buruk. Maka dari itu, banyak orang yang mencari berbagai macam terapi untuk bisa damai dalam dirinya. Salah satunya ialah biblioterapi al-Qur'an yang menjadikan al-Qur'an sebagai media pengobatannya dengan cara mencari

²⁶ Erviana, Nita, "Biblioterapi dalam Perawatan Pasien Anak di RSI Banyubening serta Tinjauannya Menurut Islam", *Bibliotech : Jurnal Perpustakaan dan Informasi*, 3 , (2018).

ayat kemudian memaknainya secara spontan. Karena meyakini al-Qur'an merupakan petunjuk utama dalam kehidupan. Hal ini menjadikan al-Qur'an bukan hanya sebagai teks, melainkan dapat hidup di tengah masyarakat tanpa tendensi keagamaan atau latar belakang apapun. Termasuk dengan hidupnya al-Qur'an di tengah masyarakat, dapat berdampak pada perilaku seseorang untuk menjadi lebih baik. Sehingga dengan demikian terdapat celah untuk dikaji tentang pemaknaan ayat al-Qur'an melalui biblioterapi al-Qur'an sebagai salah satu upaya pencegahan atau terapi untuk orang-orang yang terkena gangguan kecemasan.

