

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Masa remaja atau yang dalam Bahasa Latin '*adolescere*' merupakan masa peralihan dari usia anak-anak ke usia dewasa disertai perkembangan biologis dan psikologisnya (Sirupa, dkk., 2016, h. 2). Ciri seseorang memasuki masa remaja bisa dilihat dari secara biologis yang ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya berbagai bagian tubuh seks primer dan bagian sekunder. Dan pula dari sisi psikologis masa remaja bisa dilihat dengan sikap juga perasaan ataupun keinginan serta emosi yang sangat labil dan tidak menentu. Orang-orang zaman dahulu memandang masa remaja tidak ada bedanya dengan masa dewasa (Masganti Sit, 2011, h. 64).

Beberapa ahli membedakan masa remaja menjadi dua, yaitu masa remaja awal (12 atau 13 tahun – 16 atau 17 tahun) dan masa remaja akhir (16 atau 17 tahun). Sedangkan Hurlock membagi masa remaja menjadi dua periode, yaitu masa remaja awal yang dimulai dari 13-17 tahun dan masa remaja akhir yang pada usia 17-18 tahun. Di sisi lain, pakar psikolog agama menentukan masa remaja dengan rentang usia yang sedikit berbeda, yaitu sampai dari usia 24 tahun. Berbeda individu pastinya berbeda pengalaman dan apa yang dialaminya, maka seorang anak yang sedang dalam tahap transisi menuju remaja awal pasti berbeda antara setiap individunya tentang bagaimana karakter, sifat, dan kepribadiannya berkembang, ini menurut apa yang dikatakan oleh Hurlock. Selain itu, budaya juga mempengaruhi masa remaja setiap orang secara berbeda-beda (Bergner Hurlock, 1990).

Menurut Anna Freud (dalam Saputro, 2018, h. 25) masa remaja merupakan salah satu fase krusial setiap individu, karena pada fase ini terjadi banyak proses perubahan pada perkembangan individu, di antaranya yakni perkembangan psikoseksual dan perkembangan pada hubungan sosial.

Setiap periode kehidupan individu pasti memiliki ciri-ciri tertentu yang menjadi pembeda pada periode sebelum dan sesudahnya. Menurut Sidik Atmaja

(dalam Saputro, 2018, h. 26), terdapat beberapa ciri tertentu dalam perkembangan pada diri remaja, yakni berupa:

- a. Mulai banyak sekali muncul berbagai perselisihan karena keinginan remaja dalam menyampaikan kebebasan berpendapat dan mengemukakan pendapatnya. Hal ini jika terus dilakukan tanpa ada batasan khusus akan membuat perselisihan yang terjadi di lingkungan keluarga.
- b. Pada usia remaja, individu lebih sering menghabiskan waktunya di luar rumah sehingga hal ini juga dapat mempengaruhi cara mereka berpikir dan berperilaku. Contoh kecil, individu remaja seringkali memiliki perbedaan selera.
- c. Adanya perubahan fisik dan pertumbuhan seksualitasnya. Pada fase remaja ini memerlukan bimbingan orang tua secara penuh dan perhatian menyeluruh dari orang tua, meskipun tidak dapat secara non-stop menemaninya.
- d. Tingginya rasa kepercayaan diri sehingga menyebabkan emosinya pun ikut meningkat. Hal ini memiliki dampak serius, di antaranya: sulit menerima nasihat dan arahan dari orang lain.

Untuk melewati keempat fase tersebut tentu perlu bimbingan dan arahan dari orang tua secara langsung dan penuh. Peneliti menggarisbawahi pada fase remaja juga emosionalnya sering berubah-ubah sesuai suasana hati. Contohnya, pada suatu ketika kondisi individu merasa sedih, namun tak lama individu tersebut bisa saja merasa senang.

Lebih lanjut, Sidik Atmaja juga menjelaskan bahwa masa remaja sering menunjukkan sikap-sikap antisosial seperti suka memukul, suka menjahili, berbohong dan lain sebagainya, hingga paling parah sampai mengalami Psikosis dan terlibat ke arah pergaulan bebas dengan mengonsumsi obat-obatan terlarang (Saputro, 2018, h. 27).

Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yang ditandai dengan sikap suka membantah atau menolak, merasa diri paling benar, rasa ingin tahu yang besar, mencari validasi, selalu ingin dituruti keinginannya, semangat yang tinggi

dan menggebu-gebu, dsb. Menurut Alfred Binet dalam buku “Psikologi Keagamaan” karya Zakiyah Daradjat, di masa transisi ini, para remaja mulai mampu mengambil kesimpulan yang abstrak pada usia 14 tahun. Oleh karenanya, mereka sering menolak sesuatu yang tidak mereka setujui. Ini merupakan hal positif karena dapat membantu mengembangkan daya nalarnya, namun, dapat juga menjadi negatif jika tanpa bimbingan dan arahan orang tua, kerabat, atau gurunya (Masganti Sit, 2011, h. 65).

Karena banyaknya perubahan yang terjadi pada masa remaja, termasuk perubahan minat, emosi, fisik, perilaku, serta peran, seringkali muncul permasalahan pada diri seorang anak. Perubahan-perubahan ini juga menimbulkan kebingungan dan pertentangan sosial karena dianggap tidak sesuai dengan prinsip orang tua dan lingkungan masyarakat. Selain perubahan dalam hal-hal yang telah disebutkan, perubahan pada masa remaja juga terjadi pada aspek keagamaan. Anggapan bahwa anak remaja kurang memperhatikan agama tidaklah selalu benar, karena banyak pula anak-anak remaja yang peduli terhadap agamanya dan turut aktif dalam kegiatan keagamaan (Masganti Sit, 2011, h. 68).

Pertumbuhan dan perkembangan yang dilalui pada masa remaja tanpa bimbingan dan arahan orang tua, kerabat atau guru akan menimbulkan banyak masalah-masalah baru dalam lingkungan masyarakat, salah satunya ialah masalah perundungan atau *bullying*. Fenomena *bullying* merupakan bagian dari kenakalan remaja. Karena tingginya egosentrisme pada masa remaja, maka terjadilah *bullying*. *Bullying* atau perundungan terjadi jika terdapat korban yang dirugikan, baik secara fisik, mental, ataupun materi. Dalam *bullying*, terdapat pihak yang merasa superior karena berbagai hal, mereka disebut pelaku *bullying*. Perasaan superior pada pelaku dapat disebabkan perbedaan ukuran fisik, ketidakseimbangan kepandaian, gender, status sosial, dan lain sebagainya di luar hal-hal yang telah disebutkan (Bulu, dkk., 2019, h. 63).

Bullying paling sering terjadi antar teman, namun bisa dilakukan oleh siapa saja. Menurut (Wiwit Viktoria, Salsatun Mahmudah, 2017), *bullying* adalah suatu jenis kekerasan yang dilakukan oleh teman sebaya terhadap individu yang mereka

anggap “inferior” atau lebih lemah untuk mendapatkan keuntungan atau kesenangan. Perundungan dilakukan berkali-kali dan tidak hanya sekali. Ironisnya, masih ada mentalitas di kalangan pelajar yang menganggap perundungan atau kekerasan terhadap seseorang sebagai hal yang wajar, mereka biasanya mengatasnamakan senioritas (Murfiah Dewi, 2015).

Zaman modern tidak lepas dari kemajuan teknologi, yang dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Anak-anak lebih cenderung meniru perilaku buruk dari acara televisi daripada perilaku yang baik. Misalnya tawuran yang berujung pada *bullying*. *Bullying* di sekolah bukan lagi fenomena baru. Terutama di bidang pendidikan yang memiliki sejarah sendiri tentang kejadian *bullying*. *Bullying* dapat terjadi secara fisik, verbal, maupun *cyberbullying* (perundungan lewat sosial media). Ketika pelaku intimidasi menjadi jengkel dan memendam kebencian terhadap seseorang yang berujung pada kematian, intimidasi ringan bisa berubah menjadi serius. Ada beberapa kemungkinan penyebab seseorang menjadi pelaku *bullying*, yakni: orang tua yang terlalu memanjakan anaknya, kondisi keluarga yang tidak harmonis sehingga anak merasa diabaikan, serta juga bisa berasal dari faktor lingkungan, yaitu anak yang meniru perilaku *abusive* di sekitarnya (Nunung Yuliani, 2019, h. 5).

Menurut data yang didapat dari Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI), dilansir dari situs kpai.go.id terhitung dari Januari 2023 hingga Agustus 2023 tercatat angka hingga 2.355 kasus pelanggaran terhadap perlindungan anak yang diterima oleh KPAI dengan berbagai kasus yang berbeda (Tim KPAI, 2020). Berangkat dari kasu-kasu tersebut Indonesia dikategorikan sebagai negara darurat *bullying*. Hal ini disampaikan oleh United Nation Internasional Children’s Emergency Fund (UNICEF) 2016 bahwa Indonesia berada di peringkat pertama untuk persoalan kekerasan pada anak. Sasaran praktik *bullying* di sekolah adalah para siswa yang memiliki keunikan secara fisik ataupun mental. Kemudian dilihat dari perbedaan golongan seperti, agama, ras, suku, dan lain-lain (Haslan & Fauzan, 2021, h. 34).

Perlindungan lebih lanjut oleh pihak sekolah, bahkan hukum untuk

memaksimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan masalah penting. Namun dalam praktiknya, masih saja terjadi pelanggaran oleh pihak yang tidak bertanggung jawab, bahkan dengan lembaga perlindungan nasional tersebut anak masih bisa merasa terancam. Hal ini tentu tidak hanya tentang menyakiti korban secara fisik, melainkan terdapat efek negatif jangka pendek dan jangka panjang terhadap perkembangan emosional, psikologis, dan sosial korban perundungan (Liani, 2020, h. 50). Pelaku perundungan biasanya adalah teman sebaya yang lingkup kegiatannya dekat dengan korban, baik dalam keluarga maupun lingkungan tempat anak tinggal dan beraktivitas. Selain itu, perundungan atau *bullying* kerap kali terjadi ketika anak masih berada di bangku sekolah dasar.

Anak yang menjadi korban *bullying* akan mengalami dampak negatif pada fisik maupun psikologisnya, antara lain: trauma, mengalami gangguan mental, seperti depresi, gangguan kecemasan, merasa sedih, dan kesepian, ia juga akan mengalami perubahan pola tidur dan makan, berkurangnya ketertarikan untuk melakukan hobi atau aktivitas yang disenangi, terdapat masalah kesehatan, hingga menurunnya performa akademis. Sebagai orang tua atau pendidik, tentunya harus memahami berbagai perubahan pada anak yang mengalami perundungan agar bisa segera ditangani lebih lanjut oleh para ahli (Zakiya, dkk., 2017, h. 325).

Nilai-nilai religiusitas juga perlu ditanamkan pada pelaku *bullying* agar dapat menumbuhkan iman dan memberi dorongan dalam bertingkah laku sebagai bentuk prevensi dan kuratif agar tidak lagi terjerumus ke dalam hal-hal yang tidak diinginkan dalam jangka panjang. Nilai-nilai tersebut, yaitu mahabbah yang perlu dibangkitkan pada diri pelaku *bullying* agar mereka dapat mencintai sesamanya karena Allah SWT, sehingga perundungan dalam segala bentuk tidak kembali terulang (Lismijar, 2017, h. 96).

Untuk mencapai keharmonisan, ketenangan dan kepercayaan pada setiap orang, sangat penting untuk menjaga kualitas mahabbah dalam kehidupan sehari-hari. Setiap muslim harus dapat menggunakan pola pikir ini di semua bidang kehidupan. Relevansi perilaku mahabbah dalam kehidupan sehari-hari menjadi sangat penting karena mahabbah dalam tindakan akan menjadi pengabdian yang

layak kepada Allah. Mahabbah mampu menjadi koneksi atau penghubung antara hamba dengan Tuhannya, sehingga seorang hamba akan patuh dan membenci segala sikap yang dirasa dapat menghalangi perjalanan menuju Tuhan. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surah Al-Imran:

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: “Katakanlah (Nabi Muhammad), “Jika kamu mencintai Allah, ikutilah Aku, niscaya Allah akan mencintaimu dan mengampuni dosa-dosamu.” Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.” (QS. Ali Imran ayat 31)

Adapun dalam hadits Rasulullah SAW bersabda:

الْمُنْتَوِصِينَ بِالصَّبْرِ عَلَى أَدَى النَّاسِ وَعَلَى الرَّحْمَةِ بِهِمْ كَمَا جَاءَ فِي الْحَدِيثِ الشَّرِيفِ الرَّاحِمُونَ يَرْحَمُهُمُ الرَّحْمَنُ، ارْحَمُوا مَنْ فِي الْأَرْضِ يَرْحَمْكُمْ مَنْ فِي السَّمَاءِ

“Orang-orang yang penyayang akan disayangi oleh Tuhan Yang Maha Penyayang. Sayangilah orang-orang yang ada di bumi, maka orang-orang yang ada di langit akan menyayangimu.”

Perasaan mahabbah, empati dan sikap tenggang rasa merupakan suatu hal yang perlu dimiliki oleh setiap individu di muka bumi ini agar kualitas kehidupan bermasyarakat dan bersosial tetap terjaga. Adapun mahabbah sesama manusia perlu menjadi landasan hidup setiap manusia sebagai bukti keimanan yang dimiliki (Rahayu B.A., 2019, h. 243).

Kehidupan manusia adalah perjalanan yang penuh dengan makna dan tantangan. Setiap individu mengalami berbagai fase, dari kelahiran hingga kematian. Mahabbah menjadi benang merah yang mengikat kita dalam perjalanan ini. Sejatinya mahabbah merupakan anugerah yang telah tertanam dalam fitrahnya manusia sebagai makhluk. Mahabbah dapat pula berupa suatu dorongan perasaan kepedulian, perasaan ingin dekat dengan sesuatu, juga perasaan ingin bersatu dekat dengan sesuatu (Aisah, 2022, h. 583).

Cinta tidak hanya berarti cinta pada lawan jenis, seperti cinta Adam pada Hawa, cinta Zulaikha pada Nabi Yusuf, atau cinta Majnun pada Layla. Menurut Imam al-Ghazali, al-mahabbah adalah kecenderungan hati terhadap sesuatu.

Kecenderungan hati bersifat individual bagi setiap orang. Ada yang cenderung pada kekayaan, ada yang cenderung kepada yang lain, dan ada pula yang kepada Tuhan. Namun yang dimaksud Imam Al-Ghazali, tentu kecenderungan tersebut tidak lepas dari pemahaman, penghayatan dan pengalamannya terhadap ajaran agama, karena tentu cinta sejati adalah kepada Allah (Mubaroq, 2022, h. 22).

Al-mahabbah bagi Rabi'ah al-Adawiyah hanyalah kepada Tuhan, tetapi tidak berarti membenci yang lain (Mustamin, 2020, h. 71). Hal ini dapat dipahami dari pernyataannya yang dikemukakan oleh Javad Nurbakhsh bahwa ketika Rabi'ah ditanya apakah dia memusuhi setan, Rabi'ah menjawab bahwa cintaku kepada Tuhan Yang Maha Pengasih tidak menyisakan sedikitpun rasa benci dalam diriku kepada setan (Damis, 2018, h. 30).

Menurut Jalaluddin Rumi, cinta tidak mempunyai definisi untuk mengetahui hakikat cinta. Di sisi lain, cinta hanya memiliki definisi yang bersifat deskriptif dan verbal. Hal ini hampir serupa dengan pendapat Ensiklopedia Al-Qur'an al-Fairuzabad bahwa cinta tidak bisa dijelaskan dengan kata-kata yang lebih jelas dari kata cinta itu sendiri. Semakin banyak definisi cinta tidak mampu menjelaskan kata ini, malah sebaliknya malah menyembunyikannya (Mira Fajriani, 2016, h. 18).

Ibnu Qayyim al-Jauziyah berpendapat bahwa:

“Cinta dapat dipahami sebagai kecenderungan hati kepada sesuatu yang dicintai sehingga dapat membuat seseorang rela mengorban diri dan segala yang dimilikinya agar dapat bersama dengan yang dicintainya, dan merasa gelisah saat jauh darinya serta hati kosong dari selainnya” (Royana & Labibuddin, 2022, h. 14).

Penerapan nilai religiusitas terutama mahabbah pada remaja yang kondisi psikologisnya tidak stabil memanglah tidak mudah, namun di masa pencariannya inilah justru penting bagi orang tua dan pendidik memasukkan nilai-nilai tersebut melalui berbagai metode yang menyenangkan serta mudah dipahami oleh remaja. Adapun terapi yang peneliti gunakan disini ialah terapi Psikodrama yang dalam

tekniknya anak-anak akan memainkan peran secara berkelompok.

Psikodrama mudah digunakan oleh terapis manapun karena dapat digunakan bersama dengan metode dan jenis terapi lainnya. Psikodrama juga dapat digunakan oleh kelompok non-klinis dan non-psikologis yang memungkinkan praktisi psikodrama memainkan berbagai peran, termasuk sosiometri, praktisi, analis, dan produser. Setiap sesi merupakan murni hasil kekreativitasan dan interaksi antara anak-anak dan sutradara (Zuraidah, 2018, h. 81). Oleh karena itu, tidak dapat direncanakan secara rinci sebelumnya dan tidak dapat diulang. Terlepas dari semua kebebasan yang diperbolehkan untuk spontanitas dan kreativitas, struktur setiap sesi tetap ditentukan. Proses ini disusun menjadi tiga fase: fase awal, fase bermain dan fase penutupan (Aichinger & Holl, 2017, h. 6).

Dari penelitian terdahulu ditemukan fakta bahwa seseorang yang berhasil menjalani psikodrama akan mengalami perubahan hidup yang positif, seperti peningkatan kompetensi dan kepercayaan diri. Memperoleh perspektif baru dan pola perilaku yang lebih efektif sebagai hasil dari peningkatan pemahaman tentang peran seseorang dalam kehidupan, bagaimana mereka berinteraksi dengan orang lain, dan hal-hal yang mungkin menciptakan tantangan atau membatasi perubahan dalam hidup mereka. Hal seperti ini dapat berkontribusi pada peningkatan pemahaman tentang lingkungan sekitar dan kemampuan untuk mengatasi trauma (Sari, 2017, h. 126).

Pada tanggal 10 Oktober 2023, peneliti melakukan pra-penelitian guna mengumpulkan berbagai informasi pokok seputar topik penelitian. Tujuan dari pra-penelitian adalah untuk memperoleh data melalui observasi lapangan, perumusan masalah, serta kerangka berpikir dalam penyusunan proposal ini. Peneliti melakukan wawancara singkat dengan guru BK di SMA BPPI Baleendah agar dapat mengetahui pertimbangan keseriusan masalah, tenaga, biaya, serta kemampuan peneliti dalam melakukan penelitian ini.

Dari hasil wawancara singkat dengan guru BK di SMA BPPI Baleendah, diketahui kasus *bullying* di SMA BPPI Baleendah perlu perhatian lebih lanjut.

Sebelumnya, terapi psikodrama menjadi salah satu teknik konseling yang digunakan di lokasi ini untuk mengatasi berbagai permasalahan siswa, salah satunya untuk pelaku *bullying*. Teknik ini disisipi nilai-nilai sosial dan keagamaan agar para pelaku dapat jera. Fenomena *bullying* yang terjadi di lokasi ini disebabkan kurangnya empati antar sesama teman. Para pelaku tidak peduli terhadap keterbatasan yang dimiliki korban (Anak Berkebutuhan Khusus). Maka, guru BK kerap menginternalisasi nilai empati dalam terapi psikodrama.

Dalam nilai mahabbah terdapat konsep mencintai makhluk karena Allah. Hal ini menjembatani faktor peneliti melakukan penelitian dengan judul yang peneliti usung, karena penelitian ini berusaha untuk menggali informasi tentang teknik psikodrama di sekolah yang berusaha meningkatkan empati dan kasih sayang menggunakan kacamata tasawuf. Tentunya ini menarik minat peneliti karena keilmuan tasawuf bisa berkontribusi terhadap keilmuan diluar agama Islam.

Oleh karena itu, berdasarkan pemaparan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai penerapan terapi psikodrama untuk membangkitkan nilai mahabbah pada pelaku *bullying*. Maka didapatkan judul "Peran Psikodrama Dalam Membangkitkan Rasa Mahabbah (Studi Kasus Pada Siswa Pelaku *Bullying* di SMA BPPI Baleendah, Bandung)"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan, maka diketahui inti permasalahan yang perlu dipahami adalah peran psikodrama dalam membangkitkan rasa mahabbah pada siswa pelaku *bullying*. Oleh karena itu, dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kondisi siswa pelaku *bullying* di SMA BPPI Baleendah?
2. Bagaimana peran psikodrama dalam membangkitkan rasa mahabbah pada pelaku *bullying*?

C. Tujuan Penelitian

Bersesuaian dengan rumusan masalah yang telah dirumuskan, dapat dicapai tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran kondisi siswa pelaku *bullying* di SMA BPPI Baleendah.
2. Untuk mengetahui peran psikodrama dalam membangkitkan rasa mahabbah pada pelaku *bullying*.

D. Manfaat Penelitian

Setiap penelitian pastinya mempunyai berbagai manfaat bagi setiap objek ataupun subjeknya, terkhusus bagi peneliti, juga berbagai elemen yang terlibat dalam penelitian tersebut. Manfaat yang bisa diambil dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis
 - a) Penelitian ini menambah khazanah keilmuan tentang psikodrama terkhusus di negara Indonesia yang dirasa peneliti masih jarang ditemukan hasil penelitian tentang psikodrama.
 - b) Penelitian ini juga menambah khazanah keilmuan di bidang Tasawuf dan Psikoterapi karena berusaha memasukan nilai-nilai sufistik terhadap praktik terapi barat.
2. Manfaat Praktis
 - a) Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai suatu alternatif produk tentang bagaimana cara mengurangi perilaku *bullying* yang terjadi di lingkungan sekolah.
 - b) Hasil penelitian ini juga bisa menjadi bahan kontemplasi bagi peneliti dan para pembaca agar bisa lebih memahami tentang sesuatu yang dinamakan Cinta (Mahabbah) dalam menjalani kehidupan.

E. Kerangka Berpikir

Bullying atau perundungan merupakan bentuk kenakalan remaja yang dilatarbelakangi oleh banyak faktor, di antaranya kesalahan pola asuh, perasaan

superior, merasa ingin melampiaskan dendam karena pernah dirundung, dsb. Jika tidak segera diatasi, akan muncul dampak psikologis yang fatal kepada diri pelaku, salah satunya cenderung akan melakukan tindak kriminalitas. Perilaku *bullying* dapat merugikan banyak pihak, termasuk untuk korban dan saksi *bullying* yang akan menimbulkan trauma tersendiri.

Adapun upaya kuratif bagi pelaku *bullying* agar tidak kembali mengulang aksinya salah satunya, yakni dengan terapi psikodrama. Psikodrama ialah salah satu teknik dalam layanan konseling kelompok yang dinilai efektif dalam memperbaiki tingkah laku serta psikologis seseorang (Sari, 2017, h. 128). Dalam terapi psikodrama ini peneliti berusaha menggali informasi mengenai teknik psikodrama di SMA BPPI Baleendah yang menyisipkan nilai-nilai sosial dan spiritual sufistik mahabbah kepada pelaku *bullying*.

Mahabbah merupakan tingkatan maqamat sufistik seorang hamba yang dapat menjadi penghubung antara hamba dan Tuhannya. Namun, ada juga pendapat dari para sufi lain yang mengatakan bahwa mahabbah merupakan bagian dari ahwal (Inayah, 2022, h. 1). Pengertian mahabbah dari berbagai sufi dapat berbeda-beda, namun, esensinya tetaplah ditujukan kepada Allah SWT. Banyak dari para ahli Tasawuf yang menggagas tentang *maqam* Mahabbah ini, dan di antara yang paling masyhur adalah Rabi'ah al-Adawiyah, Jalaluddin Rumi, dan Ibnu Qayyim al-Jauziyah yang ketiganya juga mendefinisikan tentang konsep Mahabbah secara berbeda. Dari ketiga ulama disebut sebelumnya, konsep Mahabbah perspektif Ibnu Qayyim al-Jauziyah-lah kiranya menarik minat peneliti untuk berusaha memasukan nilai-nilai sufistik terhadap teknik psikodrama.

Cinta merupakan sesuatu yang murni karena berasal dari hati. Setiap kehidupan yang ada di dunia pastinya mendambakan kecintaan ini, baik itu manusia, hewan, bahkan tumbuhan sekali pun. Maka, tidak berlebihan jika diucapkan bahwa cinta merupakan sesuatu yang sakral dan merupakan tema besar untuk menjalani kehidupan. Cinta menuntun seseorang untuk bisa melihat segala keindahan yang ada di dunia. Pun, konsep Mahabbah yang dikenalkan oleh Ibnu Qayyim al-Jauziyah memandang segala keindahan yang ada di alam dunia ini (Kumala, 2019, h. 18).

Kecintaan merupakan sesuatu yang mengantarkan orang yang sedang mencinta untuk selalu melihat segala keindahan yang dicintanya, melihat pahit menjadi manis, sakit menjadi sehat, kemarahan menjadi kasih sayang (Octafany, 2021, h. 223). Bagi Rumi, cinta merupakan rahasia milik tuhan yang mana manusia tidak berkemampuan untuk mendefinisikan sesuatu bernama kecintaan ini. Pun pula merupakan rahasia setiap ciptaan-ciptaan-Nya karena kecintaan merupakan suatu potensi ruhani yang melekat pada diri mereka (Raudhatul Jannah, 2017, h. 36).

Kecintaan yang diusung oleh Rumi menerangkan bahwa hakikat kecintaan (mahabbah) dilalu melalui perantara agar cintanya bisa sampai kepada sang Maha Mencinta (Tuhan). Hal ini dikarenakan keterbatasan akal manusia mengenai hijab-hijab keghaiban Tuhan. Maka Rumi dengan kecerdasannya menuangkan buah pikirnya kedalam syair-syair yang penuh metafora semisal air, api, angin, tanah, dan lain sebagainya (Kumala, 2019, h. 47).

Kendati demikian, tidak secara eksplisit Rumi menerangkan bagaimana kiat-kiat mencintai alam semesta yang berimplikasi terhadap kecintaan terhadap Tuhan. Sehingga hal ini masih bersifat abstrak dan sukar dipahami oleh para pembaca karya-karya beliau (Kumala, 2019, h. 7). Hal ini bukan karena ketidakmampuan untuk memahami karya Rumi, akan tetapi Rumi mengatakan dalam puisinya:

*Tak satupun kalimatku dapat menjelaskan
Tentang Cinta Ilahi.
Namun semua makhluk sepertinya tak dapat
berhenti membicarakannya.* (Mulyadi Karta Negara, 1996)

Kendati hal tersebut, konsep cinta Rumi ini banyak tertuang melalui majaz-majaz dan perumpamaan yang terdapat pada tiap bait-bait puisi maupun syair yang tersusun rapi dan menakjubkan. Sejalan dengan konsep mahabbah yang diusung oleh Rumi, peneliti ingin menyisipkan nilai-nilai kasih sayang kedalam teknik psikodrama. Nilai empati dan kasih sayang banyak dituangkan Rumi kedalam syair-syairnya. Salah satunya adalah syair berikut:

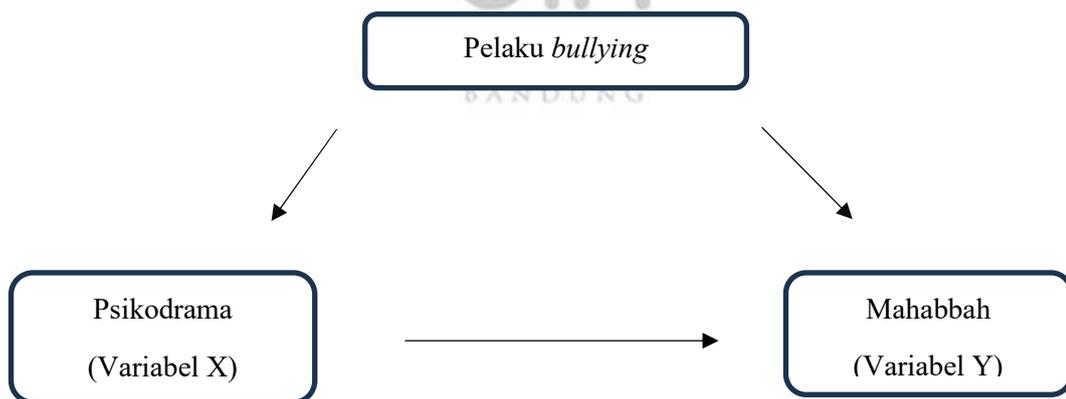
“Siapa saja berhak mengenal dan menikmati cinta. Oleh karena itu, wahai pembaca budiman, jika anda tidak mampu menjadi orang yang dicintai,

masih ada kesempatan bagi anda menjadi orang yang mencintai.”

Pun juga Rumi menambahkan:

“Kelezatan yang dirasakan orang yang mencintai tidaklah terimbangi oleh cengkram orang yang dicintai. Bila orang yang dicintai mengetahui kenikmatan yang dirasakan orang yang dengan tulus mencintai, tentu ia akan mengharapkan menjadi seorang pecinta.” (Abdul Hasan An-Nadwi, 1974)

Pun pula penanaman nilai-nilai kasih sayang dan empati ini yang menjadi fokus utama dalam pendidikan karakter di SMA BPPI Baleendah melalui psikodrama. Sesi psikodrama seringkali merupakan tempat yang aman bagi orang-orang untuk mengeksplorasi solusi baru atas kesulitan atau tantangan yang mereka hadapi, terlepas dari apakah masalahnya berakar pada keadaan eksternal atau di masa lalu. Ini karena mereka dapat melihat diri dan situasi mereka sendiri dari perspektif luar. Manfaat lain dari psikodrama termasuk kemampuan untuk beradaptasi dengan berbagai situasi dan kondisi. Selain itu, psikodrama dapat dipadukan dengan terapi lainnya, misalnya psikoanalisis, terapi perilaku, terapi bermain, hypnoterapi, terapi keluarga, terapi kelompok, bahkan terapi Gestalt juga dapat dimasukkan ke dalam terapi ini (Scategni, 2005).



Gambar 1.1 Bagan Kerangka Berpikir

F. Problem Statement

Masa remaja ditandai dengan tingginya rasa ingin tahu pada individu, cenderung berani mengambil risiko tanpa berpikir panjang, menyukai tantangan, serta pada masa remaja ini pula mereka sudah mulai bisa berinteraksi dengan orang dewasa di sekitar lingkungannya. Secara psikologis, remaja mengalami perubahan perkembangan yang begitu cepat. Perkembangan yang dimaksud, yakni perkembangan mental yang dapat membentuk sikap dan minat baru pada individu. Masa remaja merupakan masa krusial yang dapat menentukan perilaku di masa depan. Pada fase ini, para remaja cenderung dihadapkan berbagai permasalahan, namun mereka tidak dapat berpikir secara realistis sehingga sulit menyelesaikan masalahnya (Mohammad Ali, 2014, h. 62).

Ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol emosi dan perilaku ini menjadi pemicu maraknya kasus perundungan pada remaja. Dari berbagai literatur dijelaskan bahwa *bullying* terjadi karena individu merasa ingin balas dendam, ingin mendapatkan kepopuleran, merasa kesepian, kurang mendapatkan perhatian dan pengawasan dari orang tua serta merasa takut tidak diterima oleh lingkungan sekitar sehingga ia harus merasa harus menjadi superior.

Psikodrama dibutuhkan untuk menjadi salah satu upaya dalam mengatasi perilaku *bullying* pada remaja dengan metode bermain peran secara berkelompok. Konten membangkitkan kasih sayang kepada sesama dijadikan konsep dalam psikodrama di SMA BPPI Baleendah dengan melibatkan beberapa pelaku *bullying*. Dalam penelitian ini, peneliti berusaha memandang makna 'kasih sayang' menggunakan kaca mata sufistik, yakni mahabbah. Dalam konsep Jalaluddin Rumi, mahabbah kepada Allah bisa diperoleh melalui perantara alam semesta dan makhluk hidup (tumbuhan, hewan dan manusia).

Penelitian ini menjadi menarik karena peneliti berusaha mengungkapkan sampai sejauh mana dampak kasih sayang yang dihasilkan psikodrama kepada para pelaku *bullying*. Selain itu, penelitian ini masih sedikit diteliti sehingga hal ini menjadi kesempatan bagi peneliti untuk mencoba mengambil bagian dalam bidang ini.

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Untuk membuktikan orisinalitas dalam penelitian ini, maka diperlukan beberapa kajian literatur terdahulu agar dapat ditemukan perbandingan sehingga terciptanya inspirasi baru dalam bidang keilmuan. Adapun penelitian terdahulu yang peneliti jadikan acuan adalah sebagai berikut:

- a) Artikel jurnal yang disusun oleh Andi (Syarifin, 2021) dengan judul “Konsep Mahabbah Jalaluddin Rumi”, yaitu cinta yang mengarah kepada Tuhan dan dapat diwujudkan dengan mencintai segala sesuatu yang berasal dari alam. Mahabbah dalam konsep Jalaluddin Rumi adalah kita mencintai Allah sang mediator alam semesta, ciptaan-Nya, karena akal pikiran tidak dapat sepenuhnya mencapai dimensi ketuhanan. Di tengah-tengah maraknya terjadi kejahatan dan kekejaman yang disebabkan karena kurangnya kasih sayang dalam diri manusia. Jika cinta diartikan dalam arti sempit, maka kebijaksanaan tidak bisa didapat.
- b) Skripsi yang disusun oleh Ahmad (Mubarok, 2023) yang berjudul “Konsep Mahabbah Dalam Buku “Fihi Ma Fihi” Karya Jalaluddin Rumi Dan Relevansinya Dengan Akidah Islam”, Penelitian ini mendeskripsikan konsep Mahabbah Jalaluddin Rumi dan signifikansinya terhadap Aqidah Islam. Cara untuk menumbuhkan rasa Mahabbah (cinta) pada diri seseorang adalah dengan melakukan takhalli, membersihkan hati dari sifat-sifat buruk dan ketertarikan pada dunia.
- c) Artikel jurnal yang disusun oleh Syska (S. P. Sari, 2017) yang mengusung tema “Teknik Psikodrama dalam Mengembangkan Kontrol Diri Siswa”. Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Lubuk Ngin yang memiliki kontrol diri sedang. Teknik psikodramatis dinilai efektif dalam mengembangkan pengendalian diri siswa. Kinerja dilihat dari nilai t-hit danlt; t-tabel, maka h1 diterima, sehingga diketahui perbedaan yang signifikan dari hasil pre-test dan post-test.
- d) Skripsi yang disusun oleh Lusi (Liani, 2020) dengan judul “Psikodrama

Sebagai Metode Konseling Kelompok Pada Remaja Di Panti Sosial Bina Remaja Harapan Kota Bengkulu”. Penelitian ini dilakukan secara kualitatif dalam kurun waktu satu bulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan psikodrama sebagai metode manajemen kelompok cukup efektif. Remaja menjadi lebih terbuka terhadap orang lain, mempunyai kemampuan menerima diri sendiri dan menyelesaikan permasalahannya.

- e) Penelitian artikel jurnal oleh Nunung (Nunung Yuliani, 2019) dengan judul “Fenomena Kasus *Bullying* di Sekolah”. Penelitian ini melakukan metode studi pustaka dengan mengkaji berbagai kemungkinan penyebab terjadinya perundungan di sekolah. Hasil dari penelitian ini, yakni siswa dengan pemahaman moral yang rendah cenderung rentan dalam menyakiti atau melakukan *bullying* kepada temannya.

