



**We Fall In Love With People We Can't Have:  
Patah Hati dalam teks *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan***

**Hanifah Yulia Sari<sup>1,\*</sup> Dhini Yustia Widhyah<sup>2</sup> Aditya Rachman<sup>3</sup>**

**Diantri Seprina Putri<sup>4</sup>**

Universitas Negeri Padang<sup>1,3,4</sup>

Universitas Khairudin<sup>2</sup>

\*Corresponding Author. E-mail: [yuliahanny@fbs.unp.ac.id](mailto:yuliahanny@fbs.unp.ac.id)

Submitted: 14 April 2023

Revised: 2 June 2023

Accepted: 7 June 2023

**Abstract.** *Frederick Clark Prescott (1922) in his book entitled The Poetic Mind states that the values contained in poetry have good therapeutic elements for troubled souls. Poetry as a literary work is believed to have elements of healing for troubled souls. One of the healing methods is by using the medium of poetry, which is known as Psychopoetry or poetry therapy. This study aims to reveal the concept of love without end or the popular concept of we fall in love with people we can't have which is contained in the text of the Syair Surat Kirim Kepada Perempuan, which is analyzed using poetry therapy studies. There are two methods used in this study, namely the philological method and the qualitative descriptive method. The philological method needs to be carried out considering that the object of this research is classical Malay literary texts. After interpreting the object, data collection uses a qualitative descriptive method. After the data has been collected, an analysis of the data is carried out using descriptive analytic methods. The result of this study is that the elements of writing poetry as a therapy for healing a wounded soul are found in the SSKKP text. Apart from that, the SSKKP text also fulfills the crucial elements of using poetry therapy to heal wounded souls.*

**Keywords:** *Philology, poetry therapy, Syair Surat Kirim Kepada Perempuan*

**Abstrak.** Frederick Clark Prescott (1922) dalam bukunya yang berjudul *The Poetic Mind* menyebutkan bahwa nilai-nilai yang terkandung di dalam puisi memiliki unsur terapeutik yang baik bagi jiwa-jiwa yang bermasalah. Puisi sebagai karya sastra dipercaya memiliki unsur penyembuhan bagi jiwa-jiwa yang sedang bermasalah. Salah satunya metode penyembuhan yaitu dengan menggunakan media puisi, yang dikenal dengan istilah *Psychopoetry* atau terapi puisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan konsep cinta tanpa ujung atau populer dengan konsep *we fall in love with people we can't have* yang terdapat di dalam teks *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan* yang dianalisis dengan menggunakan kajian terapi puisi. Terdapat penggunaan dua metode dalam penelitian ini, yaitu metode filologi dan metode deskriptif kualitatif. Metode filologi perlu dilakukan mengingat objek penelitian ini adalah teks sastra melayu klasik. Setelah melakukan interpretasi pada objek, pengumpulan data menggunakan metode deskriptif kualitatif. Setelah data terkumpul dilakukan analisis terhadap data dengan menggunakan metode deskriptif analitik. Hasil dari penelitian ini adalah elemen-elemen menulis puisi sebagai salah satu terapi bagi penyembuhan jiwa yang terluka terdapat di dalam teks *SSKKP*. Selain itu, teks *SSKKP* juga memenuhi elemen-elemen krusial penggunaan terapi puisi bagi penyembuhan jiwa-jiwa yang terluka.

**Kata Kunci:** *Filologi, terapi puisi, Syair Surat Kirim Kepada Perempuan*

## Pendahuluan

Teori percintaan romantis mengungkapkan bahwa cinta memiliki fungsi sebagai alat penciptaan suatu komitmen dan sebagai penandaan kepada yang dicintai (Frank, 1988). Namun, belakangan ini muncul istilah *we fall in love with people we can't have* yang cukup sering terdengar di tengah-tengah masyarakat. Istilah ini menyoroti bahwa kita mencintai seseorang yang mustahil untuk dimiliki, sehingga kisah cinta akan berujung pada perpisahan dan patah hati. Berbeda dengan teori percintaan romantisme yang diungkapkan Frank yang lebih lanjut menjelaskan bahwa perasaan cinta yang subjektif dapat menimbulkan motivasi untuk memiliki hubungan jangka panjang, istilah *we fall in love with people we can't have* menyoroti percintaan yang berujung pada perpisahan, sesuai dengan maknanya yaitu kita jatuh cinta dengan orang yang tidak bisa kita miliki. Biasanya, pasangan yang sedang berada pada hubungan ini terbentur dengan perbedaan agama, suku, restu orang tua, dan kasta yang terlampau berbeda.

Salah satu pemicu terjadinya gangguan kejiwaan di dalam diri seseorang disebabkan oleh suatu perpisahan atau patah hati yang sedang dialami. Oleh karena itu, maka tidak jarang jika seseorang yang patah hati akan berujung pada depresi, gangguan kecemasan, *trust issue*, atau yang lebih ekstrim seperti bunuh diri. Oleh karena itu, salah satu terapi yang bisa menyembuhkan gangguan-gangguan permasalahan kejiwaan yang dialami adalah dengan menggunakan puisi sebagai salah satu media terapi.

Puisi diyakini memiliki unsur terapeutik. Menurut Utami (2003), hal ini disebabkan oleh adanya unsur ekspresif di dalam proses menulis puisi. Pemanfaatan puisi sebagai media penyembuhan bagi permasalahan psikologis sudah lama digunakan, meskipun di Indonesia masih jarang terdengar. Di luar negeri, terapi puisi cukup mencuri perhatian. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya komunitas yang menjadi wadah bagi para pengguna terapi ini (Damayanti, 2022). Salah satu contohnya adalah *Ailment*.

*Ailment* merupakan jurnal yang menyajikan hasil dari penggunaan terapi puisi. Tidak hanya puisi, di dalam *Ailment* juga memuat prosa, lukisan, gambar, dan fotografi hasil dari proses terapi. Salah satu manfaat melakukan terapi puisi adalah menurunkan tingkat depresi, kecemasan, dan keputusasaan (Ubudiyah, 2016). Lebih lanjut Kritianto (2016), mengungkapkan bahwa dengan menggunakan puisi, perasaan rendah diri bisa dikurangi. Kegelisahan serta perasaan waswas juga dapat direduksi menggunakan puisi (Sarahdevina, 2021). Kemudian ada pula pendapat dari Fikri (2012), yang mengungkapkan bahwa puisi dapat mengambil alih ledakan amarah menjadi satu bentuk yang ekspresif.

Penggunaan puisi sebagai media terapi penyembuhan atau *psychopoetry* sudah dimulai sejak awal abad ke-19 Masehi. Jauh sebelum itu, masyarakat Yunani kuno dianggap sebagai orang-orang yang paling awal mengetahui dan memahami secara intuisi pentingnya kata-kata dan perasaan bagi puisi dan penyembuhan (Putzel, 1975). Menurut Mazza (2003), terdapat sebuah catatan yang menyebutkan bahwa seorang pasien menulis sebuah puisi pada harian surat kabar Rumah Sakit Pennsylvania (*The Illuminator*) pada tahun 1843. Selain itu, terdapat pula satu metode penyembuhan dengan menelan kertas papirus yang di dalamnya tertulis kata-kata penyembuhan

(Lathi, 2013). Termutakhir, Eli Greifer, seorang penyair yang juga ahli dengan obat-obatan mulai membentuk suatu komunitas yang melibatkan puisi di dalam terapinya.

Furman (2003) mengungkapkan terdapat beberapa tujuan terapi puisi yaitu, terapi puisi dapat digunakan sebagai alat ukur tingkat kecermatan dan pemahaman untuk mengamati diri. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Lerner (1987) bahwa terapi puisi berfokus pada manusianya, bukan karya sastranya. Maksud dari pernyataan tersebut adalah klien tidak diminta untuk memaknai kiasan-kiasan yang terdapat di dalam karya puisi, melainkan hanya berfokus pada penghayatannya secara personal.

Tujuan yang kedua adalah sebagai alat untuk mengembangkan kreativitas, harga diri, dan ekspresi. Hal ini terlihat adanya fokus pikiran yang terbentuk sehingga dapat mengontrol emosi, perilaku dan pandangan dunia. Selain itu, saat menjadi seorang puisiwan klien menjadi bebas untuk menuliskan pemikiran dan ide miliknya sendiri. Tujuan selanjutnya adalah untuk memperkuat kemampuan interpersonal dan keterampilan komunikasi. Kemampuan interpersonal dan keterampilan komunikasi ini mulai terbentuk dari komunikasi yang terjalin antara klien dengan terapis. Kemudian terapi puisi dapat mengeluarkan emosi yang kuat dan melepaskan ketegangan. Hal ini sejalan dengan tujuan kedua yaitu bahwa dalam menerapkan terapi puisi seorang klien mampu memfokuskan pikirannya sehingga dapat mengontrol emosi, perilaku, dan pandangan dunia. Lalu terapi puisi memiliki tujuan untuk menemukan makna baru melalui ide-ide baru, wawasan, dan informasi; yang terakhir adalah terapi puisi untuk mempromosikan perubahan dan meningkatkan keterampilan coping dan fungsi adaptif.

Terapi puisi melibatkan tiga elemen di dalamnya. Koalisi Terapi Seni Kreatif Nasional atau *National Coalition of Creative Art Therapies Associations* mengungkapkan terdapat tiga elemen esensial dalam pelaksanaan terapi puisi, yaitu elemen reseptif yang melibatkan pengenalan karya sastra dalam kegiatan terapi; elemen ekspresif/kreatif yang melibatkan kegiatan menulis yang dilakukan oleh klien; yang terakhir adalah elemen simbolik atau seremonial, yaitu penggunaan metafora di dalam kegiatan menulis (Karyanta, 2012:6). Selain itu, terdapat dua persepektif di dalam terapi puisi ini, yaitu dengan melakukan pembacaan puisi dan penulisan puisi. Pada terapi yang melakukan pembacaan puisi, terapis menentukan puisi atau literasi mana yang sesuai dengan kebutuhan kliennya. Pemilihan puisi biasanya didasarkan pada kemudahan bahasa, universalitas, relevansi judul, kejelasan ide, nada, dll. Selain itu, terapis pada terapi puisi harus memahami kondisi si klien dan aspek budayanya. Terdapat empat tahapan dalam pelaksanaan terapi puisi, 1) *Recognition*, yaitu waktu yang diberikan kepada klien untuk memahami isi di dalam puisi, 2) *Examination*, pada tahapan ini terapis mulai memberikan pertanyaan-pertanyaan terkait puisi yang sudah dibaca oleh klien. Dari sinilah mulai terlihat literatur dapat memengaruhi pikiran, perasaan klien. 3) *Juxtaposition*, di dalam tahapan ini terdapat hasil dari tahapan sebelumnya yaitu diskusi. Pada tahapan ini diskusi dapat berisi argumentasi, kesedihan, kegembiraan yang berlebihan, serta keterbukaan klien kepada terapisnya. Yang selanjutnya adalah 4) *application to the self*, tahapan ini merupakan jawaban dari proses panjang yang telah dilalui. Pada tahapan terakhir ini seharusnya klien dapat

merefleksikan nilai-nilai mana yang bisa dipertahankan dan nilai-nilai yang harus ditinggalkan.

Penerapan terapi puisi dengan melakukan penulisan puisi dimulai dengan meyakinkan klien bahwa siapa pun bisa menulis. Menulis itu mudah dan tidak membutuhkan keterampilan yang mumpuni. Penulisan puisi dimulai dari menentukan judul yang dapat menunjukkan kejujuran dan keaslian dari klien. Salah satu jalan untuk menaikkan kepercayaan diri klien adalah dengan memberikan satu contoh puisi yang dapat digunakan sebagai acuanya untuk menulis puisi, sehingga tulisan yang dihasilkan menjadi lebih ekspresif dan bebas.

Teks *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan* (selanjutnya *SSKKP*) merupakan satu teks yang tergabung di dalam satu naskah berjudul *Syair Silambari*. Naskah yang digunakan di dalam penelitian ini adalah naskah digital yang tersimpan di British Library dengan kode MSS Malay B 3 berjudul *Syair Silambari*. Selain teks *SSKKP*, teks lain yang ada di dalam naskah ini adalah *Syair Silambari* dan *Hikayat Mi'raj Nabi Muhammad*. Naskah ini diperoleh dari penelusuran melalui katalog digital yang diakses melalui web <https://www.bl.uk/>. Menurut informasi yang tertulis di dalam katalog digital, naskah *Syair Silambari* berjumlah 161 halaman dengan delapan belas halaman khusus teks *SSKKP*. Ukuran naskah 200 x 145 mm, teks ditulis menggunakan kertas Eropa tebal tanpa tanda air serta ditulis menggunakan tinta hitam.

Teks *SSKKP* terdiri dari sebelas baris per halaman dan ditulis pada tahun yang sama dengan penulisan teks *Syair Silambari*, yaitu pada 1806. Pada bagian awal teks *SSKKP* terdapat iluminasi yang menyerupai ornamen kubah yang dihiasi dengan bunga-bunga berwarna hijau, merah, dan kuning. Teks *SSKKP* ini menceritakan tentang perasaan rindu seorang laki-laki kepada pujaan hatinya. Bak pungguk merindukan bulan, di dalam teks diceritakan bahwa si laki-laki seakan-akan tidak pantas bersanding dengan si perempuan sehingga ia hanya bisa menuliskan kerinduannya pada sepucuk surat yang berisi tentang kerinduannya kepada sang kekasih.



**Gambar 1.** Iluminasi pada teks *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan*

Terdapat satu penelitian terdahulu yang menggunakan teks *SSKKP* sebagai objek materialnya. Penelitian ini dilakukan oleh Okfied Nurneini Sosendar pada tahun 2021. Penelitian yang berjudul “Tema dalam *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan*” ini berusaha mengungkapkan isi teks atau hanya sekedar melakukan transliterasi atau alih bahasa dan alih aksara terhadap teks *SSKKP*. Hasil yang diperoleh berupa tiga kesalahan penulisan, lima belas varian atau gaya bahasa, tujuh adisi dan dua belas substitusi. Berdasarkan analisis tema yang dilakukan oleh peneliti dengan menggunakan pendekatan *Shipley* mengungkapkan bahwa tema tingkat organik lebih mendominasi dibandingkan keempat tingkatan tema yang lainnya.

Sedangkan penelitian yang menggunakan teori *psychopetry* pada karya sastra hanya ditemukan satu penelitian, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Rini Damayanti pada tahun 2022. Penelitian berjudul *Psychopetry/ Poetry Therapy* dalam puisi “Sulaman Rindu” karya Achmat Nasih ini berhasil mengungkapkan bahwa antologi puisi milik Achmat ini dapat digunakan sebagai psikoterapi, sebab di dalam antologi puisi tersebut terdapat kandungan puisi-puisi sufistik yang mampu menenangkan hati bagi pembacanya.

Penelitian lain yang juga membahas tentang *psychopetry* adalah penelitian yang dilakukan oleh Nugraha Arif Karyanta pada 2012 dengan judul penelitian “Terapi Puisi: Dasar-dasar Penggunaan Puisi sebagai Modalitas dalam Psikoterapi”. Penelitian ini tidak menggunakan karya sastra sebagai objek kajiannya melainkan membahas tentang terapi puisi di dalam dunia psikologi. Penelitian ini memberikan gambaran, teoretik mengenai terapi puisi, definisi, sejarah terapi puisi secara singkat, dan posisi terapi puisi di dalam sistem psikoterapi dan dalam kaitannya dengan beberapa aliran terapi utama.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah disebutkan, maka penelitian berjudul *We Fall In Love With People We Can't Have: dalam Teks Syair Surat Kirim Kepada Perempuan* kajian Terapi Puisi ini merupakan penelitian yang baru dilakukan, karena menggunakan teks *SSKKP* sebagai objek penelitian dan kajian terapi puisi sebagai pisau analisis di dalamnya.

## Metode

Terdapat dua metode penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini. Metode penelitian pertama yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian filologi. Metode penelitian filologi digunakan karena objek yang digunakan dalam penelitian adalah Teks Sastra Melayu Klasik yang berjudul *Syair Surat Kirim Kepada Perempuan*. Tugas utama seorang filolog adalah menjadi perantara antara pengarang masa lampau dan masyarakat pembaca masa kini (Robson, 1994).

Dua hal yang harus dilakukan di dalam penelitian filologi adalah melakukan penyajian dan penginterpretasian agar teks yang diteliti tersebut mudah dipahami oleh pembaca (Sudibyo, 2015). Sebelum melakukan pembacaan terhadap naskah *SSKKP*, peneliti melakukan deskripsi naskah dengan mengamati fisik naskah yang akan diteliti, seperti judul, cap kertas, jumlah halaman, nomor naskah, sampul, ukuran naskah, huruf, bahasa, dan sebagainya. Tahapan selanjutnya adalah melakukan transliterasi atas isi naskah. Transliterasi merupakan pengubahan tulisan, huruf, dan abjad sesuai ejaan yang

berlaku saat ini (Baried, 1985). Setelah isi teks diketahui, maka dilakukan interpretasi dengan menggunakan metode hermeneutik dengan tujuan agar informasi penting yang terkandung di dalam teks *SSKKP* dapat tersampaikan kepada masyarakat pembaca sekarang.

Setelah interpretasi teks *SSKKP* dilakukan, maka tahapan yang selanjutnya adalah melakukan analisis dengan menggunakan teori *psychopoetry*. Pengumpulan data dilakukan dengan menerapkan metode deskriptif kualitatif. Kutipan-kutipan yang sesuai dengan teori yang digunakan yaitu *psychopoetry*. Data yang terkumpul berupa kutipan-kutipan kemudian dilakukan analisis dengan menerapkan metode deskriptif analitik. Berdasarkan penjabaran di atas, maka tahapan penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut, 1) Melakukan deskripsi pada naskah *SSKKP*, 2) Melakukan transliterasi terhadap teks *SSKKP*, 3) Interpretasi atas hasil transliterasi menggunakan metode hermeneutik, 4) mengumpulkan data yang sesuai dengan kajian *psychopoetry* dengan menerapkan metode kualitatif, 5) setelah data terkumpul, dilakukan analisis sesuai dengan teori yang akan digunakan dengan menggunakan metode deskriptif analitik.

### Hasil dan Pembahasan

Teks *SSKKP* merupakan syair yang berisi tentang kisah kerinduan tokoh lelaki kepada tokoh perempuan. Dalam teks, digambarkan bahwa tokoh perempuan seperti sosok yang ideal dan sempurna sedangkan tokoh lelaki digambarkan dengan karakter yang sebaliknya. Sehingga secara garis besar keseluruhan syair berisi tentang kerinduan dan rasa putus asa tokoh laki-laki.

Salam doa daripada kakanda  
Datang kepada tuan adinda  
Ayuhai amas<sup>1</sup> manis syahda<sup>2</sup>  
Telah termazkur di dalam dada  
perintah orang berkasih<sup>2</sup>

Yang dipelihara akan Allah Subhanahu wa Ta'ala  
Badan yang suci sedia ter'ala  
Tambahan pula' adinda yang mulia  
Orang yang arif mendapatkan dia  
*amin yā rabbal'ālamīn*

Kutipan di atas merupakan dua bait pertama *SSKKP*. Sama seperti kebanyakan naskah Melayu Klasik, pembukaan diawali dengan pujian-pujian kepada Tuhan yaitu Allah Subhanahuwata'ala. Kutipan pertama menjelaskan tentang sosok perempuan yang menjadi pujaan hati si lelaki. Dijelaskan bahwa ia adalah seorang perempuan yang bisa menjaga marwah dirinya sebagai seorang perempuan, mempunyai sifat yang mulia, sehingga hanya laki-laki yang bijaksana yang pantas bersanding dengan si perempuan. Di dalam kutipan tersebut terdapat unsur kebebasan ekspresif yang sesuai dengan metode terapi puisi yang disampaikan oleh penulis. Sang kekasih hati digambarkan

<sup>1</sup> Amas: kata sanjungan untuk perempuan yang manis

<sup>2</sup> Syahada/syahda (Melayu): syahdu



dengan seorang yang mulia, sempurna, dan tak bercela. Di dalam pikirannya, hanya seorang lelaki yang arif dan bijaksana yang pantas mendapatkan hatinya.

Sifat laksana bayangan cermin  
 Tambahan pula' adinda yang mu'min  
 Dimanakan hati tiada akan ingin  
*Ammāba' duhu* kemundian daripada itu

Kebebasan berekspresi kembali ditunjukkan penulis pada bait di atas. Pemilihan metafora bertujuan untuk menggambarkan sifat pujaan hatinya. Respon tersebut merupakan suatu bentuk ide yang muncul dari dalam dirinya tanpa paksaan orang lain. Hasrat penulis kepada kekasih hatinya diperlihatkan dengan cara selembut dan sehalus mungkin layaknya seorang lelaki yang tulus mencintai kekasih hatinya. Kutipan di atas merupakan penjelasan lain tentang gambaran tokoh perempuan di mata tokoh lelaki. Baris pertama merupakan penjelasan tentang sifat manusia layaknya bayangan cermin. Jika indah bayangan yang dipantulkan maka baik pula sifat yang dimilikinya, namun jika buruk bayangan yang dipantulkan maka buruk pula sifatnya. Baris kedua menjelaskan bahwa si perempuan merupakan seorang muslim yang taat. Menurut KBBI, 'mukmin' adalah orang yang beriman (percaya) kepada Allah SWT; orang yang taat akan selalu menjalankan perintah agama. Berdasarkan kutipan di atas maka disebutkan bahwa sosok ideal nan sempurna tokoh perempuan menyebabkan tokoh laki-laki merasa putus asa karena merasa akan bersaing dengan banyak lelaki.

Umpama kaca jatuh ke batu  
 Emas urai sepuluh mutu<sup>3</sup>  
 Barang bicara biar sekutu  
 Kakanda nan dagang lagi piatu  
 Duduk pun tiada tempat bertentu  
 Akal pun kurang bicara pun mutu<sup>4</sup>  
 Kemana gerangan membawa diriku

Tidak hanya elemen ekspresif atau kreatif, di dalam syair *SKKP* juga terdapat elemen simbolik/seremonial yang diberikan oleh penulis. Gambaran tentang dirinya pada kutipan di atas merupakan salah satu bentuk ceritanya kepada kekasih hatinya yang seolah-olah terdapat sebuah percakapan antara mereka berdua. Gambaran tokoh laki-laki dari kutipan di atas menjelaskan bahwa *dirinya seorang dagang lagi piatu*. Diksi *dagang* diartikan sebagai orang asing dan *piatu* diartikan sebagai sebatang kara. Bait tersebut menjelaskan bahwa keadaan tokoh lelaki yang menyedihkan. Tokoh lelaki merupakan orang asing yang sebatang kara berani untuk mencintai seorang perempuan yang sempurna. Tidak hanya menggambarkan kondisi kehidupannya yang sebatang kara, si tokoh lelaki juga menceritakan kemalangan lain di hidupnya. Tokoh lelaki merupakan seorang yang miskin, tidak memiliki tempat tinggal yang menetap, kemudian dia juga merupakan seorang yang bodoh (tidak mengenyam sekolah), hingga ia pun bingung seperti apa masa depannya. Kejujuran atas keadaan dirinya ini

<sup>3</sup> Mutu (Melayu): ukuran kemurnian (1 mutu = 2,4 karat)

<sup>4</sup> Mutu (Melayu): terdiam karena terlalu sedih

membuatnya ragu untuk mendekati sang pujaan hati, sehingga ia hanya bisa mendoakan dan mengaguminya dari kejauhan.

*Ilahī Allah pinta'lah tolong  
Jadikan hambamu seekor burung  
Seberang alur hendak melambung  
Hendak mengambil bunga tanjung*

Penulis kembali menunjukkan elemen ekspresif dengan mengandai-andaikan dirinya menjadi seekor burung. Kemudian, dilanjutkan dengan penjelasan alasan keinginannya menjadi seekor burung agar dapat terbang tinggi dan memetik sekuntum bunga tanjung. Metafora bunga tanjung diibaratkan sebagai kekasih hatinya yang seakan-akan tidak mungkin ia raih. Nasib malang tokoh lelaki membuat dirinya pasrah dan memohon kepada Allah untuk menjadikan dirinya seekor burung. “Burung” merupakan binatang yang seringkali dilambangkan sebagai bentuk suatu kebebasan. Burung, dapat terbang tinggi dan menggapai ketinggian. Si tokoh lelaki memohon untuk menjadi seekor burung, sehingga ia bisa menggapai ketinggian. Kemudian terdapat pula baris “hendak mengambil bunga tanjung”, yang mengisyaratkan bahwa tokoh perempuan ibarat bunga tanjung. Tanjung adalah pohon yang memiliki bunga berwarna putih kekuningan dan berbau harum. Biasanya bunga tanjung digunakan sebagai hiasan kepala (sanggul). Tokoh perempuan yang diibaratkan sebagai bunga tanjung menunjukkan bahwa posisi tokoh perempuan yang sangat tinggi di atas tokoh lelaki. Jadi, penggunaan diksi “burung” dan “bunga tanjung” mengartikan bahwa harapan kosong tokoh lelaki yang amat mendamba kekasih hatinya namun kondisi dan keadaan yang tidak memungkinkan untuk memiliki.

*Dikaruniakan Allah Tuhan Rahmat  
Barang bertemu sangat sangat  
Supaya hilang bisa dan rengat  
Dunia akhirat beroleh selamat*

Ekspresi penulis nampak di dalam baris pertama. Pada dua baris pertama ia memanjatkan doa agar segera dipertemukan dengan kekasih hatinya. Rasa rindu yang menyesak di dalam dada menjadi penyakit di dalam tubuh. Pertemuan dengan kekasihnyalah yang menjadi obat dari segala rasa sakit yang ada di dalam diri. Kutipan bait di atas mengungkapkan harapan tokoh lelaki jika diberi rahmat oleh Allah Tuhan sang pemberi belas kasih. Baris kedua “barang bertemu sangat sangat” menunjukkan bahwa hasrat kerinduan yang sudah tak tertahankan lagi kepada tokoh perempuan. Sangat-sangat merupakan bahasa Melayu yang berarti segera dengan konteks yang tak tertahankan lagi. Baris selanjutnya, “supaya hilang bisa dan rengat” berarti bahwa kesengsaraan yang dirasakan oleh tokoh lelaki atas kerinduan yang melanda dirinya ibarat racun dan penyakit yang harus segera diobati. Pada baris terakhir “dunia akhirat beroleh selamat” menunjukkan bahwa dengan bertemu dengan tokoh perempuan, maka kehidupannya akan baik-baik saja. Dengan arti lain, bahwa tokoh perempuan merupakan obat atau pelipur lara atas penyakit (kerinduan) yang sedang dialami oleh tokoh lelaki. Dapat disimpulkan bahwa kutipan bait di atas merupakan ekspresi putus asa yang ditunjukkan oleh penulis karena tidak segera bertemu dengan kekasih hatinya.



Tidur malam kakanda bermimpi  
 Rasanya adinda hadir di sisi  
 Dipeluk dicium dinafasi  
 Bau [wau]<sup>5</sup> laksana minyak *darqasi*<sup>6</sup>

Terkejut bangun kelihatan tiada  
 Rasanya hendak menampar dada  
 Wahai untung nasib kakanda  
 Bermimpi berdua dengan adinda

Rasa rindu yang dirasakan oleh penulis membuat dirinya menjadi hilang akal. Dia mulai memimpikan kekasih hati, berhalusinasi bahwa kekasih hatinya berada di sebelahnya serta mencium bau tubuh kekasihnya. Suatu malam tokoh laki-laki bermimpi bertemu dengan tokoh perempuan. Seolah-olah tokoh perempuan berada di dekat dan menemani di sisinya. Tidak hanya merasa berada di sisinya, tokoh laki-laki juga merasa bahwa bau harum dari sang pujaan hati itu menemani tidurnya. Ketika tersadar bahwa ia hanya bermimpi, terkejutlah dirinya. Pada baris “wahai untung nasib kakanda” berarti bahwa sekedar bertemu dengan tokoh perempuan, meskipun hanya sebatas mimpi. Permohonannya dikabulkan oleh Allah, ia bertemu dengan pujaan hati. Pertemuannya dengan tokoh perempuan di dalam mimpi sudah cukup menyembuhkan kerinduan hatinya. Makna yang dapat diperoleh dari bait kedua syair tersebut adalah bahwa mimpi dapat menjadi obat bagi kesengsaraan atau penyakit rindu yang membelenggu si tokoh lelaki.

Kakanda persembahkan madah dan pantun  
 Ke bawah telepakan dulu pukulan  
 Ayuhai juwita emas angsana  
 Hatiku rindu begidapulan

Inilah tuan pantun kakanda  
 Ke bawah telepakan duli adinda  
 Jangan diputuskan harab kakanda  
 Niat hendak menjadi hamba

Kutipan bait pertama di atas menunjukkan bahwa tokoh lelaki membuatkan madah dan pantun untuk dipersembahkan kepada pujaan hatinya. Menurut KBBI, madah merupakan puji-pujian. Pada baris “Hatiku rindu begidapulan” bermakna bahwa rindu yang sudah tak tertahankan lagi, sehingga ia membuat puji-pujian dan pantun sebagai penawar rasa rindu itu. Kutipan “inilah tuan pantun kakanda” menunjukkan satu-satunya hal yang dimiliki tokoh laki-laki adalah berpuisi. Baris “Jangan diputuskan harab kakanda” dapat diartikan bahwa dengan memberi satu-satunya hal yang dimiliki akan menjadi satu pertimbangan untuk menerima dirinya menjadi kekasih hati tokoh perempuan. “Niat hendak menjadi hamba” menunjukkan kejujuran dan ketulusan hati dan rasa cinta tokoh lelaki kepada tokoh perempuan sehingga ia bersedia menjadi

---

<sup>5</sup> Lakuna

<sup>6</sup> *Darqasii* (Arab): bunga krisan

hamba untuk pujaan hatinya. Kata “hamba” di dalam KBBI berarti abdi, budak belian, sehingga penggunaan kata budak tersebut merupakan kesediaan tokoh lelaki untuk mengabdikan kepada sang pujaan hati seumur sisa hidupnya. Kutipan dua bait di atas mengartikan bahwa pantun yang dibuat oleh pengarang merupakan media untuk menyampaikan isi hati, kerinduan, serta pelipur laranya kepada kekasihnya. Kerinduan yang menyebabkan kehilangan akal pada dirinya ia luapkan dengan membuat sebuah pantun untuk kekasihnya.

Daun tara\p<sup>7</sup> di atas bukit  
Tempat menyamar buah pala  
Harab abang bukan sedikit  
Sebanyak rambut di atas kepala

Tempat menyamar buah pala  
Bunga pakan di atas kata  
Sebanyak rambut di atas kepala  
Memenuh hati di dalam dada

Dua baris terakhir dalam kutipan bait pertama menunjukkan bahwa harapan tokoh lelaki yang diibaratkan dengan “sebanyak rambut di atas kepala” berarti sesuatu yang tidak terhitung. Harapan tokoh lelaki pada tokoh perempuan untuk menjadi kekasih hatinya tidak tertahankan lagi. Kutipan dari bait pertama di atas menunjukkan kesengsaraan dan kesedihan hati tokoh lelaki atas tingginya harapan kepada tokoh perempuan. Ketidaksanggupan diri atas hasrat yang sedang dirasakannya membuatnya kehilangan akal. Ekspresi dan kreativitas yang dimiliki pengarang berhasil ia tunjukkan melalui pantun yang terdapat di dalam syair *SSKKP*. Kutipan-kutipan pantun tersebut merupakan wujud suara hati dan harapannya untuk dapat memiliki sang pujaan hati.

Jika diterimakan pesan kakanda  
Pohonkan sekapur sirih bertanda  
Ganjar tangan tuan adinda  
Akan pengu(bat)<sup>8</sup> hati yang gila

Jikalau sudah tuan sukakan  
Kakanda pohonkan kain daripada tuan  
Supaya hilang cinta dan rawan  
Dikaruniakan allah rahmatkan tuan

Kutipan pantun bait pertama menunjukkan bahwa mendapatkan balasan perasaan dari tokoh perempuan merupakan pelipur lara bagi rasa sakit dan kesengsaraan yang ia rasakan. “ganjar tangan tuan adinda” dapat dimaknai sebagai balasan atas perasaan yang diberikan kepada tokoh lelaki, sedangkan “akan pengubat hati yang gila” dapat dimaknai sebagai penyembuhan yang diharapkan oleh tokoh lelaki atas rasa sakit yang ia pendam. Perasaannya yang amat mendalam kepada pujaan hatinya membuatnya

<sup>7</sup> Substitusi. Dalam naskah tertulis تراب

<sup>8</sup> Adisi. Di dalam naskah tertulis فغو (fa.ng.wau)

kehilangan akal sehat. Ia merasa gila karena selalu terbayang akan pujaan hatinya. Kutipan bait selanjutnya merupakan baris-baris yang mempertegas harapannya untuk bisa bersanding dengan pujaan hatinya. Menurutnya, dengan menjalin kasih bersama maka rawan atau kerinduan yang ia rasakan selama ini akan hilang. Pemilihan diksi “cinta” pada baris ini cukup menarik, karena “cinta” di sini dimaknai sebagai suatu penyakit, bukan sebagai suatu hal yang indah atau menyenangkan. Dengan kata lain, cinta digambarkan tidak hanya sebagai sesuatu yang indah, namun juga dapat dianggap sebagai suatu hal yang menyakitkan.

Hayam disambar si raja helang  
Kain cindai di atas kata  
Arwah melayang semangat pun hilang  
Kehendak Allah apa na' kata

Kutipan di atas adalah bait terakhir teks *SSKKP*. Isi dari kutipan tersebut menunjukkan kepasrahan tokoh lelaki atas kisah cintanya kepada pujaan hatinya. Bagian akhir dari kutipan tersebut, merupakan hasil dari luapan kerinduannya yang mendalam kepada pujaan hatinya. Kenyataan tidak sesuai dengan harapannya. Akhir percintaan tidak mendapat balasan dari sang kekasih, seakan-akan rasa dalam dirinya menjadi “arwah melayang semangat pun hilang” yang berarti bahwa ia telah kehilangan salah satu sumber penyemangat hidupnya. Pada akhir kutipan “kehendak Allah apa na' kata” menunjukkan bahwa segala yang terjadi di dalam kehidupannya, baik yang sudah terjadi maupun yang akan terjadi kemudian hari, merupakan takdir yang harus dijalani. Pada akhirnya ia menyadari bahwa salah satu kunci dalam menjalankan kehidupan adalah dengan pasrah mengikuti apa yang telah menjadi kehendak-Nya.

## Simpulan

Berdasarkan penjabaran pada bagian pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan puisi sebagai media penyembuhan bagi masalah kejiwaan tidak terpaku pada pembacaan puisi saja, tetapi juga ketika proses penulisan puisi. Terapi menulis puisi memungkinkan untuk terjadinya eksplorasi pada area kognitif, emosional, dan spritual yang sebelumnya tidak tersampaikan, dengan begitu maka penulis akan merasa menjadi lebih percaya diri. Salah satu contoh penulisan puisi sebagai media penyembuhan jiwa adalah teks Syair *SSKKP*. Di dalam teks *SSKKP* terdapat elemen-elemen yang memenuhi tiga elemen terapi puisi, yaitu elemen reseptif yang berkaitan dengan karyanya secara langsung, kemudian elemen ekspresif, yang ditunjukkan oleh pengarang dengan mengkombinasikan elemen seremonial atau simbolik yaitu penggunaan metafora-metafora dalam teks tersebut. Pengarang teks *SSKKP* mampu menyampaikan kegalauan isi hatinya dengan menerapkan terapi penulisan puisi, sehingga pada akhir syair yang ditulisnya menggambarkan kepasrahan diri atas apa yang menjadi takdirnya. Kepasrahan diri yang ditunjukkan oleh pengarang merupakan wujud keberhasilan dirinya sehingga ia mampu fokus pada dirinya sendiri. Selain itu, teks *SSKKP* juga dapat digunakan sebagai media terapi puisi karena di dalamnya memuat kejujuran, unsur ekspresif penulis, dan sebagai pelipur lara bagi pembacanya sehingga pembaca merasa tidak sendiri.

## References

- Ailment - Chronicles of Illness Narratives volume 1. (2020, March 23). Retrieved April 13, 2023, from Joomag website: <https://viewer.joomag.com/ailment-chronicles-of-illness-narratives-volume-1/0372037001577982702?short&>
- Baried dkk., S. B. (1985). *Pengantar teori filologi*. Jakarta: Pusat Penelitian Bahasa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Fikri, H. T. (2012). Pengaruh menulis pengalaman emosional dalam terapi ekspresif terhadap emosi marah pada remaja. *Humanitas*, 9(2), 103-122. doi:10.26555/humanitas.v9i2.339
- Frank R.H. (1988). *Passions within reason: The strategic role of emotions*. New York: W.W. Norton and Company.
- Furman, R. (2003). Poetry therapy and existential practices. *The Arts in Psychotherapy*, 30, 195-200.
- Karyanta, N.A. (2012). Terapi puisi: Dasar-dasar penggunaan puisi sebagai modalitas dalam psikoterapi. *Jurnal Wacana* 4(2), <https://doi.org/10.13057/wacana.v4i1.34>
- Kristanto, A. A., Hafizah, N., Zain, M. R., Hamimah, H., & Aulia, N. (2019). Puisi Sebagai Media Mengurangi Inferiority Feeling. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 122-137. doi:10.30872/psikostudia.v5i2.2283
- Lathi H, Rinata. (2013). Poetry therapy. *Makalah tidak diterbitkan*. Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro.
- Lerner, A. (1997). A look at poetry therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 24(1), 81–89. [https://doi.org/10.1016/s0197-4556\(96\)00055-x](https://doi.org/10.1016/s0197-4556(96)00055-x)
- Mazza, Ni. (2003). *Poetry therapy*. New York : Imprint Routledge.
- Rini, D., dan Agung, P. (2022). Psychopoetry dalam puisi “Sulaman Rindu” karya Achmat Nasih MT. *Jentera: Jurnal Kajian Sastra*, 11 (1), 184-194. doi:10.26499/jentera.v11i1.48815
- Robson, S.O. (1994). *Prinsip-prinsip Filologi Indonesia*. Jakarta: Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa dan Universitas Leiden.
- Sarahdevina, P. N., & Yudiarso, A. (2022). Studi meta analisis: Efektivitas terapi menulis dalam menurunkan kecemasan orang dewasa dengan pengalaman traumatis. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 10(1), 278–283. doi:10.22219/jipt.v10i1.17245
- Sudibyo. (2015). *Filologi: Sejarah, metode, dan paradigma*. Yogyakarta: Manassa.
- Ubudiyah, F. (2017). Terapi puisi sebagai reduksi depresi (studi eksperimen tentang terapi puisi sebagai intervensi mengatasi depresi pada mahasiswa). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Raushan Fikr*, 5(2). <https://doi.org/10.24090/jimrf.v5i2.997>
- Utami, D dan A. Kumara. (2003). Ekspresi Menulis dan Menggambar sebagai Media Terapi. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 1-22.