

KONSEP SENI QASIDAH BURDAH IMAM AL BUSHIRI SEBAGAI ALTERNATIF MENUMBUHKAN KESEHATAN MENTAL

Ulin Nihayah

Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang

Email: ulinnihayah88@gmail.com

Abstract

Healing various diseases that affect unhealthy mental does not only need medical solutions but also non-medical ones including some aspects of religiosity like praying, guiding dzikr, and expressing Qasida Burdah. Qasidah Burdah is a qasida song that contains lyric of Shalawat addressed to the Prophet Muhammad. It is one of the alternatives to develop mental health of a Muslim. It is not only a kind of poem created by Imam Al-Bushiri as such, but also becomes a guide, because the elements within the poem are in accordance with the Qur'an and the Sunnah.

Berbagai penyakit yang berdampak pada ketidak sehatan mental, dibutuhkan solusi bukan hanya dalam medis, akan tetapi dalam non medis dalam segi religusitas seperti beribadah, bimbingan dzikir, malantunkan qasidah burdah. Qasidah burdah merupakan merupakan qasidah (lagu-lagu) yang berisi syair tentang pujian/shalawat kepada Nabi Muhammad SAW. Qasidah burdah sebagai salah satu alternative dalam menumbuhkan kesehatan mental seorang muslim. Qasidah burdah bukan hanya sekedar lantunan puisi yang diciptakan oleh Imam Al-bushiri, akan tetapi merupakan tuntunan, karena unsur-unsur yang ada pada syair burdah sesuai dengan tuntunan Al-qur'an dan sunah.

Keywords: mental health, Qasida Burdah

A. Pendahuluan

Di era globalisasi saat ini, beragam aktivitas yang manusia lakukan dalam rangka mencapai tujuan. Manusia menjalani kehidupan dengan berbagai persaingan tingkat tinggi untuk mencapai kebutuhannya baik secara lahir maupun batin. Kondisi kehidupan seperti ini, menimbulkan berbagai macam penyakit mulai timbul rasa capek ataupun kelelahan, gejala stres ataupun tekanan bahkan yang berujung pada ketidaksehatan mental.

Penyakit psikologis berupa kesehatan mental merupakan penyakit yang paling banyak dialami oleh negara-negara maju, 15% dari penyakit kesehatan mental yang dialami ini disebabkan karena penderitaan, kerugian ekonomi dan masalah sosial.¹ Sementara itu, di Uni Eropa setidaknya 83 juta orang (27%) menderita masalah kesehatan mental (16,7 juta di UK).²

Penyakit psikologis yang merupakan dampak dari ketidak siapan bersaing di era globalisasi. Hal ini dapat disebabkan karena tidak terselesaikannya suatu masalah yang dihadapi oleh seseorang. Penyakit psikis yang mengganggu kesehatan mental ini tidak membedakan suku,ras, agama maupun status sosial ekonomi masyarakat modern. Jadi pada awalnya penyakit secara psikis ini disebabkan oleh pribadi yang lemah.

Untuk mengetahui apakah jiwanya sehat atau teganggu mentalnya, tidak mudah, karena tidak mudah diukur, diperiksa atau dilihat dengan alat-alat seperti halnya dengan kesehatan tubuh. Ciri-ciri gangguan kejiwaan modern bisa dimulai dengan mengidap kecemasan, disusul merasa kesepian, kemudian mengidap kebosanan dan ujungnya perilaku menyimpang. Contohnya adalah perilaku anarki dalam semua bidang, di rumah, di jalanan, di tempat kerja, di universitas bahkan di parlemen.

Penyakit yang timbul dalam diri manusia sendiri tentunya berasal dari manusia itu sendiri. Penyakit yang secara psikis dialami oleh seseorang tidak bisa hanya diobati secara medis saja, akan tetapi dengan cara non medis. salah satunya dengan bimbingan, dzikir, membaca ayat suci Al-qur'an ataupun dengan shalawat nabi. Sesuai dengan Q.S al-Isra ayat 80: "dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku."

¹ Prince M, Patel V, Saxena S, Maj M, Maselko J, Phillips MR et al. *No Health Without Mental Health*, Lancet. 2007;370:859-77

² Wittchen HU, Jacobi F. "Size and burden of mental disorders in Europe: a critical appraisal of 27 studies", *European Neuropsychopharmacology*, 2005 July;15(4):357-376.

B. Dimensi Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi, bakat dan pembawaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahagiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.³

Dalam buku lainnya yang berjudul *Islam dan Kesehatan Mental*, Zakiah Daradjat mengemukakan, kesehatan mental adalah terhindar seseorang dari gangguan dan penyakit kejiwaan, mampu menyesuaikan diri, sanggup menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan biasa, adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa (tidak ada konflik) dan merasa bahwa dirinya berharga, berguna dan bahagia, serta dapat menggunakan potensi yang ada padanya seoptimal mungkin.⁴

Marie Jahoda memberikan batasan yang agak luas tentang kesehatan mental. Kesehatan mental tidak hanya terbatas pada absennya seseorang dari gangguan kejiwaan dan penyakitnya. Akan tetapi, orang yang sehat mentalnya memiliki ciri-ciri utama sebagai berikut. 1) Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti dapat mengenal diri sendiri dengan baik. 2) Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik. 3) Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, kesatuan pandangan, dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi. 4) Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan bebas. 5) Persepsi mengenai realitas, bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati dan kepekaan sosial. 6) Kemampuan untuk menguasai lingkungan dan berintegrasi dengannya secara baik⁵

Pada dasarnya tolok ukur kesehatan jiwa atau kondisi jiwa yang sehat, diantaranya: 1) Bebas dari gangguan dan penyakit-penyakit kejiwaan. 2) Mampu secara luwes menyesuaikan diri dan menciptakan hubungan antar pribadi yang bermanfaat dan menyenangkan. 3) Mengembangkan potensi-potensi pribadi (bakat, kemampuan, sikap, sifat, dan sebagainya) yang baik dan bermanfaat bagi diri sendiri dan

³Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental*, (Jakarta:Gunung Agung, 1983), hlm. 11-13

⁴Zakiah Daradjat, *ibid*, hlm. 9.

⁵A.F Jaelani, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al-nafs) & Kesehatan Mental*, (Jakarta:Penerbit Amzah, 2000), hlm. 75-77

lingkungan. 4) Beriman dan bertaqwa kepada Tuhan, dan berupaya menerapkan tuntunan agama dalam kehidupan sehari-hari⁶

Zakiah Darajat berpendapat kehilangan ketentraman batin itu, disebabkan oleh ketidakmampuan menyesuaikan diri, kegagalan, tekanan perasaan, baik yang terjadi di rumah tangga, di kantor ataupun dalam masyarakat. Maka sebagai upayanya Zakiah Darajat mengutip firman Allah SWT.7(QS. Ar-Ra'du:28:" (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Dalam ayat di atas dinyatakan bahwa mengingat Allah itu bisa membentuk hati manusia untuk mencapai ketentraman

Bentuk dalam mengingat Allah bisa dengan bermacam-macam cara, bisa dengan berdzikir, sholawat ataupun dengan melantunkan qasidah burdah.

Hasan Langgulung mensyaratkan, bahwa untuk mencapai kebahagiaan ada dua syarat, yaitu: iman dan amal. Iman adalah kepercayaan kepada Allah, Rasul-rasul, Malaikat-malaikat, Kitab-kitab, hari kiamat, dan qodlo qodhar, ini semua berkaitan dengan kebahagiaan akhirat. Adapun syarat kedua adalah amal, yakni perbuatan, tindakan, tingkah laku termasuk yang lahir dan yang batin, yang nampak dan tidak tampak, amal jasmaniah ataupun amal rohaniyah. Amal itu ada dua macam, amal ibadah (*devotional acts*), yaitu amal yang khusus dikerjakan untuk membersihkan jiwa, untuk kebahagiaan jiwa itu sendiri. Sedangkan jenis amal yang kedua ialah yang berkaitan dengan manusia lain, seperti amal dalam perekonomian, kekeluargaan, warisan, hubungan kenegaraan, politik, pendidikan, sosial, kebudayaan dan lain-lain.⁸

C. Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri

1. Sejarah Qasidah Burdah

Bentuk dalam mengingat Allah dengan qasidah burdah sudah lama dilakukan pada masa Rasulullah. Burdah sendiri berasal dari bahasa arab : قسيدة البردة dan merupakan qasidah (lagu-lagu) yang berisi syair tentang pujian/shalawat kepada Nabi Muhammad SAW. Syair tersebut di tulis oleh

⁶Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 1997), hlm. 133-135.

⁷Zakiah Darajat, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta:Bulan Bintang, 1982), hlm. 103

⁸Hasan Langgulung, *Beberapa Pemikiran tentang Pendidikan Islam*, (Bandung, Penerbit PT. Al-Ma'arif, 1980), hlm. 398-399

Imam al Bushiri dari Mesir. Qasida burdah sendiri telah ditulis pada abad ke 13 Masehi, takni pada masa transisi perpindahan kekuasaan Dinasti Ayyubiyah ke Dinasti Mamluk.⁹

Qasida burdah awalnya di ciptakan oleh Imam Al-bushiri saat menderita sakit yang cukup parah dan berkepanjangan.¹⁰ Pada saat masa-masa sulit menjalani penyakit lumpuh yang dideritanya, imam al bushiri menggubag qasiddah yang ditujukan kepada Nabi Muhammad SAW dengan tujuan memohon syafa'at kepada Allah SWT supaya disembuhkan dari segala penyakit yang dideritanya selama ini. Hingga pada suatu malam, usai melantunkan qasidah burdah yang dibuatnya, imam al bushiri tertidur, dalam tidurnya, ia bermimpi bertemu dengan Nabi Muhammad SAW dan memberikan imam al bushiri sebuah surban(burdah) yang kemudian diletakkan pada tubuh al bushiri yang sakit. Saat terbangun dari tidurnya, imam al bushiri merasakan keajaiban yang tidak ia sangka-sangka, karena penyakit yang ia derita selama bertahun-tahun tiba-tiba sembuh sama sekali. Keajaiban yang dialami oleh imam al bushiri tersebutlah yang menjadi alasan utama terhadap penamaan qashidah burdah itu sendiri. Keajaiban yang dialami oleh imam al bushiri sendiri berkembang dari zaman ke zaman hingga muncul kepercayaan bahwa qasida burdah memiliki kekuatan supranatural.

Imam Al-Bushiri sendiri merupakan seorang muslim sufi yang berasal dari Dalash, di desa Bani Yusuf. Ia lahir pada tahun 1212, ayahnya merupakan seorang keturunan Maroko, yang berasal dari desa Abu Shayr, munculnya sebuah ungkapan yang menyatakan ungkapan Ad-dalashiry untuk nama muchammad bin said. Karena kemungkinan kesulitan dalam mengucapkan dan sukar diingat, akhirnya ungkapan yang populer justru adalah al-bushiry.¹¹

Qasidah burdah merupakan salah satu cara mengungkapkan kecintaan muslim terhadap utusan Allah, Muhammad SAW yang dilakukan dengan cara melantunkan puisi kepada Rasullah. Sesuai dengan tutunan Allah dalam Al-Quran mengajarkan dan menganjurkan kepada umat Islam, sebagaimana tertera dalam Kitabullah, "Sungguh Allah dan para malaikat

⁹Fadhil Munawwar Mashur, "Resepsi Kasidah Burdah Al bushiri dalam masyarakat pesantren", dalam *HUMANIORA* Volume 18. No. 2, 2006, hlm. 102.

¹⁰Qasidah adalah syair Arab yang dinyanyikan dan biasanya terdiri dari tujuh bait atau lebih. Bait-bait burdah karya Imam Al-bushiri begitu representatif untuk dikategorikan sebagai qasidah. Selain karena banyaknya jumlah bait juga karena karya tersebut telah memenuhi kaidah *nahwu, sharaf, balaghah stilistik* serta dengan *wazan syi'ir dan qafiah*. Khairi, *Islam dan Budaya Masyarakat*(Yogyakarta: Fajar Pustaka, 2008), hlm.229

¹¹ Fadhil Munawwar, *Loc.Cit*

bershalawat atas Nabi. Hai orang beriman, bershalawatlah atasnya dan berilah salam kepadanya dengan sehumat-hormatnya salam." (QS 33: 56)

Di Indonesia sendiri, qasida burdah sudah populer pada masyarakat santri salaf dan menjadi pegangan wajib bagi warga nahdiiyin. Beberapa terjemahan qasida burdah dalam bahasa Indonesia ini salah satunya adalah buku yang berjudul *sajak-sajak al-burdah* pada tahun 1974 oleh D.r Muhammad Tholchah Mansur, judul yang lain oleh K.H. M. Sarwani Abdan pada tahun 2011 dengan judul *kasiddah Burdah Imam al-bushiry: terjemahan, penjelasan, faidah dan khasiat*. Bahkan Qashidah burdah juga pernah diterjemahkan ke dalam bahasa Jawa oleh K.H Bysri Mustafa dengan judul "*Ilryaqul al-Aghyar fi Tarjamati Burdat al-Mukhtar*".¹²

Al-Burdah menurut etimologi banyak mengandung arti, antara lain: *pertama*, baju (jubah) kebesaran khalifah yang menjadi salah satu atribut khalifah. Dengan atribut burdah ini, seorang khalifah bias dibedakan dengan pejabat negara lainnya, teman-teman dan rakyatnya. *Kedua*, nama dari kasidah yang dipersembahkan kepada Rasulullah SAW yang digubah oleh Ka'ab bin Zuhair bin Abi Salma. Ia pernah membenci Rasulullah saw dan menyerangnya sampai kaki beliau berdarah. Ketika ingin masuk Islam dia takut bertemu beliau. Ia datang menghadap Nabi di Madinah dengan diantar Abu Bakar ra. Di hadapan Rasulullah saw dia menyatakan keislamannya. Ternyata beliau memaafkannya dan menyambutnya dengan baik. Ka'ab bin zuhair kagum akan akhlak beliau. Ia bersyair memuji beliau dengan *qasidahnya* yang masyur : banat su'adu. Rasulullah saw melepas burdahnyanya dan memberikan kepadanya. Sejak saat itu puisi : Banat Su'adu dinamakan burdah, baka menjadi tradisi semua puisi yang berisi pujian kepada Rasulullah diberi nama burdah. Pada mulanya puisi imam Al-bushiri bernama "*Al Kawakibuddruriyah fi Madhi Khairil Bariyah*".

2. Kaidah dalam Qasidah Burdah

Bait-bait Shalawat Burdah terdiri dari sepuluh tema pokok pembicaraan. Yaitu, (1) Prolog cinta sang kekasih, berjumlah 12 bait; (2) Peringatan akan bahaya menuruti hawa nafsu, sebanyak 16 bait; (3) Pepujian, sebanyak 30 bait; (4) Kisah kelahiran, sebanyak 13 bait; (5) Mukjizat, sebanyak 16 bait; (6) Al-Quran, sebanyak 17 bait; (7) Isra' Mi'raj, sebanyak 13 bait; (8) Jihad, sebanyak 12 bait; (9) penutup dan

¹²Tolchah Mansoer, *Sajak-Sajak Burdah Imam Muhammad Al Bushiri: Terjemahan Saduran, Pendahuluan*, (Yogyakarta: Adab Press: 2006), hlm.65

permohonan ampun, sebanyak 12 bait dan ada yang berpendapat sebanyak 19 bait. Semuanya satu-persatu dijabarkan sebagai berikut

1. Kecintaan pada Rasulullah. Prolog pada bagian burdah yang dimaksud dalam ilmu sastra disebut *syakwa al-gharam* (ekperesi batin sang penyair).¹³ Pada bagian ini, seorang penyair mengungkapkan isi hatinya dengan bahasa kiasan dan perlambang(hiperbolis). Pada awal bait ia menunjukkan rasa cintanya kepada Rasulullah dengan kisah yang dimulai dengan nasib, yaitu ungkapan rasa pilu atas dukacita yang dialami penyair dan orang yang dekat dengannya, yaitu tetangganya di Dzu Salam, Sudah menjadi kelaziman bagi para penyair Arab klasik dalam mengawali karya syairnya selalu merujuk pada tempat di mana ia memperoleh kenangan mendalam dalam hidupnya, khususnya kampung halamannya. Kecintaan pada Nabi ini diungkapkan Bushiri pada bait 1-12¹⁴
2. Nasihat akan hawa nafsu. Pada bagian kedua dari syair burdah, berisi peringatan akan bahaya hawa nafsu. Terkait dengan hawa nafsu ini, al bushiri mengungkapkan watak dari nafsu di dalam Burdah, jumlahnya ada 16 bait dimulai dari bait 13-28. Dalam ajaran pengendalian hawa nafsu, al-Bushiri menganjurkan agar kehendak hawa nafsu dibuang jauh-jauh, jangan dimanjakan dan dipertuankan, karena nafsu itu sesat dan menyesatkan. Keadaan lapar dan kenyang, kedua-duanya dapat merusak, maka hendaknya dijaga secara seimbang. Ajakan dan bujukan nafsu dan setan hendaknya dilawan sekuat tenaga, jangan diperturutkan
3. Puji-pujian kepada Rasulullah SAW. Pujian al-Bushiri pada Nabi tidak terbatas pada sifat dan kualitas pribadi, tetapi mengungkapkan kelebihan Nabi yang paling utama, yaitu mukjizat paling besar dalam bentuk Al Quran, mukjizat yang abadi. Al Quran adalah kitab yang tidak mengandung keraguan, pun tidak lapuk oleh perubahan zaman, apalagi ditafsirkan dan dipahami secara arif dengan berbekal pengetahuan dan makrifat. Hikmah dan kandungan Al Quran memiliki relevansi yang abadi sepanjang masa dan selalu memiliki konteks yang luas dengan peristiwa-peristiwa sejarah yang bersifat temporal. Kitab Al Quran selamanya hidup dalam ingatan dan jiwa umat Islam.

¹³ Muhammad Adib, *Burdah, antara kasidah, Mistis dan sejarah*, (Yogyakarta:Pustaka Pesantren dan LKiS, 2009), hlm. 33

¹⁴Syed Mohiuddin Qadri, *Qasidat al-Burda An Analogy of Arabic and Urdu Poems First edition 2008, Revision 1*. pada www.aidalayoubi.co/wp.../Mohammed-al-Busiri-Qasidat-al-Burda.pdf. hlm.9

Bagian ini merupakan bagian inti dari burdah yaitu tentang Rasulullah SAW. Bila memuji Rasulullah termasuk ibadah shalawat, maka burdah dapat dikatakan dalam bentuk shalawat, adapun Bab ini dimulai dari bait 29-58.

4. Maulid Nabi Muhammad SAW. Bagian burdah ini, bercerita tentang kelahiran Nabi Muhammad SAW, beserta berbagai peristiwa menakjubkan di sekitarnya sebagai tanda kelahiran Rasulullah. Jumlah bait pada bagian keempat ini ada 13 dan dimulai dari bait 59-71.
5. Mukjizat. Bagian burdah yang kelima adalah cerita tentang mukjizat-mukjizat Nabi Muhammad SAW, yang bersifat lahiriah. Jumlah baitnya terdiri dari 16 bait dan dimulai dari bait 72-87
6. Keistimewaan Al-Qur'an. Bagian enam burdah menuturkan keistimewaan – keistimewaan mukjizat Rasulullah SAW, yang berupa turunnya kitab Al-qur'an sebagai pedoman. Adapun Jumlah baitnya terdapat 17 dan pada bait ke 88-10.
7. Isra' Mi'raj. Bagian ketujuh menuturkan isra'mir'raj, perjalanan suci Rasulullah SAW, dari Masjidil Haram sampai sidratul Muntaha. Jumlah baitnya ada 13, dari bait 105-117
8. Perjuangan Nabi SAW di Medan Perang. Bagian kedelapan berisi kisah perjuangan Nabi, keperkasaan nabi Muhammad SAW dan para sahabat dalam peperangan melawan musuh-musuh Islam. Didalamnya menggambarkan betapa keberanian Nabi SAW membuat musuh lari ketakutan. Jumlah pada bagian ke delapan ini adalah 22 bait pada bagian 118-139.
9. Penyesalan Al bushiri. Bagian kesembilan burdah berisi penyesalan dan permohonan Ampunan. Dalam bait-bait ini imam Al-bushiri menggambarkan penyesalan yang mendalam atas kebiasaan al bushiri yang membuat puisi dengan mengharapkan materi, penyesalan al bushiri pada bagian ke sembilan ini terdapat 12 bait dan terlihat pada bait ke 140-151
10. Penutup. Pada bagian terakhir ini, merupakan penutup dan doa. Pada bagian ini, terlihat kemahiran al bushiri dalam mengungkapkan *matla'* sehingga pada akhir bab ini, al bushiri menyusun kalimat seindah mungkin. Bagian ini juga merupakan harapan al bushiri agar dosa-dosanya terampuni. Jumlah syirnya ada 10 bait yang dimulai dari bait 152-161.¹⁵

¹⁵ Syed Mohiuddin Qadri, *Loc.Cit*

3. Fungsi dari Qasidah Burdah

Qasidah burdah mempunyai beberapa fungsi dalam pelafalannya, diantara fungsi dari qasida burdah ini diantaranya:

a. Fungsi Burdah bagi sang penyair

Analisis struktur isi kasidah burdah menunjukkan bahwa karya yang ia buat ditujukan oleh pengarangnya untuk mengekspresikan rasa cinta yang dalam kepada Nabi saw. Selanjutnya ungkapan rasa cinta tersebut dimaksudkan oleh Al-bushiri sebagai sarana(wasilah) untuk mendapatkan kesembuhan dari penyakit stroke yang dialaminya, syafaat Nabi dan ampunan Allah.

b. Fungsi Burdah bagi masyarakat Arab

Pada masyarakat Arab yang mengamalkan burdah, karya ini memiliki fungsi manfaat dan hiburan. Fungsi manfaat ini mencakup aspek agama, spiritual dan pendidikan. Berkaitan dengan aspek spiritual, burdah difungsikan untuk menyembuhkan penyakit rohani, jasmani dan penolak bala. Pengalamannya diintegrasikan pada pelaksanaan shalat fardu atau dikaitkan kepada bilangan dan waktu tertentu, misalnya hari dan malam jum'at. Sehubungan dengan aspek kependidikan, pembacaan burdah difungsikan sebagai kegiatan ekstra kulikuler bagi para pelajar dan sebagai salah satu buku ajar dalam bidang akhlak dan sejarah. Pada manfaat ketiga, yaitu pembacaan burdah difungsikan oleh para pembacanya untuk mendapatkan kenikmatan dan hiburan melalui irama, pilihan kata dan keindahan bahasanya.

c. Fungsi burdah bagi masyarakat dan pesantren

Fungsi burdah bagi masyarakat dan pesantren, mempunyai fungsi sama seperti masyarakat Arab, yaitu berupa fungsi manfaat mencakup agama, spiritual dan pendidikan. *Pertama*, Fungsi keagamaan burdah dapat diketahui melalui pengamalan matan burdah secara keseluruhan sebagai amal ibadah. Pengalaman mereka didasarkan atas alasan bahwa burdah itu selaras dengan Al-qur'an dan sunnah serta didorong oleh kecintaan kepada Nabi dan rasa hormat kepada ulama (Al-Bushiri). Mereka memandang Al-Bushiri sebagai wali Allah yang layak untuk diminta barakanya. Disamping itu, bait-bait burdah tertentu diamalkan secara integral dengan ibadah shalat fardu. Bait ke-79, misalnya dibaca sebanyak tiga kali setelah shalat maghrib dengan tujuan untuk memperoleh kekuatan dalam beragama.

Kedua, fungsi spiritual tampak dalam khasiat faedah yang dikandung syair burdah. Bait-bait burdah memiliki tiga fungsi spiritual

yaitu: mengobati penyakit rohaniah, jasmaniah dan sebagai penolak bala. Untuk memperoleh khasiat tersebut, burdah yang dilakukan dengan kaitan perkembangan individu, upacara-upacara keagamaan, pertanian, perdagangan, kegiatan amar ma'ruf nahi mungkar, pengobatan, permintaan keputusan dari Allah bagi yang sakit keras dan hal - hal yang magis.

Ketiga, fungsi pendidikan pada kasidah burdah ini dengan memberikan pengajaran kepada santri dan masyarakat, baik secara langsung maupun tidak langsung. Ia dipandang sebagai salah satu sumber ajaran Islam dalam hal mencintai Nabi dan memujinya, serta mengetahui berbagai mukjizatnya.

Keempat, fungsi hiburan dapat diketahui oleh masyarakat Indonesia untuk menghibur diri, menggairahkan santri atau jama'ah dan menyenangkan pihak pengundang. Karena itu masyarakat Indonesia membaguskan suaranya, mengimprovisasikannya, dan memvariasikannya.

D. Seni Qasidah Burdah Imam Al Bushiri sebagai Alternatif Menumbuhkan Kesehatan Mental

Pada umumnya unsur-unsur struktur isi kasidah "Burdah" itu relevan dengan sunnah Nabi saw. Maksudnya, ke-10 pokok permasalahan yang terdapat dalam "Burdah" dan disejajarkan dengan hadits-hadits Nabi. Itu berarti bahwa masalah-masalah dalam syair burdah merupakan lintas dari sunah Nabi. Namun ada beberapa bait burdah yang harus difahami menurut persepsi kebudayaan Arab dan konvensi sastranya. Jika tidak, maka relevansi pun tidak akan ditemukan, bahkan bait-bait tersebut, (bait 119 dan 122) dapat dianggap menyimpang dari sunah Nabi.

Sesuatu yang dianggap berlebihan oleh para ahli ialah pujian Al-Bushiri yang terdapat pada bait(38-40). Namun dalam hal ini, saya mengemukakan bahwa pujian pada Nabi sangat wajar dilakukan oleh seorang yang mencintai Nabi. Adapun larangan beliau agar umatnya tidak memujinya secara berlebihan dapat difahami sebagai wujud ketawaduan beliau dan sebagai ekspresi kekhawatiran kalau-kalau umatnya akan menkultuskan dirinya sebagaimana yang dilakukan oleh kaum Yahudi dan Nasrani terhadap nabi-nabinya¹⁶

¹⁶ Syihabuddin, *Analisis Struktur "Kasidah Burdah", Intertekstualitas, Dan Fungsinya Bagi Masyarakat Pesantren*, Jurnal artikel ilmiah upi edu, dalam http://file.upi.edu/direktori/fpbs/jur._pend._bahasa_arab/131664371-Syihabuddin/artikel_ilmiah/artikel_burdah.pdf diakses pada 22 juni 2014

Lantunan dari qasidah burdah yang indah dapat membuat seorang menjadi terlena bahkan sangat menikmatinya. Seorang yang menikmati lantunan qasidah burdah dan menghayati makna yang terkandung didalamnya terkadang sering merasakan adanya perasaan nyaman dalam jiwanya.

Menurut Larson (1997) sejumlah penelitian tentang relevansi klinis dari agama dan spiritualitas dapat dikategorikan menjadi 4 golongan, yaitu: 1) Pencegahan penyakit (illness prevention), 2) Penyesuaian terhadap penyakit (coping with illness), 3) Kesembuhan dari operasi (recovery from surgery), 4) Meningkatkan hasil pengobatan (improving treatment outcomes)¹⁷

Terapi melantunkan qasida burdah untuk konseling Islam ini dapat dilakukan dengan beberapa cara, antara lain:

1. Langkah preventif

Pelantunan sholawat burdah dapat mencegah terjadinya kesehatan mental dengan cara mengamalkan isi dari tuntunan qasidah burdah seperti mengamalkan Al-qur'an dan sunnah. Salah satu cara untuk ungkapan dalam syair qasidah adalah membuang jauh-jauh hawa nafsu seperti pada bait 18, adapun menurut Al-Tirmidzi yang dikutip oleh Amir An Najr, nafsu dibedakan menjadi 3 diantaranya: *Pertama, nafs* (jiwa) bermakna nafas yang dapat memberikan hidup, dimana nafas itu terpancar dari ruh, seperti meluapnya sesuatu dari atas ke bawah. *Kedua, nafs* (jiwa) sebagai *gharizah* (insting) yang dihiasi oleh setan dengan segala tipu daya yang bertujuan untuk menang dan merusak. Dalam posisi ini, jiwa sangat lemah dihadapkan setan. *Ketiga, nafs* (jiwa) sebagai teman dan penolong setan, dan jiwa smalam ini ikut serta didalam kejahatan, bahkan merupakan bagian dari kejahatan itu sendiri, sementara itu, watak dari nafsu bisa menjerumuskan manusia dalam lembah kehinaan.¹⁸

2. Relaksasi dan Meditasi

Terapi relaksasi dan meditasi ini bertujuan untuk mengendorkan otot-otot dan mencapai kondisi rileks, yang oleh Benson (2000) disebut sebagai relaxation response. Kondisi rileks ini sangat dibutuhkan bagi tubuh untuk mencapai kondisi "istirahat" yang akan mempengaruhi fungsi alat-alat tubuh yang lain. Beberapa

¹⁷M.A Subandi, *Integrasi Psikoterapi Dalam Dunia Medis*, dalam [Http: http://psikologi.ugm.ac.id/uploads/resources/File/Database%20Penelitian%20Dosen/integrasi_psikoterapi_medis.pdf](http://psikologi.ugm.ac.id/uploads/resources/File/Database%20Penelitian%20Dosen/integrasi_psikoterapi_medis.pdf) diakses pada 22 Juni 2014

¹⁸ Amir an-Najjar, *Mengungkap Akar Perselisihan Umat*, (Jakarta: Penerbit Lentera, 1993), hlm.10

penelitian menyebutkan bahwa relaksasi dan terutam meditasi merupakan sebuah metode anastesi alamiah.

Dalam hal ini, menumbuhkan kesehatan mental dengan relaksasi mendengarkan qasidah burdah sebagai lantunan shalawat yang indah, bisa membuat pendengarnya merasa tenang dan tentram dalam batin

3. Langkah penyembuhan

Penyembuhan bagi seorang yang mengalami tidak sehat mental dalam hal ini adalah penyerahan diri seseorang dalam melantunkan qasidah burdah. Seperti yang dikatakan oleh D.R zakiah daradajat yaitu hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa terletak pada sikap penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan Yang Maha Tinggi. Sikap pasrah yang serupa itu diduga akan memberi sikap optimis pada diri seseorang sehingga muncul perasaan positif seperti rasa bahagia, rasa senang, puas, sukses, merasa dicintai atau rasa aman.¹⁹ Dalam hal ini, qasidah burdah yang mempunyai pengaruh positif dalam batin seseorang dengan adanya perasaan yang nyaman pada jiwa seseorang. Ekspresi perasaan positif dalam diri individu ini diwujudkan dalam religiusitas dalam beragama

Frankl dalam Logoterapi juga menjelaskan bahwa adanya dimensi kerohanian pada manusia di samping dimensi ragawi dan kejiwaan. Individu dapat menemukan makna dengan menemui kebenaran melalui realisasi nilai-nilai yang berasal dari agama. Oleh karena itu dalam menumbuhkan kesehatan mental pada individu dapat diperoleh melalui keterlibatan individu dalam aktivitas religius.

Melaksanakan tata cara ibadah yang diajarkan agama, disamping dengan melaukan shalat fardu yang diiringi bacaan burdah, juga termasuk dengan melafalkan qasidah burdah di majlis, dengan khidmat maka akan menimbulkan perasaan tenang, tentram, tabah serta merasakan mendapat bimbingan dalam melakukan tindakan.²⁰

Cukup logis kiranya jika setiap ajaran agama mewajibkan penganutnya untuk melaksanakan ajarannya secara rutin. Bentuk dan pelaksanaan ibadah agama, paling tidak akan ikut berpengaruh dalam menanamkan keluhuran budi yang pada puncaknya akan menimbulkan rasa sukses sebagai pengabdian Tuhan yang setia. Tindak ibadah setidak-tidaknya akan memberi rasa bahwa hidup menjadi lebih bermakna, dan manusia sebagai makhluk yang memiliki kesatuan jasmani dan rohani

¹⁹ Jalaludin, *Op.cit*, hlm. 169.

²⁰ Frankl, Viktor E. *Man's Search For Meaning*. Terjemahan Lala Hermawati Dharma. (Bandung: Nuansa, 2004). hlm. 36-37

secara tak terpisahkan, memerlukan perlakuan yang dapat memuaskan keduanya.²¹

E. Kesimpulan

Qasidah burdah Imam Al-bushiri, mempunyai unsur-unsur Al-Qur'an dan sunnah sebagaimana dzikir dan sholawat nabi. Isi dari qasidah burdah sendiri bisa digunakan sebagai alternative dalam melakukan terapi konseling Islam untuk menumbuhkan kesehatan mental.

Seorang yang menikmati lantunan qasidah burdah dan menghayati makna yang terkandung didalamnya terkadang sering merasakan adanya perasaan nyaman dalam jiwanya, sehingga berdampak menumbuhkan kesehatan mental pada diri seorang muslim.

Pada Akhirnya, hasil dari terapi dengan menggunakan qasidah burdah dalam segi pelafalan, pemahaman makna, bahkan kandungan isi untuk menumbuhkan kesehatan mental, tergantung pada pelakunya dalam melakukan bentuk terapi berupa langkah preventif, relaksasi maupun langkah penyembuhan dengan menggunakan qasidah burdah.

²¹ Jalaluddin. *Psikologi...*, hlm 143

DAFTAR PUSTAKA

- An-Najjar, Amir, *Mengungkap Akar Perselisihan Umat*, (Jakarta:Penerbit Lentera, 1993).
- Bastaman, Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi dengan Islam Menuju Psikologi Islami*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 1997)
- Daradjat, Zakiah, *Kesehatan Mental*, (Jakarta:Gunung Agung 1983)
- , Zakiah, *Pendidikan Agama dalam Pembinaan Mental*, (Jakarta:Bulan Bintang, 1982)
- Jaelani, A.F, *Penyucian Jiwa (Tazkiyat Al-nafs) & Kesehatan Mental*, (Jakarta:Penerbit Amzah, 2000)
- Jalaludin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2002)
- Khairi , *Islam Dan Budaya Masyarakat*(Yogyakarta: Fajar pustaka,2008)
- Langgulong, Hasan, *Beberapa Pemikiran tentang Pendidikan Islam*, (Bandung: Penerbit PT. Al-Ma'arif, 1980).
- Mansoer, Tolchah, *Sajak-Sajak Burdah Imam Muhammad Al Bushiri: Terjemahan Saduran,Pendahuluan*,(Yogyakarta: Adab Press,2006)
- Mashur, Fadhil Munawwar, "Resepsi Kasidah Burdah Al Bushiri dalam masyarakat Pesantren", dalam *HUMANIORA* Volume 18. No. 2 2006
- Mohiuddin Qadri, Syed, *Qasidat al-Burda An Analogy of Arabic and Urdu Poems First edition 2008, Revision 1*. pada www.aidelayoubi.co
- Prince M, Patel V, Saxena S, Maj M, Maselko J, Phillips MR et al. *No health without mental health*. *Lancet*. 2007;370:859-77
- Syihabuddin, Jurnal artikel ilmiah UPI Edu, diakses pada file.upi.edu
- Subandi, *Integrasi Psikoterapi Dalam Dunia Medis*, dalam [Http: http://psikologi.ugm.ac.id](http://psikologi.ugm.ac.id)
- Viktor, E Frankl, *Man 's Search For Meaning*. Terjemahan Lala Hermawati Dharmas. (Bandung: Nuansa, 2004)
- Wittchen HU, Jacobi F. *Size and burden of mental disorders in Europe: a critical appraisal of 27 studies*. *European Neuropsychopharmacology*. 2005 July;15(4)