

## Tradisi Baca Burdah Sebagai Penguat Kesehatan Mental Santri di Tengah Pandemi Covid-19 (Studi Kasus di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempan Pamekasan)

**Emna Laisa**

**Institut Agama Islam Negeri Madura**  
e2nk.cute@gmail.com

**Nurul Qomariyah**

**Institut Agama Islam Negeri Madura**  
nurulriyah2@gmail.com

### Abstract

Burdah is a reading that contains prayers and verses of praise to prophet Muhammad SAW written by the Egyptian cleric, Imam Al-Busiri. This burdah reading is intended to obtain the prophet's and wishes come true. In connection with the Covid 19 pandemic, the Matsaratul Huda Islamic boarding school held a burdah reading program in the hope that Muslims will be protected by Allah and the pandemic will be passed quickly. The purpose of this study was to determine the management of burdah reading and its impact on aspects of religiosity and the mental health of students. This study uses a qualitative research method with a case study approach to describe the pattern of student resilience in the face of pandemics. The result of this study indicates that reading burdah is carried out every night after isha's prayer simultaneously then continued reading istighfar and prayer. Student lead the burdah in turn according to the schedule made by the boarding school administrator. The impact of reading burdah makes santri put their trust in Allah and be more optimistic in facing the pandemic by carrying out the process of adapting to new habits.

**Key Words:**Burdah, Pandemic, Religiosity, Mental Health

### Abstrak

Burdah adalah bacaan yang berisi doa dan sya'ir puji-pujian terhadap Nabi Muhammad SAW yang dikarang oleh ulama' Mesir yakni Imam Al-Busiri. Pembacaan burdah ini dimaksudkan untuk memperoleh syafa'at Nabi dan terkabul hajatnya. Dengan latar belakang kisah pengarang burdah, nadhom ini dapat diyakini sebagai penolak mala petaka (*bala'*) seperti yang sedang dihadapi saat ini yakni pandemi covid-19. Berkaitan dengan pandemi Covid-19, Pondok Pesantren Matsaratul Huda mengadakan program pembacaan burdah dengan harapan agar umat Islam dilindungi Allah dan pandemi cepat berlalu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tata laksana pembacaan burdah dan dampaknya terhadap aspek religiusitas dan kesehatan mental santri. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus untuk mendeskripsikan pola ketahanan santri dalam menghadapi pandemi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pembacaan burdah dilaksanakan setiap malam setelah sholat isya' secara serentak kemudian dilanjutkan pembacaan istighfar dan doa. Santri memimpin burdah secara bergantian sesuai jadwal yang dibuat oleh pengurus pondok. Dampak pembacaan burdah menjadikan santri bertawakkal kepada Allah dan lebih optimis menghadapi pandemi, dengan melakukan serangkaian proses adaptasi kebiasaan baru.

**Kata Kunci:**Burdah, Pandemi, Religiusitas, Kesehatan Mental

## Pendahuluan

Sejak tanggal 9Maret 2020, WHO (*World Health Organization*) mendeklarasikan wabah coronavarius menyerang kesehatan masyarakat. Hal ini berdampak pada berbagai aspek seperti gaya hidup, kebiasaan, serta keyakinan masyarakat yang disebabkan karena adanya pembatasan (isolasi) yang diberlakukan guna memutus mata rantai penyebaran covid 19.<sup>1</sup>

Dampak signifikan juga dirasakan oleh pondok pesantren. Pondok pesantren seringkali digambarkan sebagai miniatur elemen kehidupan yang menjadi pusat dalam penguatan masyarakat dengan lekatnya nilai-nilai religius. Dengan berbagai macam komponen didalamnya khususnya adalah santri; sebagai objek yang utama dalam sebuah

---

<sup>1</sup>Renzo Filepe Carranza Esteban, spirituality and religiousness as predictors of life satisfaction among Peruvian citizen during the COVID-19 pandemic, *heliyon*. 7, 2021. 1, [www.cell.com/heliyon](http://www.cell.com/heliyon)

pesantren, posisi santri yakni sebagai penuntut ilmu yang dimanahkan oleh orang tuanya kepada kiyai untuk dibina.

Menghadapi kondisi pandemi saat ini tentu pesantren tidak tinggal diam dalam berikhtiar menjaga para santri baik secara lahir atau bathin. Dimulai dari mematuhi protokol kesehatan, menerapkan pembatasan berskala dengan tidak membolehkan adanya kunjungan pada santri hingga adaptasi baru lainnya. Tentu dengan kondisi fisik dan psikologi yang belum matang, terlebih kondisinya pandemi saat ini, sangat berpengaruh pada kondisi santri terutama dalam kesehatan mental.<sup>2</sup>

Dapat diteliti bahwa kondisi saat ini telah mengeksplorasi dampaknya pada kesehatan mental, diantaranya meningkatnya rasa kecemasan hingga frustrasi serta menurunnya rasa emosi yang positif, kebahagiaan dan kepuasan hidup.<sup>3</sup> Seperti yang telah banyak ditemukan dari berbagai macam literatur, ada beberapa faktor yang mendorong dan menghambat kepuasan hidup; terkhusus sikap religiusitas dan spiritualitas.

Di tengah kondisi pandemic saat ini, pesantren dan santri dituntut untuk tetap *survive* dengan melakukan berbagai macam ikhtiar baik secara lahir dan bathin. Salah satunya adalah Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempun Pamekasan yang melakukan suatu tradisi baru ditengah pandemik yakni pembacaan burdah.

Burdah adalah bacaan yang berisi doa dan puji-pujian terhadap Nabi Muhammad SAW, dikarang oleh ulama' Mesir yakni Imam al-Busiri. Tidak sekedar memaknai burdah sebagai syi'ir puji-pujian, bacaan burdah dimaksudkan untuk menyembuhkan penyakit dan meredakan wabah penyakit yang merebak saat ini. Hal tersebut menjadi suatu kebiasaan yang baru dikalangan pesantren dengan memaknai lebih dalam bacaan burdah guna menguatkan kesehatan mental santri dengan cara menekankan sikap religiusnya. Tradisi tersebut dilakukan secara istiqomah di tengah pandemi ini dengan harapan pembacaan burdah membuat santri dan lingkungan pesantren menjadi lebih damai, dan kembalinya emosi yang positif. Merasakan perlindungan yang lebih terhadap bathin masing-masing santri dan lingkungan masyarakat di tengah kondisi yang mengkhawatirkan seperti saat ini.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif karena metode tersebut mengeksplorasi atau menekankan pada suatu fenomena yang terpenting dari subjek atau kejadian sosial yang akan diteliti yang terdiri dari kejadian, waktu, tempat dan kondisi. Dengan menggunakan metode ini, diharapkan dapat memberikan data secara deskriptif mengenai hal-hal yang menjadi pertanyaan baik waktu, tempat, dan kondisi individu kejadian sosial tersebut.<sup>4</sup>

Melalui pendekatan studi kasus penelitian ini dilakukan secara mendalam, terperinci, dan detail pada suatu peristiwa atau kajian sosial yang sedang terjadi. Bimo walgito menyampaikan bahwa studi kasus adalah suatu metode yang rinci dan detail dari suatu topic atau suatu peristiwa tertentu.

Lokasi penelitian ini terletak di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempun Pamekasan. Dengan memperhatikan posisi pondok yang strategis tidak terlalu ke kota juga tidak terlalu ke desa, tradisi pondok yang lekat dengan tradisional dan nilai-nilai religius yang tinggi menjadi salah satu alasan penelitian ini dilakukan. Terlebih kepedulian pondok terhadap santri dimasa pandemi saat ini dengan ketatnya protokol kesehatan. Data

---

<sup>2</sup>Ulin Nihayah, Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri sebagai alternative menumbuhkan kesehatan mental, *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34, No.1, (2014), 296

<sup>3</sup>Bushra Ishaq, dkk Muslim Religiosity and health outcomes; A cross-sectional study among muslim in Norway, *SSM-Population Health*, (Norway, 2021), [www.elsevier.com/locate/ssmph](http://www.elsevier.com/locate/ssmph)

<sup>4</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), 20

penelitian ini dapat bersumber dari manusia dan non manusia.<sup>5</sup>Sumber data manusia yaitu santri, pengurus pondok pesantren Matsaratul Huda dan masyarakat.Sedangkan sumber data non manusia yakni berupa buku dan jurnal tentang burdah dan pandemi yang menjadi acuan pada penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara, observasi serta analisis literatur.Wawancara dilakukan secara lisan dengan tujuan mendapatkan data yang dapat menjelaskan permasalahan yang sedang diteliti bersumber dari pengurus Pondok Pesantren Matsaratul Huda, santri, dan masyarakat. Observasi dilakukan dengan memperhatikan secara langsung dan detail terkait objek penelitian. Analisis literatur dilakukan dengan menganalisis dokumen yang berkaitan dengan pandemi, kesehatan mental, serta tradisi pembacaan burdah di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempun Pamekasan.

## **Hasil Penelitian**

### **Esensi Burdah Bagi Santri di Tengah Pandemi**

Dalam menghadapi kondisi wabah saat ini, berbagai macam ikhtiar perlu dilakukan.Dimulai dari menerapkan anjuran pemerintah dengan mematuhi aturan protokol kesehatan covid 19 sebagai upaya melindungi diri sendiri dan saling melindungi.Sebagai umat Islam, relasi vertikal dan horizontal harus tetap digalakkan. Relasi horizontal diwujudkan dengan mengikuti aturan jaga jarak, memakai masker, dan selalu mencuci tangan, sedangkan dalam tataran hubungan vertikal dengan Tuhan juga perlu ditingkatkan. Kembali menghidupkan sikap yang religius ditengah pandemi guna menghidupkan iman dan mendekatkan diri kepada Allah sangat penting untuk diperhatikan.Mengingat bahwa segalanya telah diatur oleh Allah termasuk adanya kondisi pandemi ini.Bagi kalangan pesantren tentu hal ini bukan sesuatu yang baru, santri selalu terbiasa dekat dengan perilaku-perilaku religius dan ibadah yang tentu lebih intens dari pada masyarakat pada umumnya.

Termasuk salah satunya pembacaan sholawat burdah.Tradisi ini tentu sudah biasa dan menjadi kebiasaan tersendiri bagi pesantren karena burdah merupakan kitab klasik yang sering dikaji dan diamalkan.Burdah ialah bacaan sebagai puji-pujian kepada nabi Muhammad, berisi pengakuan dosa dan memohon ampunan adalah salah satu cara untuk mengingat Allah. Memuji nabi Muhammad bermakna memuji kekasih Allah yang secara tidak langsung menuju kepada Allah. Sholawat atau pujian yang datangnya dari Allah kepada nabinya merupakan rahmat, apabila dari umatnya maka bermakna sanjungan dan pengharapan agar rahmat dari Allah dikekalkan.

Para santri percaya bahwa burdah adalah bacaan mujarab penolak bala' sekaligus dapat menyembuhkan penyakit. Hal ini berlandaskan pada sejarah bacaan burdah di mana sang pengarang yakni Imam Al-Bushiri sembuh dari penyakitnya setelah bermimpi bertemu Rasulullah sembari membaca burdah tersebut.

Santri dapat mengkolerasikan esensi burdah tersebut dengan kondisi pandemi COVID 19 saat ini dengan menguatkan keyakinan dan meningkatkan religiusitas untuk memohon ampunan kepada Allah. Puji-pujian yang terdapat dalam teks burdah tidak lain bermaksud untuk mendapatkan syafa'at dan keberkahan terhadap Nabi Muhammad. Terbukti bahwa santri sangat antusias dengan kembali menghidupkan tradisi baca burdah ini ditengah pandemi.

### **Pelaksanaan Baca Burdah di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempun Pamekasan**

Pondok Pesantren Matsaratul Huda adalah pondok pesantren yang berada dibawah asuhan KH.Kholilurrahman M.S.i. Beliau adalah Bupati Pamekasan tahun 2008-

---

<sup>5</sup>Wayan Suwendra, *Metodelogi Penelitian Kualitatif dalam ilmu sosial, pendidikan, kebudayaan, dan keagamaan*, (Bali:Nilacakra, 2018),34

2013 sekaligus menjadi ketua PCNU Pamekasan. Berlatar belakang *Nahdliliyyin*, membuat pondok pesantren ini lekat dengan tradisi para sesepuh yang ada dipesantren. Tidak dipungkiri bahwa burdah sudah terbiasa dilaksanakan di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempan Pamekasan yang dalam kondisi saat ini lebih diintenskan.

Dalam pelaksanaannya, tradisi baca burdah ditata dengan sistematis dengan beberapa aturan yang telah diterapkan. Adapun tata laksana proses baca burdah yang dilaksanakan oleh pondok Pesantren Matsaratul Huda sebagai berikut:

1. *Pembentukan jadwal santri*

Pada tahapan awal proses pelaksanaan tradisi baca burdah ini, pengurus Pondok Pesantren Matsaratul Huda bermusyawarah dan membentuk jadwal guna menertibkan tradisi tersebut. Pengurus memberikan jadwal setiap kamar akan bertugas bergantian setiap malam untuk memimpin pembacaan burdah. Sebagai contoh jadwal yang dibentuk oleh pengurus pondok untuk santri putri dengan jumlah santri 216 orang. Terdiri dari 15 kamar, yang masing masing terdiri dari 15 santriwati. Pengurus memberikan edukasi penuh bahwa tradisi bacaan burdah ini untuk mengistiqomahkan diri dan mengharapkan keadaan akan kembali seperti semula atas izin Allah ta'ala.

2. *Waktu pelaksanaan baca burdah*

Pembacaan burdah dilaksanakan pada malam hari setelah sholat isya'. Tidak ada suatu hal yang khusus atau anjuran yang mengharuskan adanya waktu khusus dimalam hari, akan tetapi pengurus menyadari bahwa saat siang hari ada proses pembelajaran baik sekolah umum di pondok serta kegiatan madrasah yang dilaksanakan sore hari membuat tradisi ini dilaksanakan pada waktu malam hari. Dengan suasana yang tenang, proses baca burdah ini akan lebih bisa dirasakan oleh hati dan pikiran untuk kembali menghidupkan imun dengan iman tentu akan merasakan aman.

3. *Tempat yang digunakan dalam proses baca burdah*

Tempat utama berpusatnya segala kegiatan santri yaitu di masjid pondok pesantren. Masjid pesantren Matsaratul Huda menjadi tempat pelaksanaan baca burdah baik santri putra dan putri. Penyesuaian kondisi untuk lebih intens dan kondusif ditempat ini membawa ketenangan tersendiri bagi para santri.

4. *Cara baca qasidah burdah*

Dalam proses pengamalannya, ada beberapa cara khusus yang digunakan oleh santri Matsaratul Huda Panempan Pamekasan, yaitu: *Pertama*, pembacaan al-Fatihah. Al-Fatihah yang pertama ditujukan kepada Rasulullah dan kepada pengarang qasidah tersebut yakni imam al- Bushiri. Al fatihah kedua ditujukan kepada pengesepuh kiyai dan pengasuh dari Pondok Pesantren Matsaratul Huda. Al fatihah ketiga ditunjukkan untuk kedua orang tua. Dan al fatihah ke empat untuk kebaikan dan keselamatan bagi semuanya.

*Kedua*, membaca ayat tentang pentingnya mengajak orang lain untuk ikut serta membaca sholawat kepada Rasulullah:

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا

56. *Sesungguhnya Allah dan malaikat-malaikat-Nya bershalawat untuk Nabi. Hai orang-orang yang beriman, bershalawatlah kamu untuk Nabi dan ucapkanlah salam penghormatan kepadanya*

*Ketiga*, dalam pembacaan burdah dibait-bait tertentu dimulai dengan bacaan sholawat sebagai berikut.

Artinya : “Wahai tuhanku, limpahkanlah selalu rahmat penghormatan dan keselamatan atas kekasih-Mu Nabi Muhammad saw, makhluk terbaik diantara seluruh makhluk.”

*Keempat*, pembacaan istighasah dan istighfar guna memohon ampun dan rahmat Allah yang melimpah untuk seluruh umat manusia.

Tidak dapat dipungkiri bahwa santri yang familiar dengan kegiatan keagamaan sangat mudah beradaptasi dan melaksanakan tradisi baca burdah ini ditengah pandemi.

### **Dampak Pembacaan Burdah Bagi Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempen Pamekasan**

Sejak pandemi covid 19 merabak, kesehatan mental sudah menjadi kekhawatiran yang penuh dibidang kesehatan. Adanya pembatasan sosial yang bertujuan menekan angka penularan covid 19 dan pembatasan ruang gerak dapat menimbulkan stress dan rasa tertekan. Awalnya, setiap orang akan merasakan bosan ketika harus terus berdiam diri di rumah. Sejalannya waktu maka rasa bosan berkembang menjadi depresi atau kecemasan.

Santri adalah orang yang merasakan hal tersebut secara kompleks. Dalam kebijakannya, pesantren menetapkan aturan bahwa santri tetap berada di ruang lingkup pesantren dan tidak membolehkan adanya interaksi fisik dengan lingkungan luar kecuali sangat dibutuhkan. Pesantren menekankan bahwa orang yang dari luar baik keluarga atau kerabat santri tidak diizinkan menyambangi santri. Mengingat hal tersebut, tentu sangat bisa dipahami bagaimana kondisi kesehatan mental santri.

Kekhawatiran dan kecemasan menjadi satu ditengah hiruk pikuk kondisi pandemi saat ini. Pesantren dengan segala kebijakannya untuk menjaga komponen-komponen yang ada didalamnya. Pesantren berupaya melakukan berbagai adaptasi dan kebiasaan baru ditengah pandemi. Pesantren Matsaratul Huda dengan panggilan masyhurnya *matsda* tersebut menerapkan kegiatan berjemur dan pembacaan istighfar dipagi hari guna meningkatkan daya tahan tubuh serta menerapkan tradisi baca burdah untuk meningkatkan keimanan santri. Burdah dapat memberikan emosi yang positif pada santri, dengan kemas qasidah dan nasyid serta pendalaman makna yang membuat santri menjadi lebih tenang dan mencoba berdamai dengan kondisi pandemi saat ini. Santri berusaha memulihkan kesehatan mental dengan meperkuat religuisitasnya dengan cara selalu mengingat dan beribadah kepada Allah. Melalui burdah sebagai bacaan puji-pujian kepada nabi Muhammad sebagai kekasih Allah dengan harapan rahmat Allah dikaruniakan kepada umat manusia, wabah segera berakhir dan kembali normal. Tidak dipungkiri bahwa hati yang selalu mengingat Allah akan memperoleh ketenangan, dapat melahirkan pikiran yang positif dan meningkatkan imunitas tubuh.

Kondisi pandemi ini tidak membuat pengasuh membiarkan santri dalam keadaan vakum tanpa aktivitas berarti. Melalui pengurus pondok, pengasuh menginstruksikan untuk mengasah bakat dan kreativitas santri. Mereka didorong untuk mengikuti berbagai perlombaan baik tingkat regional ataupun nasional secara daring, seperti lomba menulis artikel, cerpen, dan baca puisi. Di samping itu, santri juga dilatih berpikir ekonomis dengan memanfaatkan barang bekas yang ada di sekitarnya untuk dijadikan barang yang bermanfaat, seperti membuat kerajinan tas dari plastik bungkus deterjen.

### **Pembahasan**

#### **Esensi Burdah bagi Santri di Masa Pandemi**

Dalam sejarahnya, burdah berasal dari bahasa arab, *qasidah al-burdah* yang berisi qasidah (lagu) tentang puji-pujian terhadap Nabi Muhammad. Merupakan karya sastra Arab populer pada abad ke 13 masehi yang diterima dengan mudah oleh masyarakat sastra di dunia. Pengarangnya adalah ulama' mesir yakni Syarafuddin Muhammad bin Sa'id bin chammad bin Abdillah bin Shanhajy atau lebih dikenal dengan imam al-Busiri. Menjadi ulama sufi terkenal dengan pribadi yang alim lagi mengamalkan ilmunya, tentu beliau lahir dengan latar belakang masa kecil yang tertata dengan lekatnya ilmu pengetahuan, beliau hidup dilingkungan yang ketat dengan didikan ilmu agama, ayah dan

ibunya sangat memperdulikan terhadap ilmu al-Qur'an sehingga tidak menjadi sebuah keraguan besar apabila ayahnya sendiri yang mendidik imam al-Busiry untuk terbiasa dalam dunia al-Qur'an. Diumur yang masih sangat belia, al-Bushiri sudah dititipkan amanah dapat menghafalkan al-Qur'an dengan baik.<sup>6</sup>

Terkait dengan pembacaan burdah, pihak pondok pesantren meyakini bahwa burdah merupakan salah satu ikhtiar permohonan kepada Allah melalui wasilah Nabi Muhammad agar pandemi covid dan segala musibah yang terjadi akan segera berakhir. Hal ini berdasarkan sebuah riwayat menyatakan bahwa proses penyusunan syi'ir burdah tersebut dilakukan ketika imam al-Busiri sedang sakit keras. Al-Busiri mengalami kelumpuhan atau disebut angin merah yang tentu sangat sulit untuk bergerak karena beberapa saraf dalam tubuh sedang dalam kondisi mati. Akibat penyakit tersebut beliau menulis syair tersebut hingga tertidur.<sup>7</sup> Dalam tidurnya, al-Busiri bermimpi bahwa dia bertemu dengan Rasulullah SAW kemudian wajah beliau diusap dengan jubah milik Rasulullah dengan nama jubah al-burdah dan mengenakannya pada al-Busiri. Dia menyampaikan syair tersebut hingga dibait ke 51. Setelah itu, al-Bushiri tidak sanggup lagi untuk meneruskan bacaannya. Dalam mimpi tersebut Rasulullah memintanya untuk melanjutkan namun al-Busiri berkata bahwa dirinya tidak memiliki kesanggupan untuk membaca syi'ir puji-pujian tersebut. Ketika al-Busiri bangun dari tidurnya, dia merasakan keajaiban yakni penyakit yang sedang menyimpannya sudah tidak dirasakan lagi. Dengan bacaan puji-pujian tersebut dia yakin bahwa Rasulullah memberikan syafa'atnya hingga al-Busiri melanjutkan sya'ir tersebut dan memuji Rasulullah SAW.

Santri juga diarahkan untuk mendalami arti dan makna mendalam dalam setiap bait burdah yang dibaca, dengan begitu akan menambah rasa khushuk saat pelafalan sebagai bentuk pengharapan mendalam agar tercapai segala hajat yang diinginkan. Banyak ulama' yang memberikan uraian atau penjelasan kaidah dalam bacaan burdah yang berjumlah 161 bait. Lebih rinci lagi tentang kaidah yang terdapat dalam setiap bait-bait syi'ir burdah terdiri dari sepuluh tema pokok,<sup>8</sup> yaitu :

**Pertama**, berisi prolog atau ungkapan cinta kepada sang kekasih. Dalam sastra arab, prolog cinta yang dimaksud yakni *syakwa al-gharum* atau ekspresi bathin seorang penyair yang mengungkapkan isi hatinya melalui bahasa kiasan dan tambahan majas hiperbola, yang berjumlah 12 bait;

**Kedua**, berisi tentang nasihat akanbahayanya menuruti hawa nafsu yang ada dalam diri setiap insan. Terkait hal tersebut, Al-bushiri menyampaikan sifat watak yang ada pada nafsu. Hendaknya kita tetap dalam kondisi seimbang dan membuang jauh-jauh keinginan hawa nafsu, hendaknya kita tetap melawan setan dan jangan kita perturutkan. Hal ini terdiri dengan bait yang berjumlah 16 bait yaitu bait 13-28;

**Ketiga**, berisi tentang puji-pujian kepada Rasulullah SAW. Pujian ini bukan hanya sebatas pada sesuatu yang melekat pada nabi seperti sifat dan kualitas diri, akan tetapi merujuk pada mukjizat nabi yang paling besar dan abadi yakni Al-Qur'an. Memuji Rasulullah berarti bersholawat (mendoakan) yang bermakna ibadah. Maka burdah termasuk dalam ibadah sholawat. Bagian ini dimulai dari bait 29-58

**Keempat**, berisi tentang cerita kelahiran nabi Muhammad SAW atau disebut juga dengan maulid nabi. Bagian ini berisi hal-hal yang menakjubkan terkait kelahiran nabi yang tidak banyak diketahui masyarakat awam. Pada bagian keempat ini berjumlah 13 bait yang dimulai dari bait 59-71

<sup>6</sup>Muhammad Adib, *Burdah antara kasidah, mistis, dan sejarah*, (Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2009), 72

<sup>7</sup>Joko Tetuko, Sholawat Burdah abacaan mujarab atasai pandemi, (29 Juni 2020 : 12.00 WIB), [Shalawat Burdah Bacaan Mujarab Atasi Pandemi - Religi | RRI Surabaya](#)

<sup>8</sup>Muhammad Fajri Tsani Ramadhani, Implikasi Bacaan Sholawat Burdah (Studi Pondok Pesantren Mambaul Hikmah Desa Tegal Wangi, Kecamatan Talang, Kabupaten Tegal), SKRIPSI, (UIN WALISONGO, Semarang, 2018), 32

**Kelima**, berisi tentang mukjizat. Cerita tentang mukjizat yang diberikan kepada nabi Muhammad yang bersifat lahiriah. Jumlah bait pada bagian ini yakni 16 bait dimulai dari 72-87

**Keenam**, berisi tentang keistimewaan Al-qur'an. Jumlah bait pada bagian ini terdapat 17 bait dari bait ke 88-104

**Ketujuh**, berisi tentang peristiwa isra' mi'raj. Peristiwa ini adalah perjalanan suci Rasulullah dari masjidil haram sampai sidratul muntaha. Jumlah bait pada bagian ini ada 13, yakni dari bait 105-117

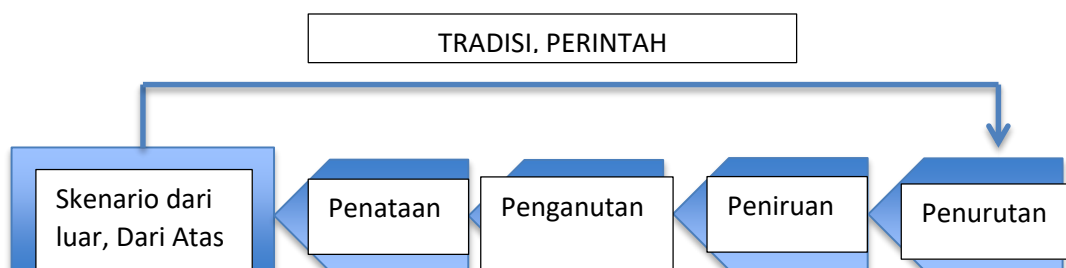
**Kedelapan**, berisi tentang peristiwa perjuangan nabi dalam peperangan. Bagian ini berisi tentang keperkasaan nabi Muhammad dan para sahabat dalam peperangan melawan musuh-musuh Islam. Keberanian Rasulullah menyebarkan Islam sangat digambarkan pada bagian ini. Jumlah baitnya adalah 22 bait dari bagian 118-139

**Kesembilan**, berisi tentang penyesalan dan permohonan ampun al-Bhusiri. Pada bagian bait ini, al-Bhusiri mengungkapkan penyesalan akan perilakunya yang mengharapkan imbalan berupa materi atas apa yang sudah dilakukan. Bait ini mengandung 12 bait yang dapat dilihat pada bait ke 140-151

**Kesepuluh**, bagian akhir dari burdah yang berisi tentang doa. Pada bagian ini terlihat kemahiran al-Bhusiri dalam mengungkap matla' atau batas akhiran yang menjadi penutup syai'ir dengan kalimat yang seindah mungkin. Pada bagian ini al-Bhusiri berharap penuh agar dosa-dosanya terampuni. Jumlah sya'irnya yakni 10 bait dan dimulai dari bait 152-161.

### **Pelaksanaan Baca Burdah di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempen Pamekasan**

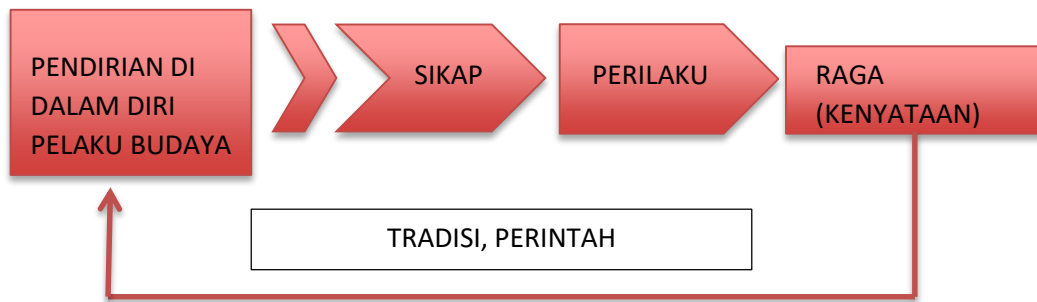
Pengurus pondok pesantren Matsaratul Huda melakukan berbagai langkah perencanaan seperti melakukan rapat koordinasi dengan jajaran pengasuh pondok untuk mendapat arahan tentang tata laksana pembacaan burdah. Proses pelaksanaan burdah tersebut merupakan instruksi dari atasan dalam hal ini adalah pengasuh pondok untuk diterapkan oleh bawahan yaitu seluruh santri. Jika dilihat dari polanya maka instruksi tersebut bersifat *prescriptive*, mau tidak mau tetap harus dilaksanakan karena merupakan kebijakan pengasuh. Pola *prescriptive* ini disebut pula pola pelakonan.<sup>9</sup>



Selanjutnya dari pola *prescriptive* ini diharapkan akan menjadi kebiasaan, karena menurut teori behavioristik segala sesuatu yang diulang-ulang akan menjadi kebiasaan (membudaya). Hal itu pula berimplikasi pada perubahan pola yang awalnya paksaan (*prescriptive*) menjadi pola *learning process* yaitu kesadaran pribadi bahwa program baca burdah yang diterapkan pihak pondok pesantren adalah merupakan sebuah solusi untuk memecahkan masalah serta dibarengi dengan kesadaran untuk selalu melakukannya, dengan atau pun tanpa diawasi pengurus.<sup>10</sup> Adapun polanya adalah sebagai berikut:

<sup>9</sup> Taliziduhu Ndraha, Teori Budaya Organisasi, (Jakarta: Rineka Cipta 1999), 24.

<sup>10</sup> Ibid.



Dalam proses internalisasi budaya burdah tersebut, santri menggunakan kedua pola tersebut. Pola pelakonan adalah imbauan dari para kiyai untuk melakukan aktivitas baca burdah secara istiqamah setiap malam sedangkan pola peragaan berasal dari kesadaran diri pribadisantri bahwa burdah dapat menolak bala' dan bencana.

Pelaksanaan rutinitas baca burdah yang diterapkan seluruh santri berkesesuaian dengan kebiasaan masyarakat Indonesia yang menggunakan bacaan burdah untuk melawan *pagebluk* (musim wabah penyakit). Keadaan ini memperkuat pendapat Andre Ata Ujan bahwa terdapat hubungan yang erat antara budaya dan agama. Agama memengaruhi sistem kepercayaan serta praktik-praktik kehidupan. Sebaliknya, kebudayaan dapat memengaruhi agama dalam hal bagaimana agama diinterpretasikan atau bagaimana ritual-ritualnya harus dipraktikkan.<sup>11</sup>

Dalam konteks antropologi sosial, budaya adalah cara hidup yang berkembang serta dimiliki oleh seseorang atau sekelompok orang yang diwariskan dari generasi ke generasi.<sup>12</sup> Koentjaraningrat sebagai bapak antropologi Indonesia menyatakan bahwa budaya adalah sebuah sistem gagasan rasa dan sebuah tindakan serta karya yang dihasilkan oleh manusia yang ada dalam kehidupan masyarakat.<sup>13</sup> Budaya laksana sistem yang tertanam dalam diri manusia, menuntun untuk menghasilkan persepsi dan mengarahkan kefokus pada suatu hal. Dalam pembiasaan baca burdah tersebut terdapat unsur pembiasaan budaya religius dalam upaya fokus menghadapi pandemi.

Budaya religius adalah sekumpulan nilai-nilai agama yang melandasi perilaku, tradisi, kebiasaan, keseharian, dan simbol-simbol yang dipraktekkan dalam masyarakat.<sup>14</sup> Strategi dalam mewujudkan burdah sebagai bagian dari budaya religius di pondok pesantren tersebut sesuai dengan teori Koentjoroningrat tentang wujud kebudayaan. Ia berpendapat bahwa upaya pengembangan kebudayaan hendaknya diaplikasikan dalam tiga tataran, yaitu tataran nilai yang dianut, tataran praktik keseharian, dan tataran simbol-simbol budaya.<sup>15</sup> Pada tataran nilai yang dianut, pelaksanaan burdah dan aturan selama pandemi dirumuskan secara bersama oleh pengasuh pondok beserta pengurusnya. Dalam tataran praktik keseharian, nilai-nilai keagamaan dan protokol kesehatan yang telah disepakati tersebut diwujudkan dalam bentuk sikap dan perilaku keseharian oleh semua santri. Sedangkan dalam strategi yang berkenaan dengan simbol budaya, di tiap sudut pondok terpampang poster ajakan untuk mematuhi protokol kesehatan. Berbagai simbol

<sup>11</sup> Andre Ata Ujan et.al., *Multikulturalisme, Belajar Hidup Bersama dalam Perbedaan*. (Jakarta: PT. Indeks, 2011), 114-115

<sup>12</sup> Antropologi sosial adalah cabang ilmu antropologi yang mempelajari hubungan antara orang-orang dalam suatu kelompok masyarakat yang dirintis oleh James George Frazer pada awal abad ke-20 masehi, dan budaya adalah subjek utama dalam antropologi sosial.

<sup>13</sup> Koentjara Ningrat, *Kebudayaan, Mentalitas, dan Pembangunan*, (Jakarta: Gramedia, 1989), 74

<sup>14</sup> Asmaun Sahlan, *Mewujudkan Budaya Religius di Sekolah: Upaya Mengembangkan PAI dari Teori ke Aksi* (Malang: UIN Maliki Press, 2010), 114

<sup>15</sup> Ibid, 85.



budaya tersebut menjadi salah satu cara efektif untuk memperingati santri akan pentingnya mematuhi aturan.

Beberapa pendekatan tersebut sesuai dengan penjabaran Muhaimin tentang berbagai pendekatan yang dapat digunakan dalam pengembangan budaya religius, yaitu:<sup>16</sup> 1) pendekatan pengalaman, yaitu dengan memberikan pendekatan moral/keagamaan dalam penanaman nilai-nilai keagamaan; 2) pendekatan pembiasaan, yaitu memberikan kesempatan kepada santri untuk istiqamah membaca burdah; 3) pendekatan emosional, yaitu menggugah perasaannya untuk memasrahkan diri kepada Allah dengan berdoa; 4) pendekatan rasional, yaitu memberikan pengertian rasional dalam memahami pandemi covid yang terjadi; 5) pendekatan fungsional, yaitu memberikan penanaman dan pemahaman akan manfaat mengingat Allah dalam kehidupan sehari-hari; dan 6) pendekatan keteladanan, yaitu memberikan contoh dan teladan baik kepada santri.

### **Dampak Pembacaan Burdah Bagi Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Matsaratul Huda Panempun Pamekasan**

Keadaan panik dan serba tertutupnya akses interaksi dengan keluarga telah membawa efek negatif bagi santri. Keluarga yang dianggap sebagai tempat mencurahkan segala perasaan tidak diperkenankan untuk menyambangi para santri di pondok. Beragam reaksi yang dilakukan santri terhadap kebijakan tersebut, ada yang berupaya sabar dan menyadari bahwa langkah tersebut diambil demi keselamatan bersama. Tidak sedikit pula yang menunjukkan gejala gangguan pada kesehatan mentalnya, seperti tindakan menangis histeris, menarik diri dari lingkungan sosial, tidak berenergi dan memiliki masalah susah tidur, sulit berkonsentrasi, marah berlebihan dan sensitif, serta usaha untuk kabur dari pondok.

Definisi sehat (*health*) secara umum dapat dipahami sebagai kesejahteraan secara penuh baik secara fisik, mental, maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau keadaan lemah. UU Kesehatan No.23/1992 menyatakan bahwa sehat adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial dimana memungkinkan setiap manusia untuk hidup produktif baik secara sosial maupun ekonomis.<sup>17</sup>

*Mental Health is a state of complete physical, mental, and social health, not just state free from disease, disability, and infirmity.* Kesehatan mental dapat diartikan adalah suatu kondisi seseorang dinilai sehat apabila terjadi keseimbangan yang baik antara kondisi fisik dan mentalnya. Selanjutnya WHO (*World Health Organization*) juga mendefinisikan tentang kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan individu yang menyadari potensinya sendiri, dapat mengatasi tekanan kehidupan yang normal dan dapat bekerja secara produktif. Dzakiah Daradjat mendefinisikan kesehatan mental sebagai keharmonisan dalam kehidupan yang terwujud antara fungsi jiwa, dan kemampuan menghadapi problematika yang dihadapi.<sup>18</sup>

Kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor dari dalam dan luar individu, seperti faktor biologis, psikologi dan sosial. Jika manusia bisa beradaptasi dan berdamai dengan lingkungan, maka ia akan bisa melalui segala masalah dan kesehatan mentalnya tetap terjaga. (Nataosoedirdjo dan latipun : 2005). Sebaliknya, jika ia tidak bisa beradaptasi maka akan timbul gejala *mental illness*, yaitu kondisi kesehatan yang melibatkan emosi, pemikiran, atau perilaku yang nantinya dapat mempengaruhi cara berpikir, berperilaku, dan bertindak. Hubungan antara keduanya dapat dilihat pada pola berikut:

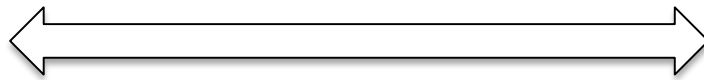
---

<sup>16</sup> Muhaimin, *Paradigma Pendidikan Islam Upaya Mengefektifkan*

*Pendidikan Agama Islam di Sekolah* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012), 174

<sup>17</sup> Kartika Sari Dewi, *Buku Ajar Kesehatan Mental*, (Semarang : UPT UNDIP SEMARANG, 2012), 10

<sup>18</sup> Diana Vidya Fakhriani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan L Duta Media Publishing, 2019), 11



**Mental Illness**

**Positive Mental Health**

Dalam buku *mental hygiene* ada beberapa hal yang berkaitan dengan kesehatan mental, yang *pertama*, bagaimana seseorang memikirkan dan menjalani keseharian dalam kehidupan; *kedua*, bagaimana seseorang memandang dirinya dan orang sekitarnya; *ketiga*, bagaimana seseorang mengevaluasi dan memberikan solusi serta dapat mengambil keputusan terhadap keadaan yang dapat dihadapi.<sup>19</sup>

Pengasuh Pondok Pesantren Matsaratul Huda memilih solusi dengan meningkatkan semangat religiusitas santri sebagai bentuk kepasrahan dan permohonan agar diberi perlindungan. Pembacaan burdah ini seakan memberi harapan baru dan sikap siap menerima segala takdir dari Allah. Para santri meyakini bahwa selain upaya mematuhi protokol kesehatan sebagai aspek jasmaniah, juga diperlukan doa sebagai bentuk upaya batiniah. Dalam riset terminal *chronic illness* dapat diungkapkan bahwa religiusitas atau sikap keberagamaan yang sangat kuat membuat individu lebih bisa menghadapi hal-hal yang dihadapinya, terlebih dalam kondisi pandemi. Sangat jelas bahwa religiusitas berpengaruh terhadap kesehatan mental individu. Manifestasi mental yang sehat yakni meliputi sistem prinsip, peraturan, serta prosedur untuk mempertinggi kesehatan rohani. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan tentram.<sup>20</sup>

Kesehatan mental tidak hanya terbatas pada absennya seseorang terhadap gangguan kejiwaan dan penyakit.<sup>21</sup> Marie johana memberikan batasan yang cukup luas tentang kesehatan mental dengan ciri-ciri utama sebagai berikut: *Pertama*, self-ing. Makna self-ing disini adalah dapat mengenal dan memahami diri sendiri dengan baik. *Kedua*, tumbuh dan berkembang diri dengan baik. *Ketiga*, integrasi diri yakni penyatuan keseimbangan mental, diri, dan tahan terhadap tekanan. *Keempat* yaitu otonomi diri atau proses pengaturan tindakan atau kelakuan bebas. *Kelima*, yaitu memiliki empati dan kepekaan sosial, dan yang keenam yakni kemampuan berinteraksi dengan lingkungan.<sup>22</sup>

Teori ini sesuai dengan keadaan yang terjadi pondok pesantren Matsaratul Huda, di mana para santri mulai mampu menerima keadaan yang berbeda dari sebelumnya, saling menguatkan di saat santri lainnya mulai merasakan beban perasaan, saling mengingatkan untuk patuh terhadap protokol kesehatan, serta berupaya mencari kegiatan positif untuk menghilangkan kejenuhan selama pandemi dengan mengasah bakat yang dimiliki di bidang akademis, misalnya mengikuti lomba menulis karya ilmiah, qira'ah al-Qur'an, menulis cerpen dan puisi yang kesemuanya dilakukan secara daring. Selain itu, santri juga menyalurkan kreativitas dengan membuat benda daur ulang dari bahan bekas di sekitarnya, misalnya membuat tas dari bekas bungkus deterjen.

## Kesimpulan

Dalam menghadapi kondisi pandemi saat ini, berbagai macam ikhtiar perlu dilakukan. selain mematuhi aturan jaga jarak dan memakai masker dalam hubungan horizontal antar sesama manusia, hubungan vertical terhadap Allah juga perlu

<sup>19</sup>Syamsu Yusuf, *Mental Hygiene* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004),

<sup>20</sup>Diana Vidya Fakhriani, *Kesehatan Mental*, (Pamekasan L Duta Media Publishing, 2019), 11

<sup>21</sup>Ilham Akhsanu Ridlo, Pandemi COVID-19 dan tantangan kebijakankesehatan Mental di surabaya, *INSAN jurnal psikologi dan kesehatan mental*, 5.No.2 (FKM UNAIR : 2020), 158

<sup>22</sup>Mustopa, Akhlak Islami dan Kesehatan Mental, *Prophetic*, 1.No.1 (IAIN Syekh Nurjati, 2018), 103

ditingkatkan, salah satunya melalui pembacaan sholawat burdah. Tradisi ini biasa dilakukan di kalangan pesantren beraliran ahlus sunnah wal jama'ah. Dengan adanya tradisi tersebut terbukti bahwa santri sangat antusias kembali menghidupkan burdah di tengah pandemi.

Pondok pesantren Matsaratul Huda termasuk pondok pesantren yang melakukan tradisi tersebut. Dalam pelaksanaannya pengasuh memberikan instruksi kepada pengurus pondok agar menyuruh santri untuk membaca burdah secara istiqamah setiap malam. Pengurus pondok memberikan acuan tentang pembentukan jadwal santri yang memimpin burdah, waktu pelaksanaannya, tempat yang digunakan dalam proses baca burdah, hingga yang terakhir yakni susunan bacaan qasidah burdah dan doa-doanya.

Dampak pembacaan burdah bagi kesehatan mental santri di pondok pesantren Matsaratul Huda yakni dapat memberikan energy yang positif dan keyakinan bahwa pandemi akan berlalu. Selain itu, pemahaman santri terhadap isi dan kandungan burdah semakin menambah rasa khusyuk dalam setiap bacaan dengan memberikan efek rasa tenang dan berserah diri terhadap Allah sehingga mereka mampu berdamai dengan kondisi pandemi saat ini.

### Daftar Pustaka

- Adib, Muhammad. *Burdah Antara Kasidah, Mistis, dan Sejarah*, Yogyakarta: Pustaka Pesantren, 2009.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta, 2006.
- Burdah bacaan mujarab atasi pandemi, (29 Juni 2020 : 12.00 WIB), Shalawat Burdah Bacaan Mujarab Atasi Pandemi-Religi – RRI Surabaya.
- Carranza Esteban Reno Filepe, Spirituality and Religiousness as Predictors of life satisfaction among Peruvian citizen during the COVID-19 Pandemic, *Heliyon*, 7,2021. 1, [www.cell.com/heliyon](http://www.cell.com/heliyon)
- Dewi, Kartika Sari. *Buku Ajar Kesehatan Mental*, Semarang : UPT UNDIP SEMARANG, 2012
- Fakhriani, Diana Vidya. *Kesehatan Mental*, Pamekasan L Duta Media Publishing, 2019
- Ishaq, Bushra dkk. Muslim Religiosity and Health Outcomes; A Cross-sectional Study Among Muslim in Norway, *SSM – Ppopulation Health*, (Norway, 2021), [www.elsevier.com/locate/ssmph](http://www.elsevier.com/locate/ssmph)
- Muhaimin, *Paradigma Pendidikan Islam Upaya Mengefektifkan Pendidikan Agama Islam di Sekolah*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2012.
- Mustopa, Akhlak Islami dan Kesehatan Mental, *Prophetic*, Vol. 1. No.1 IAIN Syekh Nurjati, 2018.
- Ndraha, Taliziduhu. *Teori Budaya Organisasi*, Jakarta : Rineka Cipta, 1999.
- Nihayah, Ulin. Konsep Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri Sebagai Alternatif menumbuhkan kesehatan mental, *Jurnal Ilmu Dakwah*, 34, No. 1, 2014.
- Ningrat, Koentjara. *Kebudayaan, Mentalitas, dan pembangunan*, Jakarta: Gramedia, 1998.
- RidloIlham, Akhsanu, Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Surabaya, *INSAN jurnal psikologi dan kesehatan mental*, Vol. 5, No. 2 FKM UNAIR: 2020.
- Sahlan, Asmaun. *Mewujudkan Budaya Religius di Sekolah : Upaya Mengembangkan PAI dari Teori ke Aksi* , Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Press, 2010.
- Suwendra, Wayan. *Metodelogi Penelitian Kualitatif dalam Ilmu sosial, Pendidikan, Kebudayaan, dan Keagamaan*, Bali: Nilacakra, 2018.
- Tsani, Ramadhani Muhammad Fajri, Implikasi Bacaan Sholawat Burdah (Studi Pondok Pesantren Mambaul Hikmah Desa Tegal Wangi, Kecamatan Talang, Kabupaten Tegal), *SKRIPSI*, UIN Walisongo, Semarang, 2018.

- Ujan, Andre Ata. *Multikulturalisme, Belajar Hidup Bersama dalam Perbedaan*, Jakarta : PT. Indeks, 2011.
- Sunnatullah, Qasidah Burdah : Penulis, Keutamaan, dan Cara Bacanya, 13 Agustus 2021, 07.00WIB, <https://islam.nu.or.id/post/read130732/qasidah-burdah-penulis-keutamaan-dan-cara-bacanya>
- Yusuf, Syamsu. *Mental Hygiene*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004.