



## Ziarah Kubur Sebagai Media Konseling Islam Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Masyarakat

Bambang Subahri<sup>1\*</sup>, Izza Airiza<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Institut Agama Islam Syarifuddin Wonorejo, Lumajang, Indoensia

<sup>2</sup> PAUD KB AL-Qudsy Sukodono, Lumajang, Indonesia

\*E-mail: bambang.subahri@gmail.com

### Keywords

Grave Pilgrimage,  
Islamic Counseling  
Media, and Mental  
Health

### Abstract

*Bujuk Judha is an ancestral grave located in Bondoyudo Village but was recently discovered. The existence of Bujuk Judha is quite interesting to local residents, many perceptions arise from various circles, some are pros and cons. Broadly speaking, the pilgrimage to the grave of bujuk judha presents the thickening of people's faith by offering prayers as a form of weakness of the people towards their creator, preservation of traditions and also a variety of other meanings that are positioned in such a way by pilgrims. Pilgrimage is visiting places that are considered sacred. Historically, pilgrimage in the tradition of Javanese society has long been carried out. To reveal the phenomenon of grave pilgrimage as a medium for Islamic counseling, researchers use the grand theory of Azhar Arsyad, this is a reference in improving the mental health of the Bondoyudo Village community which consists of 1) hardware, is a tomb as a means of human intermediaries in conveying desires. 2) software, is a sentence of prayer, dhikr, wirit and also sholawat as a form of request submitted by humans. Because by making pilgrimages, people are able to express what is in their hearts more freely through the prayers that are delivered. This research is a descriptive qualitative research, through phenomenological, theological and historical approaches with two primary data sources in the form of interviews, observations and documentation on Mr. Tres as the caretaker and Mr. Ahmadi and Mrs. Nanik of the surrounding community who often make grave pilgrimages. Furthermore, secondary data is data obtained from Kiai Kholili as the caretaker of the Salafiyah Islamic Boarding School in Bondoyudo Village as well as local and outside local communities. The findings obtained in this study are grave pilgrimage as a means or medium of Islamic guidance and counseling because grave pilgrimage is effective in improving people's mental health, activities wrapped in recitation of prayers, sholawat wirid and also dhikr are able to provide a calming effect in the people who come to visit.*

### Kata Kunci

Ziarah Kubur, Media  
Konseling Islam, dan  
Kesehatan Mental

### Abstrak

*Bujuk Judha merupakan makam nenek moyang yang berada di Desa Bondoyudo namun masih baru-baru ini ditemukan. Keberadaan bujuk judha cukup menarik perhatian warga sekitar, banyak persepsi yang timbul dari berbagai kalangan ada yang pro dan juga kontra. Secara garis besar Ziarah kubur bujuk judha mempresentasikan terkait pertebalan keimanan masyarakat dengan memanjatkan doa sebagai bentuk kelemahan umat terhadap pencipta-Nya, pelestarian tradisi dan juga ragam maksud lainnya yang di diposisikan dengan sedemikian rupa oleh para peziarah. Ziarah adalah mengunjungi tempat-tempat yang dianggap keramat. Secara Historis, ziarah dalam tradisi masyarakat Jawa sudah lama dilakukan. Untuk mengungkap fenomena ziarah kubur sebagai media konseling Islam, peneliti menggunakan grand teori Azhar Arsyad, hal ini menjadi satu acuan dalam meningkatkan kesehatan*



mental masyarakat Desa Bondoyudo yang terdiri dari 1) hardware, merupakan makam sebagai sarana perantara manusia dalam menyampaikan hajat. 2) software, merupakan kalimat doa, dzikir, wirit dan juga sholawat sebagai bentuk permohonan yang disampaikan manusia. Karena dengan melakukan ziarah masyarakat mampu mengungkapkan apa yang ada dalam hatinya dengan lebih leluasa melalui doa-doa yang disampaikan. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif, melalui pendekatan fenomenologis, teologis dan historis dengan dua sumber data primer baik berupa wawancara, observasi dan dokumentasi pada Bapak Tres selaku juru kunci dan Bapak Ahmadi serta Ibu Nanik masyarakat sekitar yang sering melakukan ziarah kubur. Selanjutnya data sekunder merupakan data yang di peroleh dari Kiai Kholili selaku pengasuh Pondok Pesantren Salafiyah di Desa Bondoyudo serta masyarakat lokal dan luar lokal. Adapun temuan yang diperoleh dalam penelitian ini ialah ziarah kubur sebagai salah satu sarana atau media bimbingan dan konseling Islam karena ziarah kubur efektif dalam meningkatkan kesehatan mental masyarakat, kegiatan yang dibalut dengan pembacaan doa, sholawat wirid dan juga dzikir mampu memberikan efek ketenangan dalam diri masyarakat yang datang berkunjung

## Pendahuluan

Masyarakat Desa Bondoyudo Kecamatan Sukodono Kabupaten Lumajang pada hari Kamis Kliwon Malam Jum'at Legi terlihat berbondong-bondong melakukan ziarah kubur.<sup>1</sup> *Bujuk Judha* merupakan salah satu makam yang memiliki daya tarik tersendiri di kalangan masyarakat. Keberadaannya sudah lama bahkan berpuluh-puluh tahun berada di Desa Bondoyudo namun masih baru-baru ini ditemukan yang berada di tengah belantara jalan. Santono. Ziarah kubur bagi sebagian besar masyarakat Bondoyudo dianggap sebagai media dalam memperdekat diri pada sang pencipta sehingga hal ini menunjukkan adanya indikasi sehat secara mental.<sup>2</sup> Hal ini selaras dengan pernyataan bahwa ziarah kubur sebagai media dalam mendapatkan kebahagiaan rohaniah ditunjukkan dengan kegiatan para peziarah yang datang dengan melakukan *wiridan, tahlilan, yasinan* dan rangkaian kegiatan Islami lainnya.<sup>3</sup>

Ziarah kubur bukan semata-mata dilakukan dengan maksud menyekutukan pencipta, namun bagi masyarakat Bondoyudo, hal tersebut dilakukan untuk lebih lagi mendekatkan diri kepada sang pencipta agar kecemasan dan segala kegelisahan yang ada pada diri individu setidak-tidaknya berkurang.<sup>4</sup> Banyak dari para peziarah yang datang mengaku bahwa *pasca* berkunjung atau berziarah di makam tersebut, masyarakat mendapat ketenangan, pikiran terasa jernih dan juga tentram.<sup>5</sup> Sebagaimana dengan sejarah yang mengatakan bahwasannya membaca al-Quran, *tahlilan* dan juga memanjatkan doa ketika berziarah

<sup>1</sup> Berdasarkan data observasi di *Bujuk Judha* 30/01/ 2020, hari masyarakat melakukan ziarah.

<sup>2</sup> Pandangan ziarah kubur sebagai media yang di guakan masyarakat untuk meningkatkan kesehatan mental.

<sup>3</sup> Lukman Hakim : Tradisi Ziarah dan Ketenangan jiwa (Studi Terhadap Peziarah Dimakam Sunan Kudus). Fakultas Ushuluddin dan Humaniora universitas negeri Walisongo Semarang (2017).

<sup>4</sup> Ziarah kubur sebagai adat yang di budidaya.

<sup>5</sup> Berdasarkan data observasi di *Bujuk Judha* 30/01/ 2020, efek yang di peroleh masyarakat setelah melakukan ziarah.

adalah satu peleburan budaya dengan nilai-nilai keIslaman, hal ini dilakukan saat para Wali Songo menyebarkan agama Islam di Nusantara.<sup>6</sup>

Bacaan-bacaan yang dipakai di *Bujuk Judha*<sup>7</sup> sejatinya sama dengan bacaan-bacaan pada umumnya, yakni membaca *yasin*, *tahlilan*, *wiridhan* dan juga memohon doa,<sup>8</sup> namun ada sedikit perbedaan dalam berdoa, jika pada lumrahnya masyarakat ataupun ummat Islam berdoa dengan menggunakan bahasa arab, lain cerita dengan bacaan doa yang ada di *Bujuk Judha*, bacaan yang di gunakan menggunakan Bahasa Madura, meski demikian sama sekali tidak merubah esensi dari doa itu sendiri, sama-sama memohon kepada Allah SWT, tujuannya pun tidak lain mengharapkan berkah dan *safa'at* dari Allah SWT.<sup>9</sup> Doa secara kalsikal adalah menyeru kepada Allah dan memohon bantuan dan pertolongan melalui ucapan lidah atau getaran hati dengan menyebut *asma* Allah SWT sebagai ibadah agar supaya terhindar dari mara bahaya dan mendapatkan manfaat dari-Nya.<sup>10</sup>

Sebagaimana diketahui bahwa ajaran Agama Islam mengandung tuntunan bagaimana kehidupan manusia bebas dari rasa cemas, tegang, depresi dan sebagainya, dalam doa-doa misalnya, memohon agar kehidupan manusia diberi ketenangan, kesejahteraan, keselamatan baik dunia dan akhirat. Pendekatan terapi keagamaan ini dapat di rujuk dari informasi al-Quran sendiri sebagaimana pernyataan Allah dalam Q.S. Al-isra': 82

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

"dan kami turunkan dari al-Quran suatu yang menjadi penawar dan rahamat bagi orang-orang yang beriman dan al-Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian".<sup>11</sup>

Selain itu, Islam juga sudah menunjukkan secara jelas ayat yang membahas tentang kenangan dan kebahagiaan adalah (Q.S.An-Nahl 16:97) yang mengatakan:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

"Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang baik dari apa

<sup>6</sup> Khairani Faizah: Kearifan Lokal Tahlilan Yasinan dalam Dua Perspektif Menurut Muhammadiyah. Vol 3 No 2 (2018): jurnal Aqlam: *Jurnal of Islam and Plurality*.

<sup>7</sup> *Bujuk Judha* adalah salah satu makam yang ada di Desa Bondoyudo yang di anggap keramat dan memiliki keistimewaan bagi masyarakat yang pro terhadap keberadaannya.

<sup>8</sup> Bahasa yang digunakan untuk membaca doa saat berziarah.

<sup>9</sup> Samian, *wawancara*, Lumajang, 08 februari 2020. Bahasa yang digunakan saat membaca doa di *Bujuk Judha*.

<sup>10</sup> Mursalim : Doa dalam Perspektif Al-Qur'an. Vol 11 No 1 (2011): jurnal Al-Ulum.

<sup>11</sup> Alam Budi Kusuma: Pendekatan *Psychoterapy* Al-qur'an dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama). Vol 6 No 1 (2017): Sumbula: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam.

yang telah mereka kerjakan".<sup>12</sup>

Bagi masyarakat sekitar yang sering berziarah di *Bujuk Judha*, meski saat berdoa itu menggunakan bahasa Madura dan tidak menggunakan bahasa arab itu bukanlah masalah, yang penting tidak *melenceng* dari *syari'at* Islam, tidak bermaksud menyembah selain tuhan dan tidak bertentangan dengan norma dan adat, selagi niat yang di tujukan hanya kepada Allah SWT.<sup>13</sup> Menurut masyarakat awam terlebih lagi para sesepuh yang kurang paham akan ajaran Islam, doa menggunakan bahasa yang dapat dimengerti isinya itu lebih senang, sebab mereka benar-benar *khitmat* dalam meminta dan memohon kepada Allah SWT,<sup>14</sup> sebab diturunkannya ajaran agama Islam sendiri tidak bermaksud memberatkan bagi para pengikutnya K.H. Hasyim Muzadi mengatakan bahwa semua hakikat ajaran agama mengajarkan perdamaian, kesejahteraan, kelemah lembut dan toleransi.<sup>15</sup>

Masyarakat Desa Bondoyudo biasa melakukan ziarah kubur di *Bujuk Judha* secara rutin setiap Malam Jum'at dan juga pada Kamis Kliwon Malam Jum'at Legi, rutinan ini di lakukan oleh sebagian besar warga di Desa Bondoyudo, jika pada Malam Jum'at peziarah yang datang hanya dari warga lokal, namun jika pada hari Kamis Kliwon Malam Jum'at Legi banyak dari luar desa bahkan dari luar kota datang untuk melakukan ziarah secara berbondong-bondong sampai memenuhi latar dari makam *Bujuk Judha*.<sup>16</sup> Tradisi ziarah juga dilakukan saat seseorang memiliki satu hajat, ada juga yang datang karena menghargai warisan budaya lokal, setiap individu memiliki tujuan yang berbeda saat pergi untuk berziarah ke makam.<sup>17</sup> Rutinan seperti ini perlahan membentuk pola pemikiran masyarakat untuk selalu menjaga kebudayaan yang ada dan mampu menjadi satu perantara untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT.<sup>18</sup>

Ziarah kubur jika di lakukan dengan khusuk dan sungguh-sungguh kesehatan mental mereka akan meningkat, seperti mendapati ketenangan jiwa, mempunyai pencerahan, pikiran jernih, berkurangnya rasa resah, berkurangnya rasa cemas, berkurangnya rasa panik dan banyak hal positif lainnya yang di peroleh.<sup>19</sup> Menurut penuturan warga sekitar yang sering melakukan ziarah di *Bujuk Judha* banyak manfaat yang mereka peroleh baik dari segi jasmani

<sup>12</sup> Alam Budi Kusuma: Pendekatan *Psychoterapy* Al-qur'an dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama). Vol 6 No 1 (2017): Sumbula: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam.

<sup>13</sup> Dalam pelafalan doa masyarakat Desa Bondoyudo menggunakan bahasa Madura saat berkunjung di *Bujuk Judha*, hal ini memberikan kesan tersendiri untu para peziarah terutamanya kaum lansia untuk lebih paham maksut dari doa yang di lafalkan tersebut.

<sup>14</sup> Sami'an , Wawancara, 08 Februari 2020, *ke-khitmatan* masyarakat awam saat melantunkan doa menggunakan bahasa lokal.

<sup>15</sup> Siswoyo Aris Munandar : Islam *Rahmatan Lil Alamin* dalam Perspektif Nahdlatul Ulama. Vol 11 No 1 (2018): Jurnal eL- Tarbawi.

<sup>16</sup> Berdasarkan data observasi di *Bujuk Judha* 30/01/ 2020, antusiame masyarakat dalam melakukan ziarah.

<sup>17</sup> Muhammad Arifin; Islam dan Akulturasi Budaya Lokal di Aceh (Study terhadap ritual *rah ulei* di kuburan dalam Masyarakat Padie Aceh). Vol 15 No 2 (2016): Sumbula: Jurnal Ilmiah Islam Futura.

<sup>18</sup> Berdasarkan data observasi di *Bujuk Judha* 11/02/ 2020, kegiatan ziarah kubur sebagai salah satu pelestarian budaya.

<sup>19</sup> Yuliyatun ; Ziarah Wali Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Islam Untuk Membangun Keseimbangan Psikis Klien. Vol 6 No 2 (2015): Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam.

maupun rohani, bahkan sampai ada dari beberapa warga yang percaya bahwa *Bujuk Judha* mengandung *karomah* yang sangat tinggi, sehingga doa-doa yang dipanjatkan untuk meminta pertolongan kepada Allah lekas *teristijabah*,<sup>20</sup> hal ini juga menjadi salah satu faktor masyarakat Desa Bondoyudo antusias melakukan ziarah kubur di *Bujuk Judha*.<sup>21</sup>

Menurut Darajat kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia dunia dan di akhirat.<sup>22</sup> Salah satu sarana yang mampu memberikan ketenangan terhadap kegelisahan jiwa dengan bertawakal kepada Allah, *amar ma'ruf nahi munkar* dan menyerahkan segala urusan di dunia dengan diniatkan karena Allah SWT.<sup>23</sup> Sebagaimana dengan penuturan warga lokal jika semua urusan diserahkan dan niatkan karena Allah SWT pasti akan lancar.<sup>24</sup>

Darajat mengungkapkan bahwa kesehatan mental di pengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal terdiri dari kepribadian, kondisi fisik, perkembangan serta kematangan, kondisi psikologi, keberagamaan, sikap menghadapi problema hidup dan keseimbangan dalam berpikir, kemudian faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang terdiri dari keadaan ekonomi, budaya dan kondisi lingkungan, baik lingkungan keluarga, masyarakat, maupun lingkungan pendidikan.<sup>25</sup> Motivasi diri sangatlah berpengaruh terhadap keadaan seseorang, lingkungan juga bisa menjadi salah satu penunjang kesehatan mental seseorang dalam menjalankan kehidupannya.<sup>26</sup> Dari berbagai orang yang datang berkunjung atau berziarah ke *Bujuk Judha* rata-rata dari masyarakat membawa harapan dan kegelisahan untuk ditumpahkan saat berdoa.<sup>27</sup>

Berbagai macam respon dari masyarakat saat melakukan ziarah kubur di *Bujuk Judha*, baik dari pribadi masyarakat itu sendiri ataupun lingkungan sekitar, sebagian masyarakat menganggap bahwa dengan melakukan ziarah kubur di *Bujuk Judha* adalah suatu tindakan *musrik* yang melanggar *syari'at* Islam dalam membangun keyakinan terhadap Allah SWT, berbeda lagi dengan masyarakat yang pro terhadap ziarah kubur di *Bujuk Judha*, masyarakat menganggap bahwasanya ini adalah salah satu bentuk menghormati para kiai yang berjuang

<sup>20</sup> Ahmadi, wawancara, 09 februari 2020. Manfaat ziarah kubur di *Bujuk Judha* yang dipercaya warga lokal memiliki karomah dan mampu memberikan kesehatan jasmani maupun rohaniah.

<sup>21</sup> Antusiame masyarakat melakukan ziarah di *bujuk judha* di dasari oleh beberapa factor, baik itu internal (dalam diri masyarakat), eksternal (lingkungan yang mendukung) dan dengan teristijabahnya doa yang di panjatkan untuk Allah SAW.

<sup>22</sup> H.D. Bastaman, Logoterapi, Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna, PT. Raja Grafindo Persada, hal. 250.

<sup>23</sup> Kegelisahan dalam jiwa seseorang dikarenakan kurang dekatnya seseorang tersebut kepada penciptanya, hingga tak jarang untuk menghadapi beberapa persoalan masih merasakan kebingungan.

<sup>24</sup> Ahmadi, wawancara, 09 februari 2020. Dalam melakukan ziarah segala urusan tetap di tujukan kepada Allah SWT.

<sup>25</sup> Alam Budi Kusuma: Pendekatan *Psychoterapy* Al-qur'an dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama). Vol 6 No 1 (2017): Sumbula: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam.

<sup>26</sup> Motivasi internal dan eksternal dalam kesehatan mental seseorang.

<sup>27</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* 06/02/ 2020, motivasi masyarakat dalam melaksanakan ziarah kubur.

mengamalkan ajaran Islam.<sup>28</sup> yang menyebabkan terjadinya perpecahan dalam internal Islam, yaitu : berlebih-lebihan (*tasyaddudi*) dalam beragama dan terlalu menyepelkan dan memudahkan asas-asas agama Islam, fanatik buta terhadap satu ulama' dan menjadikannya sebagai payung dalam beragama.<sup>29</sup>

Corak pemahaman yang berbeda seringkali menjadi konflik dalam lingkungan itu sendiri, tak jarang dari para masyarakat yang kontra akan keberadaan *Bujuk* tersebut menggunjing dan men *just* bahwasannya kegiatan yang di lakukan pada malam Jumat dan juga Kamis Kliwon malam Jumat Legi mengandung unsur yang tidak sejalan dengan *syari'at* Islam,<sup>30</sup> sampai sekarang hal ini masih menjadi gonjang-ganjing di ranah masyarakat, Meski demikian, masyarakat yang pro akan keberadaan *Bujuk* tersebut tetap menghormati dan mengikuti rutinan seperti biasa dengan tetap memohon dan meminta kepada Allah SWT. Dengan demikian, berziarah ke makam para wali tersebut merupakan upaya *ngalap* berkah kepada seorang tokoh agama karismatik yang dihormati dan dikeramatkan oleh kaum muslim, mereka mempercayai bahwa para wali tersebut sudah berjasa dalam *mensyiarkan* ajaran agama Islam.<sup>31</sup>

Tulisan ini memotret aktivitas keberagamaan masyarakat yaitu aktivitas ziarah yang hingga saat ini masih berlangsung,<sup>32</sup> dalam tradisi keberagamaan muslim, terutamanya muslim Jawa, tradisi ziarah yang dimaksud adalah ziarah kemakam para wali, para tokoh agama Islam yang sudah diakui sebagai orang-orang suci dan memiliki kedekatan dengan Allah SWT, dengan keyakinan bahwa siapapun yang dekat dan *bertawashul* kepada para wali Allah SWT maka akan memudahkannya untuk dekat kepada Allah SWT dan harapan terkabulnya doapun akan lebih kuat.<sup>33</sup> Sama halnya dengan pemaparan masyarakat sekitar, bahwasannya setiap wali yang wafat memiliki *karomah*, meski demikian dalam memanjatkan doa tetaplh kepada Allah SWT.<sup>34</sup>

Lebih lanjut Winkel mengatakan Konseling merupakan terjemahan dari kata *counselling* yang berarti sebagai serangkaian kegiatan pokok dari bimbingan dalam usaha membantu klien secara tatap muka dengan tujuan agar *klien* dapat mengambil tanggung Jawab sendiri terhadap terhadap berbagai persoalan.<sup>35</sup> dari pernyataan Masyarakat yang datang ke *Bujuk Judha* untuk melakukan ziarah datang dengan berbagai maksud dan tujuan

---

<sup>28</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* 30/01/ 2020, respon masyarakat terkait *Bujuk Judha*.

<sup>29</sup> Siswoyo Aris Munandar : Islam *Rahmatan Lil Alamin* dalam Perspektif Nahdlatul Ulama. Vol 11 No 1 (2018): Jurnal eL- Tarbawi.

<sup>30</sup> Paradigma yang berbeda menyebabkan perselisihan antar ummat Bergama, hal ini di sebabkan Karena terlalu fanatik terhadap satu madzhab, yang kemudian mendewakan ilmu tersebut sebagai padoman dalam beragama.

<sup>31</sup> Abd. Aziz : Ziarah Kubur, Nilai Didaktis dan Rekontruksi Teori Pendidikan Humanistik. Vol 13 No 1(2018).

<sup>32</sup> Tradisi masyarakat bonoyudo dengan melakukan ziarah ke makam yang di anggap keramat.

<sup>33</sup> Yuliyatun ; Ziarah Wali Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Islam Untuk Membangun Keseimbangan Psikis Klien. Vol 6 No 2 (2015): Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam.

<sup>34</sup> Ahmadi, wawancara, 09 februari 2020. Masyarakat sekitar percaya bahwasannya setiap kiai ataupun wali yang wafat memiliki karomah.

<sup>35</sup> Artha pradhika, psikoanalisis sebagai pendekatan dalam bimbingan konseling (studi pemikiran Sigmund freud), jurusan kependidikan islam fakultas ilmu arbiyah dan keguruan universitas islam negeri sunan kalijaga Yogyakarta 2016.

tertentu, mulai dari hanya sekedar mengirim doa hingga ziarah dengan memohon satu keinginan.<sup>36</sup> Kegiatan ziarah ini juga mampu meningkatkan keimanan masyarakat di Desa Bondoyudo.<sup>37</sup>

Masyarakat di Desa Bondoyudo antusias melakukan ziarah kubur selain hanya untuk berdoa dan memohon pertolongan mereka juga merasakan ketenangan dalam diri ataupun batin setelah melakukan ziarah tersebut,<sup>38</sup> dapat dilihat dari beberapa hasil penelitian, sebagian besar peziarah melakukan ziarah ketika mereka mengalami kegundahan, kesedihan, kegalauan bahkan putus asa, usai berziarah, para peziarah merasa mengalami suatu pencerahan, semakin merasa dekat dengan Allah, semakin optimis menjalani kehidupan dan beban hidup terasa lebih ringan, kondisi demikian mempengaruhi upaya untuk menemukan jalan keluar atas permasalahan yang sedang dihadapi.<sup>39</sup> Ziarah memiliki pengaruh besar bagi sebagian masyarakat Desa Bondoyudo, baik itu *lahiriah* maupun *batiniah*.<sup>40</sup>

Sebagaimana dengan alasan yang disampaikan ibu nanik bahwasannya ziarah kubur memiliki manfaat yang luar biasa, selain menambah keimanan diri, dengan berdzikir dan berdoa juga mampu mengurangi dosa dalam diri, banyak ketengan yang didapat setelah melakukan ziarah, baik itu dalam segi psikis ataupun fisik.<sup>41</sup>

Dapat dilihat dari keterangan warga yang datang berkunjung untuk ziarah, masyarakat di Desa Bondoyudo lebih mampu menemukan makna hidup, menurut penuturan masyarakat yang datang berkunjung, saat ketenangan jiwa dan hati didapat individu akan mampu berfikir secara jernih dalam menentukan tujuan hidup ataupun menentukan suatu jalan keluar terhadap permasalahan yang dihadapinya,<sup>42</sup> hal ini menggambarkan bahwa ada peningkatan terhadap kesehatan mental masyarakat di Desa Bondoyudo terkait dengan kesehatan mental baik dari jasmani maupun rohani.<sup>43</sup> Pertimbangan diambilnya tradisi ziarah kubur karena pada dasarnya apa yang di lakukan dalam tradisi tersebut sebenarnya mencerminkan nilai-nilai pelaksanaan pendidikan kepada masyarakat, selain itu tradisi ziarah kubur merupakan kegiatan keagamaan yang mudah dilaksanakan masyarakat, selain mudah diakses masyarakat segala golongan, objek ziarah kubur atas tokoh keagamaan di Indonesia sangatlah banyak.<sup>44</sup>

Media konseling Islam memiliki unsur-unsur yang dapat di jabarkan dalam devinisi

<sup>36</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* 30/01/ 2020, tujuan ziarah.

<sup>37</sup> Ziarah kubur berfungsi dengan baik untuk meningkatkan psikis dari masyarakat, agar mampu menentukan arah jalan hidupnya dengan baik.

<sup>38</sup> Ahmadi, wawancara 09 februari 2020. Antusiame masyarakat Bondoyudo melakukan ziarah kubur di *Bujuk Judha*.

<sup>39</sup> Yuliyatun ; Ziarah Wali Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Islam Untuk Membangun Keseimbangan Psikis Kliem. Vol 6 No 2 (2015): Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam.

<sup>40</sup> Ziarah kubur sebagai salah satu alternative masyarakat dalam meningkatkan kesehatan mental.

<sup>41</sup> Nanik, wawancara, 27 februari 2020. Manfaat ziarah kubur dalam meningkatkan kesehatan mental ataupun mempertebal keimanan.

<sup>42</sup> Yuliyatun ; Ziarah Wali Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Islam Untuk Membangun Keseimbangan Psikis Kliem. Vol 6 No 2 (2015): Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam.

<sup>43</sup> Efek samping dari kegiatan ziarah sangatlah bermanfaat guna meningkatkan keimanan diri terhadap Allah SAW.

<sup>44</sup> Abd. Aziz : Ziarah Kubur, Nilai Didaktis dan Rekonstruksi Teori Pendidikan Humanistik. Vol 13 No 1 (2018).

tersebu, antara lain media memiliki pengertian fisik yang sering dikenal sebagai *hardware* (perangkat keras) yaitu suatu benda yang dapat dilihat, didengar dan diraba dengan panca indra. Media bimbingan konseling Islam juga memiliki pengertian nonfisik yang dikenal sebagai *software* (perangkat lunak) yaitu isi kandungan pesan dalam perangkat keras yang ingin disampaikan individu. Media bimbingan dan konseling Islam digunakan dalam rangka komunikasi dan interaksi antara konselor dengan konseli dalam proses bantuan.<sup>45</sup>

Ziarah kubur menjadi media konseling Islami masyarakat Desa Bondoyudo yang mampu meningkatkan kesehatan mental dari masyarakat dengan tetap memohon kepada Allah SWT menjadi satu apresiasi, sebab dengan demikian masyarakat bisa terbantu dalam mencari kebermaknaan hidup yang *haiqiqi*.<sup>46</sup> Darajat mengatakan bahwa kesehatan mental adalah terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara manusia dengan dirinya sendiri dan lingkungannya, berlandaskan ke imanan dan ketaqwaan serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan di akhirat.<sup>47</sup> Ziarah kubur yang menjadi konselor dalam meningkatkan kesehatan mental masyarakat Desa Bondoyudo yang mana dalam penelitian ini masyarakat menjadi konseli dengan menggunakan metode spiritual masyarakat Desa Bondoyudo mampu menemukan kebermaknaan hidup.

Perlu diawali secara singkat latar belakang umum kajian (usahakan maksimum satu paragraf). *State of the art* (kajian review literatur atau penelitian sebelumnya secara singkat) dengan tujuan untuk menjustifikasi pernyataan novelty atau signifikansi atau orisinalitas dari artikel ini. Usahakan harus ada rujukan ke artikel dari jurnal 10 tahun terakhir yang memperkuat justifikasi orisinalitas tersebut. *Gap analysis* atau pernyataan kesenjangan (orisinalitas) atau kontribusi kebaruan (*novelty statement*) atau beda unik penelitian ini dibanding penelitian-penelitian sebelumnya, juga dari sisi penting tidaknya penelitian tersebut dilakukan. Permasalahan dan/atau hipotesis (jika ada) dan/atau tujuan penelitian dalam artikel ini.

## Metode Penelitian

Pendekatan fenomenologis di gunakan di karenakan penelitian ini merupakan fenomena budaya yang memiliki keterkaitan dengan agama yang bersifat objektif. Hal ini digunakan peneliti saat melakukan wawancara dengan tokoh masyarakat, juru kunci dan masyarakat yang sering melakukan ziarah ke *Bujuk Judha*, yang di lakukan secara turun langsung untuk melihat proses ziarah kubur sebagai media dalam kesehatan mental.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan, yang di lakukan dalam medan yang sebenarnya untuk menemukan realitas yang terjadi mengenai masalah yang ada di desa tersebut. penelitian ini dilakukan di *Bujuk Judha* yang berada di Desa Bondoyudo Kecamatan Sukodono Kabupaten Lumajang.

---

<sup>45</sup> Azhar Arsyad, media pembelajaran, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2009.

<sup>46</sup> Salah satu sarana untuk meningkatkan kesehatan mental masyarakat Desa Bondoyudo dengan melakukan ziarah kubur.

<sup>47</sup> Alam Budi Kusuma: Pendekatan *Psychotherapy* Al-qur'an dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama). Vol 6 No 1 (2017): Sumbula: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam.

Jenis penelitian yang digunakan dalam Penelitian ini kualitatif deskriptif, pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini sebagai prosedur dalam menghasilkan data berupa data tertulis atau perkataan dari informan dan perilaku yang diamati. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dikarenakan data-data yang di peroleh adalah berupa kata-kata, tulisan dan pengamatan bukan dari angka dan juga untuk mengetahui fenomena secara terperinci, mendalam dan juga menyeluruh.

Penelitian ini berlokasi di *Bujuk Judha* jln. Santono Desa Bondoyudo Kecamatan Sukodono Kabupaten Lumajang, tempat yang sama sekali tidak ada bangunan selama berpuluh-puluh tahun, hingga di temukannya *Bujuk Judha* tersebut oleh kiai. Kholili sebutan akrab beliau. Objek dalam penelitian ini ialah masyarakat Desa Bondoyudo dan juga tempat yang di gunakan masyarakat berziarah (*Bujuk Judha*).<sup>48</sup> Berikut beberapa alasan mengapa *Bujuk Judha* dijadikan sebagai tempat penelitian:

1. Satu objek yang belum pernah ada peneliti yang meneliti.
2. Memiliki keunikan tersendiri, yakni adanya sumber mata air yang di percaya warga mampu memberikan manfaat.
3. Historis di temukan *Bujuk Judha* yang berada di tengah belantara selama berpuluh-puluh tahun.
4. Memiliki daya tarik terhadap warga lokal maupun luar desa untuk melakukan ziarah di *bujuk Judha*, dan
5. Adanya rumor yang berbeda di berbagai kalangan (pro dan kontra).

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Ziarah Kubur Sebagai Media Bimbingan Konseling

Ziarah kubur adalah tindakan yang disengaja oleh setiap pelakunya. Peziarah adalah aktor yang memiliki hasrat, harapan dan kehidupan yang unik. Ziarah kubur merupakan satu upaya yang dilakukan untuk mengingat kebaikan atau jasa-jasa orang yang telah meninggal dengan berdoa memintakan ampunan agar kesalahannya diterima Allah SWT, ziarah ke tempat yang dianggap keramat selain memohon doa untuk mereka yang telah meninggal, juga diyakini bahwa memohon kepada Allah SWT melalui perantara orang yang meninggal dunia di makam keramat tersebut dapat memberikan keselamatan bagi orang yang masih berada di muka bumi.<sup>49</sup>

Makam *Bujuk Judha* sebagai salah satu makam yang dianggap keramat oleh sebagian masyarakat, menjadi tempat kunjungan yang ramai dari berbagai daerah di Lumajang, hal ini menjadi salah satu indikator tingginya keyakinan masyarakat terhadap keberadaan makam sebagai tempat pencari keberkahan, dapat di pahami bahwa ziarah makam ini berangkat dari sebuah pemahaman teologis yang berasal dari ajaran tasawuf yang mengajarkan tentang sosok yang memiliki *karomah*/keramat, sosok yang memiliki keberkatan dan mampu memberi *syafaat* (pertolongan) bagi para peziarah, hal ini menjadi tinjauan umum bagi para peziarah.

Media bimbingan konseling Islam dapat diartikan sebagai salah satu alat bantu atau

<sup>48</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha*, tgl 06 bln 02 thn 2020.

<sup>49</sup> Budiawanti Erni, islam sasak wetu telu versus waktu lima (Yogyakarta: LKIS,2000). Jurnal studi agama dan masyarakat, volume 13, nomor 1, juni 2017. Hal. 67.

perantara dalam proses bimbingan dan konseling Islam, agar proses bantuan dalam melakukan konseling Islam dapat berjalan dengan lebih baik dan sesuai dengan harapan. Adapun unsur-unsur yang terkandung dalam media konseling Islam antara lain, media memiliki pengertian nonfisik yang biasa disebut sebagai *software* dan media juga memiliki pengertian fisik yang biasa disebut sebagai *hardware*.

a) *Software*

Sebagai salah satu media konseling Islam yang mengandung isi pesan dalam perangkat lunak yang ingin disampaikan individu.<sup>50</sup> Selaras dengan kenyataan yang ada pada masyarakat bondoyudo dan juga masyarakat luar Desa Bondoyudo pada saat melakukan ziarah kubur di makam *Bujuk Judha*. Dengan melakukan beberapa rangkaian kegiatan seperti berdzikir, berdoa dan juga membaca sholawat, hal ini dilakukan semata mata untuk mendapatkan rahmat dari Allah SWT.<sup>51</sup>

Jika dilihat dari aktifitas ziarah dan factor pendukung lainnya yang berkaitan dengan situs tersebut para peziarah datang dari berbagai latar belakang sosial, berkumpul bersama dan memunajat di depan makam berdzikir berjamaah dengan suara yang lantang, melantunkan gema sholawat di sela-sela berdzikir, lalu kemudian berdoa memohon ampunan, pertolongan sembari menyampaikan hajat yang di bawa oleh setiap peziarah yang datang berkunjung.<sup>52</sup>

Dari hasil penelitian, peneliti menemukan fakta bahwa ziarah kubur cukup memberikan dampak yang *positive* bagi sebagian masyarakat yang mempercayai akan tradisi ziarah kubur. Gema suara lantunan pembacaan al-Quran, dzikir dan juga sholawat mampu memberikan rasa tenang kepada diri individu yang datang untuk melakukan ziarah.<sup>53</sup> Hal ini juga selaras dengan pernyataan Ibu Ma'muriah warga Masyarakat Desa Umbul yang mengatakan bahwa pada saat melaksanakan rangkaian kegiatan ziarah Ibu Ma'muriah merasa bahwa sedang berada di surga dan pada saat kegiatan ziarah selesai dilaksanakan Ibu Ma'muriah meraskaan ketenangan dalam diri dan jiwanya.<sup>54</sup>

Doa yang di baca pada saat melakukan ziarah kubur berbeda dengan ziarah pada umumnya, jika biasanya pada saat mealkukan ziarah membaca doa dengan menggunakan Bahasa Arab, berbeda dengan doa ritual yang dibaca oleh para jamaah yang datang, yakni dengan menggunakan bahasa Madura, hal ini menjadi salah satu karakter tersendiri di *Bujuk Judha*, masyarakat yang berbasis *pandalungan*<sup>55</sup> mampu terbantu untuk memahami esensi

---

<sup>50</sup> Azhar Arsyad, media pembelajaran, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2009.

<sup>51</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Kegiatan nonfisik masyarakat.

<sup>52</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Motivasi melakukan Kegiatan ziarah bagi masyarakat.

<sup>53</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Efek Kegiatan ziarah bagi masyarakat.

<sup>54</sup> Ma'muriah, wawancara, 26 Maret 2020, efek bagi pribadi setelah melaksanakan ziarah.

<sup>55</sup> Masyarakat *pandalungan* adalah masyarakat hibrida akibat terjadinya percampuran dua budaya dominan yaitu budaya Jawa dan budaya Madura. Pada umumnya masyarakat *pandalungan* bertempat tinggal di daerah pedesaan mulai dari pesisir pantai hingga pegunungan, lihat: Ayu Sutarto, "Sekilas tentang Masyarakat Pandalungan," *Makalah* disampaikan pada acara pembekalan Jelajah Budaya 2006 yang diselenggarakan oleh Balai Kajian Sejarah dan Nilai Tradisional Yogyakarta, tanggal 7-10 Agustus 2006.

dari doa yang di panjatkan dan mampu memberikan kekhusuan tersendiri bagi masyarakat.

*b) Hardware*

Sebagai salah satu media konseling Islam yang mampu dilihat, diraba, dan juga mampu di rasakan.<sup>56</sup> Ziarah kubur berposisi sebagai konselor yang menjadi perantara konseli (masyarakat) dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT. Makam *Bujuk Judha* merupakan salah satu makam yang dianggap keramat oleh masyarakat Desa Bondoyudo.

*Bujuk Judha* sebagai salah satu media masyarakat dalam melaksanakan ziarah kubur, ziarah kubur sebagai salah satu perantara manusia dalam menyampaikan maksud dan niat dari seseorang, pada dasarnya hal ini sudah lama di lakukan oleh masyarakat Bondoyudo dengan melakukan berbagai rangkaian kegiatan yang bisa dilihat oleh indra, seperti menabur bunga, menyiram bunga dan juga membaca bacaan Islami seperti mengaji, sholawat, dzikir dan juga tahlil.<sup>57</sup>

Makam *Bujuk Judha* juga terdapat sumber yang berada di samping batu besar yang dipercaya mampu menyembuhkan penyakit, meningkat kan perekonomian peziarah ada juga yang mengambil air disumber sebagai syarat pasca melakukan ziarah. *Bujuk Judha* juga memiliki peraturan sendiri sebagai salah satu bentuk etika ketika melakukan ziarah: 1) Memohon doa tetap di tujukan kepada Allah SWT, makam hanya sebagai perantara komunikasi kepada tuhan, 2) Segala kesembuhan yang di dapat datangnya dari Allah SWT, 3) Tetap meng-ESA kan Allah SWT, 4) Tetap menjaga kebersihan makam demi kenyamanan peziarah, 5) Tetap menjaga ketertiban dalam melakukan ziarah, 6) Peziarah menggunakan pakaian yang sopan saat berziarah dan 7) Jadikan ziarah sebagai sala satu bentuk beribadah dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Hal ini juga sebagai salah satu bentuk bahwa ziarah kubur juga mampu menjadi alternatif masyarakat dalam meningkat kesehatan mental maupun sebagai salah satu bentuk pelestarian tradisi yang sudah di bentuk oleh masyarakat Desa Bondoyudo itu sendiri, melalui ziarah kubur sebagai salah satu media konseling Islam mampu meningkatkan spritualitas masyarakat dan juga psiko-religi masyarakat itu sendiri.

Tentunya dengan beberapa proses hingga ritual *nyekar* atau ziarah memiliki fungsi yang berbeda-beda dari setiap peziarah yang datang, sebagai ekspresi dari masyarakat itu sendiri, ada dari mereka menuturkan mampu menyembuhkan sakit, meringankan beban hidup, tempat mencari jimat dan menyampaikan hajat bagi masyarakat Bondoyudo.

*Pertama*, ritual *nyekar* atau ziarah sebagai budaya yang mempresentasikan cara masyarakat Bondoyudo menjalankan nilai-nilai luhur agamanya, pada awalnya ziarah tidak dilakukan dengan cara masif melainkan perorangan, dimana doa seorang hamba untuk mendoakan hamba lain yang sudah meninggal, akan tetapi kemudian dilakukan dengan cara bersama-sama dengan keluarga ataupun para simpatisan.

*Kedua*, ritual ziarah memposisikan dirinya sebagai ruang publik dimana dapat dimanfaatkan oleh para masyarakat lokal maupun luar Desa Bondoyudo. Hal ini dapat terjadi karena kuatnya eksistensi yang di serukan oleh peziarah yang datang berkunjung, sebagaimana dikatakan oleh Bapak Tres juru kunci *Bujuk Judha*, para peziarah datang sebab

<sup>56</sup>Azhar Arsyad, media pembelajaran, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2009.

<sup>57</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 06/03/ 2020. rangkaian Kegiatan *nyekar* di *Bujuk Judha*.

kemauannya sendiri, mereka datang karena mendengar rumor yang kemudian dibuktikan lalu menjadi kebiasaan.<sup>58</sup> Dari pernyataan tersebut bahwa sudah jelas adanya ziarah kubur karena konstruk yang di bentuk oleh masyarakat Desa Bondoyudo itu sendiri.

*Ketiga*, melihat fakta dan alur pemikiran yang telah dijabarkan di atas, maka ritual *nyekar* atau ziarah dapat dijadikan sebagai modal kultural atau budaya sebagai penunjang peningkatan keimanan dan ketaqwaan kepada Allah SWT, dengan bentuk berdzikir, mengaji bersama di makam, sebagai salah satu bentuk ritual keagamaan.

Oleh karena itu ritual ziarah yang dilakukan oleh masyarakat Bondoyudo ataupun masyarakat luar Desa Bondoyudo memiliki karakteristik dalam menjaga warisan leluhur, *hambalum minallah* dan *hambalum minannas*, yang dilakukan masyarakat Bondoyudo merupakan ekspresi yang di tunjukkan untuk menghargai dan melestarikan budaya leluhur.

## 1. Kesehatan Mental dalam Tradisi Ziarah Kubur Masyarakat Bondoyudo

### a) Terhindar dari Gangguan Jiwa

Viktor Frankl mengajarkan dalam bukunya H.D. Bastaman logoterapi psikologi dalam menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna bahwa manusia memiliki dimensi spiritual di samping dimensi-dimensi ragawi dan kejiwaan termasuk sosial budaya yang satu sama lainnya terintegrasi dan tak terpisahkan. Frankl melihat dimensi spiritual begitu penting dan menganggap bahwa eksistensi manusia ditandai oleh tiga hal, yaitu:

- 1) Kerohanian (*spirituality*), Manusia memiliki sumber daya yang luhur di atas kesadaran akal.
- 2) Kebebasan (*freedom*), manusia memiliki kebebasan untuk melakukan hal-hal baik bagi dirinya; dan
- 3) Tanggung Jawab (*responsibility*), setiap individu harus mampu bertanggung jawab atas apa yang dilakukannya.<sup>59</sup>

Pada dasarnya siklus kehidupan setiap orang berbeda-beda, namun seseorang yang terhindar dari gangguan jiwa ialah salah satunya masyarakat yang tidak merasakan cemas. Melalui media konseling Islam dengan menggunakan terapi-terapi Islami untuk membantu mengurangi rasa cemas dalam diri individu sangatlah berguna, hal ini dibuktikan dengan penuturan masyarakat Bondoyudo Bapak Ahmadi bahwa dengan berdzikir, membaca kitab suci al-Quran mampu mengurangi tingkat kecemasan yang ada pada diri manusia.<sup>60</sup>

Perilaku masyarakat yang sering melakukan ziarah di *Bujuk Judha* dan berikhtiar dengan niatan karena Allah SWT mengaku bahwa dengan lebih mendekatkan diri kepada Allah jiwa dan batin pribadi individu akan merasa lebih tenang, namun demikian dalam bukunya hanna djumhana bastaman mengatakan bahwa antara psikoterapi dan agama adalah kedua hal yang berbeda,<sup>61</sup> psikoterapi bertujuan mengembangkan kesehatan mental salah satunya dengan bentuk melakukan ziarah, sedang agama bertujuan meningkatkan

---

<sup>58</sup> Tres, wawancara, 12 Maret 2020. Budaya ziarah yang di bentuk masyarakat itu sendiri.

<sup>59</sup> H.D.Bastaman, logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal. 62.

<sup>60</sup> Ahmadi, wawancara, 23 Maret 2020. Agama sebagai ketengan rohani seseorang.

<sup>61</sup> H.D.Bastaman, logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal. 250.

keimanan dan penyelamatan kerohanian melalui bacaan-bacaan yang dipakai.

Dimensi spriritual, makna paripurna, transendensi diri dan rasa keagamaan menjadi bahan kajian yang sebenarnya sudah lama menjadi perhatian teologi, teologi yang pada intinya menelaah bagaimana manusia dapat meraih kasih dan rahmat melalui agama yang diturunkan-Nya tentu menaruh perhatian pada karakteristik eksistensi manusia dan hakikat kemanusiaan.<sup>62</sup> Dengan memahami agama manusia mampu menentukan dan meningkatkan kualitas hidupnya dan juga memiliki ghiroh dalam menjalankan kehidupannya, hal ini salah satu motivasi dari peziarah (dewi, pekerja pabrik) di makam *Bujuk Judha* yang mengatakan bahwa ingin menjalankan hidup dengan lebih baik.<sup>63</sup>

Dengan melakukan ziarah dan berdoa kepada Allah SWT serta menyerahkan segala urusan dunia kepada Allah SWT maka setiap manusia akan lebih mudah dalam menjalankan kehidupannya. Sebagaimana dengan penuturan Bapak tres selaku juru kunci *Bujuk Judha* bahwa segala hal yang ada di muka bumi ini datangnya dari Allah SWT, maka sepatutnya kita sebagai hambanya hanya memohon dan meinta bantuan kepada Allah SWT.<sup>64</sup> Hal ini menjadi salah satu motivasi bagi masyarakat bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya dan memohonlah kepada Allah SWT.

#### **b) Penyesuaian Diri**

Kesehatan mental adalah dasar bagi individu untuk berfungsi optimal sebagai seorang manusia dan menjalankan perannya di keluarga, lingkungan kerja dan komunitas. Makna kesehatan mental telah diperluas dari sekedar tidak memiliki penyakit fisik kepada keberfungsian psikologis manusia dalam banyak spectrum kehidupannya, kesehatan mental dimaknai kembali sebagai keseimbangan antara kesehatan fisik, sosial, budaya, psikologis dan faktor personal lainnya seperti pemahaman terhadap diri sendiri.<sup>65</sup>

Kemampuan menerima orang lain berarti kesediaan menerima, mencintai, menghargai, menjalin persahabatan dan memperlakukan orang lain dengan baik, ziarah kubur ialah salah satu aktifitas berbaur dengan orang lain, hal ini mampu mengajarkan masyarakat untuk lebih bermasyarakat, sebab peziarah bukan hanya dari lokal Desa Bondoyudo saja namun juga dari luar Desa Bondoyudo.<sup>66</sup>

Melakukan aktifitas sosial berarti bersedia bekerja sama dengan masyarakat dalam melakukan pekerjaan sosial yang menggugah hati, menyesuaikan diri dengan lingkungan, berarti berusaha untuk mendapatkan rasa aman, damai dan bahagia dalam hidup bermasyarakat di lingkungan tempat tinggalnya. Manusia yang memiliki kemampuan ini merupakan tanda dari manusia yang sehat mentalnya. Hal ini selaras dengan kenyataan yang

<sup>62</sup>H.D.Bastaman, logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal. 256.

<sup>63</sup> Dewi, wawancara, 23 Maret 2020, seorang pekerja pabrik yang ingin meningkatkan kualitas dirinya dengan berdoa di *Bujuk Judha* agar diberikan kemudahan dalam segala urusannya.

<sup>64</sup> Tres, wawancara, 23 Maret 2020. Bahwa setiap apaun yang ada di muka bumi ini datangnya dari Allah SWT.

<sup>65</sup> Yudi kurniawan dan indahria sulistiyarini, komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) sebagai investasi kesehatan mental berbasis masyarakat, fakultas psikologi, universitas semarang, vol.1(2), thn. 2016, ihsan jurnal: psikologi dan kesehatan mental. Hal. 112-124.

<sup>66</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Kunjungan para peziarah.

peneliti lihat dilapangan, bahwasannya dari berbagai macam temoat yang hadir untuk berziarah, peziarah tidak sungkan bertegur sapa, berjabat tangan dan kegiatan sosial lainnya, tidak dipungkiri hal ini juga di pengaruhi oleh faktor tujuan yang sama.<sup>67</sup>

### c) Potensi Diri

Hanna djumhana dalam tulisannya mengatakan bahwa, konseling dengan pendekatan logoterapi dalam memberikan bantuan psikologi kepada seseorang untuk menemukan serta memenuhi makna tujuan hidupnya dengan jalan lebih menyadari sumber-sumber makna hidup, mengaktualisasi potensi diri, meningkatkan keakraban hubungan antar pribadi, berpikir dan bertindak positif, meninjukn prestasi dan meningkatkan kerja optimal, mendalami nilai-nilai kehidupan serta memantapkan ibadah kepada tuhan.<sup>68</sup>

Pada dasarnya setiap diri individu memiliki potensi yang mampu mengaktualisasikan dirinya terhadap kualitas insani yang lebih baik, hal ini selaras dengan penuturan bapak tres selaku juru kunci *Bujuk Judha* yang mengatakan bahwa, mereka para peziarah datang kesini bukan karena tidak ada kerjaan atau bidang yang digeluti, kebanyakan dari mereka datang kesini agar usaha yang dibangunnya mampu berjalan dengan baik dan diberi kemudahan oleh Allah SWT.<sup>69</sup> Setiap individu memiliki motivasi yang berbeda beda dalam melakukan ziarah, baik itu dilakukan di *Bujuk Judha* atau juga di makam keramat lainnya.

Ziarah kubur dalam meningkatkan kesehatan mental memiliki fungsi terapis dalam membantu membuka pandangan cakrawala klien terhadap berbagai nilai dan pengalaman hidup yang secara potensial memungkinkan ditemukannya makna hidup, yakni:

- 1) Bekerja dan berkarya (*creative values*).
- 2) Menghayati cinta kasih, keindahan dan kebenaran (*experiential values*).
- 3) Sikap yang tepat mengahdapi musibah yang tak terelakan (*attitudinal values*); dan
- 4) Memiliki perubahan akan terjadi hal yang lebih baik dimasa mendatang (*hopeful values*).<sup>70</sup>

Dalam usaha meningkatkan kualitas diri konseli perlu adanya penajakan, pengungkapan dan pemfungsian dalam rangka meningkat kesadaran atas kualitas dan kemampuan diri konseli seperti memahami diri, perubahan diri, tanggung jawab, konsisten dan hal lainnya yang mampu menentukan keberhasilan suatu proses konseling. Dalam melakukan ziarah kubur, peziarah bukan hanya dikenalkan dengan leluhur yang diziarahinya, namun juga dikenalkan terhadap perkembangan agama, budaya, sosial, hal ini menjadi salah satu faktor dasar penunjang peningkatan kualitas diri insani.<sup>71</sup>

Dalam membantu pengaktualisasian diri individu, maka individu akan memiliki dampak yang positif terhadap lingkungan sekitar, hal ini akan bertimbal balik pada diri

<sup>67</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Kunjungan para peziarah

<sup>68</sup> H.D.Bastaman, logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal. 132.

<sup>69</sup> Tres, wawancara, 23 Maret 2020, Motovasi peziarah *Bujuk Judha*.

<sup>70</sup> H.D.Bastaman, logoterapi psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2005). Hal. 133.

<sup>71</sup> Berdasarkan data observasi di *bujuk judha* Desa Bondoyudo 26/03/ 2020. Kegiatan ziarah masyarakat.

individu untuk lebih lagi memahami akan potensi dan bakat lahiriah yang mampu dikembangkan lagi.

#### d) Keharmonisan Diri

Adanya keharmonisan yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang biasa terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya. Fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, sikap, pandangan dan keyakinan hidup harus dapat saling membantu dan bekerja satu sama lain sehingga tercapai keharmonisan yang menjauhkan seseorang dari perasaan ragu dan bimbang serta terhindar dari kegelisahan dan pertentangan batin.<sup>72</sup>

Dalam hal ini perlu adanya keselarasan antara diri individu dengan agama, hal ini mampu meningkatkan keharmonisan diri. Seperti halnya pelestarian budaya di Jawa, selamatan, tasyakuran, ritual, bahkan *nyekar* hal ini mampu memberikan dampak yang positif terhadap diri individu. Setiap jumat manis masyarakat Jawa menghadiri makam keluarganya untuk *nyekar* hal ini mampu melatih individu dalam menyelaraskan anatara kejiwaan individu dan juga problem masyarakat yang dibentuk oleh masyarakat itu sendiri.<sup>73</sup>

Dalam melakukan ziarah kubur dengan melafalkan bacaan Islami seperti dziki, sholawat, membaca yasin, mampu memberikan pikiran yang positif terhadap pembacanya, juga mampu terhindar dari rasa resah, gundah dan juga pertentangan batin.<sup>74</sup> Sebagai mana dengan penuturan pak trus yang mengatakan bahwa Islam adalah agama *rahmatan lil'alam* jadi siapapun yang menggunakan ajaran Islam dengan benar maka akan mendapatkan ketenangan dalam dirinya.<sup>75</sup>

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyimpulkan bahwa secara umum kedatangan peziarah kemakam *Bujuk Judha* adalah untuk memanjatkan doa dan menjadikan makam *Bujuk Judha* sebagai *wasilah* (perantara) agar doa-doa yang dipanjatkan kepada Allah atau siapapun yang dihajatkan mudah dikabulkan. Makna yang terkandung dalam aktifitas ziarah jika dilihat dari interaksi yang terbangun dari proses ziarah tersebut maka terdapat makna persaudaraan, makna simpati, kebersamaan, saling menghargai, hal ini bisa dilihat dari adanya jalinan komunikasi yang dilakukan oleh para peziarah baik itu masyarakat dalam Desa maupun luar Desa. *Kedua* yakni makna kesejahteraan, keberadaan makam dengan berbagai aktifitas ritual di dalamnya telah memberikan berkah kepada banyak pihak, dari berbagai masyarakat yang menyandang status sosial yang berbeda-beda merasakan hal tersebut. *Ketiga* adalah makna legitimasi, aktifitas budaya, aktifitas ritual symbol-simbol yang terdapat di daerah makam *Bujuk Judha* mengukuhkan, mengesahkan ataupun membenarkan tentang apa-apa yang berkaitan dengan makam *Bujuk judha* seperti halnya dalam menyembuhkan orang sakit, memebrikan rasa relaxsasi, mengurangi rasa cemas dan berbagai manfaat lainnya.

Hasil Penelitian ini selaras dengan pernyataan Azhar Arsyad yang mengatakan bahwa

<sup>72</sup> Zakiyah darajat, kesehatan mental, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985. Hal. 10.

<sup>73</sup> *Nyekar* menjadi salah satu tradisi orang jawa (*pandalungan*).

<sup>74</sup> Zakiyah darajat, kesehatan mental, (Jakarta: PT Gunung Agung, 1985. Hal 10.

<sup>75</sup> Tres, wawancara, 28 Maret 2020, keharmonisan fungsi jiwa dengan dinamika kehidupan.

media dalam Konseling Islam diantaranya ada *Software* dan *Hardware*, hal ini bisa dilihat dari pemujaan yang diutarakan melalui doa yang bersimbol sebagai wujud pengharapan dari hambanya untuk meminta rahmat serta hidayat dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Sedang media Konseling Islam *Hardware* adalah suatu media yang mampu dilihat dan dirasakan keberadaannya oleh indra setiap manusia, dalam hal ini ziarah kubur berposisi sebagai media Konseling Islam *Hardware*.

Ziarah kubur selain sebagai tempat ritual yang dilakukan masyarakat, juga digunakan sebagai tempat untuk selalu *mawas* diri bahwa setiap manusia yang hidup akan merakan mati di kemudian hari, hal ini menjadi salah satu terapi hati untuk selalu bersyukur atas nikmat yang tuhan berikan dan senantiasa *amarma'ruf nahi munkra*.

Sedang dalam keselarasan menjalani hidup perlu adanya keseimbangan antara fungsi jiwa, akal dan juga tindakan manusia, sebagaimana yang di paparkan oleh Zakiyah Darajat bahwa apabila manusia Terhindar dari Gangguan Jiwa, Peyesuaian Diri, Potensi Diri, Keharmonisan Diri maka hal ini akan membentuk keselarasan yang mamapu menunjang kemapanan hidup dari setiap individu ataupun masyarakat yang melakukan ziarah di *Bujuk Judha*.

Sebagaimana dikatakan Frankl yang melihat eksistensi manusia dalam segi kerohanian, berkaitan dengan bagaimana setiap manusia memiliki sumber daya luhur di atas kesadaran akal (*spirituality*), *kedua*, kebebasan, setiap manusia memiliki jalannya masing masing, hal demikian memberikan ruang untuk selalu meningkatkan kaulitas diri atau *brand image*, *ketiga*, tanggung jawab, sebagaimana dikatakan bahwa setiap manusia yang hidup di muka bumi ini adalah *kholifah fil ardy* yang memiliki kuasan dan tanggung jawab yang di petaruhkan, maka dari itu setiap apa-apa yang dilakukan oleh manusia akan ada konsekuensinya.

## Daftar Pustaka

- Abd. Aziz : Ziarah Kubur, Nilai Didaktis dan Rekontruksi Teori Pendidikan Humanistik. Vol 13 No 1(2018).
- Abdullah Irwan, agama dan kearifan local (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008).
- Alam Budi Kusuma: Pendekatan *Psychoterapy* Al-qur'an dalam Gangguan Kesehatan Mental (Suatu Kajian Psikologi Agama). Vol 6 No 1 (2017): Sumbula: Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam.
- Anna suvorona, 2004, *muslim sains of south USA*: Routledge Curzon.
- Amstrong Amanatullah, *khazanah istilah sufi: kunci memasuki dunia tashawuf* (Bandung, mi-zan, 2020).
- Al-Musawa Munzir, *kembalilah aqidahmu*, (Jakarta: Majelis Rosulullah, 2007).
- Artha pradhika, psikoanalisis sebagai pendekatan dalam bimbingan konseling (studi pemikiran Sigmund freud), jurusan kependidikan Islam fakultas ilmu arbiyah dan keguruan universitas Islam negeri sunan kalijaga Yogyakarta 2016.
- Arsyad, Azhar, 2009 media pembelajaran, Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- As-Suyuthi Jalaluddin, ziarah ke alam barzakh, (Bandung, PT. Pustaka Hidayah, 1999).

- B. Tylor Edward dalam dekontruksi kebenaran: kritik tujuh teori tentang agama, terj. Ali Nur-zaman (Yogyakarta, qalam, 2001).
- Daradjat, Zakiah, 1982, pendidikan agama dalam pembinaan mental, Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Daradjat, Zakiah, peranan agama dala kesehatan mental, Jakarta: PT. Gunung Agung.
- Darajat, Zakiah, 1985 Kesehatan mental, Jakarta: PT. Gunung Agung.
- Darajat, Zakiah, 2017 pengantar ilmu jiwa agama, Jakarta: PT. Bulan Bintang.
- Departemen pendidikan dan kebudayaan. 2002. *Kamus besar bahasa Indonesia*, edisi ketiga. Jakarta: balai pustaka.
- Dwiyanto Djoko, penghayatan kepercayaan terhadap tuhan yang maha esa di daerah istimewa Yogyakarta, (Yogyakarta: pararaton, 2010).
- Erni Budiawanti, islam sasak wetu telu versus waktu lima (Yogyakarta: LKIS,2000). Jurnal studi agama dan masyarakat, volume 13, nomor 1, juni 2017.
- Hamdani, 2004; 221 dalam, idiyatul fitriyah, kenakalan siswa di mts al-huda reban batang, fakultas dakwah dan komunikasi universitas Islam negeri wali songo semarang, 2018.
- Hamid al-humaidi Abdullah, bid'ah-bid'ah kubur, terj. Abdul rosyad shiddig (Jakarta: pustaka al-kautsar, 2003).
- Faqih, 2001: 37, dalam, idiyatul fitriyah, kenakalan siswa di mts al-huda reban batang, fakultas dakwah dan komunikasi universitas Islam negeri wali songo semarang, 2018.
- H.D. Bastaman, Logoterapi, Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna, PT. Raja Grafindo Persada.
- Jalaluddin psikologi agama, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001.
- Khairani Faizah : Kearifan Lokal Tahlilan Yasinan dalam Dua Perspektif Menurut Muhammadiyah. Vol 3 No 2 (2018): jurnal Aqlam: *Jurnal of Islam and Plurality*.
- Lukman Hakim : Tradisi Ziarah dan Ketenangan jiwa (Studi Terhadap Peziarah Dimakam Sunan Kudus). Fakultas Ushuluddin dan Humaniora universitas negeri Walisongo Semarang (2017).
- Morris Bryan, antopologi agama (Yogyakarta, AK Group, 2003).
- Muhammad Arifin ; Islam dan Akulturasi Budaya Lokal di Aceh (Study terhadap ritual *rah ulei* di kuburan dalam Masyarakat Padie Aceh). Vol 15 No 2 (2016): Sumbula: Jurnal Ilmiah Islam Futura.
- Munawwir, *Tuntunan praktis ziarah*.
- Mursalim : Doa dalam Perspektif Al-Qur'an. Vol 11 No 1 (2011): jurnal Al-Ulum.
- Muslih Hanif .M, *kesahihan dalil ziarah kubur menurut al-Quran dan al-Hadist*. PT. Karya Toha Putra.
- Nurul Mustafidah, "Peranan Dzikir dalam Ajaran Tarekat terhadap Ketenangan Jiwa Jama'ah Tarekat Qodiriyyah Wa Naqsyabandiyah di desa Banjiran Warung Asem Batang". Fakultas Akhlak dan Tasawuf, STAIN Pekalongan, 2016.
- Purwadi, dakwah sunan kalijaga: penyebaran agama Islam berbasis kultural (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004).
- Puspito Hendro, sosiologi agama, (Jakarta: konistius, 1989).
- Ritzer George, teori social modern (Jakarta: Prenada Media, 1987).
- Satoto Heru Budiono, simbolisme dan budaya, (Yogyakarta: PT. Hanindita 1984). Hal. 79-80.

- Sardjuningsih, Islam mitos Indonesia, kajian antropologi-sosiologi, kodifikasi: 9 no. 1 thn 2015.
- Shihab Quraish, membumikan al-quran (bandung: mizan, 1994).
- Siswoyo Aris Munandar : Islam *Rahmatan Lil Alamin* dalam Perspektif Nahdlatul Ulama. Vol 11 No 1 (2018): Jurnal eL- Tarbawi.
- Sugono, Dendy, KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia), 2008 kamus pusat bahasa, (jakarta: pusat bahasa.
- Sutejo Ibnu Pakar, panduan ziarah kubur (cet 1: Cirebon: kamu NU, 2015).
- Sutiyono, 2010, *Benturan Budaya Islam: Puritan dan Sinkretis*, Jakarta PT. Kompas Media Nusantara.
- Syamsi M, kado sang mayat (Surabaya: target press, 2001).
- Syaikh mamduh farhan al-buhairi, kuburan agung, menyingkap fenomena ketergantungan kepada para wali, terj. A. Hasan Bashori (Jakarta: Darul haq, 2005).
- Taufik, 2018 persepsi masyarakat palakka terhadap tradisi ziarah kuburan petta bettae di kabupaten bone, (tesis, universitas Islam negeri makassar).
- Walgito, 1989: 5 dalam idiyatul fitriyah, kenakalan siswa di mts al-huda reban batang, fakultas dakwah dan komunikasi universitas Islam negeri wali songo semarang, 2018.
- Warson Munawir Ahmad, al-munawir arab-indonesia (Surabaya: pustaka progresif, 2002).
- Warson Munawir Ahmad, tuntutan praktisi ziarah kubur (Yogyakarta: pustaka pesantren, 2010).
- Yudi kurniawan dan indahria sulistiyarini, komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) sebbagai investasi kesehatan mental berbasis masyarakat, fakultas psikologi, universitas semarang, vol.1(2), thn. 2016, ihsan jurnal: psikologi dan kesehatan mental.
- Yuliyatun ; Ziarah Wali Sebagai Media Layanan Bimbingan Konseling Islam Untuk Membangun Keseimbangan Psikis Klien. Vol 6 No 2 (2015): Konseling Religi : Jurnal Bimbingan Konseling Islam.