



JURNAL PENELITIAN

Volume 15, Nomor 1, Februari 2021

DOI : 10.21043/jp.v15i1.9075

<https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/jurnalPenelitian>

**SEDEKAH BUMI : MODEL KEBERSYUKURAN
DAN RESILIENSI KOMUNITAS PADA MASYARAKAT
PESISIR UTARA JAWA TENGAH**

Nikmah Rochmawati

Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo, Semarang, Indonesia
rahma_mewangi@walisongo.ac.id

Mizano Liongga Alhassan

Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo, Semarang, Indonesia
mizanoalhassan@gmail.com

Mukhammad Syafi'i

Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo, Semarang, Indonesia
syafimukhammad50@gmail.com

Abstract

Sedekah Bumi is one of the annual traditions of the people on the north coast of Central Java which is carried out after the harvest, precisely in the month of Dzulkaidah on Weton Kliwon day. The purpose of this study was to determine the model of community gratitude and resilience in the Rembang community. This study uses a qualitative descriptive research method with a phenomenological approach through in-depth interviews, observation and literature study. To anticipate data distortion in data collection, cross-checking of data was carried out through interviews between informants and observations and literature reviews with interviews. From checking the data, it is continued by analyzing which data has the highest accuracy. In addition, the analysis also uses the theory of resilience and

gratitude from a psychological perspective. The results of this study indicate that sedekah bumi event can be a model to increase gratitude and resilience of community. The sedekah bumi ceremony triggers belief in spirituality and submission to God, gratitude and resilience of community. Sedekah bumi is one of a strategy of the community to anticipate and adapt in facing trauma, difficulties, tragedies, threats and all things that cause stress. Sedekah bumi is also as an expression of public gratitude to God. Gratitude is an expression of thankful after receiving a valuable and altruistic award.

Keywords: *Sedekah bumi; spirituality; gratitude; resilience.*

Abstrak

Sedekah bumi merupakan salah satu tradisi tahunan masyarakat petani di pesisir utara Jawa Tengah yang dilaksanakan setelah panen raya, tepatnya di bulan Dzulkado'ah pada hari weton Kliwon. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui model kebersyukuran dan resiliensi komunitas pada masyarakat Rembang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi melalui wawancara mendalam, observasi dan studi pustaka. Untuk mengantisipasi adanya distorsi data dalam pengumpulan data, dilakukan crosscek data melalui pencocokan hasil interview antar informan dan antara hasil observasi dan kajian pustaka dengan hasil interview. Dari pengkroscek data, dilanjutkan dengan menganalisis data mana yang memiliki keakuratan yang paling tinggi. Selain itu, analisis juga menggunakan teori resiliensi dan kebersyukuran perspektif psikologi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perayaan sedekah bumi dapat menjadi model untuk meningkatkan kebersyukuran dan resiliensi komunitas. Upacara sedekah bumi memicu peningkatan keyakinan spiritualitas dan kepasrahan kepada Tuhan, kebersyukuran dan resiliensi komunitas. Sedekah bumi merupakan strategi yang dilakukan oleh masyarakat untuk mengantisipasi dan beradaptasi dalam menghadapi trauma, kesulitan, tragedi, ancaman dan semua hal yang menimbulkan stress. Sedekah bumi juga dilakukan sebagai ungkapan syukur masyarakat kepada Tuhan. Bersyukur adalah ungkapan terima kasih setelah seseorang memperoleh kebaikan yang dianggap berharga dan bersifat altruistik.

Kata Kunci: *Sedekah bumi; spiritualitas; kebersyukuran; resiliensi.*

A. Pendahuluan

Krisis kebersyukuran dan kemampuan dalam beradaptasi untuk melakukan coping stress (strategi dalam menghadapi stress) ketika menghadapi problem kehidupan atau kesulitan merupakan salah satu bentuk permasalahan yang muncul di lingkungan sekitar kita di era disrupsi seperti sekarang ini.¹ Kualitas kemampuan seseorang dalam menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk pulih dari kondisi yang tidak nyaman sehingga individu dapat beradaptasi dalam menghadapi emosi negative dan stress adalah disebut sebagai resiliensi.² Di era saat ini, banyak sekali kita temukan, individu-individu yang suka mengeluh, tidak dapat mensyukuri apa yang diterimanya, mudah sekali stress dan menghujat orang lain atau Tuhan ketika menghadapi persoalan atau kesulitan. Ketidakmampuan individu-individu dalam beradaptasi ketika menghadapi kesulitan, sehingga berdampak pada coping stress dan kembali pulih dari kondisi yang tidak nyaman adalah disebabkan karena individu tidak memiliki kemampuan resiliensi yang baik. Ketidakmampuan individu dalam melakukan resiliensi ketika menghadapi kesulitan atau tragedi menyebabkan seseorang mudah sekali stress dan membuat dirinya tidak bahagia. Resiliensi bukanlah konstruk yang simple dan bersifat statis, misalnya, seseorang bisa jadi tangguh dalam hal urusan komunitas, organisasi, budaya, pekerjaan, dapat menyelesaikan kesulitan-kesulitan dalam pekerjaannya dengan baik, tetapi rapuh ketika dihadapkan pada persoalan-persoalan keluarga. Selain itu juga, belum tentu seseorang selalu tangguh dalam seluruh rentang fase kehidupannya. Bisa jadi, individu dapat merespon

¹Nikmah Rochmawati, Asmadi Alsa, and Abd. Majdid, "Gratitude: Empirical Findings and Theoretical Perspectives," *Journal of Islamic Studies and Humanities* 3, no. 2 (2018): 127–52.

²Heidi Losoi et al., "Resilience Is Associated with Fatigue after Mild Traumatic Brain Injury," *Journal of Head Trauma Rehabilitation* 30, no. 3 (2015): E24–32, <https://doi.org/10.1097/HTR.0000000000000055>.

dan menyelesaikan persoalannya ketika masih muda, tetapi tidak memiliki konstruksi resiliensi yang baik ketika di usia paruh baya.³

Begitu juga ketidak mampuan seseorang melakukan kebersyukuran kepada Tuhan, tidak dapat berterima kasih kepada sesama, akan membuat dirinya tidak dapat menikmati kebahagiaan dari setiap nikmat atau kebaikan yang diterimanya. Mengingat-ingat kebaikan masa lalu dan mensyukuri kebaikan dan kenikmatan masa lalu dan masa kini dapat menstimulasi dan meningkatkan kebahagiaan saat ini dan harapan (*hope*) di masa yang akan datang.⁴ Kebersyukuran juga dapat mengeliminasi perasaan iri (*envy*) terhadap kenikmatan orang lain. *Envy* disebabkan karena ketidak mampuan individu mensyukuri segala karunia Tuhan. Individu yang mampu bersyukur, dia akan menyadari bahwa Tuhan sudah menganugerahkan banyak hal kepada dirinya dan setiap manusia diberikan nikmat yang berbeda-beda.⁵

Kebersyukuran dan resiliensi merupakan dua dimensi yang berkaitan erat dengan pelibatan agama dan keyakinan atau nilai. Ada keterkaitan antara kehampaan spiritual individu dengan tingkat resiliensi seseorang. Ketika individu memiliki tingkat religiusitas dan spiritualitas yang baik, maka akan berdampak pada tingkat resiliensi individu. Individu yang memiliki tingkat keyakinan kepada Tuhan, religiusitas dan spiritualitas yang baik, maka akan memiliki tingkat resiliensi yang baik ketika menghadapi kesulitan atau kejadian traumatik.⁶ Religiusitas dan spiritualitas merupakan faktor penting terhadap kualitas resiliensi individu. Kualitas resiliensi merupakan faktor penting untuk tercapainya *subjective well being* (kebahagiaan)

³Erika J Wolf, "Resilience: An Update," *PTSD Research Quarterly* 25, no. 4 (2015): 1–8.

⁴Charlotte van Oyen Witvliet et al., "Gratitude Predicts Hope and Happiness: A Two-Study Assessment of 'Traits and States,'" *Journal of Positive Psychology* 14, no. 3 (2019): 271–82, <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1424924>.

⁵Nikmah Rochmawati, "Malicious Envy : Its Correlation with Self-Concept and Gratitude," 2021, <https://doi.org/10.4108/eai.14-10-2020.2303835>.

⁶Sri W Rahmawati and Universitas Tama Jagakarsa, "Role of Religiousness / Spirituality in Resilience of Fisheries College Cadets Role of Religiousness / Spirituality in Resilience of Fisheries College Cadets," no. April 2014 (2017).

dan juga untuk mengatasi masalah-masalah kesehatan dan sosial.⁷ Resiliensi merupakan konstruk psikologis yang memoderasi efek stress dan meningkatkan adaptasi individu terhadap stress. Diantara dampak stress adalah kelelahan. Resiliensi merupakan prediktor yang sangat signifikan terhadap munculnya kelelahan (*fatigue*).⁸ Spiritualitas berkorelasi positif dengan resiliensi, terutama ketika individu menghadapi bencana. Spiritualitas merupakan factor yang sangat penting dan berpengaruh terhadap resiliensi, harapan (*hope*), optimisme (*optimism*), kedamaian (*peace*) dan kenyamanan.⁹

Begitu juga ketika seseorang memiliki tingkat religiusitas yang baik, maka individu akan memiliki tingkat kebersyukuran yang baik. Religiusitas dan spiritualitas berdampak pada kualitas kebersyukuran seseorang. Religiusitas merupakan salah satu dasar untuk memprediksi tingkat kebersyukuran seseorang. Kualitas kebersyukuran pada diri individu dapat menurun dengan cepat gejala depresi yang dialami.¹⁰

Krisis resiliensi dan kebersyukuran yang dapat diamati terhadap masyarakat secara langsung adalah tingginya angka kecemasan di masyarakat, krisis eksistensial, serta perasaan gelisah yang mewarnai kehidupan sosial masyarakat, serta suka menghujat dan menyalahkan serta tidak dapat memberikan apresiasi yang baik kepada sesama dan berucap syukur kepada Tuhan. Dampak yang akhirnya muncul

⁷Luana Araújo Dos Reis and Tânia Maria de Oliva Menezes, "Religiosity and Spirituality as Resilience Strategies among Long-Living Older Adults in Their Daily Lives," *Revista Brasileira de Enfermagem* 70, no. 4 (2017): 761–66, <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0630>.

⁸Losoi et al., "Resilience Is Associated with Fatigue after Mild Traumatic Brain Injury."

⁹Anka Roberto et al., "Impact of Spirituality on Resilience and Coping during the COVID-19 Crisis: A Mixed-Method Approach Investigating the Impact on Women," *Health Care for Women International* 41, no. 11–12 (2020): 1313–34, <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1832097>.

¹⁰Michelle J. Pearce et al., "Effects of Religious Versus Conventional Cognitive-Behavioral Therapy on Gratitude in Major Depression and Chronic Medical Illness: A Randomized Clinical Trial," *Journal of Spirituality in Mental Health* 18, no. 2 (2016): 124–44, <https://doi.org/10.1080/19349637.2015.1100971>.

dari fenomena sosial tersebut ialah kemunculan berbagai penyakit-penyakit yang menyerang kondisi spiritual yang berujung pada frustrasi, stress, dan depresi yang mengancam stabilitas eksistensi manusia itu sendiri. Ketika krisis resiliensi dan kebersyukuran ini melanda pada masyarakat yang berimbas pada ketidak bahagiaan. Maka akhirnya muncul kesadaran (*awareness*) untuk mengatasi krisis ini secara bersama-sama, diantaranya adalah melalui pelanggaran tradisi budaya. Di Indonesia terdiri dari banyak suku dan budaya, diantaranya adalah suku Jawa.

Masyarakat suku jawa memiliki keanekaragaman budaya pada setiap wilayah yang mereka mukim. Mulai dari masyarakat suku jawa yang tinggal di Jawa Barat, D.I.Y, Jawa Tengah, hingga Jawa Timur. Berbagai tradisi yang dilakukan oleh masyarakat suku jawa yang tinggal di daerah pesisir pantai serta pedalaman memiliki beragam perbedaan yang menjadi corak sendiri di tiap daerah, meskipun perbedaan itu hanya bersifat minor dan bukan perbedaan yang major.¹¹ Nilai-nilai kebudayaan masyarakat jawa yang cukup kental yang kemudian terbawa hingga ke berbagai pulau di Indonesia sebagai efek dari adanya proses transmigrasi di era orde baru. Penyebaran kebudayaan jawa dilakukan melalui berbagai model seperti garis keturunan jawa, pernikahan, dan perdagangan dimana adanya aktivitas sosial yang memungkinkan adanya pertukaran kebudayaan di wilayah tersebut. Salah satu contoh dari berbagai ragam kebudayaan Jawa yaitu Sedekah Bumi. Sedekah Bumi merupakan kebudayaan yang syarat dengan muatan nilai-nilai kepercayaan animisme dan dinamisme yang mendapat pengaruh kebudayaan dan kepercayaan Hindu-Budha. Adanya kebudayaan tersebut memperlihatkan nilai-nilai kepercayaan dan keyakinan para pendahulu di pulau Jawa. Kepercayaan animisme dan dinamisme ini sebenarnya sudah dikenal oleh bangsa Indonesia sebelum masuknya pengaruh Hindu-Budha ke Indonesia. Setelah masuk pengaruh

¹¹W Dasanti, *Mengenal Perayaan Tradisional* (Jakarta: CV. Pamularsih, 2014).

Hindu-Budha, akhirnya terjadi akulturasi budaya antara budaya Hindu-Buddha dengan budaya masyarakat Jawa yang waktu itu memegang erat nilai-nilai kepercayaan animisme dan dinamisme.¹²

Nilai-nilai animisme dan dinamisme ini nampak dalam pelaksanaan Sedekah Bumi yaitu pemotongan hewan (seringkali kerbau atau hewan bertanduk) yang ditujukan sebagai persembahan untuk roh halus penguasa bumi (di wilayah desa) tempat dilaksanakannya Sedekah Bumi ini. Terdapat kepercayaan oleh masyarakat suku Jawa yang melakukan adat sedekah bumi, adalah ketika rangkaian upacara adat sedekah bumi tidak terlaksana sesuai jadwal ataupun rangkaian acara tidak terlaksana sesuai dengan tradisi yang ada seperti dihilangkannya prosesi pemotongan hewan ataupun penggantian jenis hewan yang biasanya dijadikan sesembahan maka dipercaya akan terjadi sesuatu yang buruk menimpa mereka seperti hasil panen yang berkurang atau tangkapan ikan kurang lancar.¹³ Peristiwa ini bisa terjadi karena nilai-nilai kepercayaan masyarakat Jawa terhadap sesuatu yang ekstraterestial seperti roh halus masih sangat kental. Berbagai macam kemurkaan roh halus ataupun roh nenek moyang dapat terjadi kepada mereka dalam bentuk yang ada seperti wabah penyakit kepada tumbuhan yang mereka tanam, gagal panen, curah hujan tidak jelas, adanya paceklik, hingga kemunculan hama yang tidak terkontrol.¹⁴ Selain sebagai tolak bala, Sedekah Bumi juga merupakan suatu upacara adat yang melambangkan rasa syukur manusia terhadap Tuhan yang Maha Esa yang telah memberikan rezeki melalui tanah/bumi berupa segala bentuk hasil bumi.¹⁵

¹²Hidayatulloh F, "Sedekah Bumi Dusun Cisampih Cilacap," *EL HARAKAH Jurnal Budaya Islam* 15, no. 1 (2015): 1–17.

¹³N Huda, *Makna Tradisi Sedekah Bumi Dan Laut (Studi Kasus Di Desa Betahwalang Kecamatan Bonang Kabupaten Demak)* (eprints.walisongo.ac.id, 2016), <http://eprints.walisongo.ac.id/5827/>.

¹⁴R Wahyu, "Makna Simbolik Tradisi Sedekah Bumi Legenanan Pada Masyarakat Desa Kalirejo Kecamatan Talun Kabupaten Pekalongan" (Universitas Negeri Semarang, 2016).

¹⁵Huda, *Makna Tradisi Sedekah Bumi Dan Laut (Studi Kasus Di Desa Betahwalang Kecamatan Bonang Kabupaten Demak)*.

Upacara ini sebenarnya sangat populer di Indonesia khususnya Pulau Jawa, namun dengan berbagai versi dan cara. Sedekah bumi merupakan ucapan rasa syukur kepada rezeki yang sudah di terima, dan permohonan rasa harap akan rezeki yang melimpah pada masa depan.¹⁶ Pada era saat ini, para generasi penerus menjadikan ritual Sedekah Bumi, selain sebagai ritual tolak bala dan ungkapan syukur kepada Tuhan, juga sebagai tradisi leluhur yang harus dijalankan sebagai warisan yang menjadi kekayaan budaya masyarakat.

Sedekah bumi merupakan bentuk resiliensi dan kebersyukuran masyarakat Jawa terutama di daerah pesisir utara Jawa Tengah. Untuk dapat bertahan hidup, manusia harus bergerak dan mengeksplorasi lingkungannya. Untuk dapat mengeksplorasi lingkungan, dibutuhkan akal. Dengan akal, manusia dapat berpikir, beradaptasi dan bereksplorasi. Dalam bereksplorasi dan beradaptasi dengan lingkungan untuk dapat mempertahankan hidupnya dengan berbagai persoalan yang dihadapinya, tentu tidak hanya melibatkan factor kognisi atau akal saja, tetapi juga melibatkan kompetensi emosi dan psikis. Factor kognisi, emosi atau psikis tidak cukup bagi manusia untuk dapat menyelesaikan semua persoalan yang dihadapinya, manusia membutuhkan hal yang transenden yaitu Tuhan. Untuk meminta bantuan Tuhan, salah satu hal yang dapat dilakukan manusia adalah melalui berdoa. Berdoa dilakukan oleh manusia dalam rangka agar dapat bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi kesulitan dan ancaman yang dapat menimbulkan stress. Dengan berdoa, manusia memiliki ketenangan karena sudah melibatkan campur tangan Tuhan. Sedekah bumi merupakan salah satu bentuk resiliensi yang dilakukan oleh masyarakat pesisir utara Jawa Tengah untuk dapat menangkal berbagai bala (kesulitan, ancaman, penyakit atau hal-hal yang menimbulkan stress atau ketidak

¹⁶Iudovick Uttoh Khija, Ramadhani & M, "Korelasi Konsep Syukur Dalam Budaya Jawa Dan Ajaran Islam (Studi Kasus Sedekah Bumi Di Desa Tegalharjo Kecamatan Trangkil Kabupaten Pati," 2015.

nyamanan). Berdoa dan ibadah ritual keagamaan, berkorelasi positif dengan resiliensi dan pengelolaan stress. Spiritualitas dan religiusitas adalah factor penting dari resiliensi dan penurunan stres.¹⁷

Oleh karena itu, pertanyaan dari penelitian ini adalah apakah sedekah bumi itu ? Bagaimana proses tahapan pelaksanaannya? Mengapa sedekah bumi dilaksanakan di daerah pesisir utara Jawa Tengah? Bagaimana implikasi sedekah bumi bagi resiliensi komunitas pada masyarakat pesisir utara Jawa Tengah? Bagaimana implikasi sedekah bumi bagi kebersyukuran masyarakat pesisir utara Jawa Tengah? Tujuannya adalah agar mampu memberikan gambaran yang utuh tentang model kebersyukuran dan resiliensi komunitas pada masyarakat Rembang melalui adat sedekah bumi. Oleh karena itu, untuk membahas adat ritual sedekah bumi yang diasumsikan sebagai salah satu implementasi model kebersyukuran dan resiliensi komunitas pada masyarakat pesisir utara Jawa Tengah, tulisan ini menganalisisnya dengan menggunakan teori resiliensi komunitas dan kebersyukuran perspektif psikologi.

Penelitian tentang sedekah bumi ini dilakukan di Desa Waru dan Desa Raci, Kabupaten Rembang, Propinsi Jawa Tengah. Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dimana sumber datanya diambil melalui kerja lapangan dan kajian pustaka, kemudian dianalisis dengan perspektif psikologis, yaitu teori resiliensi dan kebersyukuran atau gratitude. Teori resiliensi digunakan untuk menganalisis nilai-nilai resiliensi kelompok yang terkandung dalam tradisi sedekah bumi. Teori kebersyukuran atau gratitude digunakan untuk menganalisis nilai kebersyukuran yang terkandung dalam tradisi sedekah bumi. Teknik pengumpulan data menggunakan dept interview dan observasi. Observasi digunakan

¹⁷ Yen K. Le, Ralph L. Piedmont, and Teresa A. Wilkins, "Spirituality, Religiousness, Personality as Predictors of Stress and Resilience among Middle-Aged Vietnamese-Born American Catholics," *Mental Health, Religion and Culture* 22, no. 7 (2019): 754–68, <https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1646235>.

untuk mengamati aktivitas pelaksanaan ritual sedekah bumi dari mulai persiapan hingga akhir pelaksanaan. Dept interview dilakukan terhadap warga desa, karang taruna, perangkat desa, sesepuh desa.

Selain *depth interview* dan observasi, peneliti juga mengkaji berbagai artikel, buku, laporan penelitian yang terkait dengan adat sedekah bumi. Untuk mengantisipasi adanya distorsi data dalam pengumpulan data, dilakukan crosscek data melalui pencocokan hasil interview antar informan dan antara hasil observasi dan kajian pustaka dengan hasil interview. Dari pengkroscekan data, dilanjutkan dengan menganalisis data mana yang memiliki keakuratan yang paling tinggi. Tahap-tahapan analisis datanya yaitu dengan melakukan kodifikasi data, kategorisasi, mendisplay, mereduksi data, melakukan verifikasi dan kesimpulan.¹⁸ Selain itu, analisis juga menggunakan teori resiliensi dan kebersyukuran.

B. Pembahasan

1. Adat dan Sedekah Bumi

Upacara sedekah bumi merupakan sebuah upacara adat yang dilambangkan sebagai ungkapan rasa syukur manusia terhadap Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rezeki berupa tanah yang ditinggali oleh manusia.¹⁹ Upacara sedekah bumi ini lebih populer di Indonesia tepatnya di Tanah Jawa, meskipun adanya beberapa versi atau cara yang berbeda. Upacara sedekah bumi ini adalah ungkapan rasa syukur terhadap rezeki yang sudah diberikan dan juga jerih payah masyarakat serta meminta rezeki yang melimpah untuk masa yang akan datang dan dijauhkan dari marabahaya. Pengertian yang lainnya bahwa upacara sedekah bumi merupakan salah satu tradisi atau adat masyarakat Jawa yang masih terkenal dan dijadikan kegiatan

¹⁸Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, IV (yogyakarta: Rake Sarasin, 2000).

¹⁹A Miftahudin, "Penanaman Nilai Syukur Dalam Tradisi Sedekah Bumi Di Dusun Kalitanjung Desa Tambaknegara Rawalo Banyumas," *Bimbingan Dan Konseling Islam* (IAIN Purwokerto, 2016).

yang masih dilaksanakan oleh masyarakat Jawa sampai sekarang, upacara sedekah bumi ini turun-temurun diwariskan oleh nenek moyang pada jaman dahulu dan berbagai ritual ini dilaksanakan oleh masyarakat pesisir utara pulau Jawa atau dalam kata lain masyarakat dengan mata pencaharian bercocok tanam yang memanfaatkan hasil bumi yang ada disekitarnya. Acara sedekah bumi paling lama dilaksanakan selama setahun sekali, biasanya berpapasan dengan hari jadi daerah ataupun desa tersebut.

Setiap daerah masing-masing pasti memiliki sebuah sistem tersendiri mengenai bagaimanakah aturan pelaksanaan upacara sedekah bumi, hal tersebut disambungkan pada tradisi nenek moyang pada zaman dahulu. Biasanya, serangkaian pelaksanaan acara tradisi upacara sedekah bumi dilakukan sebagai ungkapan rasa syukur terhadap Tuhan Yang Maha Esa atas nikmat yang diberikan untuk warga masyarakat, menjadikan dalam melakukan tradisi upacara sedekah bumi tidak melupakan pada macam-macam simbol atau benda yang dianggap berkah. Pada tradisi upacara sedekah bumi seringkali dibersamai adanya kepercayaan yang dianut oleh masyarakat terhadap suatu hal mistis yang terkadang tidak masuk akal dan juga bisa dikaitkan dalam dunia lain manusia. Sedangkan pengertian upacara sedekah bumi adalah salah satu bentuk dari tradisi yang dibudayakan oleh masyarakat yang sudah turun-temurun dari nenek moyang terdahulu. Ada banyak sekali pembelajaran yang terdapat dalam upacara sedekah bumi, sehingga dalam melakukan tradisi sedekah bumi terdapat persyaratan dan ketentuan yang wajib terpenuhi sebagai unsur sebuah kebudayaan.

Sedekah bumi sendiri adalah salah satu budaya yang menjadi tradisi yang dianut oleh masyarakat Jawa Tengah terutama di Pesisir Utara Pulau Jawa yaitu di daerah Rembang. Tradisi upacara sedekah bumi di Jawa dilakukan di bulan panen hasil dari bumi yakni seperti panen jagung, padi dan lainnya yang dilakukan secara serentak. Masyarakat Jawa lebih banyak menganut agama Islam ini memberikan keputusan untuk melestarikan tradisi upacara

sedekah bumi yang dilaksanakan setiap tahun agar kebudayaan ini dapat dilestarikan sampai anak cucu nanti. Tradisi sedekah bumi memberikan pelajaran pendidikan karakter penguatan sikap spiritual dan sikap social bagi masyarakat melalui *habituation* (pembiasaan) yang dilaksanakan setiap tahun.²⁰ Sementara dengan pemerintah juga turut mendukung dengan dilaksanakannya sedekah bumi ini. Dukungan tersebut berupa dukungan moril dan juga dukungan materi yang diberikan oleh pemerintah.

2. Sejarah Sedekah Bumi

Tradisi Sedekah Bumi sebagai tradisi yang bertahun-tahun lamanya sudah dilaksanakan oleh nenek moyang terdahulu yang dilanjutkan secara turun temurun oleh masyarakat desa Raci dan Waru.

Menurut salah satu pengurus Karang Taruna Desa Raci, Nurbaiti, tradisi sedekah bumi bermula dari ketika pada zaman dahulu, desa Raci mengalami gagal panen yang berlangsung selama beberapa musim tanam. Pada waktu itu orang-orang desa sedang menanam palawija beberapa kali tetapi selalu gagal karena beberapa penyebab seperti angin kencang, hama yang tiba-tiba menyerang, kemarau panjang, hujan deras mengguyur satu hari penuh yang membuat sawah desa Raci *ngecembeng*. Pada waktu itu. Di desa Raci belum memiliki sistem irigasi untuk sawah. Pengairan hanya mengandalkan curah hujan, Karena adanya kejadian gagal panen yang berlangsung beberapa musim tanam itulah, akhirnya diadakan gradisi sedekah bumi. Warga desa merasa bahwa mereka harus melakukan sesuatu kegiatan spiritual yang untuk meminta kelancaran masa tanam dan juga sebagai bentuk ucapan puji syukur atas hasil bumi masyarakat. Akhirnya, ditentukanlah bahwa pada musim

²⁰J Mustikasari, "Pengembangan Pendidikan Karakter Dalam Masyarakat Melalui Budaya Untuk Menguatkan Sikap Spiritual Dan Sikap Sosial," *Jurnal Global Citizen: Jurnal Ilmiah Kajian Pendidikan Kewarganegaraan* 1, no. 1 (2016).

tanam, warga desa harus melakukan doa bersama dan membakar kemenyan. Sedangkan pada musim panen, masyarakat desa Raci melakukan prosesi *tasyakuran* dengan berdoa bersama, makan bersama, membagikan Sebagian kecil hasil bumi, serta mengadakan acara hiburan ataupun pementasan seperti wayang kulit maupun ketoprak. Perayaan tradisi sedekah bumi dilakukan pada waktu panen massal dan diselenggarakan selama satu minggu.²¹

Di sisi lain, Nasuka, seorang warga desa Waru menjelaskan bahwa ritual sedekah bumi dilaksanakan karena adanya wabah. Wabah tersebut mempengaruhi tanaman para petani di ladang, wabah tersebut disebabkan karena serangan wereng yang terjadi secara terus menerus. Wereng sudah dibasmi menggunakan berbagai cara tradisional, tetapi masih juga datang menyerang tanaman. Warga desa merasakan bahwa wabah tersebut terjadi di luar logika manusia. Akhirnya, mereka memberikan seserahan berupa sesajen yang isinya makanan dan beberapa rupa kembang ke punden. Selanjutnya, ritual pemberian sajen ke punden yang dilakukan sebelum masa tanam menjadi tradisi di desa Waru. Sehingga akhirnya para petani menanam tanaman secara serentak. Ketika panen raya, para petani melakukan acara tasyakuran secara bersama yang kemudian menjadi tasyakuran besar dengan mengadakan pesta atau perayaan meriah seperti ketoprak, wayang, dan bahkan diadakan lomba-lomba. Pada zaman dahulu, Acara sedekah bumi dilakukan setiap panen raya dan ditentukan sesuai kalender jawa yaitu pada hari-hari Kliwon. tetapi sekarang tiap bulan Syawal dan harinya tetap pada hari-hari Kliwon.²²

Zamroni, Sekretaris desa menceritakan bahwa tradisi sedekah bumi adalah sebuah acara hormat kepada leluhur yang pertama kali mendirikan desa atau cikal bakal (asal-usulnya) yang mendirikan desa. Tradisi sedekah bumi dilaksanakan pada bulan dzul qo'dah dengan

²¹Desyana Shoima (Karang Taruna) Nurbaiti, "Wawancara Oleh Mizano Liongga Alhassan," 29 Agustus (2020).

²²Nasuka (Warga Desa), "Wawancara Oleh Mizano Liongga Alhassan," 8 Oktober (2020).

mendadakan pementasan wayang kulit. Pelaksanaan ritual sedekah bumi dilaksanakan pada saat tanggal jawa yang harinya mempunyai pasaran Kliwon, seperti : Rabu Kliwon, Senin Kliwon, atau Jum'at Kliwon pada bulan dzulqo'dah.²³ Tradisi sedekah bumi ini sering kali disebut oleh masyarakat umum dengan nama Apitan dan ada juga yang menyebutnya Nyadran. Pada era milenial seperti saat ini, pementasan wayang kulit semakin berkurang peminatnya, terutama dari generasi muda. Sehingga acara sedekah bumi di tambah dengan pementasan acara ketropak yang dapat memikat generasi muda turut bergabung memeriahkan acara sedekah bumi. Ketropak adalah sebuah acara pagelaran dagelan guyonan yang dibawakan oleh beberapa pemain yang sudah terlatih dan yang disertai dengan pelantunan nyanyian jawa.²⁴

3. Tahapan Tradisi Upacara Sedekah Bumi

Suhardi, salah seorang sesepuh desa yang berusia 65 tahun menyampaikan bahwa upacara sedekah bumi yang dilaksanakan pada salah satu wilayah yang ada di daerah pesisir utara Pulau Jawa ini dilaksanakan dengan selamatan "Tumpeng Sego golong" yang dibuka oleh Kepala Desa dengan memberikan sambutan acara pembuka. Acara tersebut dibuka oleh para kyai yang ada di Desa. Acara ini bertujuan untuk menghormati orang yang sudah berjasa mendirikan Desa atau yang biasa disebut danyang (cikal bakal yang membentuk desa). Acara ini membutuhkan 1 tumpeng yang besar yang dimana sisi samping yang memutari tumpeng tersebut terdapat 9 tumpeng kecil. Arti dari 9 tumpeng kecil ini menggambarkan sejarah perjuangan yang diambil dari sejarah Walisongo. Setelah acara tumpengan selesai, dilanjutkan dengan pementasan Wayang Kulit. Pada pementasan wayang kulit

²³S E (Sekretaris Desa) Zamroni, "Wawancara Oleh Mukhammad Syafi'i," 9 Oktober (2020).

²⁴A L Oktoviana, "Kethoprak Sebagai Media Interaksi Simbolis Dalam Tradisi Ritual Sedekah Bumi Di Dukuh Rumbut Malang Desa Kabongan Kidul Kecamatan Rembang Kabupaten Rembang" (Universitas Negeri Semarang, 2011).

inilah, Dalang sebagai orang yang menceritakan cerita pewayangan dari awal sampai selesai dan juga tugas dalang yaitu melihat apa yang muncul nanti pada lakon pewayangan yang dipentaskan. Jika yang muncul yaitu lakon yang baik, dermawan maka desa akan mengalami kemakmuran di tahun kedepannya bisa jadi hasil panen melimpah, desa dihindarkan dari marabahaya, dan yang lainnya. Tetapi jika yang muncul itu lakon yang mempunyai watak pemaarah, dan beberapa sifat jelek. Kemungkinan masyarakat desa kedepannya bisa jadi hasil panen yang kurang bagus dikarenakan diserang hama, atau desa sedang mengalami marabahaya.

Kemudian dilanjutkan dengan warga masyarakat berbondong-bondong membawa nasi khajatan yang akan dibawa ke tempat diadakannya acara (didepan rumah Kepala Desa) untuk didoakan bersama-sama meminta kepada sang Kholiq supaya tahun depan dapat diberikan rizki yang banyak, hasil bumi yang melimpah, dan juga desa diselamatkan dari mara bahaya. Setelah acara khajatan selesai, baru malamnya disambung dengan kegiatan pementasan ketropak biasanya dimulai dari jam 09.00 sampai 15.30. Dari semua runtutan acara sedekah bumi tersebut, yang pada intinya diwajibkannya ada kegiatan pementasan wayang kulit. yang dimaksud apit-an itu adalah bisa dibilang mengadakan acara kegiatan pementasan wayang dari zaman dahulu. Namun kegiatan pementasan ketropak itu baru mulai diadakan pada masa sekarang.²⁵

4. Karakteristik Masyarakat

Pesisir utara provinsi Jawa Tengah dihuni oleh berbagai lapisan masyarakat dari berbagai sektor pekerjaan, diantaranya: pertanian, perikanan, industri, dan perdagangan. Masyarakat yang bekerja di sektor pertanian sangat mengandalkan kondisi lingkungan seperti perubahan cuaca, kontur lahan, perubahan musim dan juga kondisi hama.²⁶ Banyak diantara hal-hal tersebut yang diluar kendali manusia,

²⁵Zamroni, "Wawancara Oleh Mukhammad Syafi'i."

²⁶Mahfudloh Fajrie, *Budaya Masyarakat Pesisir Wedung Jawa Tengah Dalam Melibat*

oleh karena itu mereka selalu memohon kelancaran, meminta keberkahan, serta keselamatan untuk keluarga dan masyarakat yang tinggal desa. Mereka menyadari bahwa rezeki yang sekarang mereka rasakan itu adalah titipan dari Sang Pencipta, hal itulah masyarakat desa tidak berhenti mengucapkan rasa syukur melalui upacara sedekah bumi yang menjadi tradisi atau adat pada masyarakat yang menganut agama Islam di daerah tersebut sebagai bentuk rasa syukur terhadap Tuhan Yang Maha Kuasa.

Masyarakat di desa Waru 90% beragama Islam, sehingga budaya yang berlaku di desa tersebut adalah budaya yang dilaksanakan berdasarkan budaya-budaya Islam. Seperti melakukan tradisi tahlilan dan syukuran. Nilai-nilai yang berlaku di kegiatan Sedekah Bumi termasuk dalam nilai-nilai kebudayaan Islam yang ada di tanah Jawa.²⁷ Budaya gotong royong juga termasuk dalam salah satu kebudayaan dalam kegiatan Sedekah Bumi. Manusia dalam konteks berkehidupan sosial tidak akan pernah lepas dari proses bantu-membantu dengan orang lain.²⁸ Hal ini diperkuat juga dengan adanya pembagian hasil bumi dari penduduk desa Waru kepada warga desa ataupun dengan penduduk desa lain. Masyarakat desa Waru juga saling memberikan makanan pada hari-hari tertentu supaya keadaan desa tidak terjadi kecemburuan antara satu dengan yang lain.²⁹

5. Model Kebersyukuran dan Resiliensi Komunitas pada Tradisi Sedekah Bumi

Orang-orang Jawa memahami berbagai macam upacara tradisional dan ibadah. Seperti nenek moyang pada jaman dahulu yang hidup sesuai dengan alam pemikirannya yang dapat

Gaya Komunikasi Dan Tradisi Pesisiran (Wonosobo: CV. Mangka Bumi Media, 2016).

²⁷Ihmi Yani Arinda R, "Sedekah Bumi (Nyadran) Sebagai Konvensi Tradisi Jawa Dan Islam Masyarakat Sratujejo Bojonegoro," *El-Harakah* 16, no. 1 (2014): 100–110.

²⁸Mohammad Thoriqul Huda, "Harmoni Sosial Dalam Tradisi Sedekah Bumi Masyarakat Desa Pancur Bojonegoro," *Religio: Jurnal Studi Agama-Agama* 7, no. 2 (September 10, 2017): 267–96, <https://doi.org/10.15642/religio.v7i2.753>.

²⁹Nasuka (Warga Desa), "Wawancara Oleh Mizano Liongga Alhassan."

mempengaruhi cara berpikirnya. Pandangan nenek moyang terhadap permasalahan hidup kerap sempit dan condong dikaitkai- kaitkan dengan suatu hal yang berbau mistis pada alam ghaib. Nenek moyang memiliki anggapan bahwa dunia ini dihuni oleh bermacam makhluk halus serta kekuatan ghaib bisa memunculkan kebahagiaan dan penderitaan. Berhadapan dengan dunia ghaib, orang-orang lebih menggunakan perasaannya, seperti menghargai atau menghormati, cinta, menyembah, ngeri dan memiliki ketakutan. Perasaan-perasaan itu timbul pada berbagai perlakuan yang berkaitan dengan dunia ghaib lewat upacara sedekah bumi.³⁰

Pada suatu upacara sedekah bumi memakai doa-doa yang dilantunkan, kemudian menggunakan penggerakan tangan ataupun badan. Koentjaraningrat juga mengkolaborasikan sistem upacara sedekah bumi memiliki empat komponen, yakni tempat upacara, pelaksanaan upacara, benda-benda, dan peralatan yang dibutuhkan saat upacara. Orang yang melaksanakan dan berperan sebagai pemimpin upacara. Semua yang memiliki peran penting pada pelaksanaan upacara sedekah bumi ini bersifat sakral yang menjadikan orang yang tidak memiliki kepentingan dalam pelaksanaannya tidak diperkenankan mengganggu selama upacara berlangsung karena akan menimbulkan suatu bahaya.³¹

Seperti orang yang sedang berhadapan dengan suatu hal yang keramat haruslah menjauhi berbagai larangan. Dari beberapa pendapat mengenai upacara sedekah bumi ini dapat dipahami bahwa upacara sedekah bumi dilaksanakan oleh manusia yang pada hakekatnya adalah tata alam sesuai pada adat kebiasaan atau tradisi yang bertujuan untuk menerima ketentraman dan keselamatan dalam hidup yang meruapakan sebagai perwujudan dari keterbatasan pada kemampuan manusia untuk menghadapi tantangan dalam hidup, baik dari diri sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Upacara sedekah bumi yang dilaksanakan oleh masyarakat ini bertujuan sebagai ekspresi syukur kepada Tuhan atas

³⁰Koentjaraningrat, *Kebudayaan Jawa* (Jakarta: Balai Pustaka, 1984).

³¹Koentjaraningrat.

karunia panen yang sudah diterimanya, juga untuk mengadakan kontak langsung kepada para roh-roh, leluhur, maupun dewa-dewa dan Tuhan Yang Maha Esa. Oleh karena itu, acara sedekah bumi dilaksanakan secara rutin setiap tahun yang dipegang teguh oleh seluruh generasi dan dipertahankan sampai saat ini. Upacara sedekah bumi memicu peningkatan keyakinan spiritualitas dan kepasrahan kepada Tuhan, kebersyukuran dan resiliensi komunitas.³² Dampaknya, masyarakat desa merasa lebih aman, nyaman, tentram, dan bahagia dalam menjalani kesehariannya. Tradisi sedekah bumi dilaksanakan sebagai ungkapan syukur masyarakat dan juga menunjukkan resiliensi komunitas dalam menghadapi kesulitan secara bersama-sama. Kebersyukuran masyarakat sangat terlihat dalam upacara tradisi sedekah bumi.

Bersyukur itu tidak hanya sekedar munculnya ungkapan terima kasih setelah individu memperoleh kebaikan dari orang lain yang dianggap berharga dan bersifat altruistik.³³ Tetapi juga menghargai, mengakui dan berterima kasih kepada Tuhan atas hal-hal positif yang terjadi dalam kehidupan. Rasa syukur tidak hanya sekedar penghargaan interpersonal atas bantuan orang lain, tetapi juga semua kenikmatan, kebaikan dan hal-hal positif yang individu alami dalam kehidupan sehari-hari, baik berupa kesehatan, kemudahan, rizki, keselamatan, keluarga dan sebagainya.³⁴ Diantara ekspresi syukur individu adalah dilakukan melalui berdoa dan menjalankan perintah Tuhan, melakukan ritual-ritual ibadah. Berdoa adalah sarana individu melakukan komunikasi secara batiniah kepada Tuhan. Berdoa merupakan bagian dari ekspresi syukur individu kepada Tuhan.³⁵ Tradisi sedekah bumi dilaksanakan

³²H Nugroho, "Dimensi Teologi Dalam Ritual Sedekah Bumi Masyarakat Made," *Islamika Inside: Jurnal Keislaman Dan Humaniora* 4, no. 1 (2018): 24–49.

³³Robert A Emmons and Michael E McCullough, *The Psychology of Gratitude* (New York: Oxford University Press, 2004).

³⁴Alex M. Wood, Jeffrey J. Froh, and Adam W.A. Geraghty, "Gratitude and Well-Being: A Review and Theoretical Integration," *Clinical Psychology Review* 30, no. 7 (2010): 890–905, <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005>.

³⁵Frank D. Fincham and Ross W. May, "Generalized Gratitude and Prayers of Gratitude in Marriage," *Journal of Positive Psychology* 16, no. 2 (2021): 282–87, <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1716053>.

juga dalam rangka mengungkapkan rasa syukur kepada Tuhan baik dengan hati, lisan dan perbuatan³⁶ karena sudah diberikan karunia berupa panen. Ungkapan syukur ini dilakukan secara bersama-sama oleh masyarakat dengan melakukan doa bersama, memberikan sesaji, saling berbagi dan mengadakan pesta. Dengan mengadakan tradisi sedekah bumi ini, masyarakat merasa puas, nyaman dan bahagia. Kebersyukuran sangat berkorelasi dengan kebahagiaan, kepuasan hidup (*satisfaction*) dan *subjective well being*,³⁷ harapan dan memunculkan perasaan optimis.³⁸ Selain itu, rasa syukur juga berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental.³⁹ Syukur diprediksi secara signifikan dapat menurunkan risiko depresi berat, gangguan kecemasan (*anxiety disorder*), fobia, ketergantungan dan penyalahgunaan obat/alcohol, meningkatkan citra tubuh,⁴⁰ peningkatan kualitas tidur, dan meminimalisir munculnya penyakit jantung dan inflamasi.⁴¹ Ekspresi rasa syukur memberikan efek jangka panjang terhadap aktifitas otak. Modulasi saraf dengan rasa syukur tetap bertahan lama di korteks prefrontal medial bagi orang yang dapat mensyukuri setiap karunia dan kebaikan dalam kehidupannya, baik terkait dengan hal kecil maupun peristiwa besar. Sehingga hal ini berdampak pada peningkatan perilaku individu dalam bersyukur kepada Tuhan dan berterima kasih kepada orang lain dari setiap kebaikan yang diterimanya.⁴² Tradisi sedekah bumi merupakan bentuk atau model kebersyukuran masyarakat pesisir utara Jawa Tengah.

³⁶Al-Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad Al-Ghazali, *Ihya' Ulum Al Din*, Jilid 4 (Beirut: Dar Al - Kitab Al - Ilmiyyah, 1992).

³⁷Briana L Robustelli and Mark A Whisman, "Gratitude and Life Satisfaction in the United States," *Journal of Happiness Studies*, 2016, <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9802-5>.

³⁸Witvliet et al., "Gratitude Predicts Hope and Happiness: A Two-Study Assessment of Traits and States."

³⁹Lilian Jans-Beken et al., "Gratitude and Health: An Updated Review," *Journal of Positive Psychology* 15, no. 6 (2020): 743–82, <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1651888>.

⁴⁰Wood, Froh, and Geraghty, "Gratitude and Well-Being: A Review and Theoretical Integration."

⁴¹Jans-Beken et al., "Gratitude and Health: An Updated Review."

⁴²Prathik Kini et al., "The Effects of Gratitude Expression on Neural Activity," *NeuroImage* 128 (2016): 1–10, <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2015.12.040>.

Selain sebagai ungkapan rasa syukur, tradisi sedekah bumi juga menunjukkan adanya resiliensi komunitas pada masyarakat pesisir utara Jawa Tengah. Hal ini nampak dari filosofi dilaksanakannya tradisi sedekah bumi adalah untuk berdoa kepada Tuhan agar dihindarkan dari marabahaya dan *pagebluk*. Tradisi sedekah bumi sebagai sarana *tolak bala* bagi masyarakat agar terhindar dari marabahaya, musibah, penyakit kesulitan dan berbagai penyakit. Ritual sedekah bumi merupakan salah satu *coping stress* (cara individu mengatasi hal-hal yang dapat menimbulkan stress baik berupa kesulitan, musibah dan lain sebagainya)⁴³ yang dilakukan oleh masyarakat pesisir utara Jawa Tengah. *Coping stress* berkaitan erat dengan resiliensi. Salah satu factor dari *coping stress* terutama *emotional focused coping*⁴⁴ adalah factor *religion* (agama) atau keyakinan. Koping religious berkaitan dengan spiritualitas, religiusitas dalam bentuk respon kognitif, perilaku dan interpersonal dalam menghadapi stress. Diantara factor dari koping religious adalah koping agama kolaboratif atau *collaborative religious coping* dan agama menjadi penolong atau *religious coping*.⁴⁵ Koping stress dengan pendekatan agama adalah menggabungkan religiusitas yang dimiliki dengan kemampuan terhadap penyelesaian masalah. Religiusitas dan spiritualitas merupakan sumber dan prediktor resiliensi pada individu yang sedang menghadapi kesulitan atau stress. Intervensi dengan pendekatan religious dan spiritual dapat meningkatkan resiliensi. Diantara ritual dari tradisi sedekah bumi adalah berdoa bersama. Dengan berdoa bersama, masyarakat berharap agar terhindar dari marabahaya, kesulitan, wabah, musibah dan hal-hal yang mendatangkan kesedihan. Doa merupakan bagian dari religiusitas dan spiritualitas individu. Religiusitas dan spiritualitas dalam tradisi sedekah bumi merupakan bagian dari resiliensi komunitas masyarakat pesisir utara Jawa Tengah. Ritual

⁴³Iswan Nashori, Fuad & Saputro, *Psikologi Resiliensi* (yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2021).

⁴⁴Richard S. Lazarus, *Emotion and Adaptation* (New York: Oxford University Press, 1991).

⁴⁵Nashori, Fuad & Saputro, *Psikologi Resiliensi*.

dalam tradisi sedekah bumi merupakan strategi yang dilakukan oleh masyarakat untuk mengantisipasi dan beradaptasi dalam menghadapi trauma, kesulitan, tragedy, ancaman dan semua hal yang menimbulkan stress.⁴⁶ Tradisi sedekah bumi menunjukkan kualitas masyarakat dalam menghadapi kesulitan, sehingga hal ini menunjukkan bahwa tradisi sedekah bumi merupakan model resiliensi komunitas masyarakat pesisir utara Jawa Tengah. Resiliensi adalah kualitas kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan.⁴⁷

C. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, Sedekah bumi merupakan sebuah upacara adat yang melambangkan rasa syukur manusia terhadap Tuhan yang sudah memberikan karunia rezeki melalui tanah yang ditinggalkannya, segala bentuk dan isi dari hasil bumi. Selain itu, tradisi sedekah bumi juga sebagai model bentuk resiliensi komunitas pada masyarakat pesisir utara Jawa Tengah dalam menghadapi kesulitan, wabah, musibah dan berbagai hal yang menimbulkan kesedihan atau stress. Tradisi sedekah bumi mengingatkan bahwasannya manusia harus lebih banyak bersyukur kepada Tuhan Yang Maha Esa dan memiliki resiliensi terhadap persoalan hidup, dan meneruskan apa yang telah diajarkan oleh nenek moyang yang merupakan warisan berharga yang perlu dilestarikan selama apa yang diajarkan tidak bertentangan dengan nilai agama dan moral. Sehingga penting bagi semua pihak untuk menjaga keberlangsungan tradisi seperti ini. Pihak-pihak yang dimaksud meliputi masyarakat, pemerintah, lembaga-lembaga sosial dan kemasyarakatan

⁴⁶Wolf, "Resilience: An Update."

⁴⁷Losoi et al., "Resilience Is Associated with Fatigue after Mild Traumatic Brain Injury."

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, Al-Imam Abu Hamid Muhammad bin Muhammad. *Ihya' Ulum Al Din*. Jilid 4. Beirut: Dar Al - Kitab Al - Ilmiyyah, 1992.
- Dasanti, W. *Mengenal Perayaan Tradisional*. Jakarta: CV. Pamularsih, 2014.
- Emmons, Robert A, and Michael E Mccullough. *The Psychology of Gratitude*. New York: Oxford University Press, 2004.
- F, Hidayatulloh. "Sedekah Bumi Dusun Cisampih Cilacap." *EL HARAHAH Jurnal Budaya Islam* 15, no. 1 (2015): 1–17.
- Fajrie, Mahfudloh. *Budaya Masyarakat Pesisir Wedung Jawa Tengah Dalam Melibat Gaya Komunikasi Dan Tradisi Pesisiran*. Wonosobo: CV. Mangka Bumi Media, 2016.
- Fincham, Frank D., and Ross W. May. "Generalized Gratitude and Prayers of Gratitude in Marriage." *Journal of Positive Psychology* 16, no. 2 (2021): 282–87. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1716053>.
- Huda, Mohammad Thoriqul. "Harmoni Sosial Dalam Tradisi Sedekah Bumi Masyarakat Desa Pancur Bojonegoro." *Religió: Jurnal Studi Agama-Agama* 7, no. 2 (September 10, 2017): 267–96. <https://doi.org/10.15642/religio.v7i2.753>.
- Huda, N. *Makna Tradisi Sedekah Bumi Dan Laut (Studi Kasus Di Desa Betahwalang Kecamatan Bonang Kabupaten Demak)*. eprints.walisongo.ac.id, 2016. <http://eprints.walisongo.ac.id/5827/>.
- Jans-Beken, Lilian, Nele Jacobs, Mayke Janssens, Sanne Peeters, Jennifer Reijnders, Lilian Lechner, and Johan Lataster. "Gratitude and Health: An Updated Review." *Journal of Positive Psychology* 15, no. 6 (2020): 743–82. <https://doi.org/10.1080/17439760.2019.1651888>.

- Khija, Ramadhani & M, ludovick Uttoh. “Korelasi Konsep Syukur Dalam Budaya Jawa Dan Ajaran Islam (Studi Kasus Sedekah Bumi Di Desa Tegalharjo Kecamatan Trangkil Kabupaten Pati,” 2015.
- Kini, Prathik, Joel Wong, Sydney McInnis, Nicole Gabana, and Joshua W. Brown. “The Effects of Gratitude Expression on Neural Activity.” *NeuroImage* 128 (2016): 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2015.12.040>.
- Koentjaraningrat. *Kebudayaan Jawa*. Jakarta: Balai Pustaka, 1984.
- Lazarus, Richard S. *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press, 1991.
- Le, Yen K., Ralph L. Piedmont, and Teresa A. Wilkins. “Spirituality, Religiousness, Personality as Predictors of Stress and Resilience among Middle-Aged Vietnamese-Born American Catholics.” *Mental Health, Religion and Culture* 22, no. 7 (2019): 754–68. <https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1646235>.
- Losoi, Heidi, Minna Wäljas, Senni Turunen, Antti Brander, Mika Helminen, Teemu M. Luoto, Eija Rosti-Otajärvi, Juhani Julkunen, and Juha Öhman. “Resilience Is Associated with Fatigue after Mild Traumatic Brain Injury.” *Journal of Head Trauma Rehabilitation* 30, no. 3 (2015): E24–32. <https://doi.org/10.1097/HTR.0000000000000055>.
- Miftahudin, A. “Penanaman Nilai Syukur Dalam Tradisi Sedekah Bumi Di Dusun Kalitanjung Desa Tambaknegara Rawalo Banyumas.” *Bimbingan Dan Konseling Islam*. IAIN Purwokerto, 2016.
- Muhadjir, Noeng. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. IV. Yogyakarta: Rake Sarasin, 2000.
- Mustikasari, J. “Pengembangan Pendidikan Karakter Dalam Masyarakat Melalui Budaya Untuk Memperkuat Sikap

- Spiritual Dan Sikap Sosial.” *Jurnal Global Citizen: Jurnal Ilmiah Kajian Pendidikan Kewarganegaraan* 1, no. 1 (2016).
- Nashori, Fuad & Saputro, Iswan. *Psikologi Resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2021.
- Nasuka (Warga Desa). “Wawancara Oleh Mizano Liongga Alhassan.” 8 Oktober. 2020.
- Nugroho, H. “Dimensi Teologi Dalam Ritual Sedekah Bumi Masyarakat Made.” *Islamika Inside: Jurnal Keislaman Dan Humaniora* 4, no. 1 (2018): 24–49.
- Nurbaiti, Desyana Shoima (Karang Taruna). “Wawancara Oleh Mizano Liongga Alhassan.” 29 Agustus. 2020.
- Oktoviana, A L. “Kethoprak Sebagai Media Interaksi Simbolis Dalam Tradisi Ritual Sedekah Bumi Di Dukuh Rumbut Malang Desa Kabongan Kidul Kecamatan Rembang Kabupaten Rembang.” Universitas Negeri Semarang, 2011.
- Pearce, Michelle J., Harold G. Koenig, Clive J. Robins, Noha Daher, Sally F. Shaw, Bruce Nelson, Lee S. Berk, Denise Belinger, Harvey Jay Cohen, and Michael B. King. “Effects of Religious Versus Conventional Cognitive-Behavioral Therapy on Gratitude in Major Depression and Chronic Medical Illness: A Randomized Clinical Trial.” *Journal of Spirituality in Mental Health* 18, no. 2 (2016): 124–44. <https://doi.org/10.1080/19349637.2015.1100971>.
- R, Ihmi Yani Arinda. “Sedekah Bumi (Nyadran) Sebagai Konvensi Tradisi Jawa Dan Islam Masyarakat Sratujejo Bojonegoro.” *El-Harakah* 16, no. 1 (2014): 100–110.
- Rahmawati, Sri W, and Universitas Tama Jagakarsa. “Role of Religiousness / Spirituality in Resilience of Fisheries College Cadets Role of Religiousness / Spirituality in Resilience of Fisheries College Cadets,” no. April 2014 (2017).

- Reis, Luana Araújo Dos, and Tânia Maria de Oliva Menezes. "Religiosity and Spirituality as Resilience Strategies among Long-Living Older Adults in Their Daily Lives." *Revista Brasileira de Enfermagem* 70, no. 4 (2017): 761–66. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0630>.
- Roberto, Anka, Alicia Sellon, Sabrina T. Cherry, Josalin Hunter-Jones, and Heidi Winslow. "Impact of Spirituality on Resilience and Coping during the COVID-19 Crisis: A Mixed-Method Approach Investigating the Impact on Women ." *Health Care for Women International* 41, no. 11–12 (2020): 1313–34. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1832097>.
- Robustelli, Briana L, and Mark A Whisman. "Gratitude and Life Satisfaction in the United States." *Journal of Happiness Studies*, 2016. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9802-5>.
- Rochmawati, Nikmah. "Malicious Envy : Its Correlation with Self-Concept and Gratitude," 2021. <https://doi.org/10.4108/eai.14-10-2020.2303835>.
- Rochmawati, Nikmah, Asmadi Alsa, and Abd. Majdid. "Gratitude: Empirical Findings and Theoretical Perspectives." *Journal of Islamic Studies and Humanities* 3, no. 2 (2018): 127–52.
- Wahyu, R. "Makna Simbolik Tradisi Sedekah Bumi Legenanan Pada Masyarakat Desa Kalirejo Kecamatan Talun Kabupaten Pekalongan." Universitas Negeri Semarang, 2016.
- Witvliet, Charlotte van Oyen, Fallon J. Richie, Lindsey M. Root Luna, and Daryl R. Van Tongeren. "Gratitude Predicts Hope and Happiness: A Two-Study Assessment of Traits and States." *Journal of Positive Psychology* 14, no. 3 (2019): 271–82. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1424924>.
- Wolf, Erika J. "Resilience: An Update." *PTSD Research Quarterly* 25, no. 4 (2015): 1–8.

Wood, Alex M., Jeffrey J. Froh, and Adam W.A. Geraghty. "Gratitude and Well-Being: A Review and Theoretical Integration." *Clinical Psychology Review* 30, no. 7 (2010): 890–905. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.005>.

Zamroni, S E (Sekretaris Desa). "Wawancara Oleh Mukhammad Syafi'i." *9 Oktober*. 2020.