

## BURDAH SEBAGAI SARANA KESEHATAN JIWA: TINJAUAN PERSPEKTIF TASAWWUF HAMKA

Muhammad Ilyas

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Email: [muhammadilyas72498@gmail.com](mailto:muhammadilyas72498@gmail.com)

Informasi	Abstract
Volume : 3 Nomor : 6 Bulan : Juni Tahun : 2026 E-ISSN : 3062-9624	<p><i>This study examines the Majelis Burdah at STMIK Banjarbaru, which involves the academic community and the general public, to understand its impact on the mental health of the congregation. Using a qualitative method through observation and interviews, this phenomenon is analyzed using Hamka's concept of "Mental Health" in Modern Sufism. The results indicate that the routine recitation of the Burdah functions as a systematic process of soul purification (tazkiyat al-nafs). This practice is empirically proven to neutralize psychological deviations such as stress (huzn) and anger (ghadab), as well as foster an attitude of rational submission (qana'ah and tawakal). Furthermore, the inclusive and egalitarian nature of the gathering is able to dissolve social hierarchy barriers, transforming individual inner peace into social piety. In conclusion, Sufistic values remain highly relevant to be applied in public spaces and modern institutions, where the integration of spiritual depth and social rationality becomes the key to realizing perfect mental health.</i></p> <p><b>Keyword:</b> Modern Sufism, Mental Health, Burdah Gathering, Hamka, Social Piety</p>

### Abstrak

Penelitian ini mengkaji Majelis Burdah di STMIK Banjarbaru, yang melibatkan sivitas akademika dan masyarakat umum, untuk memahami dampaknya terhadap kesehatan mental jamaah. Menggunakan metode kualitatif melalui observasi dan wawancara, fenomena ini dianalisis menggunakan konsep "Kesehatan Jiwa" dalam Tasawuf Modern karya Hamka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rutinitas pembacaan Burdah berfungsi sebagai proses penyucian jiwa (tazkiyat al-nafs) yang sistematis. Praktik ini secara empiris terbukti menetralkan penyimpangan kejiwaan seperti stres (huzn) dan amarah (ghadab), serta menumbuhkan sikap kepasrahan rasional (qana'ah dan tawakal). Lebih lanjut, ruang majelis yang inklusif dan egaliter mampu meleburkan sekat hierarki sosial yang mengubah ketenangan batin individual menjadi kesalehan sosial. Kesimpulannya, nilai-nilai sufistik senantiasa relevan diaplikasikan pada ruang publik dan institusi modern, di mana integrasi kedalaman spiritual dan rasionalitas sosial menjadi kunci perwujudan kesehatan mental yang sempurna.

**Kata Kunci:** Tasawuf Modern, Kesehatan Jiwa, Majelis Burdah, Hamka, Kesalehan Sosial

### A. PENDAHULUAN

Masyarakat modern saat ini kerap dihadapkan pada berbagai tantangan kejiwaan, seperti stres, kegelisahan, dan krisis makna hidup yang berakar pada kurangnya nilai

spiritual. Di tengah keadaan tersebut saat ini, tasawuf dapat berhadir sebagai metode penyucian jiwa (*tazkiyat al-nafs*) yang kan mengarahkan kepada kesalehan sosial dan kesehatan mental. Fenomena menarik terkait manifestasi tasawuf ini dapat diamati pada rutinitas Majelis Burdah di lingkungan Sekolah Tinggi Manajemen Informatika dan Komputer (STMIK) Banjarbaru.<sup>1</sup> Majelis ini menjadi ruang pertemuan spiritual bagi dua kelompok yang berlatar belakang berbeda: sivitas akademika STMIK (internal) dan masyarakat umum (eksternal).<sup>2</sup> Berdasarkan observasi awal, kegiatan pembacaan Qasidah Burdah di majelis ini berkorelasi positif dengan indikator kesehatan jiwa para jamaahnya. Hal ini terlihat dari ekspresi ketenangan batin, antusiasme, serta kegembiraan yang terpancar dari jamaah eksternal saat melantunkan qasidah. Lebih dari itu, manifestasi kesehatan jiwa ini juga nampak dalam bentuk kesalehan sosial jamaah internal atau sivitas kampus. Para akademisi ini menunjukkan karakter luhur melalui cara menegur yang santun kepada jamaah awam, serta mengamalkan sedekah dengan mendanai keberlangsungan operasional majelis tersebut.

Dalam membedah fenomena ini diunakan kerangka Tasawuf Modern dari Hamka. Hamka mengonseptualisasikan kesehatan jiwa sebagai sebuah kondisi ideal yang berakar pada proses *tazkiyat al-nafs* dan integrasi yang harmonis antara dimensi ruhani manusia dengan peran sosialnya. Secara mendalam, jiwa merupakan hakikat manusia yang menyimpan potensi baik maupun buruk, di mana manifestasinya akan secara langsung membentuk cara berpikir, pola perilaku, serta perspektif kehidupan individu.<sup>3</sup> Hamka menegaskan bahwa kebahagiaan sejati dan kesehatan jiwa bersumber murni dari internal diri melalui agama dan akal sehat.<sup>4</sup> Kondisi paripurna ini ditopang oleh empat pilar kriteria utama, yakni *syaja'ah* (keberanian membela kebenaran), *'iffah* (kemampuan menjaga kehormatan batin), *hikmah* (kebijaksanaan dalam memahami rahasia kehidupan), dan *'adalah* (sikap adil yang ditegakkan bahkan terhadap diri sendiri).<sup>5</sup> Keempat elemen ini mengarah pada pembentukan akhlakul karimah (akhlak mulia) yang diyakini Hamka sebagai fondasi fundamental bagi keberhasilan pendidikan dan tegaknya sebuah peradaban. Pada akhirnya, tujuan puncak dari kesehatan jiwa dalam tasawuf modern ini adalah pencapaian ketenangan

---

<sup>1</sup> "STMIK Banjarbaru," diakses 10 Maret 2026, <https://stmik-banjarbaru.ac.id/new/>.

<sup>2</sup> Boy Abidin R, *Burdah Al Madiih Kampus Stmik Banjarbaru Sept 2024*, Banjarmasin, 2024.

<sup>3</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, Cetakan I (Penerbit Republika, 2015), 161; Nurhadi Nurhadi dan Fahrul Rozi, *Nilai-Nilai Pendidikan Jiwa Dalam Buku Tasawuf Modern Karya Buya Hamka / PALAPA*, 18 Mei 2020, <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/palapa/article/view/704>.

<sup>4</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, 171; Arrasyid Arrasyid, "Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka," *Refleksi Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam* 19, no. 2 (2020): 205–20, <https://doi.org/10.14421/ref.v19i2.2261>.

<sup>5</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, 176.

batin dan *ma'rifatullah* yang diwujudkan melalui keterlibatan sosial secara aktif dan rasional di tengah masyarakat modern.<sup>6</sup>

Studi mengenai peran tasawuf dalam ranah psikologi dan kesehatan mental sebenarnya telah banyak dilakukan, akan tetapi fokus dari penelitian tersebut telah bergeser dari hanya kajian teologis yang normatif menuju analisis fungsional. Hanum Allya Zulfani dan Elsha Salsabilah (2025),<sup>7</sup> Syamsul Bakri dkk. (2025),<sup>8</sup> Ervina Zahrah Yasminiah dan Hana Fadia Rihadatul'aisyi (2024),<sup>9</sup> Ilham Ramadhani Huda dan Satrio Artha Priyatna (2024),<sup>10</sup> serta Vivia Zahira Afiani dan Muhammad Ruhayat Haririe (2024) melakukan penelitian yang menyoroti praktik tasawuf sebagai metode psikoterapi.<sup>11</sup> Penelitian-penelitian ini sepakat bahwa psikologi tasawuf melalui praktik seperti zikir dan muhasabah menjadi mekanisme penanganan spiritual yang efektif menurunkan tingkat kecemasan, depresi, dan stres. Kelima penelitian ini memiliki kesamaan dalam memandang tasawuf secara makro sebagai instrumen kesehatan mental secara menyeluruh. Namun, mereka belum menyentuh instrumen spesifik berupa Qasidah Burdah sebagai medium utama terapinya.

Di sisi lain, penelitian yang secara spesifik membahas Qasidah Burdah cenderung memosisikannya sebagai respons temporal terhadap krisis atau sebagai kurikulum pesantren. Sahri (2023),<sup>12</sup> M. Mardiyanti dkk. (2021),<sup>13</sup> serta Ah Kusairi dan Suwantoro

---

<sup>6</sup> Fahrudin F. Fahrudin, "Melacak Kedalaman Tasawuf Modern Hamka di Tengah Arus Modernitas," *JURNAL PENELITIAN KEISLAMAN* 16, no. 2 (2020): 129–42, <https://doi.org/10.20414/jpk.v16i2.2327>; Sutoyo Sutoyo, "Tasawuf Hamka dan Rekonstruksi Spiritualitas Manusia Modern," *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman* 10, no. 1 (2016): 108, <https://doi.org/10.15642/islamica.2015.10.1.108-136>.

<sup>7</sup> Hanum Allya Zulfani dan Elsha Salsabilah, "Peran Psikologi Tasawuf dalam Membangun Kesehatan Mental di Era Modern," *Mutiara: Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah* 3, no. 3 (2025): 180–87, <https://doi.org/10.59059/mutiara.v3i3.2427>.

<sup>8</sup> Syamsul Bakri dkk., "Sufism and mental health: A phenomenological exploration of the experiences of followers of sufi quantum therapy in Indonesia," *Multidisciplinary Reviews* 8, no. 7 (2025): 2025219, <https://doi.org/10.31893/multirev.2025219>.

<sup>9</sup> Ervina Zahrah Yasminiah dan Hana Fadia Rihadatul'aisyi, "Penyakit Mental Dalam Perspektif Tasawuf," *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 4 (2024): 58–67, <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.555>.

<sup>10</sup> Ilham Ramadhani Huda dan Satrio Artha Priyatna, "Studi Fenomenologi Kesejahteraan Emosional Praktisi Tasawuf," *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam* 2, no. 5 (2024): 105–18, <https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i5.531>.

<sup>11</sup> Vivia Zahira Afiani dan Muhammad Ruhayat Haririe, "Sufism and Mental Health: Application of Sufism Principles in Mental Well-Being," *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy* 4, no. 1 (2024): 103–18, <https://doi.org/10.28918/jousip.v4i1.8716>.

<sup>12</sup> Sahri, "The Trust Of Madurese Ethnic Muslims in Preventing Covid-19 Through Sya'ir Burdah: A Dimension Of Sufism in West Kalimantan," *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2023): 317–34, <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v20i2.837>.

<sup>13</sup> Mardiyanti Mardiyanti dkk., "The Effect of Reciting Sholawat Burdah on the Anxiety Level of Parents with a Hospitalized Child in Tangerang District Hospital, Indonesia," conf. paper presented pada Proceedings of the 1st International Conference on Health Science, ICHS 2020, 26-27 October 2020, Jakarta, Indonesia, *Proceedings of the 1st International Conference on Health Science, ICHS 2020, 26-27 October 2020, Jakarta, Indonesia*, 2021, <https://doi.org/10.4108/eai.2-9-2021.170904>.

(2021),<sup>14</sup> mereka melakukan penelitian yang berfokus pada efektivitas pembacaan Qasidah Burdah dalam menghadapi kepanikan kolektif, seperti saat pandemi Covid-19 atau kecemasan orang tua di rumah sakit. Sementara itu, Fadlil Yani Ainusyamsi (2020) serta Asep Solikin (2015) melihat internalisasi Qasidah Burdah sebagai sarana pendidikan karakter yang eksklusif bagi para santri di lembaga pendidikan tradisional.<sup>15</sup> Korelasi dari kelompok studi ini adalah pemanfaatan Burdah sebagai pereda kecemasan seketika dan alat pendidikan moral institusional.

Berdasarkan pemetaan literatur di atas, terlihat jelas adanya kesenjangan (gap) akademik. Mayoritas penelitian terkini masih berkuat pada tasawuf umum sebagai terapi psikologis, atau menjadikan Qasidah Burdah murni sebagai penawar di saat krisis dan instrumen pendidikan moral yang bersifat eksklusif. Problem akademiknya adalah belum ada penelitian yang menguji pembacaan teks tradisional (Burdah) sebagai sebuah mekanisme praksis pembentuk kesehatan jiwa secara lintas demografi di lingkungan kampus yang rasional. Kajian ini belum pernah dibedah menggunakan kacamata teori "Kesehatan Jiwa" dari pemikiran Hamka secara spesifik.

Untuk menjawab problem akademik tersebut, penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung partisipatif terhadap aktivitas Majelis Burdah STMIK, guna memotret secara langsung interaksi sosial, ekspresi emosional, dan perilaku jamaah. Selain itu, penelitian ini didukung oleh studi literatur yang relevan dengan naskah Tasawuf Modern, psikologi agama, dan kajian sosiologi. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan kajian dengan menganalisis secara empiris bagaimana rutinitas Majelis Burdah di lingkungan perguruan tinggi mampu mengintegrasikan ketenangan batin dengan kesalehan sosial antara kalangan akademisi dan masyarakat umum.

## **B. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Majelis Burdah STMIK Banjarbaru**

Berdasarkan rekam jejak digital, aktivitas pembacaan Burdah di lingkungan STMIK sejatinya telah berjalan dan terdokumentasi sebagai amaliah rutin sejak pertengahan tahun

---

<sup>14</sup> Ah Kusairi dan Suwanto Suwanto, "Membangun Ketahanan Spiritual Masyarakat Pamekasan melalui Pembacaan Burdah di Tengah Pandemi Covid-19," *ICONIS: International Conference on Islamic Studies* 5 (Desember 2021): 181-88, <https://doi.org/10.19105/iconis.v5i1.269>.

<sup>15</sup> Fadlil Yani Ainusyamsi, "Internalization of Sufism-Based Character Education Through Musicalization of Qasida Burdah," *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2021): 161, <https://doi.org/10.36667/jppi.v8i2.488>; Asep Solikin, "Nilai-Nilai Spiritual Sufistik Qasidah Burdah dalam Meningkatkan Religiusitas," *Anterior Jurnal* 15, no. 1 (2015): 21-29, <https://doi.org/10.33084/anterior.v15i1.195>.

2024.<sup>16</sup> Namun mengalami perubahan dalam cara melantunkan Burdah pada awal tahun 2025 atas pengaruh Guru H. M. Wahyudie.<sup>17</sup> Hal ini menunjukkan bahwa majelis ini telah dirutinkan dan dipraktikkan oleh sivitas kampus sebelum akhirnya mendapat pengaruh dari Guru H. M. Wahyudie. Kehadiran majelis ini murni dilatarbelakangi oleh ketertarikan mendalam dari sivitas kampus terhadap kesenian shalawat, khususnya Qasidah Burdah.<sup>18</sup>

Secara historis, perubahan irama pelantunan Burdah pada majelis ini memiliki hubungan dengan momentum wafatnya seorang ulama, yakni Guru H. M. Wahyudie. Meskipun beliau tidak merintis majelis ini secara langsung di STMIK, pengaruh spiritual dan ketokohnya sangat kuat mewarnai praktik majelis. Pada dua bulan pertama pelaksanaannya, ritme pembacaan Burdah belum menggunakan langgam atau irama khas almarhum.<sup>19</sup> Namun, setelah berjalan beberapa waktu, irama tersebut mulai diadopsi secara utuh.<sup>20</sup> Perubahan ini diinisiasi oleh salah satu dosen, yaitu Ibu Ratna Fitriani ST. M.Kom, yang memiliki sanad keilmuan kepada beliau karena pernah menerima ijazah burdah secara langsung dari Guru Wahyudie saat melaksanakan ibadah umrah bersama beliau.<sup>21</sup> Ijazah tersebut mencakup tata cara pelantunan vokal juga meliputi *syarah* (penjelasan makna) pada setiap pasal dari kitab Burdah.

Secara operasional, Majelis Burdah ini dilaksanakan secara rutin setiap hari Jumat pagi.<sup>22</sup> Pemilihan jadwal ini untuk menyesuaikan dengan kelonggaran jadwal dosen dan karyawan, sehingga tidak berbenturan dengan kegiatan belajar mengajar di kampus. Prosesi pembacaan dilakukan secara berjamaah dengan formasi duduk melingkar, dengan urutan kegiatan pertama pembukaan dengan surat al-fatihah dilanjutkan membaca surah yasin baru setelahnya pembacaan Burdah dan tahlil lalu ditutup dengan do'a.<sup>23</sup> Kegiatan ini ditunjang

---

<sup>16</sup> Boy Abidin R, *I - Burdah Kampus Sultan Adam 3 April 2024*, Banjarmasin, 2024.

<sup>17</sup> Boy Abidin Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru," (Banjarmasin), 2 Maret 2026.

<sup>18</sup> Ratna Fitriani, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru," (Banjarbaru), 4 Maret 2026; Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>19</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>20</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>21</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru"; Fitriani, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>22</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>23</sup> Boy Abidin R, *Burdah Al Madiih Kampus Stmik Banjarbaru Sept 2024*.

dengan penggunaan pengeras suara dan panduan langsung dari kitab Burdah, serta senantiasa diiringi dengan jamuan hidangan dari sivitas kampus.

Terkait tata ruang, lokasi majelis bersifat dinamis namun tetap berpusat pada lingkungan akademik. Pada mulanya, kegiatan dipusatkan di Kampus STMIK Jalan Sultan Adam, sebelum kemudian berpindah ke fasilitas kampus di Jalan Jati.<sup>24</sup> Selain rutinitas mingguan, untuk agenda khusus berskala lebih besar seperti acara *khataman*, majelis juga dilaksanakan di Kampus utama STMIK Banjarbaru.

### **Pengalaman Jamaah Majelis**

Berdasarkan penelusuran lapangan melalui wawancara kepada sejumlah jamaah majelis Burdah STMIK, diperoleh data mengenai pengalaman batin, pemaknaan nilai, serta dampak sosial yang dirasakan oleh masing-masing individu secara langsung. Dari beberapa informan yang dihubungi, respons yang didapatkan memiliki makna yang kurang lebih sama tentang pengalaman kejiwaan yang semakin membaik dan pengalaman sosial dalam majelis tersebut.

Yuda Pratama,<sup>25</sup> mengungkapkan bahwa keterlibatannya dalam pembacaan Burdah secara berjamaah menghadirkan perasaan senang (himung) dan ketenangan batin yang lebih dalam dibandingkan membacanya sendirian. Saat menghadapi berbagai masalah, rutinitas ini mampu memberikannya ketenangan sementara selama proses pembacaan berlangsung, meskipun setelahnya pikiran tentang masalah tersebut terkadang muncul kembali. Yuda juga mengambil pelajaran moral dari kisah Nabi yang terdapat dalam Burdah, terutama mengenai karakter Nabi sebagai penyampai kebenaran yang mampu membedakan antara yang hak dan batil. Ia berharap keberkahan dari kegiatan ini dapat menjadikannya pribadi yang lebih baik. Secara sosial, meski awalnya merasa canggung dan malu untuk berkumpul dengan sivitas STMIK, seiring berjalannya waktu ia merasakan suasana yang semakin akrab dan hangat.

Muhammad Subhan,<sup>26</sup> memaknai pengalaman mengikuti majelis ini sebagai sarana untuk meraih ketenangan batin melalui aktivitas mengingat Allah secara bersama-sama, yang ia analogikan dengan penggambaran *an-nafs al-muthma'innah* atau jiwa yang tenang. Ketika sedang dihadapkan pada masalah hidup atau perasaan kalut (*mauk*), kegiatan ini dirasa efektif untuk meredakan beban perasaannya. Subhan sangat terkesan dengan kisah sejarah penyusunan Burdah, di mana sang pengarang memperoleh ilham dan kesembuhan dari

---

<sup>24</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>25</sup> yuda Pratama, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Eksternal Majelis Burdah STMIK Banjarbaru," (Banjarmasin), 1 Maret 2026.

<sup>26</sup> Muhammad Subhan, "Pengalaman Sebagai Pemimpin Pembacaan Burdah Majelis Burdah STMIK Banjarbaru," (Banjarmasin), 1 Maret 2026.

penyakitnya setelah bermimpi bertemu Nabi Muhammad SAW. Ia menyadari adanya dampak positif berupa perubahan diri yang lebih baik setelah mengikuti majelis ini. Terkait interaksi sosial, meskipun suasana berkumpul bersama anggota STMIK terasa ramai dan menyenangkan, ia mengaku sesekali masih diliputi rasa sungkan.

Herry Susielo,<sup>27</sup> merasakan dampak emosional yang sangat positif dari majelis ini, yakni perasaan gembira (himung), tenang, serta sangat menikmati suasana majelis yang hidup. Baginya, beban masalah (mauk) yang sedang dihadapi terasa jauh berkurang setelah mengikuti majelis, yang ia yakini sebagai bentuk keberkahan dari lantunan shalawat tersebut. Herry memaknai kisah kesembuhan pengarang Burdah sebagai inspirasi penting untuk senantiasa membahagiakan Rasulullah melalui shalawat dan pengamalan sunnah. Secara personal, ia mengalami transformasi sikap yang signifikan; berdasarkan pengakuan istrinya, Herry kini menjadi sosok yang lebih rida dan mampu menerima segala ketentuan (qada dan qadar) dari Allah. Ia juga merasa sangat antusias dan gembira dapat bershalawat bersama para dosen dan komunitas kampus STMIK.

Boy Abidin Rozany, S.T., M.Kom.<sup>28</sup> menuturkan bahwa pembacaan Burdah memberikan efek psikologis berupa perasaan lega dan meringankan beban pikiran yang menekan. Melalui majelis ini, ia memperoleh perspektif baru dalam mengelola stres, di mana masalah dipandang sebagai ujian, dan ketenangan sejati bersumber dari kedekatan hati kepada Allah dan Rasulullah. Nilai kesabaran dan kelembutan Rasulullah yang terkandung dalam Burdah menjadi inspirasi utamanya, yang berdampak pada peningkatan kemampuannya dalam mengontrol amarah serta lebih bijak merespons konflik. Dari dimensi sosial, ia memandang majelis ini sebagai sebuah keluarga yang egaliter tanpa memandang status sosial maupun ekonomi. Lebih jauh, rutinitas ini secara tidak langsung menumbuhkan kepedulian sosial, kebiasaan saling membantu, serta perbaikan adab dalam bertutur kata di lingkungan sekitarnya.

Ratna Fitriani, S.T., M.Kom.<sup>29</sup> mengungkapkan bahwa keikutsertaannya dalam pembacaan Shalawat Burdah memberikan dorongan motivasi dan semangat baru untuk kembali menjalani aktivitas sehari-hari. Secara batin, ia merasakan adanya energi positif yang memperkuat kesiapan mentalnya dalam menghadapi rutinitas. Dalam mengelola stres dan

---

<sup>27</sup> Herry Susielo, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Eksternal Majelis Buradah STMIK Banjarbaru," (Banjar), 1 Maret 2026.

<sup>28</sup> Rozany, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

<sup>29</sup> Fitriani, "Pengalaman Sebagai Jama'ah Internal dan Pengetahuan Tentang Majelis Burdah STMIK Banjarbaru."

tekanan psikologis, Ratna merasakan kebahagiaan dan perasaan senang baik saat maupun setelah membaca Burdah, yang secara implisit berkontribusi pada penurunan tingkat stres yang ia rasakan. Ia sangat terkesan dengan nilai-nilai keteladanan Rasulullah yang terkandung di dalamnya, khususnya sifat jujur, sederhana, sabar, dan pemaaf, yang kemudian menjadi refleksi moral dalam kesehariannya. Terkait pengendalian emosi, Ratna mengakui bahwa dirinya termasuk pribadi yang jarang marah dan minim konflik; ia meyakini bahwa rutinitas bershalawat ini memiliki implikasi langsung terhadap stabilitas emosional dan kemampuannya mengendalikan amarah. Secara sosial, ia memaknai majelis ini sebagai ruang persaudaraan yang egaliter, di mana sekat pangkat dan jabatan dileburkan demi menjunjung tinggi sikap saling menghargai serta menjaga adab. Lebih jauh, rutinitas di majelis ini turut meningkatkan kepekaan dan kepedulian sosialnya, mendorongnya untuk lebih aktif saling membantu, bekerja sama, serta menjaga lisan di lingkungan sekitarnya.

Secara keseluruhan, pengalaman kelima informan menunjukkan bahwa rutinitas mengikuti Majelis Burdah STMIK memberikan dampak positif yang komprehensif pada dimensi emosional, perilaku, dan sosial para jamaahnya. Pada tataran personal, pembacaan qasidah ini secara konsisten menghadirkan ketenangan batin, perasaan gembira (*himung*), serta energi positif yang dirasa sangat efektif untuk meredakan beban pikiran dan tekanan stres saat jamaah sedang menghadapi masalah kehidupan. Lebih lanjut, internalisasi terhadap kisah dan nilai keteladanan Rasulullah SAW yang terkandung di dalam Burdah—seperti kesabaran, kelembutan, pemaaf, dan kejujuran—mampu menginspirasi jamaah untuk memperbaiki kualitas diri, terutama dalam hal peningkatan kontrol emosi, meminimalisasi amarah, serta penerimaan terhadap takdir Tuhan. Sementara itu, pada tataran sosial, interaksi yang terbangun di dalam majelis ini berhasil meleburkan sekat-sekat status akademik maupun jabatan, menciptakan sebuah ruang persaudaraan yang setara dan hangat antara sivitas kampus dan masyarakat umum. Suasana inklusif tersebut pada akhirnya menuju pada peningkatan kesadaran dan kepedulian sosial jamaah, yang terwujud dalam sikap saling membantu, menjaga adab, serta memelihara lisan di lingkungan sekitarnya.

### **Burdah dan Kesehatan Jiwa: Analisis Perspektif Hamka**

Praktik pembacaan Qasidah Burdah di lingkungan STMIK telah bertransformasi dari sekadar rutinitas pelantunan kesenian Islam, menjadi menjadi ruang praksis bagi pemeliharaan kesehatan jiwa jamaahnya. Ditinjau menggunakan pandangan Hamka, fenomena yang dialami oleh para jamaah majelis ini menunjukkan sebuah proses *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) yang sistematis. Pengalaman batin, transformasi perilaku, hingga

interaksi sosial para informan menunjukkan adanya korelasi yang sangat kuat dengan konsep-konsep kesehatan mental sufistik yang ditawarkan oleh Hamka.

Hamka mengonseptualisasikan bahwa kebahagiaan sejati dan kesehatan jiwa bersumber secara murni dari internal diri melalui agama, tidak ditentukan oleh atribut material yang asalnya eksternal.<sup>30</sup> Konsep ini terwujud secara nyata dalam pengalaman Boy Abidin Rozany dan Muhammad Subhan. Boy menyadari sebuah perspektif fundamental bahwa ketenangan sejati didapat dari kedekatan hati kepada Allah dan Rasulullah. Hal senada ditegaskan oleh Subhan yang mengaitkan ketenangan batin pasca-majelis dengan manifestasi an-nafs al-muthma'innah (jiwa yang tenang). Kegiatan mengingat Tuhan secara kolektif di majelis ini berfungsi sebagai instrumen untuk mengembalikan kesadaran jamaah bahwa jiwa yang sehat adalah jiwa yang bersandar pada kekuatan tuhan.

Masyarakat modern rentan terhadap patologi jiwa berupa huzn (kesedihan mendalam/stres) dan ghadab (amarah yang merusak) akibat himpitan tekanan hidup.<sup>31</sup> Dalam konteks ini, Majelis Burdah hadir sebagai katup pengaman psikologis (medium terapeutik). Data lapangan menunjukkan bahwa seluruh informan (Yuda, Subhan, Herry, Boy, dan Ratna) secara konsisten melaporkan adanya peredaan beban pikiran, stres, atau perasaan kalut (mauk) setelah mengikuti majelis. Lebih spesifik pada pengendalian ghadab, Hamka menempatkan kebiasaan “menahan syahwat dan amarah” sebagai salah satu terapi eksternal mutlak. Hal ini terbukti pada pengalaman Boy dan Ratna, di mana rutinitas bershalawat memberikan implikasi langsung terhadap stabilitas emosional mereka. Keduanya melaporkan adanya peningkatan kemampuan dalam mengontrol amarah, bersikap lebih bijak saat merespons konflik, dan menjadi pribadi yang lebih pemaaf. Ini membuktikan bahwa Burdah bukan hanya teks sastra, melainkan formula terapi yang mampu menetralisasi toksisitas emosi negatif.

Hamka merumuskan bahwa terapi penyakit batin harus dilakukan melalui internalisasi nilai qana'ah (rela dan merasa cukup), ikhlas, serta tawakal.<sup>32</sup> Keberhasilan terapi ini sangat jelas terlihat pada transformasi personal Herry Persada. Inspirasi dari kisah kesembuhan Imam al-Bushiri (pengarang Burdah) tidak hanya memotivasi Herry untuk bershalawat, tetapi

---

<sup>30</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, 171; Arrasyid, “Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka.”

<sup>31</sup> Xiangdan Piao dkk., “Continuous Worsening of Population Emotional Stress Globally: Universality and Variations,” *BMC Public Health* 24, no. 1 (2024): 3576, <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20961-4>; Mayumi Okuda dkk., “Prevalence and Correlates of Anger in the Community: Results from a National Survey,” *CNS Spectrums* 20, no. 2 (2015): 130–39, <https://doi.org/10.1017/S1092852914000182>.

<sup>32</sup> Sri Melati dkk., “Qana'ah dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar,” *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 4, no. 2 (2025): 634–48, <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i2.626>.

juga secara fundamental merombak cara pandangya terhadap takdir. Kesaksian bahwa ia kini menjadi pribadi yang lebih mampu menerima segala ketentuan (qada dan qadar) Allah merupakan manifestasi puncak dari sikap qana'ah dan tawakal. Jiwanya tidak lagi memberontak terhadap realitas yang tidak sesuai harapan, melainkan tunduk dalam kepasrahan yang sehat. Transformasi ini mencegah munculnya bibit-bibit keputusasaan yang sering kali menjadi akar depresi pada masyarakat modern.

Jiwa yang sehat menurut Hamka ditopang oleh pilar hikmah (kebijaksanaan memahami kehidupan), syaja'ah (keberanian berpihak pada kebenaran), dan 'iffah (menjaga kehormatan diri), yang kesemuanya bermuara pada akhlakul karimah.<sup>33</sup> Dalam Majelis Burdah, pilar-pilar ini dibangun melalui proses muhasabah (evaluasi diri) yang distimulasi oleh teks-teks qasidah. Yuda Pratama, Boy, dan Ratna menjadikan kisah-kisah di dalam Burdah sebagai cermin refleksi moral. Peneladanan terhadap sifat jujur, sederhana, kesabaran Rasulullah, serta ketegasan Nabi dalam membedakan yang hak dan batil (syaja'ah) menunjukkan berjalannya proses transfer nilai secara sublim. Jamaah tidak sekadar melantunkan syair, tetapi menyerap pancaran nur akhlak kenabian untuk memperbaiki aib dan kelemahan diri mereka masing-masing.

Salah satu dari lima praksis eksternal Hamka untuk menjaga kewarasan jiwa adalah "bergaul dengan orang-orang budiman".<sup>34</sup> Lingkungan sosial sangat memengaruhi didikan otak dan keyakinan. Majelis Burdah STMIK memfasilitasi kebutuhan ini dengan sangat presisi. Ketidaknyamanan atau rasa canggung yang awalnya dirasakan oleh jamaah awam (seperti Yuda dan Subhan) perlahan lebur oleh atmosfer penerimaan yang hangat. Majelis ini mempraktikkan egalitarisme sosio-spiritual, di mana hierarki akademik (dosen dan karyawan) ditanggalkan ketika berbaur dengan masyarakat biasa. Ruang persaudaraan tanpa sekat pangkat dan jabatan ini menjadi ekosistem sosial yang sangat sehat (orang-orang budiman) yang saling mendukung, menghargai, dan menebarkan energi positif.

Poin krusial dan kesimpulan dalam Tasawuf Hamka adalah bahwa pencapaian ketenangan mental tidak boleh berujung pada eskapisme (pelarian dari hiruk-pikuk dunia). Sufi modern harus tetap rasional dan aktif di tengah masyarakat. Temuan lapangan di Majelis Burdah STMIK memvalidasi teori ini secara sempurna. Ketenangan yang didapat jamaah tidak membuat mereka menarik diri dari kehidupan. Sebaliknya, Ratna Fitriani menyatakan bahwa majelis justru memberikan "dorongan motivasi dan energi baru untuk kembali menjalani

---

<sup>33</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, 176.

<sup>34</sup> Hamka, *Tasawuf modern*, 162.

aktivitas sehari-hari". Di samping itu, efek domino dari ketenangan batin ini bermuara pada kesalehan sosial. Boy dan Ratna secara eksplisit menyatakan bahwa atmosfer majelis meningkatkan kepedulian sosial mereka, mendorong keinginan untuk saling membantu, menjaga lisan, dan memelihara adab di lingkungan sekitar. Hal ini mengonfirmasi postulat Hamka bahwa kesehatan jiwa yang paripurna adalah ketika kedamaian vertikal (ma'rifatullah) beresonansi menjadi harmoni horizontal (keterlibatan sosial yang aktif dan positif).

Integrasi data empiris dari Majelis Burdah STMIC dengan kerangka Tasawuf Modern Hamka membuktikan bahwa kesehatan jiwa merupakan proses antara komitmen spiritual dan pembinaan lingkungan sosial. Majelis Burdah berhasil menjalankan fungsi ganda: sebagai klinik ruhani yang menyembuhkan penyakit mental (huzn dan ghadab) melalui katarsis shalawat, sekaligus sebagai madrasah sosial yang membentuk akhlakul karimah dan etos kerja yang produktif. Realitas ini menegaskan bahwa tasawuf di ruang modern—bahkan di institusi berbasis teknologi seperti STMIC—tetap memegang peranan vital sebagai jangkar keseimbangan psikologis manusia.

### **C. KESIMPULAN**

Berdasarkan serangkaian temuan dan analisis yang telah diuraikan, penelitian ini menyimpulkan bahwa Majelis Burdah STMIC telah bertransformasi melampaui sekadar rutinitas pelantunan karya sastra keagamaan, menjadi sebuah medium praksis bagi pemeliharaan kesehatan jiwa dalam bingkai Tasawuf Modern Hamka. Melalui pendekatan tazkiyat al-nafs (penyucian jiwa), majelis ini terbukti secara empiris mampu menjadi instrumen terapeutik bagi masyarakat modern dalam menetralisasi berbagai patologi kejiwaan, khususnya tekanan stres (huzn) dan kecenderungan amarah (ghadab). Ketenangan batin yang diperoleh para jamaah tidak bermuara pada sikap eskapisme atau pelarian dari realitas permasalahan hidup, melainkan bersumber dari penguatan kesadaran transendental yang melahirkan sikap kepasrahan rasional (qana'ah dan tawakal). Internalisasi nilai-nilai keteladanan Rasulullah yang termuat dalam bait-bait qasidah secara efektif membimbing jamaah untuk menemukan kedamaian dari dalam diri mereka sendiri, menjadikannya sebagai fondasi yang kokoh dalam menghadapi dinamika dan tekanan kehidupan sehari-hari.

Lebih dari sekadar pencapaian ketenangan psikologis secara individual, praktik pembacaan Qasidah Burdah di lingkungan akademik ini juga berhasil mengaktualisasikan pilar-pilar kesehatan jiwa menjadi kesalehan sosial yang terukur. Konstruksi ruang majelis

yang inklusif dan egaliter mampu meleburkan sekat-sekat hierarki status antara sivitas akademika perguruan tinggi dengan masyarakat umum, menciptakan sebuah ekosistem sosial yang diidealkan oleh Hamka sebagai pergaulan "orang-orang budiman". Kondisi ini memicu efek domino yang positif, di mana harmoni vertikal dengan Tuhan beresonansi menjadi harmoni horizontal berupa peningkatan kepedulian sosial, kebiasaan saling membantu, dan perbaikan adab bermasyarakat. Pada akhirnya, fenomena ini menegaskan bahwa nilai-nilai sufistik senantiasa relevan diaplikasikan pada ruang publik dan institusi modern, di mana integrasi antara kedalaman spiritual dan rasionalitas sosial menjadi kunci utama dalam mewujudkan kesehatan mental yang paripurna.

#### **D. DAFTAR PUSTAKA**

- Afiani, Vivia Zahira, dan Muhammad Ruhiyat Haririe. "Sufism and Mental Health: Application of Sufism Principles in Mental Well-Being." *JOUSIP: Journal of Sufism and Psychotherapy* 4, no. 1 (2024): 103–18. <https://doi.org/10.28918/jousip.v4i1.8716>.
- Ainusyamsi, Fadlil Yani. "Internalization of Sufism-Based Character Education Through Musicalization of Qasida Burdah." *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam* 8, no. 2 (2021): 161. <https://doi.org/10.36667/jppi.v8i2.488>.
- Allya Zulfani, Hanum, dan Elsha Salsabilah. "Peran Psikologi Tasawuf dalam Membangun Kesehatan Mental di Era Modern." *Mutiara : Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah* 3, no. 3 (2025): 180–87. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v3i3.2427>.
- Arrasyid, Arrasyid. "Konsep Kebahagiaan Dalam Tasawuf Modern Hamka." *Refleksi Jurnal Filsafat dan Pemikiran Islam* 19, no. 2 (2020): 205–20. <https://doi.org/10.14421/ref.v19i2.2261>.
- Bakri, Syamsul, M. Agus Wahyudi, dan Isnanita Noviya Andriyani. "Sufism and mental health: A phenomenological exploration of the experiences of followers of sufi quantum therapy in Indonesia." *Multidisciplinary Reviews* 8, no. 7 (2025): 2025219. <https://doi.org/10.31893/multirev.2025219>.
- Boy Abidin R. *Burdah Al Madiih Kampus Stmik Banjarbaru Sept 2024*. Banjarmasin, 2024.
- Boy Abidin R. *I - Burdah Kampus Sultan Adam 3 April 2024*. Banjarmasin, 2024.
- Ervina Zahrah Yasminiah dan Hana Fadia Rihadatul'aisyi. "Penyakit Mental Dalam Perspektif Tasawuf." *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 4 (2024): 58–67. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.555>.
- Fahru, Fahrudin F. "Melacak Kedalaman Tasawuf Modern Hamka di Tengah Arus Modernitas."

JURNAL PENELITIAN KEISLAMAN 16, no. 2 (2020): 129–42.  
<https://doi.org/10.20414/jpk.v16i2.2327>.

Hamka. *Tasawuf modern*. Cetakan I. Penerbit Republika, 2015.

Ilham Ramadhani Huda dan Satrio Artha Priyatna. “Studi Fenomenologi Kesejahteraan Emosional Praktisi Tasawuf.” *Jurnal Budi Pekerti Agama Islam* 2, no. 5 (2024): 105–18.  
<https://doi.org/10.61132/jbpai.v2i5.531>.

Kusairi, Ah, dan Suwanto Suwanto. “Membangun Ketahanan Spritual Masyarakat Pamekasan melalui Pembacaan Burdah di Tengah Pandemi Covid-19.” *ICONIS: International Conference on Islamic Studies* 5 (Desember 2021): 181–88.  
<https://doi.org/10.19105/iconis.v5i1.269>.

Mardiyanti, Mardiyanti, Uswatun Khasanah, dan Anis Sanjaya. “The Effect of Reciting Sholawat Burdah on the Anxiety Level of Parents with a Hospitalized Child in Tangerang District Hospital, Indonesia.” Conf. paper presented pada Proceedings of the 1st International Conference on Health Science, ICHS 2020, 26-27 October 2020, Jakarta, Indonesia. Proceedings of the 1st International Conference on Health Science, ICHS 2020, 26-27 October 2020, Jakarta, Indonesia, 2021. <https://doi.org/10.4108/eai.2-9-2021.170904>.

Melati, Sri, Ahmad Zuhri, dan Jufri Naldo. “Qanā’ah dan Pengaruhnya Terhadap Kesehatan Jiwa Menurut Buya Hamka dalam Tafsir Al-Azhar.” *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir* 4, no. 2 (2025): 634–48. <https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i2.626>.

Nurhadi, Nurhadi, dan Fahrul Rozi. Nilai-Nilai Pendidikan Jiwa Dalam Buku *Tasawuf Modern Karya Buya Hamka* | PALAPA. 18 Mei 2020.  
<https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/palapa/article/view/704>.

Okuda, Mayumi, Julia Picazo, Mark Olfson, dkk. “Prevalence and Correlates of Anger in the Community: Results from a National Survey.” *CNS Spectrums* 20, no. 2 (2015): 130–39.  
<https://doi.org/10.1017/S1092852914000182>.

Piao, Xiangdan, Jun Xie, dan Shunsuke Managi. “Continuous Worsening of Population Emotional Stress Globally: Universality and Variations.” *BMC Public Health* 24, no. 1 (2024): 3576. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20961-4>.

Sahri. “The Trust Of Madurese Ethnic Muslims in Preventing Covid-19 Through Sya’ir Burdah: A Dimension Of Sufism in West Kalimantan.” *Al-Mutharahah: Jurnal Penelitian dan Kajian Sosial Keagamaan* 20, no. 2 (2023): 317–34. <https://doi.org/10.46781/al-mutharahah.v20i2.837>.

- Solikin, Asep. "Nilai-Nilai Spiritual Sufistik Qasidah Burdah dalam Meningkatkan Religiusitas." *Anterior Jurnal* 15, no. 1 (2015): 21–29. <https://doi.org/10.33084/anterior.v15i1.195>.  
"STMIK Banjarbaru." Diakses 10 Maret 2026. <https://stmik-banjarbaru.ac.id/new/>.
- Sutoyo, Sutoyo. "Tasawuf Hamka dan Rekonstruksi Spiritualitas Manusia Modern." *ISLAMICA: Jurnal Studi Keislaman* 10, no. 1 (2016): 108. <https://doi.org/10.15642/islamica.2015.10.1.108-136>.