

KESAN TEKANAN TERHADAP PESAKIT KANSER MENERUSI PANDANGAN ISLAM

(The Effects Of Stress On Cancer Patients From An Islamic Perspective)

Norhafizah Musa, Azahar Yaakub @ Ariffin, Mohd Hambali Rashid, Wan Ali Wan Jusoh
& Mohd Hambali Rashid

ABSTRAK

Kanser payudara merupakan salah satu penyakit berisiko tinggi dalam kalangan wanita di Malaysia. Penyakit ini memberi kesan yang teruk kepada fizikal bahkan turut mempengaruhi keadaan jiwa dan emosi pesakit sehingga menjejaskan kehidupan mereka. Kebanyakan daripada mereka tidak dinafikan akan mengalami tekanan yang berpanjangan sepanjang tempoh rawatan mahupun dalam menjalani kehidupan seharian. Secara umumnya stres adalah tekanan perasaan seseorang sehingga membuatnya tidak mampu untuk menjalani kehidupan seperti biasa. Stres kian meningkat saban tahun di kalangan rakyat Malaysia begitu juga pesakit kanser. Kebanyakan orang sukar untuk mengawal dan mengurus stres. Keadaan tersebut lebih sukar apabila berdepan dengan pelbagai masalah lain dan tidak mendapat sokongan emosi. Jika tidak diatasi perkara tersebut, stres boleh bertukar kepada gangguan mental. Kajian berbentuk analisis kualitatif deskriptif. Kajian ini bertujuan mengenal pasti kesan tekanan terhadap pesakit kanser menerusi pandangan Islam. Dapatan kajian menunjukkan bahawa kesan tekanan terhadap pesakit kanser menerusi pandangan Islam adalah kelemahan hati, kelemahan roh, pengaruh nafsu dan kelemahan akal. Oleh itu, tekanan yang dihadapi oleh pesakit kanser payudara perlu dititikberatkan bagi membantu mereka lebih kuat dan sabar dalam menghadapi penyakit yang dihadapinya

Kata Kunci: Tekanan, Kesan, Pesakit Kanser, Pandangan Islam

ABSTRACT

Breast cancer is one of the highest risk illness among women in Malaysia. This illness causes devastating physical effects on patients and even affects their lives emotionally and mentally. Most patients will undoubtedly suffer prolonged stress throughout treatment and in their daily lives. Generally, stress is an emotional strain felt by a person which makes it impossible to live a normal life. Every year there is a rise in stress amongst Malaysians as well as cancer patients. Most people find it difficult in controlling and managing stress. The condition is worse when faced with various other problems and lack of emotional support. If the matter is not overcome, stress can lead to mental disorder. This study is a qualitative descriptive analysis study that aims to identify the effects of stress on cancer patients from an Islamic perspective. The findings of this study show that from an Islamic perspective, the effects of stress on cancer patients are emotional weakness, spiritual weakness, desire influences and mental weakness. Therefore, attention should be given to stress suffered by breast cancer patients to help them become more resilient and patient in facing the illness.

Keyword: Stress, Effect , Cancer patient, Islamic Perspective

PENDAHULUAN

Pesakit yang menghidapi penyakit kronik seperti barah, jantung, strok dan parkinson boleh memburukkan lagi keadaan kesihatan mereka dengan adanya kemurungan dalam diri. Kemurungan dan penyakit kronik mempunyai kaitan yang agak tinggi kerana kedua-duanya saling memberi kesan antara satu sama lain. Kesakitan mengakibatkan kemurungan dan kemurungan memberi akibat kesakitan. Menurut Zuraida Zainal (2017), penyakit kronik datang daripada jiwa yang tertekan sehingga menjejaskan keadaan psikologi pesakit dan membawa kepada kemurungan. Kemurungan pula boleh memburukkan keadaan pesakit sehingga keadaan fizikal terjejas dan memberi gangguan keberkesanan rawatan penyakit tersebut. Secara umumnya pesakit menghadapi rentetan tekanan yang membawa kepada kesan lain dalam hidup mereka.

Satu kajian keratan rentas melihat utiliti Kebimbangan Hospital dan Skala Kemurungan (HADS) dalam mengesan gangguan emosi dalam kalangan wanita yang didiagnosis dengan kanser payudara ($n = 361$). Hasil kajian menunjukkan bahawa HADS dapat membezakan wanita dengan Gangguan Kemurungan Utama (MDD) daripada orang lain: kadar pengesanan MDD = 0,94 (95% CI (Confidende Interval) 0.91 hingga 0.97), sensitiviti 0.87 (95% CI 0.70 hingga 0.95), spesifisiti 0.85 (95% CI 0.81 hingga 0.89) dan Nilai Ramalan Positif (PPV) sebanyak 0.35 (Walker J et al. 2007)

Bagi kebanyakan wanita yang mempunyai kanser payudara kebimbangan dan kemurungan mereka tidak dapat dikesan. Berdasarkan kepada beberapa Randomised Control Trial (RCTs), sebanyak 45% daripada wanita yang didiagnosis dengan kanser payudara terus mengalami kebimbangan dan kemurungan klinikal dalam jangkamasa yang lama hingga ianya menjadi penyakit mereka; kesedihan mereka seterusnya memberi kesan kepada penyakit mereka termasuk fizikal mereka, fungsi psikologi dan sosial (Thomas B. C et al. 2005).

METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini berbentuk deskriptif, iaitu menggunakan kaedah analisis kandungan untuk menentukan dan mengenal pasti komponen-komponen tekanan yang dialami oleh pesakit kanser payudara. Menurut Mohd Majid Konting (2005), kajian deskriptif ialah kajian yang mempunyai matlamat untuk menjelaskan sesuatu fenomena yang sedang berlaku. Kaedah penyelidikan deskriptif adalah kaedah yang berkesan untuk menjawab persoalan kajian. Othman Lebar (2009) berpandangan pendekatan kualitatif merupakan suatu proses penyiasatan untuk memahami masalah manusia melalui gambaran yang menyeluruh dan kompleks berdasarkan pendapat subjek kajian yang mendalam. Selain itu, pendekatan kualitatif juga mendapat perhatian pengkaji yang berminat untuk meneroka, membuat analisis serta mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang sesuatu kajian.

KESAN TEKANAN TERHADAP PESAKIT KANSER MENERUSI SUDUT PANDANGAN ISLAM

Dari perspektif Islam, stres boleh dilihat sebagai salah satu fenomena 'penyakit jiwa' yang mempunyai kaitan erat dengan *al-nafs* iaitu melibatkan aspek akal, roh, hati dan nafsu. Stres mendatangkan pelbagai penyakit jiwa seperti gelisah, bimbang, rungging, sedih, murung yang keterlaluan dan sebagainya. Jika stres berpanjangan, ia memungkinkan berlakunya tindak balas atau perlakuan di luar batas-batas norma dalam masyarakat, kadangkala di luar batasan ajaran agama, dan di luar batas akal yang waras. Stres atau tekanan ini sering dialami oleh orang yang sakit terutamanya mereka yang menderita penyakit yang kronik dan sukar untuk diubati. Islam tidak melihat punca stres itu dari tekanan mental semata-mata, bahkan ianya berpunca daripada kecelaruan dan kelemahan hati (*qalb*), roh, nafsu dan akal (Noorsyafenas Safe & Yunus Mohd Nor 2016).

i) Kelemahan Hati

Kualiti hati sangat penting bagi seseorang manusia. Ianya ibarat raja atau penguasa dalam diri. Hati juga yang menentukan arah-tuju anggota badan dan juga kehidupan seseorang. Hakikat ini telah dinyatakan melalui hadis Nabi SAW yang bermaksud:

“Ketahuilah! Sesungguhnya di dalam jasad manusia terdapat segumpal daging. Jika baik segumpal daging itu, akan baiklah jasad keseluruhannya dan jika ia rosak, akan rosaklah jasad keseluruhannya. Ketahuilah! Segumpal daging yang aku maksudkan itu ialah hati”(Al-Bukhārī, Abī ‘Abd Allāh Muḥammad Ibn Ismā‘il al-Bukhārī al-Ju‘fī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, 12, no. hadis 52.)

Hadis di atas membawa maksud hati adalah pemimpin bagi organ tubuh manusia, manakala organ tubuh manusia adalah pelaksana bagi apa sahaja yang diinginkan oleh hati. Semua aktiviti organ tubuh tidak akan terjadi tanpa adanya keinginan dari hati. Hadis ini juga jelas menunjukkan bahawa pokok utama adalah hati. Hati adalah pemimpin yang harus dipatuhi oleh setiap anggota tubuh. Tambah baginda lagi jika manusia mengetahui hatinya, maka ia akan mengenali dirinya yang sebenar dan jika ia mengenali dirinya, maka ia juga akan mengenali Tuhannya (Jejen Musfah, 2006).

Oleh itu, jelas bahawa kelemahan hati berpunca daripada rapuhnya hubungan seseorang individu itu dengan Allah SWT dan akan membawanya merasakan seolah-olah kehidupan ini terlalu sempit dan tiada jalan keluar bagi setiap masalah yang dihadapinya. Ini akan mengakibatkan timbul perasaan kecewa dan sengsara dengan apa yang dialami serta mudah berputus asa dalam kehidupan terutama bagi mereka yang menderita penyakit kronik dan sukar diubati seperti penyakit kanser. Hal ini telah ditegaskan oleh Allah SWT melalui firmanNya dalam Surah Taha, ayat 124:

Terjemahan: *“Dan sesiapa yang berpaling ingkar dari ingatan dan petunjukKu, maka sesungguhnya adalah baginya kehidupan yang sempit, dan Kami akan himpunkan dia pada hari kiamat dalam keadaan buta.”*

Justeru setiap manusia harus mencari jalan untuk mengenali Allah SWT dengan hatinya bukan dengan anggota badan semata-mata demi mendapatkan petunjuk dan hati yang tenteram dan dapat membawa manusia untuk lebih dekat dan beriman kepada Allah SWT. Hal ini dinyatakan juga melalui firman Allah SWT di dalam surah al-Taghābun, 64: 11:

Terjemahan: *“Tidak ada kesusahan (atau bala bencana) yang menimpa (seseorang) melainkan dengan izin Allah; dan sesiapa yang beriman kepada Allah,*

Allah akan memimpin hatinya (untuk menerima apa yang telah berlaku itu dengan tenang dan sabar); dan (ingatlah), Allah Maha mengetahui akan tiap-tiap sesuatu”.

ii) Kelemahan Roh

Pengertian roh terbahagi kepada dua. Pengertian pertama ialah sesuatu yang bersifat jasmani iaitu zat yang amat halus yang bersumber kepada ruangan jantung manusia. Pengertian yang kedua pula ialah mengenai bahagian rohani manusia yang halus dan ghaib (Suriani Sudi, Fariza Md Sham & Phayilah Yama, 2016). Pengertian kedua inilah yang dimaksudkan oleh firman Allah SWT dalam Surah Al-Isra' ayat 85:

Terjemahan: *“Dan mereka bertanya kepadamu tentang roh. Katakan: “Roh itu dari perkara urusan Tuhanku; dan kamu tidak diberikan ilmu pengetahuan melainkan sedikit sahaja”.*

Jasad manusia memerlukan roh untuk terus hidup. Roh tidak akan mati walaupun jasad seseorang manusia itu hancur kerana roh itu bersifat kekal. Roh pada tabiinya adalah suci dan cenderung kepada kebaikan. Namun, kecenderungan ke arah kejahatan adalah disebabkan oleh desakan unsur lain yang dikenali sebagai nafsu. Roh mempunyai kesedaran tersendiri tentang kewujudan Allah SWT sebagai penciptanya. Maka kekuatan roh itu dinilai dari sudut mengenali Allah SWT. Semakin roh itu mengenal Allah, maka semakin kuat dan mantap roh itu. Jika sebaliknya, maka roh itu akan lemah dan mudah diganggu oleh iblis dan syaitan (Harun al-Rasyid Tuskan, 2002). Oleh itu, kestabilan roh menjadi tuntutan utama di dalam kehidupan seseorang kerana ianya menjadi titik tolak kepada pembentukan emosi dan tingkah laku yang stabil. Sekiranya emosi seseorang individu itu terganggu, maka gangguan itu juga akan berlaku dalam rohnya. Dengan kata lain, kelemahan roh dapat melemahkan emosi dan keadaan rohani seseorang.

iii) Pengaruh Nafsu

Pengertian *al-nafs* itu sebagai satu unsur yang halus yang mana dialah hakikat manusia. *Al-Nafs* mempunyai bermacam-macam sifat dan bermacam-macam keadaan. Apabila kecelaan dan keburukan menguasai hati, maka itulah yang dikatakan *nafs al-lawwāmah* atau *nafs al-ammārah bi al-su'* (Fathiyah & Asmawati, 2016). Allah SWT berfirman di dalam al-Qur'an.

Terjemahan: *“Dan aku bersumpah dengan ‘Nafs al-lawwāmah’ (Bahawa kamu akan dibangkitkan sesudah mati)! (Surah al-Qiyāmah, 75: 2)*

Seterusnya Allah SWT berfirman:

Terjemahan: *“Dan tiadalah aku berani membersihkan diriku; sesungguhnya nafsu manusia itu sangat menyuruh melakukan kejahatan, kecuali orang-orang yang telah diberi rahmat oleh Tuhanku (maka terselamatlah ia dari hasutan nafsu itu). Sesungguhnya Tuhanku maha Pengampun, lagi Maha Mengasihani.” (Surah Yūsuf, 12: 53)*

Nafs al-lawwāmah sering memperlihatkan individu yang dikuasai nafsu ini sering berlaku konflik dalam dirinya. Hal ini wujud disebabkan oleh pertentangan antara memenuhi keinginan baik dan jahat yang ada dalam diri tersebut. Namun *nafs al-lawwāmah* mudah untuk menyedari kesilapan dan mendorong individu untuk bertaubat. Berbeza dengan *nafs al-ammārah*. Nafsu berperanan dalam mencetuskan stres pada seseorang manusia kerana nafsu inilah yang mendorong manusia ke arah kejahatan dan sukar untuk dibendung. Mereka yang tenggelam dalam nafsu ini tidak akan mengecapi ketenangan hati dan hidupnya sering

diselubungi oleh suasana tegang dan stres. Tambahan lagi, stres yang berlaku kepada manusia adalah disebabkan oleh nafsu ammarah yang menguasai diri. Jika ianya berlaku, maka tahap diri manusia itu akan berada di bahagian paling bawah dan keadaan inilah yang menjadi penyumbang stres dalam diri seseorang. Ciri yang paling mudah untuk menyebabkan stres adalah perasaan marah, hasad dengki, iri hati, bersangka buruk dan berpandangan negatif terhadap sesuatu (Fathiyah & Asmawati, 2016). Selain itu, terdapat nafsu yang lain yang sangat berbeza dengan keadaan nafsu di atas di mana ianya dikenali sebagai *nafs al-mutma'innah*. Nafsu ini hanya mengandungi elemen kebaikan sahaja dan akan memberikan ketenangan, ketenteraman dan kejernihan hati. Nafsu ini juga yang meletakkan manusia ke tempat yang paling tinggi. Seperti yang disebutkan melalui firmanNya di dalam Surah al-Fajr ayat 28-30:

Terjemahan: *“Setelah menerangkan akibat orang-orang yang tidak menghiraukan akhirat, Tuhan menyatakan bahawa orang-orang yang beriman dan beramal soleh akan disambut dengan kata-kata): “Wahai orang yang mempunyai jiwa yang sentiasa tenang tetap dengan kepercayaan dan amalan baiknya! “Kembalilah kepada Tuhanmu dengan keadaan engkau berpuas hati (dengan segala nikmat yang diberikan) lagi diredai (di sisi Tuhanmu)! “Serta masuklah engkau dalam kumpulan hamba-hambaKu yang berbahagia. “Dan masuklah ke dalam SyurgaKu!”*

iv) Kelemahan Akal

Makna akal iaitu sesuatu yang memperolehi ilmu atau tempat pengetahuan. Kelemahan akal datang dari kejahilan atau memiliki ilmu yang sedikit. Para hukama' memberi gambaran ilmu sebagai makanan kepada akal. Tanpa ilmu akal akan mati. Akal yang mati tidak dapat berfungsi dengan baik (Rashidi Wahab & Faizul Azmi, 2013). Luqmanul Hakim pernah berpesan kepada anaknya (Jabatan Agama Islam Selangor, 2017) :

“Wahai anakku, duduklah kamu dengan orang-orang yang berilmu dan rapatkanlah lutut-lututmu dengan nereka, sesungguhnya Allah SWT menghidupkan hati (akal) itu dengan cahaya ilmu, sepertimana dihidupkan bumi dengan air hujan.”

Manusia amat memerlukan ilmu bagi membolehkan dirinya untuk sentiasa menepati ikrar semasa menjalani kehidupan di dunia. Hal ini kerana ilmu merupakan baja yang dapat menyuburkan aspek dalaman manusia dan menjadi tunjang keseluruhannya. Oleh itu, tanpa ilmu manusia mudah terdorong untuk melakukan kesalahan dan mengingkari peraturan Allah SWT dan sekali gus membuatkan mereka tidak menepati ikrarnya. Oleh itu, hal ini akan menyebabkan kehidupan mereka diselubungi oleh rasa gelisah dan bermasalah. Akal juga berfungsi dalam pembentukan personaliti manusia yang dapat membawa manusia kepada kedudukan martabat yang lebih tinggi. Manusia juga mampu memikirkan tentang ketuhanan serta membezakan antara yang baik dan buruk, selain daripada kebebasan memilih jalan yang diberikan Allah kepada manusia (Harun Al-Rasyid Tuskan, 2002). Hal ini dinyatakan dalam surah Al-Balad ayat 10:

Terjemahan: *“dan Kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan (jalan kebaikan untuk dijalaninya, dan jalan kejahatan untuk dijauhi)?”*

KESIMPULAN

Tekanan atau stres juga merupakan ujian dari Allah SWT yang bertujuan untuk menutup atau menghapuskan dosa-dosa hambaNya (kaffarah). Ini merupakan satu hikmah (rahsia) di sebalik ujian Allah dan seseorang Muslim yang mengetahui tentangnya pasti akan memiliki kekuatan mental yang tinggi. Berbeza dengan mereka yang melihatnya secara zahir sahaja. Kekuatan mentalnya sangat lemah dan senang berkeluh-kesah atas segala musibah yang menimpa.

Sabda Nabi SAW dalam sebuah hadis:

“Tiada kesusahan yang ditimpakan ke atas seorang Muslim melainkan Allah menghapuskan (dosanya), walaupun (kesusahan itu hanyalah) duri yang mengenainya.”

(Al-Bukhārī, Abī ‘Abd Allāh Muḥammad Ibn Ismā‘il al-Bukhārī al-Ju‘fī, *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*, no. hadis 5640)

Maka setiap Mukmin perlu bersedia untuk menghadapi tekanan dalam kehidupan dari segala sudut sama ada dari sudut mental atau fizikal. Malah mereka seharusnya memiliki kekuatan aqidah dan keimanan kepada *qadā’* dan qadar yang akan menjadikan seseorang itu tabah menghadapi segalanya serta tidak mudah berputus asa dalam meneruskan kehidupan. Mereka juga wajib percaya bahawa sesungguhnya sesuatu itu datang daripada Allah dan akan kembali kepada Allah.

Dari perspektif Islam, tekanan atau stres boleh dilihat sebagai salah satu fenomena 'penyakit jiwa' yang mempunyai kaitan erat dengan *al-nafs* iaitu melibatkan aspek akal, roh, hati dan nafsu. Stres mendatangkan pelbagai penyakit jiwa seperti gelisah, bimbang, rungsing, sedih, murung yang keterlaluan dan sebagainya. Jika stres berpanjangan, ia memungkinkan berlakunya tindak balas atau perlakuan di luar batas-batas norma dalam masyarakat, kadangkala di luar batasan ajaran agama, dan di luar batas akal yang waras.

Tekanan atau stres ini sering dialami oleh orang yang sakit terutamanya mereka yang menderita penyakit yang kronik dan sukar untuk diubati. Islam tidak melihat punca stres itu dari tekanan mental semata-mata, bahkan ianya berpunca daripada kecelaruan dan kelemahan hati (*qalb*), roh, nafsu dan akal.

RUJUKAN

- al-Bukhārī, Abī ‘Abd Allāh Muḥammad Ibn Ismā‘il al-Bukhārī al-Ju‘fī. (1999). *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* Riyad: Dār al-Salām.
- Fathiyah Mohd Fakhrudin & Asmawati Suhid. (2016). Proses Murabatah Al-Nafs Menurut Perspektif Al-Ghazali Bagi Membangunkan Individu Seimbang dan Holistik. *Jurnal aL-Anwar*, 2 (2): 173-187.
- Harun al-Rasyid Tuskan. (2002). *Kaedah Rawatan Mengatasi Gangguan Stress & Emosi Menurut Islam*. Kuala Lumpur: Zebra Editions Sdn Bhd.
- Jabatan Agama Islam Selangor. (12 September, 2007). *Wasiat Luqman Hakim kepada Anaknya dalam Mendidik Anak Beragama*. Dicapai daripada <http://www.jais.gov.my/article/wasiat-luqman-hakimkepada-anaknya-dalam-mendidik-anak-beragama>.
- Jejen Musfah. (2006) *Hati dalam Tafsir Al-Azhar Hamka*. Disertasi Sarjana. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.

- Mohd Majid, Konting. 2005. *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Muhammad Rashidi Wahab & Mohd Faizul Azmi. (2013). Kedudukan Akal dalam Pendalilan Akidah. *Jurnal Teknologi (Social Sciences)*, 63(1): 31-39.
- Othman Lebar. (2009) *Penyelidikan Kualitatif: Pengenalan kepada Teori dan Metod*. Tanjong Malim: Penerbit Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Siti Noorsyafenas Safe & Ahmad Yunus Mohd Nor. (2016). Pengurusan Stress Menurut al Quran dan Hadith. *Jurnal al-Hikmah*, 8 (1): 3-18.
- Suriani Sudi, Fariza Md Sham & Phayilah Yama. (2016). Spiritual di dalam al-Quran. *Seminar Antarabangsa Akidah, Dakwah dan Syariah 2016 (IRSYAD 2016)*, 354-358. Bandar Seri Putra: KUIS.
- Thomas B. C, Devi N. & Gangadharan P.S. (2005). Reliability & Validity of The Malayalam Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) in Cancer Patients. *Indian J of Med Res*, 122 (5): 395-399
- Walker J., Postma K., McHugh G. S., et al. (2007). Performance of the Hospital and Anxiety Depression Scale as a Screening Tool for Major Depressive Disorder in Cancer Patients,” *J Psychosom Res*, 63 (1): 83-91.
- Zuraida Zainal, “Kemurungan Perlu Dirawat,” *Utusan Online*, dicapai pada 10 Mei 2017, [my/utusan/info.asp?y=2009&dt=0310&pub=Utusan_Malaysia&sec=Kesihatan&pg=n_01.htm](http://my.utusan.info.asp?y=2009&dt=0310&pub=Utusan_Malaysia&sec=Kesihatan&pg=n_01.htm).

MAKLUMAT PENULIS

NORHAFIZAH MUSA

Fakulti Tamadun Islam,
Universiti Teknologi Malaysia (UTM KL),
Jalan Sultan Yahya Petra (Jalan Semarak),
54100 Kuala Lumpur, Malaysia.
Norhafizah.kl@utm.my

AZAHAR YAAKUB @ ARIFFIN

Fakulti Tamadun Islam,
Universiti Teknologi Malaysia (UTM KL),
Jalan Sultan Yahya Petra (Jalan Semarak),
54100 Kuala Lumpur, Malaysia.
Azahar.kl@utm.my

WAN ALI BIN WAN JUSOH

Fakulti Tamadun Islam,
Universiti Teknologi Malaysia (UTM KL),
Jalan Sultan Yahya Petra (Jalan Semarak),
54100 Kuala Lumpur, Malaysia.
Wanali.kl@utm.my

MOHD HAMBALI RASHID

Fakulti Tamadun Islam,
Universiti Teknologi Malaysia (UTM KL),

Jalan Sultan Yahya Petra (Jalan Semarak),
54100 Kuala Lumpur, Malaysia.
mhambali.kl@utm.my