

PEMBINAAN TAMADUN ISLAM SEIMBANG MELALUI PSIKOLOGI ISLAM

(Development of Balanced Islamic Civilization Through Islamic Psychology)

¹ CHE HASLINA ABDULLAH

¹ Universiti Teknologi Mara, Pulau Pinang, Malaysia

ABSTRAK

Tamadun Islam terikat dengan kemurnian akidah, kehalusan akhlak dan kemuncak pencapaian manusia beragama Islam dalam pelbagai dimensi kehidupan. Pada asasnya tamadun Islam lebih mementingkan keperibadian akhlak mulia setiap insan tanpa membezakan setiap bangsa. Kehebatan dan keunikan tamadun Islam berbanding tamadun Barat diukur dari sudut kerohaniannya. Berlaku secara realiti bahawa proses pembentukan tamadun Islam lebih tertumpu kepada aspek Materialisme sehingga melupakan sudut pemurnian spiritual umat Islam. Era kejatuhan tamadun Islam dari dulu hingga kini mula menampakkan bayangannya akibat keruntuhan akhlak dalam kalangan umat Islam. Keburukan akhlak berpunca daripada kelemahan jiwa yang mengalami ketirisan akidah dan kerapuhan agama. Kerohanian yang berpusat di jiwa perlu dibajai dan dipupuk sehingga ia berupaya memanifestasikan keunggulan personaliti bangsa dalam tamadun Islam. Pembaikan akhlak boleh diurus melalui kaedah pemurnian jiwa atau psikologi yang berteraskan al-Quran dan sunnah. Psikologi berkait rapat dengan tamadun Islam kerana ia berlatar belakangkan masyarakat sosial manusia. Kejayaan sebenar bagi manusia pastinya dapat dicapai melalui kesihatan mental dan jiwa. Psikologi Islam menyediakan pelbagai cara dan antaranya ialah kaedah psikoterapi Islam. Metode ini amat diperlukan oleh setiap manusia bagi pembentukan personalitinya sebagai insan yang berkualiti di dalam segenap aspek agar mendapat kebahagiaan di dunia dan akhirat. Kegemilangan sesuatu tamadun bergantung sepenuhnya kepada keperkasaan fizikal, mental, spiritual dan emosi. Sekiranya sesuatu bangsa itu tidak memiliki keempat-empat dimensi ini, maka hancurlah bangsa tersebut dan runtuhlah tamadunnya. Justeru, Muslim yang berperwatakan mulia berupaya memartabatkan tamadun Islam. Artikel ini membincangkan tentang kaedah psikoterapi Islam sebagai salah satu metode di dalam bidang psikologi Islam dalam membina manusia Muslim sebagai agen utama bagi pemeraksanaan tamadun Islam ke arah menghadapi pelbagai isu pada era yang mendatang.

Kata kunci: Psikologi Islam, psikoterapi Islam, tamadun Islam

ABSTRACT

The Islamic civilization has long been epitomized in the nobility of faith, the intricacy of the morale and the peak of success that has been achieved by Muslims in various life aspects and dimensions. In its fundamental principal, the Islamic civilization has stressed a great deal on good, noble moral characterization in every person, without outlining a segregating demarcation of race. The prominence and uniqueness of Islamic civilization in comparison with the Western civilization are measured in terms of its spiritual stance. It is dictated in reality that the formation process of Islamic civilization has given immense attention to the Materialism aspect; so much so that the spiritual cleansing of the Muslims has had been neglected. The era of decline of the Islamic civilization over the years has started to manifest itself when we are presented with the gradual decline of morality among Muslims. Low morale stems from the weaknesses of souls, which through time, demonstrate morale leakage and religious vulnerability. The spirituality, centered on the soul, needs to be nurtured and inculcated, for it to have the capability to highlight the supremacy of racial personality in Islamic civilization. Moral improvement can be administered through Al-Quran or sunnah-based soul cleansing method or psychology. Psychology is inextricably linked with the Islamic civilization as it leans on man's social community. The actual accomplishment gained by man can be materialized through the stability of mental and soul. The Islamic psychology has equipped itself with various measures, among which is the Islamic psychotherapy method. This method is very much needed by every individual as it can facilitate the process of personality building, towards achieving the status of quality human in various aspects, as to gain contentment in this world and in the afterlife. The brilliance of a civilization depends on physical, mental, spiritual and emotional strengths. If a race is not in possession of all these four dimensions, then the race is sure to disintegrate and the civilization fall apart. Therefore, Muslims who are graced with noble characters should be able to promote the status of Islamic civilization. This article discusses the method of Islamic psychotherapy as one of the many methods adopted in the field of Islamic psychology, aiming at building the Muslims to become the primary agent for the consolidation of this civilization, and towards braving multiple issues that can potentially emerge in the forthcoming era.

Key words: Islamic psychology, Islamic psychotherapy, Islamic civilization

PENDAHULUAN

Al-Quran al-Karim adalah Kitab Suci yang menjadi landasan, parameter dan mekanisme utama serta berperanan memacu perkembangan positif dalam setiap bidang ketamadunan manusia. Metode psikologi Islam yang berlandaskan al-Quran dan sunnah merupakan salah satu alternatif di dalam membina dan membangunkan manusia sebagai agen utama tamadun. Psikologi memainkan peranan penting di dalam memperkasakan jiwa manusia untuk membina kehebatan tamadun manusia. Dalam konteks ini, tugas psikologi ialah mengembalikan jiwa setiap manusia kepada fitrah asal kejadiannya yang suci, bersih dari sebarang kekotoran *hissi* (fizikal) dan *maknawi* (sifat-sifat keji seperti takabbur, hasad dengki) kepada jiwa kehambaan sebagai makhluk Allah SWT serta memperbetulkan sudut tingkah lakunya yang sudah jauh tersasar. Apabila jiwa manusia telah mengenali dan meyakini Allah SWT sebagai Penciptanya secara total, maka ia akan mengetahui dan menyedari peranannya sebagai *khalifah* di muka bumi ini dan pemangkin tamadun untuk kesejahteraan manusia seluruhnya.

DEFINISI TAMADUN

Setiap bangsa di dunia ini mempunyai istilah tersendiri untuk memberi gambaran mengenai tahap kegemilangan peradaban dan kemajuan hidup yang dicapai oleh mereka. Bagi menjelaskan pernyataan ini, berikut dikemukakan terlebih dahulu beberapa istilah yang biasa digunakan oleh tokoh-tokoh yang terkenal dalam bahasa Melayu, Inggeris dan Arab ketika mereka berbicara mengenai tamadun.

Perkataan "*civilization*" mula diperkenalkan di Perancis pada abad ke-18M. Ia dibentuk daripada perkataan "*civilized*" dan "*to civilize*" yang digunakan pada awal abad ke-16M. Pada tahun 1732 istilah "*civilization*" hanya diguna pakai bagi merujuk kepada proses perundangan yang mengubah perbicaraan jenayah kepada perbicaraan sivil. Pada tahun 1772, istilah "*civilization*" telah digunakan di England bagi menerangkan perkembangan sesebuah masyarakat yang mencapai suatu tahap dalam pelbagai aspek kehidupan mereka (Brandel 1994). Penggunaan istilah ini telah meluas ke seluruh Eropah. Justeru, jelas didapati bahawa konsep tamadun lahir di Eropah pada abad ke-19M. *Civilization* diambil daripada bahasa Latin iaitu *city* atau *civitas* (Mohd. Liki 2004).

Terlebih dahulu akan dikemukakan pandangan daripada tiga orang tokoh Barat yang terkenal yang membicarakan mengenai istilah tamadun. Sejarawan iaitu Arnold Toynbee menjelaskan bahawa tamadun ialah sejenis kebudayaan yang berkembang di kota. Menurut beliau lagi tamadun ialah satu gaya kebudayaan yang bertanggungjawab membentuk institusi politik, kesusasteraan, agama dan moral (Mustafa Haji Daud 2002). A.S. Hornby dan E.C. Parnwell (1972) dalam

buku mereka yang berjudul *'The Progressive English Dictionary'* menyatakan bahawa tamadun bermaksud peningkatan pencapaian hidup manusia daripada kemunduran kepada kemajuan dalam bidang sains, teknologi, politik, moral dan sebagainya. Ahli antropologi Barat yang terkemuka iaitu E.B. Taylor pula menyamakan istilah tamadun dengan budaya sebagai suatu yang merangkumi aspek keilmuan kepercayaan, kesenian, nilai-nilai moral, perundangan, tradisi, bakat dan kebolehan yang dihasilkan oleh masyarakat.

Manakala dalam bahasa Arab, pelbagai istilah digunakan yang membawa maksud yang sama. Antaranya *'umran, hadarah* dan *maddana*. Ibn Khaldun adalah antara sarjana Islam yang pertama membahaskan konsep ketamadunan di dalam buku beliau yang terkenal iaitu *Muqaddimah*. Beliau menggunakan istilah *'hadarah'* yang merujuk kepada perbuatan duduk di bandar dan perilaku kehidupan yang tinggi. Beliau juga menggunakan istilah *'umran'* yang bermaksud pembangunan (Rasid 1996). Dalam kamus *Mu'jam al-Wasit*, perkataan *'madaniyah'* sama maksud dengan *hadarah* dan *'umran* iaitu suatu kemajuan dan kemakmuran hidup yang dicapai oleh penduduk bandar (Ibrahim 1961). Jurji Zaidan, penulis Arab beragama Kristian mempopularkan istilah *'tamaddun'* yang turut diguna pakai dalam bahasa Melayu (Zulkifli Dahalan et.al. 2009). Muhammad 'Abduh dan Muhammad Farid Wajdi (1967) memperkenalkan istilah *'al-madaniyyah'* yang membawa pengertian pembinaan kota dan tempat tinggal menetap.

Dalam bahasa Melayu, istilah *'tamadun'* paling popular digunakan dalam masyarakat Melayu untuk menceritakan mengenai kebudayaan, kemajuan, pembangunan, peradaban dan kemakmuran yang dicapai oleh sesuatu bangsa (Amdun Hussain, 1986). Perkataan *'tamadun'* berakar kata daripada perkataan Arab iaitu *madana, madinah, madaniyyah* yang bermaksud masyarakat bandar yang terbina melalui proses urbanisasi (Nik Mohd. Rosdi 2008). Manakala Kamus Dewan (1993) pula mendefinisikan tamadun sebagai keadaan masyarakat manusia yang dicirikan oleh atau didasarkan pada taraf kemajuan serta perkembangan pemikiran (sosial, budaya dan politik) yang tinggi atau peradaban serta budaya atau cara hidup manusia (negara, kawasan dan sesuatu zaman) tertentu dan keadaan pemikiran (budaya dan moral) yang halus. Abu Bakar Hamzah (1972) menjelaskan tamadun lahir secara serentak, seiring dan sejalan dengan perkembangan kehidupan manusia dari semasa ke semasa dalam bentuk pemikiran dan kebendaan. Selain dari perkataan tamadun, ada juga dalam kalangan para sarjana Islam Malaysia menggunakan perkataan peradaban bagi menggambarkan istilah tamadun. Ini dapat dilihat daripada perbincangan yang dibuat oleh Muhammad Uthman El-Muhammady (1976) dan juga Ismail Hamid (1983) yang berpendapat bahawa peradaban ialah pencapaian manusia dalam kedua-dua bidang iaitu kerohanian dan kebendaan. Tamadun dalam bahasa Melayu dapat disimpulkan sebagai pencapaian insan dalam segenap aspek kehidupan sama ada dari aspek pemikiran, kerohanian atau kebendaan (Mustafa Hj.Daud 1998).

Daripada pelbagai pengertian yang diberikan kepada istilah tamadun daripada tokoh-tokoh Islam dan Barat, maka dapat disimpulkan bahawa manusia yang bertamadun ialah satu kehidupan masyarakat manusia yang telah mencapai kemajuan dalam pelbagai aspek seperti kemajuan fizikal, moral yang tinggi, kehalusan budi pekerti, kemajuan penempatan, kebudayaan, kemajuan intelektual serta kemudahan yang sempurna dan penempatan mereka adalah berpusat di bandar atau di kota.

KONSEP TAMADUN ISLAM

Konsep tamadun Islam menyentuh beberapa aspek yang menetapkan ‘*world view*’ tamadun Islam. Penetapan aspek ini menjadi pembeza antara tamadun Islam dengan tamadun-tamadun lain di dunia ini. Terdapat beberapa pandangan yang dikemukakan oleh tokoh-tokoh Islam mengenai konsep tamadun Islam. Antaranya ialah Sayyid Qutb yang merupakan tokoh Islam kontemporari yang banyak membicarakan mengenai tamadun Islam. Menurut beliau, tamadun Islam ialah segala bentuk kemajuan yang dihasilkan oleh sekumpulan masyarakat seperti sistem sosial, pemerintahan, politik, ekonomi dan kebudayaan yang berteraskan syariat Allah serta bercirikan nilai-nilai moral Islam (Zulkifli Dahalan et al. 2009). Perspektif Islam tidak menerima sesuatu kemajuan yang dibangunkan oleh manusia itu sebagai tamadun Islam melainkan setelah ketara kemajuan yang dihasilkan itu memenuhi elemen-elemen kerohanian secara sepadu; iaitu selari dengan keperluan hidup seseorang manusia yang sifatnya sebagai makhluk yang diciptakan dari gabungan dua unsur fizikal dan spiritual. Menurut Said Hawa, tamadun Islam ialah segala aspek kemajuan yang tegak di atas kebudayaan Islam serta hasilnya relevan dengan kebudayaan itu (Mustafa Hj. Daud 1985). Sementara itu, seorang ahli falsafah Jerman iaitu Dr. Albert Schweitzer pula mendefinisikan tamadun Islam sebagai keseluruhan kemajuan yang dibuat oleh manusia dalam setiap tindakan dan pemikiran selagi kemajuan itu membawa kepada penyempurnaan kerohanian individu (Azhar 2004; M.A.J.Beg 1982).

Berdasarkan pandangan daripada dua orang tokoh Islam yang terkenal dan seorang tokoh Barat di atas, maka dapat disimpulkan bahawa tamadun Islam ialah sebuah tamadun yang dibangunkan atas asas takwa dan keredaan Allah SWT menepati syarat-syarat dan ciri-ciri yang ditetapkan oleh al-Quran dan sunnah sehingga terbentuk sebuah masyarakat yang hidup secara aman harmoni dan mendapat keampunan daripada Allah SWT. Tamadun Islam mementingkan pencapaian kedua-dua aspek kehidupan namun pembangunan spiritual adalah diutamakan. Semua kemajuan dalam peradaban manusia mesti berlandaskan agama Islam iaitu berdoktrin al-Quran al-Karim sebagai asasnya.

KONSEP PSIKOLOGI ISLAM

Bidang psikologi telah sekian lama sinonim sebagai satu bidang yang mempunyai korelasi secara langsung dengan individu dan masyarakat. Budaya hidup manusia berkait rapat dengan disiplin psikologi. Hal ini kerana kejadian manusia itu sendiri terdiri dari lima elemen utama iaitu jasad, roh, akal, nafsu dan hati (psikik). Seseorang individu atau sesuatu bangsa itu tidak boleh lari dari menghadapi pelbagai masalah dan tekanan di dalam kehidupan masing-masing. Tekanan yang serius boleh mengganggu ketenangan mental dan jiwa terutama dalam konteks untuk membangun dan membina diri, bangsa dan tamadunnya. Justeru, bidang psikologi amat diperlukan bagi mengimbangi kestabilan mental, emosi dan spiritual seseorang individu atau sesuatu bangsa itu agar budaya hidup yang dibina menjadi cemerlang dan seterusnya berjaya di dalam membangunkan sesebuah tamadun.

Kecemerlangan persepsi ke atas dunia psikologi lazimnya bermula daripada teori-teori barat dan berjaya dimonopoli oleh mereka. Istilah psikologi telah mula muncul di Barat pada abad ke-16M dan ia tertakluk di bawah cabang metafizik. Pada tahun 1830an, istilah ini digunakan untuk merujuk kepada jiwa atau roh manusia serta keadaan alam fikiran. Ia seterusnya berkembang hingga abad ke-19M yang ditandai dengan kemunculan penyelidikan dalam bidang perilaku manusia. Psikologi Barat kini tidak lagi memiliki jawapan terhadap kejiwaan manusia. Hal ini kerana kewujudan manusia tidak pernah dibahaskan atau dikaji dari sudut kejiwaan kerana persoalan ini merupakan suatu yang abstrak dan sukar untuk diperhatikan. Justeru, ahli psikologi Barat hanya memusatkan perhatian mereka kepada tingkah laku manusia tanpa melihat kepada perkara pokok yang melandasi dan menentukan kewujudan perlakuan tersebut. Kegagalan mereka untuk menjawab pertanyaan mengenai jiwa manusia sudah jelas. Hasan Langgulong (1986) menyatakan bahawa semua mazhab psikologi Barat tidak mengkaji jiwa manusia tetapi sebaliknya memberati kajian mereka terhadap tingkah laku. Menurut beliau lagi, dari mana asal dan bagaimana bentuk jiwa tidak disentuh di dalam kajian mereka.

Sebenarnya jauh sebelum barat mengisytiharkan disiplin psikologi muncul pada abad ke-19M, para ahli psikologi Islam terlebih dahulu mengembangkan bidang ini dengan membangunkan klinik yang kini dikenali sebagai klinik psikiatri. Psikologi Islam atau '*ilmu al-nafs*' tidak pernah diabaikan oleh Islam malah menggalakkan pengetahuan tentangnya. Dalam al-Quran, perkataan "*al-nafs*" disebut lebih dari 300 kali dalam konteks yang berbeza. Dengan penuh tanggungjawab, Islam melakukan cerakinan ke atas jiwa manusia untuk memahami bahagian-bahagiannya (kesedaran, sikap, emosi, fungsi dan fakulti/intelek) untuk menyempurnakan tarbiah (pendidikan) manusia sebagai hamba Tuhan (Mohamed Hatta 2008).

Islam adalah agama yang bersifat syumul dan komprehensif. Ia mencakupi pelbagai aspek kehidupan manusia termasuk psikologi dan disiplin ini turut berfungsi sebagai salah satu mekanisme ke arah pemantapan jiwa umat Islam sebagai pembangun tamadun Islam. Pendekatan agama dalam psikologi dengan psikoterapi sebagai titik kajiannya merupakan kajian empirikal manusia dalam hubungannya dengan spiritual. Psikologi melalui pendekatan agama ini masih belum mempunyai banyak hasilnya kerana tidak ramai cendekiawan Islam menceburinya terutama masa kini.

Psikologi Islam ditakrifkan sebagai satu buah cabang ilmu Islam yang berhubung dengan aspek kejiwaan manusia agar seseorang individu itu dapat membentuk kualiti diri dengan lebih sempurna dan lengkap bagi mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat (Kamal Abd. Manaf 1995). Selain itu, psikologi Islam juga didefinisikan sebagai satu bidang yang mengkaji dan mempelajari manusia dari jiwa atau hati (*al-qalb*), spiritual (*al-ruh*), intelek (*al-'aql*) dan kehendak (*al-iradah*). Justeru, daripada perspektif Islam perbincangan psikologi ke atas manusia ialah perkara yang berhubung dengan jiwa manusia dan mesti berteraskan sumber utamanya iaitu al-Quran dan sunnah yang mana kedua-dua sumber autentik ini secara telus telah menggariskan laluan yang tepat untuk diikuti. Para sarjana Islam yakin bahawa ilmu psikologi yang digali daripada al-Quran al-Karim boleh mempengaruhi perubahan sosial manusia terutamanya dalam membangunkan tamadun cemerlang yang dilestarikan oleh manusia sehingga membawa perubahan kepada kehidupan manusia. Manusia berupaya memperoleh kehebatan diri dengan memupuk sifat-sifat yang dikehendaki oleh Allah SWT ke dalam dirinya. Hal ini kerana antara objektif psikologi Islam adalah untuk membentuk insan yang lebih berkualiti pada dirinya sendiri dan orang di sekelilingnya sehingga terbentuknya sebuah tamadun yang gemilang.

Sumbangan para psikologi Muslim dalam mengembang dan menyelidiki psikologi begitu bernilai. Antara tokoh-tokoh psikologi Islam yang terkemuka ialah Ibn Qayyim al-Jawziyyah, al-Balkhi, al-Ghazali, Miskawayh dan lain-lain lagi. Sejarah telah merakamkan bahawa 'Ali Ibn Sahl al-Tabari merupakan orang pertama menerapkan psikoterapi atau *al-'ilaj al-nafs* sebagai salah satu kaedah di dalam ilmu psikologi Islam bagi merawat jiwa manusia (Khalili et al. 2002). Manakala Ahmed Ibn Sahl al-Balkhi merupakan sarjana pertama yang memperkenalkan konsep kesihatan spiritual atau '*al-Tibb al-Ruhaniyy*' dan ilmu kesihatan mental (al-Balkhi 1987). Para pemikir Islam pada era keemasan memberikan begitu banyak sumbangan bagi pengembangan disiplin psikologi ini.

Psikologi Islam terdiri dari tiga prinsip utama yang perlu dititikberatkan untuk diaplikasikan. Pertama, secara teori ia berupaya menemui asas kelakuan manusia dari Kitab Suci yang menyentuh tentang fitrah manusia. Kedua,

ia bersifat kritikal iaitu membina teknik yang boleh membantu ahli sains kemasyarakatan mengesan penyelewengan manusia daripada al-Quran dan yang ketiga ialah berbentuk strategik iaitu mencadangkan strategi agar masyarakat yang tersasar daripada ajaran Islam dapat diminimumkan. Ketiga-tiga prinsip ini bertitik tolak daripada pembersihan dalaman atau spiritual manusia itu sendiri. Seorang cendekiawan Islam yang begitu cenderung kepada ilmu psikologi iaitu Fuat Nashori menegaskan bahawa psikologi Islam mestilah disusun berpandukan kepada prinsip Tauhid iaitu berteraskan kepercayaan bahawa Allah SWT adalah Tuhan yang Maha Esa dan Nabi Muhammad sebagai RasulNya (Abu Lutfi 2008). Wan Hashim Wan Teh (1986) menjelaskan bahawa teori-teori psikologi Barat tidak sesuai dan tidak boleh di implementasi ke atas masyarakat Islam kerana “*world-view*” Barat berbeza dengan “*tasawur*” Islam. Hal ini disebabkan oleh teori-teori yang dicipta oleh mereka tidak berdasarkan realiti masyarakat Islam.

APLIKASI PSIKOTERAPI ISLAM BAGI MEMBINA TAMADUN ISLAM

Asas pembinaan sesuatu tamadun bukan hanya bergantung kepada kekuatan fizikal dan kestabilan mental sahaja, namun ia juga berpaksikan kepada kemantapan jiwa atau spiritual sesuatu bangsa itu. Sejarah telah membuktikan bahawa kegemilangan umat Islam terdahulu adalah kerana mereka menjadikan Al-Quran dan sunnah sebagai pelindung diri dari segala keburukan dan ancaman kekufuran. Namun, keagungan tamadun Islam dan tamadun purba seperti tamadun Andalusia, Aryan, Baghdad, Kaum ‘Aad, Rom, Sumeria, Tsamud, Yunani, Monggol dan Bani Israel sekian lama bertahan akhirnya telah berkubur setelah bangkitnya kuasa di dunia Barat. Umat Islam di seluruh dunia pada hari ini sedang bergelut dengan dilema untuk membina kembali tamadun gemilang yang pernah dikecap oleh umat Islam silam. Lembaran sejarah kegemilangan umat Islam lampau dikaji semula dari pelbagai aspek seperti antropologi, ekonomi, kesusasteraan, pendidikan, pentadbiran negara, pertahanan, sains dan teknologi serta sosiologi. Umat Islam perlu sedar bahawa adalah menjadi kewajipan mereka untuk membina kembali suatu peradaban yang boleh menjadi peradaban contoh bagi seluruh umat manusia. Sesungguhnya umat Islam wajib membangunkan tamadun manusia berlandaskan ajaran Tuhan pada bila-bila masa pun (Osman 1997).

Peredaran masa memperlihatkan perubahan demi perubahan berlaku. Kehebatan sains dan teknologi yang dihasilkan oleh umat Islam kini adalah setanding dengan kecanggihan yang dihasilkan oleh para saintis di seluruh dunia. Namun, apalah ertinya semua pencapaian kemajuan fizikal yang diperoleh seandainya tidak disertakan dengan pembangunan rohani atau spiritual. Walaupun aspek kebendaan dan teknologi yang dimiliki memang sudah layak sesuatu

bangsa itu dikira sebagai bertamadun, namun bagaimana pula daripada aspek kerohanian dan tata lakunya yang amat jelas sombong dan takabbur (Marzuki & Kamis 1997). Mana mungkin ketamadunan hakiki di dalam setiap bidang tamadun akan dicapai jika kehidupan manusia sebagai teras tamadun tidak seimbang. Tidak bermakna sekiranya kehidupan duniawi manusia telah sampai ke kemuncaknya jika jiwa mereka mengalami kerapuhan agama yang dilatari oleh kerapuhan akidah. Manakala ketirisan akidah berlaku disebabkan oleh kedangkalan akal dan kelemahan jiwa sesuatu bangsa terutama umat Islam.

Menurut Malik Bennabi, penyebab utama berlakunya kemunduran tamadun manusia adalah manusia telah hilang unsur-unsur kerohanian. Sementara itu, Sayyed Qutb memberi pendapat yang kelihatan sama dengan Malik Bennabi iaitu kerana hilangnya Islam pada diri penganutnya (Esa Khalid 2001). Seandainya umat Islam hari ini sudah tidak berupaya menghayati sumber utama tamadun Islam iaitu al-Quran dan sunnah sebagai metode untuk dilaksanakan dalam semua bidang ketamadunan manusia, ini bermakna umat Islam telah gagal untuk memacu perkembangan positif dalam bidang ketamadunan secara positif dan efisien.

Menyingskap sejarah tamadun silam, persoalan perjuangan untuk mempertahankan sesebuah peradaban tidak pernah dipinggirkan. Setiap tamadun mempunyai pendekatan masing-masing dalam menggembelng tenaga masyarakat, memupuk semangat berkorban dan daya juang yang kental demi membangunkan sesebuah peradaban. Demikian juga berlaku kepada tamadun Islam dengan membina ketahanan fizikal dan spiritual dalam mempertahankan sesebuah peradaban, ia telah menggunakan pelbagai mekanisme dan antaranya adalah melalui disiplin psikologi. Ketamadunan hakiki boleh dicapai dalam semua bidang tamadun sekiranya pelaksanaan Islam dijalankan ke atas manusia khususnya umat Islam sebagai teraju utama sesebuah tamadun.

Skop bidang psikologi amat luas dan ia bertujuan membawa manusia ke arah kesejahteraan mental, emosi, spiritual dan tingkah laku. Bidang psikologi mempunyai tiga buah cabang dan kaedahnya yang tertentu. Psikoterapi merupakan salah satu mekanisme yang dijalankan di dalam bidang psikologi. Metode psikoterapi Islam sangat sesuai diaplikasikan ke atas umat Islam kerana ia mengguna pakai tiga elemen utama iaitu iman, ibadah, dan tasawuf yang didasari daripada al-Quran dan sunnah. Ketiga-tiga elemen ini dapat dijadikan tenaga inovatif dalam membentuk terapi agama Islam. Hal ini kerana dimensi iman, ibadah dan tasawuf merupakan langkah-langkah pembersihan jiwa iaitu menyucikan hati yang dikotori dengan kekotoran duniawi (Muhammad 'Uthman Najati 2001). Islam mengajar aspek spiritual sebagai metode psikoterapi yang dilakukan melalui kaedah pencegahan, pengubatan dan pembinaan jiwa. Metode ini membuatkan manusia berasa tenang, tenteram, selesa serta bahagia. Hal ini kerana Islam adalah agama yang memandu penganutnya mencipta hubungan

dengan Allah, haiwan, tumbuhan dan interaksi sesama alam (Harun Nasution 1997).

Psikoterapi Islam ditakrifkan sebagai suatu proses intervensi psikologi yang bertujuan untuk menyembuhkan tekanan mental, dan spiritual berlandaskan al-Quran dan Sunnah Rasulullah SAW (Abdullah 2002). Abdullah menambah lagi bahawa amalan para sufi menyediakan asas yang kukuh dalam psikologi Islam. Psikoterapi Islam adalah wakil psikologi dalam suatu proses pemulihan individu yang menghidap gangguan mental seperti kemurungan, tekanan, neurosis, psikosis, fobia dan lainnya (Ari Ginanjar Agustian 2004). Menurut M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky (2001) dan Muhammad 'Uthman Najati (1993), psikoterapi Islam diertikan sebagai proses pengubatan dan penyembuhan sesuatu penyakit mental, spiritual, moral mahupun fizik melalui bimbingan al-Qur'an dan al-Sunnah atau secara empirikal melalui bimbingan dan pengajaran Allah SWT, para malaikatNya, para nabi dan rasulNya atau pewaris para Nabi.

Prawitasari (2002) menyatakan psikoterapi Islam membawa maksud pengubatan yang menggunakan kekuatan batin dan lebih menekankan kepada aspek nasihat, cadangan, hiburan serta hipnosis dan fokus utamanya kepada psikik (jiwa). Manakala Isep Zainal Ariffin (2009) mengatakan bahawa psikoterapi Islam adalah proses rawatan dan penyembuhan terhadap gangguan penyakit kejiwaan melalui intervensi psikik dengan metode dan teknik yang didasarkan kepada al-Quran dan sunnah. Shahrom (2001) mengulas bahawa konsep psikoterapi Islam dilihat merangkumi empat faktor iaitu biologi, psikologi, sosial dan spiritual dan keempat-empat aspek ini dapat mempengaruhi dan mempertahankan seseorang daripada mengalami kecelaruan psikiatri.

Psikoterapi Islam menggunakan pelbagai teknik. Antaranya ialah interaksi muka bertemu muka atau dikenali sebagai 'hubungan terapeutik'. Hubungan terapeutik memerlukan perbualan, menunjukkan model (contoh) dan mewujudkan kesedaran kepada klien tersebut (Azizah et al. 2003). Model psikoterapi Islam menekankan aspek sosial dan spiritual individu. Shah (1996) menjelaskan terdapat tiga aspek psikoterapi di dalam rangka Islam. Pertama ialah menganalisis mengenai nafs (jiwa). Kedua, proses psikososial individu dan ketiga ialah psikoterapi sebagai pembantu kepada proses berkenaan.

Psikoterapi Islam bertujuan untuk membina keseimbangan personaliti di antara fisiologi, rasional, emosi dan spiritual. Selain itu ia menimbulkan kesedaran seseorang kepada kewujudan Allah dan keyakinan sepenuh hati kepadaNya (Hamzah & Maitafsir 2002). Beberapa kaedah diaplikasikan di dalam psikoterapi Islam. Pertama, seseorang klien itu diminta menjiwai perasaan takut kepada Allah. Merasa takut kepada Allah merupakan satu penyelesaian yang terpenting di dalam terapi tingkah laku. Hal ini berkait dengan dimensi keimanan kepada Allah. Apabila ketakutan telah meresap ke dalam jiwa,

seseorang itu dipohon agar bertaubat kepada Allah SWT (Hamzah & Maitafsir 2002). Ramai psikologi menggunakan teknik terapi secara bertaubat dan ia telah menghasilkan kesan yang positif. Ketiga ialah ahli terapi akan mengesyorkan supaya seseorang itu mendirikan solat. Solat yang khushyuk akan mengesani emosi dan jiwa yang akhirnya akan memanifestasikan akhlak yang baik. Ahli terapi seterusnya meminta klien memanjatkan doa kepada Allah SWT agar Dia mempermudah urusan yang dikendalikannya. Selanjutnya ahli terapi berfungsi mengubah kognitif dan proses berfikir klien tersebut iaitu dia akan mengenal pasti terlebih dahulu pemikiran negatif yang terdapat di dalam minda kliennya. Kemudian, ia akan mengubah pemikiran yang tidak baik kepada nilai-nilai keagamaan yang terdapat di dalam al-Quran dan sunnah (Zain 2001).

Ahmad dan Ahmad (2001) di dalam penulisan mereka yang bertajuk '*Islam and Psychomatic Medicine*' membincangkan cara relaksasi minda iaitu tidur sebentar di siang hari seperti yang diamalkan oleh Rasulullah SAW juga antara psikoterapi yang terbaik. Hassan Langgulung (1983) menyatakan mujahadah dengan menggunakan ibadah yang formal seperti solat, zakat, puasa, zikir, doa dan tilawah al-Quran merupakan cara yang paling efektif untuk melumpuhkan dorongan nafsu. Menurutnya lagi, manusia itu datang daripada roh dan roh itu datang daripada Allah SWT. Sifat '*Asma' al-Husna*' adalah pancaran kepada roh kejadian manusia. Justeru, roh dan spiritual manusia perlu dimurnikan terlebih dahulu.

Akhbar S. Ahmed (2002) seorang profesor tamu di universiti Cambridge London, Princeton dan Harvard mengatakan perilaku dan tindak tanduk masyarakat Islam perlu mencontohi amalan Nabi Muhammad SWT dan para sahabat baginda jika ingin mengembalikan kegemilangan peradaban mereka. Sejarah telah membuktikan keperibadian mulia dapat membentuk masyarakat cemerlang dari segi akhlak dan tamadun. Rahsia kejayaan Rasulullah sehingga mampu membentuk barisan sahabat yang kukuh dan mantap dari segi sahsiah dan keperibadiannya adalah dengan menonjolkan akhlak mulia sejajar dengan keperibadian Muslim sebenar seperti yang dipaparkan oleh al-Quran. Akhlak yang baik bermula daripada jiwa yang bersih dan suci.

Rawatan secara psikoterapi Islam yang terdapat di dalam bidang psikologi Islam dengan metode yang dianjurkan oleh Islam seperti di atas adalah hampir sama dengan rawatan biasa yang lain seperti kaunseling. Namun yang membezakannya ialah psikoterapi lebih menekankan kepada bantuan yang dihulurkan daripada pihak kedua iaitu psikoterapi yang berpengalaman di dalam bidang psikologi kejiwaan manusia. Peranan ahli psikologi atau psikoterapi ialah membantu dalam penyempurnaan pelaksanaan perjalanan terapi agar objektif yang diinginkan oleh individu terlibat dapat dicapai dengan sepenuhnya.

KESIMPULAN

Tamadun manusia bermula seawal dengan kehidupan manusia itu sendiri. Umat Islam kini dan akan datang tidak mustahil berupaya membina dan memperkasakan semula tamadun mereka yang telah lama hilang. Ciri utama kejayaan tamadun Islam lampau adalah disebabkan oleh kekuatan fizikal, spiritual, emosi dan mental. Adalah tidak mustahil sekiranya kejayaan ini akan dicapai oleh umat Islam buat kali ke duanya andainya umat Islam hari ini mempunyai keempat-empat kekuatan yang disebutkan di atas. Namun realitinya, umat Islam hari ini hanya boleh berbangga dengan kebangkitan tamadun dari sudut material sahaja sedangkan jiwa mereka tandus dengan dogma-dogma agama. Agama Islam seolah-olah tidak sehati dengan jiwa mereka. Justeru sudah sampai masa dan ketikanya untuk umat Islam mengkoreksi kembali jiwa mereka yang telah luntur dengan harapan bahawa jiwa yang suci dan murni dapat melahirkan insan yang berakhlak mulia sebagai pembangun tamadun manusia. Justeru, kaedah psikoterapi Islam yang terdapat di dalam disiplin psikologi Islam yang dicadangkan di dalam artikel ini adalah antara mekanisme yang boleh diguna pakai di dalam merawat jiwa manusia. Apabila jiwa telah berjaya dibajai dengan nilai-nilai keagamaan, sudah pasti umat Islam mempunyai kemantapan dan keteguhan spiritual. Hal ini akan menjadikan mereka umat yang hebat dan dapat mendepani pelbagai cabaran yang datang serta memahami hala tuju kehidupan mereka dan sekali gus berjaya memacu dan memperkasakan tamadun di dalam pelbagai aspek pada masa akan datang ke arah yang lebih positif dan cemerlang.

RUJUKAN

- Abdullah, S. 2002. *Islamic counseling and psychotherapy trends in theory. Development*. [atastalian]. Dipetik daripada <http://www.crescentlife.com/articles/htm>. Pada 4 April 2011.
- Abu Lutfi. 2008. Psikologi Melayu: Sumbangan Islam. Dipetik daripada <http://personaliti.wordpress.com/category/psikologi-Islam/page/3>. pada 13 November 2011.
- Abu Bakar Hamzah. 1972. *Sejarah kebudayaan umat Islam*. Kota Bharu: Pustaka Aman Press
- Ahmad, M & Ahmad, N. 2001. Islam and psychomatic medicine Islamic world. *International Journal of Intercultural Relation*, 39, 592-599.
- al-Balkhi, Abu Zayd Ahmed ibn Sahl. 1987. *Masalih al-abdan wa al-anfus*. Beirut: Dar al-'Ilm li al-Malayin.

- Akbar S. Ahmed. 2002. *Discovering Islam: Making sense of Muslim history and society*. NewYork: Routledge.
- Amdun Husain. 1986. *Kamus bahasa Malaysia* (edisi pelajar).Cet.7. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Ari Ginanjar Agustian. 2004. *Rahasia sukses membangkitkan ESQ power: Sebuah inner journey melalui ihsan*. Jakarta: Arga.
- A.S. Hornby & E. C. Parnwell. 1972. *The progressive English dictionary*. London: Oxford University Press.
- Azhar Hj. Mad Aross. 2004. *Tamadun Islam dan tamadun Asia (TITAS)*. Kertas 1 dan 2. Shah Alam: Fajar Bakti.
- Azizah Othman, Mimi Iznita Mohamed Iqbal & Hawa Rahmat. 2003. Islamic psychotherapy and counseling processes: An alternative to the helping relationship. *Kertas kerja Seminar Kebangsaan Kaunseling berperspektif Islam*. Anjuran Universiti Utara Malaysia. Langkawi.
- Brandel, F. 1994. *A History of civilizations*. Richard Mayne (Trans). United States of America: The Penguin Press.
- Esa Khalid. 2001. *Konsep tamadun Islam*. Johor: Universiti Teknologi Malaysia.
- Hamzah, M. D & Maitafsir, M.G. 2002. [atas talian]. *Transpersonal Psychotherapy: The Islamic perspective*. Dipetik pada 31 March 2011 daripada <http://www.ifew/insight/1408rch/transp.htm>.
- Harun Nasution. 1997. *Islam rasional*. Bandung: Mizan.
- Hassan Langgulung. 1983. *Teori-teori kesihatan mental: Perbandingan psikologi moden dan pendekatan pakar-pakar Pendidikan Islam*. Kajang : Pustaka Huda.
- Hassan Langgulung. 1986. *Psikologi Islam*. Surabaya: Bina Ilmu.
- Ibrahim Anis. 1961. *Kamus mu'jam al-wasit*. Kaherah: Matba'ah al-Misr.
- Isep Zainal Ariffin. 2009. *Bimbingan penyuluhan Islam, pengembangan dakwah melalui psikoterapi Islam*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- Ismail Hamid. 1983. *Peradaban Melayu dan Islam*. Kuala Lumpur: Fajar Bakti.
- Kamal Abd. Manaf . 1995. *Kaunseling Islam*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributor Sdn Bhd.
- Kamus Dewan*. 1993. 3(ed). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Khalili, S., Murken, S., Helmut,R. K., Shah, A.A., Vahabzadeh, A. 2002. Religion and mental health in cultural perspective: Observations and reflections after the first international congress on religion and mental health. *The International Journal for the psychology of religion*, 12 (4), 217-237.
- M. A. J. Beg. 1982. *Islamic and western concepts civilization*. Kuala Lumpur: The University of Malaya Press.
- Marzuki Mahmood & Kamis Ismail. 1997. Ibrahim Abu Shah (edi). *Kecemerlangan tamadun Islam dalam menghadapi cabaran abad ke 15 Hijrah/ 21 Masihi*. Shah Alam: Biroteks.
- M. Hamdani Bakran Adz-Dzaky. 2001. *Kaunseling dan psikologi Islam*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru.
- Mohd. Liki Hamid (Edi). 2004. *Pengajian tamadun Islam*. Bentong: PTS Publications & Distributor Sdn. Bhd.
- Mohamed Hatta Shaharom. 2008. *Etika perubatan Islam dan isu-isu psikiatri*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Muhammad ‘Abduh & Farid Wajdi. 1967. *Al-Islam fi al-asr*. Bayrut: Al-‘Arabi
- Muhammad Uthman El-Muhammady. 1976. *Peradaban Islam*. Kota Bharu: Pustaka Aman Press.
- Muhammad ‘Uthman Najati. 1993. *Psikoterapi menurut al-Quran*. Terj. Hj. Abd. Rahman. Selangor: Human Resource Enterprise.
- Muhammad ‘Uthman Najati. 2001. *Al-Qur’an wa al’Nafs*. Qahirah: Dar al-Syuruq.
- Mustafa Hj.Daud. 1985. *Pengantar tamadun Islam*. Petaling Jaya. Media Intelek Sdn.Bhd.

- Mustafa Haji Daud. 1998. *Tamadun Islam*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Mustafa Haji Daud. 2002. *Tamadun Islam*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Nik Mohd Rosdi Nik Ahmad & Nik Kamaliah Nik Abdullah. 2008. *Kenalilah tamadun*. Selangor: Pusat Penerbitan Universiti.
- Osman Bin Bakar. 1997. Ibrahim Abu Shah, Lelawati Abdul Hamid & Mohd. Asri Abdullah (Ed.). *Kecemerlangan tamadun Islam dalam menghadapi cabaran abad ke 15 hijrah/ 21 masihi*. Shah Alam: Biroteks.
- Prawitasari, J. E. 2002. *Psikoterapi pendekatan konvensional dan kontemporer*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rasid Muhamad. 1996. *Matra tamadun Islam*. Kuala Lumpur: Angkatan Belia Islam Malaysia.
- Shah, A. A. 1996. Islamic Approach To Psychopathology and Its Treatment. *Kertas kerja seminar kebangsaan di dalam psikologi Islam*. Anjuran Universiti Islam Antarabangsa Malaysia. Kuala Lumpur (Julai).
- Shahrom, H. 2001. Islamic issues in forensic psychiatry and the instinct theory: The Malaysian scenario. Dalam A. Haque (Ed). *Mental health in Malaysia: Issues and concerns*. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya.
- Wan Hashim Wan Teh. 1986. *Sains sosial dari perspektif Islam*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Zain, A. 2001. Mental Illness and Malay Culture: a Study of Kelantan Malays. In A. Haque. (Edi). *Mental health in Malaysia: Issues and concerns*. Kuala Lumpur: Universiti of Malaya Press.
- Zulkifli Dahalan, Sofwan Hasbullah, Halipah Hamzah, Ramawan Ab. Rahman, Mohd. Hapiz Mahaiyadin, Mohd. Adib Shujaa' Ahamd & Roshaimizam Suhaimi. 2009. *Sejarah pemikiran dan tamadun Islam*. Selangor: Pusat Penerbitan Universiti.

