

Penyucian Jiwa Melalui Pendekatan Muhasabah Dalam Penghayatan Shalat

Nik Siti Khadijah Nik Salleh, Hasanah Abd. Khafidz

Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam,
Universiti Kebangsaan Malaysia, 43600, UKM Bangi,
Selangor Darul Ehsan Malaysia
E-mail: niksiti_khadijah@yahoo.com

Abstrak – Artikel ini membicarakan tentang penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat. Kajian ini merupakan salah satu proses pembersihan rohani seseorang Muslim untuk mencapai kesempurnaan ubudiyah yang berteraskan al-Quran dan al-Sunnah. Dalam kajian shalat pada masa kini, masih lagi terdapat orang Islam mengabaikan shalat bahkan tidak melaksanakan shalat dengan sempurna maka dengan kajian ini berusaha untuk mengembalikan fitrah asal kejadian manusia sebagai khalifah Allah SWT. Penulisan ini bertujuan untuk mengkaji penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat. Kajian ini menggunakan metodologi analisis kandungan serta pengumpulan data daripada buku-buku, jurnal, prosiding, kajian lepas dan karya ilmiah oleh tokoh-tokoh terkenal dalam bidang penyucian jiwa dan penghayatan shalat. Hasil penulisan ini, mendapati bahawa dalam pendekatan muhasabah mempunyai tiga perkara yang akan memfokuskan iaitu bentuk, cara dan lapangan dalam penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat sahaja. Oleh itu, implikasi daripada penulisan ini menyarankan agar seseorang Muslim menggunakan kaedah ini dalam membentuk diri sebagai Muslim sejati.

Kata kunci: Penyucian Jiwa, Muhasabah, dan Penghayatan Shalat.

I. Pendahuluan

Shalat adalah salah satu proses pembersihan rohani manusia untuk mencapai kesempurnaan *ubudiyah* yang berteraskan al-Quran dan al-Sunnah. Sebagai dimensi pengukuhan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT, shalat mencetuskan kesedaran diri manusia. Hal ini boleh didapati melalui pengawasaan Allah SWT terhadap setiap perbuatan yang dilakukan oleh seseorang Muslim. Justeru, tatacara penghayatan shalat yang menepati disiplin dan adab dalam shalat membolehkan seseorang individu memperolehi ketenangan jiwa dan penyucian jiwa. Dengan memahami tatacara penghayatan shalat, pembentukan akhlak seseorang Muslim mestilah bermula dari segi aspek disiplin diri. Penghayatan shalat merupakan salah satu elemen penting yang menggalakkan pembinaan disiplin diri seseorang Muslim melalui pendekatan muhasabah. Ia memerlukan kepada kewujudan seseorang insan yang berilmu, berakhlak dan cemerlang dalam segenap aspek kehidupan. Untuk mewujudkan perubahan dalam diri seseorang Muslim, maka penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah perlu bermula daripada diri sendiri lagi.

Penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat amat berkait rapat dalam menggalakkan lahirnya seseorang Muslim yang dapat membersihkan dirinya daripada sifat-sifat buruk dan keji.¹ Kaedah penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat adalah disiplin ilmu tasawuf yang

¹Salasih Hanin Hamjah, 2016, Kaedah penerapan tazkiyah al-nafs menurut al-Ghazali dalam kaunseling Islam, *Prosiding Seminar Antarabangsa Kaunseling Islam 2016: Kaunseling Islam Membina Kesejahteraan Ummah*, hlm 374-387 hlm 382 & Jabatan Mufti Kerajaan Negeri Sembilan 2010, http://www.muftins.gov.my/index.php/arkib2/tareqat-tasawuf/162-koleksi-kertas-kerja/640-peranan_penyucian-jiwa-tazkiyah-al-anfus-terhadap-pembangunan-insan-dalam-masyarakat-bertamadun (17 Ogos 2016).

berkaitan rapat dengan akhlak seseorang Muslim. Dalam penyucian jiwa ini, seseorang Muslim mestilah berusaha membina kekuatan rohani yang bermatlamatkan *makrifah* kepada Allah SWT.² Shalat pada masa kini, masih lagi terdapat orang Islam mengabaikan shalat bahkan tidak melaksanakan shalat dengan sempurna maka iman seseorang Muslim masih belum sempurna dari sudut keIslamannya³, dengan kajian ini penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam diri seseorang Muslim berusaha untuk mengembalikan fitrah asal kejadian manusia sebagai khalifah Allah SWT dengan penuh tanggungjawab dan sifat kemuliaan.⁴

Dalam al-Quran, perkataan shalat disebut sebanyak 55 kali dan antaranya dari surah al-Baqarah (2): 3, 43, 83, 110, 177 dan 277, kemudian surah an-Nisa' (4): 43, 77, 101, 102, 103, 142, dan 162, seterusnya surah al-Maidah (5): 6, 12, 58, 91, dan 106, surah al-A'raf (8): 170 dan banyak lagi. Sebagai contoh surah yang berkaitan dengan shalat iaitu:

Firman Allah SWT:

وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَأَطِيعُوا الرَّسُولَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ﴿٥١﴾

Maksudnya:

“Dan dirikanlah kamu akan sembahyang serta berilah zakat dan taatlah kamu kepada Rasul Allah; supaya kamu beroleh rahmat”⁵

Penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat sebagai wadah latihan bagi membentuk generasi shalat melalui pembentukan individu, keluarga, masyarakat, organisasi dan pemerintahan serta dapat memperbaharui setiap aspek dalam kehidupan di antaranya jasmani, rohani, fikiran, ilmu pengetahuan, emosi, sosial, intelektual dan sebagainya.

II. Metodologi Kajian

Reka bentuk kajian ini ialah kajian kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam kajian ini ialah kajian analisis kandungan. Analisis kandungan yang dirujuk terdiri daripada sorotan kajian lalu, artikel jurnal, kertas kerja prosiding, kajian lepas dan buku yang berkaitan dengan perkataan penyucian jiwa, maksud penyucian jiwa dan penghayatan shalat. Penganalisan data dapat dikumpul daripada analisis kandungan dianalisis dengan menggunakan pendekatan deskriptif iaitu mengkaji apakah penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat.

III. Konsep Penyucian Jiwa Menurut Islam

3. 1. Definisi Penyucian Jiwa

Penyucian jiwa dalam bahasa Arab dipanggil *tazkiyah al-nafs*, yang mempunyai dua kata yang berbeza iaitu *tazkiyah* dan *al-nafs*. Maksud *tazkiyah al-nafs* ialah membersihkan jiwa dan hati dari segala perbuatan syirik, dan menyekutukan sesuatu dengan Allah SWT. Membaiki bentuk kelakuan akhlak dan menyempurnakan *ubudiyah* dan *rububiyah* kepada Allah SWT.⁶

Dari segi bahasa arab perkataan *tazkiyyah* adalah kata nama terbitan, manakala ‘zakka’, ‘yuzzaki’, ‘Tazkiyah’ dari kata kerja yang bermaksud penyucian diri manusia atau penyucian nafsu daripada segala sifat tercela.⁷ Tambahan pula *tazkiyah* bermaksud suci, tumbuh dan berkah. Ia merupakan satu proses peralihan dari jiwa yang kotor, ternoda dan tercemar dengan dosa kepada jiwa yang suci bersih.⁸ Dalam kamus al-Mukjam al-‘Arabi al-Asasi dan kamus al-Mawrid, perkataan *tazkiyyah* bermaksud membersihkan atau menyucikan jiwa dengan meninggalkan perbuatan tidak baik.⁹ Proses *tazkiyyah al-nafs* ada tiga peringkat iaitu *takhalli*, *tahalli* dan *tajali*. Peringkat pertama *takhalli* ialah mengosong, membuang atau menyucikan hati. Peringkat *takhalli* ini membuang dan membersihkan jiwa daripada

² Rosnaaini Hamid, 2014, *Penghayatan Shalat*, Sintok, Penerbit Universiti Utara Malaysia, hlm 48.

³ Mohammad Yusri Yubhi Md Yusoff, 2015, *Seindah Shalat Nabi*, Kuala Lumpur, Telaga Biru Sdn Bhd, hlm 8, & Sapora & Ab. Halim Tamuri, 2008, *Shalat dan penghayatan akhlak pelajar Islam luar Bandar*, Jurnal YADIM 10: 43-63, hlm 46.

⁴ Jabatan Mufti Kerajaan Negeri Sembilan, 2010,

<http://www.muftins.gov.my/index.php/arkib2/tarekat-tassawuf/162-koleksi-kertas-kerja/628-tazkiyat-al-nafs-jalan-taqarrub-kepada-allah-s-w-t> (17 Ogos 2016).

⁵ Semua terjemahan ayat Al-Quran dalam tulisan ini berdasarkan *Tafsir Pimpinan Al-Quran Kepada Pengertian Al-Quran*, Cet. 22, (Kuala Lumpur: Jabatan Kemajuan Islam Malaysia, 2013).

⁶ Sa'id Hawwa, 2001, *Mensucikan Jiwa Kaedah Tazkiyatun Nafs Bersepadu*, Terj, Anunur Rafiq Shaleh Tamhid, Shah Alam: Pustaka Dini Sdn Bhd, hlm 173, & Fariza Md Sham & Zakaria Stapa, 2011, *Metodologi dakwah kepada remaja: pendekatan psikologi dakwah*, *Jurnal Al-Hikmah* 3: 145-166, hlm162.

⁷ Salasiah Hanin Hamjah, 2016, *Pendekatan Kaunseling Spiritual Menurut Al-Ghazali*, Kuala Lumpur, Dewan Bahasa dan Pustaka, hlm 45, & Fariza Md Sham & Zakaria Stapa, 2011, *Metodologi dakwah kepada remaja: pendekatan psikologi dakwah*, hlm162.

⁸ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Basirah Syed Muhsin, 2012, *Cadangan model psikoterapi remaja Islam berasaskan konsep tazkiyah al-nafs*, *Jurnal Usuluddin* 36: 49-74, hlm 59.

⁹ Kamus *al-Mukjam al-‘Arabi al-Asasi*, Larus, Beirut, & Al-Ba'albaki, Ruhi, 1997, *Al-Mawrid*, Qamus ‘Arab-Inklizi, Beirut, Dar al-‘Ilm al-Malayin, hlm 313.

segala sifat-sifat mazmumah yang mengotori jiwa daripada terhibab hati di antara diri seseorang dengan Allah SWT. Peringkat kedua *tahalli* ialah mengisi atau menghiasi jiwa. Peringkat *tahalli* ini selepas membersihkan jiwa daripada sifat-sifat mazmumah, seseorang Muslim mestilah menghiasi jiwa dengan sifat-sifat mahmudah seperti tawaduk, ikhlas, jujur, pemurah, syukur dan lain-lain serta dengan amalan kebajikan. *Tahalli* memerlukan kesabaran dan keazaman yang kuat kerana ia melalui jangka masa yang panjang. Peringkat ketiga *tajalli*. Peringkat *tajalli* ini seseorang Muslim berasa yakin sepenuh hati atas kebesaran dan kehebatan Allah SWT yang terlintas di dalam hati.¹⁰

Pernyataan *al-Nafs* mempunyai dua pengertian. Pengertian pertama *al-nafs* bermaksud nafsu yang ada dalam diri manusia seperti marah dan syahwat. Pengertian kedua *al-nafs* bermaksud diri manusia sendiri.¹¹ *Al-nafs* menurut al-Quran dan al-Sunnah adalah jiwa seseorang Muslim yang kadang kala boleh digunakan untuk makna roh, makna diri seseorang Muslim yang terdiri daripada roh dan jasad, makna hati, makna kekuatan berfikir yang terdapat pada diri seseorang Muslim, makna kebaikan dan keburukan yang terdapat dalam diri seseorang Muslim.¹² Secara umumnya, *al-nafs* adalah yang bersifat dalaman pada tubuh badan manusia dan tidak dapat melihat secara hakikat tetapi perlu dibimbing atau membezakan di antara melakukan kebaikan atau kejahatan.¹³

3. 2. Pendekatan Penyucian Jiwa Menurut Sa'id Hawa dan al-Ghazali

Sa'id Hawwa menyarankan pendekatan penyucian jiwa melalui penghayatan nilai-nilai tasawuf yang menekankan adab dan akhlak seseorang Muslim dengan Allah SWT.¹⁴ Ini dapat dicapai melalui shalat yang didirikan dengan sempurna.¹⁵ Sa'id Hawwa dan al-Ghazali menyatakan kesempurnaan shalat mestilah bermula daripada bersuci lagi seperti bersih anggota badan dan tempat shalat.¹⁶ Sa'id Hawwa juga menegaskan kesempurnaan shalat mestilah memenuhi rukun shalat, syarat sah shalat, dan tertib shalat selaras dengan kehendak syarak.¹⁷

Sa'id Hawwa dan al-Ghazali menerangkan aspek kesempurnaan shalat menjadi medan bagi melahirkan rasa syukur dan tunduk kepada Allah SWT kerana kedua-dua perkara ini merupakan kayu ukur kepada penyucian jiwa seseorang Muslim.¹⁸ Aspek pengerakan sujud yang dilakukan oleh seseorang Muslim di dalam shalat merupakan satu tahap mengagungkan dan melahirkan rasa syukur kepada Allah SWT.¹⁹

Namun begitu kesempurnaan shalat mestilah menghadirkan rasa khusyuk ketika shalat seperti memahami makna ayat-ayat al-Quran yang dibaca, mengagungkan Allah SWT, merasa diri ini lemah serta hina ketika berhadapan dengan Allah SWT ketika shalat dan mengharapkan pahala serta redha Allah SWT.²⁰ Dalam konteks merasa diri ini hina, lemah, mengharapkan sesuatu daripada Allah SWT dan tunduk kepada keagungan Allah SWT, ia dapat dilihat kepada pengerakan sujud seseorang Muslim ketika shalat.²¹

Hal ini demikian kerana khusyuk merupakan roh kepada shalat.²² Ia juga merupakan keupayaan sendiri setiap individu itu sendiri bagi membentuk hati memperolehi hidayah Allah SWT.²³ Saidina Ali RA dalam mentafsirkan maksud mereka yang khusyuk dalam surah al-Mukminun menjelaskan: "Khusyuk adalah di hati, iaitu engkau menyantun sisi dirimu kepada orang Islam dan tidak berpaling kiri dan kanan". Maka benarlah sabda Rasulullah SAW bahawa khusyuk merupakan ilmu terawal yang akan diangkat oleh Allah SWT.²⁴

Seseorang Muslim yang mahu melahirkan perasaan khusyuk mestilah membina pelbagai bentuk emosi bermula dengan menghadirkan hati, memahami makna-makna, mengagungkan Allah SWT takut, mengharap serta malu padaNya. Hal ini demikian kerana sesuatu perbuatan yang dilakukan tanpa emosi tidak membawa makna apa-apa. Oleh

¹⁰ Shamsul Mohd Nor, 2012, *Menyelami Samudera Tasawuf*, Batu Caves, Yamani Angle Sdn Bhd, hlm 50 & Masuriyati Yahya & Che Zarrina Sa'ari, 2016, Program zikrullah dan aktiviti kerohanian asas pembangunan spiritual golongan belia perlu perhatian (PP) dalam merealisasikan gagasan Negara zikir Brunei Darussalam, *GJAT* 6(1): 101-112, hlm 108, & Salasiah Hanin Hamjah, 2010, Bimbingan spiritual menurut al-Ghazali dan hubungannya dengan keberkesanan kaunseling: satu kajian di pusat kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan (PK MAINS), *Jurnal Islamiyyat* 32: 41-61, hlm 45, & Noor Shakirah Mat Akhir & Muhammad Azizan Sabjan, 2014, Pembangunan modal insan dari perspektif kerohanian agama: Islam sebagai fokus, *Journal of Human Capital Development* 7(1): 33-47, hlm 37.

¹¹ Salasiah Hanin Hamjah, 2016, *Pendekatan Kaunseling Spiritual Menurut Al-Ghazali*, Kuala Lumpur, Dewan Bahasa dan Pustaka, hlm 29.

¹² Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, Batu Caves, Al-Hidayah House Publishers Sdn Bhd, hlm 23-24.

¹³ Abd Rahman Hasan Habannakah al-Maidani, 1996, *Al-Akhlaq Al-Islamiyyah Wa Ususuhah*, Jil. 1, Diamsyq, Dar Al-Qalam, hlm 215.

¹⁴ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, Implementasi tasawuf dalam penghayatan rukun Islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa (Tazkiyah al-Nafs) menurut Sa'id Hawwa, *MANU* 20: 165-185, hlm 165.

¹⁵ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, Implementasi tasawuf dalam penghayatan rukun Islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa (Tazkiyah al-Nafs) menurut Sa'id Hawwa, hlm 170.

¹⁶ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

¹⁷ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

¹⁸ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 176.

¹⁹ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, Model penghayatan shalat berasaskan kaedah tafakur, *GJAT* 3(2): 65-78, hlm 74.

²⁰ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175, & Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, Model penghayatan shalat berasaskan kaedah tafakur, hlm 66.

²¹ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, Model penghayatan shalat berasaskan kaedah tafakur, *GJAT* 3(2): 65-78, hlm 76 & Zaharuddin Abd. Rahman, 2008, *Formula Shalat Sempurna*, Kuala Lumpur, Telaga Biru Sdn Bhd, hlm 133.

²² Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, Implementasi tasawuf dalam penghayatan rukun Islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa (Tazkiyah al-Nafs) menurut Sa'id Hawwa, *MANU* 20: 165-185, hlm 175 & Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, Model penghayatan shalat berasaskan kaedah tafakur, hlm 65, & Zaharuddin Abd. Rahman, 2008, *Formula Shalat Sempurna*, hlm 127.

²³ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, hlm 66.

²⁴ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, hlm 66.

itu, amalan bertafakur dalam pelaksanaan shalat dilihat sebagai mekanisma penting bagi melahirkan emosi-emosi tersebut. Ilmu yang terhasil daripada perbuatan tafakur akan membentuk kesedaran tetentu seperti bentuk-bentuk emosi dalam diri seseorang Muslim.²⁵

Bagi melahirkan rasa khusyuk seseorang Muslim yang ingin memulakan shalat mestilah mengadap kiblat kerana ia adalah lambang hati seseorang Muslim menghadap Allah SWT.²⁶ Selain itu, rukun shalat yang lain seperti rukuk dan sujud melambangkan kehinaan dan rendahnya darjat seseorang Muslim di hadapan Allah SWT manakala bacaan dalam shalat pula dibaca dengan penuh takzim sebagai lambang rasa syukur dan *ubudiyah* seseorang hamba kepada Allah SWT.²⁷

Sa'id Hawwa menjelaskan seseorang Muslim yang menunaikan shalat mestilah menghayati konsep ihsan iaitu merasakan kehadiran Allah SWT di sisi.²⁸ Konsep ihsan ini dapat dilihat pada pergerakan sujud seseorang Muslim kerana ketika bersujud ialah saat seseorang hamba berada paling dekat dengan Allah SWT.²⁹

Hal ini mewujudkan perasaan malu seseorang Muslim kepada Allah SWT sehingga dapat menunaikan shalat yang terbaik di hadapan Allah SWT.³⁰ Setelah selesai menunaikan shalat seseorang Muslim seharusnya menerapkan dan menjiwai kaedah istighfar, bertaubat dan berdoa agar Allah SWT mengampunkan segala dosa yang pernah dilakukan selama ini.³¹ Amalan berdoa ini sangat penting kerana ia menjadi ikatan perhubungan antara seseorang hamba dengan Allah SWT dan pelengkap bagi ibadah shalat yang dilaksanakan oleh seseorang Muslim.³² Hal ini dijelaskan di dalam al-Quran.

Firman Allah SWT dalam Surat al-Ghafir 24:60:

وَقَالَ رَبُّكُمْ ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ إِنَّ الَّذِينَ يَسْتَكْبِرُونَ عَنْ عِبَادَتِي سَيَدْخُلُونَ جَهَنَّمَ

دَاخِرِينَ ﴿٦٠﴾

Maksudnya:

"Dan Tuhan kamu berfirman: Berdo'alah kamu kepadaKu nescaya Aku perkenankan do'a permohonan kamu. Sesungguhnya orang-orang yang sombong takbur daripada beribadat dan berdo'a kepadaKu, akan masuk neraka Jahannam dalam keadaan hina".

Nilai tasawuf yang wujud dalam shalat seseorang Muslim berperanan menyucikan jiwa dan merealisasikan sifat-sifat mulia ke dalam diri seseorang Muslim tersebut. Kesempurnaan shalat akan melindungi diri seseorang Muslim daripada melakukan kemungkaran dan sifat keji.³³

3.3. Penyucian Melalui Pendekatan Muhasabah dalam Penghayatan Shalat

Perbincangan ini mempertengahan pendekatan muhasabah kepada bentuk-bentuk, cara-cara dan lapangan sebagai satu rangkaian untuk menguatkan ibadah shalat umat Islam dalam kehidupan harian. Ianya memberi kesan terhadap jiwa seseorang Muslim daripada segala amalan yang dilakukan samada baik ataupun buruk.

Firman Allah SWT tentang pendekatan muhasabah:

يَوْمَ يَبْعَثُهُمُ اللَّهُ جَمِيعًا فَيُنَبِّئُهُم بِمَا عَمِلُوا أَحْصَاهُ اللَّهُ وَنَسُوهُ وَاللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ شَهِيدٌ ﴿٦١﴾

Maksudnya:

"Semasa mereka semuanya dibangkitkan hidup semula oleh Allah (pada hari kiamat), lalu diterangkan kepada mereka segalam yan mereka telah kerjakan. Allah telah menghitung amal-amal mereka itu satu persatu, sedang mereka telah melupakannya. Dan (ingatlah), Allah menjadi saksi akan tiap-tiap sesuatu."

²⁵ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, hlm 66, & Zaharuddin Abd. Rahman, 2008, hlm 128.

²⁶ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

²⁷ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

²⁸ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

²⁹ Hamdi Rahman, M.Y, Mazlah, Y. & Masthurhah, I, 2013, hlm 74, & Syeikh Abdus Samad al-Jawi al-Palembani, 2008, *Siyarus Salikin Ilaa Ibadatti Rabbil Alamin*, Jil. 1, Taqiq Syed Ahmad Semait, Singapura, Pustaka Nasional Pte Ltd, hlm 133.

³⁰ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, hlm 175.

³¹ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, 175.

³² Masuriyati Yahya & Che Zarrina Sa'ari, 2016, Program zikrullah dan aktiviti kerohanian asas pembangunan spiritual golongan belia perlu perhatian (PP) dalam merealisasikan gagasan Negara zikir Brunei Darussalam, *GJAT* 6(1): 101-112, hlm 108, & Fariza Md Sham & Zakaria Stapa, 2011, Metodologi dakwah kepada remaja: pendekatan psikologi dakwah, *Jurnal Al-Hikmah* 3: 145-166, hlm163.

³³ Che Zarrina Sa'ari & Sharifah Fatimah Syed Omar, 2014, Implementasi tasawuf dalam penghayatan rukun Islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa (Tazkiyah al-Nafs) menurut Sa'id Hawwa, *MANU* 20: 165-185, hlm 176.

³⁴ Al-Quran, al-Mujadalah 58:6.

Para ulama menyarankan tiga bentuk pendekatan muhasabah yang bersesuaian yang dapat dilaksanakan oleh umat Islam antaranya iaitu:

a. Merasai Muraqabah

Bentuk yang pertama ialah merasai muraqabah (pengawasan) Allah SWT ke atas hambanya. Hal ini bermaksud tidak ada satu perkara yang tersembunyi daripada pengetahuan Allah SWT kerana Dialah yang Maha Mengetahui apa yang terdapat dalam hati kecil manusia dan lintasan hati mereka. Seseorang Muslim mestilah merasakan apa-apa lafaz atau kalimah yang dituturkan olehnya sentiasa dicatat oleh malaikat Raqib dan Atiq. Kewujudan perasaan seumpama ini sudah cukup untuk menyedarkan seseorang Muslim daripada kelalaian. Ia juga akan menyebabkan seseorang Muslim gerun jika melakukan sesuatu dosa.³⁵

b. Mengingati Hari Akhirat

Bentuk yang kedua ialah seseorang Muslim perlulah mengingati hari akhirat dan soal jawab pada hari akhirat. Setiap amalan kebaikan dan keburukan yang dilakukan pasti akan dihitung pada hari akhirat kelak oleh Allah SWT. Pada hari tersebut orang-orang yang melakukan dosa akan menyesal yang amat sangat. Seseorang Muslim akan melihat segala catatan amalan yang dilakukannya samada dosa atau pahala walau sebesar zahrah sekalipun.³⁶

c. Mengkaji Sirah Rasulullah, Para Sahabat dan Salafus Shaleh

Bentuk yang ketiga ialah seseorang Muslim mengkaji sirah Rasulullah SAW, para sahabat dan salafus soleh untuk melihat bagaimana kesungguhan mereka melakukan ibadah untuk mendapatkan keredhaan Allah SWT semata-mata. Dengan cara ini seseorang Muslim akan mendapati dirinya masih banyak kekurangan dalam melakukan amal ibadat dalam kehidupan seharian berbanding dengan amal ibadat yang dilakukan oleh orang-orang soleh terdahulu.³⁷

Selain itu, empat cara-cara pendekatan muhasabah yang disarankan oleh para ulama antaranya iaitu:

1. *Meneliti Ibadah Fardhu.*

Cara yang pertama muhasabah yang perlu dilakukan oleh seseorang Muslim ialah meneliti ibadah fardhu yang dilakukan merupakan kaedah muhasabah ke atas diri sendiri (muhasabah al-nafs). Penunaian ibadah fardhu dengan sebaik-baiknya oleh seseorang Muslim sewajarnya disyukuri. Jika gagal menunaikan kewajipan tersebut maka dia mestilah berusaha untuk menggantikannya (qada). Amalan-amalan sunat mestilah dilakukan untuk menampung ibadah fardhu yang masih belum lengkap. Pemerhatian seseorang Muslim yang telah atau belum melakukan perbuatan maksiat pula, beliau akan memikirkan tentang azab dan seksaan Allah SWT ke atas dirinya di akhirat kelak.³⁸

2. *Melihat Dosa-dosa yang Lalu.*

Cara yang kedua ialah seseorang Muslim bermuhasabah terhadap dosa-dosa yang lalu yang dilakukannya. Jika beliau melakukan dosa-dosa yang lalu, beliau hendaklah mengatasinya dengan cara bertaubat, beristighfar dan melakukan kebaikan-kebaikan yang boleh menghapuskan dosa yang dilakukannya.³⁹

3. *Terhadap Kelalaian Yang Dilakukan.*

Cara yang ketiga ialah seseorang Muslim bermuhasabah atas kelalaian yang dilakukannya. Jika seseorang Muslim mendapati dirinya lalai daripada beribadat kepada Allah SWT, maka dia hendaklah menampung kelalaian itu dengan zikir dan mengingati Allah SWT dalam setiap perkara.⁴⁰

4. *Setiap Anggota Badan.*

Cara yang keempat ialah seseorang Muslim bermuhasabah atas setiap percakapan yang dituturkan, setiap perjalanan yang dilakukan oleh kedua-dua kakinya, setiap perbuatan yang dilakukan oleh kedua tangannya dan setiap pendengaran yang didengari oleh telinganya. Apakah aku inginkan dengan melakukan ini? Untuk siapa aku melakukan sedemikian? Apakah perbuatan yang sepatutnya aku lakukan?⁴¹

³⁵ Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, Batu Caves, Al-Hidayah House Publishers Sdn Bhd, hlm 695, & Ramlee Mat Amin, 2015, *Pembentukan Akhlak (Kupasan Dari Ihya' Ulumuddin Imam al-Ghazali)*, Rawang, Nadi Minda Resources, hlm 525.

³⁶ Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, Batu Caves, Al-Hidayah House Publishers Sdn Bhd, hlm 696, & Mardzela Maksin, Ab. Halim Tamuri, Mohd Aderi Che Noh & Mohamad Fadhli Ilias, 2012, *Hisbah pembelajaran sendiri dalam Pendidikan Islam, Journal of Islamic and Arabic Education* 4 (1): 45-60, hlm 49, & Ramlee Mat Amin, 2015, *Pembentukan Akhlak (Kupasan Dari Ihya' Ulumuddin Imam al-Ghazali)*, hlm 525.

³⁷ Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, hlm 697.

³⁸ Salasiah Hanin Hamjah, 2016, *Pendekatan Kaunseling Spiritual Menurut Al-Ghazali*, Kuala Lumpur, Dewan Bahasa dan Pustaka, hlm 116, & Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*, Jil. 1, T.tp, hlm 83.

³⁹ Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*, Jil. 1, hlm 83, & Izzah Nur Aida Zur Raffar, 2016, *Pendekatan tazkiyah al-nafs dalam menangani isu personaliti bapa dalam keluarga, Prosiding Seminar Antarabangsa Kaunseling Islam 2016: Kaunseling Islam Membina Kesejahteraan Ummah*, hlm 217-223, hlm 219.

⁴⁰ Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, hlm 83.

⁴¹ Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*, Jil. 1, T.tp, hlm 83, & Ramlee Mat Amin, 2015, *Pembentukan Akhlak (Kupasan Dari Ihya' Ulumuddin Imam al-Ghazali)*, Rawang, Nadi Minda Resources, hlm 528-529, & Hanafi

Pandangan para ulama dalam lapangan pendekatan muhasabah yang disarankan mengandungi empat iaitu:

1. *Terhadap Maksiat Zahir dan Batin*

Lapangan muhasabah diri yang pertama ialah muhasabah terhadap maksiat zahir dan batin yang perlu dilakukan oleh orang-orang yang melakukan penyucian jiwa. Dosa yang nyata dan tersembunyi merangkumi dosa-dosa kecil dan dosa besar, sebagaimana juga merangkumi maksiat hati seperti hasad, dengki, buruk sangka, menghina orang lain dan lain-lain. Taubat seseorang daripada perkara ini semua tidak akan terealisasi melainkan dengan menyesal kerana melakukan dosa, memuhasabah dan mencela diri, berhenti dari melakukannya dan berazam untuk tidak mengulanginya semula pada masa akan datang.⁴²

2. *Ke Atas Niat dan Qasad*

Lapangan muhasabah diri yang kedua ialah muhasabah ke atas niat dan qasad. Ibn Qayyim menghuraikan konsep muhasabah ke atas niat dan qasad ialah seseorang Muslim merenung dan memerhatikan kemahuan dan kehendaknya yang pertama. Oleh itu perbuatan yang diniatkan tidak boleh dilakukan melainkan ada manfaat dan jika tiada manfaat hendaklah ditinggalkan begitu sahaja.⁴³ Amalan yang dilakukan tadi hendaklah dimuhasabah dengan serta merta dibimbangi wujudnya perasaan riak maupun ego dalam diri seseorang Muslim.⁴⁴

3. *Amalan Ketaatan*

Lapangan muhasabah diri yang ketiga ialah seseorang Muslim perlu bermuhasabah ke atas amalan ketaatan yang dilakukan pada masa terdahulu yang telah disia-siakan. Kelalaian daripada melaksanakan berbagai-bagai amalan ketaatan adalah penyakit yang kronik yang perlu diawasi oleh setiap orang Islam. Mereka perlu segera merawatnya agar orang Islam bangkit dan segera merebut masa yang disia-siakan sebelum ini.⁴⁵

4. *Nikmat Daripada Allah SWT*

Lapangan muhasabah diri yang keempat ialah seseorang Muslim perlu bermuhasabah terhadap berbagai-bagai nikmat daripada Allah SWT. Antara nikmat yang dianugerahkan oleh Allah SWT ialah nikmat keamanan, kesihatan tubuh badan, masa lapang, anak-anak, zuriat keturunan dan lain-lain. Seseorang akan ditanya tentang sejauh manakah dia telah melaksanakan hak-hak yang berkaitan dengan nikmat-nikmat tersebut. Menurut Ibn Qayyim nikmat yang bakal ditanya pada hari kiamat melibatkan dua bentuk iaitu nikmat yang diperolehi melalui jalan yang halal. Seseorang Muslim yang memperolehi nikmat tersebut akan ditanya adakah beliau telah bersyukur, dari mana sumber nikmat yang diperolehi samada halal atau haram dan penggunaan nikmat tersebut ke jalan yang halal atau haram. Oleh itu seseorang Muslim mestilah bermuhasabah terlebih dahulu di dunia fana ini sebelum dihisab di akhirat kelak.⁴⁶

IV. Kesimpulan Kajian

Shalat merupakan saluran komunikasi hubungan manusia dengan Allah SWT dalam aspek rohani, fizikal, jasmani dan mental. Kewajipan shalat mesti dilakukan dengan penuh keikhlasan dan kejujuran kerana ianya melambangkan kepada agama Allah SWT. Penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat memberi jalan keluar untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT dengan pelbagai kaedah yang dilakukan oleh seseorang Muslim. Bentuk-bentuk muhasabah yang akan membantu seseorang Muslim ialah merasai muraqabah, mengingati hari akhirat dan mengkaji sirah Rasulullah, para sahabat dan salafus soleh. Malahan cara-cara muhasabah dapat membantu seseorang Muslim dalam perkara yang telah berlaku, sedang berlaku dan pada masa akan datang ialah meneliti ibadah fardhu, melihat dosa-dosa yang lalu, menginsafi atas kelalaian yang dilakukan dan merenung setiap anggota badan yang pernah dilakukan. Sementara itu, lapangan muhasabah memberi ruang untuk tebus kesalahan seseorang Muslim dan keazaman yang baru sebagai persediaan hari-hari yang mendatang iaitu penyucian jiwa terhadap maksiat zahir dan batin, memasang niat dan qasad, amalan ketaatan dan bersyukur atas nikmat Allah SWT yang telah diberikan. Oleh itu, dapat disimpulkan bahawa sejumlah penyucian jiwa melalui pendekatan muhasabah dalam penghayatan shalat memberi kesan yang baik sebagai langkah permulaan untuk seseorang Muslim memulakan kehidupan baru dengan memperbaiki segala setiap kesalahan yang dilakukan.

Mohamed, 1998, *Penyakit Rohani & Rawatannya Dalam Islam*, Abdul Majid Jaafar & Norizan Abdullah (pnys), Kepong, Pustaka Haji Abdul Majid, hlm 132-133.

⁴² Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, Batu Caves, Al-Hidayah House Publishers Sdn Bhd, hlm 699.

⁴³ Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*, Jil. 1, hlm 81.

⁴⁴ Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*, hlm 700.

⁴⁵ Basri Ibrahim al-Hasani al-Azhari, Mohd Safri Ali al-Azhari & Ahmad Tarmizi Taha al-Azhari, 2013, hlm 701, & Mardzelah Maksin, Ab. Halim Tamuri, Mohd Aderi Che Noh & Mohamad Fadhli Ilias, 2012, Hisbah pembelajaran sendiri dalam Pendidikan Islam, *Journal of Islamic and Arabic Education* 4 (1): 45-60, hlm 48.

⁴⁶ Ibn al-Qayyim al-Jawiyah, Abu Bakar, T.th, *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*, Jil. 1, T.tp, hlm 84, & Ramlee Mat Amin, 2015, *Pembentukan Akhlak (Kupasan Dari Ihya' Ulumuddin Imam al-Ghazali)*, Rawang, Nadi Minda Resources, 533.

Rujukan

- [1] A. R. H. H. al-Maidani. 1996. *Al-Akhlaq Al-Islamiyyah Wa Ususuha*. Jil. 1. Diamsyq: Dar Al-Qalam.
- [2] B. I. H. al-Azhari, M. S. A. al-Azhari & A. T. T. al-Azhari. 2013. *Pembersihan Jiwa Menurut al-Quran, al-Sunnah & Amalan Salafus Soleh*. Batu Caves: Al-Hidayah House Publishers Sdn Bhd.
- [3] R. Al-Ba'albaki. 1997. *al-Mawrid, Qamus 'Arab-Inklizi*. Beirut: Dar al-'Ilm al-Malayan.
- [4] C. Z. Sa'ari & S. B. S. Muhsin. 2012. Cadangan model psikoterapi remaja Islam berasaskan konsep tazkiyah al-nafs. *Jurnal Usuluddin* 36: 49-74.
- [5] C. Z. Sa'ari & S. F. S. Omar. 2014. Implementasi tasawuf dalam penghayatan rukun Islam dan pengaruhnya kepada penyucian jiwa (Tazkiyah al-Nafs) menurut Sa'id Hawwa. *Jurnal MANU* 20: 165-185.
- [6] F. M. Sham & Z. Stapa. 2011. Metodologi dakwah kepada remaja: pendekatan psikologi dakwah. *Jurnal Al-Hikmah* 3: 145-166.
- [7] H. Mohamed. 1998. *Penyakit Rohani dan Rawatannya Dalam Islam*. A. M. Jaafar & N. Abdullah (pnys). Kepong: Pustaka Haji Abdul Majid.
- [8] M. Y. H. Rahman, Y. Mazlah & I. Masthurhah. 2013. Model penghayatan shalat berasaskan kaedah tafakur. *Journal GJAT* 3(2): 65-78.
- [9] I. N. A. Z. Raffar. 2016. Pendekatan tazkiyah al-nafs dalam menangani isu personaliti bapa dalam keluarga. *Prosiding Seminar Antarabangsa Kaunseling Islam 2016: Kaunseling Islam Membina Kesejahteraan Ummah*, hlm 217-223.
- [10] Jabatan Mufti Kerajaan Negeri Sembilan. 2010. *Peranan penyucian jiwa tazkiyah al-anfus terhadap pembangunan insan dalam masyarakat bertamadun*. <http://www.muftins.gov.my/index.php/arkib2/tarekat-tasawuf/162-koleksi-kertas-kerja/640-peranan-penyucian-jiwa-tazkiyah-al-anfus-terhadap-pembangunan-insan-dalam-masyarakat-bertamadun> (17 Ogos 2016).
- [11] Jabatan Mufti Kerajaan Negeri Sembilan. 2010. *Tazkiyah al-nafs jalan taqarrub kepada Allah*. <http://www.muftins.gov.my/index.php/arkib2/tarekat-tasawuf/162-koleksi-kertas-kerja/628-tazkiyah-al-nafs-jalan-taqarrub-kepada-allah-s-w-t> (17 Ogos 2016).
- [12] M. Yahya & C. Z. Sa'ari. 2016. Program zikrullah dan aktiviti kerohanian asas pembangunan spiritual golongan belia perlu perhatian (PP) dalam merealisasikan gagasan Negara zikir Brunei Darussalam. *GJAT* 6(1): 101-112.
- [13] M. Maksin, A. H. Tamuri, M. A. C. Noh & M. F. Ilias. 2012. Hisbah pembelajaran sendiri dalam Pendidikan Islam. *Journal of Islamic and Arabic Education* 4 (1): 45-60.
- [14] M. Y. Y. M. Yusoff. 2015. *Seindah Shalat Nabi*. Kuala Lumpur: Telaga Biru Sdn. Bhd.
- [15] N. S. M. Akhir & M. A. Sabjan. 2014. Pembangunan modal insan dari perspektif kerohanian agama: Islam sebagai focus. *Journal of Human Capital Development* 7(1): 33-47.
- [16] Ibn al-Qayyim al-Jawziyyah, Abu Bakar. T.th. *Ighathah al-Lahafan Min Masayidi al-Syaitan*. Jil. 1. T.tp.
- [17] R. M. Amin. 2015. Pembentukan Akhlak. Kupasan dari Ihya Ulumudin Imam Al-Ghazali. Rawang: Nadi Minda Resources.
- [18] R. Hamid. 2014. *Penghayatan Shalat*. Sintok: Penerbit Universiti Utara Malaysia.
- [19] S. Hawwa. 2001. *Mensucikan Jiwa Kaedah Tazkiyatun Nafs Bersepadu*. Terj. Aunur Rafiq Shaleh Tamhid. Shah Alam: Pustaka Dini Sdn Bhd.
- [20] S. H. Hamjah. 2016. Kaedah penerapan tazkiyah al-nafs menurut al-Ghazali dalam kaunseling Islam. *Prosiding Seminar Antarabangsa Kaunseling Islam 2016: Kaunseling Islam Membina Kesejahteraan Ummah*, hlm 374-387.
- [21] S. H. Hamjah. 2016. *Pendekatan Kaunseling Spiritual Menurut Al-Ghazali*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- [22] S. H. Hamjah. 2010. Bimbingan spiritual menurut al-Ghazali dan hubungannya dengan keberkesanan kaunseling: satu kajian di pusat kaunseling Majlis Agama Islam Negeri Sembilan (PK MAINS), *Jurnal Islamiyyat* 32: 41-61.
- [23] S. Juaini & A. H. Tamuri. 2008. Shalat dan penghayatan akhlak pelajar Islam luar bandar. *Jurnal YADIM* 10: 43-63.
- [24] S. M. Nor. 2012. *Menyelami Samudera Tasawuf*. Batu Caves: Yamani Angle Sdn Bhd.
- [25] S. A. S. J al-Palembani. 2008. *Siyarus Salikin Ilaa Ibadatti Rabbil Alamin*. Jil. 1. Taqiq Syed Ahmad Semait. Singapura: Pustaka Nasional Pte Ltd.
- [26] Z. A. Rahman. 2008. *Formula Shalat Sempurna*. Kuala Lumpur: Telaga Biru Sdn Bhd.