

JABATAN PERDANA MENTERI
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA

MANUAL
PSIKOSPIRITUAL ISLAM



JABATAN PERDANA MENTERI
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA

MANUAL
PSIKOSPIRITUAL ISLAM

Cetakan Pertama 2025

© Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

Hak Cipta Terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluar ulang mana-mana bahagian artikel, ilustrasi dan isi kandungan buku ini dalam apa jua bentuk dan dengan cara apa jua sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau cara lain sebelum mendapat izin bertulis daripada Ketua Pengarah, Jabatan Kemajuan Islam Malaysia.

Perpustakaan Negara Malaysia **Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan**

MANUAL PSIKOSPIRITUAL ISLAM
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA

Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan
Perpustakaan Negara Malaysia
Rekod katalog untuk buku ini boleh didapati dari Perpustakaan Negara Malaysia

ISBN 978-983-042-739-3

Diterbitkan oleh:
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA
Bahagian Keluarga, Sosial dan Komuniti (KSK),
Aras 4, Blok B, Kompleks Islam Putrajaya,
No.23, Jalan Tunku Abdul Rahman,
Presint 3, 62100, Putrajaya.
Telefon : 03-8870 7000
Faks : 03-8870 7003
E-mel : ukkjakim@islam.gov.my

Dicetak dan Atur huruf oleh:
ARIF CORPORATION SDN BHD
42, Jalan Pengasah 15/13,
Seksyen 15, 40200 Shah Alam,
Selangor
Tel : 03-5513 7242
E-mel : admin@arifcorp.com.my

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Terlebih dahulu saya merakamkan setinggi-tinggi rasa syukur ke hadrat Ilahi. Selawat serta salam buat junjungan Nabi Muhammad S.A.W. Alhamdulilah atas limpah izin-Nya Manual Psikospiritual Islam dapat diterbitkan seperti yang dirancang.

Dalam konteks negara kita Malaysia, didapati penjagaan kesihatan tidak sepenuhnya berada dalam keadaan baik disebabkan masyarakat hari ini sering didedahkan dengan bebanan daripada pelbagai faktor sehingga terganggu rohani dan jasmani. Akibatnya, ia meninggalkan kesan sosio-psikologi yang kompleks kepada masyarakat seterusnya menyebabkan penyakit fizikal dan mental seperti kemurungan dan kegelisahan kian meningkat saban tahun. Perasaan seperti itu bukan sahaja mempengaruhi pertimbangan mental seseorang, malahan membawa kesan negatif pada tubuh seseorang individu. Terapi psikospiritual Islam kini telah diakui dan menjadi semakin popular sebagai salah satu alternatif dalam penjagaan kesihatan masa kini. Antara pendekatan terapi adalah terapi zikir berfungsi sebagai cara untuk mengatasi kecemasan, stres, dan ketegangan batin sebagaimana disebut dalam al-Quran iaitu:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطۡمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكۡرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكۡرِ ٱللَّهِ تَطۡمَئِنُّ ٱلۡقُلُوبُ ٢٨

(Surah ar-Ra'd 13 : 28)

Maksudnya: *(Iaitu) orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan zikrullah, Ingatlah, hanya dengan zikrullah hati akan menjadi tenang.*

Manual ini telah digubal dengan kerjasama sekumpulan penyelidik yang pakar dalam bidang ini agar kandungannya menepati syarak dan tidak bercanggah dengan ajaran Islam. Selain itu, Manual Psikospiritual Islam ini telah disahkan oleh Jawatankuasa Penyelidikan dan Pengurusan Fatwa (JPPF) dan diterima oleh Panel Pakar Syariah (PPS) JAKIM untuk dipraktikkan.

Justeru, saya berharap pendekatan menerusi Terapi Psikospiritual Islam ini berfungsi sebagai mekanisme rehabilitasi berdasarkan kaedah yang digariskan dalam Islam

bersumberkan al-Quran, Sunah dan amalan para Ahli Sunah Waljamaah. Ia turut berperanan sebagai rawatan alternatif untuk membantu permasalahan sosial serta ketidakstabilan mental dan emosi yang dialami oleh mana-mana individu atau kelompok dalam masyarakat setempat.

Akhirnya, saya mengucapkan syabas dan tahniah kepada semua yang telah terlibat dalam menyiapkan Manual ini sama ada secara langsung atau tidak langsung. Harapan saya, Manual ini dapat dimanfaatkan oleh Ahli Terapi Psikospiritual Syarie dan para fasilitator sebagai panduan dan rujukan untuk mengendalikan klien dengan sistematik mengikut prosedur yang telah ditetapkan. Mudah-mudahan semua ini dikira sebagai amal jariah yang berakhir dengan *Mardhotillah* (keredaan Allah) tercapai.

Sekian, Wassalam.

Dato' Dr. Sirajuddin bin Suhaimee

KETUA PENGARAH
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA (JAKIM)

ISI KANDUNGAN

1 BAB **PRINSIP ASAS PSIKOSPIRITUAL ISLAM** 9

1.1 DEFINISI 10
1.2 SEJARAH 10
1.3 TEORI DAN FALSAFAH 11
1.4 PRINSIP 12
1.5 MATLAMAT 12

2 BAB **AHLI TERAPI PSIKOSPIRITUAL SYARIE (ATPS)** 13

2.1 FUNGSI 14
2.2 KELAYAKAN 14
2.2.1 Kelayakan Jasmani 14
2.2.2 Kelayakan Rohani 14
2.2.3 Kelayakan Khusus 14
2.3 TANGGUNGJAWAB 15
2.3.1 Tanggungjawab Ahli Terapi Psikospiritual Syarie 15
2.3.2 Tanggungjawab Terhadap Klien 15
2.3.3 Tanggungjawab Sesama Rakan Ahli Terapi 17
2.3.4 Tanggungjawab Terhadap Masyarakat 17
2.3.5 Tanggungjawab Terhadap Organisasi dan Majikan 17
2.4 CIRI-CIRI 18
2.5 ADAB DAN ETIKA 19

3 BAB **TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM** 19

3.1 PENGENALAN 20
3.2 JENIS TERAPI 20
3.2.1 TERAPI IMAN 20
3.2.2 TERAPI IBADAH 31
3.2.3 TERAPI TASAWUF 50

4 BAB **APLIKASI/PROSES TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM** **61**

4.1 FASA SATU: PRA SESI 62
4.1.1 Persediaan Ahli Terapi Psikospiritual Syarie 62
4.1.2 Persediaan Klien 62
4.1.3 Persediaan Lokasi 62
4.1.4 Persetujuan Termaklum (Informed consent) 63
4.1.5 Saringan 63
4.2 FASA KEDUA: SEMASA SESI TERAPI 64
4.2.1 *Al-Ta`aruf*/Perkenalan 64
4.2.2 *Al-Tafahum*/Saling Memahami 64
4.2.3 *Al-Ta`awun*/Saling Membantu 64
4.3 FASA KETIGA: *MUHASABAH AL-NAFS* (SELF-REFLECTION) 65
4.4 FASA KEEMPAT: *MA`RIFAH AL-NAFS* (SELF-REALIZATION) 65
4.5 FASA KELIMA: *MUJAHADAH AL-NAFS* (SELF-STRUGGLE) 66
4.6 FASA KEENAM: *RIYADAH AL-NAFS* (SELF TRAINING) 67
4.7 FASA AKHIR: *I`ADAH MUHASABAH AL-NAFS* (RE-SELF REFLECTION) 68

5 BAB **PENILAIAN KERESAHAN SPIRITUAL (SPIRITUAL DISTRESS) MELALUI TEKNOLOGI BIOFEEDBACK** **69**

5.1 PENGENALAN 70
5.2 KONSEP PENILAIAN BIOFEEDBACK 70
5.3 KELAYAKAN PENGENDALI 71
5.4 METODE PENILAIAN BIOFEEDBACK 71
5.4.1 Heart Rate Variability (HRV) 71
5.4.2 Galvanic Skin Response (GSR) 72
5.5 METODE PENGUKURAN 72
5.6 SKRIP DAN PROTOKOL BIOFEEDBACK 73
5.7 PAPARAN SKRIN EMWAVE 74
5.8 KEPERLUAN PERALATAN BIOFEEDBACK 75
5.8.1 Alat Biofeeedback ProComp2 (Perisian Biograph & Sensor) 75
5.8.2 Alatan Biofeedback EmWave 75

6 BAB **PENGURUSAN KLIEN** 79

6.1 PENGENALAN 80
6.2 KATEGORI KLIEN 80
6.3 PENETAPAN SESI 80
6.4 PELAKSANAAN SESI 80
6.5 SARINGAN DAN PENILAIAN KLIEN 81
6.5.1 Penilaian Jasmani 81
6.5.2 Penilaian Mental dan Kognitif Klien 81
6.5.3 Penilaian Spiritual Klien 81
6.6 LAPORAN PENILAIAN 81
6.7 PUSAT RUJUKAN 81
6.8 SUSULAN/*FOLLOW UP* 81

7 BAB **KAEDAH PENGGUNAAN MANUAL PSIKOSPIRITUAL ISLAM** 83

7.1 TUJUAN 84
7.2 SKOP PENGGUNAAN MANUAL 84
7.3 TEMPOH TERAPI 84
7.4 PENDEKATAN PELAKSANAAN TERAPI 84
7.5 RUJUKAN (REFERRAL) 85
LAMPIRAN A 86
LAMPIRAN B 92
LAMPIRAN C 93
SEKALUNG PENGHARGAAN 98
BIBLIOGRAFI 101

PENDAHULUAN

Manual ini dibangunkan bertujuan memberikan panduan dan rujukan kepada Ahli Terapi Psikospiritual Syarie dan para fasilitator yang berkaitan. Manual ini telah dibina berpandukan ***Laporan Eksekutif Kajian Hukum Pendekatan `Ilaj Syarie dalam Menangani Gejala Sosial*** oleh pasukan penyelidik dari Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya. Manual ini mengandungi tujuh (7) bab iaitu

- Bab 1: Prinsip Asas Psikospiritual Islam
- Bab 2: Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS)
- Bab 3: Terapi Psikospiritual Islam
- Bab 4: Aplikasi/Proses Terapi Psikospiritual Islam
- Bab 5: Penilaian Keresahan Spiritual (Spritual Distress) melalui Teknologi Biofeedback
- Bab 6: Pengurusan Klien
- Bab 7: Kaedah Penggunaan Manual Psikospiritual Islam

Manual Psikospiritual Islam yang dibangunkan oleh kumpulan penyelidik ini telah disahkan oleh Jawatankuasa Penyelidikan dan Pengurusan Fatwa (JPPF) dan telah diterima untuk diguna pakai Manual ini oleh Panel Pakar Syariah (PPS) Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM).



BAB 1
PRINSIP ASAS PSIKOSPIRITUAL ISLAM

BAB 1 PRINSIP ASAS PSIKOSPIRITUAL ISLAM

1.1 DEFINISI

Psikospiritual; gabungan dua perkataan dalam falsafah iaitu psikologi dan spiritual. Psikospiritual adalah suatu bidang baru yang unik kerana menggabungkan dua aspek utama iaitu pertama, menghubungkan fizikal, minda, jiwa dan spiritual (rohani), manakala kedua, mengukuhkan hubungan antara teori dan praktis. Bidang ini mempunyai kaitan rapat dengan ilmu metafizikal dan psikologikal di samping memperkukuhkan lagi hubungan berkaitan proses mental, pengalaman dan sikap manusia.

Psikologi; satu disiplin ilmu yang melibatkan kajian secara saintifik terhadap proses mental dan perilaku manusia. Ilmu pengetahuan mengenai pelbagai aktiviti manusia termasuklah masalah-masalah yang dihadapi dalam kehidupan seharian dan rawatan-rawatan terhadap masalah tersebut.

Spiritual; bersifat rohani dan jiwa iaitu bukan bersifat fizikal dan jasmani. Disebut juga sebagai rohani/kerohanian. Spiritual; pengerahan seluruh potensi rohaniah dalam diri manusia yang harus tunduk pada ketentuan Syarak dalam melihat segala bentuk hakikat sama ada berkaitan dengan dunia lahiriah mahupun dunia batiniah.

Psikospiritual Islam ialah satu konsep dan kaedah perawatan kecelaruan jiwa (nafs, ruh, qalb), mental (`aql), emosi (`atifah), mahupun perilaku moral (akhlak) berteraskan sumber dan amalan dalam Islam berasaskan al-Quran, Sunah, amalan para ulama Ahli Sunah Waljamaah dan ilmu pengetahuan yang tidak bercanggah dengan prinsip Syariah Islamiah yang bermatlamatkan kebahagiaan dunia dan akhirat.

1.2 SEJARAH

Psikospiritual Islam membincangkan konsep kesihatan jiwa yang melibatkan kecerdasan spiritual, mental (intelek/kognitif), emosi dan juga perilaku (moral/akhlak). Ia juga boleh diaplikasikan untuk tujuan terapi dan penyembuhan pelbagai jenis konflik jiwa, mental, emosi serta tingkah laku insan. Ia pada asasnya berusaha untuk membantu seseorang mengembalikan, memulihkan, menguatkan dan membangkitkan aspek kerohanian seseorang insan sehingga ia mampu menjadi penawar secara semula jadi kepada masalah yang dihadapinya.

Rasulullah SAW juga telah menggunakan terapi tauhid untuk memulihkan masyarakat jahiliah. Pemulihan bermula dengan membetulkan pegangan hidup daripada kufur kepada Iman dan Islam iaitu daripada hidup jahiliah kepada hidup Islam. Pemulihan para sahabat dilakukan secara beransur-ansur selama 13 tahun semasa dakwah Baginda di Kota Mekah. Rasulullah SAW telah berjaya memulihkan para sahabatnya dan melahirkan manusia baru yang berbeza watak dan tingkah lakunya.

Seiring perkembangan ilmu pengetahuan dalam Islam, ilmu tasawuf yang memfokuskan aspek kejiwaan dan sahsiah insan yang didasari ajaran dan amalan Rasulullah SAW dan para sahabat Baginda, telah berkembang dengan pesat sehingga melahirkan ramai para sufi dan karya-karya terkenal yang menjadi rujukan sehingga kini. Setelah sekian lama ilmu tasawuf ini dipelajari dan dipraktikkan oleh masyarakat, disiplin ilmu ini dikembangkan lagi dengan memfokuskan kepada isu spiritual dan psikologi (‘*ilm al-nafs*) yang dikenali sebagai ilmu psikospiritual Islam dan psikoterapi Islam.

Antara tokoh ilmuan yang menjadi rujukan bagi disiplin ilmu ini ialah seperti berikut:

- Al-Muhasibi (781-857 M)
- Al-Junayd (830-910 M)
- Al-Qushayri (986-1074 M)
- Al-Makki (m. 996 M)
- Al-Ghazali (1058-1111 M)
- Al-Kindi (801-866 M)
- Ibn Bajjah (1082-1138 M)
- Al-Razi (864-925 M)
- Ibn Tufayl (1105-1185 M)
- Al-Farabi (872-950 M)
- Ibn Rushd (1126-1198 M)
- Ibn Miskawayh (932-1030 M)
- Fakhr al-Din Al-Razi (1150-1210 M)
- Ibn Sina (980-1037 M)

1.3 TEORI DAN FALSAFAH

Allah SWT mencipta insan dalam keadaan fitrah, suci dan bersih berbekalkan potensi *qalb*, *ruh*, *nafs*, *`aql* dan jasad. Namun, perjalanan hidup insan biasanya dipengaruhi oleh dorongan nafsu, bisikan syaitan dan pengaruh lingkungan sehingga tersasar daripada merealisasikan matlamat kejadian manusia sebagai *ibad al-Rahman* dan *ulu al-albab* ke arah pembentukan *khayr ummah*. Lantaran itu, bimbingan dan terapi berteraskan ilmu tasawuf iaitu *tazkiyah al-nafs* perlu diaplikasikan untuk membimbing insan dalam membangun potensi diri bagi mewujudkan masyarakat sejahtera lagi diredai *Rabbul Izzati.*

Konsep ilmu psikospiritual Islam adalah berasaskan teori dan praktis ilmu tasawuf yang dikembangkan oleh para ulama Ahli Sunah Waljamaah yang dimuatkan dalam kitab-kitab muktabar ilmu tasawuf. Antara karyanya ialah *Ihya’ ‘Ulum al-Din*, *Minhaj al-‘Abidin*, *Minhaj al-‘Arifin* dan *Bidayah al-Hidayah* karya Imam al-Ghazali, *al-Ri’ayah li Huquq Allah*, *Risalah al-Mustarsyidin* dan *al-Wasaya* karya Imam al-Muhasibi, *Qut al-Qulub* karya Imam Abu Talib al-Makki serta *Tanwir al-Qulub* karya Imam Amin al-Kurdi, di samping para ilmuan seperti *Kitab al-Shifa’* karya Ibn Sina, *al-Nafs wa al-Ruh wa Sharh Quwahuma* karya Imam Fakhr al-Din Al-Razi.

1.4 PRINSIP

a) Meyakini bahawa semua penyakit ada ubatnya. Nabi SAW bersabda:

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

Maksudnya: *Allah tidak akan menurunkan sesuatu penyakit melainkan Dia akan menurunkan baginya ubat* [i].

(Riwayat al-Bukhari)

b) Melihat punca penyakit dan terapi secara holistik iaitu jasmani dan rohani;

c) Penggunaan amalan kerohanian harian seperti solat, zikir, ayat al-Quran, riadah, makanan sunah dan lain-lain sebagai kaedah terapi;

d) Dilaksanakan dalam bentuk bimbingan, sokong bantu dan *`ilaj* oleh perawat; dan

e) Terapi lebih mengutamakan *"Client Centred"/*berpaksikan pesakit.

1.5 MATLAMAT

Ilmu psikospiritual Islam bertujuan:

a) Memahami konsep dan aplikasi Psikospiritual Islam;

b) Menghayati konsep keimanan kepada Allah SWT melalui Terapi Rabbani, Terapi Hirasi, Terapi Qur'ani, Terapi Rasuli, Terapi Ukhrawi dan Terapi Taqdiri;

c) Melaksanakan Ibadah kepada Allah SWT melalui Terapi Wuduk, Terapi Solat, Terapi Puasa, Terapi Zakat, Terapi Sedekah, Terapi Haji dan Umrah, Terapi Zikir dan Terapi al-Quran; dan

d) Membersihkan diri daripada sifat mazmumah dan menghiasi diri dengan sifat mahmudah melalui Terapi Taubat, Terapi Sabar, Terapi Syukur, Terapi Tawakal dan Terapi Reda.



BAB 2
AHLI TERAPI PSIKOSPIRITUAL SYARIE (ATPS)

BAB 2 AHLI TERAPI PSIKOSPIRITUAL SYARIE (ATPS)

2.1 FUNGSI

Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) berperanan untuk membantu seseorang/klien bagi mengembalikan, memulihkan, menguatkan dan membangkitkan aspek kerohanian seseorang insan sehingga ia mampu menjadi penawar secara semula jadi kepada masalah yang dihadapinya.

2.2 KELAYAKAN

2.2.1 Kelayakan Jasmani

(a) Sihat tubuh badan jasmani; dan

(b) Tiada kecacatan yang boleh menghalang beliau dari menjalankan tugas sebagai seorang Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS).

2.2.2 Kelayakan Rohani

(a) Dia seorang Ahli Sunah Waljamaah;

(b) Yakin bahawa semua urusan dalam perkhidmatan kejayaan atau kegagalannya adalah semata-mata rahmat dan kurniaan Allah SWT mengikut kudrat dan Iradat-Nya;

(c) Niat terapi dilakukan adalah semata-mata kerana Allah; dan

(d) Berpengetahuan dalam ilmu fardhu ain dan ilmu fardhu kifayah serta beramal dengannya.

2.2.3 Kelayakan Khusus

(a) Berdaftar sebagai ahli Persatuan Psikospiritual Islam Malaysia (IPSA) adalah keutamaan;

(b) Menjalani latihan sebagai Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) berpandukan Modul Kemahiran Psikospiritual Islam yang dibangunkan oleh JAKIM;

(c) Mengikuti latihan sebagai ATPS anjuran JAKIM dan JAIN;

(d) Mengamalkan kaedah Terapi Psikospiritual Islam lebih daripada enam (6) bulan sebagaimana syarat berikut:

i. Mengamalkan zikir-zikir khusus sebagai pendinding diri (contoh rujuk Lampiran A);

ii. Melaksanakan praktikal terapi dengan sekurang-kurangnya enam (6) orang klien;

iii. Berjaya dalam sesi temu duga yang ditetapkan oleh pihak JAKIM dan IPSA; dan

iv. Memperoleh Sijil Pelantikan Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) yang dikeluarkan oleh JAKIM.

2.3 TANGGUNGJAWAB

2.3.1 Tanggungjawab Ahli Terapi Psikospiritual Syarie

Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) hendaklah:

(a) Menjaga tatalaku demi memelihara identiti sebagai seorang ATPS dan integriti perkhidmatan terapi;

(b) Bersahsiah mulia, profesional, bertanggungjawab (akauntabiliti), berdaya saing (competitive) dan berwibawa;

(c) Berusaha menilai dan meningkatkan pengetahuan, kecekapan dan kemahiran;

(d) Menjalankan tugasnya dengan penuh tanggungjawab, objektif dan jujur selaras dengan nilai-nilai murni yang dianjurkan oleh Islam;

(e) Berpakaian kemas, bersih dan menutup aurat pada setiap masa; dan

(f) Memantau perkhidmatan mereka dari masa ke masa oleh jawatankuasa yang dilantik oleh JAKIM bagi mempertingkatkan profesionalisme dan kepercayaan masyarakat.

Ditegah daripada terlibat dengan kegiatan yang menyalahi akidah, perlakuan jenayah dan perkara yang boleh mendatangkan keresahan, ketegangan dan perpecahan dalam kalangan masyarakat.

2.3.2 Tanggungjawab Terhadap Klien

Ahli Terapi Psikospiritual Syaríe (ATPS) hendaklah:

(a) Mencapai persetujuan dengan klien pada peringkat awal sesi terapi mengenai batasan umum kerahsiaan;

(b) Membuat persetujuan dengan klien mengenai kerahsiaan boleh disemak semula dan diubah dengan persetujuan bersama;

(c) Dalam kes yang jelas terbukti bahawa klien atau orang lain berada dalam keadaan bahaya, ATPS hendaklah menggunakan budi bicaranya untuk menjaga kepentingan klien dan orang yang terlibat;

(d) Mengutamakan kepentingan klien, sama ada klien individu atau klien kelompok;

(e) Menghormati privasi klien dan merahsiakan segala maklumat yang diperoleh semasa terapi melainkan maklumat yang akan membahayakan klien atau orang di persekitarannya;

(f) Memahami dan menghormati latar belakang sosio budaya klien;

(g) Semasa menjalankan sesi terapi, ATPS hendaklah memelihara kesejahteraan fizikal dan psikologi klien dan tidak memperalatkan klien untuk kepentingan diri sendiri sama ada dari aspek kewangan, seksual, emosi dan sebagainya;

(h) Menjalankan sesi terapi dengan hikmah dan adil serta tidak dipengaruhi oleh keadaan atau klien;

(i) Membimbing klien ke arah pembentukan sikap bertanggungjawab terhadap tingkah lakunya;

(j) Menghormati keputusan atau penentuan kendiri yang dibuat oleh klien;

(k) Berkhidmat dengan penuh dedikasi, ikhlas, jujur dan profesional;

(l) Menjelaskan kepada klien mengenai keperluan proses dan implikasi perkhidmatan terapi secara jelas dan difahami oleh klien;

(m) Bertawakal dan menyerahkan keputusan kepada Allah SWT setelah berusaha sedaya upaya dalam melaksanakan intervensi dan terapi untuk menyelesaikan masalah klien;

(n) Memastikan bahawa klien tidak menjalani terapi dengan ATPS lain pada masa yang sama;

(o) Sekiranya mengikut pertimbangan ATPS, klien memerlukan perkhidmatan luar daripada bidang kepakarannya, autoriti dan melibatkan perundangan, ATPS hendaklah merujuk klien tersebut kepada pihak yang berkenaan;

(p) Menjalankan sesi terapi di tempat yang selesa, privasi dan tidak menimbulkan fitnah. Klien tidak seharusnya diperhatikan oleh orang luar melainkan dengan kebenarannya, termasuk juga sesi terapi yang dirakam atau ditular (*viral*);

(q) Digalakkan menggunakan instrumen atau alat ukur untuk melihat keupayaan dan perkembangan klien bagi menjadikan perkhidmatan lebih efisien dan profesional;

(r) Tidak boleh mengamalkan, mempersetujui atau menggalakkan diskriminasi berasaskan ras, jantina, agama, status, ideologi, politik, kecacatan, mental atau diskriminasi dalam apa jua bentuk;

(s) Tidak digalakkan memberikan perkhidmatan terapi kepada saudara mara, kawan karib atau sesiapa yang mempunyai hubungan kekeluargaan dengannya atau mempunyai hubungan dengan pihak pentadbiran yang membuat penilaian;

(t) Tidak boleh menghalang klien yang hendak menamatkan sesi terapi atau ingin bertukar kepada ATPS yang lain;

(u) Tidak dibenarkan mengeluarkan apa-apa kenyataan yang boleh menimbulkan fitnah seperti mengatakan klien disihir atau terkena saka;

(v) Tidak dibenarkan menggunakan dan membekal peralatan dan amalan yang bertentangan dengan akidah seperti tangkal azimat, susuk, keris, jampi serapah dan seumpamanya;

(w) Tidak dibenarkan mensyaratkan `pengeras' untuk sesuatu terapi; dan

(x) Tidak dibenarkan memberikan perkhidmatan di luar dari premis yang ditetapkan.

2.3.3 Tanggungjawab Sesama Rakan Ahli Terapi

(a) Mengamalkan akhlak yang baik;

(b) Peka dengan keadaan rakan ahli terapi, bertanggungjawab untuk mencegah dan memperbetulkan perlakuan yang menyalahi etika;

(c) Saling berusaha meningkatkan kecekapan dan profesionalisme masing-masing;

(d) Menghormati, adil dan terbuka terhadap rakan ahli terapi lain; dan

(e) Bersedia untuk mempertahan, membantu dan membela rakan ahli terapi yang teraniaya akibat tuduhan dan tohmahan.

2.3.4 Tanggungjawab Terhadap Masyarakat

(a) Menunjukkan contoh yang terbaik;

(b) Peka dengan keadaan masyarakat sekeliling termasuk memahami dan menghormati unsur sosio-budaya masyarakat setempat;

(c) Mematuhi undang-undang negara dan melaksanakan tugasan berlandaskan undang-undang tersebut;

(d) Sentiasa bersedia membantu; dan

(e) Tidak dibenarkan mengeluarkan hukum dan perkara *khilafiah* yang mengelirukan masyarakat.

2.3.5 Tanggungjawab Terhadap Organisasi dan Majikan

(a) Menjaga kerahsiaan organisasi;

(b) Memberikan komitmen sepenuhnya;

(c) Menjaga profesionalisme perkhidmatan;

(d) Mengikut polisi dan prosedur serta meningkatkan kecekapan dan keberkesanan perkhidmatan;

(e) Menjelaskan bidang kepakaran dan tahap kecekapannya;

(f) Mewujudkan hubungan interpersonal dan persetujuan kerja antara ketua dengan staf mengenai khidmat terapi khususnya mengenai unsur kerahsiaan, perbezaan fakta umum atau peribadi, beban kerja dan akauntabiliti;

(g) Melapor kepada majikan keadaan yang boleh menyebabkan konflik yang merosak atau menyekat keberkesanan perkhidmatan;

(h) Membenarkan diri dinilai secara profesional dari semasa ke semasa;

(i) Bersama-sama bertanggungjawab terhadap peningkatan kerjaya untuk diri dan staf;

(j) Tidak boleh membuat keputusan yang menyentuh perkara dasar kecuali setelah mendapat kelulusan daripada majikan;

(k) Tidak boleh mengeluarkan kenyataan di akhbar kecuali dengan kebenaran majikan; dan

(l) Tidak boleh menyalahgunakan kemudahan dan sumber organisasinya.

2.4 CIRI-CIRI

Antara ciri yang perlu ada pada Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) adalah seperti berikut:

(a) Ikhlas;

(b) Sabar dan tenang;

(c) Lemah lembut dan kasih sayang;

(d) Mesra;

(e) Amanah dan boleh menyimpan rahsia;

(f) Sentiasa ingin membantu;

(g) Benar;

(h) Empati dan simpati; dan

(i) Merendah diri.

2.5 ADAB DAN ETIKA

Antara adab dan etika yang perlu diamalkan oleh Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) adalah seperti berikut:

(a) Menjaga adab dan tatalaku demi memelihara identiti sebagai ATPS dan identiti perkhidmatan psikospiritual Islam;

(b) Berakhlak mulia, profesional, bertanggungjawab (akauntabiliti), berwibawa dan berdaya saing;

(c) Menilai dan meningkatkan pengetahuan, kecekapan dan kemahiran dalam bidang profesion;

(d) Menjalankan tugasnya dengan tanggungjawab, objektif dan jujur selaras dengan nilai murni yang dianjurkan oleh Islam;

(e) Ditegah dari terlibat dengan kegiatan yang menyalahi akidah, perlakuan jenayah dan perkara yang mendatangkan keresahan, ketegangan dan perkara yang boleh mendatangkan perpecahan dalam masyarakat;

(f) Berpakaian menutup aurat, kemas dan bersih;

(g) Menjalankan terapi berdasarkan prosedur dan peraturan yang ditetapkan; dan

(h) Berusaha mengelakkan diri daripada melakukan sebarang perkara yang boleh menimbulkan sebarang fitnah terhadap diri sendiri, profesion dan diri klien.



BAB 3
TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM

3 BAB TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM

3.1 PENGENALAN

Terapi psikospiritual Islam atau juga dikenali sebagai psikoterapi Islam dibangunkan secara asasnya berlandaskan Hadis Jibril AS mengenai rukun agama iaitu Islam, Iman dan Ihsan.

Rukun Islam dihayati melalui konsep pengabdian kepada Allah SWT melalui Terapi Wuduk, Terapi Solat, Terapi Puasa, Terapi Zakat, Terapi Haji dan Umrah, Terapi Sedekah, Terapi al-Quran dan Terapi Zikir.

Rukun Iman dihayati melalui konsep penghayatan akidah yang diaplikasikan melalui Terapi Rabbani, Terapi Hirasi, Terapi Qur'ani, Terapi Rasuli, Terapi Ukhrawi dan Terapi Taqdiri.

Penghayatan konsep Ihsan melalui pembersihan jiwa menggunakan kaedah antaranya ialah Terapi Taubat, Terapi Sabar, Terapi Syukur, Terapi Tawakal dan Terapi Reda.

3.2 JENIS TERAPI

3.2.1 TERAPI IMAN

Terapi Iman dilaksanakan dengan menumpukan kepada aspek penghayatan akidah. Terapi Iman ialah satu kaedah terapi keimanan dan ketakwaan untuk individu yang berhadapan dengan penyakit berkaitan pemikiran, kepercayaan (*belief system*) dan pegangan seseorang. Asas kepada pendekatan terapi keimanan ialah model rawatan Rasulullah SAW. Ia terbukti berjaya sehingga mampu memulihkan para sahabat yang hidup dalam keadaan kufur dan syirik pada zaman jahiliah sehingga menjadi sebaik-baik manusia di muka bumi. Empat (4) asas utama:

i. Iman dan Takwa;
ii. Ilmu;
iii. Ibadah; dan
iv. Fikir dan Zikir.

Jiwa sihat ditandai dengan iman yang kukuh dan mantap. Iman ialah:

i. Usaha para *'abid* untuk membentuk hubungan dengan Allah SWT melalui ibadah;

ii. Suatu bentuk pengaplikasian sistem nilai yang terkandung dalam Islam yang membawa ke darjat takwa.

Kepentingan Terapi Iman

i. Mukmin meyakini dirinya sentiasa dalam kawalan dan pemantauan (monitoring) Allah SWT;

ii. Mukmin akan sentiasa berusaha beribadah kepada Allah SWT;

iii. Mukmin akan sentiasa meredai qada dan qadar Allah SWT;

iv. Mukmin akan sentiasa menghindari maksiat; dan

v. Mukmin akan merasa selesa, tenang, damai dan bahagia.

Terapi Iman dilaksanakan melalui Terapi Rabbani, Hirasi, Qurani, Rasuli, Ukhrawi dan Taqdiri seperti berikut:

3.2.1.1 Terapi Rabbani

a. Konsep

Suatu usaha menanam keyakinan dalam diri bahawa tiada Tuhan yang berhak disembah melainkan Allah SWT.

Firman Allah SWT:

قُلْ هُوَ ٱللَّهُ أَحَدٌ ۝١ ٱللَّهُ ٱلصَّمَدُ ۝٢ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ ۝٣ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ كُفُوًا أَحَدٌۢ ۝٤

Maksudnya: *Katakanlah (wahai Muhammad), " Dialah Allah yang Maha Esa". Allah yang menjadi tumpuan sekalian makhluk untuk memohon sebarang hajat. Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakkan. Dan tidak ada sesiapa pun yang setara dengan-Nya.*

(Surah al-Ikhlas 112 : 1-4)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS hendaklah memberi kefahaman dan menggalakkan klien supaya:

i. Menanam rasa "tiada tempat bergantung melainkan Allah SWT";
ii. Mensucikan, memuji dan membesarkan Allah SWT. Firman Allah SWT:

ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ ٱللَّهِۗ أَلَا بِذِكْرِ ٱللَّهِ تَطْمَئِنُّ ٱلْقُلُوبُ ۝٢٨

Maksudnya: *(Iaitu) orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan zikrullah. Ingatlah, hanya dengan zikrullah hati akan menjadi tenang.*

(Surah ar-Ra`d 13 : 28)

iii. Bermunajat kepada Allah SWT. Firman Allah SWT:;

قُلِ ٱدْعُواْ ٱللَّهَ أَوِ ٱدْعُواْ ٱلرَّحْمَٰنَ ۖ أَيًّا مَّا تَدْعُواْ فَلَهُ ٱلْأَسْمَآءُ ٱلْحُسْنَىٰ ۚ وَلَا تَجْهَرْ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتْ بِهَا وَٱبْتَغِ بَيْنَ ذَٰلِكَ سَبِيلًا ﴿١١٠﴾

Maksudnya: *Katakanlah (wahai Muhammad) "Serulah Allah atau serulah ar-Rahman. Dengan nama yang mana-mana sahaja dapat kamu seru, (kerana kedua-dua nama itu adalah baik belaka) Dia mempunyai al-Asmaul Husna (nama-nama yang terbaik). Dan janganlah kamu meninggikan suaramu dalam solatmu dan janganlah pula merendahkannya dan carilah jalan tengah antara kedua-dua itu.*

(Surah al-Isra' 17 : 110)

iv. Berdoa kepada Allah SWT;

v. Bertawakal kepada Allah SWT; dan

vi. Antara zikir yang boleh diamalkan ialah:

Bertahlil	لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ	33 kali
Bertasbih, tahmid dan takbir	سُبْحَانَ اللهِ اَلْحَمْدُ للهِ اللهُ أَكْبَرُ	33 kali
Berzikir *Ism al-Dhat*	اللهُ اللهُ	33 kali

3.2.1.2 Terapi Hirasi

a. Konsep

Suatu usaha menanam keyakinan dalam diri bahawa malaikat mengawasi dan mencatat setiap perbuatan manusia. Penggunaan istilah Hirasi merujuk kepada perkataan *al-Hirasah* (الحِرَاسَةِ) yang bermaksud pengawasan.

Firman Allah SWT:

ءَامَنَ ٱلرَّسُولُ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡهِ مِن رَّبِّهِۦ وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۚ كُلٌّ ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ لَا نُفَرِّقُ بَيۡنَ أَحَدٖ مِّن رُّسُلِهِۦۚ وَقَالُواْ سَمِعۡنَا وَأَطَعۡنَاۖ غُفۡرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيۡكَ ٱلۡمَصِيرُ ٢٨٥

Maksudnya: *Rasul (Muhammad) telah beriman dengan al-Quran yang diturunkan kepadanya oleh Tuhannya, demikian juga orang lain yang turut beriman. Semuanya beriman kepada Allah, para Malaikat-Nya, semua kitab-Nya serta para rasul-Nya. (Mereka berkata), Kami tidak membeza-bezakan antara para Rasul tersebut. Kemudian mereka berkata lagi, "Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami wahai Tuhan kami dan kepada Engkaulah kami kembali.*

(Surah al-Baqarah 2 : 285)

إِذۡ يَتَلَقَّى ٱلۡمُتَلَقِّيَانِ عَنِ ٱلۡيَمِينِ وَعَنِ ٱلشِّمَالِ قَعِيدٞ ١٧ مَّا يَلۡفِظُ مِن قَوۡلٍ إِلَّا لَدَيۡهِ رَقِيبٌ عَتِيدٞ ١٨

Maksudnya: *Semasa dua malaikat (yang mengawal dan menjaganya) menerima dan menulis segala perkataan dan perbuatannya yang satu duduk di sebelah kanannya dan yang satu lagi di sebelah kirinya. Tidak ada suatu kata yang diucapkannya melainkan ada di sisinya Malaikat pengawas yang sentiasa sedia (menerima dan mencatatnya).*

(Surah Qaf 50 : 17-18)

a. Penghayatan dan Aplikasi

i. Menjelaskan peranan malaikat di sisi manusia, terutamanya:

   a. Raqib dan 'Atid yang sentiasa mencatat amalan baik dan buruk setiap orang;

   b. 'Izra'il yang mencabut nyawa manusia apabila tiba masa kematian; dan

   c. Munkar dan Nakir yang bersedia untuk menyoal siasat setiap manusia di alam kubur.

ii. Berazam dan berusaha supaya sentiasa melakukan kebaikan dan meninggalkan kejahatan;

iii. Berazam dan berusaha mengekang kehendak syahwat dan api kemarahan; dan

iv. Antara zikir yang boleh diamalkan ialah:

يَا رَحْمَنَ	33 kali
يَا رَحِيْمَ	33 kali
يَا وَدُوْدَ	33 kali

3.2.1.3 Terapi Qur'ani

a. Konsep

Al-Quran merupakan kalamullah, kitab suci bagi umat Islam, mengandungi wahyu Allah SWT kepada nabi Muhammad SAW melalui perantaraan malaikat Jibril as. Setiap individu perlu sentiasa bersama dengan al-Quran dalam kehidupan tidak kira bagaimana keadaan sekalipun. Pahala diberikan kepada mereka yang membaca, mendengar mahupun melihatnya. Ganjaran membaca al-Quran dikira bukan setakat perkataan bahkan satu huruf, iaitu menyamai sepuluh (10) kebaikan. Selain itu, al-Quran memberikan ketenangan pada emosi dan jiwa buat pembacanya.

b. Penghayatan dan Aplikasi

1. Memupuk keyakinan bahawa al-Quran merupakan mukjizat yang terakhir dan mengandungi petunjuk kehidupan;

2. Al-Quran merupakan penawar bagi segala penyakit rohani dan jasmani kecuali mati;

3. Meyakini dengan membaca dan mendengar bacaan al-Quran mampu untuk memberi impak kepada ketenangan jiwa;

4. Antara cadangan terapi Qur'ani:

    a. Membaca al-Quran setiap hari (sekurang-kurangnya satu muka surat sehari);

    b. Membaca doa atau surah khusus daripada al-Quran, seperti surah al-Fatihah, ayat Kursi, al-Ikhlas, al-*Mu`awwizatain* dan lain-lain;

    c. Membaca surah al-Mulk setiap malam sebelum tidur;

    d. Membaca surah al-Kahfi setiap hari Jumaat; dan

    e. Membaca surah pilihan seperti Yasin/al-Sajadah/al-Waqi`ah/ al-Rahman.

3.2.1.4 Terapi Rasuli

a. Konsep

Suatu usaha menanam keyakinan dalam diri bahawa pengajaran dan panduan yang dibawa oleh para nabi dan rasul dalam semua aspek kehidupan mesti dipelajari, difahami, diaplikasi dan dihayati. Setiap individu perlu menjadikan al-Quran dan Sunah sebagai panduan hidup secara menyeluruh.

Firman Allah SWT:

وَمَا نُرۡسِلُ ٱلۡمُرۡسَلِينَ إِلَّا مُبَشِّرِينَ وَمُنذِرِينَۖ فَمَنۡ ءَامَنَ وَأَصۡلَحَ فَلَا خَوۡفٌ عَلَيۡهِمۡ وَلَا هُمۡ يَحۡزَنُونَ ٤٨

Maksudnya: Dan kami tidak mengutuskan para Rasul itu melainkan untuk memberikan khabar gembira dan memberikan amaran. Kemudian, sesiapa yang beriman dan beramal soleh, maka mereka tidak perlu khuatir (daripada berlakunya kejadian yang tidak baik) terhadap mereka dan mereka tidak akan berdukacita.

(Surah al-An'am 6 : 48)

إِنَّ ٱللَّهَ وَمَلَٰٓئِكَتَهُۥ يُصَلُّونَ عَلَى ٱلنَّبِيِّۚ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ صَلُّواْ عَلَيۡهِ وَسَلِّمُواْ تَسۡلِيمًا ٥٦

Maksudnya: Sesungguhnya Allah dan para Malaikat-Nya berselawat (memberi segala penghormatan dan kebaikan) kepada Nabi (Muhammad). Wahai orang yang beriman, berselawatlah kamu kepadanya dan ucapkanlah salam dengan penuh penghormatan kepadanya!

(Surah al-Ahzab 33 : 56)

b. Penghayatan dan Aplikasi

i. Menyemai serta memupuk rasa kasih dan sayang kepada Rasulullah SAW dengan memperbanyakkan selawat;

ii. Berusaha meneladani nabi dan rasul, terutama Rasulullah SAW (peribadi, ucapan, pemikiran dan perbuatan);

عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مَسْعُودٍ قَالَ, قَالَ رَسُولُ اللهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : أَلَا أُخْبِرُكُمْ بِمَنْ يَحْرُمُ عَلَى النَّارِ أَوْ بِمَنْ تَحْرُمُ عَلَيْهِ النَّارُ عَلَى كُلِّ قَرِيبٍ هَيِّنٍ سَهْلٍ

Maksudnya: D*aripada Abdullah Ibn Mas'ud r.a., beliau berkata, Rasulullah SAW bersabda: "Mahukah aku khabarkan kepada kamu orang yang diharamkan baginya api neraka? Atau orang yang diharamkan baginya disentuh api neraka? (Iaitulah) Setiap orang yang qarib (ramah), hayyin (yang lemah lembut), dan sahl (yang memberi kemudahan).* [ii]

(Riwayat al-Tirmizi)

iii. Antara zikir yang boleh diamalkan ialah:

Selawat	اَللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ	33 kali
Selawat Ibrahimiyyah	اَللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ، وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ، كَمَا صَلَّيْتَ عَلَى سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيْمَ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيْمَ، وَبَارِكْ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا بَارَكْتَ عَلَى سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيْمَ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا إِبْرَاهِيْمَ، فِى الْعَالَمِيْنَ إِنَّكَ حَمِيْدٌ مَجِيْد.	1 kali
Selawat Tafrijiyyah	أَللّٰهُمَّ صَلِّ صَلَاةً كَامِلَةً وَسَلِّمْ سَلَامًا تَامًّا عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدِ الَّذِى تَنْحَلُّ بِهِ الْعُقَدُ وَتَنْفَرِجُ بِهِ الْكُرَبُ وَتُقْضَى بِهِ الْحَوَائِجُ وَتُنَالُ بِهِ الرَّغَائِبُ وَحُسْنُ الْخَوَاتِمِ وَيُسْتَسْقَى الْغَمَامُ بِوَجْهِهِ الْكَرِيْمِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ فِىْ كُلِّ لَمْحَةٍ وَنَفَسٍ بِعَدَدِ كُلِّ مَعْلُوْمٍ لَّكَ.	1 kali

3.2.1.5 Terapi Ukhrawi

a. Konsep

Suatu usaha menanam keyakinan dalam diri bahawa akhirat merupakan tempat kembali setiap insan. Maka, mereka perlu meyakini bahawa setiap perbuatan di dunia akan mendapat balasan yang setimpal di akhirat. Latihan terapi ukhrawi akan menjauhkan insan daripada segala sifat mazmumah yang menjadi punca utama kecelaruan jiwa.

Firman Allah SWT:

۞لَّيْسَ ٱلْبِرَّ أَن تُوَلُّوا۟ وُجُوهَكُمْ قِبَلَ ٱلْمَشْرِقِ وَٱلْمَغْرِبِ وَلَٰكِنَّ ٱلْبِرَّ مَنْ ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَٱلْيَوْمِ ٱلْءَاخِرِ وَٱلْمَلَٰٓئِكَةِ وَٱلْكِتَٰبِ وَٱلنَّبِيِّۦنَ وَءَاتَى ٱلْمَالَ عَلَىٰ حُبِّهِۦ ذَوِى ٱلْقُرْبَىٰ وَٱلْيَتَٰمَىٰ وَٱلْمَسَٰكِينَ وَٱبْنَ ٱلسَّبِيلِ وَٱلسَّآئِلِينَ وَفِى ٱلرِّقَابِ وَأَقَامَ ٱلصَّلَوٰةَ وَءَاتَى ٱلزَّكَوٰةَ وَٱلْمُوفُونَ بِعَهْدِهِمْ إِذَا عَٰهَدُوا۟ ۖ وَٱلصَّٰبِرِينَ فِى ٱلْبَأْسَآءِ وَٱلضَّرَّآءِ وَحِينَ ٱلْبَأْسِ ۗ أُو۟لَٰٓئِكَ ٱلَّذِينَ صَدَقُوا۟ ۖ وَأُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْمُتَّقُونَ ﴿١٧٧﴾

Maksudnya: *Kebaikan itu bukanlah menghadapkan wajahmu ke timur dan ke barat, tetapi sesungguhnya kebaikan itu ialah beriman dengan Allah, hari akhirat, para Malaikat, kitab-kitab, para Nabi dan memberikan harta yang (walaupun) dicintainya kepada kerabatnya, anak-anak yatim, orang miskin, ibnu al-sabil (musafir yang memerlukan pertolongan) dan orang yang meminta-minta dan memerdekakan hamba sahaya, mendirikan solat dan menunaikan zakat dan orang yang menepati janjinya apabila dia berjanji dan orang-orang yang sabar dalam kesempitan, penderitaan dan dalam peperangan. (Orang yang demikian sifatnya) mereka itulah orang yang benar (imannya); dan melakukan kebaikan) dan mereka itulah orang yang bertakwa.*

(Surah al-Baqarah 2 : 177)

وَٱلْءَاخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَىٰٓ ﴿١٧﴾

Maksudnya: *Padahal kehidupan akhirat itu lebih baik dan lebih kekal.*

(Surah al-A'la 87 : 17)

ٱلَّذِينَ يَنقُضُونَ عَهْدَ ٱللَّهِ مِنۢ بَعْدِ مِيثَٰقِهِۦ ۚ وَيَقْطَعُونَ مَآ أَمَرَ ٱللَّهُ بِهِۦٓ أَن يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِى ٱلْأَرْضِ ۚ أُو۟لَٰٓئِكَ هُمُ ٱلْخَٰسِرُونَ ﴿٢٧﴾

Maksudnya: *(Iaitu) orang yang mengingkari perjanjian Allah sesudah diperteguh-Nya dan memutuskan perkara yang diperintahkan Allah untuk diperhubungkan dan mereka pula melakukan kerosakan dan bencana di muka bumi. Mereka itulah orang yang amat rugi.*

(Surah al-Baqarah 2 : 27)

b. Penghayatan dan Aplikasi

i. Memupuk kepentingan beriman kepada hari akhirat;

ii. Menanam keyakinan setiap manusia akan dimatikan dan dibangkitkan pada hari kebangkitan, dihisab dan ditimbang setiap amalannya walaupun sebesar zarah;

iii. Menanam keyakinan setiap perbuatan di dunia akan dibalas dengan pahala dan dosa. Setiap perbuatan yang bertentangan dengan agama akan mendapat seksa kubur dan balasan neraka, manakala setiap perbuatan baik akan mendapat balasan syurga. Antara amalan yang boleh dilakukan ialah dengan membaca Surah al-Mulk dan Surah al-Kahfi.

Dalil amalan Surah al-Mulk: Sabda Rasulullah SAW

إِنَّ سُورَةً مِنَ الْقُرْآنِ ثَلاَثُونَ آيَةً شَفَعَتْ لِرَجُلٍ حَتَّى غُفِرَ لَهُ وَهِيَ سُورَةُ تَبَارَكَ الَّذِى بِيَدِهِ الْمُلْكُ

Maksudnya:*Sesungguhnya ada satu surah daripada al-Quran yang terdiri daripada tiga puluh ayat yang akan memberi syafaat bagi seseorang (yang membacanya) hinggalah dia diampunkan, ia adalah:* [iii]

تَبَارَكَ الَّذِى بِيَدِهِ الْمُلْكُ

(Riwayat al-Tirmizi)

Dalil amalan Surah al-Kahfi: Sabda Rasulullah SAW:

مَنْ حَفِظَ عَشْرَ آيَاتٍ مِنْ أَوَّلِ سُورَةِ الْكَهْفِ عُصِمَ مِنَ الدَّجَّالِ

Maksudnya: *Sesiapa yang memelihara (iaitu memelihara bacaan dengan sentiasa membaca) 10 ayat pertama dari Surah al-Kahfi, maka dia akan dilindungi daripada fitnah Dajjal.*[iv]

(Riwayat Muslim)

v. Antara zikir yang boleh diamalkan ialah:

اللَّهُمَّ أَجِرْنِي مِنَ النَّارِ	Selepas solat 3/7/11 kali
Surah al-Kahfi ayat 1-10	Setiap hari.

3.2.1.6 Terapi Taqdiri

a. Konsep

Suatu usaha menanam keyakinan dalam diri bahawa setiap manusia telah ditentukan takdirnya oleh Allah SWT sejak berusia empat (4) bulan di dalam perut ibu.

Firman Allah SWT:

إِنَّ ٱللَّهَ عِندَهُۥ عِلۡمُ ٱلسَّاعَةِ وَيُنَزِّلُ ٱلۡغَيۡثَۖ وَيَعۡلَمُ مَا فِي ٱلۡأَرۡحَامِۖ وَمَا تَدۡرِي نَفۡسٞ مَّاذَا تَكۡسِبُ غَدٗاۖ وَمَا تَدۡرِي نَفۡسُۢ بِأَيِّ أَرۡضٖ تَمُوتُۚ إِنَّ ٱللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرُۢ ٣٤

Maksudnya: *Sesungguhnya di sisi Allah tersimpan pengetahuan yang tepat tentang hari kiamat. Dia yang menurunkan hujan dan Dialah yang mengetahui apa-apa yang terkandung di dalam rahim (ibu yang mengandung). Dan tidak ada seorang pun yang mengetahui (dengan pasti) apa-apa yang akan diusahakannya esok hari (sama ada baik atau jahat). Dan tidak ada seorang pun yang dapat mengetahui di bumi negeri manakah dia akan mati. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui, lagi amat Meliputi pengetahuan-Nya.*

(Surah Luqman 31 : 34)

لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَاۚ لَهَا مَا كَسَبَتۡ وَعَلَيۡهَا مَا ٱكۡتَسَبَتۡۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذۡنَآ إِن نَّسِينَآ أَوۡ أَخۡطَأۡنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحۡمِلۡ عَلَيۡنَآ إِصۡرٗا كَمَا حَمَلۡتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلۡنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦۖ وَٱعۡفُ عَنَّا وَٱغۡفِرۡ لَنَا وَٱرۡحَمۡنَآۚ أَنتَ مَوۡلَىٰنَا فَٱنصُرۡنَا عَلَى ٱلۡقَوۡمِ ٱلۡكَٰفِرِينَ ٢٨٦

Maksudnya: *Allah tidak membebani seseorang itu melainkan setakat yang terdaya ditanggung olehnya. Dia mendapat pahala bagi kebaikan yang diusahakannya, begitu juga sebaliknya, dia menerima balasan seksa bagi (kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa), "Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau menghukum kami jika kami terlupa atau kami tersalah! Wahai Tuhan, janganlah Engkau timpakan kami dengan*

beban yang berat sebagaimana yang telah Engkau timpakan ke atas orang yang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau timpakan kepada kami beban yang tidak tertanggung oleh kami. Maafkanlah kami, ampunilah kami dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami menghadapi kaum yang kafir ini.

(Surah al-Baqarah 2 : 286)

لَهُۥ مُعَقِّبَٰتٌ مِّنۢ بَيۡنِ يَدَيۡهِ وَمِنۡ خَلۡفِهِۦ يَحۡفَظُونَهُۥ مِنۡ أَمۡرِ ٱللَّهِۗ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوۡمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُواْ مَا بِأَنفُسِهِمۡۗ وَإِذَآ أَرَادَ ٱللَّهُ بِقَوۡمٖ سُوٓءٗا فَلَا مَرَدَّ لَهُۥۚ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِۦ مِن وَالٖ ١١

Maksudnya: Bagi setiap manusia ada para Malaikat yang selalu menjaganya secara bergilir-gilir dari hadapan dan belakangnya. Mereka menjaganya (daripada sesuatu bahaya) atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya dan tidak sekali-kali ada pelindung bagi mereka selain Dia (Allah).

(Surah al-Ra'd 13 : 11)

b. Penghayatan dan Aplikasi

i. Menanam rasa keimanan kepada qadak dan qadar Allah SWT. Nabi SAW bersabda:

لَا يَرُدُّ القَضَاءَ إِلَّا الدُّعَاءُ، وَلَا يَزِيدُ فِي العُمْرِ إِلَّا البِرُّ

Maksud: *Tidak ada yang dapat menolak takdir selain doa dan tidak ada yang dapat memanjangkan umur kecuali amalan baik.*[v]

(Riwayat al-Tirmizi)

ii. Mengajar supaya yakin bahawa hidup ini berlandaskan qada' dan qadar Allah SWT;

iii. Mengingatkan supaya sentiasa reda, sabar, lapang dada dan sebagainya terhadap apa yang terjadi dalam kehidupan;

iv. Berdoa ketika ditimpa musibah. Nabi SAW bersabda:

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ، اللَّهُمَّ أْجُرْنِي فِي مُصِيبَتِي، وَأَخْلِفْ لِي خَيْرًا مِنْهَا

Maksud: *Sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nya kami akan kembali (di hari Kiamat). Ya Allah berilah pahala kepadaku dan*

gantilah untukku dengan yang lebih baik (daripada musibahku).[vi]

(Riwayat Muslim)

v. Menggalakkan supaya sentiasa berusaha, berdoa dan bertawakal kepada Allah SWT dalam melayari kehidupan; dan

vi. Antara zikir yang boleh diamalkan ialah:

Baca doa tawakal	بِسْمِ اللَّهِ تَوَكَّلْتُ عَلَى اللَّهِ، لاَحَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللَّهِ	3 kali
	حَسْبُنَا اللهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ	10/50/100 kali

3.2.2 TERAPI IBADAH

Penghayatan ibadah dilaksanakan dengan menumpukan kepada aspek Terapi Ibadah. Terapi ibadah ialah satu kaedah rawatan asas penghayatan dalam ibadah iaitu terapi wuduk, solat, puasa, zakat, sedekah, haji dan umrah, zikir serta al-Quran.

3.2.2.1 Terapi Wuduk

a. Konsep

ATPS perlu menjelaskan kepada klien bahawa Terapi Wuduk adalah bertujuan membersihkan sesuatu yang tertentu dengan beberapa perbuatan yang tertentu yang dimulakan dengan niat, membasuh muka, membasuh kedua-dua belah tangan, menyapu kepala dan akhirnya membasuh kedua-dua belah kaki mengikut turutan dengan syarat serta rukun yang tertentu.

Firman Allah SWT:

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ إِذَا قُمْتُمْ إِلَى ٱلصَّلَوٰةِ فَٱغْسِلُواْ وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى ٱلْمَرَافِقِ وَٱمْسَحُواْ بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى ٱلْكَعْبَيْنِ ۚ وَإِن كُنتُمْ جُنُبًا فَٱطَّهَّرُواْ ۚ وَإِن كُنتُم مَّرْضَىٰٓ أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ أَوْ جَآءَ أَحَدٌ مِّنكُم مِّنَ ٱلْغَآئِطِ أَوْ لَـٰمَسْتُمُ ٱلنِّسَآءَ فَلَمْ تَجِدُواْ مَآءً فَتَيَمَّمُواْ صَعِيدًا طَيِّبًا فَٱمْسَحُواْ بِوُجُوهِكُمْ وَأَيْدِيكُم مِّنْهُ ۚ مَا يُرِيدُ ٱللَّهُ لِيَجْعَلَ عَلَيْكُم مِّنْ حَرَجٍ وَلَـٰكِن يُرِيدُ لِيُطَهِّرَكُمْ وَلِيُتِمَّ نِعْمَتَهُۥ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ۝٦

Maksudnya: *Wahai orang yang beriman, apabila kamu hendak mendirikan solat (sedangkan kamu berhadas kecil), maka (berwuduklah) iaitu basuhlah mukamu dan kedua-dua belah tanganmu sampai ke siku, sapulah sebahagian daripada kepalamu dan basuhlah kedua-dua belah kakimu sampai ke buku lali dan jikalau kamu berjunub (berhadas besar) maka bersucilah dengan mandi wajib. Dan sekiranya kamu sakit (tidak boleh terkena air) atau dalam keadaan bermusafir atau salah seorang daripada kamu baru kembali dari tempat buang air (tandas) atau menyentuh perempuan dan kamu tidak pula memperoleh air (untuk berwuduk dan mandi), maka bertayamumlah dengan tanah (debu) yang bersih dan sapulah mukamu serta kedua-dua belah tanganmu dengannya (tanah debu itu). Allah tidak ingin menyulitkan kamu tetapi Dia hendak membersihkan (menyucikan) kamu dan menyempurnakan nikmat-Nya kepada kamu supaya kamu bersyukur.*

(Surah al-Maidah 5 : 6)

Terdapat juga hadis Nabi SAW berkaitan wuduk, antaranya:

لَا يَتَوَضَّأُ رَجُلٌ فَيُحْسِنُ وُضُوءَهُ ثُمَّ يُصَلِّي الصَّلَاةَ إِلَّا غُفِرَ لَهُ مَا بَيْنَهُ وَبَيْنَ الصَّلَاةِ الَّتِي تَلِيهَا

Maksudnya: *Tidaklah seseorang Muslim berwuduk dan memperelok wuduknya, kemudian dia mengerjakan solat (sunat wuduk) melainkan Allah akan mengampuni dosa apa yang diantaranya hingga ke solat yang berikutnya.*[vii]

(Riwayat Muslim)

Kelebihan Terapi Wuduk

ATPS perlu menerangkan secara ringkas kepada klien tentang kelebihan dan manfaat wuduk antaranya:

1. Memancarkan cahaya pada anggota wuduk pada hari akhirat;
2. Membersihkan hati daripada sifat buruk dan tercela;
3. Menenangkan fikiran;
4. Menghapuskan dosa dan mengangkat darjat manusia;
5. Meleraikan ikatan syaitan yang membelenggu diri manusia;
6. Membuka pintu ke syurga; dan
7. Memberi manfaat dari sudut kesihatan fizikal;

Antara dalil yang menunjukkan kelebihan Terapi Wuduk, Rasulullah SAW bersabda:

إِذَا تَوَضَّأَ الْعَبْدُ الْمُسْلِمُ أَوِ الْمُؤْمِنُ فَغَسَلَ وَجْهَهُ خَرَجَ مِنْ وَجْهِهِ كُلُّ خَطِيئَةٍ نَظَرَ إِلَيْهَا بِعَيْنَيْهِ مَعَ الْمَاءِ أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ فَإِذَا غَسَلَ يَدَيْهِ خَرَجَ مِنْ يَدَيْهِ كُلُّ خَطِيئَةٍ كَانَ بَطَشَتْهَا يَدَاهُ مَعَ الْمَاءِ أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ فَإِذَا غَسَلَ رِجْلَيْهِ خَرَجَتْ كُلُّ خَطِيئَةٍ مَشَتْهَا رِجْلاَهُ مَعَ الْمَاءِ أَوْ مَعَ آخِرِ قَطْرِ الْمَاءِ حَتَّى يَخْرُجَ نَقِيًّا مِنَ الذُّنُوبِ

Maksudnya:*Apabila seorang hamba Muslim atau Mukmin berwuduk, kemudian dia membasuh wajahnya maka akan keluar dari wajahnya bersama air itu atau bersama titisan air yang terakhir segala dosa yang dilakukan olehnya dengan pandangan kedua matanya. Apabila dia membasuh kedua tangannya maka akan keluar dari kedua tangannya bersama air itu atau bersama titisan air yang terakhir segala dosa yang dilakukan olehnya dengan kedua tangannya. Apabila dia membasuh kedua kakinya maka akan keluar bersama air atau bersama titisan air yang terakhir segala dosa yang dilakukan olehnya dengan kedua kakinya, sampai akhirnya dia akan keluar dalam keadaan bersih daripada dosa-dosa.*[viii]

(Riwayat Muslim)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu menerangkan secara ringkas kepada klien tentang adab wuduk secara umum, antaranya:

i. Bersih daripada najis;

ii. Menutup aurat;

iii. Menghadap kiblat; dan

iv. Tidak bersembang/bercakap.

ATPS perlu membimbing klien berkenaan kaedah dan tatacara wuduk berserta doa. Antara kaedahnya adalah:

i. Menggosok gigi;

ii. Menghadap kiblat;

iii. Basuh kedua-dua tangan sebanyak 3 kali;

iv. Berkumur sebanyak 3 kali, guna tangan kanan;

v. Memasukkan air ke dalam hidung;

vi. Menghembus air dari hidung;

vii. Membasuh muka;

viii. Membasuh tangan kanan hingga ke siku;

ix. Membasuh tangan kiri hingga ke siku;

x. Menyapu air ke kepala;

xi. Membasuh kedua-dua telinga;

xii. Membasuh kaki kanan dan kaki kiri; dan

xiii. Membaca doa selepas wuduk.

Praktis Terapi Wuduk

Penjelasan konsep Terapi Wuduk

Kaedah Terapi Wuduk

i. Bersugi/Menggosok gigi:

(Dengan niat membersihkan mulut untuk membaca al-Quran dan berzikir kepada Allah SWT)

ii. Menghadap kiblat:

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيْمِ
رَبِّ أَعُوذُ بِكَ مِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِينِ * وَأَعُوذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُونِ

Dengan nama Allah yang Maha Pengasih, lagi Maha Penyayang.
"Wahai Tuhanku, aku berlindung kepadaMu dari hasutan Syaitan-syaitan.
"Dan aku berlindung kepadaMu, wahai Tuhanku, supaya Syaitan-syaitan itu tidak menghampiriku"

(Surah al-Mukminun 23 : 97-98)

iii. Basuh kedua tangan sebanyak 3 kali:

اَللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْيُمْنَ وَالْبَرَكَةَ وَأَعُوْذُ بِكَ مِنَ النُّؤْمِ وَالْهَلَكَةِ

Ya Allah, sesungguhnya aku memohon kepada-Mu kebaikan dan keberkatan dan aku berlindung dengan Engkau daripada nasib buruk dan kecelakaan.

iv. Berkumur sebanyak tiga (3) kali, guna tangan kanan:

اَللَّهُمَّ أَعِنِّي عَلَى تِلَاوَةِ كِتَابِكَ وَكَثْرَةِ الذِّكْرِ لَكَ.

"Ya Allah, bantulah aku untuk membaca kitab-Mu dan memperbanyakkan zikir kepada-Mu".

v. Memasukkan air ke dalam hidung:

اَللَّهُمَّ أَوْجِدْ لِي رَائِحَةَ الْجَنَّةِ وَأَنْتَ عَنِّيْ رَاضٍ

"Ya Allah, anugerahkan aku dengan haruman syurga dalam keadaan Engkau meredai aku."

vi. Menghembus air dari hidung:

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ مِنْ رَوَائِحِ النَّارِ وَمِنْ سُوْءِ الدَّارِ.

"Ya Allah, aku berlindung dengan Engkau daripada kebusukan neraka dan kejahatan dunia."

vii. Membasuh muka:

اَللَّهُمَّ بَيِّضْ وَجْهِيْ بِنُوْرِكَ يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوْهُ أَوْلِيَائِكَ وَلَا تُسَوِّدْ وَجْهِيْ بِظُلُمَاتِكَ يَوْمَ تَسْوَدُّ وُجُوْهُ أَعْدَائِكَ.

"Ya Allah, serikanlah wajahku dengan cahaya-Mu pada hari Engkau serikan wajah para wali-Mu; dan janganlah Engkau gelapkan wajahku dengan kegelapan-Mu pada hari Engkau gelapkan wajah para musuh-Mu sebagaimana Engkau gelapkan wajah musuh-musuh-Mu."

viii. Membasuh tangan kanan hingga ke siku:

اَللَّهُمَّ أَعْطِنِي كِتَابِي بِيَمِيْنِيْ وَحَاسِبْنِي حِسَابًا يَسِيْرًا.

"Ya Allah, kurniakanlah buku amalanku dengan tangan kananku dan permudahkanlah pengiraan amalanku."

ix. Membasuh tangan kiri hingga ke siku:

اَللَّهُمَّ إِنِّيْ أَعُوْذُ بِكَ أَنْ تُعْطِيَنِيْ كِتَابِي بِشِمَالِي أَوْ مِنْ وَرَاءِ ظَهْرِي.

"Ya Allah, lindungilah aku daripada menerima kitab amalanku dengan tangan kiriku atau pun daripada sebelah belakangku."

x. Menyapu air ke kepala:

اَللّٰهُمَّ غَشِّنِي بِرَحْمَتِكَ وَأَنْزِلْ عَلَيَّ مِنْ بَرَكَاتِكَ وَأَظِلَّنِي تَحْتَ ظِلِّ عَرْشِكَ يَوْمَ لَا ظِلَّ إِلَّا ظِلُّكَ.

"Ya Allah, liputi aku dengan rahmat-Mu dan limpahkanlah aku dengan keberkatan-Mu. Dan bayangilah aku di bawah bayangan Arasy-Mu pada hari yang tidak ada bayangan melainkan bayangan daripada-Mu."

xi. Membasuh kedua telinga:

اَللّٰهُمَّ اجْعَلْنِيْ مِنَ الَّذِيْنَ يَسْتَمِعُوْنَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُوْنَ أَحْسَنَهُ اَللّٰهُمَّ أَسْمِعْنِي مُنَادِيَ الْجَنَّةِ مَعَ الْأَبْرَارِ

"Ya Allah, jadikanlah aku dalam kalangan orang yang mendengar seruan Engkau dan mengikuti yang terbaik. Ya Allah perdengarkanlah kepadaku penyeru syurga bersama-sama orang yang baik."

xii. Membasuh kaki kanan dan kaki kiri:

أَعُوْذُ بِكَ أَنْ تَزِلَّ قَدَمَيَّ عَنِ الصِّرَاطِ يَوْمَ تَزِلُّ فِيْهِ أَقْدَامُ الْمُنَافِقِيْنَ.

"Aku berlindung kepada-Mu daripada tergelincirnya tumitku dari atas titian neraka, pada hari tergelincir tumit orang Munafik."

xiii. Membaca doa selepas wuduk:

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيْكَ لَهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُوْلُهُ، سُبْحَانَكَ اللّٰهُمَّ وَبِحَمْدِكَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ، عَمِلْتُ سُوْءًا وَظَلَمْتُ نَفْسِي أَسْتَغْفِرُكَ، اَللّٰهُمَّ وَأَتُوْبُ إِلَيْكَ فَاغْفِرْ لِي وَتُبْ عَلَيَّ إِنَّكَ أَنْتَ التَّوَابُ الرَّحِيْمُ، اَللّٰهُمَّ اجْعَلْنِي مِنَ التَّوَابِيْنَ وَاجْعَلْنِي مِنَ الْمُتَطَهِّرِيْنَ وَاجْعَلْنِي مِنْ عِبَادِكَ الصَّالِحِيْنَ وَاجْعَلْنِي عَبْدًا صَبُوْرًا شَكُوْرًا وَاجْعَلْنِي أَذْكُرُكَ كَثِيْرًا وَأُسَبِّحُكَ بُكْرَةً وَأَصِيْلًا.

Maksudnya: *Aku naik saksi bahawa tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah yang Tiada sekutu bagi-Nya. Dan aku naik saksi bahawa Nabi Muhammad itu hamba-Nya dan Pesuruh-Nya. Ya Allah, jadikan aku daripada kalangan orang yang bertaubat dan jadikan aku daripada orang yang menjaga kesucian serta jadikan aku daripada hamba-Mu yang soleh. Jadikanlah aku hamba yang banyak bersabar dan bersyukur dan jadikanlah aku banyak mengingati-Mu juga bertasbih kepada-Mu pada waktu pagi dan petang.*

3.2.2.2 Terapi Solat

a. Konsep

Solat bertujuan untuk membersihkan, menguatkan, melapangkan, menyegarkan dan memberikan ketenangan kepada hati. Pada waktu solat, seseorang hamba akan menjadi dekat dengan Allah SWT kerana terdapat hubungan secara langsung. Malah, solat juga mampu mencegah manusia daripada melakukan maksiat kerana maksiat menyebabkan manusia menjadi lemah. Ini adalah kerana setiap anggota badan manusia mempunyai fungsi masing-masing secara fizikal dan spiritual ketika melaksanakan solat.

Firman Allah SWT:

ٱتۡلُ مَآ أُوحِيَ إِلَيۡكَ مِنَ ٱلۡكِتَٰبِ وَأَقِمِ ٱلصَّلَوٰةَۖ إِنَّ ٱلصَّلَوٰةَ تَنۡهَىٰ عَنِ ٱلۡفَحۡشَآءِ وَٱلۡمُنكَرِۗ وَلَذِكۡرُ ٱللَّهِ أَكۡبَرُۗ وَٱللَّهُ يَعۡلَمُ مَا تَصۡنَعُونَ ٤٥

Maksudnya: *Bacalah kitab (al-Quran) yang telah diwahyukan kepadamu (wahai Muhammad) dan dirikan solat (dengan tekun). Sesungguhnya solat itu mencegah daripada perbuatan yang keji dan mungkar. Dan mengingati Allah itu adalah lebih besar (faedah dan kesannya). Dan (ingatlah) Allah mengetahui apa- apa yang kamu lakukan.*

(Surah al-'Ankabut 29 : 45)

Kelebihan Terapi Solat

ATPS perlu menerangkan secara ringkas kepada klien tentang kelebihan solat, antaranya:

1. Medium tafakur melalui bacaan, pengertian, penghayatan hati dan fikiran;
2. Salah satu kaedah untuk muhasabah diri dan mendekatkan diri kepada Allah SWT;
3. Wasilah untuk mengadu dan berdoa kepada Allah SWT;
4. Mendapat ketenangan hati dan kedamaian jiwa; dan
5. Memperoleh kemenangan di dunia dan akhirat.

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien berkenaan kaedah dan tatacara solat:

i. Berdiri tegak dan aturkan pernafasan;

ii. Pandangan mata ditujukan ke tempat sujud;

iii. Menyebut "اللَّهُ أَكْبَرُ"

iv. Membaca Doa Iftitah;

v. Membaca ayat al-Quran;

vi. Rukuk;

vii. Iktidal;

viii. Sujud;

ix. *Tashahhud*; dan

x. Memberi salam.

Praktis Terapi Solat

Penjelasan konsep Terapi Solat

Kaedah Terapi Solat:

i. Muka menghadap kiblat.

- Hadapkan hati kepada Allah SWT;
- Jangan biarkan hati menerawang; dan
- Hala fikiran kepada kesedaran bahawa diri akan berdiri di hadapan Allah SWT pada hari penghisaban.

ii. Berdiri tegak dan aturkan pernafasan.

- Tumpukan fikiran;
- Buangkan segala yang berkaitan dengan keduniaan;
- Hayati rasa takut dan harapan;
- Yakinlah bahawa Allah SWT tidak menolak orang yang berharap dan tidak mengecewakan orang yang bermohon kepada-Nya;
- Berdiri tegak: melatih keseimbangan dan relaksasi (kelonggaran); dan
- Pernafasan teratur: memberi rasa kelegaan terhadap minda.

iii. Pandangan mata ditujukan ke tempat sujud.

- Ketahuilah ketika diri sedang berada di puncak kejayaan, kita tidak boleh sombong dan berbangga kerana akhirnya kita akan kembali ke tanah jua;

- Kedudukan tangan ketika berdiri/*qiyam*: merawat sakit sendi dan mengelakkan *rheumatism*;
- Tumpuan mata: merangsang penumpuan/konsentrasi;
- Mengangkat tangan dan menyebut "اللَّهُ أَكْبَرُ";
- Ingatlah Allah SWT tidak perlukan khidmat mahupun ingatan kita kerana Dia Maha Besar dan Maha Kaya;.
- Ingatlah ibadah yang diwajibkan hanyalah untuk membantu kita menghampiri-Nya demi keampunan dan rahmat-Nya serta menjauhkan daripada kemurkaan juga balasan buruk-Nya;
- Pergerakan mengangkat tangan: melancarkan aliran darah, limpa dan kekuatan otot lengan; dan
- Berdiri/*Qiyam*: menghindarkan sakit sendi terutama di bahagian atas badan.

v. Membaca Doa Iftitah.

- Hayati bahawa solat, ibadah, hidup dan mati kita diserahkan hanya kepada Allah SWT.

vi. Membaca ayat al-Quran.

- Mintalah perlindungan daripada gangguan syaitan yang direjam;
- Yakinlah tiada yang lebih berkuasa melainkan Allah SWT;
- Ingat dan hayatilah janji baik dan janji buruk Allah SWT; dan
- Sematkan azam untuk melaksanakan segala perintah-Nya.

vii. Ketika rukuk.

- Tunduklah kepada Allah SWT dengan rendah hati dan serah patuhlah setiap anggota badan kepada-Nya;
- Sempurnakanlah rukuk dan lupakanlah segala urusan dunia kerana hanya kita sendiri yang boleh menyempurnakan perintah-Nya;
- Harapkanlah keredaan dan rahmat-Nya serta hanya pengampunan-Nya yang dapat melepaskan diri kita daripada hukuman-Nya;
- Rukuk 90 darjah: melegakan sakit pinggang; dan
- Menekan tangan di lutut: menguatkan otot-otot tangan, paha dan betis.

viii. Iktidal.

- Rasailah keagungan Allah SWT; dan
- Pergerakan iktidal: melancarkan organ pencernaan.

ix. Ketika sujud.

- Sujudlah sebagai hamba yang lemah dengan menyedari diri kita yang berasal daripada tanah yang dipijak-pijak oleh semua makhluk-Nya;
- Sedarlah diri kita dijadikan daripada *nutfah* (setitis air mani);
- Pohonlah keampunan daripada-Nya;
- Dekatkan diri kepada-Nya dan lupakanlah segala perkara yang melalaikan, menggusarkan, menyakitkan dan merimaskan; dan
- Sujud: merangsang saraf otak, mengalirkan darah ke otak bagi menghubungkan sel otak dan merangsang ingatan.

x. Ketika *Tashahhud*.

- Puji dan syukurlah kepada Allah SWT;
- Pohonlah diberikan lebih banyak kebaikan dan sentiasa dilimpahi dengan kemuliaan;
- Buanglah sikap kepura-puraan;
- Jadilah hamba yang melaksanakan segala perintah-Nya;
- Sedarlah bahawa Allah SWT mencipta kita sebagai hamba-Nya;
- Sentiasalah berselawat kepada Rasul-Nya kerana Allah SWT mencintai sesiapa yang mencintai Rasul-Nya; dan
- Duduk *iftirash* dengan jari kaki dilipatkan: menekan otot besar paha dapat membakar lemak tepu dan menggalakkan lemak tidak tepu terbentuk, mengurangkan kolesterol, merangsang reproduktif dan memberi gerakan senaman pada tulang pelvis.

xi. Ketika memberi salam.

- Yakinlah bahawa istilah *Salam* (sejahtera) adalah salah satu nama Allah SWT;
- Ketika memberi salam ke kanan: pohonlah kesejahteraan sepanjang solat didirikan;

- Ketika memberi salam ke kiri: pohonlah keselamatan dalam usaha meneroka kehidupan dunia; dan

- Pergerakan salam: senaman tengkuk/leher, mengurangkan tekanan serta merangsang otot dan urat saraf tengkuk/leher.

3.2.2.3 Terapi Puasa

a. Konsep

Puasa dari sudut bahasa bermaksud menahan diri daripada sesuatu. Manakala dari sudut istilah syarak pula bermaksud menahan diri daripada melakukan perkara yang membatalkan puasa bermula dari terbit fajar sadiq (waktu subuh) sehingga terbenam matahari yang disertakan dengan niat. Puasa juga merupakan salah satu daripada rukun Islam yang wajib ditunaikan oleh setiap individu Muslim pada bulan Ramadan.

Firman Allah SWT:

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُتِبَ عَلَيۡكُمُ ٱلصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِكُمۡ لَعَلَّكُمۡ تَتَّقُونَ ١٨٣

Maksudnya:

Wahai orang yang beriman, diwajibkan kamu berpuasa sebagaimana diwajibkan atas umat sebelum kamu mudah-mudahan kamu bertakwa!

(Surah al-Baqarah 2 : 183)

Kelebihan Puasa

ATPS perlu menerangkan secara ringkas kepada klien tentang kelebihan puasa, antaranya:

1. Menghasilkan ketenangan dalam diri;
2. Benteng diri daripada kekuasaan nafsu syahwat serta menghancurkan kehendak diri yang sia-sia;
3. Mendorong anggota badan ke arah kebajikan;
4. Melahirkan rasa simpati terhadap golongan fakir miskin; dan
5. Mendekatkan hubungan antara hamba dengan Allah SWT serta meningkatkan rasa syukur atas nikmat-Nya.

Waktu Puasa

ATPS perlu menjelaskan kepada klien berkenaan waktu yang diwajibkan dan digalakkan untuk berpuasa:

i. Puasa wajib pada bulan Ramadan.

ii. Puasa sunat pada setiap hari Isnin dan Khamis.

Daripada Abu Hurairah r.a., bahawa Rasulullah SAW bersabda:

تُعْرَضُ الأَعْمَالُ يَوْمَ الِاثْنَيْنِ وَالخَمِيسِ، فَأُحِبُّ أَنْ يُعْرَضَ عَمَلِي وَأَنَا صَائِمٌ

Maksudnya: *Setiap amalan dibentangkan pada hari Isnin dan Khamis, maka aku lebih suka supaya amalanku dibentangkan ketika aku sedang berpuasa.*[ix]

(Riwayat al-Tirmizi)

iii. Puasa sunat pada Hari Putih (13, 14 dan 15 haribulan setiap bulan Islam).

Daripada Abdullah bin Umar r.a., Nabi SAW bersabda:

وَصُمْ مِنَ الشَّهْرِ ثَلاَثَةَ أَيَّامٍ، فَإِنَّ الحَسَنَةَ بِعَشْرِ أَمْثَالِهَا، وَذَلِكَ مِثْلُ صِيَامِ الدَّهْرِ

Maksudnya: *Dan berpuasalah pada setiap bulan tiga (3) hari kerana sesungguhnya setiap kebaikan itu digandakan 10 kali ganda seumpamanya dan yang demikian itu adalah seumpama berpuasa ad-Dahr (sepanjang setahun).*[x]

(Riwayat al-Bukhari)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien cara mengawal anggota badan ketika berpuasa:

1. Mendidik hati supaya sentiasa berwaspada terhadap puasanya agar diterima;

2. Memotivasikan diri berusaha memelihara anggota badan daripada maksiat zahir dan batin;

3. Menunduk dan menahan pandangan daripada setiap perkara tercela dan keji seperti melihat perkara yang membangkitkan syahwat serta digantikan dengan melihat perkara yang baik serta bermanfaat;

4. Menjaga lisan daripada berbicara perkara tercela seperti berbohong, mengumpat, mengadu domba, memfitnah dan percakapan yang sia-sia serta menggantikannya dengan berzikir kepada Allah SWT, berselawat, bercakap perkara yang berfaedah ataupun diam;

5. Menjaga telinga daripada mendengar perkara yang dibenci dan haram serta digantikan dengan mendengar sesuatu yang berfaedah seperti bacaan al-Quran, pengajian ilmu atau hiburan yang dibenarkan dalam Islam;

6. Menahan perut daripada makanan, minuman yang haram dan *syubhah* seperti minum arak, mengambil dadah dan menghisap rokok. Sebaliknya, mengambil makanan dan minuman yang halal lagi baik (*halalan tayyiban*) secara tidak berlebihan dan tidak membazir;

7. Menjaga kemaluan daripada perkara yang diharamkan oleh Allah SWT seperti berzina, berjimak di siang hari, beronani dan hubungan luar tabi'e; dan

8. Menahan kaki dan tangan daripada melakukan perbuatan dosa serta dibenci seperti mencuri, memukul dan pergi ke tempat maksiat.

Praktis Terapi Puasa

Penjelasan konsep Terapi Puasa

Pengawalan anggota badan:

- Puasa "hati". Mengawal hawa nafsu;
- Puasa "mata". Mengawal pandangan mata daripada perkara sia-sia;
- Puasa "telinga". Mengawal telinga daripada mendengar perkara melalaikan;
- Puasa "lidah". Mengawal lidah daripada menuturkan perkara tidak berfaedah;
- Puasa "tangan". Mengawal tangan daripada melakukan kejahatan; dan
- Puasa "kaki". Mengawal kaki daripada pergi ke tempat yang tidak bermanfaat.

3.2.2.4 Terapi Zakat

a. Konsep

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang Terapi Zakat.

Zakat berasal dari kata زَكَاةً -يُزَكِّي- زَكًّا yang bermaksud kesuburan, kesucian, keberkatan dan kebaikan yang banyak. Selain itu, zakat juga membawa maksud tumbuh, berkembang, subur atau bertambah dan membersihkan atau menyucikan.

Firman Allah SWT:

مَن جَآءَ بِٱلۡحَسَنَةِ فَلَهُۥ عَشۡرُ أَمۡثَالِهَاۖ وَمَن جَآءَ بِٱلسَّيِّئَةِ فَلَا يُجۡزَىٰٓ إِلَّا مِثۡلَهَا وَهُمۡ لَا يُظۡلَمُونَ ١٦٠

Maksudnya: *Sesiapa yang membawa amal kebaikan (pada hari kiamat), maka baginya (ganjaran) sepuluh kali ganda (daripada kebaikan) yang sama dengannya. Sesiapa yang membawa amal kejahatan, maka dia tidak diberi pembalasan melainkan (kejahatan) yang sama dengannya sedang mereka tidak dizalimi (sedikit pun).*

(Surah al-An'am 6 : 160)

Dari sudut istilah, zakat bermaksud sejumlah harta tertentu yang harus diberikan kepada kelompok tertentu dengan syarat tertentu. Menurut istilah syarak, zakat ialah nama bagi suatu pengambilan tertentu daripada harta yang tertentu, menurut sifat-sifat yang tertentu dan untuk diberikan kepada golongan tertentu.

Bagi istilah sedekah dan infak, sebahagian ulama fiqh mengatakan bahawa sedekah wajib dinamakan zakat, manakala sedekah sunat dinamakan infak. Sebahagian yang lain mengatakan infak wajib dinamakan zakat, manakala infak sunat dinamakan sedekah. Penyebutan zakat dan infak dalam al-Quran disebut dengan beberapa istilah seperti; zakat, (al-Baqarah: 43), infak (al-Taubah: 34), sedekah, (al-Taubah: 104) dan *haq* (al-An'am: 141).

Kelebihan Terapi Zakat

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang kelebihan zakat, antaranya:

1. Memahami tanggungjawab serta makna zakat dan sedekah, kedudukan zakat sebagai salah satu daripada rukun Islam serta cabaran dalam melaksanakannya;

2. Harta yang diinfakkan akan bertambah dan berkembang;

3. Menyucikan harta;

4. Membersihkan hati dan memberi ketenangan kepada jiwa;

5. Melahirkan rasa kecintaan terhadap Allah SWT apabila melaksanakan zakat dan sedekah dengan keikhlasan;

6. Sentiasa menantikan waktu untuk menunaikan zakat dan sedekah kepada mereka yang berhak;

7. Membiasakan diri dengan zakat dan sedekah untuk menghilangkan sifat kedekut dan menyucikan diri daripada sifat mazmumah;

8. Melatih diri menyedari bahawa nikmat harta itu pemberian daripada Allah SWT yang wajib disyukuri; dan

9. Mendidik jiwa supaya tidak riak, sombong, mengungkit dan bangga diri apabila mengeluarkan zakat dan bersedekah.

a. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien tentang kaedah terapi zakat, antaranya:

i. Menunaikan zakat wajib (fitrah, pendapatan, harta simpanan, harta perniagaan, harta pertanian dan sebagainya);

ii. Mengingatkan zakat adalah sebahagian daripada kehidupan; dan

iii. Mengawal anggota badan:

   a. Zakat "hati" melalui tafakur terhadap kebesaran-Nya, kebijaksanaan-Nya, kekuasaan-Nya, nikmat-Nya dan rahmat-Nya;

   b. Zakat "mata" melalui pandangan terhadap perkara kebaikan dan penundukan daripada pandangan nafsu syahwat;

   c. Zakat "telinga" melalui mendengar apa yang membawa kita kepada kejayaan;

   d. Zakat "lidah" melalui percakapan yang membawa kita kepada mendekati-Nya;

   e. Zakat "tangan" melalui kesediaan melakukan kebaikan dan meninggalkan kejahatan; dan

   f. Zakat "kaki" ke arah mengusahakan keislahan hati dan keselamatan agama.

3.2.2.5 Terapi Sedekah

a. Konsep

Sedekah berasal daripada kata bahasa Arab *sadaqah* yang bererti suatu pemberian yang diberikan oleh seorang Muslim kepada orang lain secara spontan dan sukarela tanpa dibatasi oleh waktu dan jumlah tertentu. Sedekah juga bererti suatu pemberian yang diberikan oleh seseorang sebagai kebajikan yang mengharap reda dan pahala daripada Allah SWT semata-mata. Sedekah menurut para fuqaha disebut *sadaqah al-tatawwu'* (sedekah secara spontan dan sukarela).

Firman Allah SWT:

۞لَّا خَيۡرَ فِي كَثِيرٖ مِّن نَّجۡوَىٰهُمۡ إِلَّا مَنۡ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوۡ مَعۡرُوفٍ أَوۡ إِصۡلَٰحِۭ بَيۡنَ ٱلنَّاسِۚ وَمَن يَفۡعَلۡ ذَٰلِكَ ٱبۡتِغَآءَ مَرۡضَاتِ ٱللَّهِ فَسَوۡفَ نُؤۡتِيهِ أَجۡرًا عَظِيمَا ١١٤

Maksudnya: *Tidak ada kebaikan pada kebanyakan bisikan mereka, kecuali bisikan daripada orang yang menyuruh bersedekah atau berbuat kebaikan atau mendamaikan antara manusia. Dan sesiapa berbuat demikian kerana mencari keredaan Allah, maka kelak akan Kami berikan pahala yang besar kepadanya.*

(Surah al-Nisa' 4: 114)

Kelebihan Terapi Sedekah

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang kelebihan terapi sedekah, antaranya:

i. Meluaskan rezeki. (Surah al-Baqarah : 261)

ii. Menolak musibah kepada pengamalnya.

Rasulullah SAW bersabda:

إِنَّ الصَّدَقَةَ لَتُطْفِئُ غَضَبَ الرَّبِّ وَتَدْفَعُ مَيْتَةَ السُّوءِ.

Maksudnya: *Sedekah itu memadam kemurkaan Tuhan dan menolak kematian yang buruk.*[xi]

(Riwayat al-Timizi)

iii. Menyembuhkan penyakit.

Rasulullah SAW bersabda:

عَنِ الْحَسَنِ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ:
وَدَاوُوا مَرْضَاكُمْ بِالصَّدَقَةِ.

Maksudnya: *Daripada Al-Hasan, beliau berkata, Rasulullah SAW bersabda: Ubatilah orang-orang sakit dikalangan kalian dengan bersedekah.*[xii]

(Riwayat Abu Dawud)

iii. Menambah keberkatan dan pahala. (al-Hadid: 7);

iv. Memasuki syurga melalui pintu sedekah.
Rasulullah SAW bersabda:

مَنْ أَنْفَقَ زَوْجَيْنِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، نُودِيَ مِنْ أَبْوَابِ الجَنَّةِ: يَا عَبْدَ اللَّهِ هَذَا خَيْرٌ

Maksudnya: *Sesiapa yang membelanjakan dua dari sesuatu hartanya pada jalan Allah, akan diseru daripada pintu-pintu syurga: "Wahai hamba Allah, ini adalah satu kebaikan.*[xiii]

(Riwayat al-Bukhari)

v. Melembutkan hati.

Rasulullah SAW bersabda:

إِنْ أَرَدْتَ أَنْ يَلِينَ قَلْبُكَ، فَأَطْعِمِ الْمِسْكِينَ، وَامْسَحْ رَأْسَ الْيَتِيمِ

Maksudnya: *Sekiranya kamu ingin melembutkan hatimu, maka berilah makan kepada orang miskin dan usaplah kepala anak yatim.*[xiv]

(Riwayat Ahmad)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien tentang kaedah terapi sedekah, antaranya:

i. Memperbanyakkan sedekah setiap hari, setiap Jumaat, atau mengikut kemampuan, namun kuantiti bukan satu ukuran dalam bersedekah;

ii. Ikhlas kerana Allah SWT; dan

iii. Berusaha menghindari diri daripada perasaan riak, menunjuk-nunjuk pemberian, menyebut dan mengungkit apa yang telah disedekahkan.

3.2.2.6 Terapi Haji dan Umrah

a. Konsep

Menunaikan haji adalah wajib bagi Muslim yang berkemampuan dan memenuhi syarat untuk melaksanakannya. Kelebihan dan hikmah menjalankan Rukun Islam kelima yang berlangsung dalam bulan Zulhijah boleh diaplikasikan untuk tujuan terapi bagi kesihatan spiritual. Manakala umrah yang dihukumkan sunat yang boleh dibuat pada bila-bila masa sahaja juga boleh dicadangkan sebagai terapi.

b. Penghayatan dan Aplikasi

Ahli Terapi perlu membimbing klien tentang kaedah terapi haji dan umrah, antaranya:

i. Menyarankan klien untuk menunaikan haji atau umrah sekiranya berkemampuan;

ii. Melaksanakan ibadah dengan niat tidak akan mengulangi kembali dosa yang telah dilakukan;

iii. Berihram dengan niat membersihkan nafsu dan dosa serta memakai pakaian kebaikan;

iv. Bersa`ie dengan niat menyucikan diri daripada nafsu dan perkara yang dibenci oleh Allah SWT;

v. Melempar jamrah (batu) dengan niat menyingkirkan nafsu dan dosa yang dilakukan; dan

vi. Bercukur dengan niat menghilangkan nafsu dan dosa yang ada dalam diri.

3.2.2.7 Terapi Zikir

a. Konsep

Zikir dari segi bahasa bermaksud sebut dan ingat. Zikir juga didefinisikan sebutan atau lafaz seperti tasbih, tahmid, takbir, tahlil, tamjid, istighfar yang menghubungkan seseorang dengan penciptanya, mengungkapkan dengan lidah dan hati terhadap keagungan sifat-sifat Allah dan mengucapkan selawat serta salam kepada Nabi SAW sebagai penghormatan kepada baginda.
Firman Allah SWT:

وَٱذۡكُر رَّبَّكَ فِي نَفۡسِكَ تَضَرُّعًا وَخِيفَةً وَدُونَ ٱلۡجَهۡرِ مِنَ ٱلۡقَوۡلِ بِٱلۡغُدُوِّ وَٱلۡأٓصَالِ وَلَا تَكُن مِّنَ ٱلۡغَٰفِلِينَ ﴿٢٠٥﴾

Maksudnya: *Dan sebutlah (nama) Tuhan kamu dalam hatimu dengan merendahkan diri dan berasa takut (melanggar perintah-Nya) dan dengan tidak menyaringkan suara, pada waktu pagi dan petang dan janganlah kamu termasuk dalam kalangan orang yang lalai.*

(Surah al- A'raf 7 : 205)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien tentang kaedah terapi zikir, antaranya:

i. Mengingati Allah SWT dalam hati pada setiap masa;

ii. Memperbanyakkan lafaz zikir seperti tasbih, tahmid, tahlil dan takbir;

iii. Melazimi istighfar untuk memohon keampunan daripada Allah SWT dan selawat ke atas Nabi SAW; dan

iv. Berzikir menggunakan nama-nama Allah yang mulia (*Asma' al-Husna*) serta menghayati maknanya.

3.2.2.8 Terapi Al-Quran

a. Konsep

Al-Quran ialah kalamullah yang mengandungi mukjizat, diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW melalui perantaraan Jibril AS, ditulis dalam mushaf dan membacanya adalah ibadah. Terapi al-Quran merupakan petunjuk untuk memahami tabiat manusia sekaligus sebagai pengubat atau terapi kepada jiwa manusia.

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu membimbing klien tentang kaedah terapi al-Quran, antaranya:

i. Membaca al-Quran dijadikan sebagai rutin ibadah harian;

ii. Mematuhi segala perintah dan larangan Allah dalam kehidupan harian seperti yang telah dinyatakan dalam al-Quran;

iii. Mengamalkan ayat-ayat al-Quran untuk penyembuhan segala penyakit rohani dan jasmani khususnya ayat-ayat *syifa'* (penyembuh); dan

iv. Berusaha untuk memperbaiki, mempelajari, memahami, menghayati dan mengamalkan ayat-ayat al-Quran dengan betul dan sempurna.

3.2.3 TERAPI TASAWUF

ATPS perlu menekankan asas penghayatan tasawuf kepada klien dimulai dengan:

i. **Niat**

Klien diminta berniat untuk menyucikan diri daripada segala sifat mazmumah dan menggantikannya dengan sifat mahmudah semata-mata kerana Allah SWT daripada sudut zahir dan batin. Sabda Rasulullah SAW bermaksud: *"Sesungguhnya setiap amalan bergantung kepada niat".* (Hadis riwayat Bukhari dan Muslim)

ii. Usaha

Klien mesti tekad untuk berusaha dan bermujahadah dalam melawan hawa nafsu, godaan syaitan dan pengaruh lingkungan negatif bagi menggantikan sifat mazmumah kepada sifat mahmudah semata-mata kerana Allah SWT. Hadis Rasulullah SAW bermaksud: *"Tidak (sempurna) iman seseorang kamu sehingga hawa nafsunya (kemahuan dan kecenderungannya) mengikut apa yang aku bawa."* (Hadith Riwayat Bukhari dan Muslim)

Terapi tasawuf dilaksanakan dengan pendekatan terapi taubat, sabar, syukur, tawakal dan reda.

3.2.3.1 Terapi Taubat

a. Konsep

ATPS perlu memimpin klien supaya menyedari, mengaku, berikrar dan menyesali segala perbuatan dosa yang dilakukan serta berjanji tidak melakukan dan mengulangi dosa tersebut. Firman Allah SWT:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ تُوبُوٓاْ إِلَى ٱللَّهِ تَوۡبَةٗ نَّصُوحًا عَسَىٰ رَبُّكُمۡ أَن يُكَفِّرَ عَنكُمۡ سَيِّـَٔاتِكُمۡ وَيُدۡخِلَكُمۡ جَنَّٰتٖ تَجۡرِي مِن تَحۡتِهَا ٱلۡأَنۡهَٰرُ يَوۡمَ لَا يُخۡزِي ٱللَّهُ ٱلنَّبِيَّ وَٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مَعَهُۥۖ نُورُهُمۡ يَسۡعَىٰ بَيۡنَ أَيۡدِيهِمۡ وَبِأَيۡمَٰنِهِمۡ يَقُولُونَ رَبَّنَآ أَتۡمِمۡ لَنَا نُورَنَا وَٱغۡفِرۡ لَنَآۖ إِنَّكَ عَلَىٰ كُلِّ شَيۡءٖ قَدِيرٞ ٨

Maksudnya: "*Wahai orang yang beriman, bertaubatlah kepada Allah dengan taubat nasuha, mudah-mudahan Tuhan kamu akan menghapuskan kesalahan-kesalahanmu dan memasukkan kamu ke dalam syurga yang mengalir di bawahnya beberapa sungai, pada hari ketika Allah tidak mengecewakan Nabi dan orang yang beriman bersama dengannya, sedang cahaya (iman dan amalan soleh) mereka memancar di hadapan dan di sebelah kanan mereka (semasa mereka berjalan), sambil mereka berkata (ketika orang munafik meraba-raba dalam gelap-gelita): "Wahai Tuhan kami, sempurnakanlah untuk kami cahaya*

kami dan ampunkanlah kami! Sesungguhnya Engkau Maha berkuasa atas segala sesuatu."

(Surah al-Tahrim 66 : 8)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu mengajar klien cara untuk bertaubat seperti:

a. Proses Taubat

i. Niat bertaubat semata-mata kerana Allah SWT;

ii. Berikrar dan membuat pengakuan terhadap dosa yang telah dilakukan;

iii. Melakukan mandi taubat seperti yang dianjurkan oleh kebanyakan ulama tasawuf;

iv. Mendirikan solat sunat taubat.

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Saidina Abu Bakr Al-Siddiq r.a., beliau berkata; Aku mendengar Rasulullah SAW bersabda:

مَا مِنْ عَبْدٍ يُذْنِبُ ذَنْبًا فَيُحْسِنُ الطُّهُورَ ثُمَّ يَقُومُ فَيُصَلِّي رَكْعَتَيْنِ ثُمَّ يَسْتَغْفِرُ اللَّهَ إِلاَّ غَفَرَ اللَّهُ لَهُ ثُمَّ قَرَأَ هَذِهِ الآيَةَ وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ إِلَى آخِرِ الآيَةِ

Maksudnya: *Tidak ada seorang hamba yang melakukan satu dosa, lalu dia memperelokkan dalam bersuci dan dia kemudiannya bangun lalu mengerjakan solat dua rakaat dan memohon keampunan kepada Allah melainkan Allah akan mengampunkan dosanya. Kemudian dia membaca ayat ini.*

وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّه

yang bermaksud dan mereka yang apabila melakukan satu dosa atau menzalimi diri mereka kemudian mereka mengingati Allah.[xv] *- Surah Ali Imran:135*

(Riwayat Abu Dawud)

v. Melazimi istighfar;

vi. Berjanji supaya tidak mengulangi dosa dan menuruti hawa nafsu;

vii. Mengelakkan daripada mengambil makanan dan sumber yang syubhah dan haram;

viii. Sentiasa berasa sedih terhadap segala dosa yang telah dilakukan; dan

ix. Istiqamah dalam melakukan suruhan-Nya serta menjauhi larangan-Nya.

b. Selepas bertaubat

i. Sentiasa berusaha memperbaiki perilaku buruk yang telah dilakukan;

ii. Menggantikan perilaku buruk dengan perilaku yang baik;

iii. Sentiasa berasa menyesal secara berterusan terhadap segala dosa yang dilakukan; dan

iv. Berjanji sepenuh hati dengan Allah SWT agar tidak mengulangi dosa tersebut.

Sepuluh syarat Taubat

ATPS perlu menerangkan syarat-syarat taubat yang perlu diikuti kepada klien:

i. Tidak mengulangi dosa;

ii. Tidak menjadikan maksiat sebagai tabiat;

iii. Bertaubat kepada Allah SWT terhadap segala dosa yang telah dilakukan;

iv. Menyesali segala perbuatan dosa;

v. Istiqamah dalam melakukan ketaatan kepada Allah SWT;

vi. Takut akan seksaan;

vii. Bertaubat dengan penuh pengharapan agar diampunkan segala dosa (taubat nasuha);

viii. Mengakui dosa yang telah dilakukan;

ix. Yakin serta reda terhadap segala yang telah ditetapkan oleh Allah SWT; dan

x. Sentiasa melakukan kebaikan agar kebaikan itu menjadi penghapus kepada dosa.

Sepuluh perkara yang perlu dihindarkan

ATPS perlu menerangkan perkara yang perlu dihindari kepada klien:

i. Tidak mengulangi kembali dosa tersebut;

ii. Mengelakkan diri daripada berbicara tentang dosa tersebut;

iii. Mengelakkan diri daripada bergaul dengan pelaku dosa;

iv. Mengelakkan diri daripada melakukan dosa yang serupa;

v. Mengelakkan diri daripada melihat perlakuan dosa tersebut;

vi. Mengelakkan diri daripada mendengar percakapan mengenai dosa tersebut;

vii. Menahan diri daripada melakukan dosa;

viii. Tidak meremehkan perkara taubat;

ix. Melawan sifat malas untuk mematuhi perintah Allah SWT dan meninggalkan segala laranganNya; dan

x. Bertaubat terhadap sikap memandang ringan mengenai taubat.

Amalan penghapus dosa

ATPS perlu mengajar amalan penghapus dosa, antaranya:

i. Berwuduk yang sempurna (lihat 3.2.2.1: Terapi Wuduk);

ii. Melazimkan istighfar;

iii. Berselawat ke atas Rasulullah SAW;

iv. Bersedekah;

v. Bersilaturahim/berukhuwwah (berjabat tangan);

vi. Menunaikan haji dan umrah;

vii. Berpuasa;

viii. Membaca al-Quran;

ix. Berzikir;

x. Melazimkan diri ke masjid; dan

xi. Solat sunat (dhuha, tahajud, tasbih, witir).

3.2.3.3 Terapi Sabar

a. Konsep

ATPS perlu memberi penjelasan dan kefahaman kepada klien tentang sabar.

Sabar ialah menahan diri daripada hawa nafsu serta menekan diri agar tekun dalam beramal. Sabar juga dapat diertikan sebagai bersungguh-sungguh dalam menghadapi dugaan dan ujian yang menimpa dalam kehidupan. Oleh yang demikian, kesungguhan seseorang hamba dalam menahan diri daripada hawa nafsu dan menghadapi ujian akan menumbuhkan ketaatan kepada Allah SWT di samping bersabar dalam membaiki akhlak buruk kepada akhlak yang mulia dalam pergaulan dan kelakuan.

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu menerangkan cara untuk mempraktikkan sabar dengan beberapa kaedah seperti:

i. Menahan diri daripada melakukan perkara yang dilarang oleh Allah SWT;

ii. Sentiasa bersabar dalam mengabdikan diri kepada Allah SWT;

iii. Memaksa diri agar sentiasa mengabdikan diri kepada Allah SWT;

iv. Menahan keinginan hawa nafsu yang bersumberkan daripada hati, rayuan musuh dan keindahan dunia;

v. Menahan anggota badan daripada menuruti hawa nafsu;

vi. Sentiasa berwaspada dalam mengendalikan lidah (kata-kata), hati dan anggota badan;

vii. Sabar dalam mengukuhkan jiwa agar sentiasa beribadah kepada Allah SWT; dan

viii. Menekan diri agar sentiasa bersifat *qana'ah*.

3.2.3.3 Terapi Syukur

a. Konsep

ATPS perlu memberi penjelasan dan kefahaman kepada klien tentang syukur.

Syukur berasal daripada perkataan (*al-shukr*) yang bermaksud ucapan, perbuatan dan sikap berterima kasih atau pujian (*al-hamd*). Dalam ilmu tasawuf syukur bermaksud ucapan, sikap dan perbuatan berterima kasih kepada Allah SWT serta pengakuan yang tulus atas nikmat kurnia yang diberikan-Nya.

Firman Allah SWT:

وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ﴿٧﴾

Maksudnya: *Dan (ingatlah) ketika Tuhanmu memberitahu, Sesungguhnya jika kamu bersyukur, Kami pasti akan menambah (nikmat) kepada kamu dan jika kamu mengingkari (nikmat-Ku) maka sesungguhnya azab-Ku sangat pedih.*

(Surah Ibrahim 14 : 7)

Menurut Imam al-Ghazali, syukur merupakan salah satu maqam (darjat) yang paling tinggi daripada sabar, *khauf* (takut) kepada Allah SWT dan lain-lain. Adapun kesyukuran itu merupakan maqam yang mulia dan darjat yang tinggi sebagaimana firman Allah SWT:

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَكُمُ اللَّهُ حَلَالًا طَيِّبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِن كُنتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴿١١٤﴾

Maksudnya: *Oleh itu, makanlah (wahai orang yang beriman) makanan yang halal lagi baik daripada rezeki yang telah dikurniakan Allah kepada mu dan syukurilah nikmat Allah, jika kamu hanya menyembah kepada-Nya.*

(Surah al-Nahl 16 : 114)

Kelebihan

ATPS perlu menerangkan kelebihan bersyukur, antaranya:

i. Perasaan positif meningkat dan menghindari emosi negatif apabila sentiasa bersyukur;

ii. Menambah nikmat seperti mencapai kebahagiaan, ketenangan dan kegembiraan; (Ibrahim 14 : 7)

iii. Syukur adalah sifat orang beriman; (al-Baqarah 2 : 172)

iv. Faktor mendatangkan reda Allah; (al-Zumar 39 : 7)

v. Penyelamat daripada azab Allah SWT; (al-Nisa 4 : 147)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu menerangkan cara untuk mempraktikkan syukur dengan beberapa kaedah seperti berikut:

i. Menggunakan anggota badan

a) Melakukan sujud syukur. Sujud syukur dilakukan setelah seseorang mendapat nikmat atau dijauhkan daripada musibah dan bencana. Sujud ini hanya dilakukan sekali dan di luar solat.

Daripada Abu Bakrah r.a.:

أَنَّهُ كَانَ إِذَا جَاءَهُ أَمْرُ سُرُورٍ أَوْ بُشِّرَ بِهِ خَرَّ سَاجِدًا شَاكِرًا لِلَّهِ

Maksudnya: *Adalah Nabi S.A.W ketika telah datang sesuatu perkara yang menggembirakan ataupun diceritakan sesuatu yang gembira dengannya akan turun sujud, bersyukur terhadap Allah SWT.*[xvi]

(Riwayat Abu Daud)

b) Memberi sedekah;

c) Bersyukur melalui hati, iaitu mengakui serta menyedari sepenuhnya di dalam hati bahawa segala nikmat yang diperoleh berasal daripada Allah SWT dan tiada seorang pun selain-Nya yang dapat memberikan nikmat itu;

d) Bersyukur dengan lidah, iaitu mengucapkan secara jelas ungkapan rasa syukur itu dengan kalimah *Alhamdulillah* (segala puji bagi Allah); dan

e) Bersyukur dengan amal perbuatan, iaitu dengan menggunakan anggota tubuh untuk melakukan perkara yang baik dan memanfaatkan nikmat itu sesuai dengan ajaran agama. Maksud dengan menggunakan anggota tubuh ialah melakukan perkara yang positif dan diredai Allah SWT. Misalnya, jika seseorang memperoleh nikmat harta benda, maka ia menggunakan harta itu pada jalan Allah SWT. Jika nikmat yang diperolehnya berupa ilmu pengetahuan, ia akan memanfaatkan ilmu itu untuk keselamatan, kebahagiaan dan kesejahteraan manusia serta mengajar kepada orang lain. Hasil daripada bersyukur kepada Allah SWT yang nyata ialah melaksanakan segala perintah dan menjauhi segala larangan-Nya;

ii. Kaedah Bersyukur Menggunakan Pancaindera

Imam al-Ghazali menegaskan bahawa mensyukuri anggota tubuh yang diberikan Allah SWT meliputi tujuh (7) anggota yang penting, iaitu:

a. Mata; mensyukuri nikmat ini dengan tidak menggunakannya untuk melihat hal-hal maksiat;

b. Telinga; digunakan hanya untuk mendengar perkara yang baik dan tidak menggunakannya untuk mendengar perkara maksiat;

c. Lidah; digunakan untuk berzikir, memuji Allah SWT dan mengungkapkan nikmat-nikmat yang diberikan oleh Allah SWT sesuai dengan firman Allah SWT yang bermaksud "*Dan terhadap nikmat Tuhanmu maka hendaklah kamu menyebut-nyebutnya (sebagai tanda bersyukur kepadaNya)*". *(al-Duha 93 :1 1);*

d. Tangan; digunakan untuk melakukan perkara kebaikan terutama untuk diri sendiri, mahupun untuk orang lain dan tidak menggunakannya untuk melakukan hal-hal yang haram;

e. Perut; digunakan hanya untuk memakan makanan yang halal dan baik serta tidak berlebihan. Makanan dimakan sekadar untuk menguatkan tubuh terutama bagi tujuan beribadat kepada Allah SWT;

f. Kemaluan (seksual); untuk digunakan di jalan yang diredai Allah SWT (hanya bagi suami isteri) dan disertai niat memelihara diri daripada perbuatan yang haram; dan

g. Kaki; digunakan untuk berjalan ke tempat-tempat yang baik seperti masjid, menuntut ilmu, menunaikan haji dan umrah, mencari rezeki yang halal dan menolong sesama umat manusia.

3.2.3.4 Terapi Tawakal

a. Konsep

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang Tawakal.

Tawakal bermaksud satu sistem tauhid dan merupakan suatu urusan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT dengan meyakini bahawa Allah SWT itu yang bersifat memiliki, mencipta sesuatu dengan adil dan mengurniakan sesuatu dengan kadar yang sepatutnya yang telah ditetapkan kepada seseorang hamba. Oleh itu, tawakal merupakan kebergantungan dan keyakinan seseorang terhadap Allah SWT sepenuhnya tanpa bergantung kepada selain daripada-Nya, sentiasa bersangka baik terhadap-Nya dan sentiasa mengingati adanya hikmah terhadap sesuatu yang berlaku dalam kehidupan.

Bentuk-bentuk Tawakal

i. Tawakal dalam mencari rezeki

Meyakini bahawa rezeki itu milik Allah SWT sepenuhnya. Ini bermakna, bertawakal dalam memperoleh sesuatu rezeki ialah kebergantungan sepenuhnya kepada Allah SWT sama ada mengurniakan atau menghalang sesuatu rezeki tersebut terhadap hamba-Nya;

ii. Tawakal dalam perubatan

Menggalakkan berubat apabila sakit. Ini kerana perbuatan tersebut merupakan salah satu daripada konsep tawakal. Ia dapat dilihat apabila Baginda Rasulullah SAW menyuruh umatnya agar merawat dan berubat seperti hadis Nabi SAW:;

لِكُلِّ دَاءٍ دَوَاءٌ فَإِذَا أُصِيبَ دَوَاءُ الدَّاءَ بَرَأَ بِإِذْنِ اللَّهِ

Maksudnya*: Tiap-tiap penyakit itu (ada) ubatnya. Apabila menepati ubat terhadap penyakit tersebut, maka sembuhlah dengan izin Allah.*[xvii]

(Riwayat Muslim)

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu menerangkan cara untuk mempraktikkan tawakal dengan beberapa kaedah seperti:

i. Membenci perkara yang dibenci oleh Allah SWT, mentaati-Nya dan meredai segala ketentuan-Nya;

ii. Meyakini segala urus tadbir dan janji Allah SWT;

iii. Tunduk dan patuh apabila menyaksikan kekuatan dan kebesaran Allah SWT dengan melafazkan:

لاَ حَولَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللَّهِ العَلِيِّ العَظِيمِ

iv. Meyakini dalam hati bahawa Allah SWT yang menjaga harta dan miliknya; dan

v. Sentiasa mentauhidkan Allah SWT serta menjadi saksi terhadap kewujudan-Nya dengan beriktikad dalam hati bahawa tiada tuhan melainkan Allah SWT dan Nabi Muhammad SAW itu utusan Allah SWT.

Perkara yang perlu dihindarkan:

ATPS perlu menyatakan perkara yang perlu dielakkan kepada klien, antaranya:

i. Sifat tamak haloba sebaliknya mendidik diri dengan sifat *qanaah* (berpada-pada);

ii. Sentiasa ingin doanya dimakbulkan segera; dan

iii. Berasa kecewa apabila lambat mendapat apa yang dihajati;

3.2.3.5 Terapi Reda

a. Konsep

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang reda. Reda bermaksud menerima semua keadaan yang berlaku, tanpa rungutan atau keluhan. Seseorang yang reda akan menerima apa sahaja keadaan yang Allah SWT tetapkan untuknya dan berlapang dada dengan ujian Allah SWT sama ada berbentuk kesenangan, kesusahan atau hukuman.

Kelebihan

ATPS perlu menerangkan kepada klien tentang kelebihan reda, antaranya:

i. Reda dengan setiap ketentuan Allah SWT merupakan tanda keimanan seorang Mukmin;

ii. Berpeluang melihat Allah SWT di akhirat kelak; dan

iii. Keredaan Allah SWT adalah lebih besar daripada nikmat yang terdapat dalam syurga.

b. Penghayatan dan Aplikasi

ATPS perlu menerangkan cara untuk mempraktikkan reda dengan beberapa kaedah seperti:

i. Tidak mengeluh dengan ujian yang menimpa tetapi berusaha mencari jalan penyelesaian;

ii. Menjauhi fikiran negatif seperti menganggap sukar untuk berubah menjadi lebih baik;

iii. Tidak menganggap tanggungjawab seorang hamba sebagai beban;

iv. Tidak menganggap bahawa kesusahan dalam mencapai perubahan diri itu merupakan halangan dan kesulitan dengan sentiasa berfikiran positif;

v. Tidak mudah terpengaruh dengan sesuatu unsur dalaman mahupun luaran yang negatif, bahkan menetapkan jiwa dan hatinya untuk mencapai keredaan Allah SWT dengan sentiasa melafazkan *ta`awwuz;*

vi. Sentiasa memohon agar memperoleh kebaikan dan hikmah di sebalik setiap perubahan diri yang diusahakan;

vii. Tidak meredai kemungkaran dan maksiat yang dilakukan dan sebaliknya berusaha sentiasa berdamping dengan alim ulama yang soleh; dan

viii. Sentiasa berusaha mempertingkatkan amalan soleh.



BAB 4
APLIKASI/PROSES TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM

BAB 4
APLIKASI/PROSES TERAPI PSIKOSPIRITUAL ISLAM

4.1 FASA SATU: PRA SESI

4.1.1 Persediaan Ahli Terapi Psikospiritual Syarie

1. ATPS hendaklah sentiasa:
    a. Memperbaharui niat;
    b. Menunaikan solat hajat;
    c. Berdoa; dan
    d. Bertawakal.
2. ATPS perlu menyediakan borang berkenaan bagi sesi pertama Terapi Psikospiritual Islam seperti Borang Maklumat Klien, Borang Persetujuan Termaklum dan Borang Laporan Sesi Rundingcara;
3. ATPS perlu menyemak borang-borang berkenaan yang direkodkan bagi sesi ulangan;
4. ATPS boleh membekalkan latihan (homework) kepada klien sesuai dengan masalah atau isu yang dikemukakan.

4.1.2 Persediaan Klien

1. Klien bersedia untuk menjalani terapi;
2. Klien perlu hadir mengikut ketetapan temu janji; dan
3. Klien perlu merekodkan aktiviti bagi setiap sesi terapi dengan menanda latihan (homework) yang dibekalkan serta melaporkan kepada ahli terapi.

4.1.3 Persediaan Lokasi

Sesi terapi hendaklah dilakukan di ruang khas/bilik yang telah disediakan. Pastikan suasana kondusif, tanpa sebarang gangguan.

4.1.4 Persetujuan Termaklum (Informed Consent)

Klien perlu mengisi borang persetujuan termaklum (Informed consent) sebelum sesuatu sesi terapi dimulakan.

4.1.5 Saringan

Antara bentuk saringan yang boleh dilakukan ialah:

1. Borang Penilaian Psikospiritual Islam al-Makki (lihat lampiran B);
2. Saringan Bio Feedback akan dilaksanakan terhadap klien. Melalui protokol Bio Feedback, data boleh diukur pada masa sebelum dan selepas proses yang menggambarkan perubahan diri klien.

4.2 FASA KEDUA: SEMASA SESI TERAPI

4.2.1 *Al-Ta`aruf*/Perkenalan

1. Memulakan sesi dengan membaca basmalah, selawat dan al-Fatihah;
2. ATPS hendaklah memperkenalkan diri dan beramah mesra dengan klien;
3. ATPS menerangkan prosedur terapi dan intervensi; dan
4. ATPS berusaha untuk mengenali klien dengan lebih mendalam khususnya mengenai maklumat diri klien dan masalah klien. Maklumat asas klien seperti nama perlu diingat dengan baik.

Kaedah *al-ta`aruf* ini dinyatakan oleh Allah SWT dalam al-Quran seperti berikut:

يَـٰٓأَيُّهَا ٱلنَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَـٰكُم مِّن ذَكَرٍ وَأُنثَىٰ وَجَعَلْنَـٰكُمْ شُعُوبًا وَقَبَآئِلَ لِتَعَارَفُوٓاْ...

Maksudnya: *Wahai umat manusia, sesungguhnya Kami telah mencipta kamu daripada lelaki dan perempuan, kemudian Kami jadikan kamu pelbagai bangsa dan pelbagai suku agar kamu saling berkenalan (dan beramah mesra antara satu dengan yang lain)!...*

(Surah al-Hujurat 49 : 13)

***Al-Ta'alluf*/Penyesuaian**

1. ATPS perlu mewujudkan keselesaan, keserasian dan kemesraan dengan klien mengikut batas-batas yang ditetapkan oleh syarak;

   ATPS mestilah bersifat terbuka. Sikap sebegini akan menjadi satu tarikan kepada klien untuk memberikan kerjasama dalam sesi;

   Kaedah *al-ta'alluf* ini bersesuaian dengan seruan Allah SWT iaitu:

فَقُولَا لَهُۥ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُۥ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَىٰ ﴿٤٤﴾

Maksudnya: *Maka berbicaralah kamu berdua kepadanya (Firaun) dengan kata kata yang lemah-lembut, mudah-mudahan dia beringat atau takut. Ia juga bersesuaian dengan hadis Rasulullah SAW:*

(Surah Taha 20 : 44)

أَحَبُّ النَّاسِ إِلَى اللَّهِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

Maksudnya: Manusia yang paling disukai oleh Allah SWT, adalah yang paling banyak memberi manfaat kepada orang lain.[xviii]

(Riwayat al-Tabrani)

4.2.2 *Al-Tafahum*/Saling Memahami

1. ATPS berusaha mewujudkan kesefahaman dan keserasian dengan klien sebaik mungkin; dan
2. ATPS menunjukkan kebersamaan dan keperihatinan terhadap masalah yang dihadapi.

4.4.3 *Al-Ta`awun*/Saling membantu

1. ATPS membantu dengan penuh ikhlas dan telus serta merasa belas kasihan sewaktu klien mengharungi ujian;
2. ATPS menunjukkan keazaman untuk membantu klien melalui tindak tanduk dan raut wajah ahli terapi; dan
3. ATPS menunjukkan kesungguhan untuk membantu klien dengan merancang strategi menangani masalah.

Kaedah *al-ta`awun* ini dijelaskan dalam al-Quran sebagaimana berikut:

وَتَعَاوَنُوا۟ عَلَى ٱلْبِرِّ وَٱلتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا۟ عَلَى ٱلْإِثْمِ وَٱلْعُدْوَٰنِ ۚ ...

Maksudnya: *Dan hendaklah kamu tolong-menolong dalam berbuat kebajikan dan bertakwa. Dan janganlah kamu tolong-menolong dalam berbuat dosa (maksiat) dan pencerobohan (melampaui batas-batas ajaran Allah)...*

(Surah al-Maidah 5 : 2)

4.3 FASA KETIGA: *MUHASABAH AL-NAFS* (SELF-REFLECTION)

Bagi melaksanakan kaedah *Muhasabah al-Nafs*, ATPS:

1. Membantu klien memahami pendekatan muhasabah al-nafs dengan kaedah yang disebutkan sebagai *'al-hazar'* yang boleh diertikan sebagai berwaspada diri; dan
2. Membantu klien melaksanakan muhasabah yang boleh dilakukan dengan mengingat, mengenal pasti, dan meneliti tingkah laku, emosi dan psikologi, pemikiran, peristiwa dan apa-apa sahaja yang mungkin berkaitan dengan masalah yang dihadapi.

Kaedah ini dijelaskan dalam al-Quran seperti berikut:

وَفِي ٱلۡأَرۡضِ ءَايَٰتٞ لِّلۡمُوقِنِينَ ٢٠ وَفِيٓ أَنفُسِكُمۡۚ أَفَلَا تُبۡصِرُونَ ٢١

Maksudnya: *Dan pada bumi terdapat tanda-tanda (yang membuktikan keesaan dan kekuasaan Allah) bagi orang (yang mahu mencapai pengetahuan) yang yakin. Dan juga, pada dirimu sendiri. Maka, mengapakah kamu tidak mahu melihat serta memikirkan (dalil-dalil dan bukti itu)?*

(Surah al-Zariyat 51 : 20-21)

Menggalakkan klien mencari jawapan bagi soalan berikut:

i. Apakah yang telah aku lakukan?
ii. Apakah kesilapan yang telah aku lakukan?
iii. Apakah kebaikan dan kelebihan yang telah aku lakukan?
iv. Apakah yang belum aku lakukan?

4.4 FASA KEEMPAT: *MA`RIFAH AL-NAFS* (SELF-REALIZATION)

Bagi melaksanakan kaedah *Ma`rifah al-Nafs*, ATPS:

1. Membantu klien memahami pendekatan *ma`rifah al-nafs* bahawa manusia dilahirkan dengan fitrah yang suci bersih, dibekali ruh, kalbu, akal, nafs dan juga jasad. Kalbu menjadi tunjang asas berperanan dalam menentukan jati diri manusia sama ada tenang beriman atau gelisah murung mensyirikkan Allah. Manusia memiliki tahap jiwa yang membentuk diri mereka iaitu *nafs 'ammarah*, *nafs lawwamah*, *nafs mulhamah* dan *nafs mutma'innah.* Justeru, manusia berhadapan pengaruh nafsu yang ada dalam diri, bisikan dan hasutan syaitan serta persekitaran yang berada di luar dirinya.

2. Menggalakkan klien mencari jawapan bagi soalan berikut:

   i. Siapakah aku?

   ii. Apakah matlamat hidup aku?

   iii. Bagaimanakah keadaan aku sebagai suami/isteri/ahli keluarga dan lain-lain? dan

   iv. Apakah yang aku hendak jadi?

4.5 FASA KELIMA: *MUJAHADAH AL-NAFS* (SELF-STRUGGLE)

Bagi melaksanakan kaedah *Mujahadah al-Nafs*, ATPS:

1. Membantu klien memahami pendekatan *Mujahadah al-Nafs* iaitu berusaha melawan tabiat jiwa yang mengarahkan untuk menuruti kemahuan hawa nafsu, bisikan syaitan atau pengaruh negatif persekitaran. Manusia akan mengalami masalah jiwa dan mental apabila diselubungi oleh ketiga-tiga unsur tersebut;

2. Menggalakkan klien mencari jawapan bagi soalan berikut:

   i. Apakah yang aku perlu ubah?

   ii. Apakah sebab/faktor berlaku demikian?

   iii. Apakah aku benar-benar ingin berubah?

3. Membantu klien melaksanakan *mujahadah* dengan berusaha mendisiplinkan diri dalam melakukan ketaatan kepada Allah SWT dengan cara yang benar dan menjauhkan diri daripada melakukan maksiat;

4. Membantu klien berusaha mencari jalan penyelesaian bagi masalah yang dihadapinya;

5. Membantu klien dalam pengurusan masa dengan memanfaatkannya dengan perkara yang bermanfaat di dunia dan akhirat; dan

6. Kaedah ini berdasarkan kepada ayat al-Quran seperti yang berikut:

وَٱلۡعَصۡرِ ۝١ إِنَّ ٱلۡإِنسَٰنَ لَفِي خُسۡرٍ ۝٢ إِلَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَعَمِلُواْ ٱلصَّٰلِحَٰتِ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلۡحَقِّ وَتَوَاصَوۡاْ بِٱلصَّبۡرِ ۝٣

Maksudnya: *Demi masa. Sesungguhnya manusia itu dalam kerugian. Kecuali orang yang beriman dan melakukan amalan soleh dan mereka pula berpesan-pesan dengan kebenaran serta berpesan-pesan dengan kesabaran.*

(Surah al-'Asr 103 : 1-3)

4.6 FASA KEENAM: *RIYADAH AL-NAFS* (SELF TRAINING)

Bagi melaksanakan kaedah *Riyadah al-Nafs*, ATPS:

1. Membantu klien memahami konsep *Riyadah al-Nafs* iaitu suatu latih tubi atau latihan kerohanian yang berperingkat bagi membentuk sifat positif dalam diri dengan membiasakan diri berakhlak dengan akhlak mahmudah/terpuji melalui elemen keimanan, ibadah dan akhlak;

2. Membantu dan menggalakkan klien berusaha dengan bersungguh-sungguh untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi;

3. Membantu klien melaksanakan riyadah dengan berusaha memberikan kefahaman dan keyakinan berkaitan dengan persoalan keimanan khususnya kekuasaan Allah SWT dan takdir. Keyakinan dan penghayatan elemen ini membantu pembentukan pemikiran yang positif dalam kehidupan;

   Kaedah ini berdasarkan ayat al-Quran seperti berikut:

   مَنْ عَمِلَ صَٰلِحًا مِّن ذَكَرٍ أَوْ أُنثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهُۥ حَيَوٰةً طَيِّبَةً ۖ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُم بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا۟ يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

   Maksudnya: *Sesiapa yang melakukan amalan soleh, baik lelaki mahupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya Kami akan kurniakan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya Kami akan memberikan balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik daripada apa-apa yang telah dilakukan mereka.*

   (Surah al-Nahl 16 : 97)

4. Menggalakkan klien supaya mendisiplinkan diri dalam melaksanakan ibadah kepada Allah SWT di samping menjelaskan hikmah ibadah kepada diri seperti ibadah solat, doa dan membaca al-Quran memberikan kesihatan kepada fizikal dan mental;

   Kaedah ini berdasarkan ayat al-Quran iaitu:

   يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ ٱسْتَعِينُوا۟ بِٱلصَّبْرِ وَٱلصَّلَوٰةِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ مَعَ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴿١٥٣﴾

   Maksudnya: *Wahai orang yang beriman, mohonlah pertolongan (untuk menghadapi susah payah dalam menyempurnakan sesuatu perintah Allah) dengan bersabar dan (mengerjakan) solat! Sesungguhnya Allah bersama-sama (menolong) dengan orang yang sabar.*

   (Surah al-Baqarah 2 : 153)

5. Menggalakkan klien supaya mempraktikkan akhlak terpuji dalam kehidupan seperti bertaubat daripada dosa yang dilakukan, sabar menghadapi ujian hidup, syukur atas nikmat yang diberi, tawakal kepada Allah SWT, reda dengan ketetapan ditakdirkan dan lain-lain; dan

6. Memberi latihan (homework) kepada klien termasuk amalan zikir dan sebagainya yang bersesuaian dengan masalah yang diadukan.

4.7 FASA AKHIR: *I`ADAH MUHASABAH AL-NAFS* (RE-SELF REFLECTION)

Bagi melaksanakan kaedah *I`adah Muhasabah al-Nafs*, ATPS:

1. Membantu klien memahami bahawa ilmu kerohanian dalam Islam, iaitu ilmu tasawuf secara sepadu mengintegrasikan dan mengukuhkan pegangan akidah berteraskan tauhid, kepatuhan terhadap suruhan Allah SWT dan menjauhi segala larangan-Nya serta amat prihatin terhadap perkara yang halal dan haram dan memberi tumpuan pada pembinaan akhlak yang baik;

2. Menggalakkan klien meneroka dan mengenal pasti kembali tingkah laku, emosi dan psikologi, pemikiran, peristiwa dan apa-apa sahaja berkaitan dengan masalah yang dihadapi yang telah dikenal pasti pada awal sesi sudah selesai, berkurang atau tidak;

3. Memberi perangsang untuk klien berkongsi idea mengenai perubahan yang didapati setelah sesi intervensi berakhir;

4. Menggalakkan klien mencari jawapan kembali bagi soalan berikut;

   i. Apakah yang telah aku lakukan?

   ii. Apakah kesilapan yang telah aku lakukan?

   iii. Apakah kebaikan dan kelebihan yang telah aku lakukan?

   iv. Apakah yang belum aku lakukan?

   v. Apakah keadaan aku sekarang?

5. Menamatkan sesi dengan doa seperti doa selamat, selawat dan bacaan Surah al-`asr serta tasbih kafarah, ataupun membuka peluang kepada klien yang mendapati masalahnya belum selesai sekiranya ingin mengulangi kembali proses intervensi.



BAB 5

PENILAIAN KERESAHAN SPIRITUAL (SPIRITUAL DISTRESS) MELALUI TEKNOLOGI BIOFEEDBACK

BAB 5 PENILAIAN KERESAHAN SPIRITUAL (SPIRITUAL DISTRESS) MELALUI TEKNOLOGI BIOFEEDBACk

5.1 PENGENALAN

Biofeedback merupakan satu teknologi yang membolehkan individu melihat perubahan psikologi melalui data biologi. Data ini menggambarkan keadaan pemikiran, emosi, hati individu menggunakan peralatan dan perisian biofeedback.

Proses ini berjalan serentak di mana sebarang perubahan psikologi boleh dilihat secara terus menerusi perkakasan dan perisian yang digunakan.

Teknologi ini penting kerana ia berupaya melihat keadaan dalaman individu seperti komponen pemikiran, perubahan perasaan, rangsangan nafsu, ketetapan hati dan sebagainya di mana komponen spiritual sebelum ini tersembunyi dan tidak mampu untuk dilihat secara jelas.

Penggunaan teknologi biofeedback penting kerana ia mampu melihat sejauh mana klien berupaya membuat perubahan diri dan membuat pengawalan diri yang menggambarkan keupayaan mereka mengikuti sesi rawatan dan mengikuti program yang dilaksanakan dengan berkesan.

5.2 KONSEP PENILAIAN BIOFEEDBACK

Teknologi biofeedback merangkumi beberapa domain asas iaitu perubahan minda dan fisiologi.

Perubahan minda dan pemikiran diukur menggunakan teknologi Electroencephalogram (EEG) di mana perubahan pemikiran individu dilihat melalui perubahan gelombang otak.

Teknik Heart Rate Variability (HRV) digunakan untuk mengukur perubahan kadar denyutan jantung/ hati yang menggambarkan perubahan pada jantung/ hati. Perubahan ini adalah kesan daripada pemikiran dan keperluan fisiologi yang lain.

Teknik Electromyography (EMG) digunakan untuk mengukur perubahan otot sama ada regangan ataupun pengecutan. Melalui teknik ini, sebarang perubahan emosi boleh dilihat melalui tahap regangan otot pada tubuh individu.

Teknik Galvanic Skin Resistance (GSR) digunakan untuk mengukur perubahan sifat kulit di mana sebarang perubahan perasaan boleh dilihat melalui tahap keupayaan kulit menjadi pengalir elektrik yang baik atau sebaliknya (kesan galvanik). Individu yang tertekan akan menyebabkan tahap galvanik kulit menjadi lebih lemah disebabkan oleh perasaan tertekan berkenaan.

Teknik yang semakin popular ialah melihat perubahan emosi dan pemikiran melalui kadar kitaran nafas. Individu yang tenang dan terkawal mempunyai bilangan kitaran

nafas seminit yang lebih terkawal berbanding individu yang kurang terkawal.Semua data biologi ini menggambarkan perubahan perasaan individu dan ia boleh dilihat dengan jelas menggunakan teknologi biofeedback.

Dalam konteks klien Terapi Psikospiritual Islam, klien yang mempunyai ciri-ciri keupayaan pengawalan diri yang baik boleh dilihat melalui data-data biofeedback. Individu yang tidak berubah keadaan fisiologi mereka boleh dilihat dengan jelas melalui sejauh mana mereka mampu membuat pengawalan pemikiran dan emosi.

Individu yang tidak berupaya membuat pengawalan diri setelah menjalani proses rawatan, menunjukkan tahap keupayaan mereka mengikuti program rawatan yang lemah. Keadaan ini penting kerana ia membolehkan proses terapi yang diberikan akan disesuaikan dengan keadaan klien.

Data ini penting kerana matlamat akhir Terapi Psikospiritual Islam adalah untuk membantu klien meningkatkan proses pemulihan diri.

5.3 KELAYAKAN PENGENDALI

Seorang pengendali perlu memenuhi kriteria-kriteria asas berikut:

a) Mempunyai pengetahuan umum rundingan dan terapi; dan

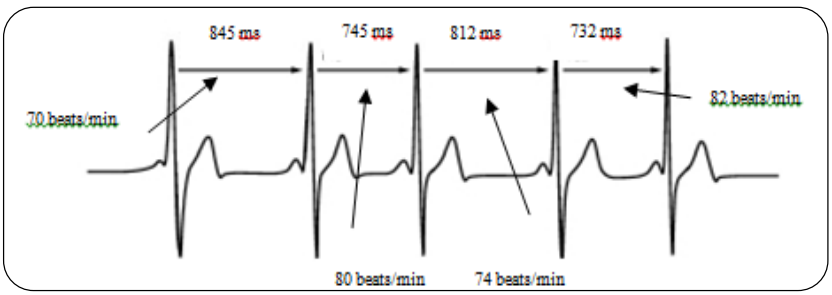
b) Mendapat latihan kemahiran daripada jurulatih yang berpengalaman dalam penggunaan alatan, protokol, skrip, interpretasi data biofeedback.

5.4 METODE PENILAIAN BIOFEEDBACK

5.4.1 Heart Rate Variability (HRV)

HRV merupakan ukuran yang digunakan untuk mengukur kadar perubahan denyutan jantung seseorang individu yang menggambarkan peruba0han antara bit ke bit denyutan jantung.

Rajah 1 menunjukkan keadaan HRV di mana dalam kaedah ini ukuran HRV melihat perbezaan antara bit ke bit denyutan jantung individu. Perbezaan ini diakibatkan oleh perubahan kadar denyutan jantung akibat daripada rangsangan dan keperluan pemikiran dan sebarang perubahan emosi individu.

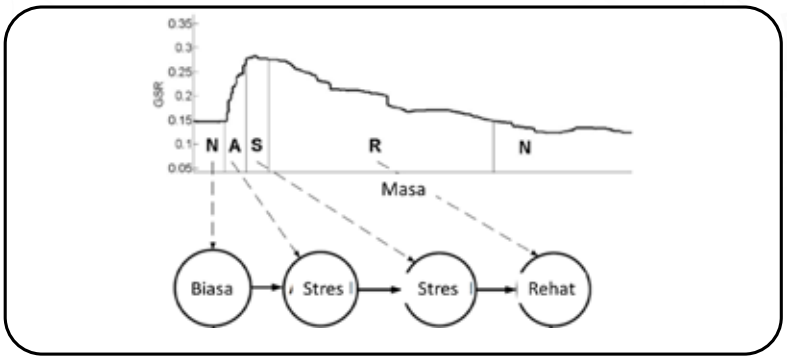


Rajah 1

5.4.2 Galvanic Skin Response (GSR)

GSR merupakan teknik yang digunakan dalam mengukur perubahan diri individu yang diakibatkan oleh perubahan sifat kulit. Klien yang pulih mempunyai keupayaan pengawalan GSR yang lebih baik berbanding klien yang masih belum pulih. Keupayaan membuat pengawalan diri menunjukkan keupayaan klien untuk kembali pulih daripada sakit dan keadaan ini boleh dilihat menggunakan skala GSR.

Rajah 2 menunjukkan keadaan GSR individu dalam beberapa keadaan. Dalam keadaan tertekan GSR akan menjadi tinggi berbanding dalam keadaan rehat. Keadaan yang sama dengan pesakit HIV. Individu yang sihat mempunyai keupayaan diri untuk membuat pengawalan diri yang akan mengakibatkan perubahan sifat kulit dan ini boleh dilihat menggunakan alatan GSR.



Rajah 2

5.5 METODE PENGUKURAN

Kaedah pengukuran perubahan ini ialah kaedah ujian klinikal. Melalui kaedah ini, protokol biofeedback yang disambungkan kepada komputer bagi mendapatkan maklum balas yang tepat terhadap perubahan diri klien.

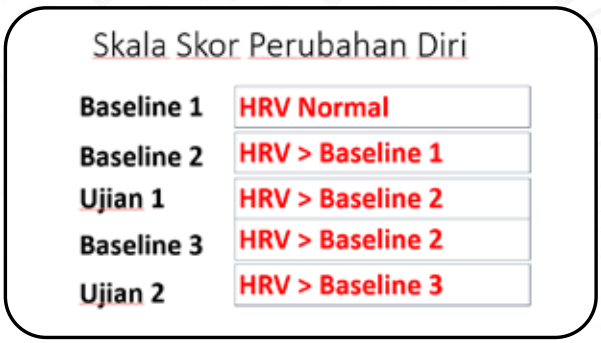
Beberapa siri protokol dan skrip biofeedback digunakan untuk membolehkan keadaan diri klien diketahui dengan jelas. Protokol ialah proses terperinci yang digunakan untuk merangsang individu membuat perubahan diri.

Melalui protokol biofeedback, data boleh diukur pada masa sebelum dan selepas proses yang menggambarkan perubahan diri klien.

Individu yang belum pulih mempunyai kadar perubahan diri yang rendah berbanding individu normal atau pun, yang menunjukkan ciri-ciri kepulihan.

Skrip pula ialah susunan perkataan yang digunakan untuk membolehkan protokol digunakan dengan berkesan. Skrip merupakan susunan ayat-ayat yang direka khas untuk membolehkan interaksi antara klien dan ahli terapi berlaku. Susunan ayat ini akan merangsang klien untuk membuat perubahan diri. Skrip yang baik akan berupaya merangsang klien untuk membuat perubahan diri dan begitulah sebaliknya.

Rajah 3 menunjukkan protokol yang digunakan dalam mengukur tahap kepulihan klien. Dalam protokol ini, jangka masa yang diperlukan dalam lingkungan 20 minit yang mengukur perubahan HRV klien. Ia dimulakan dengan sesi baseline 1 dan baseline 2. Kemudian diikuti dengan sesi ujian satu dan ujian 2 yang menggambarkan perubahan diri klien. Dalam protokol ini, skor HRV klien perlulah lebih baik dalam setiap sesi yang menggambarkan kepulihan klien setelah menjalani terapi.



Rajah 3

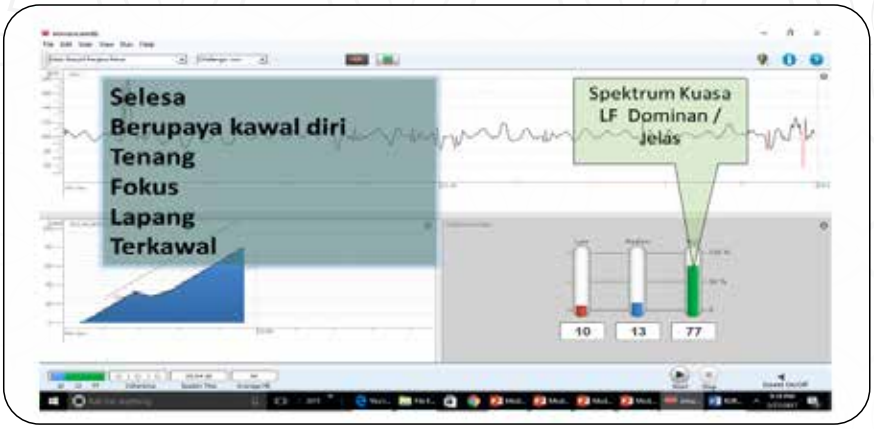
5.6 SKRIP DAN PROTOKOL BIOFEEDBACK

Baseline (2 minit)	Rehat (2 minit)	Ujian 1 (3 minit)	Ujian 2 (3 minit)
Objektif: Mendapatkan Bacaan Asas HRV.	**Objektif:** Mendapatkan Bacaan HRV dalam keadaan rehat .	**Objektif:** Mendapatkan Bacaan HRV dalam keadaan rehat dan tenang.	**Objektif:** Mendapatkan Bacaan HRV dalam keadaan rehat dan tenang.

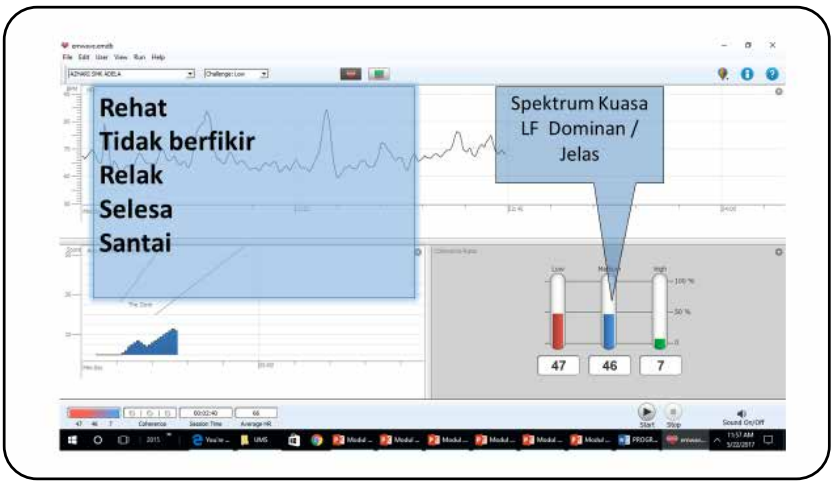
Baseline (2 minit)	Rehat (2 minit)	Ujian 1 (3 minit)	Ujian 2 (3 minit)
Petunjuk: Mendapatkan keadaan keupayaan diri (minda / hati / emosi / fisiologi) klien dalam keadaan biasa.	**Petunjuk:** Mendapatkan keadaan keupayaan diri (minda / hati / emosi / fisiologi) klien dalam keadaan rehat yang akan menunjukkan keupayaan klien dalam membuat pengawalan diri. Klien yang pulih memiliki keupayaan pengawalan hati dan diri yang baik.	**Petunjuk:** Mendapatkan keadaan keupayaan diri (minda / hati / emosi / fisiologi) klien dalam keadaan rehat yang lebih terkawal menunjukkan keupayaan pengawalan diri yang kuat. Klien yang pulih memiliki keupayaan pengawalan yang lebih baik dari sesi rehat.	**Petunjuk:** Mendapatkan keadaan keupayaan diri (minda / hati / emosi / fisiologi) klien dalam keadaan rehat yang lebih terkawal menunjukkan keupayaan pengawalan diri yang kuat. Klien yang pulih memiliki keupayaan pengawalan yang lebih baik dari sesi ujian 1. Ini menunjukkan keupayaan klien mengawal diri sepenuhnya dan menunjukkan ia memiliki keupayaan pengawalan diri yang baik dan memiliki ciri-ciri kepulihan yang tinggi.
Skrip 1: Duduk dalam keadaan selesa. Tenangkan fikiran, lapangkan emosi dan rehatkan badan. Cuba lagi. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Rehatkan diri.	**Skrip 2:** Sekarang cuba lebih rehatkan diri. Duduk dalam keadaan selesa. Tenangkan fikiran, lapangkan emosi dan rehatkan badan. Cuba lagi. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Cuba rehatkan diri lebih dari sebelumnya.	**Skrip 3:** Sekarang cuba lebih lagi rehatkan diri. Duduk dalam keadaan selesa. Tenangkan fikiran, lapangkan emosi dan rehatkan badan. Cuba lagi. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Cuba rehatkan diri lebih dari sebelumnya.	**Skrip 4:** Sekarang cuba lebih lagi rehatkan diri. Duduk dalam keadaan selesa. Tenangkan fikiran, lapangkan emosi dan rehatkan badan. Cuba lagi. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Rehatkan diri. Cuba rehatkan diri lebih dari sebelumnya.

5.7 PAPARAN SKRIN EMWAVE

Rajah menunjukkan klien mencapai skor spectrum kuasa VLF yang tinggi. Ini menggambarkan klien berada dalam keadaan tidak selesa, tertekan, sakit, lemah dan tidak menunjukkan ciri-ciri kepulihan.



Rajah menunjukkan klien mencapai skor spektrum kuasa LF yang tinggi. Klien berada dalam keadaan terkawal, selesa, berupaya mengawal diri, tenang, terkawal. Klien yang mencapai keadaan ini menunjukkan ia memiliki ciri-ciri kepulihan yang baik.

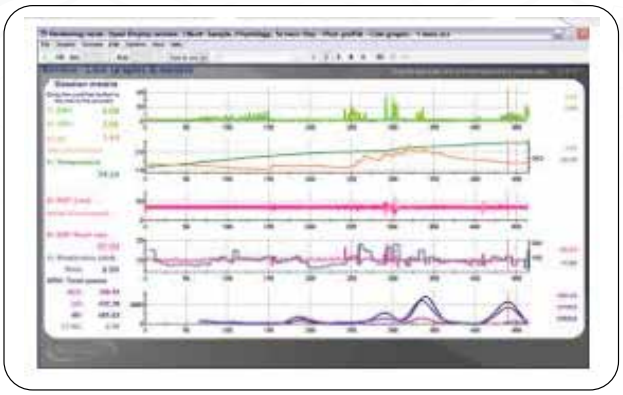


Rajah menunjukkan klien mencapai skor spektrum kuasa HF yang tinggi. Ini menggambarkan klien berada dalam keadaan rehat, tidak berfikir, selesa dan santai. Klien dalam skor ini menunjukkan berada dalam keadaan kepulihan yang sederhana.

5.8 KEPERLUAN PERALATAN BIOFEEDBACK

5.8.1 Alat Biofeeedback ProComp 2 (Perisian Biograph & Sensor)





5.8.2 Alatan Biofeedback EmWave

Alat ini mengukur perubahan HRV yang menggambarkan perubahan diri klien. Individu yang menunjukkan ciri-ciri kepulihan mempunyai skor HRV yang lebih baik berbanding klien yang masih belum mampu membuat pengawalan diri.

Proses Penggunaan Biofeedback

Bil	Aktiviti	Masa	Tempat	Keperluan
1.	Fasa Awal Kemasukan Penentuan keadaan keupayaan pengawalan diri.	40 minit	Bilik Terapi	Alat ProComp 2 Alat EmWave
2.	Fasa Pertengahan Kemasukan Penentuan keadaan keupayaan pengawalan diri setelah melalui proses pemulihan.	40 minit	Bilik Terapi	Alat ProComp 2 Alat EmWave
3.	Fasa Akhir Kemasukan Penentuan sejauh mana kepulihan klien setelah melalui semua proses rawatan.	40 minit	Bilik Terapi	Alat ProComp 2 Alat EmWave

Penggunaan teknologi biofeedback perlu dikombinasikan dengan teknik observasi dan teknik sedia ada. Ini kerana data biofeedback merupakan data yang terpengaruh dengan keadaan semasa klien. Perubahan emosi, pemikiran, tahap kesihatan, keadaan sekeliling akan mempengaruhi kebersihan dan ketepatan data.

Penggunaan teknik biofeedback akan memudahkan kaedah penilaian dilaksanakan di mana sebelum ini, interaksi kepulihan klien hanya bergantung kepada pemerhatian dan interaksi antara klien dan ATPS. Pengalaman dan pendedahan kepada teknik biofeedback penting untuk membolehkan teknologi ini digunakan dengan berkesan dan mendapat manfaat sepenuhnya daripada penggunaan alatan ini.



BAB 6
PENGURUSAN KLIEN

6 BAB PENGURUSAN KLIEN

6.1 PENGENALAN

Bab 6 manual ini menerangkan konsep, proses dan kaedah saringan serta penilaian yang perlu dilalui oleh setiap klien.

6.2 KATEGORI KLIEN

a. Klien yang dirujuk oleh mana-mana pihak.

b. Klien yang datang secara *walk-in*.

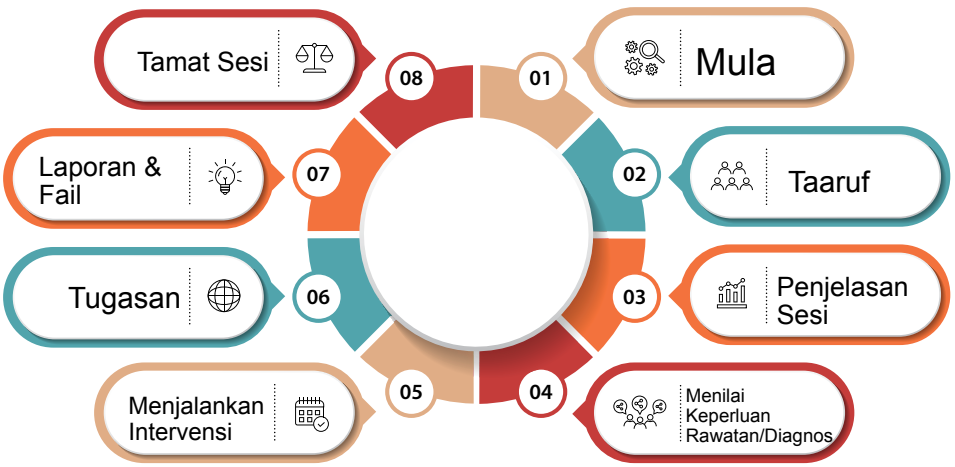
6.3 PENETAPAN SESI

Klien yang ingin mendapatkan perkhidmatan akan diberikan tarikh janji temu sesi terapi.

6.4 PELAKSANAAN SESI

Pendaftaran klien adalah mengikut prosedur yang dinyatakan dalam Rajah 1 di bawah.

Rajah 1: Carta Alir Pelaksanaan Terapi Psikospiritual Islam



6.5 SARINGAN DAN PENILAIAN KLIEN

6.5.1 Penilaian Jasmani

Penilaian ini dilakukan bagi mengukur tahap kesihatan fizikal klien. Antara kaedah penilaian yang diguna pakai adalah seperti berikut:

a) Laporan Perubatan daripada pegawai perubatan (medical form); dan

b) Ujian-ujian lain yang bersesuaian.

6.5.2 Penilaian Mental dan Kognitif Klien

Penilaian ini dilakukan bagi mengukur tahap kesihatan mental klien. Antara kaedah penilaian yang diguna pakai adalah Ujian DASS 21 atau sebarang instrumen pengukuran kesihatan mental yang difikirkan sesuai.

6.5.3 Penilaian Spiritual Klien

Penilaian ini dibuat bagi mengukur tahap kesejahteraan spiritual klien. Antara kaedah yang diguna pakai adalah seperti berikut:

a) Borang Penilaian Psikospiritual Islam al-Makki.

b) Temu bual tidak berstruktur dengan klien.

c) Teknologi biofeedback.

d) Ujian-ujian lain yang bersesuaian.

6.6 LAPORAN PENILAIAN

Laporan dibuat melalui pengisian borang maklumat perkhidmatan terapi oleh ATPS dengan menggunakan Borang Laporan Sesi Runding cara.

6.7 PUSAT RUJUKAN

Pusat rujukan utama bagi perkhidmatan ini ialah di KSK*CC*.

6.8 SUSULAN/*FOLLOW UP*

Sesi susulan akan dilaksanakan bagi mengenal pasti kemajuan klien dengan menilai terapi/intervensi yang telah diberikan.

LAMPIRAN BORANG-BORANG YANG DIGUNAKAN

i. Borang Maklumat Klien;

ii. Persetujuan Termaklum (Informed Consent);

iii. Laporan Sesi Rundingcara Individu;

iv. Laporan Sesi Rundingcara Pasangan/Keluarga; dan

v. Pengesahan Kehadiran.



BAB 7
KAEDAH PENGGUNAAN MANUAL PSIKOSPIRITUAL ISLAM

BAB 7
KAEDAH PENGGUNAAN MANUAL PSIKOSPIRITUAL ISLAM

7.1 TUJUAN

a) Manual Psikospiritual Islam ini digubal bertujuan sebagai rujukan kepada Fasilitator/Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) yang bertugas;

b) Manual ini bertujuan untuk memastikan proses Terapi Psikospiritual Islam terhadap klien dapat dijalankan dengan sistematik dan mengikut prosedur yang telah ditetapkan;

c) Manual Psikospiritual Islam merupakan pelengkap kepada kaedah rawatan Islam yang lain iaitu Kaunseling Syarie (Kaunselor Syarie) dan *`Ilaj Syarie*/ Pengubatan Islam (Mualij Syarie).

7.2 SKOP PENGGUNAAN MANUAL

Manual Psikospiritual Islam ini akan diguna pakai oleh Fasilitator/Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS).

7.3 TEMPOH TERAPI

Tempoh terapi yang telah ditetapkan adalah bergantung kepada kes atau keadaan klien, sama ada mencukupi dengan satu sesi sahaja atau sehingga lengkap 12 sesi.

Struktur lengkap sesi terapi terdiri daripada:

Fasa Permulaan : 1 sesi
Sesi Intervensi : 9-12 sesi
Fasa Penamatan : 1 sesi

7.4 PENDEKATAN PELAKSANAAN TERAPI

Perkhidmatan Terapi Psikospiritual Islam melalui:

a) Pewujudan *KSKCareCentre* bagi memberikan perkhidmatan kepada masyarakat yang memerlukan;

b) Pewujudan kerjasama dengan agensi/NGOs dalam menyediakan Fasilitator/Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS);

c) Pewujudan kerjasama dengan hospital bagi mengenal pasti pesakit yang memerlukan Terapi Psikospiritual Islam; dan

d) Kaedah rawatan yang digunapakai bagi Terapi Psikospiritual Islam adalah berbentuk terapi mental dan rohani. Rawatan ini akan dilakukan oleh Fasilitator/Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) yang terlatih mengikut perancangan sistematik dan berjadual.

7.5 RUJUKAN (REFERRAL)

Salurkan kepada pihak lain jika keadaan memerlukan (badan kerajaan, individu berkelayakan).

LAMPIRAN A

1. AMALAN HARIAN AHLI TERAPI PSIKOSPIRITUAL SYARIE (ATPS)

BACAAN AYAT 33

Dibaca setiap hari pagi dan malam atau sekurang-kurangnya 1 kali sehari atau seminggu sekali.

بِسۡمِ ٱللَّهِ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿١﴾ ٱلۡحَمۡدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ﴿٢﴾ ٱلرَّحۡمَٰنِ ٱلرَّحِيمِ ﴿٣﴾ مَٰلِكِ يَوۡمِ ٱلدِّينِ ﴿٤﴾ إِيَّاكَ نَعۡبُدُ وَإِيَّاكَ نَسۡتَعِينُ ﴿٥﴾ ٱهۡدِنَا ٱلصِّرَٰطَ ٱلۡمُسۡتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَٰطَ ٱلَّذِينَ أَنۡعَمۡتَ عَلَيۡهِمۡ غَيۡرِ ٱلۡمَغۡضُوبِ عَلَيۡهِمۡ وَلَا ٱلضَّآلِّينَ ﴿٧﴾

Maksudnya: *1. Dengan nama Allah, Yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih. 2. Segala puji tertentu bagi Allah, Tuhan yang mentadbir seluruh alam. 3. Yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih. 4. Yang Menguasai hari pembalasan (hari akhirat). 5. Hanya Engkau (Ya Allah) yang kami sembah dan hanya kepada Engkau (Ya Allah) kami memohon pertolongan. 6. Tunjukkanlah kami jalan yang lurus. 7. Jalan orang yang telah Engkau beri nikmat kepada mereka, bukan jalan orang yang dimurkai dan bukan pula jalan orang yang sesat.*

(Surah al-Fatihah 1 : 1-7)

الٓمٓ ﴿١﴾ ذَٰلِكَ ٱلۡكِتَٰبُ لَا رَيۡبَۛ فِيهِۛ هُدٗى لِّلۡمُتَّقِينَ ﴿٢﴾ ٱلَّذِينَ يُؤۡمِنُونَ بِٱلۡغَيۡبِ وَيُقِيمُونَ ٱلصَّلَوٰةَ وَمِمَّا رَزَقۡنَٰهُمۡ يُنفِقُونَ ﴿٣﴾ وَٱلَّذِينَ يُؤۡمِنُونَ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡكَ وَمَآ أُنزِلَ مِن قَبۡلِكَ وَبِٱلۡأٓخِرَةِ هُمۡ يُوقِنُونَ ﴿٤﴾ أُوْلَٰٓئِكَ عَلَىٰ هُدٗى مِّن رَّبِّهِمۡۖ وَأُوْلَٰٓئِكَ هُمُ ٱلۡمُفۡلِحُونَ ﴿٥﴾

Maksudnya: *1. Alif, Laam, Miim. 2. Kitab (al-Quran) ini tidak ada sebarang syak padanya (tentang datangnya daripada Allah dan tentang sempurnanya); ia pula menjadi petunjuk bagi orang yang bertakwa. 3. (Iaitu) orang yang beriman kepada perkara yang ghaib dan mendirikan solat serta membelanjakan sebahagian daripada rezeki yang Kami berikan kepada mereka. 4. Dan juga orang yang beriman kepada Kitab al-Quran yang diturunkan kepadamu (Wahai Muhammad) dan kitab-kitab yang diturunkan dahulu daripadamu serta mereka yakin akan (adanya) hari akhirat (dengan sepenuhnya). 5. Mereka itulah yang mendapat petunjuk daripada Tuhan mereka dan merekalah orang yang berjaya.*

(Surah al-Baqarah 2 : 1-5)

وَإِلَٰهُكُمۡ إِلَٰهٞ وَٰحِدٞۖ لَّآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلرَّحۡمَٰنُ ٱلرَّحِيمُ ﴿١٦٣﴾ إِنَّ فِي خَلۡقِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضِ وَٱخۡتِلَٰفِ ٱلَّيۡلِ وَٱلنَّهَارِ وَٱلۡفُلۡكِ ٱلَّتِي تَجۡرِي فِي ٱلۡبَحۡرِ بِمَا يَنفَعُ ٱلنَّاسَ وَمَآ أَنزَلَ ٱللَّهُ

مِنَ ٱلسَّمَآءِ مِن مَّآءٍ فَأَحۡيَا بِهِ ٱلۡأَرۡضَ بَعۡدَ مَوۡتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِن كُلِّ دَآبَّةٖ وَتَصۡرِيفِ ٱلرِّيَٰحِ وَٱلسَّحَابِ ٱلۡمُسَخَّرِ بَيۡنَ ٱلسَّمَآءِ وَٱلۡأَرۡضِ لَأٓيَٰتٖ لِّقَوۡمٖ يَعۡقِلُونَ ١٦٤

Maksudnya: *163. Tuhanmu ialah Tuhan Yang Maha Esa, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia, Yang Maha Pemurah lagi Maha Pengasih. 164. Sesungguhnya pada kejadian langit dan bumi, (pada) pertukaran malam dan siang, (pada) bahtera yang berlayar di laut membawa benda-benda yang berguna bagi manusia dan (pada) air hujan yang diturunkan Allah dari langit lalu dengan air itu Dia menghidupkan bumi sesudah ia mati (kering) dan Dia membiakkan di bumi segala jenis haiwan dan (pada) peredaran angin dan awan yang dikendalikan antara langit dan bumi, sesungguhnya (pada semua itu) terdapat tanda-tanda (yang membuktikan keesaan dan kebesaran Allah) bagi kaum yang (mahu) berfikir.*

(Surah al-Baqarah 2 : 163-164)

ٱللَّهُ لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلۡحَيُّ ٱلۡقَيُّومُۚ لَا تَأۡخُذُهُۥ سِنَةٞ وَلَا نَوۡمٞۚ لَّهُۥ مَا فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِي ٱلۡأَرۡضِۗ مَن ذَا ٱلَّذِي يَشۡفَعُ عِندَهُۥٓ إِلَّا بِإِذۡنِهِۦۚ يَعۡلَمُ مَا بَيۡنَ أَيۡدِيهِمۡ وَمَا خَلۡفَهُمۡۖ وَلَا يُحِيطُونَ بِشَيۡءٖ مِّنۡ عِلۡمِهِۦٓ إِلَّا بِمَا شَآءَۚ وَسِعَ كُرۡسِيُّهُ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضَۖ وَلَا يَـُٔودُهُۥ حِفۡظُهُمَاۚ وَهُوَ ٱلۡعَلِيُّ ٱلۡعَظِيمُ ٢٥٥ لَآ إِكۡرَاهَ فِي ٱلدِّينِۖ قَد تَّبَيَّنَ ٱلرُّشۡدُ مِنَ ٱلۡغَيِّۚ فَمَن يَكۡفُرۡ بِٱلطَّٰغُوتِ وَيُؤۡمِنۢ بِٱللَّهِ فَقَدِ ٱسۡتَمۡسَكَ بِٱلۡعُرۡوَةِ ٱلۡوُثۡقَىٰ لَا ٱنفِصَامَ لَهَاۗ وَٱللَّهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ٢٥٦ ٱللَّهُ وَلِيُّ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ يُخۡرِجُهُم مِّنَ ٱلظُّلُمَٰتِ إِلَى ٱلنُّورِۖ وَٱلَّذِينَ كَفَرُوٓاْ أَوۡلِيَآؤُهُمُ ٱلطَّٰغُوتُ يُخۡرِجُونَهُم مِّنَ ٱلنُّورِ إِلَى ٱلظُّلُمَٰتِۗ أُوْلَٰٓئِكَ أَصۡحَٰبُ ٱلنَّارِۖ هُمۡ فِيهَا خَٰلِدُونَ ٢٥٧

Maksudnya: *255. Allah, tidak ada Tuhan (yang berhak disembah) melainkan Dia yang tetap hidup dan kekal selama-lamanya (mentadbir makhluk-Nya). Dia tidak mengantuk mahupun tidur. Dialah yang memiliki segala yang ada di langit dan di bumi. Tidak ada sesiapa pun yang dapat memberikan syafaat di sisi-Nya melainkan dengan izin-Nya. Dia yang mengetahui apa-apa yang ada di hadapan mereka dan apa-apa yang ada di belakang mereka, sedangkan mereka tidak mengetahui sesuatu pun daripada (kandungan) ilmu Allah melainkan apa-apa yang dikehendaki Allah. Luasnya Kursi Allah itu (ilmu-Nya) meliputi langit dan bumi, namun tidaklah berat bagi Allah untuk menjaga kedua-duanya. Sesungguhnya Dia Maha Tinggi (darjat kemuliaan-Nya) Lagi Maha Agung (kekuasaan-Nya). 256. Tidak ada paksaan untuk memeluk agama (Islam) kerana sesungguhnya telah nyata kebenarannya daripada kesesatan. Oleh itu, sesiapa yg kufur kepada Taghut, dan beriman kepada Allah, maka sesungguhnya dia telah berpegang teguh kepada (agama) Allah yang tidak akan putus. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar lagi Maha Mengetahui. 257. Allah pelindung kepada mereka yang beriman dan yang mengeluarkan mereka daripada kegelapan (kufur) kepada cahaya (iman). Dan mereka yang kafir, pelindung mereka ialah Taghut, yang mengeluarkan mereka daripada cahaya kepada kegelapan. Mereka itulah penghuni neraka dan mereka kekal di dalamnya.*

(Surah al-Baqarah 2 : 255-257)

لِّلَّهِ مَا فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَمَا فِي ٱلۡأَرۡضِۗ وَإِن تُبۡدُواْ مَا فِيٓ أَنفُسِكُمۡ أَوۡ تُخۡفُوهُ يُحَاسِبۡكُم بِهِ ٱللَّهُۖ فَيَغۡفِرُ لِمَن يَشَآءُ وَيُعَذِّبُ مَن يَشَآءُۗ وَٱللَّهُ عَلَىٰ كُلِّ شَيۡءٖ قَدِيرٌ ٢٨٤ ءَامَنَ ٱلرَّسُولُ بِمَآ أُنزِلَ إِلَيۡهِ مِن رَّبِّهِۦ وَٱلۡمُؤۡمِنُونَۚ كُلٌّ ءَامَنَ بِٱللَّهِ وَمَلَٰٓئِكَتِهِۦ وَكُتُبِهِۦ وَرُسُلِهِۦ لَا نُفَرِّقُ بَيۡنَ أَحَدٖ مِّن رُّسُلِهِۦۚ وَقَالُواْ سَمِعۡنَا وَأَطَعۡنَاۖ غُفۡرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيۡكَ ٱلۡمَصِيرُ ٢٨٥ لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا وُسۡعَهَاۚ لَهَا مَا كَسَبَتۡ وَعَلَيۡهَا مَا ٱكۡتَسَبَتۡۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذۡنَآ إِن نَّسِينَآ أَوۡ أَخۡطَأۡنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تَحۡمِلۡ عَلَيۡنَآ إِصۡرٗا كَمَا حَمَلۡتَهُۥ عَلَى ٱلَّذِينَ مِن قَبۡلِنَاۚ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلۡنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِۦۖ وَٱعۡفُ عَنَّا وَٱغۡفِرۡ لَنَا وَٱرۡحَمۡنَآۚ أَنتَ مَوۡلَىٰنَا فَٱنصُرۡنَا عَلَى ٱلۡقَوۡمِ ٱلۡكَٰفِرِينَ ٢٨٦

Maksudnya: *284. Bagi Allah memiliki segala yang ada di langit dan yang ada di bumi. Jadi, sekiranya kamu zahirkan apa-apa yang ada dalam hati kamu atau kamu sembunyikannya, Allah pasti akan membuat perhitungan dengan kamu tentang perbuatanmu itu. Sesudah itu, Allah mengampunkan sesiapa yang dikehendaki-Nya dan menyeksa sesiapa yang dikehendaki-Nya. Sesungguhnya Allah Maha berkuasa atas segala sesuatu. 285. Rasul (Muhammad) telah beriman dengan al-Quran yang diturunkan kepadanya oleh Tuhannya, demikian juga orang lain yang turut beriman. Semuanya beriman kepada Allah, para malaikat-Nya, semua kitab-Nya serta para rasul-Nya. (Mereka berkata): "Kami tidak membeza-bezakan antara para Rasul tersebut. Kemudian mereka berkata lagi, "Kami dengar dan kami taat. Ampunilah kami wahai Tuhan kami dan kepada Engkaulah kami kembali". 286. Allah tidak membebani seseorang itu setakat yang terdaya ditanggung olehnya. Dia mendapat pahala bagi kebaikan yang diusahakannya, begitu juga sebaliknya, dia menerima balasan seksa bagi (kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa), "Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau menghukum kami jika kami terlupa atau kami tersalah! Wahai Tuhan, janganlah Engkau timpakan kami dengan beban yang berat sebagaimana yang telah Engkau timpakan ke atas orang yang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau timpakan kepada kami beban yang tidak tertanggung oleh kami. Maafkanlah kami, ampunilah kami dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami menghadapi kaum yang kafir ini".*

(Surah al-Baqarah 2 : 284-286)

إِنَّ رَبَّكُمُ ٱللَّهُ ٱلَّذِي خَلَقَ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضَ فِي سِتَّةِ أَيَّامٖ ثُمَّ ٱسۡتَوَىٰ عَلَى ٱلۡعَرۡشِۖ يُغۡشِي ٱلَّيۡلَ ٱلنَّهَارَ يَطۡلُبُهُۥ حَثِيثٗا وَٱلشَّمۡسَ وَٱلۡقَمَرَ وَٱلنُّجُومَ مُسَخَّرَٰتِۭ بِأَمۡرِهِۦٓۗ أَلَا لَهُ ٱلۡخَلۡقُ وَٱلۡأَمۡرُۗ تَبَارَكَ ٱللَّهُ رَبُّ ٱلۡعَٰلَمِينَ ٥٤ ٱدۡعُواْ رَبَّكُمۡ تَضَرُّعٗا وَخُفۡيَةًۚ إِنَّهُۥ لَا يُحِبُّ ٱلۡمُعۡتَدِينَ ٥٥ وَلَا تُفۡسِدُواْ فِي ٱلۡأَرۡضِ بَعۡدَ إِصۡلَٰحِهَا وَٱدۡعُوهُ خَوۡفٗا وَطَمَعًاۚ إِنَّ رَحۡمَتَ ٱللَّهِ قَرِيبٞ مِّنَ ٱلۡمُحۡسِنِينَ ٥٦

Maksudnya: 54. Sesungguhnya Tuhan kamu ialah Allah yang telah menciptakan langit dan bumi selama enam hari lalu Dia istawa di atas Arasy. Dia menyelubungkan malam dengan siang yang mengikutinya dengan pantas (silih berganti) dan (Dia juga yang mencipta) matahari, bulan serta bintang-

bintang, (semuanya) tunduk kepada perintah-Nya. Ingatlah, segala urusan penciptaan dan pemerintahan hanyalah hak Allah. Maha Suci Allah, Tuhan yang mencipta dan mentadbir seluruh alam. 55. Berdoalah kepada Tuhan kamu dengan merendah diri dan (dengan suara) perlahan-lahan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang melampaui batas. 56. Dan janganlah pula kamu melakukan kerosakan di atas muka bumi sesudah Allah menyediakan segala yang membawa kebaikan padanya, dan berdoalah kepada-Nya dengan perasaan bimbang (kalau-kalau tidak diterima) dan dengan perasaan berharap (supaya dimakbulkan). Sesungguhnya rahmat Allah itu dekat dengan orang yang memperbaik amalannya.

(Surah al-A`raf 7 : 54-56)

قُلِ ٱدْعُواْ ٱللَّهَ أَوِ ٱدْعُواْ ٱلرَّحْمَٰنَ ۖ أَيًّا مَّا تَدْعُواْ فَلَهُ ٱلْأَسْمَآءُ ٱلْحُسْنَىٰ ۚ وَلَا تَجْهَرْ بِصَلَاتِكَ وَلَا تُخَافِتْ بِهَا وَٱبْتَغِ بَيْنَ ذَٰلِكَ سَبِيلًا ﴿١١٠﴾ وَقُلِ ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ ٱلَّذِى لَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ شَرِيكٌ فِى ٱلْمُلْكِ وَلَمْ يَكُن لَّهُۥ وَلِىٌّ مِّنَ ٱلذُّلِّ ۖ وَكَبِّرْهُ تَكْبِيرًا ﴿١١١﴾

Maksudnya: *Katakanlah (wahai Muhammad), "Serulah Allah atau serulah ar-Rahman. Dengan nama yang mana-mana sahaja dapat kamu seru, (kerana kedua-dua nama itu adalah baik belaka) Dia mempunyai al-Asmaul Husna (nama-nama yang terbaik) dan janganlah kamu meninggikan suaramu dalam solatmu dan janganlah pula merendahkannya, dan carilah jalan tengah antara kedua-dua itu. 111. Dan katakanlah, "Segala puji bagi Allah yang tidak mempunyai anak dan tidak mempunyai sekutu dalam kerajaan-Nya dan tidak mempunyai penolong (untuk menjaga-Nya) daripada kehinaan dan agungkanlah Dia dengan pengagungan yang sebesar-besarnya".*

(Surah al-Isra' 17 : 110-111)

وَٱلصَّٰٓفَّٰتِ صَفًّا ﴿١﴾ فَٱلزَّٰجِرَٰتِ زَجْرًا ﴿٢﴾ فَٱلتَّٰلِيَٰتِ ذِكْرًا ﴿٣﴾ إِنَّ إِلَٰهَكُمْ لَوَٰحِدٌ ﴿٤﴾ رَّبُّ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَمَا بَيْنَهُمَا وَرَبُّ ٱلْمَشَٰرِقِ ﴿٥﴾ إِنَّا زَيَّنَّا ٱلسَّمَآءَ ٱلدُّنْيَا بِزِينَةٍ ٱلْكَوَاكِبِ ﴿٦﴾ وَحِفْظًا مِّن كُلِّ شَيْطَٰنٍ مَّارِدٍ ﴿٧﴾ لَّا يَسَّمَّعُونَ إِلَى ٱلْمَلَإِ ٱلْأَعْلَىٰ وَيُقْذَفُونَ مِن كُلِّ جَانِبٍ ﴿٨﴾ دُحُورًا وَلَهُمْ عَذَابٌ وَاصِبٌ ﴿٩﴾ إِلَّا مَنْ خَطِفَ ٱلْخَطْفَةَ فَأَتْبَعَهُۥ شِهَابٌ ثَاقِبٌ ﴿١٠﴾ فَٱسْتَفْتِهِمْ أَهُمْ أَشَدُّ خَلْقًا أَم مَّنْ خَلَقْنَآ ۚ إِنَّا خَلَقْنَٰهُم مِّن طِينٍ لَّازِبٍ ﴿١١﴾

Maksudnya: *1.Demi hamba-hamba-Ku (para malaikat) yang bersaf-saf teratur rapi.2. (Hamba-hamba-Ku) yang melarang (daripada kejahatan) dengan bersungguh-sungguh. 3. Hamba-hamba-Ku yang membaca kandungan kitab suci. 4. (Sumpah demi sumpah) sesungguhnya Tuhanmu benar-benar Esa. 5. Tuhan langit dan bumi dan apa-apa yang berada di antara keduanya-duanya, dan Tuhan (yang mengatur) tempat terbitnya matahari. 6. Sesungguhnya Kami telah menghiasi langit yang terdekat (pada penglihatan penduduk bumi)*

dengan hiasan bintang-bintang. 7. Dan (Kami juga telah menjaganya) daripada (gangguan) setiap syaitan yang menderhaka. 8. (Dengan itu) mereka tidak dapat mendengar (percakapan para malaikat) penduduk langit dan mereka pula direjam dan dilemparkan (dengan api) dari segala arah dan penjuru. 9. Untuk mengusir mereka dan mereka akan mendapat azab yang tidak putus-putus. 10. Kecuali sesiapa antara syaitan-syaitan itu yang mencuri dengar mana-mana percakapan (Malaikat), maka dia diburu dan diikuti (dengan rejaman) api yang menjulang lagi menembusi. 11. Maka, tanyakanlah (wahai Muhammad) kepada mereka (musyrikin Mekah), adakah diri mereka lebih sukar hendak diciptakan, atau makhluk-makhluk lain yang Kami telah ciptakan? Sesungguhnya Kami telah mencipta mereka daripada tanah liat yang senang diubah.

(Surah al-Saffat 37 : 1-11)

يَٰمَعۡشَرَ ٱلۡجِنِّ وَٱلۡإِنسِ إِنِ ٱسۡتَطَعۡتُمۡ أَن تَنفُذُواْ مِنۡ أَقۡطَارِ ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضِ فَٱنفُذُواْۚ لَا تَنفُذُونَ إِلَّا بِسُلۡطَٰنٖ ٣٣ فَبِأَيِّ ءَالَآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ ٣٤ يُرۡسَلُ عَلَيۡكُمَا شُوَاظٞ مِّن نَّارٖ وَنُحَاسٞ فَلَا تَنتَصِرَانِ ٣٥

Maksudnya: *33. Wahai sekalian jin dan manusia! Jika kamu sanggup menembus keluar dari kawasan langit dan bumi (untuk melarikan diri daripada kekuasaan dan balasan Kami), maka tembuslah. Kamu tidak akan mampu menembusinya kecuali dengan kekuasaan (Allah). 34. Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang hendak kamu dustakan? 35. Kamu (wahai jin dan manusia yang ingkar) akan dikirim nyalaan api dan cairan tembaga (panas) sehingga kamu tidak akan dapat menyelamatkan diri (daripada azab seksa itu).*

(Surah al-Rahman 55 : 33-35)

لَوۡ أَنزَلۡنَا هَٰذَا ٱلۡقُرۡءَانَ عَلَىٰ جَبَلٖ لَّرَأَيۡتَهُۥ خَٰشِعٗا مُّتَصَدِّعٗا مِّنۡ خَشۡيَةِ ٱللَّهِۚ وَتِلۡكَ ٱلۡأَمۡثَٰلُ نَضۡرِبُهَا لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمۡ يَتَفَكَّرُونَ ٢١ هُوَ ٱللَّهُ ٱلَّذِي لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَۖ عَٰلِمُ ٱلۡغَيۡبِ وَٱلشَّهَٰدَةِۖ هُوَ ٱلرَّحۡمَٰنُ ٱلرَّحِيمُ ٢٢ هُوَ ٱللَّهُ ٱلَّذِي لَآ إِلَٰهَ إِلَّا هُوَ ٱلۡمَلِكُ ٱلۡقُدُّوسُ ٱلسَّلَٰمُ ٱلۡمُؤۡمِنُ ٱلۡمُهَيۡمِنُ ٱلۡعَزِيزُ ٱلۡجَبَّارُ ٱلۡمُتَكَبِّرُۚ سُبۡحَٰنَ ٱللَّهِ عَمَّا يُشۡرِكُونَ ٢٣ هُوَ ٱللَّهُ ٱلۡخَٰلِقُ ٱلۡبَارِئُ ٱلۡمُصَوِّرُۖ لَهُ ٱلۡأَسۡمَآءُ ٱلۡحُسۡنَىٰۚ يُسَبِّحُ لَهُۥ مَا فِي ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلۡأَرۡضِۖ وَهُوَ ٱلۡعَزِيزُ ٱلۡحَكِيمُ ٢٤

Maksudnya: *21. Sekiranya Kami turunkan al-Quran ini ke atas sebuah gunung, pasti kamu akan melihat gunung itu khusyuk (tunduk) serta hancur berkecai kerana takut kepada Allah. Perumpaan itu Kami kemukakan kepada manusia agar mereka berfikir. 22. Dia lah Allah, yang tidak ada Tuhan selain Dia. Yang Mengetahui perkara yang ghaib dan yang nyata. Dia lah Yang Maha Pemurah, lagi Maha Pengasih. 23. Dialah Allah, tidak ada Tuhan selain Dia, Yang Menguasai (seluruh alam), Yang Maha Suci, Yang Maha Sejahtera Yang Maha Melimpahkan Keamanan, Yang Maha Mengawal dan Mengawasi, Yang Maha Perkasa, Yang Maha Kuasa, Yang memiliki segala keagungan. Maha Suci Allah daripada segala yang disekutukan oleh mereka. 24. Dialah Allah Yang Menciptakan sekalian*

makhluk, Yang Mengadakan (daripada tiada kepada ada), Yang Membentuk rupa (makhluk-Nya menurut yang dikehendaki-Nya), bagi-Nya nama-nama yang paling baik dan mulia, segala yang ada di langit dan di bumi bertasbih kepada-Nya dan Dialah Maha Perkasa lagi Maha Bijaksana.

(Surah al-Hasyr 59 : 21-24)

قُلْ أُوحِيَ إِلَيَّ أَنَّهُ ٱسْتَمَعَ نَفَرٌ مِّنَ ٱلْجِنِّ فَقَالُوٓاْ إِنَّا سَمِعْنَا قُرْءَانًا عَجَبًا ۝١ يَهْدِيٓ إِلَى ٱلرُّشْدِ فَـَٔامَنَّا بِهِۦ ۖ وَلَن نُّشْرِكَ بِرَبِّنَآ أَحَدًا ۝٢ وَأَنَّهُۥ تَعَٰلَىٰ جَدُّ رَبِّنَا مَا ٱتَّخَذَ صَٰحِبَةً وَلَا وَلَدًا ۝٣ وَأَنَّهُۥ كَانَ يَقُولُ سَفِيهُنَا عَلَى ٱللَّهِ شَطَطًا ۝٤

Maksudnya: 1. Katakanlah (wahai Muhammad), "Telah diwahyukan kepadaku bahawa sekumpulan jin telah mendengar (al-Quran yang aku bacakan)", lalu mereka berkata, `Sesungguhnya kami telah mendengar al-Quran (sebuah Kitab Suci) yang susunan dan kandungannya sungguh menakjubkan. 2. `Kitab yang memberi hidayah petunjuk kepada jalan yang benar lalu kami beriman dengannya dan kami sekali-kali tidak akan mempersekutukan sesuatu pun dengan Tuhan kami.` 3. `Dan (ketahuilah wahai kaum kami!) Sesungguhnya Maha Tinggi keagungan Tuhan kami, Dia tidak beristeri dan tidak beranak. 4. `Dan (dengan ajaran al-Quran) sesungguhnya (ketua) yang kurang akalnya antara kami telah mengucapkan perkataan yang melampaui batas terhadap Allah.`

(Surah al-Jin 72 : 1-4)

LAMPIRAN B

Borang Penilaian Psikospiritual Islam *al-Makki*

BIL	ITEM	YA	TIDAK	KADANG-KADANG
1	Adakah anda menunaikan solat fardu lima waktu sehari?			
2	Adakah anda menunaikan solat sunat taubat, seperti yang dicadangkan?			
3	Adakah anda telah melakukan solat sunat dhuha selepas pertemuan?			
4	Adakah anda sudah melakukan kebaikan seperti menolong kawan anda dalam kesusahan?			
5	Adakah anda menjauhi segala larangan Allah SWT seperti mencuri, mencaci kawan dan sebagainya.			
6	Adakah anda merasa sedih atas perbuatan dosa yang telah dilakukan?			
7	Sudahkah anda melakukan zikir harian yang dicadangkan?			
8	Adakah anda merasa takut untuk membuat dosa dan dosa lagi?			
9	Adakah anda rasa tenang selepas bertaubat kepada Allah SWT?			
10	Adakah anda terlibat dengan aktiviti-aktiviti kemasyarakatan seperti maulidur rasul, kenduri dan sebagainya?			

Nota :

Pengukuran: Jawapan ***'tidak'*** yang berjumlah lebih dari 5 menandakan peserta adalah lemah di dalam praktikal agamanya.

LAMPIRAN C

KSK- JAKIM/01

BORANG MAKLUMAT KLIEN

Nama : _____

No. KP : _____

Alamat : _____

_____

Telefon : _____ E-mail : _____
Pekerjaan : _____ Taraf Pendidikan: _____
Jantina : L / P Status Perkahwinan : _____
Umur : _____ tahun Tarikh Lahir : ____ / ____ / _____
Bangsa : _____ Agama : _____

Rundingcara/ Bimbingan Yang Diperlukan(√)

Bimbingan		Terapi Psikospiritual Islam	
Kaunseling Syarie		Pengubatan Islam (`Ilaj Syarie)	

Isu yang ingin dikongsikan :

Peribadi		Akademik/Pelajaran		Agama/Kerohanian	
Pasangan		Kerjaya Masa Depan		Tekanan (Stres)	
Keluarga		Pekerjaan		Peningkatan Diri	

Lain-lain, Sila nyatakan :

_____

Adakah anda pernah menjalani sesi kaunseling/rundingcara? Ya : ____ Tidak : _____

Bilakah kali terakhir? _____

Tandatangan : _____ Tarikh : _____

(Nama :)

KEGUNAAN PEJABAT	
KOD KLIEN	
CADANGAN TARIKH JANJI TEMU	
CADANGAN PERUNDING CARA	

KSK- JAKIM/02

PERSETUJUAN TERMAKLUM

Saya _____ No. Kad Pengenalan _____memahami dan bersetuju untuk menjalani sesi bimbingan dan runding cara berdasarkan perkara berikut:

Tanggungjawab Perunding cara

Perunding cara hanya membantu menangani isu dan masalah yang dihadapi dengan menghormati maruah diri, nilai dan keupayaan anda. Sekiranya isu yang dibawa di luar keupayaan (competence) saya sebagai seorang perunding cara maka, saya boleh merujuk anda kepada pihak profesional lain dengan persetujuan anda sebagai klien

Tanggungjawab dan Hak Anda Sebagai Klien

Untuk memastikan keberkesanan sesi, adalah penting bagi anda :

1) Menghadiri sesi seperti yang ditetapkan dengan persetujuan bersama.
2) Memberi kerjasama semasa sesi dijalankan.
3) Berusaha dengan bersungguh-sungguh untuk mengatasi isu yang dikemukakan.
4) Jika anda tidak dapat menghadiri sesi, sila maklum kepada saya sebelum sesi dijalankan.
5) Anda juga berhak untuk menarik diri daripada sesi atau merujuk kepada kaunselor/ perunding cara yang lain sekiranya anda berasa tidak selesa dengan saya.

Kerahsiaan dan Limitasi

Semua perbincangan dalam sesi adalah dirahsiakan. Jaminan kerahsiaan adalah tanggungjawab bersama klien dan perundingcara. Terdapat beberapa limitasi mengenai isu kerahsiaan ini yang memerlukan saya melaporkan kepada pihak yang berkenaan/bertanggungjawab sekiranya anda:

1) Jika maklumat yang dikongsi boleh membahayakan diri anda dan orang lain
2) Jika anda terlibat dalam penderaan atau kesalahan undang-undang di Malaysia.

Sekiranya perundingcara diwaran (subpoenae) dari mahkamah, maka boleh menceritakan isu yang dibincangkan bersama apabila disoal.

Tanda Tangan Klien

Nama : _____

Tarikh:

Tanda Tangan Perundingcara

Nama: _____

KSK- JAKIM/03

LAPORAN SESI RUNDING CARA INDIVIDU

Kod Klien :_____

Sesi Ke : _____ Tarikh : _____

Masa Mula : _____ Masa Tamat : _____

Rundingcara/ Bimbingan Yang Diberikan (√)

Bimbingan		Terapi Psikospiritual Islam	
Kaunseling Syarie		Pengubatan Islam (*'ilaj* Syarie)	

Latar belakang klien :
Isu yang dinyatakan :
Matlamat Bimbingan/Runding cara :
Pelan Tindakan /Amalan Psikospiritual /Intervensi yang Dipersetujui :
Lain-lain/Catatan :
Janji Temu akan datang (jika perlu) :

Disediakan oleh,

(Nama:) Tarikh:

KSK- JAKIM/04

LAPORAN SESI RUNDING CARA PASANGAN/ KELUARGA

Kod Suami : _____ Kod Isteri : _____

Kod Ahli Keluarga 1 : _____ Kod Ahli Keluarga 2 :_____

Sesi Ke : _____ Tarikh : _____

Masa Mula : _____ Masa Tamat :

_____

Rundingcara/ Bimbingan Yang Diberikan (√)

Bimbingan		**Terapi Psikospiritual Islam**	
Kaunseling Syarie		**Pengubatan Islam (*'ilaj* Syarie)**	

Latar belakang Isu/Masalah :
Isu yang dinyatakan :
Matlamat Bimbingan/Rundingcara :
Pelan Tindakan /Amalan Psikospiritual /Intervensi yang Dipersetujui :
Lain-lain/Catatan :
Janji Temu akan datang (jika perlu) :

Disediakan oleh,

(Nama:) Tarikh: _____

KSK- JAKIM/05

PENGESAHAN KEHADIRAN
KSK*CareCentre*
JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA (JAKIM)
PUTRAJAYA

Kepada sesiapa yang berkenaan;

Adalah dengan ini disahkan bahawa .....
dari Jabatan/Syarikat tuan telah hadir ke KSK*CareCentre* JAKIM bagi mendapatkan sesi khidmat nasihat:

Kaunseling Syarie

Terapi Psikospiritual Islam

Pengubatan Islam (*'ilaj* Syarie)

pada ..... mulai jam ..... hingga .....

.....
Nama:
(Tandatangan dan Cop Rasmi)

SEKALUNG PENGHARGAAN

PENAUNG
YBhg. Dato' Dr. Sirajuddin bin Suhaimee
Ketua Pengarah
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

PENASIHAT
YBhg. Brigedier Jeneral Datuk Haji Mohd Ajib bin Ismail
Timbalan Ketua Pengarah (Operasi)
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

KETUA PENYELARAS
Tuan Haji Mohd Norizan bin Abd Ghani
Pengarah
Bahagian Keluarga, Sosial dan Komuniti
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

PANEL PAKAR BIDANG

Profesor Dr. Che Zarrina binti Sa'ari
Akademi Pengajian Islam
Universiti Malaya

Profesor Madya Dr. Syed Mohammad Hilmi b. Syed Abdul Rahman
Akademi Pengajian Islam
Universiti Malaya

Dr. Sharifah Basirah binti Syed Muhsin
Akademi Pengajian Islam
Universiti Malaya

Dr. Mohd Syukri bin Zainal Abidin
Akademi Pengajian Islam
Universiti Malaya

Dr. Mohd Manawi bin Mohd Akib
Fakulti Pengajian Islam
Universiti Kebangsaan Malaysia

Dr. Abdul Ghaffar bin Surip
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

PANEL PENYUMBANG

UNIVERSITI MALAYA

Cik Siti Sarah binti Haji Ahmad
Puan Hasimah binti Chik
Puan Norwahizatul binti Wahed
Puan Noorsyakina binti Simin

JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA

Puan Hajah Nor Hanim binti Abdul Halim
Puan Hazizah binti Yusof
Puan Noor Haliza binti Ali
Puan Nor Aimi binti Mohd Tahir
Puan Nik Suhaila binti Nik Muhammad
Puan A'azah binti Awang Kechik
Puan Asniah binti Mohd Noh
Puan Rosinah binti Abdullah
Puan Nurfarizan binti Jaafar
Puan Ahlami binti Abdullah Akhili
Puan Yuhaniz binti Mohd Yusop
Puan Nor Diyana binti Mohamed Rais
Encik Kamarul Nizal bin Idris
Encik Mohd Firdauz bin Mohd Shurkan
Puan Nurfatihah binti Mohd Sidek
Puan Siti Rubaya binti Mohamad
Puan Illani binti Zulkifli

SEMAKAN HADIS

Encik Yusmahadi bin Yusoff
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

PENYELARAS

Puan Hajah Suhaizam binti Haji Sulaiman
Bahagian Keluarga, Sosial dan Komuniti
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

URUS SETIA

Encik Abdul Rahman bin Hamdan
Bahagian Keluarga, Sosial dan Komuniti
Jabatan Kemajuan Islam Malaysia

BIBLIOGRAFI

Al-Quran Tafsir Pimpinan Ar- Rahman Kepada Pengertian Al-Quran. Edisi Rumi Baharu: Jabatan Kemajuan Islam Malaysia, 2023.

Al-Ghazali, Ihya' `Ulum al-Din, jilid 3, Beirut: Dar al-Fikr, 1996.

Al-Ghazali, Kitab Sharh ʿAjaʾib al-Qalb, The Marvels of the Heart (Book 21 of the Ihyaʾ ʿUlum al-Din), The Revival of the Religious Sciences, (Terj.) Walter James Skellie. Louisville: Fonts Vitae, 2010.

Al-Ghazali, Minhaj al-'Arifin, Beirut: Dar al-Fikr, 2000.

Ibn al-Jauzi, `Abd al-Rahman, Tibb al-Ruhani. Tahqiq Jar Muhammad al-Sa'id bin al-Suyuti Zaghlul, Kaherah: Maktabah al-Thaqafiyyah al-Diniyyah, 1986.

Al-Makki, Abu Talib, Qut al-Qulub fi Mu'amalah al-Mahbub wa Wasf Tariq al-Murid ila Maqam al-Tawhid, jilid 1 & 2. Beirut: Dar al-Kutub al-`Ilmiyyah, 1997.

Al-Muhasibi, al-Harith, al-Ri`ayah li Huquq Allah. Tahqiq 'Abd al-Qadir Ahmad 'Ata'. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiyyah, 1985.

Abu Bakar, Ahmad Ibn al-Husain al-Baihaqi, 1423H. al-Jāmi' Lisyu'abi al-Imān. Tahqiq Mukhtār Ahmad an-Nadwi. Riyadh: Maktabah ar-Rusyd.

Abu Bakar, Ahmad Ibn al-Husain al-Baihaqi, 1423H. Sunan al-Kubra. Tahqiq Muhammad Abd Al-Qadir 'Ata. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Abu Daud, Sulaimān Ibn al-Asy'ath. 1430H. Sunan Abī Daud. Taḥqīq: Syu'aib al-Arnaūṭ. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

Abu Daud, Sulaimān Ibn al-Asy'ath. 1430H. Al-Marāsīl. Taḥqīq: Syu'aib al-Arnaūṭ. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

Aḥmad Ibn Ḥanbal. 2001M. Al-Musnad. Taḥqīq: Syu'aib al-Arnaūṭ. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

Al-Bukhāri, Muḥammad Ibn Ismā'īl. 1998M. Al-Adab al-Mufrad. Taḥqīq: Samīr

Al-Tabarani. Abu al-Qāsim, Sulaimān Ibn Ahmad. Ad-Duā'. Tahqiq Muhammad Abd Al-Qadir 'Ata. Beirut: Dar al-Kutub al-Ilmiyyah.

Al-Tabarani. Abu al-Qāsim, Sulaimān Ibn Ahmad. Al-Mu'jam al-Awsatd. Taḥqīq: Abu Mu'az Tariq. Al-Qāhirah: Dar al-Haramayn.

Al-Tabarani. Abu al-Qāsim, Sulaimān Ibn Ahmad. Al-Mu'jam al-Saghīr. Taḥqīq: Muhammad Syakur Mahmud. Beirut: Maktabah al-Islamy.

Al-Tabarani. Abu al-Qāsim, Sulaimān Ibn Ahmad. Al-Mu'jam al-Kabīr. Taḥqīq: Hamdi Abd Majid al-Salafi. Al-Qāhirah: Maktabah Ibn Taimiyah.

Al-Tabarani. Abu al-Qāsim, Sulaimān Ibn Ahmad. Musnad al-Syāmīin. Taḥqīq: Hamdi Abd Majid al-Salafi. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

al-Zuhairi. Al-Riyāḍ: Maktabah al-Ma'ārif.

_____1422H. Ṣaḥīḥ al-Bukhāri. Taḥqīq: Muḥammad Zuhair al-Nāṣir. Jeddah: Dār Ṭūq al-Najāḥ.

Ibn Baṭṭāl, ‘Ali Ibn Khalaf. 2003M. Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhāri. Taḥqīq: Yāsir Ibn Ibrāhīm. Al-Riyāḍ: Maktabah al-Rusyd.

Ibn Ḥibbān, Muḥammad. 1993M. Ṣaḥīḥ Ibn Ḥibban (Tartīb Ibn Balbān). Taḥqīq: Syu‘aib al-Arnaūṭ. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

Ibn Ḥajr, Aḥmad Ibn ‘Ali. 1379H. Fatḥ al-Bārī Syarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhāri. Taḥqīq: Muḥib al-Dīn al-Khaṭīb. Beirūt: Dār al-Ma’rifah.

Al-Tirmizi, Muḥammad Ibn ‘Īsā. 1998M. Al-Jāmi’ al-Kabīr. Taḥqīq: Bassyār ‘Awwād Ma’rūf. Beirūt: Dār al-Gharb al-Islāmi.

Al-Ḥākim, Muḥammad Ibn ‘Abdillāh. 1990M. al-Mustadrak ‘ala al-Ṣaḥīḥain. Taḥqīq: Muṣṭafa ‘Abd al-Qādir ‘Aṭā. Beirūt: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah.

Al-Qurṭubi, Aḥmad Ibn ‘Umar. 1996M. al-Mufhim li Ma Asykala min Talkhīṣ Kitāb Muslim. Taḥqīq: Muhy al-Dīn Mistū. Beirūt: Dār Ibn Kathīr.

Al-Qasṭallāni, Aḥmad Ibn Muḥammad. 1323H. Irsyād al-Sārī li Ṣyarḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhāri. Miṣr: al-Maṭba‘ah al-Kubrā al-Āmiriyyah.

Al-Kasymīri, Muḥammad Anwār Shāh. 2005M. Faiḍ al-Bārī ‘ala Ṣaḥīḥ al-Bukhāri. Taḥqīq: Badr al-Mirati. Beirūt: Dār al-Kutub al-‘Ilmiyyah.

Al-Nasāī, Aḥmad Ibn Syu‘aib. 2001M. al-Sunan al-Kubrā. Taḥqīq: Syu‘aib al-Arnaūṭ. Beirūt: Muassasah al-Risālah.

Al-Yahṣabi, ‘Iyāḍ Ibn Mūsā. 1998M. Ikmāl al-Mu’lim bi Fawāid Muslim. Taḥqīq: Yaḥyā Ibn Ismā‘īl. Miṣr: Dār al-Wafā`.

Che Zarrina Sa’ari, Psikospiritual Islam: Konsep dan Aplikasi, Journal of Syarie Counseling, 1(1) 2019, 43-51.

Muslim Ibn al-Ḥajjāj. 1427H. Ṣaḥīḥ Muslim. Taḥqīq: Muḥammad Fuād ‘Abd al-Bāqi. Beirūt: Dār Ihyā al-Turāth al-‘Arabi.

Sharifah Basirah Syed Muhsin & Che Zarrina Sa’ari, Psikoterapi Islam Berasaskan Maqamat Abu Talib al-Makki, Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka, 2015.

Syarafuddīn al-Husayn Ibn ‘Abdillāh. 1417H. Syarh al-Misykātu Li At-Tībī. Taḥqīq: Dr. Abd Hamīd Handawī. Riyadh: Maktabah Naza

NOTA HUJUNG

[i] Kitab Perubatan, Bab Allah tidak akan menurunkan sesuatu penyakit melainkan Dia akan menurunkan baginya ubat, no. hadith 5678, daripada Abu Hurairah r.a.

[ii] Kitab Sifat Kiamat, Bab Lain-lain, no. hadith 2488m berkata Abu Isa, hadith ini hasan gharib

[iii] Kitab Keutamaan al-Quran, Bab Keutamaan Surah al-Mulk, no. hadith 2881, berkata Abu Isa, hadith ini hasan, daripada Abu Hurairah r.a.)

[iv] Kitab Solat Musafir dan Qasarnya, Bab Keutamaan Surah al-Kahfi dan ayat al-Kursi, no. hadith 809, daripada Abu Darda' r.a.)

[v] Kitab al-Qadr, Bab Tidak ada yang dapat menolak takdir selain doa, hadith no. 2139, daripada Salman al-Farsi r.a.

[vi] Kitab Jenazah, Bab Doa yang dibaca ketika musibah, no. 632, daripada Ummi Salamah r.a.

[vii] Kitab Taharah, Bab Keutamaan berwudhuk dan solat selepasnya, no. Hadith 227, daripada Uthman bin 'Affan r.a.

[viii] Kitab Taharah, Bab Keluarnya dosa-dosa bersama mengalirnya air wuduk, no. hadith 244, daripada Abu Hurairah r.a)

[ix] Kitab Puasa, Bab Pada Menjelaskan Puasa pada hari Isnin dan Khamis, no. hadith 747 dan Imam al-Tirmizi menilai hadith ini sebagai hasan gharib)

[x] Kitab Puasa, Bab Puasa ad-Dahr, no. hadith 1976 dan Muslim, Kitab Puasa, Bab Larangan Puasa ad-Dahr, no. hadith 1159)

[xi] Kitab Zakat, Bab Pada Menjelaskan Keutamaan Bersedekah, no. hadith 664, dengan katanya: "Hadith ini hasan gharib daripada Anas bin Malik r.a.)

[xii] dalam kitabnya Al-Marasil, Kitab Taharah, Bab Zakat, no. 105, dihukumi sebagai "Hadith hasan lighairihi" oleh al-Albaniy.

[xiii] Kitab Puasa, Bab ar-Rayyan Untuk orang yang berpuasa, no. 1897)

[xiv] Kitab Musnad Kebanyakan daripada sahabat, Bab Musnad Abu Hurairah r.a., no. hadith 7576, berkata al-Arna'ut, sanadnya dhaif)

[xv] Kitab Kelebihan-kelebihan al-Quran, Bab Pada Istighfar, no. hadith1521, berkata al-Arna'ut, sanadnya hasan.

[xvi] Kitab Jihad, Bab Sujud Syukur, no. hadith, 2774, berkata al-Arna'ut, sanadnya sahih lighairihi.

[xvii] Kitab as-Salam, Bab Setiap penyakit ada ubatnya dan disunatkan untuk berubat, no. hadith 2204, daripada Jabir r.a.

[xviii] dalam Mu'jam al-Awsat, Bab Mim, Man Ismuhu Muhammad, no. hadith 6026, berkata al-Arna'ut dalam Takhrij Siiru A'laami an-Nubalaa'(14/124), sanadnya hasan.

MANUAL PSIKOSPIRITUAL ISLAM

Manual ini dibangunkan bertujuan menyediakan panduan dan sumber rujukan kepada Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS) di Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM), Jabatan Agama Islam Negeri (JAIN), Majlis Agama Islam Negeri (MAIN) dan agensi-agensi lain yang berperanan secara langsung dalam melaksanakan perkhidmatan kepada masyarakat awam di KSK*CareCentre* (KSK*CC*) seluruh negara. Manual ini mengandungi kaedah rawatan dan pemantapan jiwa melalui ilmu kerohanian Islam merangkumi perawatan penyakit mental, spiritual, emosi mahupun perilaku moral berteraskan Islam. Sumber dan amalan adalah berpaksikan al-Quran, Sunah dan ilmu pengetahuan serta amalan Ahli Sunah Waljamaah yang tidak bercanggah dengan prinsip syariah.

Manual ini mengandungi tujuh (7) bab iaitu

- Bab 1: Prinsip Asas Psikospiritual Islam
- Bab 2: Ahli Terapi Psikospiritual Syarie (ATPS)
- Bab 3: Terapi Psikospiritual Islam
- Bab 4: Aplikasi/Proses Terapi Psikospiritual Islam
- Bab 5: Penilaian Keresahan Spiritual (Spritual Distress) melalui Teknologi Biofeedback
- Bab 6: Pengurusan Klien
- Bab 7: Prosedur Operasi Standard (SOP) Terapi Psikospiritual Islam

Kandungan Manual Psikospiritual Islam adalah berasaskan kajian hukum pendekatan *ilaj* syarie dalam menangani gejala sosial oleh kumpulan penyelidik dari Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya. Manual ini telah disahkan oleh Jawatankuasa Penyelidikan dan Pengurusan Fatwa (JPPF) dan telah diterima untuk diguna pakai oleh Panel Pakar Syariah (PPS) Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM).

JABATAN KEMAJUAN ISLAM MALAYSIA
Blok A dan B, Kompleks Islam Putrajaya,
No 23, Jalan Tunku Abdul Rahman, Presint 3, 62100 Putrajaya
Telefon : 03-8870 7000
Faks : 03-8870 7003
E-mel : ukkjakim@islam.gov.my

ISBN 978-983-042-739-3