AL-QANATIR
INTERNATIONAL JOURNAL OF ISLAMIC STUDIES
eISSN: 2289-9944
Vol. 13. No. 1. January Issue (2019)

CONCEPT OF SPIRITUAL PRACTICES AMONG BREAST CANCER PATIENTS

KONSEP AMALAN KEROHANIAN DALAM KALANGAN PESAKIT KANSER PAYUDARA

Norhafizah Musa[i], Che Zarrina Sa'ari[ii] & Mohd Khairul Naim Che Nordin[iii]

[i] (*Corresponding author*). Calon Doktor Falsafah, Jabatan Akidah & Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya (UM). norhafizah.kl@utm.my
[ii] Pensyarah Kanan, Jabatan Akidah & Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya (UM). zarrina@um.edu.my
[iii] Pensyarah Kanan, Jabatan Akidah & Pemikiran Islam, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya (UM). khairulnaim@um.edu.my

Abstract

There are various alternative treatments available to treat breast cancer patients, including surgery, chemotherapy, radiotherapy or bone marrow transplant which is the major treatment. However, as Muslims, mental and physical strength is a necessity in facing life tests. The strength of faith in religion will help patients ease their emotional tension in order to stay positive. In addition, spiritual practices will also enhance the stability of their souls in the healing process. Hence, this study is designed to prove that spiritual practice is an alternative to help reduce the sufferings of breast cancer patients through their inner elements (soul). This study is a qualitative study using theme development analysis. The results of this study summarize that spiritual practices among breast cancer patients help in their spiritual well-being through prayer, prostration therapy, qiamullail therapy and alms therapy. This study is expected to be a useful guide for patients suffering from mental disorders especially to those with a critical illness such as breast cancer patients.

Keywords: *Treatment, breast, cancer, patients, spiritual*.

Abstrak

Terdapat pelbagai alternatif rawatan yang disediakan untuk merawat pesakit kanser payudara, antaranya adalah pembedahan, kemoterapi, radioterapi atau pemindahan sumsum tulang yang merupakan rawatan utama. Namun begitu, sebagai umat Islam, kekuatan mental dan fizikal merupakan keperluan dalam menghadapi ujian hidup. Keperluan penghayatan keagamaan akan membantu pesakit untuk meredakan ketegangan emosi agar terus menjadi manusia yang positif. Selain itu, amalan kerohanian juga mampu meningkatkan kestabilan unsur dalaman (jiwa) manusia dalam proses penyembuhan. Justeru, kajian ini disusun bagi membuktikan amalan kerohanian merupakan satu alternatif untuk membantu mengurangkan kesakitan ang dihadapi pesakit kanser payudara melalui unsur dalaman (jiwa). Kajian merupakan satu kajian kualititatif dengan mengunakan analisis pembinaan tema. Hasil kajian ini dapat merumuskan bahawa amalan kerohanian dalam kalangan pesakit kanser payudara untuk membantu kesejahteraan rohani melalui solat, terapi sujud, terapi qiamualail dan terapi sedekah. Kajian ini diharapkan dapat menjadi satu panduan yang berguna kepada pesakit-pesakit yang mengalami masalah gangguan jiwa terutama kepada mereka yang menghidapi penyakit yang digeruni seperti pesakit kanser payudara.

Kata Kunci: *Rawatan, payudara, kanser, pesakit, kerohanian*.

PENDAHULUAN

Kajian Jabatan Pesakit Kanser di Hospital Besar Kuala Lumpur menunjukkan statistik pesakit Melayu-Islam mencapai angka tertinggi menghidap kanser payudara berbanding bangsa Cina dan India (Abdullah N. Hisham & Cheng H. Yip, 2004). Pesakit Melayu-Islam sering dikaitkan dengan cara hidup dan kepercayaan yang mendorong mereka untuk mencari rawatan alternatif bagi kesakitan mereka selain dari merujuk masalah kesihatan kepada institusi perubatan profesional (Amber Haque & Khairol A. Masuan, 2002).

Kajian-kajian yang telah dilakukan Robinson, Kendrick & Brown (2003) dalam ilmu perubatan moden mendapati bahawa amalan-amalan spiritual yang meningkatkan ketinggian unsur dalaman manusia sangat berperanan dalam proses penyembuhan. Kajian yang dijalankan oleh Pargament (2005) menunjukkan bahawa penghayatan keagamaan merupakan sumber motivasi terbaik, penetapan nilai dalam diri manusia dan sumber memberi ketenangan pada perasaan manusia khususnya para pesakit. Ketinggian unsur rohani membawa manusia kepada suatu bentuk kesedaran untuk memahami bahawa penyakit dan penderitaan adalah suatu bentuk anugerah Tuhan yang boleh meningkatkan nilai diri manusia dan kesucian jiwa mereka.

Bagi Islam, kesihatan dan kesejahteraan manusia di dunia dan akhirat bukan dinilai semata-mata pada kesihatan zahir atau fizikal, sebaliknya Islam melihat dengan pandangan yang syumul bahawa manusia yang berjaya dan sejahtera adalah insan yang sihat sejahtera jiwanya dan berfungsi mengabdikan diri mereka kepada Allah SWT (Asmawati Suhid & Fathiyah Mohd Fakhruddin, 2012).

Menurut A. Rahman (2008) kesejahteraan kerohanian antara yang diperlukan oleh pesakit kanser. Pesakit kanser pada kebiasaannya akan menghadapi serangan persepsi dan emosi yang negatif seperti menggambarkan kematian, berasa sedih, murung serta menyerah kalah. Hal ini juga memberi kesan kepada persepsi pesakit terhadap nilai kehidupan. Pada kebiasaannya, rawatan moden yang dilakukan terhadap pesakit kanser antaranya adalah pembedahan, kemoterapi, radioterapi atau pemindahan sumsum tulang yang merupakan rawatan utama. Penerimaan rawatan moden ini mempunyai kesannya yang tersendiri dan pesakit memerlukan penggunaan ubat penahan sakit, makanan dan nutrisi secukupnya, kaunseling dan aspek kerohanian. Justeru, demi meredakan perasaan emosi yang tidak stabil, pesakit disarankan beramal dengan amalan-amalan kerohanian dalam kehidupan harian mereka.

KONSEP AMALAN KEROHANIAN DALAM KALANGAN PESAKIT KANSER PAYUDARA

Konsep kerohanian menurut Abu Soleh (1997), bahawa hubungan dengan Allah SWT dapat direalisasikan dengan melakukan ibadat kepada-Nya. Ibadah dalam Islam merupakan pertalian terus menerus antara hamba dengan Allah SWT. Dalam hubungan ini, seseorang manusia semasa menyembah Allah SWT berada dalam keadaan bebas daripada sebarang perantaraan atau wasilah dan tempat yang suci di bumi boleh melakukan ibadah kepada Allah SWT. Agama Islam menganjurkan umatnya agar sentiasa menjalinkan hubungan dengan Allah SWT di mana segala tindak tanduknya harus terikat dengan segala perintah dan larangan-Nya. Elemen spiritual yang diasaskan oleh agama menjadi salah satu unsur yang disaksikan mampu mempengaruhi perubahan seseorang individu yang bermasalah kerana ia mampu mencipta makna dan kepercayaan dalam diri manusia (Khairunnas, 2014).

Islam amat menekankan aspek kesihatan spiritual manusia terutama kepada umat Islam sendiri dalam menjana pembangunan insan sejagat agar segala cabaran mendatang dapat ditangani dengan baik (Dadang, 1996). Usaha menguatkan aspek rohani adalah melalui cara mewujudkan kesihatan mental sebagimana yang disarankan oleh Rasulullah SAW. Ini jelas disaksikan dalam sejarah perjalanan misi Rasulullah SAW di mana Nabi Muhammad SAW telah mencapai hasil yang cemerlang dalam memandu manusia ke arah kehidupan yang baik dengan membangunkan aspek spiritual (Saiful Akhyar, 2011).

Tujuan amalan kerohanian dalam kalangan pesakit kanser wanita ialah dapat memantapkan keimanan. Menurut Al-Ghazali (2000), keimanan merupakan suatu perkara penting dalam kehidupan manusia kerana keimanan boleh memberikan kesan positif kepada kesihatan jiwa. Di samping itu, dapat mempertingkatkan ibadah. Amalan kerohanian dalam kalangan pesakit kanser adalah :

Solat

Solat merupakan amalan wajib bagi setiap umat islam. Solat adalah merupakan cara komunikasi yang paling hampir dengan Allah SWT. Kegelisahan dan kegusaran itu hanya mampu dilepaskan oleh seseorang apabila dia berada dalam keadaan tenang dan ketenangan itu boleh diperoleh dengan mengerjakan solat. Hal ini kerana solat mempunyai kesan terapeutik yang penting dalam meredakan ketegangan saraf yang timbul akibat berbagai tekanan dan masalah yang dihadapi (Mustafa & Abdul Rahman, 2005; Arifah Fasha Rosmani et al, 2014 & Hilmi Ismail, 2010). Hadis Rasullullah juga menyatakan tentang kebaikan solat ketika mengisyaratkan kepada Bilal agar melaungkan azan sambil baginda bersabda:

{قُم يَا بِلاَل فَنَاد بِالصَّلاَةِ}

Maksudnya, "*Bangunlah wahai Bilal, maka serukanlah kami dengan solat*" (Hadis. Muslim. 835).

Pergerakan dalam solat juga bukanlah aktiviti spiritual atau pergerakan biasa-biasa malah lebih dari itu. Pergerakan dalam solat banyak memberikan faedah dan kesan yang baik terhadap kesihatan tubuh badan. Menurut kajian kesihatan, gerakan dalam solat merupakan gerakan yang paling penting bagi kesihatan disebabkan ianya melibatkan seluruh anggota kasar dan halus terutamanya ketika rukuk dan sujud (Arifah Fasha Rosmani et al, 2014 & Hamdi Rahman, 2013).

Tambahan pula, pergerakan yang memberi kesan ketika solat dalam melatih pernafasan dan melegakannnya ialah ketika bergerak dari atas ke bawah yang menunjukkan posisi bangun dari rukuk, posisi bangkit dari sujud dan posisi bangkit untuk bangun berdiri ke rakaat yang seterusnya. Hal ini kerana ketika rukuk dan ke posisi bersujud, menjadikan tulang dada akan terangkat dan mara ke hadapan serta menyebabkan rongga dada kita membesar dan paru-paru akan mengembang bagi menghisap udara segar dan di samping itu otot atau kumpulan urat juga turut membesar dan kuat membantu melancarkan aliran darah sekali gus memberi tenaga ke seluruh tubuh (Al-Qaradawi, Yusuf 2001; Abdullah al-Qari Salleh, 2007 & Noor Azura Zainuddin et al, 2014).

Sebahagian ahli psikoterapi moden juga mengakui bahawa keadaan tenang dalam solat itu merupakan saluran yang boleh dipergunakan dalam menyembuhkan berbagai penyakit jiwa. Solat lima waktu sehari semalam dapat membekalkan sistem latihan terbaik dalam belajar bersikap tenang. Seorang ahli psikoterapi perlakuan (*behavior*) iaitu Joseph Wolpe, dalam menyembuhkan kegelisahan menggunakan satu kaedah psikoterapi yang dikenali sebagai pencegahan timbal-balik (*reciprocal inhibition*), atau dikenali dengan "terapi dengan keadaan tenang" atau "terapi dengan memperkecil kepekaan emosional".

Dalam sesi terapinya, beliau meminta pesakit untuk menghuraikan perkara-perkara yang membangkitkan kegelisahan ketika pesakit berada dalam keadaan tenang. Apabila pesakit menunjukkan gejala kegelisahan, beliau meminta pesakit menjauhkan hal itu dan memintanya kembali kepada keadaan tenang. Kemudian proses ini diulang sehingga pesakit dapat membayangkan perkara yang membangkitkan kegelisahan dalam keadaan tenang tanpa menunjukkan tanda-tanda gelisah. Kesan yang ditunjukkan melalui kaedah ini sama dengan kesan kepentingan solat dalam menyembuhkan kegelisahan (Salasiah Hanin Hamjah, 2007; al-Ghazali, 1995; Mohd Sabri Mamat et. Al, t.th; Joseph Wolpe, 1998 & Maurits Kwee, 1998).

Terapi Sujud

Dalam solat 5 waktu, seseorang itu dapat melakukan sujud sebanyak 34 kali dan pergerakan ini dapat melatih organ-organ di bahagian kepala berjalan dengan lancar demi memelihara kesihatan mental dan tubuhnya (Noor Azura Zainuddin et al, 2014). Sujud juga merupakan waktu seorang Muslim itu paling hampir dengan Allah SWT. Oleh sebab itu jugalah Rasulullah SAW menyuruh umatnya menyempurnakan sujud dan baginda SAW sering memanjangkan sujudnya. Rasulullah SAW juga menggalakkan berdoa ketika sujud (Noor Azura Zainuddin, et al 2014 & Abdullah al-Qari Salleh, 2007).

Sewaktu sujud tahap isyarat electromyografi (adalah teknik yang digunakan untuk menilai fungsi saraf dan otot dengan merakam aktiviti elektrik yang dihasilkan oleh otot rangka. Ini adalah ujian penting yang digunakan untuk mendiagnosis gangguan otot dan saraf. Ini sering digunakan untuk menilai keabnormalan sistem saraf) lebih rendah, maka apabila kepala berada dalam keadaan terendah, mengakibatkan lebih banyak darah mempunyai zat yang sangat diperlukan oleh otak mengalir ke anggota tubuh badan yang penting (H. Harun et al, 2016 & Azura Zainuddin et al, 2014).

Dengan bersujud, dinding daripada urat-urat nadi otak dapat dilatih untuk menerima darah yang relatif kadarnya lebih banyak daripada biasa, sehingga kematian yang mengejut disebabkan oleh urat-urat otak pecah dapat dielakkan, khusus saat beremosi dan amarah yang menyebabkan lebih banyak darah dipamkan ke urat-urat nadi otak yang dapat mengakibatkan pecahnya dinding urat-urat otak tersebut terutama bila dindingnya telah menjadi rapuh, sempit, dan keras disebabkan ketuaan (Sulaiman al Khumayi, 2007).

Oleh yang demikian, terapi sujud adalah kaedah terbaik dalam meningkatkan kesihatan mental dan fizikal serta boleh mencegah pelbagai penyakit seperti mana yang dinyatakan oleh pengkaji seperti Fatimah Ibrahim dan Noor Azura Zainuddin menjadikan otot lebih kuat, melancarkan pengaliran darah ke seluruh tubuh badan, membuang lemak, menjadikan pengerakan otot di bahagian payudara lebih baik, mengurangkan risiko sakit jantung, saluran darah terurut dan sebagainya (Azura Zainuddin et al, 2014 & Jami`ah Shukri, 2012).

Terapi Qiamullail

Satu aspek penting pada qiamullail ialah dapat mengusir penyakit daripada tubuh. Sepertimana sabda Nabi yang direkodkan oleh imam al-Tirmidhi:

{عَلَيْكُمْ بِقِيَامِ اللَّيْلِ فَإِنَّهُ دَأَبُ الصَّالِحِينَ قَبْلَكُمْ، وَإِنَّ قِيَامَ اللَّيْلِ قُرْبَةٌ إِلَى اللَّهِ وَمَنْهَاةٌ عَنِ الْإِثْمِ، وَتَكْفِيرٌ لِلسَّيِّئَاتِ وَمَطْرَدَةٌ لِلدَّاءِ عَنِ الْجَسَدِ}

Maksudnya, "*Hendaklah kamu mengerjakan qiamullail kerana qiamullail adalah kebiasaan orang soleh sebelum kamu. Qiamullail mendekatkan diri kepada Allah, menghapuskan dosa dan mengusir penyakit dari tubuh*" (Hadis. al-Tirmidhi. *Bab Fi Du^{c}a al-Nabiyy SAW.* 3501).

Kajian mengenai qiamullail telah dilakukan oleh Pensyarah fakulti Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Ampel Surabaya, Mohammad Salleh yang bertajuk "Pengaruh Solat Tahajud kepada Peningkatan Respons Ketahanan Tubuh Imunologik: Satu Pendekatan Psikoneuroimunologi". Beliau menjalankan kajian ke atas 41 siswa. 23 daripada mereka menjalankan ibadah tahajud secara rutin dan selebihnya tidak. Kemudian, hormon kortisol (hormon tekanan atau stress) diuji dan hasil menunjukkan bahawa siswa yang mengamalkan tahajud secara rutin mencatatkan hormon kortisol yang rendah. Ini menunjukkan mereka memiliki ketahanan badan yang kuat dan kecekalan yang tinggi. Hasilnya mereka mampu menangani masalah yang sukar dengan lebih baik (Mohammad Salleh, 2007).

Menurut Mohammad Salleh (2007), gejala mental seperti tekanan dan kemurungan dapat mempercepatkan sel barah dan meningkatkan metastasis (penularan sel barah) dan sekali gus menyebabkan peningkatan hormon kortisol. Tahap kortosil

dapat digunakan sebagai kayu ukur bagi mengetahui keadaan manusia sama ada jiwanya mengalami tekanan atau tidak. Mohamad Salleh (2007) juga berpendapat, solat tahajud mengandungi unsur meditasi dan merehatkan kerana ia dilakukan pada penghujung malam yang sunyi mampu memberikan ketenangan. Solat malam yang diamalkan secara istiqamah, berupaya meningkatkan sistem pertahanan diri kerana oksigen yang dihirup sangat segar pada waktu awal pagi.

Oleh yang demikian, solat tahajud dapat membina sistem pertahanan tubuh badan untuk mengelak penyakit terus merebak, dan menimbulkan perasaan tenang dalam menghadapi ujian penyakit kanser payudara khususnya (Halimah Sa'diyah, 2013). Aktiviti bangun malam dengan mengadakan solat-solat sunat selepas pesakit tidur untuk seketika di waktu malam dan membasahkan diri dengan wuduk dipercayai memberi kesan positif kepada kesihatan seseorang khususnya kepada pesakit. Apabila solat pada waktu malam atau awal pagi berserta persekitaran yang tenang mampu menghampirkan diri kepada Allah (Imam Musbikin, 2005 & Unit Perancang Ekonomi Negeri Selangor Selangor Maju, 2005). Tambahan pula bacaan ayat al-Quran dibaca dengan khusyuk dan difahami maknanya. Firman Allah Taala:

﴿إِنَّ نَاشِئَةَ ٱلَّيلِ هِيَ أَشَدُّ وَطا وَأَقوَمُ قِيلاً﴾

Maksudnya, "*Sebenarnya sembahnyang dan ibadat malam lebih kuat kesannya (kepada jiwa), dan lebih tetap betul bacaannya*" (Al-Quran. Al-Muzammil: 6).

Terapi Sedekah

Terdapat pelbagai saranan dalam al-Quran supaya bersedekah dengan bertujuan mencapai keredhaan Allah (Mohd Hafiz Mohd Dasa, 2017). Salah satunya ialah;

﴿مَّثَلُ ٱلَّذِينَ يُنفِقُونَ أَموَٰلَهُم فِي سَبِيلِ ٱللَّهِ كَمَثَلِ حَبَّةٍ أَنبَتَت سَبعَ سَنَابِلَ فِي كُلِّ سُنبُلَة مِّاْئَةُ حَبَّة وَٱللَّه يُضَٰعِفُ لِمَن يَشَاء وَٱللَّهُ وَٰسِعٌ عَلِيمٌ﴾

Maksudnya, "*Bandingan (derma) orang-orang yang membelanjakan hartanya pada jalan Allah, ialah sama seperti sebiji benih yang tumbuh menerbitkan tujuh tangkai; tiap-tiap tangkai itu pula mengandungi seratus biji. Dan (ingatlah) Allah akan melipat-gandakan pahala bagi sesiapa yang dikehendaki-Nya, dan Allah Maha Luas (rahmat) kurniaNya, lagi meliputi ilmu pengetahuanNya*" (al-Quran. Al-Baqarah: 261)

Dengan sedekah dapat memberi keuntungan bukan sahaja di dunia malah di akhirat (Rosnani Hashim, t.th). Hal ini sebagaimana yang diceritakan dalam sebuah hadis Nabi SAW tentang Nabi Yahya A.S yang bermaksud:
"*Aku memerintahkan kamu bersedekah. Perumpamaan perkara itu sama seperti seorang lelaki yang ditawan musuh. Mereka mengikat tangannya terbelenggu ke lehernya. Lalu yang lain datang untuk memukul lehernya. Maka berkatalah (sedekah).' Aku menebusnya daripada kamu banyak atau sedikit. Sehingga (sedekah) menebus dirinya daripada mereka*" (Hadis. Al-Tirmidhi. 2863).

Dalam hadis ini Nabi SAW mengumpamakan orang yang bersedekah sebagai seorang tawanan. Kemudian datanglah sedekah untuk membebaskannya dari ikatan belenggu. Hadis ini ada beberapa perkara penting yang harus diwaspadai oleh setiap Muslim, antaranya ialah setiap orang yang beriman tidak sepatutnya berhajat dan beribadah kepada Allah hanya ketika dia dalam kesusahan. Dengan erti kata lain, ketika Allah memenuhi hajatnya, maka barulah dia akan selalu melaksanakan segala perintahNya. Tapi, jika dia tidak memperoleh hajat yang diinginkannya, maka dia menjadi malas, bahkan tidak mahu lagi melaksanakan segala perintah Allah. Sedangkan amalan sedekah dalam Islam sewajarnya dipraktikkan ke atas setiap individu kerana amalan ini dimulai sejak kecil dengan akikah dan berakhir dengan kematian melalui wasiat dan harta warisan (Abdullah Jalil & Muhamad Muda, 2017).

Terdapat pelbagai kelebihan dan hikmah yang diperoleh melalui amalan sedekah. Salah satunya ialah amalan sedekah yang menghampirkan seseorang dengan Allah SWT. Ini kerana sedekah mampu membuang ego atau kesombongan seseorang dengan memberi sedikit harta yang dimilikinya kepada orang lain. Sedekah dapat menghindarkan kesulitan dalam memperoleh rezeki, jauh dari bala bencana, kejahatan, penyakit dan kemiskinan (Abdullah Jalil & Muhamad Muda, 2017).

Selain itu, dengan sedekah juga dapat mendidik jiwa untuk beribadat dan menimbulkan perasaan taqwa kepada Allah. Sedekah juga dapat membentuk perbuatan yang baik dan mengalakkan orang lain untuk melakukan kebaikan. Seterusnya, pemberi sedekah dapat belajar menerima ketentuan yang berlandaskan syarak tentang urusan harta bahkan secara tidak langsung dapat menerima ketentuan takdir yang berlaku ke atas diri (Mohd Izhar Ariff Mohd Kashim et al, 2009).

Zikir

Pada kebiasaannya, zikir disebut secara sendirian atau berjemaah. Berpandukan al-Quran terdapat banyak perintah Allah kepada manusia untuk sentiasa berzikir kepadanya, antaranya ialah:

﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱذۡكُرُواْ ٱللَّهَ ذِكۡرٗا كَثِيرٗا﴾

Maksudnya, "*Wahai orang yang beriman, untuk bersyukur kepada Allah ingatlah serta sebutlah nama Allah dengan ingatan serta sebutan sebanyak-banyaknya*" (al-Quran. Al-Ahzab: 41).

﴿فَٱذۡكُرُونِيٓ أَذۡكُرۡكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِي وَلَا تَكۡفُرُونِ﴾

Maksudnya, "*Oleh itu, ingatlah kamu kepadaKu, supaya aku membalas kamu membalas kamu dengan kebaikan;dan bersyukurlah kamu kepadaKu dan janganlah kamu kufur*" (al-Quran. Al-Baqarah: 152).

Zikir merupakan satu bentuk terapi spiritual, terapi rileksasi (*relaxation therapy*), iaitu satu jenis terapi yang memberi perhatian keupayaan kepada pesakit bagaimana kaedah untuk mendapatkan istirehat yang berkualiti serta menenangkan diri dengan penurunan tekanan psikologi (Siswoto Hadi Prayitno, 2012) . Kebanyakkan daripada ahli psikologi-sufistik mempunyai ketenteraman jiwa yang luar biasa. Mereka menjalani kehidupan seolah-olah tiada beban yang ditanggung bahkan mereka tidak memandang berat terhadap musibah yang dihadapi malah mereka menikmatinya. Kunci utama keadaan jiwa mereka sedemikian kerana mengamalkan amalan berzikir (Ibn Khaldun, 1958 .

Berpandukan kajian lepas, menurut (Masuriyati Yahya & Che Zarrina, 2016; Fadzli Adam, Wan Ibrahim Wan Ahmad & Sudirman Abd Fatah, 2012 & Muhammad Nubli Abdul Wahab & Aiman Atta, 2015) mengakui zikir memainkan peranan yang sangat penting dalam membentuk akhlak individu. Zikir telah diketahui mampu memberi kesan kepada individu dan menolong perubahan individu ke arah kebaikan. Zikir juga mempunyai kesan kepada hati, emosi, minda dan tubuh badan. Individu yang dapat mengawal emosi akan dapat mengawal tingkah lakunya. Sebaliknya individu yang tidak dapat mengawal emosi akan mengeluarkan tindak balas yang buruk. Emosi yang baik diurus oleh aktiviti yang disusun seperti zikir. Zikir mampu membuat jiwa berasa selesa, dekat dengan Allah dan membentuk personaliti yang baik (Muhammad Nubli Abdul Wahab & Aiman Atta, 2015).

Sehubungan dengan itu, hati yang baik selalu mengingati Allah iaitu berzikir dan cenderung untuk melakukan perbuatan yang baik. Melalui berzikir individu akan mempunyai kekuatan hati dan keyakinan diri untuk berhadapan dengan manusia. Tambahan, dengan mengingati Allah, menyebut nama-namaNya akan mengisi hati dan perasaan hati sehingga kewujudan Allah dapat dirasai oleh minda dan hati tersebut. Pengkaji mendapati dengan melazimi zikir, pesakit yang berkeinginan untuk menghisap

dadah dapat menghindarinya. Pesakit yang mengamalkan zikir mampu mengatasi pengaruh syaitan.

Oleh itu, pengkaji berpendapat dengan melazimi zikir seharian pesakit kanser payudara dapat menghapus perasaan negatif yang ada dalam diri pesakit dan kelakuan yang teruk dan dapat memberi kesembuhan mental kepada pesakit. Dengan merujuk sumber zikir tersebut, pesakit kanser payudara akan diberikan jadual amalan seharian bagi menandakan amalan-amalan tersebut dilakukan ataupun tidak (Fadzli Adam, Wan Ibrahim Wan Ahmad & Sudirman Abd Fatah, 2012). Antara amalan zikir yang dipraktikkan kepada pesakit kanser payudara berserta terjemahan juga diadaptasi daripada Pusat Perubatan Darul Shifa. Rangkaian Zikir (Haron Din, 2015):

Terjemahan	**Bilangan**	**Zikir**
"*Tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah*"	33 kali	لاَ إِلَهَ إِلاَّ الله
"*Tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah - Muhammad pesuruh Allah*"	11 kali	لاَ إِلَهَ إِلاَّ الله – محمد رسول الله
"*Tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah - Muhammad Nabi Allah*"	11 kali	لاَ الَهَ إِلاَّ الله – محمد نبي الله
"*Tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah – Muhammad Kekasih Allah*"	11 kali	لاَ الَهَ إِلاَّ الله– محمد حبيب الله
"*Tiada Tuhan yang disembah melainkan Allah - Muhammad Pesuruh Allah - ke atasnya selawat Allah*".	7 kali	لاَ الَهَ إِلاَّ الله – محمد رسول الله – عليه صلاة الله
"*Allah Dialah - Allah yang Hidup Kekal*"	11 kali	الله هو – الله حي
"*Wahai Tuhan yang Maha Kekal Abadi- Allah yang Maha Hidup*"	11 kali	يا قيوم – الله حي
"*Wahai yang Maha Kekal Abadi – Allah yang hidup selama-lamanya*"	1 kali	يا قيوم – الله حي دائم
"*Ya Allah berilah rahmat ke atas junjungan kami nabi Muhammad s.aw., nabi yang ummiy dan selawat serta salam juga ke atas ahli keluarga dan sahabat baginda*"	1 kali	اللهم صلى على سيدنا محمد النبي الأمي وعلى آله وصحبه وسلم

Ayat-Ayat Al-Quran

Al-Quran menjamin semua hal yang ada dalamnya, gaya bahasanya yang sempurna dan indah tidak dapat ditandingi dan amat dekat dengan hati serta amat jelas penerangannya. Dalamnya terdapat keterangan-keterangan, petunjuk antara yang benar dan yang batil. Al-Quran diturunkan oleh Allah SWT yang berfirman dengannya dan Dia menjadikannya sebagai penawar terhadap penyakit yang ada di dalam hati dan panduan bagi orang-orang yang beriman (Mohd Zahimie Mohd Dzahid & Hakim Zainal, 2014).

al-Quran juga mengandungi ilmu, hikmah, pelajaran yang baik, anjuran bersikap zuhud di dunia, anjuran cinta akhirat, perumpaan-perumpaan, kisah- kisah dalamnya terdapat banyak ibrah yang dapat menjadi semangat dan hidayah buat manusia. Al-Quran menjana akal dengan membawa kita untuk menghilangkan penyakit-penyakit yang mengajak kepada keinginan-keinginan yang rosak, kemudian hati menjadi normal, keinginan menjadi lurus, dan kembali kepada fitrah asalnya dan amalan menjadi baik serta mentauhidkan Allah (Zakaria Stapa, Noranizah Yusuf, & Abdul Fatah Shaharudin, 2012).

Sehubungan dengan itu, iman dapat dibangunkan dengan penghayatan terhadap alQuran kerana ia membersihkannya, menguatkannya, mendukungnya, membahagiakannya, menyenangkannya, sebagaimana anggota badan yang mendapat tenaga yang menguatkan fizikalnya. Al-Quran bukan sahaja penawar untuk penyakit dalaman malah juga penyakit luaran. Firman Allah:

﴿وَإِذَا مَرِضتُ فَهُوَ يَشفِينِ﴾

Maksudnya, "*Maka apabila aku sakit, maka Dialah yang menyembuhkan penyakitku*" (Al-Quran. al-Shu^{c}ara' : 80).

﴿ٱللَّهُ نَزَّلَ أَحسَنَ ٱلحَدِيثِ كِتَٰبا مُّتَشَٰبِها مَّثَانِيَ تَقشَعِرُّ مِنهُ جُلُودُ ٱلَّذِينَ يَخشَونَ رَبَّهُم ثُمَّ تَلِينُ جُلُودُهُم وَقُلُوبُهُم إِلَىٰ ذِكرِ ٱللَّهِ ذَٰلِكَ هُدَى ٱللَّهِ يَهدِي بِهِۦ مَن يَشَاءُ وَمَن يُضلِلِ ٱللَّهُ فَمَا لَهُۥ مِن هَادٍ﴾

Maksudnya, "*Allah telah menurunkan sebaik-baik perkataan iaitu kitab al-Quran yang bersamaan isi kandungan antara satu dengan yang lain, yang berulang-ulang; kulit badan orang yang takut kepada Tuhan mereka akan menjadi seram; kemudian menjadi lembut kulit badan mereka dan hati mereka kepada mengingati Allah. Itulah petunjuk Allah, Dia memberi petunjuk dengan al-Quran itu kepada sesiapa yang Dia kehendaki; dan sesiapa yang disesatkan Allah, maka tidak ada baginya seorang pemimpin pun*" (al-Quran. Al-Zumar: 23).

Apabila membaca, mendengar dan menghayati ayat-ayat suci al-Quran dapat memberi ketenangan hati kerana deria sentuhan iaitu kulit mempunyai respon terhadap bacaan ayat-ayat al-Quran (Kadar M. Yusuf, 2013). Ini membuktikan bacaan ayat al-Quran dapat merawat gangguan psikologi individu. Bahkan membaca al-Quran merupakan ibadah yang menyucikan diri dan hati daripada perkara keji (Irvan, 2014)

Oleh yang demikian, ayat-ayat al-Quran memberi panduan, pengajaran dan rawatan melalui kepercayaan dan keimanan untuk menjauhi dan mencegah keburukan seperti segala sifat negatif yang hadir dalam diri. Ayat-ayat al-Quran mendidik manusia menjana akal ke arah jalan yang betul dan menunjukkan cara untuk manusia berkelakuan baik. Bahkan ayatayat al-Quran merupakan metodologi psikoterapi Islam untuk mendapatkan kesihatan mental yang baik dan merawat tingkah laku yang kurang baik (Khairunnas Rajab, 2010).

PENUTUP

Penyakit kanser payudara di Malaysia menunjukkan peratusan yang paling tinggi. Terdapat pelbagai inisiatif rawatan dalam mengawal dan mencegah penyakit ini. Namun begitu, keperluan amalan kerohanian juga merupakan salah satu cara untuk membantu pesakit reda dengan ujian yang dihadapi. Amalan kerohanian terhadap pesakit kanser payudara bertujuan untuk memantapkan dan mempertingkatkan keimanan dan kesabaran dalam diri. Keimanan dapat membantu jiwa pesakit menjadi positif. Amalan kerohanian yang perlu ditekankan oleh pesakit adalah dari sudut solat, terapi sujud, terapi qiamualail, terapi sedekah dan zikir.

RUJUKAN

A. Rahman A. Jamal. 2008. *Mengenali Kanser Langkah Pertama Pembasmian*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.

Abdullah al-Qari Salleh. 2007. *160 Faedah Utama Dan Terapi Solat & Padah Meninggalkannya*. Kuala Lumpur: Al-Hidayah Publications.

Abdullah N. Hisham & Cheng H. Yip. 2004. *Overview Of Breast Cancer In Malaysian Women: Problem With Late Diagnosis*. Asian Journal of Surgery 27(2): 130-133.

Abu Soleh Nasaruddin. 1997. *Jalan-Jalan Mengingati Allah.* Johor Bahru: Perniagaan Jahabersa.

Al-Ghazali. 1995. *Mukashafah al-Qulub*. Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-Arabi.

Al-Qaradawi, Yusuf. 2001. *Roh Ibadah: Hakikat dan Hikmahnya*. Kuala Lumpur: Jasmin Enterprise.

Amber Haque & Khairol A. Masuan. 2002. *Religious Psychology in Malaysia*. International Journal for the Psychology of Religion 12 (4) : 277-289.

Arifah Fasha Rosmani, Noor Azura Zainuddin, Siti Zulaiha Ahmad & Siti Zubaida Ramli. 2014. *Bio Terapi Solat: 3D Integration in Solat Technique for Therapeutic Means*. Australian Journal of Basic and Applied Sciences, 8 (21) Special.

Asmawati Suhid, Fathiyah Mohd Fakhruddin. 2014. *Gagasan Pemikiran Falsafah dalam Pendidikan Islam: Hala Tuju dan Cabaran*. Journal of Islamic and Arabic 4 (2): 61.

Dadang Hawari. 1997. *Al-Quran Ilmu Kedoktoran Jiwa dan Kesihatan Jiwa*: Yogyakarta: PT Dana Bhakti Prima Yasa.

Fadzli Adam, Wan Ibrahim Wan Ahmad, Sudirman Abd. Fatah 2012. *Frequency Of Zikir (Remembrance To Allah) In Drug Rehabilitation Process Among Malay Society*. International Journal of Humanities and Social Science 2 (30) :. 92-95.

H. Harun, N.F. Mohd Nasir & A.F. Salleh. 2016. *The Study of Lower Limb EMG Signals Between Male and Female Muslim during Pertaining to Sujud Postures in Solat*. International Journal Of Electrical And Electronic Systems Research 9 : 55.

Halimah Sa'diyah 2013. *Shalat Tahajud Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam*. Disertasi Sarjana. Universiti Islam Negeri Sunan Kalijaga, Indonesia.

Hamdi Rahman. 2013. *Model Penghayatan Solat Berasaskan Kaedah Tafakur.* GJAT 3 (2): 66-78.

Haron Din. 2015. *Ruqyah Asas Pengubatan Islam*. Selangor: Persatuan Kebajikan dan Pengubatan Islam Darussyifa'& Koperasi Darussyifa' Berhad,

Hilmi Ismail. 2010. *Pengamalan Solat Fardhu Di Kalangan Mahasiswa Di Tati University College (Tatiuc)*. Disertasi Sarjana, Universiti Malaya, Malaysia.

Ibn Khaldun. 1958. *The Muqaddimah, An Introduction to History*. London: Routledge & Kegan Paul.

Imam Musbikin. 2010. *Terapi Solat Tahajud Bagi Penyembuhan Kanser.* Kuala Lumpur: Alam Raya Enterprise.

Irvan. 2014. *Konsep Ibadah Dalam al-Quran Kajian Surah al-Fatihah ayat 1-7*. Disertasi Sarjana, Universiti Islam Negeri, Jakarta, Indonesia.

Joseph Wolpe. 1998. Obituary. *Behaviour Research Therapy* 36: 255-256.

Kadar M. Yusuf. 2013. *Indera Manusia Menurut Al-Quran Dan Psikologi Konvensional; Suatu Kajian Perbandingan*. Jurnal Hadhari 6 (2): 55-69.

Khairunnas Hamimah. 2014. *Penerapan Agama Dalam Modul Psikospiritual dan Kesannya Terhadap Kesihatan Spiritual. Kajian di Kompleks Dar as-Saa'dah Kuala Lumpur*. Jurnal Syariah 22 (1), 107-127.

Khairunnas Rajab. 2010. *Methodology Of Islamic Psychotheraphy A Model Of Islamic Psychotheraphy At Islamic Boarding School Suryalaya Tasik Malaya*. Jurnal Usuluddin (31): 1-19.

Masuriyati Yahya & Che Zarrina Sa'ari. 2016. *Program Zikrullah Dan Aktiviti Kerohanian Asas Pembangunan Spiritual Golongan Belia Perlu Perhatian (PP) Dalam Merealisasikan Gagasan Negara Zikir Brunei Darussalam*. GJAT 6 (1) : 101-112.

Maurits Kwee & Albert Ellis. 1998. *The Interface Between Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) And Zen*. Journal of Rational Emotive & Cognitive Behavior Therapy 16: 5-43.

Mohammad Salleh. 2007. *Terapi Solat Tahajud Mukjizat Penyembuh Penyakit*. Kuala Lumpur: PTS Millenia.

Mohd Izhar Ariff b. Mohd Kashim & Mohd Ridzuan b. Awang. 2009. *Konsep Memperkasakan Infaq Fisabilillah Kepada Umat Islam Di Malaysia: Satu Sorotan*. Jurnal Pengurusan Jawhar 3 (1): 231.

Mohd Sabri Mamat, Syed Najmuddin Syed Hassan & Ab. Halim Tamuri. 2016. *Amalan Ibadat Harian dan Sumbangannya Kepada Kecerdasan Emosi Remaja*. Journal of Islamic and Arabic Education 1(1): 29-40.

Mohd Zahimie Mohd Dzahid & Hakim Zainal. 2014. *Pengaruh Kelancaran Membaca Al-Quran Terhadap Kelancaran Membaca Teks Arab: Kajian Kes Di KUIM*. Prosiding Seminar Pengajaran & Pembelajaran Bahasa Arab. 14 November 2014, Terengganu, Malaysia.

Muhammad Nubli Abdul Wahab, Aiman Atta. 2015. *The Study On The Effect Of Zikir Protocols Training Towards Performance Of Heart Rate Variability (HRV) And Academic Achievement Among Secondary Schools Students*. International Journal of Computer Applications 117 (1): 18.

Noor Azura Zainuddin, Jamalia Aurani, Arifah Fasha Rosmani, Wan Naimah Wan Daud & Hamlussalam Md Dali. 2014. *Solat Bio Theraphy Module*. Jurnal Intelek 9 (1): 23-33.

Pargament K. I. 2005. *The Religious Dimension of Coping: Advance in Theory, Research and Practice.* New York: Guilford.

Robinson S, Kendrick K & Brown A. 2003. *Spirituality and The Practice of Healthcare.* Hampshire: Palgrave MacMillan.

Rosnani Hashim. T.th. *Ekonomi dan Pendidikan Peranan Institusi Wakaf*. Jurnal Pendidikan Islam : 45.

Saiful Akhyar Lubis. 2011. *Kaunseling Islam dan Kesihatan Mental.* Bandung: Citapustaka Media Perintis.

Salasiah Hanin Hamjah. 2007. *Menangani Anxiety Di Kalangan Belia Dari Perspektif Al-Ghazali*. Prosiding Seminar Antarabangsa Dakwah Dan Pembangunan Belia Islam. 10-11 September 2007, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, Selangor.

Siswoto Hadi Prayitno. 2015. *Doa dan Dzikir sebagai Metode Menurunkan Depresi Penderita dengan Penyakit Kronis*. Seminar Psikologi & Kemanusiaan 2015 Psychology Forum UMM. 13-14 2015, Universitas Muhammadiyah Malang, Indoesia.

Sulaiman al Khumayi. 2007. *Shalat Penyembahan dan Penyembuhan*. Jakarta: Erlangga.

Tzeng H. M, & Yin C. Y. 2006. *Learning and Respect a Patient's Spiritual Needs Concerning an Unknown Infection Disease*. Nursing Ethics 13 (1): 17-28.

Unit Perancang Ekonomi Negeri Selangor Selangor Maju. 2005. *Asas Penilaian Dan Ruang Pemerkasaan*. Kuala Lumpur: Akademi Aidit Sdn. Bhd.

Zakaria Stapa, Noranizah Yusuf, & Abdul Fatah Shaharudin. 2012. *Pendidikan Menurut Al-Quran Dan Sunnah Serta Peranannya Dalam Memperkasakan Tamadun Ummah*. Jurnal Hadhari Special Edition : 7-22.

Internet

Abdullaah Jalil & Muhamad Muda. *Pengurusan Dana Sedekah Secara Sistematik: Analisa Peranan Institusi Kerajaan Dan Swasta*. Pulau. http://ddms.usim.edu.my/bitstream/123456789/2891/1/2008_Abdullaah_%26_Muhamad_Muda_Pengurusan_Dana_Sedekah_(USIM).pdf (Diakses pada 20 April 2017).

Jami`ah Shukri, Berita Harian Ratu Rentak Aliran Terkini Untukmu, Khamis 8 Mac 2012, http://repository.um.edu.my/90334/1/BERITA%20HARIAN%20-%20Ratu.pdf (diakses pada 18 April 2017).

Penafian

Pandangan yang dinyatakan dalam artikel ini adalah pandangan penulis. Al-Qanatir: International Journal of Islamic Studies tidak akan bertanggungjawab atas apa-apa kerugian, kerosakan atau lain-lain liabiliti yang disebabkan oleh/timbul daripada penggunaan kandungan artikel ini.