

## PERANAN ZAKAT DALAM MERAWAT JIWA (Zakah as a Soul Treatment)

Mohd Nasir bin Masroom<sup>a</sup> Siti Norlina bt Muhamad,<sup>b</sup> Siti Aisyah bt Panatik.<sup>c</sup>

Pusat Kajian Fiqh, Sains & Teknologi, UTM<sup>a,b</sup>

Fakulti Pengurusan, UTM<sup>c</sup>

\*Corresponding author: m.nasir@utm.my

### Abstrak

Ibadah di dalam Islam merupakan satu bentuk ketaatan dan manifestasi perhambaan seorang Muslim kepada Allah SWT. Namun begitu, ibadah juga mempunyai kelebihan atau faedah tertentu terhadap jiwa. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana ibadah zakat boleh membantu dalam meningkatkan kesihatan jiwa. Metod yang digunakan ialah dengan menganalisis pandangan para sarjana Islam terhadap kelebihan amalan zakat. Selain itu, ayat al-Quran dan hadis digunakan untuk pengukuhan hujah. Artikel ini mendapati, sifat keikhlasan dan memahami tujuan ibadah zakat adalah dua elemen yang penting untuk meningkatkan kesihatan jiwa. Hal demikian kerana, zakat dapat menumbuhkan sikap positif, seperti ikhlas, belas ihsan dan syukur. Di samping itu juga, zakat dapat menghindarkan sikap negatif, seperti tamak, sombong dan pentingkan diri. Justeru, zakat yang dikeluarkan dengan ikhlas dan memahami falsafahnya boleh digunakan sebagai salah satu bentuk rawatan kepada pesakit mental bukan psikosis. Artikel ini diharap dapat memberikan bimbingan dan panduan kepada ahli psikologi, pembimbing dan kaunselor untuk merawat pesakit dalam kalangan Muslim.

*Kata kunci:* Zakat, Kesihatan Jiwa, Islam, Pesakit Mental

### Abstract

Worship in Islam is a form of obedience and manifestation of a Muslim's bondage to Allah SWT. However, worship also has certain advantages or benefits to the soul. This article aims to explain how zakat be able to improve the soul well-being. The method used by analyzing the views of Islamic scholars on the advantages of zakat practice. In addition, the Qur'anic verses and Hadiths are used to reinforce the argument. This article found that sincerity and understanding of the purpose of zakat are two significant elements in order to improve the soul. As such, zakat cultivated positive attitudes, such as sincerity, compassion and gratitude. On the contrary, zakat can avoid negative attitudes, such as greedy, arrogant and selfish. Therefore, sincerely and understanding the purpose of zakat can be used as one form of treatment for non-psychotic mental patients. This article is intended to provide guidance and enlightenment to psychologists, counselors and counselors to treat patients in the Muslim community.

*Keywords:* Zakat, Soul well-being, Islam, Mental Patient

## 1.0 PENDAHULUAN

Zakat merupakan salah satu rukun Islam yang diwajibkan ke atas setiap Muslim untuk mengeluarkan sebahagian harta mereka kepada orang-orang yang layak menerimanya. Kewajipan ini terpakai apabila seseorang Muslim mencukupi syarat-syarat yang mewajibkannya mengeluarkan zakat. Orang yang mengeluarkan zakat dijanjikan oleh Allah SWT dengan rahmat dan keredhaanNya (Surah al-Taubah, 9: 71). Manakala orang yang wajib mengeluarkan zakat tetapi enggan melaksankannya, mereka mendapat celaan daripada Allah SWT dan dosanya disamakan dengan perbuatan syirik. Firman Allah SWT yang bermaksud;

*Maksudnya: "...dan (ingatlah), kecelakaan besar bagi orang-orang yang mempersekutukanNya (dengan sesuatu yang lain).Iaitu orang-orang yang tidak memberi zakat (untuk membersihkan jiwa dan hartabendanya) dan mereka pula kufur ingkar akan adanya hari akhirat." (Surah al-Fussilat, 40: 6-7)*

Kepentingan zakat kepada Muslim dapat dilihat dari berberapa aspek seperti individu, masyarakat dan Negara. Menurut Patmawati (2008), Islam mencadangkan institusi zakat sebagai satu mekanisme yang menyelamatkan manusia dari kelaparan, menjamin keadilan sosio-ekonomi dalam masyarakat dan menyediakan satu suasana yang membolehkan manusia memelihara kehormatan dan melaksanakan tanggungjawab terhadap Allah SWT. Manakala Zarina Kadri, Ahmad, & Mohd Ali Mohd Noor (2012) menjelaskan bahawa zakat sebagai instrumen semula jadi dasar fiskal Islam yang boleh berperanan sebagai pemangkin kepada kebangkitan ekonomi negara ketika negara berusaha mencapai status negara berpendapatan tinggi menjelang tahun 2020. Kajian yang dilakukan oleh Fuadah Johari (2004) pula mendapati agihan zakat yang dibuat oleh Majlis Agama Islam Melaka (MAIM) telah dapat mengurangkan kadar kemiskinan di negeri Melaka. Yusuf al-Qaradhawi (2005) pernah menyatakan jika semua kaum muslimim menunaikan zakat dan menyalurkannya dengan teratur, ia sudah cukup untuk mengembalikan kemuliaan sebuah masyarakat Islam.

## 2.0 PENGERTIAN ZAKAT, KESIHATAN JIWA DAN PENYAKIT JIWA

Bahagian ini akan menjelaskan penggunaan istilah utama dalam artikel ini iaitu zakat, kesihatan jiwa dan penyakit jiwa.

### a) Zakat

Perkataan zakat adalah diambil daripada perkataan *al-zakaa'* yang mempunyai beberapa pengertian iaitu *al-nama'* (berkembang), *al-thaharah* (bersih) dan *al-barakah* (pertambahan). Ia juga mempunyai dua maksud iaitu mengeluarkan harta dan menyucikan jiwa (Ibn Manzur, 1997:14/358). Menurut Anas Karzon (2012), disebut zakat adalah kerana ia merujuk kepada keberkatan harta dan juga penyucian jiwa dari sifat kedekut.

Begitu juga pandangan Ibn Kathir (2011) ketika mentafsirkan Surah al-Mukminun (23: 4), beliau menyatakan bahawa perkataan zakat dalam ayat tersebut mempunyai dua maksud yang seiring, iaitu menyucikan harta dan menyucikan jiwa. Demikian jugaperkataan *al-tazkiah al-nafs* (pembersihan jiwa) adalah berakar daripada perkataan *al-zakaa'* (Ibn Manzur, 1997: 14/358).

Manakala pengertian zakat dari segi syarak pula ialah menunaikan hak yang wajib ke atas harta tertentu dalam bentuk yang tertentu dan kewajipannya tertakluk kepada *haul* dan *nisab* (Mausuah al-Fiqhiyyah, 1989: 23/226). Zakat juga boleh ditakrifkan sebagai kadar tertentu daripada sebahagian harta yang wajib diuruskan kepada golongan *asnaf* daripada manusia apabila mencukupi syarat-syarat tertentu (Fiqh al-Manhaji, 1992: 2/11).

Manakala al-Qaradhawi (Fiqh al-Zakat, 1973) menjelaskan, zakat adalah ketentuan kadar yang khusus daripada harta yang difardhukan oleh Allah SWT kepada orang-orang yang berhak. Selain itu, beliau berpandangan bahawa zakat juga meliputi amalan bersedekah dan membelanjakan (*infaq*) harta

pada jalan Allah SWT yang dinyatakan pada Surah al-Taubah (9: 103) (al-Qaradhawi, 2005). Firman Allah SWT yang bermaksud;

*Maksudnya; “Ambillah (sebahagian) dari harta mereka menjadi sedekah (zakat), supaya dengannya engkau membersihkan mereka (dari dosa) dan mensucikan mereka (dari akhlak yang buruk) dan doakanlah untuk mereka, kerana sesungguhnya doamu itu menjadi ketenteraman bagi mereka dan (ingatlah) Allah Maha Mendengar, lagi Maha Mengetahui.” (Surah al-Taubah, 9: 103)*

Justeru itu, artikel ini turut menerima pakai bahawa sedekah, infak dan derma turut termasuk dalam amalan zakat.

## **b) Kesihatan Jiwa**

Al-Ahmady (1999) bersetuju dengan takrif yang diberikan oleh Ibn Qayyim iaitu kesihatan jiwa adalah “kehidupan yang baik.” Allah SWT memberikan kehidupan yang baik kepada orang yang mengenali, mencintai dan beribadah kepadaNya. Ini adalah berdasarkan firman Allah SWT yang bermaksud;

*“Sesiapa yang beramal soleh, dari lelaki atau perempuan, sedang ia beriman, maka sesungguhnya Kami akan menghidupkan dia dengan kehidupan yang baik; dan sesungguhnya Kami akan membalas mereka, dengan memberikan pahala yang lebih dari apa yang mereka telah kerjakan.” (Surah al-Nahl, 16: 97)*

Manakala Morsi (1988: 64), mendefinisikan kesihatan jiwa dalam pandangan Islam ialah “Satu keadaan jiwa yang dirasakan oleh manusia dengan reda dan merasa puas ketika mempunyai akhlak yang terpuji terhadap Allah SWT, dengan dirinya sendiri dan dengan orang lain.”

Menurut al-Zahrani (2005), kesihatan jiwa adalah “kematangan emosi dan sosial seseorang yang disertai dengan adanya kesesuaian dengan dirinya dan jirannya. Individu ini juga mampu untuk memikul tanggungjawab kehidupan, serta mampu untuk menghadapi segala permasalahan yang menghalangnya dengan perasaan menerima realiti kehidupan, rasa redha dan kebahagiaan dengan apa yang berlaku.”

Audah & Morsi (1994) pula berpendapat bahawa kesihatan jiwa adalah keadaan seseorang yang hidup di atas fitrahnya sebagai manusia yang mendekatkan diri kepada Allah SWT, sejahtera dengan orang lain, harmoni dengan diri sendiri, sejahtera jasadnya dan berjaya dalam kehidupan. Ciri utama yang membezakan definisi kesihatan jiwa dari pandangan Islam dan pandangan Barat adalah persoalan yang berkaitan dengan keimanan kepada Allah SWT, kehidupan akhirat dan akhlak Islam.

Zakiah Daradjat (1975) menyatakan bahawa orang yang sihat jiwanya adalah mereka yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup kerana mereka merasakan bahawa diri mereka berguna, berharga dan mampu menggunakan potensi dan bakat yang dimiliki yang membawa kebahagiaan kepada diri sendiri dan orang lain. Di samping itu juga, mereka mampu untuk menyesuaikan diri dan menghindari dari kegelisahan dan gangguan jiwa serta mempunyai moral yang baik. Maka orang yang sihat jiwanya tidak akan merasa sombong, rendah diri tetapi menghargai orang lain dan percaya pada diri sendiri.

Justeru itu, artikel ini mengambil rumusan Mohd Nasir Omar (2005) bahawa kesihatan jiwa merupakan keadaan mental, psikik atau jiwa yang merujuk kepada fakulti dalamannya iaitu fakulti rasional, marah dan syahwat berfungsi dengan sederhana dan seimbang. Manakala jiwa yang berpenyakit pula apabila semua fakulti jiwa tersebut berada di dalam keadaan ekstrem seperti perasaan marah yang melampau melahirkan tindakan yang bodoh. Sedangkan marah yang lemah melahirkan jiwa yang penakut. Kedua-dua keadaan ini adalah buruk dan memerlukan kepada rawatan rohani.

### c) Penyakit Jiwa

Zakiah Daradjat (1975) menyebut bahawa dalam bidang psikiatri dan psikoterapi, istilah “mental” sering digunakan sebagai ganti kepada personality (keperibadian) yang membawa maksud semua unsur-unsur “jiwa” termasuk fikiran, emosi, sikap dan perasaan. Kesemua unsur-unsur ini bergabung yang membina jiwa manusia. Gabungan inilah yang akan menentukan corak laku, cara menghadapi suatu keadaan sama ada keadaan yang menekan perasaan, mengecewakan atau mengembirakan dan sebagainya. Maka, sakit jiwa adalah keadaan yang mengganggu fikiran, emosi, sikap dan perasaan seseorang. Beliau menggunakan istilah “sakit jiwa/mental” untuk memberi maksud kepada “psychosis”, manakala “gangguan jiwa” untuk “neurosis”.

Yusoff Zaky (1989) juga berpandangan bahawa sakit jiwa ialah neurosis manakala sakit akal pula ialah psychosis. Penyakit jiwa bukanlah penyakit gila tetapi ia berada di antara gila dan waras. Mereka yang mengalami penyakit jiwa mempunyai akal yang siuman dan boleh melakukan pekerjaan. Namun, individu ini merasa bahawa mereka tidak dapat bekerja dengan cekap dan sempurna. Orang di sekeliling mereka biasanya tidak perasan bahawa mereka sedang mengalami bebanan perasaan dan emosi yang berat sehingga mereka mempamerkan tanda-tanda yang ketara seperti perubahan tingkahlaku, wajah yang sedih, muram dan tidak bersemangat.

Adnan (2003) menjelaskan bahawa penyakit jiwa berlaku apabila manusia menyimpang atau berlebihan dalam memenuhi keperluan asas dan naluri semula jadi mereka iaitu cinta kepada kehidupan, cinta kepada pemilikan, naluri seksual dan naluri berkasih sayang. Sekiranya seseorang terlalu menyintai "kehidupannya", boleh mengakibatkan penyakit seperti takut kematian, ingin hidup lebih lama, takut sakit dan bimbang masa depan anak.

Dalam psikiatri moden, istilah penyakit mental digunakan secara meluas untuk mendefinisikan individu yang mengalami gangguan mental (*mental disorder*). Secara umumnya penyakit mental boleh dikategori kepada dua kategori iaitu neurosis dan psikosis. *The Gale Encyclopedia of Mental Health* (2008) mendefinisikan neurosis sebagai;

*“Which triggers feelings of distress and anxiety and impairs functioning. The neurotic disorders are distinct from psychotic disorders in that the individual with neurotic symptoms has a firm grip on reality, and the psychotic patient does not.”*

Neurosis juga didefinisikan sebagai “kekurangan keupayaan untuk menyesuaikan diri dalam suatu persekitaran, kurang upaya untuk mengubah gaya hidup dan kurang upaya untuk membina personaliti diri. Tanda-tanda neurosis mungkin menyebabkan anizeti, kesedihan, *depression*, kemarahan, cepat marah, kekeliruan mental dan kurang peka terhadap nilai diri” (C.G. Boeree, 2002).

Dalam teori psikoanalisis, seorang pesakit neurosis dikatakan menggunakan helah bela diri (*defence mechanism*) secara berlebihan untuk lari atau menjauhi dari perasaan dari sesuatu situasi atau peristiwa yang ingin dihindarinya (Drossart.F, 2005). Sebagai contoh, menunjukkan ketakutan luarbiasa atau kebimbangan untuk keluar dari satu situasi. Kebimbangan, tekanan, ketakutan (*phobia*) dan gangguan makanan adalah sebahagian daripada neurosis. Walau pun perkara-perkara ini sering dialami oleh semua orang dalam tahap yang rendah, tetapi sekiranya ia mengganggu aktiviti seharian, bantuan perlu diberikan kepada mereka yang mengalaminya.

Pesakit neurosis sebenarnya menyedari bahawa mereka mempunyai masalah yang mengganggu kehidupan seharian mereka, tetapi mereka tidak berupaya untuk menghindarinya. Terdapat berbagai jenis neurosis antaranya ialah *anxiety neurosis* iaitu perasaan takut yang berlebihan sehingga menyebabkan seseorang tidak dapat berfungsi dengan baik dan boleh mengganggu aktiviti seharian. Ia boleh menyebabkan serangan panik, debaran jantung, kebas dan pengsan ketika berada dalam situasi yang cemas dan bimbang seperti dalam perperiksaan dan temuduga.

Oleh itu, penggunaan istilah penyakit jiwa dalam artikel ini yang mungkin paling hampir dengan psikiatri moden adalah penyakit neurosis. Walaupun demikian, artikel ini mendefinisikan penyakit jiwasebagai gangguan jiwa yang dialami oleh seseorang yang menyebabkan rasa sedih, resah, bimbang, kemurungan dan rasa tidak tenang. Namun, penyakit jiwa ini tidaklah sampai ke tahap psikosis yang menyebabkan seseorang itu tidak mampu untuk menyedari realiti.

Artikel ini juga berpendapat, dalam bahasa Melayu, istilah sakit jiwa dan sakit mental membawa pengertian yang hampir sama. Namun begitu, penggunaan perkataan sakit jiwa lebih khusus untuk masalah yang melibatkan emosi dan perasaan. Sedangkan sakit mental digunakan untuk merujuk kepada masalah kognitif atau kekurangan upaya berfikir dan memahami realiti yang berlaku.

### 3.0 KELEBIHAN ZAKAT TERHADAP JIWA

Zakat merupakan salah satu rukun Islam yang wajib ditunaikan oleh setiap muslim apabila telah memenuhi syarat-syarat tertentu. Menurut Anas (2012), ibadah ini dinamakan zakat kerana ia mengandungi tiga pengertian yang merangkumi di dalam perkataan *az-zaka* iaitu berkembang, penyucian jiwa dan barakah (keberkatan). Maka amalan berzakat ini mempunyai hubungan langsung dengan kesihatan jiwa. Ini dijelaskan sendiri oleh Allah SWT di dalam Surah Al-Taubah ayat 103;

*Maksud: “Ambilah (sebahagian) dari harta mereka menjadi sedekah (zakat), supaya dengannya engkau membersihkan mereka (dari dosa) dan mensucikan mereka (dari akhlak yang buruk); dan doakanlah untuk mereka, kerana Sesungguhnya doamu itu menjadi ketenteraman bagi mereka. dan (ingatlah) Allah Maha Mendengar, lagi Maha mengetahui.” (Surah Al-Taubah, 9: 103)*

Ibn Kathir (2011: 4/201) dalam mentafsirkan ayat ini berpandangan bahawa Allah SWT menyuruh Nabi Muhammad SAW untuk mengambil sebahagian harta sebagai zakat agar dapat membersihkan dan mensucikan jiwa-jiwa manusia dari kekotoran dosa-dosa mereka. Allah SWT juga menyuruh Baginda SAW untuk mendoakan dan memohonkan keampunan kepada mereka selepas menunaikan zakat. Ini kerana doa yang dipohon oleh Rasulullah SAW bagi mereka akan dibalas dengan rahmatNya dalam bentuk ketenangan dan ketenteraman jiwa.

Manakala Al-Qurtubi (1964: 8/249) memberikan tafsiran bahawa perkataan صدقة di dalam ayat ini diambil dari perkataan الصدق (membenarkan). Ia merupakan dalil kepada iman yang benar, iaitu yang selari zahir dan batin. Ini kerana, orang-orang munafik tidak akan patuh kepada perintah mengeluarkan zakat dan sedekah kerana mereka sebenarnya hanya mengaku beriman pada zahir tetapi tidak pada batinnya. Ini berbeza dengan keimanan orang-orang mukmin yang mengaku beriman serta patuh untuk mengeluarkan zakat dan sedekah.

Al-Soni' (2000) berpandangan bahawa melalui ibadah zakat, ia dapat membersihkan harta dan menyucikan jiwa orang yang melakukannya. Ini kerana di dalam Surah al-Syams (91: 9) dan Surah al-A'la (87: 14), Allah SWT telah mengisyaratkan agar manusia melakukan pembersihan jiwa mereka. Melalui ibadah zakat, tujuan pembersihan jiwa dan harta dapat dicapai. Al-Qaradhawi (1995) menyatakan bahawa zakat merupakan ibadah harta yang mempunyai kepentingan yang tersendiri di dalam masyarakat Islam. Al-Quran juga menggunakan perkataan sedekah dan infaq yang merujuk kepada zakat. Di dalam al-Quran, ia dinyatakan bersama dengan kewajiban bersolat sebanyak 10 kali untuk menunjukkan kepentingannya. Seperti firman Allah SWT;

*Maksud: “Dan dirikanlah kamu akan sembahyang dan keluarkanlah zakat, dan rukuklah kamu semua (berjemaah) bersama-sama orang-orang yang rukuk.” (Surah Al-Baqarah, 2: 43)*

Al-Qaradhawi (1995) juga telah menjelaskan kepentingan zakat kepada pemberi dan penerima zakat serta kepada masyarakat Islam iaitu membersihkan jiwa dari sifat kedekut, mendidik jiwa untuk berinfaq dan memberi, menjadikan seseorang berakhlak dengan akhlak Allah SWT, mengajar manusia bersyukur dengan nikmat Allah SWT, menyembuhkan hati dari penyakit cinta kepada dunia, meninggikan keperibadian orang kaya, mengeratkan rasa kasih sayang, membersihkan harta, menambahkan harta, dapat membebaskan penerimanya dalam memenuhi keperluan dan dapat membersihkan diri dari sikap hasad dan permusuhan.

Manakala Al-Ghazali (2006) menyatakan bahawa zakat mempunyai tiga kepentingan utama. Pertama, sebagai bukti keimanan seorang mukmin terhadap ayat Allah SWT yang akan membeli jiwa dan harta orang-orang mukmin dengan syurga (Surah al-Taubah, 9: 111). Kedua, zakat dapat melenyapkan sikap bakhil yang boleh merosakkan jiwa dan menghalang kejayaan dan kebahagiaan

seseorang (Surah al-Hasyr, 59: 9). Ketiga, sebagai tanda bersyukur manusia terhadap segala nikmat dan pemberian yang telah dikurniakan olehNya (Surah Ibrahim, 14: 7).

Di sini dapat dilihat bahawa ikatan yang kuat antara amalan berzakat, bersedekah dan mengeluarkan harta kepada jalan Allah SWT dengan penyucian jiwa dari noda dan dosa serta berupaya menghindari penyakit jiwa dan akhlak buruk yang berkaitan dengan pemilikan harta seperti kedekut, tiada belas ihsan, tiada simpati, tamak, pentingkan diri sendiri, memiliki harta secara haram, terlibat dengan riba, perjudian, penipuan dan menzalimi orang lain. Kesan dari menunaikan zakat, sedekah dan jariah pula, Allah SWT akan memberikan ketenangan, kententeraman jiwa dan rahmatNya kepada orang yang menunaikannya.

Begitu juga amalan zakat dan sedekah yang diberi dari kalangan harta yang dibenci, sudah pasti tiada jaminan kualiti terhadap harta yang diberikan itu. Islam amat menitikberatkan agar kualiti harta yang ingin dizakat atau disedekahkan adalah dari harta yang mempunyai kualiti yang baik, yang boleh digunakan, yang boleh memberi manfaat kepada orang yang menerimanya. Hal ini dijelaskan melalui firman Allah SWT dalam Surah Ali Imran (3: 92).

Hubungan zakat dan kesihatan jiwa juga boleh dilihat dari sudut kepentingan hubungan sesama manusia. Selain memahami diri sendiri, menjaga hubungan dengan orang lain merupakan satu perkara yang boleh menyumbang kepada jiwa yang sihat sebagai mana definisi kesihatan jiwa yang ditakrifkan oleh al-Zahrani (2005). Ini berlaku apabila sikap tolong menolong dan berkerjasama dapat diwujudkan di dalam sesebuah masyarakat melalui ibadah zakat. Sikap bakhil dan kedekut merupakan sikap mazmumah yang berpaksi kepada menjaga kepentingan diri sendiri tanpa menjaga kepentingan orang lain.

Menurut al-Ghazaim (1994), sikap bakhil dan kedekut merupakan sikap seseorang yang mementingkan diri sendiri. Orang yang bakhil sebenarnya hidup di dalam keadaan takut dan bimbang kehilangan dan kekurangan hartanya. Mereka seringkali memisahkan diri dari masyarakat dan tidak membantu mereka. Manakala sikap pemurah dan pemberi dapat memberikan rasa kegembiraan kepada seseorang. Sikap ini boleh digunakan oleh pakar jiwa untuk merawat sakit jiwa seperti kemurungan dan kebimbangan yang sedang dialami oleh seseorang. Ini kerana orang yang memberi dapat merasakan kebahagiaan dan kegembiraan apabila dapat membantu orang lain yang lebih memerlukan.

Berdasarkan Surah al-Lail (92: 5-10), Allah SWT telah berjanji kepada orang-orang yang membelanjakan harta mereka dan bertaqwa kepadaNya serta yakin dengan janji balasan pahala, dengan memberikan mereka kemudahan untuk mendapat kesenangan (syurga), dan perkara-perkara kebaikan. Allah SWT turut mengancam orang yang bakhil dan kedekut daripada membuat kebajikan serta merasa cukup dengan kekayaan dan kemewahan yang mereka miliki, akan mendapat kemudahan untuk mendapatkan kesusahan dan kesengsaraan (Abdullah Basmeih, 1980).

Ibn Kathir (2011: 1/530) ketika menafsirkan Surah Al-Baqarah (2: 264) berpandangan, Allah SWT mengingatkan orang-orang yang menginfakkan harta mereka pada jalanNya agar tidak menyertakan pemberian itu dengan tiga sikap yang boleh membatalkan pahala zakat dan sedekah yang dilakukan. Pertama, mengungkit-ungkit pemberian yang telah dilakukannya itu. Kedua, melakukan perbuatan yang boleh menyakiti penerima. Ketiga, riya' iaitu pemberian seseorang yang dilakukan kerana mahu menunjukkan kepada orang ramai bahawa dia mahu mendapatkan keredhaan Allah SWT sedangkan hakikatnya dia mahu dipuji oleh orang ramai dan mempamerkan sifat yang mulia. Termasuk juga dalam hal ini jika sedekah itu dilakukan untuk tujuan keduniaan yang lain serta sedekah daripada orang-orang kafir.

Anas (2012) berpandangan bahawa zakat dan sedekah berupaya menjadi landasan atau mekanisme untuk menyucikan jiwa dengan dua syarat. Pertama, amalan zakat dan sedekah ini dilakukan dengan menjauhkan diri dari perasaan riya, bangga dan mengungkit-ungkitnya semula. Kedua, menafkahkan harta yang dicintai, bukan harta yang tidak disukai, melakukannya dengan rela dan bukan kerana terpaksa.

Jika ini dapat difahami, maka peranan zakat dan sedekah sebagai medium untuk mensucikan jiwa boleh dicapai. Namun demikian, jika zakat dan sedekah yang diberi tetapi terselit sifat riya, sombong dan mengungkitnya semula tidaklah ia menjadi amalan yang membersihkan jiwa. Malah golongan

yang bersedekah bukan kerana atas keikhlasan tetapi atas kesombongan, mereka tidak akan mendapat sesuatu pahala pun dari apa yang mereka usahakan. Firman Allah SWT;

*Maksudnya: “Hai orang-orang beriman, janganlah kamu menghilangkan (pahala) sedekahmu dengan menyebut-nyebutnya dan menyakiti (perasaan si penerima), seperti orang yang menafkahkan hartanya karena ria kepada manusia dan dia tidak beriman kepada Allah dan hari kemudian. Maka perumpamaan orang itu seperti batu licin yang di atasnya ada tanah, kemudian batu itu ditimpa hujan lebat, lalu menjadilah dia bersih (tidak bertanah). Mereka tidak menguasai sesuatu pun dari apa yang mereka usahakan; dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang kafir.” (Surah al-Baqarah, 2: 264)*

Selain itu, kelebihan zakat dan sedekah terhadap jiwa adalah sebagai merawat perasaan takut dan sedih yang dialami oleh seseorang, di samping ciri lain iaitu beriman, mengerjakan amal soleh dan mendirikan solat. Allah SWT berfirman;

*Maksudnya: “Sesungguhnya orang-orang yang beriman, mengerjakan amal saleh, mendirikan sembahyang dan menunaikan zakat, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.” (Surah al-Baqarah, 2: 277)*

Maka dapat dirumuskan bahawa zakat dan sedekah mampu mendidik jiwa manusia yang memiliki harta untuk membantu yang mereka tiada harta. Zakat juga berupaya membersihkan jiwa dari sikap kedekut dan bakhil. Di pihak penerima zakat dan sedekah pula, timbul rasa silaturahim kepada pemberi. Semakin kukuh ikatan kekeluargaan, kejiranan dan masyarakat kerana menerima bantuan. Hilang perasaan dengki dan khianat kepada orang kaya. Kesemua manfaat ini mendorong kepada jiwa yang sihat, saling berkasih sayang dan hormat menghormati tuntutan untuk bersedekah merupakan salah satu daripada syaria Islam. Hal ini sebagaimana firman Allah SWT:

لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِّن نَّجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ  
النَّاسِ وَمَن يَفْعَلْ ذَلِكَ أَتْبَعْنَا مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا (١١٤)

*Maksud: Tidak ada kebaikan pada kebanyakan bisikan mereka, kecuali bisikan orang yang menyuruh bersedekah, atau berbuat kebaikan, atau mendamaikan antara manusia. Dan sesiapa yang berbuat demikian dengan maksud mencari keredaan Allah, tentulah Kami akan memberi kepadanya pahala yang amat besar. (Surah al-Nisa, 4:114)*

Ariffin Omar, (2006) menjelaskan mengenai perkataan sedekah menurut al-Quran berdasarkan beberapa ayat yang dikemukakannya adalah mengikut kedudukan ayat berkaitan. Tafsiran perkataan sedekah antaranya adalah sedekah wajib, pelupusan hutang, dan sedekah *tatawwu'*, iaitu sedekah sunat.

Selain itu, terdapat banyak hadis Rasulullah SAW berhubung amalan bersedekah. Sebagai contoh satu hadis menjelaskan (Muslim, t.th.: 1006):

عَنْ أَبِي ذَرٍّ، أَنَّ نَاسًا مِنْ أَصْحَابِ النَّبِيِّ ﷺ قَالُوا لِلنَّبِيِّ ﷺ: يَا رَسُولَ اللَّهِ،  
ذَهَبَ أَهْلُ الدُّثُورِ بِالْأَجُورِ، يُصَلُّونَ كَمَا نُصَلِّي، وَيَصُومُونَ كَمَا نَصُومُ، وَيَتَصَدَّقُونَ  
بِفُضُولِ أَمْوَالِهِمْ، قَالَ: " أَوْلَيْسَ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لَكُمْ مَا تَصَدَّقُونَ؟ إِنْ بِكُلِّ تَسْبِيحَةٍ صَدَقَةٌ،  
وَكُلِّ تَكْبِيرَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلِّ تَحْمِيدَةٍ صَدَقَةٌ، وَكُلِّ تَهْلِيلَةٍ صَدَقَةٌ، وَأَمْرٌ بِالْمَعْرُوفِ صَدَقَةٌ،  
وَنَهْيٌ عَنِ مُنْكَرِ صَدَقَةٌ، وَفِي بُضْعِ أَحَدِكُمْ صَدَقَةٌ، قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَيَاتِي أَحَدُنَا  
شَهْوَتُهُ وَيَكُونُ لَهُ فِيهَا أَجْرٌ؟ قَالَ: «أَرَأَيْتُمْ لَوْ وَضَعَهَا فِي حَرَامٍ أَكَانَ عَلَيْهِ فِيهَا وَزْرٌ؟  
فَكَذَلِكَ إِذَا وَضَعَهَا فِي الْحَلَالِ كَانَ لَهُ أَجْرٌ»

*Maksud: Abu Thar RA berkata: “Sesungguhnya sebahagian dari para sahabat Rasulullah berkata kepada Nabi Wahai Rasulullah, orang-orang kaya lebih banyak mendapat pahala, mereka mengerjakan solat sebagaimana kami solat, mereka berpuasa sebagaimana kami berpuasa, dan mereka bersedekah dengan kelebihan harta mereka”. Nabi SAW bersabda, “bukankah Allah menjadikan bagi kamu sesuatu untuk bersedekah? Sesungguhnya tiap-tiap tahlil adalah sedekah, menyuruh kepada kebaikan adalah sedekah, mencegah kemungkaran adalah sedekah dan persetubuhan salah seorang antara kamu dengan (isterinya) adalah sedekah. Mereka bertanya, “wahai Rasulullah, apakah pahala? Rasulullah menjawab, “tahukah engkau jika seseorang memenuhi syahwatnya pada yang haram, dia berdosa. Demikian pula jika ia memenuhi syahwatnya itu pada yang halal, ia mendapat pahala”.*

(H.R Muslim)

Menurut hadis ini, Rasulullah SAW menyatakan bahawa sedekah bukan sahaja berbentuk harta benda tetapi juga berbentuk amalan harian. Rasulullah SAW menyebut bahawa tasbih, tahlil dan tahmid termasuk kategori sedekah. Menyuruh kepada kebaikan dan mencegah kemungkaran juga termasuk sedekah. Begitu juga dengan hubungan suami isteri juga dikira sebagai amalan soleh dan termasuk dalam amalan sedekah (Sadiyah Syekh Bahmid, 2014). Selain hadis ini, terdapat juga hadis lain yang menyatakan amalan sedekah sepertimana berikut (Al-Bukhari, 2001: 1436):

عَنْ حَكِيمِ بْنِ جَزَامٍ، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، أَرَأَيْتَ أُمُورًا كُنْتُ أَتَحَنَّنُ بِهَا فِي الْجَاهِلِيَّةِ مِنْ عَتَاقَةٍ وَصِلَةٍ رَحِمٍ، هَلْ لِي فِيهَا أَجْرٌ؟ فَقَالَ لَهُ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: "أَسَلَّمْتَ عَلَى مَا سَلَفَ مِنْ خَيْرٍ"

*Maksud: Hakim bin Hizam RA berkata: “Aku bertanya: “Wahai Rasulullah, apakah jawapan anda terhadap beberapa perkara yang saya lakukan sebagai ibadah semasa jahiliah seperti sedekah, memerdekakan hamba, dan silaturahmi? Apakah ada ganjaran pahala padanya? Lalu Nabi SAW bersabda: Anda menganut Islam bersama-sama dengan kebaikan yang silam.”*

(H.R Al-Bukhari)

Perkataan sedekah dalam nas di atas memberi erti pemberian atau derma (Ruzian Markom et al., 2015).

#### 4.0 PRAKTIS ZAKAT DALAM MERAWAT JIWA

Perkaitan antara jiwa yang sihat dan zakat juga dapat dilihat menerusi salah satu daripada ciri-ciri jiwa yang sihat berdasarkan Surah al-Maarij (70: 19-25). Allah SWT berfirman;

*Maksud: “Sesungguhnya manusia itu dijadikan bertabiat resah gelisah (lagi bakhil kedekut); Apabila ia ditimpa kesusahan, dia sangat resah gelisah; Dan apabila ia beroleh kesenangan, ia sangat bakhil kedekut; Kecuali orang-orang yang mengerjakan sembahyang; Iaitu mereka yang tetap mengerjakan sembahyangnya; Dan mereka (yang menentukan bahagian) pada harta-hartanya menjadi hak yang termaklum; Bagi orang miskin yang meminta dan orang miskin yang menahan diri (daripada meminta)...” (Surah al-Maarij, 70: 19-25).*

Al-Qurthubi (2009) dan al-Thobari (2009) berpendapat bahawa maksud “hak yang termaklum” pada ayat tersebut adalah merujuk kepada zakat yang wajib dibayar oleh setiap muslim. Ini kerana Zakat wajib adalah salah satu dari rukun Islam yang lima. Kedua-dua ahli tafsir ini menyatakan bahawa antara kelebihan membayar zakat adalah dapat menyambung silaturahmi di antara pemberi dan penerima zakat.



Ayat ini menjelaskan bahawa salah satu ciri orang-orang yang tidak ditimpa penyakit keluh kesah dan bakhil adalah mereka yang menentukan dalam harta mereka bahagian orang-orang yang memerlukan dalam kalangan fakir miskin, sama ada mereka yang meminta-minta atau tidak meminta-minta (Ibn Kathir, 2011: 10/96).

Dalam ayat di atas, Allah SWT memberitahu bahawa manusia secara semula jadi mempunyai perasaan resah dan gelisah apabila ditimpa kesusahan dan kesempitan. Manusia juga mempunyai sikap kedekut dengan harta yang dimiliki. Namun begitu, perasaan resah, gelisah dan kedekut ini tidak dihidapi oleh mereka yang mengerjakan solat secara konsisten dan mengeluarkan zakat.

Mohd Nasir, Siti Norlina & Siti Aisyah (2015) berpandangan, hubungan antara kesihatan jiwa dan zakat ialah zakat dan sedekah dapat membentuk jiwa yang ihsan, simpati dan suka menolong sesama manusia. Sifat-sifat mulia ini merupakan antara ciri-ciri yang dimaksudkan sebagai berkeupayaan berinteraksi atau bersosial dengan orang lain. Ini kerana seseorang yang mempunyai jiwa yang sihat seharusnya boleh berhubungan dan bertoleransi dengan orang lain dalam menjalani kehidupan yang harmoni.

Bermula dari sini, seorang psikoterapis, pembimbing atau kaunselor berperanan membimbing pesakit untuk menyemak semula amalan zakat dan sedekah yang menjadi tanggungjawabnya selama ini. Beri galakan dan dorongan agar pesakit memahami tentang kewajipan mengeluarkan zakat dan membiasakan dirinya dengan bersedekah, derma dan hadiah. Bimbing pesakit agar dapat melaksanakan kewajipan ini dengan penuh ikhlas kerana Allah SWT dan sentiasa mengharap kepadaNya agar Allah SWT menyembuhkan penyakit jiwa yang dialaminya.

Sebagai permulaan, pembimbing perlu membaca dan menghuraikan ciri-ciri individu yang tidak akan menghadapi penyakit gelisah, keluh kesah, bakhil dan kedekut yang terdapat dalam Surah al-Maarij (70: 19-35). Dengan memberi fokus yang lebih kepada amalan menunaikan zakat dan menginfakkan harta pada jalan Allah SWT. Tanamkan keyakinan kepadanya, agar beriman bersungguh-sungguh dengan janji Allah SWT kepada orang yang menunaikan zakat, menginfakkan dan menderma harta pada jalanNya. Beri galakan kepada pesakit untuk memilih cara dan masa yang sesuai serta keupayaan kewangan yang dimiliki seikhlasnya. Ini kerana sedekah dan derma tidak perlu kepada jumlah yang banyak tetapi yang paling penting adalah keikhlasan dalam melakukannya. Sabda Rasulullah SAW;

### **اتقوا النار ولو بشق تمرّة، فمن لم يجد فبكلمة طيبة**

*Maksudnya: "Takutilah api neraka walaupun dengan separuh tamar. Sesiapa yang tiada, maka berkatalah dengan perkataan yang baik" (al-Bukhari, 1987: 6023)*

Penekanan dalam perkara ini adalah jumlah atau kuantiti sedekah yang hendak dilakukan. Berdasarkan hadis di atas, Rasulullah SAW menekankan kepentingan bersedekah walaupun hanya mampu memberi sebahagian tamar. Ini menunjukkan bahawa sedekah tidak perlu kepada nilai yang besar atau banyak. Tetapi ia adalah satu amalan yang mulia dan diberi keutamaan untuk dilakukan. Berbeza dengan zakat, Islam telah menetapkan syarat nisab atau kadar tertentu harta yang wajib dikeluarkan. Ini bermaksud, sekiranya harta yang dimiliki kurang daripada kadar yang tertentu, maka gugurlah kewajipan zakat. Ini juga menunjukkan bahawa zakat bukanlah suatu paksaan terhadap orang yang mempunyai harta tetapi tidak sampai kepada nisab yang ditentukan. Islam sangat mementingkan kemampuan dan keikhlasan dalam melaksanakan zakat dan bersedekah.

Sekiranya pesakit telahpun menunaikan tanggungjawab mengeluarkan zakat dan bersedekah, pembimbing boleh meneruskan kepada langkah seterusnya iaitu menanamkan rasa ikhlas dalam menunaikan ibadah tersebut. Ini kerana zakat dan sedekah yang dikeluarkan tanpa keikhlasantidak mendapat ganjaran sepatutnya daripada Allah SWT. Di samping itu, mereka juga tidak akan mendapat kelebihan dan feadah zakat terhadap jiwa mereka seperti ketenangan dan keamanan jiwa (Surah al-Baqarah, 2: 264).

## 5.0 KESIMPULAN

Selain menjadi bukti ketaatan dan kepatuhan kepada Allah SWT, zakat juga berperanan dalam membina jiwa agar mempunyai sifat mulia dan menghapuskan sifat tercela. Jiwa yang dipenuhi sifat mulia seperti ihsan, syukur, tidak mementingkan diri dan berkasih sayang merupakan sebahagian ciri jiwa yang sihat. Ciri-ciri ini dapat dipupuk dan dibajai melalui amalan berzakat dan bersedekah. Selain itu, zakat juga berupaya untuk menghindarkan penyakit jiwa, seperti tamak, pentingkan diri sendiri dan kedekut. Namun, dua syarat utama untuk mendapatkan kelebihan zakat terhadap jiwa adalah keikhlasan dan memahami tujuan utama berzakat. Keikhlasan dalam mengeluarkan zakat semata-mata untuk mendapatkan keredaan Allah SWT adalah perkara yang paling utama dan ibadah. Termasuk juga dalam keikhlasan ialah menunaikan zakat dengan menyerahkan barang atau ternakan yang mempunyai kualiti yang terbaik, bukan yang rosak, busuk atau cacat. Manakala memahami tujuan zakat untuk membantu sesama manusia, meringankan beban orang miskin, menjadikan jiwa pembayar zakat merasa syukur dan tenang. Justeru, zakat dan sedekah mempunyai kelebihan dan faedah yang besar terhadap kesihatan jiwa apabila ia dilakukan dengan penuh keikhlasan dan mengharapkan ganjaran daripada Allah SWT.

## RUJUKAN

- Abdullah Basmeih, S. (2000). *Tafsir Pimpinan Ar-Rahman kepada Pengertian Al-Qur'an*. Kuala Lumpur: Dar Al-Fikr.
- Abu Ghazaim, J. M. (1994). *Al-Quran wa Al-Sihah Al-Nafsiyyah*. t.t: t.p.
- Adnan, S. (2003). *Psikologi Qurani (Al-Mighwar, terj)*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Al-Ahmady, A. A. (1999). *Al-Tariq Ila Al-Sihah Al-Nafsiyyah 'Inda Ibn Qayyim Al-Jauziyyah Wa 'Ilm Al-Nafs*. Riyadh: Dar Al-Fadhilah.
- Al-Bugha, M. (1992). *al-Fiqh al-Manhaji ala mazhab al-Imam al-Syafie* (4th ed.). Damsyik: Dar Al-Qalam Lil Tobaah wa al-Nasyr wa al-Tauzik.
- Al-Bukhari. (1987). *Sahih Al-Bukhari*. Beirut: Dar Ibn Kathir.
- Al-Ghazali. (1991). *Ihya' Ulum Al-Din* (Vol. 1). Beirut: Dar Al-Fikr.
- Al-Qaradhawi. (2005). *Ibadah Dalam Islam (Abdurrahim Ahmad & Muhammad Muhtadi, terj.)*. Jakarta: Akbar Media Eka Sarana.
- Al-Qaradhawi, Y. (1973). *Fiqh al-Zakat* (2nd ed.). Beirut: Muasasah Al-Risalah.
- Al-Qurtubi. (1964). *Tafsir Al-Qurtubi*. Kaherah: Dar Al-Kutub Al-Misriah.
- Al-Soni', S. I. (2000). *Al-Tadin wa Al-Sihah Al-Nafsiyyah*. Riyadh: Jamiah Al-Imam Muhammad bin Saud Al-Islamiyyah.
- Al-Thobari. (2000). *Tafsir Al-Thobari*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Al-Zahrani, M. S. (2005). *Konseling Terapi (Narulita & Miftahul, terj.)*. Jakarta: Gema Insani.
- Anas, A. K. (2012). *Tazkiah Al-Nafs (H. E. Threeska, terj.)*. Jakarta Timur: Akbar Media Eka Sarana.
- Audah, M., & Morsi, K. I. (1994). *Al-Sihah Al-Nafsiyyah Fi Du'i Ilm An-Nafs Wa Al-Islam*. Kuwait: Dar Al-Qalam.
- Boeree, C. G. (2016). A Bio-Social Theory of Neurosis. Retrieved August 28, 2016, from <http://webpace.ship.edu/cgboer/genpsyneurosis.html>
- Drossart, F. (2005). Neurosis. In *International Dictionary of Psychoanalysis*. Retrieved from <http://www.encyclopedia.com/doc/1G2-3435300975.html>
- Fuadah Johari. (2004). *Keberkesanan Zakat Dalam Mengatasi Masalah Kemiskinan di negeri Melaka*. Kuala Lumpur: Jabatan Syariah dan Ekonomi, Bahagian Pengajian Syariah, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya.

- Ibn Kathir, M. A. (2011). *Tafsir Ibn Katsir (Abdul Ghoffar & Abu Ihsan, terj.)*. Jakarta: Pustaka Imam Syafie.
- Ibn Manzur. (1997). *Lisan Al-Arab*. Cairo: Maktabah Taufiqiyah.
- Laurie, J., & Jeffrey, W. (Eds.). (2008). Psychosis & Neurosis. In *The Gale Encyclopedia of Mental Health* (2nd ed.). Farmington Hills: Thomson Gale Group.
- Ministry of Awqaf and Islamic Affairs State of Kuwait. (1989). Junun. In *Al-Mausuah Al-Fiqhiyyah*. Kuwait: Thobaah Zat Al-Salasil.
- Mohd Nasir Omar. (2005). *Akhlaq dan Kaunseling Islam*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors.
- Mohd Nasir, M., Siti Norlina, M., & Siti Aisyah, P. (2015). Kebimbangan Dari Perspektif Psikologi Islam dan Cara Mengatasinya Berdasarkan Surah Al-Ma'arij. *Sains Humanika*, 5(1), 61–67.
- Morsi, K. I. (1988). *Madhal Ila Ilm Al-Sihah Al-Nafsiyyah*. Kuwait: Dar Al-Qalam.
- Patmawati, H. I. (2008). Pembangunan Ekonomi Melalui Agihan Zakat: Tinjauan Empirikal. *Jurnal Syariah*, 16(2), 223–244.
- Zakiah Daradjat. (1975). Pendidikan Agama Dalam Pembinaan Mental. In *Pembinaan Jiwa/Mental*. Jakarta: Penerbit Bulan Bintang.
- Zarina Kadri, Ahmad, S., & Mohd Ali Mohd Noor. (2012). Zakat sebagai Pemangkin Pembangunan Ekonomi: Ke Arah Negara Berpendapatan Tinggi. In *Prosiding PERKEM VII* (pp. 1263 – 1273).