

## **Kemiskinan Jiwa: Kajian terhadap Tahap Pengisian Jiwa Semasa Pandemik**

Ateerah Abdul Razak  
[ateerah@umk.edu.my](mailto:ateerah@umk.edu.my)  
Universiti Malaysia Kelantan

Noor Hisham Md Nawi  
[hisham@umk.edu.my](mailto:hisham@umk.edu.my)  
Universiti Malaysia Kelantan

### **ABSTRAK**

Manusia dibekalkan dengan unsur rohani, jasmani dan intelektual dalam mengendalikan tugasnya sebagai hamba Allah. Walau bagaimanapun, terdapat pelbagai masalah yang dikaitkan dengan isu kemiskinan jiwa yang mana ia berpunca daripada kegagalan mengendalikan hawa nafsu dalam kehidupan seharian. Kemiskinan jiwa menjadikan pelbagai masalah yang timbul, contohnya tekanan (depresi) dan kemurungan yang serius. Ia melanda masyarakat hari ini terutama apabila krisis pandemik COVID-19 yang melanda seluruh negara. Maka, artikel ini bertujuan mengenal pasti aspek yang perlu diambil kira untuk mengelakkan kemiskinan jiwa. Ia juga bertujuan mengupas mengenai tahap amalan pengisian jiwa di kalangan masyarakat Islam sebelum dan dalam tempoh menghadapi isu terkini iaitu COVID-19. Kaedah yang diguna pakai dalam kajian ini adalah pengumpulan data iaitu kajian kepustakaan dan soal selidik kepada 195 masyarakat Malaysia yang terdiri dari beberapa kawasan. Kajian ini menggunakan kaedah kenormalan (Normality Test) dengan menggunakan SPSS 23.0. Hasil kajian mendapati bahawa tahap amalan pengisian jiwa lebih tinggi dilakukan ketika berlaku krisis COVID-19. Beberapa elemen yang boleh diambil untuk mengelak daripada berlaku kemiskinan jiwa adalah melalui amalan keagamaan dan nilai baik yang ada pada setiap individu Muslim. Elemen ini mampu menangani dari berlaku kemiskinan jiwa di kalangan masyarakat seterusnya membantu ke arah kesejahteraan jiwa dalam menghadapi kesusahan di hari mendatang.

**Kata kunci:** *Kemiskinan Jiwa; Pandemik COVID-19; Depresi; Kesejahteraan; Krisis*

## **Soul Deprivation: A Study on Spiritual Practice During the Pandemic**

### **ABSTRACT**

Humans are provided with the elements of spiritual, physical, and intellectual in performing daily task as God's servant. Nevertheless, there are several problems related to soul deprivation which are caused by the failure of handling individual desire in daily life. Consequently, it leads to some considerable crises such as depression and anxiety. People to date are facing this predicament due to the pandemic of COVID-19. Thus, this article aims to identify the issues that are necessary to avoid from having a desperate soul. It also explores the level of spiritual practice before and amid the pandemic. The methodology that has been used in the current study is reviewing previous research and literature, as well as quantitative data collection among 195 respondents in several states in Malaysia. It uses the normality procedure (normality test) by using SPSS 23.0. The findings show that the level of religious practice is higher, and the respondents could perform better during the crisis of COVID-19. There are

several aspects that need to be taken into account to reduce the conflict of empty soul, such as constant religious practice and enhancing righteous values among Muslims. This element could handle the trouble of spiritual emptiness, hence it assists people towards obtaining a blissful soul in facing the future trial.

**Keywords:** *Soul Deprivation; Pandemic of COVID-19; Depression; Well-being; Crisis*

## PENGENALAN

Apabila menyebut perkataan miskin, kebanyakan pandangan mata kasar akan melihat ia perkataan yang negatif dan mencetuskan pelbagai masalah kehidupan manusia. Hakikatnya perkataan itu mempunyai beberapa sisi yang berbeza. Sebagai contoh, manusia yang mempunyai kemiskinan harta akan dilihat memberi beban kepada kehidupannya dan juga masyarakat di sekeliling. Akan tetapi, ia tidaklah bermaksud dia telah gagal dalam hidupnya. Ini adalah kerana kemiskinan jiwa lebih memberi kesan yang buruk kepada seseorang itu dalam meneruskan kehidupannya sebagai hamba di muka bumi ini. Terdapat dua jenis kemiskinan dari pandangan Islam. Pertama, seseorang yang miskin harta benda dan juga jiwa, manakala golongan miskin kedua adalah orang walaupun kaya harta, tetapi miskin jiwa (Syukri, 2013).

Penulisan ini akan menjelaskan beberapa konsep yang berkaitan dengan kemiskinan jiwa dan seterusnya memberi kefahaman yang lebih jitu kepada masyarakat agar penyakit ini dapat dielakkan. Selain itu, tulisan ini juga membahaskan mengenai krisis pandemik yang dilalui oleh masyarakat sedunia pada hari ini. Kajian berterusan masih dilakukan daripada pelbagai aspek yang berkaitan dengan wabak ini. Ia juga dikatakan sebagai makhluk 'halus' yang memusnahkan manusia dengan pantas tanpa mengira pangkat seseorang (Hamizul, 2020). Gabungan objektif tulisan ini diharap dapat memberi garis panduan kepada pembaca agar dapat mengatasi masalah kemiskinan jiwa dan dapat mengaplikasi konsep yang murni itu dalam menghadapi krisis yang melanda dunia kini.

## KAJIAN LITERATUR: KONSEP MISKIN JIWA MENURUT ISLAM

Di dalam Islam, ada disebutkan di dalam hadis Nabi SAW yang berbunyi:

ليس الغنى عن كثرة العَرَض؛ ولكن الغنى غنى النَّفْس

(Sahih Muslim, Bab Zakat, Buku: 12, Hadis: 157: 1051)

Maksud: Daripada Abu Hurairah RA, daripada Nabi SAW bersabda: "Bukanlah kekayaan itu kerana banyaknya harta, akan tetapi kekayaan itu adalah kaya hati (jiwa)."

Hadis di atas menerangkan bahawa kekayaan itu diukur apabila seseorang itu mempunyai jiwa yang baik dan diredhai oleh Allah. Persoalannya, apakah yang dimaksudkan dengan jiwa yang diredhai itu? Di dalam al-Quran surah Al-Fajr ayat 27 dan 28 menceritakan bahawa Allah meredhai seseorang yang memiliki jiwa yang tenang.

يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ ﴿٢٧﴾ ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَّرْضِيَّةً ﴿٢٨﴾

Maksud: Wahai jiwa-jiwa yang tenang. Kembalilah kepada Tuhanmu dalam keadaan redha dan meredhai.

Ayat diatas memberi keterangan bahawa Allah memanggil jiwa-jiwa yang tenang agar kembalikepadaNya dalam keadaan meredhai (puas hati dengan nikmat Allah) lagi diredhai oleh Tuhan. Tahap jiwa terbahagi pula kepada tiga, iaitu nafsul amarah, lawamah, mutmainnah.

Nafsul amarah merujuk kepada nafsu yang mengajak manusia ke arah kejahatan, seperti yang digambarkan dalam surah Yusuf:

وَمَا أُبْرِيْ نَفْسِيْ ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوْءِ ۗ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُوْرٌ رَّحِيْمٌ ﴿٥٣﴾

Maksud: Dan tidaklah aku membebaskan diriku. Sesungguhnya nafsu itu menyuruh kepada kejahatan melainkan apa yang diberi rahmat Tuhanku.

Ayat tersebut menerangkan bahawa tidaklah manusia itu mensucikan dirinya kerana nafsu itu mudah membawa manusia kearah kejahatan, melakinkan jiwa yang diberi rahmat. Ayat ini memberi kefahaman kepada kita bahawa jiwa yang sentiasa bergolak dan miskin dengan sifat mahmudah (sifat yang baik) akan menggerakkan seseorang itu ke arah yang dimurkai Allah. Mengapa berlaku sedemikian? Imam Al-Ghazali banyak membincangkan mengenai konsep jiwa yang mana ia berfungsi sebagai raja dalam diri manusia dan aspek fizikal atau anggota lain akan mengikuti raja tersebut (Al-Ghazali, 2001). Ini juga selari dengan hadis Nabi SAW yang berbunyi:

أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

(Mishkat al-Masabih, Bab Jual Beli, Hadis: 4: 1219)

Maksud: Ketahuilah bahawa di dalam jasad itu terdapat segumpal daging, jika baik maka baiklah sesuatu jasad itu, tetapi jika buruk maka buruklah jasad itu, ketahuilah bahawa itulah hati.

Hadis tersebut menjelaskan bahawa hati memainkan peranan yang sangat penting dalam mencorak kehidupan manusia. Sekiranya seseorang itu berjaya memberi makanan rohani yang baik kepada jiwanya, maka akan baiklah seluruh jasad dan gerak gerinya akan di berkati oleh Allah. Ini juga selari dan berkait rapat dengan hadis Qudsi yang berbunyi:

Allah berfirman bahawa: “Aku mengikut sangkaan hambaKu, dan Aku bersamanya ketika dia mengingatiKu. Jika dia ingat padaKu dalam jiwanya, maka Aku akan mendekatinya dalam jiwaKu. Jika dia ingat padaKu dalam keramaian, maka Aku juga mengingatinya dalam keramaian yang lebih baik dari manusia lain. Jika dia mendekatiKu sejengkal, maka Aku mendekatinya sehasta. Jika dia datang kepadaKu dalam keadaan berjalan, Aku akan mendekatinya dalam keadaan berlari (Sahih Bukhari, Jilid: 97, Hadis: 34).

Kita dapat mengambil pengajaran bahawa setiap manusia perlu meminta dan berdoa supaya kehidupan mereka dipandu dalam keredhaan Allah. Namun perlu kita ingat bahawa manusia tidak akan lari daripada dosa, sebagai mana yang disebut dalam hadis Nabi SAW:

كل بني آدم خطاء، وخير الخطائين التوابون (الترمذي وابن ماجه والحاكم).

(Mishkat al-Masabih, Bab Dakwah, 2341, 9:114)

Maksud: Setiap anak Adam itu melakukan kesalahan, dan sebaik-baik yang pelaku kesalahan adalah yang bertaubat (Riwayat Tarmizi dan Al-Hakim).

Hadis di atas memberi kefahaman bahawa setiap dari manusia itu sentiasa berada dalam kesilapan, dan sebaik-baik pendosa ialah orang yang melakukan taubat dari dosanya. Ia juga menjelaskan bahawa manusia sentiasa perlu bertaubat untuk mengelakkan diri dari memiliki jiwa amarah. Sebab itulah tahap seterusnya dalam pembahagian tahap jiwa dikenali sebagai *nafsul lawamah* sebagaimana disebut dalam al-Quran:

وَلَا أُقْسِمُ بِالنَّفْسِ اللَّوَّامَةِ ﴿٢﴾

(Surah al-Qiyamah: 2)

Maksud: Dan aku bersumpah dengan jiwa yang menyesali (dirinya sendiri).

Ayat diatas menunjukkan bahawa Allah bersumpah dengan jiwa yang masih mempunyai cacat cela. Apabila manusia bergelut atau bermujahadah daripada melakukan dosa, ia bermaksud sedang membaiki diri kearah yang lebih baik. Kebanyakan manusia akan berada di tahap ini, iaitu bagi mereka yang memiliki ilmu asas mengenai agama dan mereka cuba mengamalkan. Namun kadang-kadang, mereka terjerumus dari melakukan dosa besar tanpa sedar. Justeru, manusia perlu mengawal hati dan tindak tanduk dalam aktiviti seharian supaya kita mendapat rahmat di sebalik perbuatan seharian. Allah berfirman:

إِذْ أَوَى الْفِتْيَةُ إِلَى الْكَهْفِ فَقَالُوا رَبَّنَا آتِنَا مِن لَّدُنكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا ﴿١٠﴾

(Surah al-Kahfi: 10)

Maksud: Dan ketika pemuda itu meminta perlindungan di dalam gua, mereka berdoa “Wahai Tuhanku kurniakanlah disisiMu itu rahmat kepada kami dan sempurnakanlah kepada kami petunjuk yang lurus”.

Firman Allah menerangkan ketika mana orang muda (*ashab al-kahfi*) berdoa agar Tuhan memberikan rahmat dan bimbingan dalam semua urusannya. Ia menunjukkan kebergantungan hamba Allah dalam setiap tindakan atau perkara yang dilakukan seharian. Hal ini kerana manusia akan memperoleh rahmat dan petunjuk (*rushda*) yang membantu mereka meningkatkan kualiti jiwa. Seterusnya, nafsul mutmainnah merujuk kepada orang yang memiliki jiwa yang tenang. Jiwa ini akan dipilih oleh Allah untuk dimasukkan ke dalam syurga dalam keadaan redha dan meredhai. Perkara ini telah disebutkan dalam perbincangan sebelum ini.

### MISKIN HARTA: TAKDIR ATAU PILIHAN

Bahagian ini menghuraikan mengenai adakah kekayaan atau kemiskinan jiwa itu takdir daripada Allah, atau pilihan manusia semata-mata. Jika kita lihat di sekeliling kita, ataupun pada diri kita sendiri, bukan kesusahan itu dipinta dan semua orang mahukan kesenangan hidup. Akan tetapi, tidak semua orang akan memperoleh kebahagiaan tersebut. Ini adalah kerana kuasa Allah ini tidak terbatas sama ada Dia mahu memberi kesusahan atau kesenangan kepada makhluknya. Contohnya, orang yang miskin diuji pula dengan anak-anak yang sakit, dan pelbagai cabaran yang dilalui. Manakala orang yang kaya, begitu ‘mudah’ hidup yang dilaluinya dan begitu lancar kehidupan yang dilaluinya.

Kedua-dua situasi di atas adalah merupakan gambaran konsep kebahagiaan dan kesengsaraan menurut mata kasar manusia. Hakikatnya hanya Allah yang maha bijak mengetahui mengapa seseorang itu memiliki takdir seperti itu. Mungkin kita sebagai manusia yang lemah boleh menilai dan membuat kesimpulan bahawa orang yang miskin itu diuji mungkin kerana dia kurang dekat dengan Allah, tidak solat di masjid dan pelbagai pandangan lagi yang diperkatakan. Manakala orang yang kaya itu dilihat sebagai seorang yang baik, sebab itulah dia ditakdirkan sangat bahagia di dunia ini. Sebenarnya itu bukanlah andaian yang tepat, kerana rahsia Allah memberikan ujian itu tidak ada limitasi kepada susah atau senangnya seseorang itu. Hakikatnya Allah sedang menguji kedua-dua orang tersebut adalah untuk mengetahui siapakah yang miskin sebenarnya, iaitu merujuk kepada miskin jiwa. Orang yang kaya jiwanya mampu menerima ujian tersebut untuk meraih bahagia seperti yang dikehendakinya dan begitulah sebaliknya.

Oleh itu, sebagai manusia kita bukanlah hakim untuk menilai kehidupan seseorang itu miskin jiwa atau tidak. Kita tidak tahu adakah seorang raja yang tidur di atas tilam yang empuk itu jauh lebih bahagia daripada orang miskin yang tidur beralaskan tikar mengkuang sahaja. Ini

adalah kerana bahagia itu rahsia yang Allah selitkan ke dalam jiwa hambaNya, dan bahagia itu akan dirasai berkadar dengan tahap keimanan mereka. Sebagai contoh, pada zaman Rasulullah SAW, terdapat sahabat yang terbunuh dalam peperangan. Namun beliau dengan gembiranya berkata bahawa “aku telah menang bersama Robbku” {فزت ورب الكعبة} (Riwayat Bukhari dan Muslim, Riyad al-Salihin (Bab Jihad), 1316, 11:32.

Pada zahirnya, sahabat tersebut dilihat terkorban di medan perang dengan kesakitan tusukan pedang yang tajam. Akan tetapi beliau masih boleh melahirkan kata-kata yang bahagia di akhir hayat beliau. Disinilah kita dapat belajar bahawa orang yang jiwanya kaya tidak merasai kesusahan dan kesakitan itu sebagai bebanan. Nikmat sebenar di sebalik ujian hanya akan dirasai mukmin yang meyakini janji Allah yang tidak dapat dihitungkan oleh makhluknya. Justeru, manusia mampu meraih kakayaan jiwa kerana Allah telah menjanjikan bahawa setiap perkara yang berlaku kepada mukmin itu semuanya baik.

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ لَهُ خَيْرٌ، وَلَيْسَ ذَلِكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ: إِنَّ أَصَابَتُهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ، وَإِنْ أَصَابَتْهُ  
ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

(Sahih Muslim (Bab Zuhud dan Berlembut Hati), 55, 82:2999).

Maksud: Sungguh menakjubkan keadaan orang mukmin. Semua perkara yang berlaku adalah baik untuk dirinya, dan semua perkara ini tidak akan diperoleh oleh sesiapa pun kecuali bagi orang mukmin. Apabila diberi kesenangan maka ia bersyukur, itu adalah baik baginya. Jika ditimpa kesusahan, ia sabar maka ia adalah baik baginya.

Hadis di atas menceritakan keajaiban urusan mukmin bahawa semua perkara yang berlaku adalah baik sama ada ujian atau nikmat. Ia bergantung kepada bagaimana seseorang mukmin itu memberi respon terhadap situasi yang berlaku dalam hidupnya. Ia mengajar kita bahawa minda dan jiwa kitalah yang berperanan menentukan reaksi kita terhadap peristiwa dalam hidup kita, seterusnya tepuk lah dada tanya iman apakah menjadi pilihan hati kita, sama ada untuk menjadi seorang yang miskin atau kaya jiwa, berdasarkan coretan harian kisah hidup kita.

Kajian lepas yang berkaitan dengan kesusahan hidup masyarakat dijalankan, antaranya ialah kemiskinan keluarga menjadi faktor utama kepada tahap pendidikan anak-anak (Siti Masayu & Narimah, 2018). Ini menunjukkan salah satu contoh bagaimana kekangan kepada kemiskinan harta itu juga turut menyumbang kepada miskin jiwa, justeru pendidikan agama dalam kalangan keluarga amat dititik beratkan untuk mengelakkan masalah ini menular dalam kalangan masyarakat.

## KAEDAH KAJIAN

Kajian ini menggunakan kaedah kuantitatif untuk menganalisis tahap pengamalan masyarakat sebelum dan semasa berlakunya pandemik. Kaedah ini dimulakan analisis kajian lepas dari perspektif Islam yang berkaitan kesan pengamalan agama terhadap perkembangan peribadi masyarakat. Setelah mengenal pasti konstruk yang berkaitan dengan kajian, beberapa item telah diubah suai hasil daripada kajian lepas, antaranya adalah pembinaan instrumen kebahagiaan (Ateerah & Lukman, 2019). Instrumen tersebut telah melalui ujian kesahan dan kebolehpercayaan dan ia boleh diguna pakai untuk kajian lain yang berkaitan.

Kaedah responden dipilih adalah berdasarkan teknik persampelan tujuan (*purposive sampling*) yang terdiri daripada hampir 200 peserta. Mereka juga terdiri daripada responden yang beragama Islam dan berkeluarga. Soal selidik diedarkan pada peringkat perintah kawalan pergerakan fasa satu pada tahun 2020. Setelah data dikumpul, kemudian ia dianalisis dengan menggunakan perisian SPSS 23.0.

### DAPATAN KAJIAN

Hasil daripada kajian ini, didapati bahawa terdapat satu peningkatan aspek amalan kerohanian dalam kalangan masyarakat Malaysia. Pandemik ini sedikit sebanyak memberi motivasi kepada umat Islam untuk lebih giat lagi menjalankan rutin spiritual. Ia juga berkesan dalam mengubat kemiskinan jiwa di kalangan masyarakat. Keputusan amalan pengisian jiwa dicatatkan seperti berikut:

JADUAL 1: Perbandingan tahap pengamalan agama sebelum dan semasa pandemik.

Religious Practice	PRE		POST	
	MEAN	SD	MEAN	SD
RP1 ....manage to recite the Quran every day.	4.73	1.671	5.87	1.42
RP2 ....perform my prayers (solat) early.	4.99	1.317	5.97	1.20
RP3 ....perform supplementary prayers (solat sunat) consistently.	4.04	1.596	5.36	1.50
RP4 ....pray for safety and well-being.	5.67	1.315	6.42	1.06
RP5 ....have positive impressions with things that Allah has pre-determined.	6.14	1.190	6.54	0.97
RP6 ....have faith that there is a reason/lesson for every hardship/test	6.23	1.178	6.51	1.01
RP7 ....am always patient in facing challenges.	5.99	1.190	6.42	0.99
RP8 ....accept every hardship/test wholeheartedly and sincerely	6.03	1.196	6.40	1.01
RP9 Overall, I am satisfied with my religious practices	5.23	1.534	5.97	1.32

Jadual di atas menunjukkan pengukuran amalan agama sebelum dan semasa berlaku pandemik. Item dalam jadual di atas adalah berkait rapat dengan elemen keagamaan dan seperti solat, bacaan al-Quran, doa dan sifat murni seperti sabar dan redha. Kajian ini juga mendapati bahawa terdapat peningkatan amalan semasa pandemik, dan ini adalah kerana situasi yang menyempitkan masyarakat menjadi ruang untuk manusia melakukan penyucian jiwa dan berusaha kearah yang lebih baik. Kajian ini juga selari dengan dapatan kajian yang menyatakan bahawa peranan ketua keluarga amat penting dalam memastikan amalan agama seperti solat berjemaah dapat diamalkan di rumah sempena norma baharu ini (Abd. Hakim, Ros Aiza, Latifah, 2020).

JADUAL 2: Tahap hubungan sesama masyarakat sebelum dan semasa pandemik

No.	Social Relationship	PRE		POST	
		MEAN	SD	MEAN	SD
SR1	....show good example to the children	5.39	1.447	5.96	1.38
SR2	....conduct activities related to religious knowledge for the children.	5.13	1.588	5.86	1.45
SR3	give advices to the children.	5.46	1.503	5.95	1.44
SR4	....make sure of a close relationship among family members	5.79	1.241	6.27	1.01
SR5	....practice good communication with family members.	5.77	1.178	6.21	1.13
SR6	....do activities with family members well.	5.69	1.168	6.24	1.00
SR7	....practice managing family finance well.	5.52	1.183	6.17	1.08
SR8	....assist my family with daily chores.	5.79	1.093	6.30	0.98
SR9	help/assist the people who are weaker/in need.	5.36	1.171	5.95	1.14
SR10	....give financial aid/donation to the people in need.	5.18	1.276	5.90	1.19
SR11	Overall, I am grateful for everything that happens.	5.96	1.132	6.35	1.04

Jadual di atas adalah berkaitan dengan hubungan sesama manusia yang berlaku sebelum dan semasa pandemik. Kajian mendapati bahawa dalam aspek hubungan sesama keluarga, ia

menunjukkan berlaku penambahbaikan dalam kalangan ahli keluarga. Responden menunjukkan bahawa mereka mengamalkan tingkah laku yang lebih baik sesama manusia semasa berlaku pandemik. Aspek hubungan sosial ini merupakan elemen yang penting kerana ia membolehkan manusia mengawal emosi, menangani stress dengan baik dan dapat bertahan dalam situasi yang sukar (Abdallah et al., 2019).

JADUAL 3: Tahap nilai (akhlak) individu sebelum dan semasa pandemik

Individual Value	PRE		POST	
	MEAN	SD	MEAN	SD
IV1 ....practice being sincere (ikhlas) in daily activities.	5.78	1.16	6.32	0.97
IV2 ....am honest (amanah) in exercising my responsibilities.	5.89	1.10	6.27	0.99
IV3 ....work hard to achieve my goals/dreams.	5.71	1.14	6.20	1.05
IV4 ....am patient in facing hardships in life.	5.80	1.08	6.34	1.00
IV5 ....am grateful with any blessings and grace that are bestowed upon me.	6.05	1.08	6.42	0.98
IV6 ....am disciplined in anything I do.	5.65	1.08	6.17	1.05
IV7 ....rely on God in dealing with everyday life.	6.05	1.17	6.40	0.97
IV8 Overall, I have adjusted many positive values in my life.	5.91	1.15	6.30	0.92

Jadual di atas membincangkan mengenai nilai akhlak yang diamalkan oleh masyarakat Muslim sebelum dan semasa pandemik. Antara nilai-nilai yang diukur adalah sikap ikhlas, amanah, kuat bekerja, bersyukur dan bergantung harap kepada Allah. Nilai-nilai Islam ini perlu diterapkan dalam kalangan masyarakat kerana ia membantu mengurangkan kesan negatif seperti tekanan emosi dan mental semasa pandemik (Badre, Badr, & Mohamed, 2020).

Ketiga-tiga jadual di atas menunjukkan bahawa terdapat peningkatan amalan-amalan pengisian jiwa semasa berlakunya pandemik. Ini menunjukkan kebanyakan masyarakat Malaysia berusaha untuk meningkatkan kualiti jiwa supaya mendapat ketenangan dalam menghadapi musibah yang melanda negara. Ini juga menunjukkan manusia termotivasi apabila diberi ujian dan memiliki inisiatif ke arah kebaikan dalam kehidupan seharian. Kita juga dapat memahami bahawa konsep berharap untuk mendapat rahmat dari Allah adalah lebih tinggi apabila berdepan dengan kesusahan. Oleh sebab itulah Allah menjelaskan bahawa ujian adalah salah satu jalan agar manusia kembali untuk taat kepadaNya. Dengan amalan ini, manusia dapat memperkaya kualiti jiwa mereka seterusnya memberi manfaat kepada masyarakat di sekeliling.

Pandemik memberi peluang untuk merenung diri bahawa terdapat banyak rahsia yang Allah simpan di sebalik Perintah Kawalan Pergerakan (PKP), antaranya adalah menanam sifat sabar. Sebagai manusia biasa, kita tidak lepas daripada melakukan kesilapan dalam hidup. Oleh itu, masa yang diberikan oleh Allah sepanjang tempoh PKP ini memberi peluang kepada manusia untuk berubah ke arah yang lebih baik. Sebagai contoh, peluang yang diberikan ini boleh diguna untuk memberikan lebih banyak masa kepada anak-anak dan keluarga. Ia juga memberi kesedaran dalam diri bahawa banyak kelompangan didikan kepada anak-anak yang masih perlu diperbaiki dan ditambah baik. Selain itu juga, seorang isteri juga boleh menunaikan tanggungjawab kepada suami dengan sebaiknya agar kehidupan berumah tangga lebih direndhai.

Setiap individu mempunyai kenangan pahit dan manis sepanjang tempoh PKP dan perkara yang paling kita bimbangi adalah tekanan mental yang dihadapi oleh masyarakat yang sedang bergelut dengan masalah peribadi yang dihadapi sepanjang tempoh PKP. Setiap hari kita dimaklumkan bahawa pelbagai masalah sosial yang dihadapi oleh masyarakat, sebagai contoh tekanan perasaan yang dialami pelajar Institut Pengajian Tinggi (IPT) sepanjang tempoh PKP yang mana mereka tidak dapat bersama dengan keluarga mereka. Bukan itu

sahaja, masyarakat yang terdiri daripada kakitangan bukan kerajaan juga mengalami krisis kewangan keluarga yang agak kritikal kerana gaji mereka terpaksa dipotong. Justeru, mereka terpaksa mencari inisiatif lain untuk menyara keluarga mereka. Dalam situasi yang sukar begini, pentingnya bagi masyarakat berpegang kepada amalan agama yang betul. Konsep berusaha dan bertawakal amat penting kerana Allah berjanji bahawa Dia tidak akan menisiasikan usaha dan amalan orang yang berusaha kearah kebaikan dunia dan akhirat. Justeru kita harus yakin bahawa setiap percaturan yang Allah tetapkan adalah mempunyai solusi yang tersendiri agar hambaNya terus bergantung kepadaNya tanpa rasa ragu-ragu. Keyakinan ini terhasil daripada keimanan yang tinggi kepada Allah dan juga usaha yang berterusan.

Allah akan datangkan ujian kepada hambaNya adalah pelbagai bentuk, antaranya adalah dalam bentuk senang atau susah. Ada yang diuji dengan kesenangan, maka dia perlu mengawasi sikap sombong dan bangga kerana kadang-kadang syaitan akan membisik bahawa kejayaan yang datang adalah hasil usahanya sendiri. Contohnya, seseorang itu mendakwa bahawa dia berhak mendapat kekayaan harta atas usaha keras atau kebijaksanaan akalunya. Orang yang miskin jiwa seperti ini akan menikmati tempoh PKP ini dengan begitu senang sekali, sehingga mereka terlupa untuk melihat ke bawah, iaitu golongan yang memerlukan bantuan. Mungkin bagi mereka yang cetek akal menyatakan bahawa itu semua takdir Allah yang tetapkan kepada golongan yang kais pagi makan pagi, kais petang makan petang ini, namun mengertikah dia bahawa Allah sedang mengujinya yang ketika mana dia merasa bahawa dia berada di zon yang selesa, apabila boleh berada di kampung bersama keluarga, dan mungkin sekadar goyang kaki duduk di rumah.

Golongan miskin jiwa ini juga akan bergembira dengan kekayaan yang diperoleh tanpa menghiraukan orang lain. Akan tetapi, hakikatnya dia boleh mengubah jiwanya untuk menjadi kaya sekiranya gaji tersebut dapat disedekahkan kepada golongan yang lebih memerlukan. Betapa ramai yang tidak dapat mengecapi makanan sepanjang tempoh PKP ini disebabkan kekangan untuk keluar mencari rezeki, sedangkan kita sedang enak bertukar resepi itu dan ini setiap hari. Betapa sombongnya diri kita jika kita tidak dapat memikirkan golongan yang di bawah kita yang sedang bersedih sepanjang tempoh PKP ini.

Amatlah penting untuk memiliki jiwa yang *qanaah*, iaitu berasa cukup dengan apa yang kita miliki dan kecukupan itu tidak membiarkan kita untuk terus berusaha mendapatkan rezeki lain yang halal. Keseimbangan sifat mahmudah amat penting dalam diri manusia untuk mencapai kebahagiaan seperti yang dikendaki dalam Islam. Ini adalah kerana syaitan sangat bijak dan dia mengenali sikap seseorang manusia sebelum dia merancang untuk menghasutnya. Sebagai contoh, orang yang asyik menuntut ilmu mungkin dibisikkan dengan bisikan syaitan bahawa teori yang dia pelajari adalah yang terbaik. Mereka yang tidak mengikut teori ini adalah tidak betul dan tidak beriman. Begitu juga dengan orang yang susah. Mereka diuji dengan sikap berputus asa untuk berusaha mencari rezeki, kerana usaha banyak pun susah juga. Ini kerana mereka miskin jiwa dan lemah dalam mengharungi bisikan syaitan, yang mana syaitan ini sentiasa terus mencuba untuk menewaskan manusia supaya mereka berjaya membawa ramai umat Muhammad SAW ke neraka. Inilah penting nya masa yang kita ambil supaya kita dapat muhasabah setiap kejadian peristiwa yang kita lalui agar tidak termasuk dalam golongan miskin jiwa. Perkara ini juga penting untuk memastikan perkara yang kita lakukan adalah termasuk sebagai amalan soleh dan direndhai. Kita juga perlu beriman dengan kalimah dalam al-Quran, antaranya yang berbunyi:

الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾  
(Surah Al-Baqarah: 156)

Maksud: Orang yang apabila diuji maka mereka berkata “Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan padaNya kami akan kembali”.



Ayat di atas menerangkan bahawa orang yang beriman akan menyedari bahawa apabila diuji, maka mereka sedar bahawa mereka adalah milik Allah dan kepada Allah jualah mereka akan kembali. Apa yang kita miliki di dunia ini sebenarnya bukanlah milik kita, akan tetapi semuanya pinjaman yang Allah berikan agar manusia mengerti bahawa kesemuanya akan diambil balik dalam suatu masa yang ditetapkan.

### MASA LAPANG DAN MISKIN JIWA

Nikmat masa lapang hanya akan dirasakan apabila manusia kehilangannya. Apabila diberi kelapangan waktu, kita sebagai khalifah Allah harus bijak mengambil peluang agar masa itu dikira sebagai sumber pahala untuk meraih rahmat Allah. Kadang-kadang tugas seharian amatlah banyak sehinggakan kita tidak sempat melakukan kesemua tugas tersebut. Sebagai contoh, Ramadhan pada tahun 2020 dilalui dengan agak berbeza bagi umat Islam kerana seperti di Malaysia, mereka tidak dapat pergi solat berjemaah di masjid memandangkan kekangan yang dihadapi disebabkan perintah kawalan pergerakan akibat COVID-19. Situasi ini menjadikan manusia yang miskin jiwa akan lebih lalai, manakala manusia yang kaya jiwa pula akan berfikir strategi amalan yang boleh dilakukan di rumah. Ini adalah kerana Allah mahu hambaNya mengambil peluang untuk refleksi diri dan memperbaiki segala kekurangan yang ada dalam diri mereka sebelum ini. Oleh itu, rebutlah peluang yang ada untuk memperbaiki amalan agar Allah menjadi redha dan sayang kepada hambaNya.

Namun demikian, kita dapati bahawa terdapat pelbagai reaksi masyarakat yang melatah sepanjang tempoh PKP ini. Ada sahaja yang mengkritik arahan pemimpin di sesebuah negara dan ada juga caci mencaci sesama masyarakat. Ini terjadi kerana masih kurang rasa syukur dengan apa yang kita ada sekarang. Contohnya ada yang iri dengan penjawat awam, ada yang iri dengan orang berniaga, dan pelbagai reaksi negatif kita dapat lihat di media sosial. Justeru, amat penting untuk kita sedar bahawa media sosial menjadi laman yang mudah untuk kita laburkan dosa atau pahala. Kita perlu menggunakan media sosial kearah yang di redhai Allah selalu. Sebagai contoh, pelbagai saluran yang boleh dipilih untuk mencari ilmu, contohnya kuliah agama dan motivasi yang boleh memberikan motivasi yang baik pada diri kita. Manakala media sosial yang digunakan kearah negatif pula kerana masyarakat suka mencaci dan menulis perkara yang tidak memberi manfaat kepada diri mereka. Secara psikologi, tenaga yang digunakan untuk melakukan perkara negatif adalah lebih banyak diperlukan berbanding dengan perkara positif. Adakah kita masih mahu mengumpulkan tenaga untuk perkara negatif dan membuang masa ke arah perkara yang tidak mendatangkan manfaat?

Justeru marilah kita mencontohi teladan dalam diri seseorang yang bijak mengambil masa lapang ke arah kebaikan. Contohnya si ayah akan melakukan solat berjemaah di masjid, manakala si isteri pula akan mengambil peluang untuk memasak dan menyediakan sendiri juadah berbuka agar pahala memberikan makan kepada orang yang berpuasa akan diperoleh. Inilah hikmah yang Allah aturkan bahawa refleksi dalam hidup amat perlu dan begitu besar ganjarannya bagi orang yang sentiasa memperbaiki diri kearah kebaikan. Justeru, marilah kita sama-sama mendidik jiwa agar kaya dengan sifat mahmudah seperti sifat sabar, tawakal dan syukur itu dapat ditanam dalam diri sepanjang kita bermuamalah dan menjalankan kehidupan seharian sebagai hambaNya. Sifat ini mampu kita terapkan sekiranya kita istiqamah dalam meminta ampun kepada Allah.

Sebagai kesimpulan, pelbagai kisah teladan yang kita peroleh melalui tindakan manusia yang kaya atau miskin jiwanya. Orang yang kaya jiwanya akan menghargai setiap detik yang dilalui dalam kehidupan seharian. Nikmatilah setiap detik yang diberi oleh Allah kerana dengannya timbul seribu satu kesyukuran dalam diri. Allah tidak pernah mensia-siakan setiap detik peristiwa yang diberikan kepada hambanya supaya dapat dibawa amalan itu kearah perkara yang diredhaiNya. Kita juga telah melihat bagaimana tempoh PKP menjadi waktu

keemasan yang boleh digunakan oleh ibu bapa untuk menjalinkan kemesraan antara keluarga dan meluangkan masa untuk mendidik anak-anak. Inilah yang menjadikan keberkatan waktu itu hadir kerana manusia yang berfikir akan berusaha sehabis daya mempersembahkan amalannya untuk Allah semata-mata.

## PENUTUP

Sebagai orang Islam yang meyakini bahawa tidak ada sesuatu yang berlaku di luar keizinan Allah s.w.t. Pandemik melanda seluruh dunia dan memberi kesan yang amat mendalam di dalam jiwa yang cuba untuk memahami hikmah disebalik perancangan Allah s.w.t. Selain itu, kajian juga mendapati bahawa pandemik juga turut memberi kesan kepada psikologi masyarakat seperti cemas, panik, takut, tertekan, bimbang dan murung. Oleh sebab itu, amat penting untuk kita mengambil langkah mengatasi masalah psikologi tersebut dengan menjalankan gaya hidup sihat, menghadkan waktu di media sosial dan pengurusan emosi yang baik (Abdul Rashid, Nurhafizah, & Nor Hamizah, 2020).

Setelah kita meneladani kisah yang berlaku dalam masyarakat sekeliling sama ada yang kaya atau miskin jiwa, dapatlah kita fahami bahawa sebagai manusia, kita perlu berusaha untuk menjadi hamba yang Allah yang muslih, iaitu sentiasa berusaha untuk menjadi lebih baik. Kemiskinan jiwa dapat diatasi sekiranya manusia menyedari hakikat peranan dirinya iaitu untuk beribadah kepada Allah. Ia juga dapat diatasi seperti amalan *zkrullah*, contohnya amalan bacaan *ma'thurat* atau bacaan Nabi SAW di waktu pagi atau petang. Selain itu, kita perlu melazimi dengan bersyukur walau dengan kuantiti yang sedikit. Ia penting untuk memastikan bahawa keberkatan hidup diperoleh dan Allah akan melipatgandakan ganjaran di atas keikhlasan hambaNya yang beramal semata-mata untuk meraih kekayaan jiwa. Kajian ini mencadangkan agar kajian akan datang perlu dilakukan pada kelompok lain seperti pelajar institusi atau mana-mana golongan yang terkesan akibat pandemik ini. Ia perlu diteruskan demi memastikan masyarakat dapat menyeimbangkan kesihatan mental, fizikal dan spiritual

## RUJUKAN

- Abd Hakim, M., Ros Aiza, M. M., Latifah, A.L. (2020). Pandemik COVID-19 Dan Kesannya Kepada Amalan Solat Berjemaah Dalam Kalangan Masyarakat Islam di Malaysia. Proceedings of the 7th International Prophetic Conference (SWAN) 2020 FPQS, Universiti Sains Islam Malaysia, 29-30 October, Paper No. BM027, 501-505.
- Abdallah, Y. N., Hadeel, T. A., Eman, Z. D., Hassan, A., Salwan, S. A., Zainab, A. A. (2020). The Effect of the 2019 Coronavirus Disease Outbreak on Social Relationships: A Cross-sectional Study in Jordan. *International Journal of Social Psychiatry*, 1-8.
- Abdul Rashid, A. A., Nurhafizah, M. S., Nor Hamizah, A. R. (2020). Wabak COVID-19: Pengurusan Aspek Kesihatan Mental Semasa Norma Baharu. *International Journal of Social Science Research (IJSSR)*, 2(4), 156-174.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad (2001). *Kimiya-I-Sa'adat (Alchemy of Happiness)*. Trans: Muhammad Asim Bilal. Lahore: Kazi Publications.
- Al- Nawawi, Yahya (2007). *Riyadh al-Salihin*. Beirut: Dar Al Rayyan. Al-Bukhari.
- Ateerah, A.R., Lukman, Z. M. (2019). Happiness Instrument Development, *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, 3(4), 288-292.
- Badre, E., Badr, E., Mohamed, E. (2020). Human-Islamic Values and Ramadan: How Muslims Endure the COVID-19 Pandemic during the Period of Quarantine. *International Journal of Scientific & Engineering Research*, 11(5), 1345-1349.

Hamizul, A. H. (2020). Wabak dan Keegoan Manusia. *Edisi. Bil. 3*, Majlis Agama Islam Selangor.

Muhammad Syukri Salleh (2013). Concepts in Islamic Economics Revisited: The Case of Poverty. *Association of Science Culture Education (ILKE), Association of Entrepreneurship and Business Ethics (IGIAD), and Scientific Studies Association (ILEM)*, at Istanbul, Turkey, March 1-3, 2013. *Humanomics*, 13(3), 215-244.

Siti Masayu, R. & Narimah, S. (2018). Kemiskinan Keluarga dan Pengaruhnya Terhadap Tahap Pendidikan Rendah Masyarakat Luar Bandar: Kajian Kes Di Jajahan Bachok, Kelantan (Family Poverty And Its Influence On Rural Community Low Education: Case Study In Bachok District, Kelantan). *Journal of Social Science and Humanities (e-Bangi)*, 13(2), 11-23.

### **Biodata Penulis**

**Ateerah Abdul Razak** merupakan pensyarah di Fakulti Pengajian Bahasa dan Pembangunan Insan (FBI). Beliau mendapat ijazah Doktor Falsafah di Universiti Sultan Zainal Abidin (UniSZA) dalam bidang Psikologi Sosial. Beliau cenderung menjalankan kajian berkaitan dengan kesejahteraan masyarakat.

**Noor Hisham Md Nawi** merupakan pensyarah kanan di Fakulti Pengajian Bahasa dan Pembangunan insan (FBI), Universiti Malaysia Kelantan. Beliau merupakan pakar pembinaan nilai kemasyarakatan, dan kajian beliau juga adalah berkaitan dengan Islamisasi Ilmu. Antara buku yang beliau hasilkan adalah Makna Nilai Dalam Kehidupan.