

**FAEDAH ZIKIR TERHADAP GAYA HIDUP BERAGAMA STAF BUKAN AKADEMIK:
SATU KAJIAN KES DI UITM CAWANGAN KELANTAN**

Fatimah Zuhaira binti Mohamed Yusoff Fauzii^{1,a}, Siti Fatimah Tasir^{2,b}, Mohd Faiez Suhaimin^{3,c}

¹Fakulti Pengurusan Maklumat,
UiTM Cawangan Kelantan Kampus Machang,
Bukit Ilmu, 18500 Machang, Kelantan, Malaysia

²Akademi Pengajian Islam Kontemporari,
UiTM Cawangan Kelantan Kampus Machang,
Bukit Ilmu, 18500 Machang, Kelantan, Malaysia

³Fakulti Sains Komputer dan Matematik,
UiTM Cawangan Kelantan Kampus Machang,
Bukit Ilmu, 18500 Machang, Kelantan, Malaysia

^afatenmyf@kelantan.uitm.edu.my, ^bfatim003@kelantan.uitm.edu.my,
^cmdfaiez821@kelantan.uitm.edu.my

Kata kunci: Faedah Zikir, al-Quran dan al-Sunnah, Masyarakat Islam.

Abstrak. Ramai di kalangan masyarakat hari ini kurang menyedari kelebihan faedah zikir dalam kehidupan mereka. Perkataan zikir merupakan perkara biasa, sering didengar di mana-mana dan menganggap tidak memberi manfaat selain dari mendapat pahala bagi sesiapa yang mengamalkannya. Amalan zikir seringkali dikaitkan dengan perkataan yang perlu di disebut dan dibaca setiap kali selepas sembahyang. Hakikat sebenarnya zikir merupakan satu amalan yang disyariatkan dalam Islam. Ia merupakan satu perintah Allah s.w.t. terhadap hamba-hambaNya yang boleh ditemui dalam ayat-ayat al-Quran dan juga al-Sunnah Nabi s.a.w.. Zikir boleh dilakukan di mana-mana tanpa terikat dengan syarat-syarat tertentu untuk mengamalkannya sebagaimana ibadah lain seperti sembahyang, puasa, zakat dan sebagainya. Selain dari menurut perintah Allah s.w.t. dan RasulNya, zikir juga mempunyai banyak kelebihan-kelebihan tertentu, tetapi malangnya kurang disedari oleh masyarakat Islam kini. Objektif kajian ini ialah untuk mengenal pasti hubungan di antara faedah zikir dengan kehidupan beragama di kalangan staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan. Berdasarkan dapatan kajian, satu kesimpulan yang amat signifikan menunjukkan bahawa wujudnya hubungan di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama di kalangan staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan.

1.0 Pendahuluan

Manusia diciptakan oleh Allah dengan sebaik-baik kejadian dan diperintahkan untuk beribadat kepadaNya dengan menurut perintah dan meninggalkan apa yang dilarang. Dalam kehidupan mencabar ini terutama sekali di era ICT manusia lebih terpengaruh dengan kehidupan duniawi seolah-olah mereka merasakan kehidupan akhirat tidak penting. Akibat daripada kesibukan duniawi hubungan mereka dengan Allah s.w.t. dipandang ringan menyebabkan kehidupan yang dilalui menghadapi pelbagai masalah akibat daripada jiwa yang tidak tenang. Sebagai contoh, ibadah yang paling senang dilakukan dalam kehidupan seharian ialah ibadah zikir yang mana ia tidak memerlukan syarat-syarat yang khusus sebagaimana ibadah lain seperti sembahyang, puasa, haji dan sebagainya. Ibadah zikir boleh dilakukan secara sendirian atau berjemaah, boleh diucapkan secara kuat atau perlahan. Zikir juga merupakan satu amalan yang mudah dilakukan walaupunpun seseorang itu dalam keadaan berhadass. Antara zikirnya seperti membaca Bismillah, Subhanallah dan doa-doa harian dari ayat al-Quran di mana ketika melafazkannya perlu diniatkan sebagai zikir dan doa.

Ketenangan boleh diperolehi dengan menjadikan amalan berzikir sebagai gaya hidup beragama mereka. Allah s.w.t. telah menjelaskan amalan zikir sebagai cara hidup untuk mencapai ketenangan jiwa. Ini dapat dilihat dari firman Allah SWT dalam surah al-Ra’du ayat 28 bermaksud [1]:

“(iaitu)orang-orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan dzikrullah”. Ketahuilah! Dengan “dzikrullah” itu, tenang tenteramlah hati manusia”.

Apabila manusia menghadapi konflik dalam hidup Rasulullah s.a.w. menganjurkan umatnya supaya mendekatkan diri kepada Allah dengan berzikir dan berdoa [2]. Sabda Rasulullah s.a.w. yang bermaksud:

“Allah azza wa jalla berfirman: Aku menurut sangkaan hambaKu kepadaKU, Aku bersama hambaku ketika dia mengingatKu. Jika dia mengingatKu di dalam dirinya,maka Aku mengingatnya didalam diriKU, jika dia mengingatKu di tengah orang ramai,maka Aku juga mengingatnya ditengah orang ramai yang lebih baik dari mereka. Jika dia mendfekat sejengkal kepadaKu, maka Aku mendekat sehasta kepadanya. Jika dia mendekat sehasta kepadaKu maka Aku mendekat sedepa kepadanya. Jika dia mendatangiKu dengan berjalan maka Aku mendatangnya dengan berlari”.

(H.R.Bukhari dan Muslim)

Imam Hassan Bashri r.a berkata: Berzikir itu mempunyai dua bentuk: Berzikir mengingati Allah s.w.t. di antara dirimu dan Allah s.w.t, iaitu sesuatu yang terbaik yang Allah s.w.t.dan pahala yang diberikan. Kedua mengingati Allah s.w.t. ketika hendak berbuat sesuatu yang diharamkan Allah s.w.t. [3].

Realiti hari ini, mamaparkan kehidupan masyarakat yang pincang akibat daripada kelalaian mereka dalam melaksanakan suruhan Allah s.w.t.. Jiwa mereka tidak merasa puas dengan apa yang dikurniakan oleh Allah s.w.t.. Keinginan yang tidak terbatas menyebabkan manusia menghadapi pelbagai tekanan dan mendorong mereka mengambil jalan pintas dengan mengamalkan gaya hidup yang bertentangan dengan Islam seperti mengujungi disko, pengambilan dadah dan pergaulan bebas. Kemewahan dunia yang dikejar tanpa diimbangi dengan amalan untuk akhirat akan mengakibatkan seseorang itu tidak memperolehi ketenangan dalam hidupnya. Islam telah memberi garis panduan dan pelbagai kaedah pilihan kepada manusia untuk mencari ketenangan yang hakiki, contohnya dengan mengamalkan zikrullah secara istiqamah. Oleh itu, kajian ini dijalankan bertujuan untuk melihat fenomena sebenarnya hubungan di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama staf bukan akademik di UiTM Kampus Machang, Kelantan.

2.0 Objektif Kajian

Objektif utama kajian ini ialah:

- 2.1. Untuk mengenal pasti hubungan di antara faedah zikir dengan kehidupan beragama di kalangan staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan.
- 2.2 Memperolehi data mengenai faedah zikir terhadap gaya hidup beragama di kalangan staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan.

3.0 Kajian lepas

Mendengar bacaan al-Quran mempunyai kesan terapi kepada seseorang individu. Elemen keagamaan (seperti zikir) membantu pesakit yang mengalami masalah emosi, seperti depresi (ketenangan perasaan) dan kebimbangan yang ketara. [4]. Kajian lain pula dilakukan terhadap amalan zikir oleh ibu-ibu yang mempunyai anak-anak yang mengidap penyakit jantung berlubang di Iran. Hasilnya didapati ibu-ibu yang diminta untuk mengamalkan zikrullah menunjukkan kesan segera dalam mengurangkan kebimbangan, kemurungan dan tekanan perasaan [5].

Manakala terdapat satu kajian yang dilakukan untuk melihat bagaimana hubungan kepercayaan terhadap Allah dengan kadar tekanan, kebimbangan dan kegembiraan di kalangan orang bukan Islam telah dilaksanakan. Kajian ini mendapati bahawa orang yang mempunyai hubungan kuat dengan Allah (beriman) menunjukkan tahap tekanan dan kebimbangan yang rendah dan tahap kegembiraan yang tinggi (6). Sementara itu, terdapat juga kajian yang dilakukan mengenai Analisis Teknik Fuzzy Delphi Terhadap Keperluan Psikoterapi Zikir Dalam meningkatkan motivasi kanak-kanak autistik Muslim mendapati intervensi menggunakan psikoterapi Islam seperti solat, doa dan zikir merupakan alternatif tambahan dalam merawat permasalahan berkaitan dengan jiwa manusia. Aspek Psikoterapi Islam merupakan keperluan dalam mendorong diri, pembelajaran, komunikasi, tingkah laku, minat dan spiritual atau kerohanian kanak-kanak autistik. Psikoterapi Zikir merupakan salah satu cabang Psikoterapi Islam dan kaedah intervensi yang boleh digunakan untuk meningkatkan motivasi kanak-kanak autistik [7].

4.0 Kaedah Kajian.

Kajian ini merupakan satu kajian kes di UiTM Cawangan Kelantan di mana fokus utama adalah responden adalah daripada staf bukan akademik. Populasi staf bukan akademik UiTM Cawangan Kelantan adalah seramai 245 orang. Sampel saiz merupakan bilangan responden yang dipilih bagi mewakili ciri-ciri populasi [8]. Sampel saiz yang didapati adalah seramai150 staf. Sumber data yang diperolehi adalah daripada sumber pertama iaitu sumber maklumat yang pertama didapati bagi mewakili sesuatu populasi [9]. Kaedah sampel yang digunapakai adalah kaedah kebarangkalian pengumpulan data secara rawak. Pengumpulan data responden didapati dan dikumpulkan menggunakan cara soal selidik yang diedarkan untuk 150 orang staf UiTM Cawangan Kelantan.

5.0 Pengertian Tajuk

Ensiklopedia Islam menjelaskan bahawa istilah dzikir memiliki interpretasi, di antara pengertian-pengertian dzikir adalah menyebut, menurut, mengingat, menjaga atau mengerti perbuatan baik [10]. Zikir juga seperti menyebut Allah dengan membaca tasbih (subhanallah), membaca tahlil (la-ilaha illallahu), membaca tahmied (Alhamdulillah), membaca taqadies (quddusun), membaca takbier (Allahu Akbar), membaca hauqalah (la haula wa la quwata illa billahi), membaca hasbalah (hasbiyallahu), membaca basmalah (bismillahirrahmanirrahiem), membaca al-Quranul Majied dan membaca doa-doa yang ma’tsur, yaitu doa-doa yang diterima dari Nabi s.a.w.[11].

Aboe Bakar Atjeh menjelaskan dzikir ialah ucapan yang dilakukan dengan lidah, atau mengingati Allah dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mensucikan Allah dengan memuji dengan pujian-pujian dan sanjungan-sanjungan dengan sifat yang sempurna, sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnia [12].

Secara umumnya , boleh dinyatakan zikir merupakan satu lafaz yang di baca dan diucapkan dalam mengingati Allah dan melaksanakan ketaatan kepadaNya. Islam menggalakan umatnya supaya memperbanyakkan membaca dan menyebut nama Allah untuk menghasilkan satu jalan mengingati dan mengenang Allah.

6.0 Analisa Kajian

Kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti sejauh mana hubungkait di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan. Analisa kajian ini terbahagi kepada 3 bahagian iaitu analisa deskriptif, analisa ujian kebolehpercayaan dan analisa ujian korelasi.

6.1 Analisa Deskriptif. Kajian ini mendapati kebanyakan daripada responden adalah lelaki iaitu 52.7% berbanding perempuan iaitu 47.3% sahaja. Manakala purata responden adalah berumur di antara 30-39 tahun sebanyak 69 orang dan mempunyai status perkahwinan tertinggi sebagai berkahwin sebanyak 63 orang. Selain itu, purata tertinggi responden berlatar belakang daripada medium pendidikan menengah di SMK paling ramai iaitu 68%. Tambahan pula, kelayakan akademik tertinggi responden adalah sebanyak 35% iaitu mempunyai akademik tertinggi peringkat SPM. Manakala anggaran pendapatan seisi rumah adalah berada pada julat RM2001-3000 sebanyak 29.3%. jadual 1, 2, 3, 4 dan 5 di bawah menunjukkan nilai deskriptif masing-masing mengikut jantina, umur dan status perkahwinan, medium pendidikan menengah, kelayakan akademik tertinggi dan anggaran pendapatan seisi rumah masing-masing.

Jadual 1: Jantina

Jantina	Peratus
Lelaki	52.7%
Perempuan	47.3%

Jadual 2: Umur vs Status Perkahwinan

Umur	Status Perkahwinan			Jumlah
	Bujang	Berkahwin	Janda	
20 - 29	2	4	0	6
30 - 39	6	63	0	69
40 - 49	0	47	1	48
Lebih 50 Tahun	1	26	0	27
Jumlah	9	140	1	150

Jadual 3: Medium Pendidikan Menengah

Medium Pendidikan	Peratus
Smk	68%
Smka	5.3%
Sma	12%
Smt	4%
Sbp	5.3%
Mrsm	2.7%
Lain-Lain	2.7%

Jadual 4: Kelayakan Akademik Tertinggi

Kelayakan Tertinggi	Peratus
Sarjana	12%
Sarjana Muda	21.3%
Diploma	19.3%
Sijil	2%
Stpm	9.3%
Spm	34.7%
Pmr	1.3%

Jadual 5: Anggaran Pendapatan Seisi Rumah

Anggaran Pendapatan	Peratus
Kurang RM 2000	8.7%
Rm 2001-Rm 3000	29.3%
Rm 3001-Rm 4000	25.3%
Rm 4001-Rm 5000	12.7%
Rm 5001-Rm 6000	6%
Rm 7001-Rm 8000	6.7%
Rm 8001-Rm 9000	2%
Rm 9001-Rm 10000	2%
Lebih RM 10000	7.3%

6.2 Analisa Ujian Kebolehpercayaan. Melalui analisa ini, kajian ini mendapati bahawa nilai *Cronbach’s Alpha* bagi setiap bahagian adalah 0.906 dan 0.732 untuk bahagian faedah zikir dan gaya hidup beragama staf bukan akademik UiTMCK. Hal ini ditunjukkan dalam jadual 1 di bawah. Kajian ini mendapati bahawa semua nilai *Cronbach’s Alpha* adalah melebihi nilai minima 0.6 sepertimana yang dicadangkan [13].

Jadual 1: Keputusan Ujian Kebolehpercayaan

Bahagian	Bilangan item	Cronbach’s Alpha
Faedah Zikir	5	0.906
Gaya Hidup Beragama	5	0.732

6.3 Analisa Ujian Korelasi. Kajian ini mendapati bahawa nilai korelasi antara faedah zikir dan gaya hidup beragama adalah positif dan signifikan iaitu nilai $r=0.564$ dan nilai $p=0.00<0.05$. hal ini bermaksud bahawa gaya hidup beragama staf bukan akademik akan meningkat jika amalan zikir meningkat seiring dengan faedah zikir yang diterapkan oleh staf

bukan akademik.hal ini selari dengan objektif utama kajian ini iaitu untuk mengenalpasti hubungkait diantara faedah zikir dengan gaya hidup beragama staf bukan akademik di UiTM kampus Machang. Kajian ini juga mendapati jika faedah zikir meningkat sebanyak 100%, gaya hidup beragama staf akan meningkat sebanyak 56.4%. hal ini jelas menunjukkan kadar peningkatan yang ketara bagi staf untuk menerapkan elemen berzikir dalam kehidupan seharian. Jadual 2 di bawah menunjukkan nilai bacaan korelasi bagi staf bukan akademik di UiTM kampus Machang.

Jadual 2: Keputusan Ujian Korelasi			
		Faedah Zikir	Gaya Hidup Beragama
Faedah Zikir	Pearson Correlation	1	0.564**
	Sig. (2-tailed)		0.000
Gaya Hidup Beragama	Pearson Correlation	0.564**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	

7.0 Kesimpulan

Berdasarkan objektif utama kajian iaitu untuk mengenal pasti hubungan di antara faedah zikir dengan kehidupan beragama di kalangan staf bukan akademik tercapai, terdapatnya hubungan di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama mereka. Hubungan di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama adalah berada pada tahap sederhana. Gaya hidup beragama berada pada tahap sederhana adalah disebabkan oleh kekangan masa dan bebanan kerja staf bukan akademik di UiTM Cawangan Kelantan yang semakin bertambah. Kajian susualan boleh dilakukan untuk melihat apakah faktor-faktor yang menyebabkan hubungan di antara faedah zikir dengan gaya hidup beragama berada pada tahap sederhana.

Rujukan

[12] Aboe Bakar Atjeh. (1996). Pengantar Ilmu tarikat Uraian Mistik. Cet. ke-IIIIX. Ramadhani solo.

[1] Abu Ahmad Yasin. (2009). Wasiat Empat Imam,Johor: Perniagaan Jahabers.

[9] Krejcie, R.V., & Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.

[10] In’ammuzahiddin Masyhud, Nurul Wahyu A. (2006). Berszikir dan sihat ala Ustad Haryono. Semarang: Syifa Press.

[13] Lau, T. K., Phang, Y. N., & Zainudin Awang. (2015). *Statistics for UiTM* (4th ed.). Shah Alam, Selangor: Oxford Fajar Sdn. Bhd

[11] M. Hasbi Ash Shiddieqy. (1983). Pedoman Dzikir dan Doa.Jakarta: Bulan Bintang.

[7] Mohd Syukri Zainal Abidin et. al (2017). Analisis Teknik Fuzzy Delphi terhadap Keperluan Psikoterapi Zikir dalam Meningkatkan Motivasi Kanak-kanak Autistik Muslim. The Online Journal Of Islamic Education: <http://ojie.um.edu.my/>

[8] Nunnally, J.C. (1978) Psychometric theory. 2nd Edition, McGraw-Hill, New York.

[4] Razali, S. M., Hasanah, C. I. , Aminah, K., & Subramaniam, M. (1998). Religious Sociocultural psychotherapy in patients with anxiety and depression. *Australasian Psychiatry*, 3296), 867- 872.

{6} Rosmarin, D. Pargament, K. and Mahoney, A. The role of religiousness in anxiety, depression, and happiness in a Jewish community sample: A preliminary investigation, *Mental Health, Religion and Culture* 2009;12:97-113

[3] Syeikh Muhammad Jamaluddin al-Qasimi. (2012).Terjemahan, Bimbingan Mukmin Membentuk Peribadi Mukmin. Kuala lumpur: Pustaka Al-Shafa.

[2] Tafsir Pimpinan Rahman Kepada Pengertian al-Quran. (2002). Kuala Lumpur: Darulfikri.

[5] Tayebeh Mirzaei et.al. (2015). Short Term Effects of Islamic Zikr on Anxiety, Stress, and Depression in Mothers of Children with Congenital Heart Disease. Retrieved February 02, 2018, from British Journal of Medicine & Medical Research 10(4):1-5, 2015, Article no. BJMMR.19526 ISSN: 2231-0614:<http://www.sciencedomain.org>