

## KONSEP PEMANTAPAN JIWA MENURUT IMAM AL-GHAZALI DAN PERKAITANNYA DALAM PENDIDIKAN ISLAM

Nur Azyan Baharizan<sup>1,a</sup>, Siti Aishah Sokhibul Fadil<sup>2,b</sup>, Hisam Satari<sup>3,c</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universiti Teknologi Mara Cawangan Negeri Sembilan

<sup>a</sup>nuraz2551@uitm.edu.my, <sup>b</sup>sitia833@ns.uitm.edu.my, <sup>c</sup>hisam@ns.uitm.edu.my

**Kata kunci:** Proses pemantapan jiwa, pendidikan Islam

Pelajar yang berada dalam zaman remaja sering berhadapan dengan krisis identiti diri dan mudah terjerumus ke dalam gejala sosial yang tidak sihat seperti penyalahgunaan dadah, ponteng sekolah, hamil luar nikah, pembuangan bayi dan lain-lain. Antara punca keruncingan masalah ini sering dikaitkan dengan faktor kurang bimbingan dalam agama dan jiwa rohani yang kosong. Oleh itu, kertas kerja ini bertujuan untuk mengetengahkan alternatif terbaik dalam memandu pelajar membina akhlak yang baik, berdisiplin, seimbang dan harmonis melalui proses pemantapan jiwa oleh Imam al-Ghazali. Dalam Islam, jiwa ialah unsur penting pada diri insan dan kebiasaannya dirujuk sebagai elemen spiritual yang melengkapi elemen fizikal insan. Selain itu, kertas ini turut menelusuri perkaitan proses pemantapan jiwa dalam pendidikan Islam disamping cuba mengemukakan alternatif cadangan amalan pemantapan jiwa bagi membimbing golongan remaja ke arah kehidupan yang lebih baik dan sejahtera. Metodologi yang digunakan bagi memenuhi tujuan kerja kerja ini adalah melalui kaedah analisis berdasarkan buku-buku, jurnal, tesis, artikel dan seumpamanya. Hasil analisis mendapati proses pemantapan jiwa oleh Imam al-Ghazali seperti *musyaratah*, *muraqabah*, *muaqabah*, *mujahadah* dan *muatabah* mampu membentuk akhlak pelajar yang mempunyai masalah sosial dan proses tersebut mempunyai perkaitannya dalam Kurikulum Bersepadu Sekolah Menengah (KBSM) Pendidikan Islam serta menghasilkan satu cadangan kerangka teori bimbingan amalan pemantapan jiwa untuk diamalkan oleh golongan remaja bagi mengisi jiwa rohani mereka.

### Pengenalan

Kajian-kajian lepas menunjukkan bahawa remaja kini telah terlibat dengan seks luar nikah sebelum usia 15 tahun terutama sekali di negara-negara membangun. Tidak terkecuali di Malaysia, lebih 300 orang kanak-kanak dan remaja Melayu, 13 hingga 25 tahun didapati terlibat dengan seks luar nikah sehingga menyebabkan kehamilan, pengguguran janin dan pembuangan bayi. Fenomena ini mencetuskan kebimbangan kepada semua pihak, walaupun kesilapan tidak diletakkan sepenuhnya kepada kumpulan remaja, namun statistik menunjukkan bahawa kumpulan ini turut sama banyak menyumbang kepada pengguguran janin dan pembuangan bayi. Sumber statistik Polis Diraja Malaysia (PDRM) sehingga tahun 2009, julat umur di bawah 25 tahun menyumbang 12% berbanding kumpulan umur 25 tahun ke atas sebanyak 0.06% dan 81.25% tidak diketahui (Sarnon et al., 2012).

Salah satu faktor kerosakan akhlak ini adalah berpunca daripada masalah jiwa dan rohani yang kosong. Remaja tidak berupaya mengisi roh mereka dengan rasa nikmat ibadah kepada Allah SWT melalui amal ibadah yang mereka lakukan (Zaharah & Ab. Halim, 2010). Sehubungan itu, al-Nahlawi (1979) menegaskan bahawa Pendidikan Islam merupakan penawar serta ubat kepada penyakit sosial dalam kalangan masyarakat. Oleh itu, faktor-faktor agama khususnya Pendidikan Islam perlu diberi perhatian sewajarnya selaras dengan keperluan dan kepentingan semasa. Pendidikan Islam tidak seharusnya dipisahkan daripada kehidupan umat Islam kerana pendidikan ini merupakan satu tuntutan dan wajib dilaksanakan. Proses tersebut memerlukan kepada inovasi dalam kurikulum pendidikan Islam yang menekankan kepada kaedah dan pendekatan pendidikan Islam dan matlamat pendidikan Islam yang lebih memberi fokus kepada perubahan minda, penghayatan dan pemantapan jiwa remaja. Oleh yang demikian, artikel ini cuba untuk mengetengahkan konsep pemantapan jiwa menurut Imam al-Ghazali dan perkaitannya dalam pendidikan Islam serta beberapa alternatif cadangan amalan pemantapan jiwa yang boleh diamalkan oleh golongan remaja bagi mengurangkan masalah sosial.

### Konsep Pemantapan Jiwa Menurut Imam Al-Ghazali

Imam Al-Ghazali atau nama sebenarnya Abu Hamid Muhammad bin Muhammad bin Ahmad al-Ghazali al-Tusi al-Shafi'e. dilahirkan di Ghazalah, wilayah Khurasan pada tahun 450 Hijrah. Beliau sangat dikenali sebagai tokoh falsafah, ahli tasawuf dan tokoh pendidikan. Idea pendidikan beliau memberi sumbangan yang tidak ternilai bagi membantu melahirkan modal insan yang cemerlang dunia dan akhirat. Aspek pemantapan jiwa adalah antara yang dihurai oleh Al-Ghazali dalam karya penulisannya yang terkenal iaitu *Ihya' Ulum al-Din*. Dalam karya tersebut, Imam al-Ghazali telah mengusulkan enam peringkat dalam proses *murabatah al-nafs* atau pemantapan jiwa. Peringkat itu merangkumi peringkat *musyaratah*, *muraqabah*, *muhasabah*, *mu`aqabah*, *mujahadah* dan *mu`atabah* (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016). Pemantapan jiwa boleh dirujuk sebagai satu proses *tazkiyatun al-nafs*. Beberapa penulisan lain lazimnya merujuk pemantapan jiwa tersebut adalah sebagai proses *muraqabah* dan *muhasabah* serta ada

yang merujuknya sebagai proses *hisbah* sendiri (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016).

Peringkat pertama dalam pemantapan jiwa menurut Imam al-Ghazali ialah *musyaratah* atau perjanjian hati. *Musyaratah* ialah perjanjian dalam hati untuk melakukan kebaikan dan meninggalkan kemungkaran. Seterusnya ialah *muraqabah* atau pemerhatian tingkah laku iaitu suatu usaha mengawal diri dengan kebiasaan bahawa Allah Taala memerhati dan mengawasi tingkah laku manusia. Peringkat ketiga pula, *muhasabah* atau perhitungan amalan bermaksud membuat perkiraan, perhitungan dan pertimbangan terhadap amalan yang dilakukan dalam urusan ibadat atau muamalat sesama manusia. Peringkat ini dilaksanakan dengan merenung kembali dan memperbaiki semua amalan yang dilakukan kepada Allah Taala (Mardzelah, 2012).

Seterusnya peringkat keempat adalah peringkat *muaqabah* iaitu proses menghukum dan bertegas dengan nafsu diri atas kekurangan amalan kebaikan dan ketaatan yang dilaksanakan (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016). Peringkat kelima pula adalah *mujahadah* atau penentangan hawa nafsu. Pada peringkat ini manusia perlu berusaha bersungguh-sungguh melawan kehendak hawa nafsu dan sifat-sifat tercela dengan cara menundukkannya untuk menurut kehendak Allah Taala dalam setiap perkara (Mardzelah, 2012). Akhir sekali ialah peringkat *mu'atabah* atau pembersihan jiwa. *Mu'atabah* merujuk kepada inisiatif individu untuk mencela jiwa *lawwamah* pada diri agar jiwanya mencapai peringkat jiwa yang tertinggi iaitu jiwa *mutmainnah* (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016). Jiwa *mutmainnah* ialah tingkatan jiwa yang paling kukuh dan paling sempurna kerana mampu menyedari tentang hakikat kehidupan dengan kesedaran mengenai sumber daripada segala sumber kehidupan iaitu Allah Taala (Mardzelah, 2012). Ringkasnya, keenam-enam peringkat tersebut perlulah dilalui oleh golongan remaja bersekolah dalam usaha untuk memantapkan jiwa mereka melalui pembangunan insan secara holistik dan seimbang.

#### Perkaitan Proses Pemantapan Jiwa Dalam Pendidikan Islam

Dalam pendidikan Islam di peringkat sekolah menengah, pembahagian ilmu seperti akidah, syariah dan akhlak, berada dalam satu lingkaran konsep bersepadu yang membawa keseimbangan antara akal dan wahyu. Al-Quran mempunyai wawasan pendidikan yang amat luas, mencakupi beberapa bidang ilmu pendidikan. Dengan bersumberkan al-Quran, terdapat tiga komponen pendidikan Islam yang dipelajari oleh pelajar sekolah menengah iaitu Kurikulum Bersepadu Sekolah Menengah (KBSM) yang terkandung Tilawah al-Quran dan Hadis, 'Ulum Syar'iyah serta adab berteraskan Akhlak Islamiah. Ketiga-tiga komponen ini mempunyai objektif dan falsafahnya bagi menyalurkan rasa keimanan, penghayatan dan kepenggunaan agama dalam kehidupan sehari-hari pelajar (Ghazali Darusalam, 2001). Oleh itu, rencana ini cuba merumuskan isi kandungan Kurikulum Bersepadu Sekolah Menengah (KBSM) secara ringkas dan berkaitan proses pemantapan jiwa dalam KBSM tersebut. Kurikulum Pendidikan Islam ini dirujuk dalam laman sesawang rasmi Institut Pendidikan Guru Kampus Temenggong Ibrahim (IPGKTI) (IPGKTI, t.th).

Komponen Tilawah al-Quran dan Hadis dalam KBSM Pendidikan Islam menumpukan bacaan dan hafazan ayat-ayat al-Quran mengikut hukum-hukum tajwid yang betul dan fasih. Selain itu, pembelajaran turut menumpukan terhadap pemahaman pengertian dan hikmah ayat-ayat tertentu dan hadis-hadis pilihan serta memahami dan menghayati pengajaran al-Quran dan Hadis sebagai sumber hukum. Kandungan Kurikulum ini digubal untuk memenuhi keperluan setiap muslim dari segi *fardu Kifayah* bagi mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat, bersesuaian dengan peringkat dan keupayaan pelajar sekolah menengah. Antara topik yang ditekankan adalah tilawah ayat pilihan daripada al-Quran, pengenalan asas tentang konsep hadis, hadis sebagai sumber hukum, perbezaan antara hadis dan al-Quran serta kefahaman hadis yang menekankan tentang galakan menuntut ilmu, panduan hidup mukmin, tanggungjawab setiap mukmin, konsep sedekah, amalan kebajikan mukmin, adab kepada binatang, persaudaraan dalam Islam dan peribadi orang beriman (IPGKTI, t.th). Maka pendidikan al-Quran secara tidak langsung mendidik jiwa pelajar tentang akidah yang sebenar serta memberi pedoman tentang cara berakhlak agar mereka menjalani kehidupan mengikut lunas-lunas yang direndhai Allah Taala. Abdullah Nasih Ulwan (1989) berpendapat bahawa didikan al-Quran perlu diterapkan kepada anak didik kerana apabila lidah terbiasa dengan ayat al-Quran, roh berkembang, hati khusyuk, air mata mengalir, iman dan Islam mengukuh dalam jiwa (Zuridan, 2010). Sehubungan itu, membaca al-Quran dan memahami hadis dapat mendidik jiwa supaya sentiasa patuh kepada Allah Taala, takut azabNya dan gembira dengan janjiNya.

Komponen 'Ulum Syar'iyah pula fokus kepada empat subtopik iaitu Akidah, Ibadah, *Muamalah* dan Sirah. Dalam subtopik Akidah, KBSM menfokuskan kepada konsep dan asas-asas Akidah Islamiah, rukun Iman serta kesan beriman dengannya, konsep mukmin dan muslim, dalil-dalil kewujudan Allah Taala serta sifat-sifatNya berdasarkan al-Asma' al-Husna, perkara yang membatalkan iman, dosa-dosa besar, konsep taubat dan akhir sekali konsep akidah Ahli *Sunnah Wal Jama'ah* (IPGKTI, t.th). Melalui kaedah dan penghayatan dalam ilmu akidah ini ianya mampu membebaskan manusia daripada perhambaan selain daripada Allah Taala, membersihkan rohani dan hati daripada mengikut kehendak nafsu semata-mata dan melupakan Allah Taala, membentuk peribadi agar sentiasa berkelakuan baik dalam kehidupan, membentuk jiwa agar dapat menjauhi segala bentuk maksiat dan kemungkaran kerana takutkan Allah Taala dan menuruti sunnah baginda Rasulullah dan membina istiqamah serta pendirian yang teguh terhadap segala perintah Allah Taala dengan penuh keyakinan dan sabar (Ghazali Darusalam 2001).

Seterusnya subtopik Ibadah pula, KBSM member fokus terhadap konsep *Fardu 'Ain* dan *Fardu Kifayah* serta implikasinya kepada individu, masyarakat dan Negara. Turut dibincangkan adalah konsep bersuci, solat fardu dan solat Sunat, konsep puasa, sedekah, zakat, solat ketika sakit dan cara-caranya, ibadah Haji dan Umrah (IPGKTI t.th). Tujuan pendidikan ibadah ialah untuk menimbulkan rasa minat melaksanakan ibadah dalam diri. Mengetahui cara-cara dan hukum-hukum dalam pelaksanaan ibadah. Selain itu, mempelajari ibadah dan mengamalkannya dapat membersihkan hati dan jiwa daripada perbuatan keji dan mungkar. Ibadah merupakan tanda bahawa hamba mengingati Tuhannya. Maka pelaksanaan ibadah membuahkan ketenangan hati, fikiran, menanamkan rasa syukur, sabar dan tidak mudah berputus asa. Oleh itu, pendidikan ibadah memainkan peranan penting kepada diri seseorang kerana dapat membentuk keperibadian insan yang soleh, menunjukkan kepatuhan dan ketaatan kepada Allah Taala dan dapat memperoleh sifat-sifat ihsan (Ghazali Darusalam, 2001).

Subtopik mu'amalat pula mengupas tentang konsep mu'amalat dan kepentingan jual beli, sewaan, gadaian, syarikat, saham, insurans, hutang piutang, perkahwinan dalam Islam, kemahiran ibu bapa, akta kekeluargaan, dan isu-isu semasa berkaitan kekeluargaan. Subtopik terakhir dalam komponen 'Ulum Syariah adalah bab Sirah Nabawiyah dan Tamadun Islam. KBSM memfokuskan tentang riwayat hidup Rasulullah di Mekah dan Madinah, peristiwa-peristiwa penting dalam dakwah Baginda, keunggulan perjuangan tokoh-tokoh yang terdiri daripada para sahabat, pemerintahan dalam Tamadun Islam pada zaman *Khulafa' al-Rasyidin*, tokoh-tokoh imam dan tokoh-tokoh cendekiawan Islam (IPGKTI, t.th). Pendidikan sirah bertujuan untuk menonjolkan Rasulullah sebagai contoh tauladan sepanjang zaman. Oleh itu, pendidikan sirah jika menggunakan kaedah yang tepat dan bersesuaian mampu memberikan kekuatan kepada jiwa umat Islam sebagai bekalan untuk berjuang dalam menyebarkan dakwah, menanam sifat zuhud kepada dunia dan rasa 'izzah berpegang dengan ajaran Islam dan menyerahkan ketundukan mereka kepada Allah Taala (Nazzwardi, 2000).

Komponen terakhir ialah adab yang berteraskan Akhlak Islamiah dengan memfokuskan tentang adab dalam kehidupan seharian, adab dalam kehidupan bersosial, adab dalam menunaikan ibadat, adab terhadap ibu bapa dan keluarga dan adab terhadap Allah Taala dan RasulNya (IPGKTI, t.th). Pendidikan akhlak ini bertujuan membiasakan pelajar dengan sifat terpuji dan menjauhi pelajar daripada sifat-sifat terkeji dan cela. Selain itu, dapat mengelakkan diri pelajar daripada dipengaruhi gaya dan budaya *musyrik* yang tidak bermoral serta dapat menghindari diri daripada mengikut jejak syaitan. Pendidikan akhlak ini juga diharapkan dapat mendidik pelajar memiliki disiplin diri sesuai dengan syariah Islam, menjaga kehormatan dan kemuliaan diri serta mejauhi perkara-perkara yang boleh membawa kerosakan pada diri. Tujuannya juga agar pelajar sentiasa bermuhasabah dan membuat refleksi diri agar sentiasa menjaga diri supaya tidak terkeluar daripada batasan syarak (Ghazali Darusalam, 2001).

Berdasarkan penerangan ringkas berkenaan KBSM Pendidikan Islam di atas, dapatlah dirumuskan bahawa topik yang terkandung dalam pendidikan Islam di sekolah menengah secara teorinya mempunyai perkaitan dengan proses pemantapan jiwa yang diperkenalkan oleh Imam al-Ghazali. Sebagai contoh, unsur dalam proses *musyaratah*, *muraqabah* dan *muhasabah* ada dibincangkan dalam komponen Ulum Syariah dalam subtopik Akidah. Begitu juga unsur dalam proses *muaqabah* dan *mujahadah* yang turut dibahaskan dalam subtopik ibadah dan Tilawah al-Quran. Manakala unsur dalam proses *mu'atabah* pula ada dipelajari dalam komponen adab dan akhlak. Maka disini jelas menunjukkan bahawa pembelajaran dalam KBSM Pendidikan Islam secara hakikatnya mempunyai perkaitan dengan enam proses pemantapan jiwa walaupun istilah enam proses tersebut tidak disebut dan dipelajari secara khusus dalam KBSM.

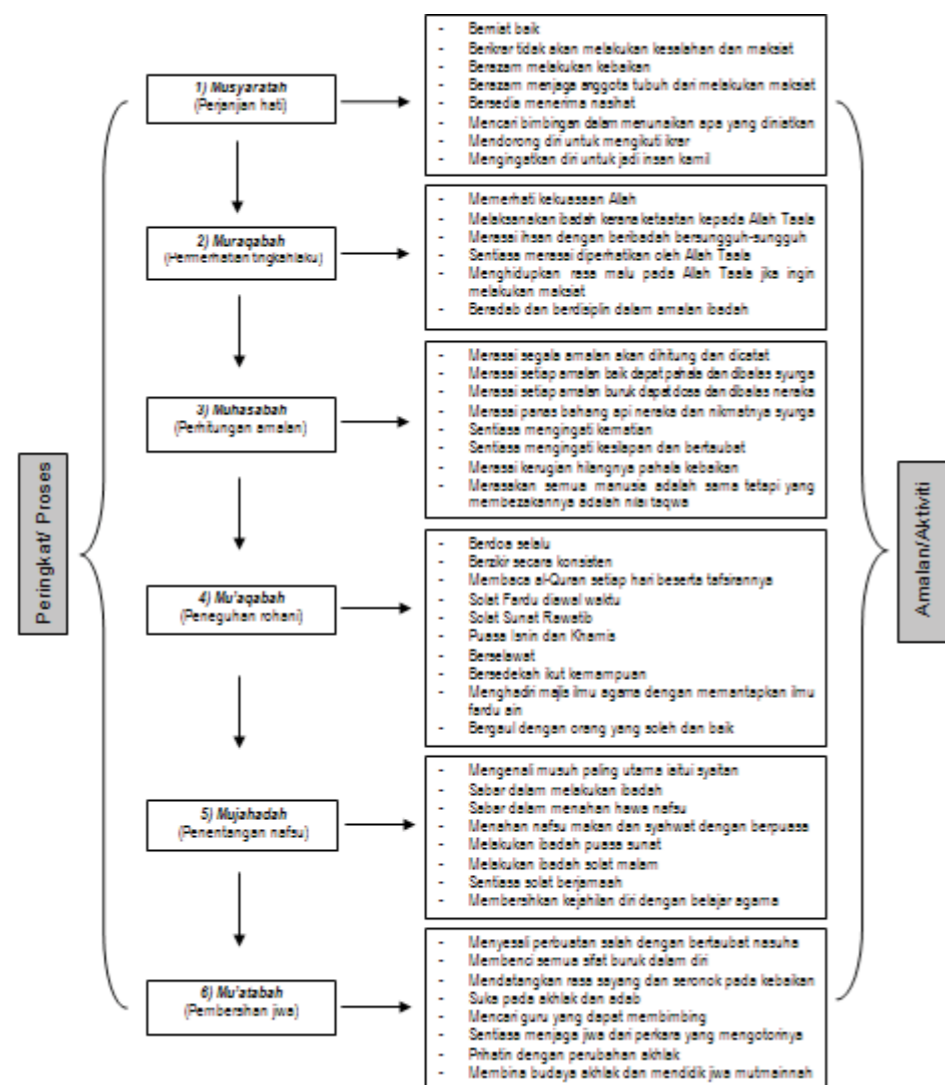
#### Amalan Pemantapan Jiwa Remaja Bersekolah

Remaja menurut kamus dewan (Noresah et al., 2002) adalah mulai dewasa, sudah akil baligh, sudah cukup umur untuk berkahwin atau muda. Remaja perspektif Islam juga disebut sudah cukup umur atau diistilahkan sebagai baligh (Fariza, 2006). Secara umumnya, remaja boleh dibahagikan kepada tiga kelompok iaitu remaja bekerja, remaja bersekolah dan remaja tidak bekerja. Remaja bekerja adalah remaja yang melayakkan mereka untuk bekerja iaitu berumur 18 tahun ke atas. Remaja bersekolah pula merangkumi mereka yang berumur 12-19 tahun atau mereka yang berada dalam tingkatan satu hingga tingkatan enam atas (pelajar sekolah menengah). Manakala remaja tidak bekerja adalah penganggur iaitu mereka yang terdiri daripada remaja berumur 18 tahun ke atas dan telah tamat Sijil Pelajaran Malaysia (SPM) tetapi tidak bekerja dan gagal meneruskan proses pendidikan seterusnya (Mohamad Nasir, 2002).

Pelbagai alternatif dan usaha telah dilakukan dalam membimbing remaja bersekolah yang bermasalah untuk kembali ke pangkal jalan atau kehidupan yang lebih baik dan direndhai Allah Taala. Alternatif dalam memberi bimbingan perlulah ditangani secara kolektif yang merangkumi aspek dalaman dan luaran remaja bersekolah tersebut. Bimbingan secara berkala dan berterusan juga perlu diberikan kepada golongan remaja terutamanya remaja yang telah terlibat dalam gejala sosial dan mereka ingin berubah dan kembali ke jalan yang benar.

Justeru itu, rencana ini juga cuba mengemukakan satu alternatif cadangan bagi membantu dalaman remaja bersekolah yang bermasalah iaitu melalui satu kerangka teori bimbingan amalan pemantapan jiwa yang diperkenalkan oleh al-Ghazali (1996). Signifikan dikemukakan kerangka teori ini adalah bagi membantu golongan remaja yang masih bersekolah, para

pendidik, kaunselor, institusi pendidikan, masyarakat dan negara dalam mendapatkan alternatif atau kaedah bimbingan untuk mengurangkan masalah sosial. Remaja bersekolah dipilih kerana masalah sosial remaja bersekolah kini berada ditahap serius dan membimbangkan sepertimana yang dinyatakan dalam permasalahan kertas kerja ini. Kerangka teori ini dirangka dengan merujuk kepada Kitab Ihya' Ulumuddin Karangan Imam Al-Ghazali (1996), penulisan tesis Doktor Falsafah oleh Mardzelah (2012), penulisan tesis sarjana oleh Hayu A'ala Aslami (2016) dan Fathiyah & Asmawati (2016). Perincian kerangka teori tersebut boleh dilihat dalam jadual 1 berikut :



Jadual 1 : Kerangka teori bimbingan amalan pemantapan jiwa Remaja Bersekolah

Berdasarkan jadual 1 di atas, kerangka teori amalan pemantapan jiwa yang dikemukakan meliputi enam tahap atau proses iaitu *Musyarahah* (perjanjian hati), *Muraqabah* (pemerhatian tingkahlaku), *Muhasabah* (perhitungan amalan), *Mu'aqabah* (peneguhan rohani), *Mujahadah* (penentangan nafsu) dan *Mu'atabah* (Pembersihan jiwa). Sebagai golongan remaja yang masih bersekolah, dicadangkan beberapa amalan atau aktiviti yang boleh dihayati dan diamalkan sebagai satu bentuk amalan pengawalan diri untuk mengelakkan dari terlibat dalam masalah sosial.

Ringkasnya amalan pemantapan jiwa yang boleh dilakukan oleh remaja bersekolah dalam peringkat pertama iaitu *Musyarahah* (perjanjian hati) adalah berniat baik apabila ingin kembali ke jalan yang benar, berikrar tidak mengulangi kesalahan dan maksiat, berazam melakukan kebaikan, berazam menjaga anggota tubuh dari maksiat, bersedia menerima nasihat, mendapatkan bimbingan dalam menunaikan apa yang diniatkan, mencari dorongan mengikuti ikrar dan mengingatkan diri untuk jadi insan kamil.

Setelah remaja bersekolah bertekad, berikrar dan berazam apa-apa yang diinginkan, ia perlu disusuli dengan proses *Muraqabah* (pemerhatian tingkahlaku). Antara amalan atau aktiviti yang boleh dilakukan ialah memerhati dan menghayati kekuasaan Allah untuk diambil iktibar dan hikmah disebalik penciptaan manusia dan Alam, melaksanakan ibadah kerana ketaatan kepada Allah taala seperti solat, puasa, zakat dan lain-lain, merasai ihsan dengan beribadah bersungguh-sungguh, sentiasa merasai segala tingkahlaku diperhatikan oleh Allah Taala, merasa malu pada Allah apabila berkeinginan untuk melakukan maksiat dan beradab serta berdisiplin dalam amalan ibadah yang dilakukan.

Amalan pemantapan jiwa dalam peringkat ketiga iaitu proses *Muhasabah* (perhitungan amalan) pula adalah remaja yang tersasar perlu mengetahui bahawa segala amalan akan dicatat oleh Malaikat dan akan dihitung di akhirat dengan setiap amalan baik dapat pahala dan dibalas syurga manakala setiap amalan buruk dapat dosa dan dibalas neraka. Remaja juga hendaklah sentiasa mengingati kematian kerana manusia tidak mengetahui takdir Allah dan tiada kepastian untuk hidup pada esok hari. Maka janganlah disia-siakan anugerah nikmat hidup yang Allah beri dengan perkara-perkara yang tidak berfaedah. Bagi menghitung amalan juga, remaja perlulah sentiasa mengingati kesilapan sebagai pengajaran dan sentiasa bertaubat agar tidak mengulangi lagi maksiat yang telah dilakukan.

Peringkat seterusnya adalah proses *Mu'aqabah* (peneguhan rohani) iaitu satu mekanisme bagi membantu golongan remaja untuk konsisten dalam melakukan kebaikan dan amal soleh serta sekaligus dapat menjauhi diri mereka terlibat dengan maksiat dan masalah sosial. Antara amalan tersebut adalah selalu berdoa kepada Allah supaya diberi kekuatan dalam melakukan amal soleh, berzikir secara konsisten, membaca al-Quran setiap hari beserta tafsirannya dengan betul, disarankan untuk solat fardu diawal waktu dan disusuli solat sunat Rawatib, berpuasa pada hari isnin dan khamis, sentiasa berselawat ke atas Nabi Muhammad, rajinlah berselewat mengikut kemampuan, mempelajari ilmu fardu ain dengan guru yang benar dengan menghadiri majlis ilmu secara istiqamah serta bergaullah dengan orang soleh dan baik agar dapat memelihara diri kita dari terpesong ke jalan kebatilan.

Pemantapan jiwa golongan remaja tidak lengkap jika tidak ada proses *Mujahadah* (penentangan nafsu) dalam diri mereka. Proses ini membantu golongan remaja berusaha memerangi unsur yang boleh merosakkan jiwanya iaitu syaitan yang boleh menjerumuskan jiwa remaja dalam hal keduniaan dan jauh dari ketaatan. Selain itu, amalan lain seperti bersabar dalam melakukan ibadah dan menahan hawa nafsu, selalu berpuasa bagi menahan nafsu makan dan syahwat, memperbanyakkan ibadah pusat sunat dan melakukan ibadah solat malam, berusaha untuk sentiasa solat berjamaah dan tidak tinggal dan lupa untuk belajar agama bagi membersihkan kejiwaan diri.

Proses terakhir adalah *Mu'atabah* (Pembersihan jiwa) iaitu peringkat yang mana golongan remaja boleh mendesak dirinya agar bersabar dan sentiasa memberi ingatan pada diri sendiri. Antara amalan yang boleh remaja lakukan ialah menyesali perbuatan salah dengan bertaubat nasuha, membenci semua sifat buruk dalam diri, mendatangkan rasa sayang dan seronok pada kebaikan, suka dengan akhlak dan beradab, mencari guru yang dapat membimbing diri, sentiasa cuba menjaga jiwa dari perkara yang mengotorinya, prihatin dengan perubahan akhlak, membina budaya akhlak dan mendidik jiwa mutmainnah.

Berdasarkan huraian ringkas di atas, jelaslah bahawa amalan pemantapan jiwa yang merangkumi enam peringkat tersebut sangat perlu diterapkan oleh golongan remaja bersekolah. Hal ini kerana ianya mampu membantu pembangunan remaja secara holistik dan seimbang. Sebagaimana yang disebutkan oleh Imam al-Ghazali yang menyifatkan jiwa sebagai ruang untuk menyimpan ilmu dan pemahaman kebenaran dan agama (Fathiyah & Asmawati, 2016). Jika amalan jiwa diabaikan, maka golongan remaja tidak dapat menemui kebenaran agama kerana jiwanya kosong dan dipenuhi dengan perkara yang bebas dari nilai akidah, syariat dan akhlak Islam. Kerangka teori yang dicadangkan ini hanya berbentuk cadangan teori bimbingan sahaja, ianya belum pernah diaplikasikan oleh mana-mana pihak atau diuji keberkesannya.

## Kesimpulan

Secara keseluruhannya, kertas kerja ini telah menerangkan tentang konsep pemantapan jiwa yang diperkenalkan oleh Imam Al-Ghazali iaitu *Musyarahah*, *Muraqabah*, *Muhasabah*, *Mu'aqabah*, *Mujahadah* dan *Mu'atabah* ini dapat membantu jiwa remaja yang kosong dan tercari-cari bentuk bimbingan yang bersesuaian. Maka dengan itu, proses pemantapan jiwa ini boleh diamalkan oleh mereka agar tidak terjebak dalam masalah sosial yang semakin meruncing pada masa akan datang. Usaha ke arah pembangunan secara holistik dan seimbang antara keperluan dalaman dan luaran golongan remaja sangatlah perlu dititikberatkan agar tidak membantutkan aspirasi agama, negara dan bangsa. Justeru itu dengan menghayati, mengamalkan dan diberi bimbingan kepada mereka melalui proses pemantapan jiwa ini serba sedikit membantu ke arah kebaikan dan kesejahteraan hidup.

Hasil kertas kerja ini juga telah mengupas secara ringkas berkenaan dengan KBSM Pendidikan Islam yang menunjukkan bahawa proses pemantapan jiwa secara teorinya ada dipelajari secara formal di sekolah namun istilah tentang proses tersebut tidak disebutkan secara khusus dan jelas dalam KBSM. Sungguhpun begitu, tidak boleh dinafikan bahawa unsur yang terdapat dalam enam proses pemantapan jiwa itu ada disentuh dan dibincangkan dalam KBSM melalui tiga komponen utama iaitu Tilawah al-Quran dan Hadis, 'Ulum Syariah dan Adab. Seterusnya bagi membantu masalah sosial ini, turut dikemukakan satu alternatif cadangan beberapa amalan atau aktiviti dalam enam proses pemantapan jiwa yang boleh dijadikan sebagai panduan bimbingan kepada golongan remaja yang telah tersasar atau terlibat dengan masalah sosial. Amalan pemantapan jiwa tersebut tidak hanya boleh diamalkan oleh golongan remaja malah boleh diterapkan kepada semua peringkat umur bagi memastikan pembentukan jiwa yang bersih.

## Rujukan

- Abdullah Nasih Ulwan. (1989). *Menuju Ketakwaan*. Terj. Kuala Lumpur: Pustaka Salam.
- Al-Ghazali. (1996). *Ihya' 'Ulumuddin*. Jilid 5. Al-Mansurah : Maktabah Al-Iman, Universiti Al-Azhar.
- Al-Nahlawi, Abd al-Rahman.(1979). *Usul al-Tarbiyah al-Islamiyyah wa Aslibaha fi al-Bayt wa al-Madrasah wa al-Mujtama'*. Damshiq: Dar al-Fikr.
- Fariza Md. Sham. (2006). Tekanan Emosi Remaja Islam. *Jurnal Islamiyyat*, 27(1), 3 -24.
- Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid. (2016). Proses Murabatah Al-Nafs Menurut Perspektif Al-Ghazali Bagi Membangunkan Individu Seimbang Dan Holistik. *Jurnal al-Anwar*, 2(2), 173-187.
- Ghazali Darusalam. (2001). *Pedagogi Pendidikan Islam*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distribution Sdn. Bhd.
- Hayu A'la Aslami. (2016). *Konsep Tazkiyatun Nafs dalam Kitab Ihya Ulumuddin Karya Imam Al-Ghazali*. Tesis Sarjana. Salatiga : Institut Agama Islam Negeri (IAIN).
- Institut Pendidikan Guru Kampus Temenggong Ibrahim (IPGKTI). (t.th). *Kurikulum Pendidikan Islam*. Dimuat turun daripada [http://elearnmap.ipgkti.edu.my/resource/edu3053/sumber/hypermap.net/LAMAn%20Pandu %20Utama/kurikulum\\_pendidikan\\_islam.htm#](http://elearnmap.ipgkti.edu.my/resource/edu3053/sumber/hypermap.net/LAMAn%20Pandu%20Utama/kurikulum_pendidikan_islam.htm#).
- Mardzelah Binti Makhsin. (2012). *Hisbah Dan Penghayatan Murid-murid Sekolah Menengah*. Tesis Doktor Falsafah. Bangi : Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Mohamad Nasir Saludin & Noreha Mohamed Yusof. (2002). Strategi menangani gejala sosial remaja : kajian kes di Kuala Lumpur. Dalam *Keluarga, gender dan cabaran sosial di Malaysia*. Kuala Lumpur : Utusan Publications & Distributors Sdn.Bhd.
- Muhammad Salih Samak. (1980). *Ilmu Pendidikan Islam*. Terj. Kuala Lumpur: Percetakan Titiwangsa Sdn. Bhd.
- Nazzwardi Abu Bakar Aly. (2000). *Muqaddimah Pengajian Islam*. Kuala Lumpur: Jabatan Kemajuan Islam Malaysia
- Noresah et al. (2002). *Kamus Dewan*. Edisi Ketiga. Selangor : Dewan Bahasa dan Pustaka
- Sarnon, N & Mohamad, M. S. et al. (2012). Hamil Luar Nikah: Memahami Remaja Sebagai Asas Intervensi Keluarga. *Journal of Social Sciencies and Humanities*, 7(1), 121–130.
- Zaharah Hussin & Ab. Halim Tamuri.(2010). *Kaedah Pengajaran dan Pembelajaran Pendidikan Islam*. Peny. Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Zuridan Mohd. Daud. (2010). *Penyucian Jiwa*. Kuala Lumpur: Mustread Sdn. Bhd