

# Buletin



UNIVERSITI  
TEKNOLOGI  
MARA

e-ISSN: 2600-8289

Ramadan 1447H/ Februari 2026

# ACIS

## Siri 2 Fenomena Songsang: Cabaran Moral Masyarakat Moden

eISSN 2600-8289



9 77 2600 8280 01

# Forum Menjaga Fitrah, Membina Generasi

Oleh:

**Dr. Mohamad Hasif Jaafar**

Pensyarah Kanan, Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Cawangan Negeri Sembilan Kampus Kuala Pilah

Pada hari Khamis, 4 Disember 2025, satu forum telah diadakan secara dalam talian anjuran Persatuan Pembangunan Insaniah, Universiti Teknologi MARA (UiTM). Forum bertajuk "Menjaga Fitrah, Membina Generasi" ini telah disampaikan oleh Dr. Mohamad Hasif Bin Jaafar, Pensyarah Kanan Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), UiTM Cawangan Negeri Sembilan Kampus Kuala Pilah, bersama Dr. Siti Hawa Alias, Pakar Perubatan Keluarga dari Klinik Kesihatan Juasseh, Negeri Sembilan.



Forum tersebut telah mendapat sambutan yang amat menggalakkan dan disaksikan oleh hampir 2,000 orang peserta daripada pelbagai latar belakang. Berikut merupakan ringkasan isi utama forum yang telah dibincangkan.

Islam ialah agama yang membawa kesejahteraan dan keharmonian hidup manusia. Perkataan Islam berasal daripada kata salima yang bermaksud aman, selamat dan sejahtera. Seiring dengan itu, Islam meletakkan fitrah manusia sebagai asas kejadian dan panduan utama kehidupan insan.

Fitrah merujuk kepada keadaan asal manusia yang diciptakan oleh Allah SWT dengan kecenderungan kepada kebenaran dan keseimbangan. Allah SWT berfirman: *"Maka hadapkanlah dirimu ke arah agama yang jauh dari kesesatan; Fitrah Allah yang menciptakan manusia untuk menerimanya; tidaklah patut ada sebarang perubahan pada ciptaan Allah itu; itulah agama yang betul lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahui..."* (Surah al-Rum, ayat 30)

Ayat ini menjelaskan bahawa fitrah merupakan ketetapan Allah yang tidak sepatutnya diubah atau

atau diselewengkan. Fitrah bukan sahaja melibatkan aspek fizikal, malah merangkumi dimensi akidah, akhlak, emosi dan spiritual.

Rasulullah SAW bersabda, *"Setiap anak itu dilahirkan dalam keadaan fitrah dan suci, maka ibubapalah yang menjadikan mereka itu sama ada sebagai Yahudi, Nasrani atau pun Majusi."* (Riwayat Imam Muslim)

Hadis ini menunjukkan bahawa manusia pada asalnya berada di atas jalan yang lurus, namun pengaruh persekitaran boleh membawa kepada penyimpangan daripada fitrah asal tersebut.

## **Fitrah Hubungan Lelaki dan Perempuan**

Antara manifestasi utama fitrah manusia ialah penciptaan lelaki dan perempuan secara berpasangan. Hubungan ini menjadi asas kepada pembentukan keluarga, kelangsungan zuriat dan kestabilan masyarakat. Kehidupan yang selari dengan fitrah ini membawa ketenangan jiwa dan keseimbangan sosial.

Islam membezakan dengan jelas antara kecenderungan dalaman dan perlakuan zahir. Kecenderungan tidak dihukum, kerana ia termasuk dalam ujian hidup manusia. Namun, perlakuan yang melanggar syariat tetap dilarang. Firman Allah SWT, *"Dan janganlah kami mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji dan buruk."* (Surah al-Isra', ayat 32)

## **Taubat sebagai Jalan Kembali kepada Fitrah**

Islam tidak menutup ruang perubahan bagi mana-mana insan yang diuji. Sebaliknya, Islam meletakkan taubat sebagai jalan utama untuk manusia kembali kepada fitrah kejadian dan memperbaiki hubungan dengan Allah SWT. Taubat bukan sekadar ungkapan penyesalan, tetapi satu proses pembaikan diri yang berperingkat dan berterusan. Rasulullah SAW bersabda, *"Seorang hamba yang berdosa lalu bertaubat dengan berkata, 'Ya Allah, aku telah berdosa. Ampunilah aku,' maka Allah berfirman, 'Aku telah mengampuni hamba-Ku kerana dia tahu dia memiliki Tuhan yang mengampuni.'"* (Riwayat al-Bukhari)

**Cara Meninggalkan Perbuatan: Langkah Demi Langkah**  
Berdasarkan panduan Islam, proses taubat yang sah dan berkesan perlu melalui beberapa langkah utama:

### **Langkah 1: Menyesal dengan Penyesalan yang Ikhlas**

Penyesalan yang sebenar lahir daripada hati, disertai rasa bersalah dan kesedaran bahawa perbuatan tersebut tidak sepatutnya diulangi. Penyesalan ini merupakan inti pati taubat dan tanda hidupnya iman dalam diri seseorang.

### **Langkah 2: Tutup dan hapuskan (delete) dating app**

Langkah seterusnya dalam proses pemulihan diri ialah menutup dan menghapuskan aplikasi janji temu (*dating app*) yang menjadi saluran utama kepada interaksi dan perlakuan yang bercanggah dengan fitrah serta nilai agama. Tindakan ini merupakan satu bentuk pencegahan awal yang penting bagi memutuskan rangsangan, godaan dan keterikatan emosi yang boleh menarik individu kembali kepada perbuatan lama.

**Langkah 3: Perlahan-lahan tinggalkan mesej atau kenalan yang terlibat (kurangkan respon, hadkan perjumpaan)**

Pengurangan interaksi secara beransur-ansur memberi ruang kepada individu untuk membina kawalan diri, menilai semula keutamaan hidup dan mengelakkan situasi yang boleh mencetuskan keinginan untuk kembali kepada perlakuan lama. Dalam masa yang sama, langkah ini membantu memelihara kesejahteraan emosi tanpa menimbulkan konflik atau tekanan yang berlebihan.

**Langkah 4: Sentiasa berkawan dengan orang yang baik (pilih rakan yang menjaga solat, mempunyai pergaulan sihat, tidak menghakimi tetapi membimbing)**

Langkah seterusnya ialah memilih dan mendekati diri dengan rakan-rakan yang baik, khususnya mereka yang menjaga solat, mengamalkan pergaulan yang sihat serta mempunyai kefahaman agama yang seimbang. Sokongan sebegini membantu individu kekal istiqamah, meningkatkan keyakinan diri dan memudahkan proses kembali kepada kehidupan yang selari dengan fitrah manusia.

**Langkah 5: Tingkatkan hubungan dengan Allah**  
Proses kembali kepada fitrah memerlukan mujahadah yang berterusan. Individu digalakkan untuk sentiasa memohon pertolongan Allah SWT melalui doa, kerana hanya dengan bantuan-Nya manusia mampu istiqamah dan diberi kekuatan untuk berubah.

**Langkah 6: Dapatkan sokongan professional (kaunseling & bimbingan agama)**

Proses pemulihan diri dan kembali kepada fitrah sering

melibatkan aspek emosi, psikologi dan spiritual yang memerlukan bantuan kepakaran, khususnya apabila individu berhadapan dengan tekanan dalaman, konflik emosi atau trauma yang berpanjangan. Kaunseling profesional membantu individu memahami punca masalah, mengurus emosi secara sihat dan membina mekanisme daya tindak yang lebih berkesan. Dalam masa yang sama, bimbingan agama berperanan memperkukuh kefahaman spiritual, membetulkan perspektif hidup dan menguatkan hubungan dengan Allah SWT. Gabungan kedua-dua pendekatan ini membolehkan proses perubahan berlaku secara seimbang, realistik dan berterusan.

**Langkah 7: Isi masa dengan membina diri (aktiviti sukan, kelas kemahiran)**

Pengisian masa secara berstruktur bukan sahaja meningkatkan kesejahteraan fizikal dan mental, malah membantu membina disiplin diri, keyakinan serta rasa pencapaian yang positif. Dalam jangka masa panjang, aktiviti pembinaan diri ini menyokong proses pemulihan emosi dan memudahkan individu untuk mengekalkan gaya hidup yang lebih seimbang serta selari dengan fitrah manusia.

**Langkah 8: Tetapkan matlamat hidup jangka panjang**

Dengan adanya hala tuju yang jelas, individu lebih mudah mengawal pilihan hidup, menilai keputusan yang dibuat serta mengekalkan disiplin diri dalam menghadapi cabaran. Langkah ini menegaskan bahawa perubahan yang berkekalan memerlukan visi masa depan yang jelas, bukan sekadar usaha jangka pendek.

