



Buletin

Ramadan 1446H/Mac 2025

ACIS

Hikmah Ramadan: Kewangan, Spiritual & Era Teknologi Moden

eISSN 2600-8289



9 772600 828001

Memupuk Motivasi Diri Melalui Amalan Spiritual Di Era Digital



Oleh:

Nurul Nisha Mohd Shah

Pensyarah Fakulti Komunikasi dan Pengajian Media, UiTM Cawangan Negeri Sembilan, Kampus Rembau.



Mohd Radzman Basiron

Pengarah Kreatif, Sixtysix Action Academy

Revolusi teknologi telah mengubah landskap kehidupan manusia secara drastik, menjadikan alat-alat digital sebagai komponen integral dalam rutin harian masyarakat moden. Statistik terkini daripada Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM) pada tahun 2020 mendedahkan satu realiti yang mengejutkan: lebih 90% rakyat Malaysia dalam lingkungan umur 15 hingga 40 tahun merupakan pengguna aktif media digital. Angka ini bukan sekadar nombor, tetapi mencerminkan satu transformasi mendalam dalam cara kita berinteraksi, belajar, dan bahkan mengamalkan kepercayaan agama.

Fenomena ini telah mencetuskan satu paradigma baharu dalam konteks amalan spiritual Islam. Teknologi moden kini bukan lagi dilihat sebagai ancaman kepada nilai-nilai tradisional, sebaliknya ia menawarkan platform inovatif untuk menghidupkan dan memperkasakan amalan keagamaan. Aplikasi mudah alih, podcast, dan komuniti dalam talian telah muncul sebagai alat-alat baharu dalam usaha memupuk dan meningkatkan motivasi diri berasaskan prinsip-prinsip Islam.

Kehadiran teknologi dalam ruang spiritual ini membuka dimensi baharu dalam cara umat Islam menghayati dan mengamalkan ajaran agama mereka. Sebagai contoh, kemudahan untuk mengakses terjemahan dan tafsir Al-Quran melalui aplikasi telah memudahkan proses pembelajaran dan penghayatan kitab suci ini. Begitu juga dengan keupayaan untuk mendengar ceramah agama atau zikir melalui podcast semasa dalam perjalanan ke tempat kerja, yang telah mengoptimalkan penggunaan masa untuk tujuan spiritual.

Integrasi teknologi dalam amalan spiritual ini membawa bersamanya cabaran-cabaran unik. Isu-isu seperti kesahihan sumber digital, risiko ketagihan skrin, dan kemungkinan pengabaian interaksi sosial fizikal dalam konteks keagamaan perlu ditangani dengan bijak. Keseimbangan antara pemanfaatan teknologi dan pengekalan esensi tradisional

amalan Islam menjadi satu aspek kritikal yang perlu diberikan perhatian.

Fenomena ini juga telah mencetuskan perbincangan dalam kalangan sarjana Islam kontemporari tentang had-had penggunaan teknologi dalam amalan agama. Persoalan seperti kesahihan solat yang dipandu oleh aplikasi, atau nilai tawaf virtual berbanding tawaf fizikal, menjadi topik-topik perbincangan yang hangat dalam wacana Islam moden.

Podcast ceramah agama juga telah muncul sebagai medium yang berkesan untuk menyampaikan ilmu dan inspirasi Islam dalam format yang mudah diakses. Contohnya, podcast "Kuliah Tafsir" oleh Ustaz Dr Mohamed Fatris Bakaram di Singapura telah mendapat sambutan yang menggalakkan, dengan ribuan pendengar setiap minggu. Keupayaan untuk mendengar ceramah agama semasa dalam perjalanan atau melakukan aktiviti harian lain membolehkan pengguna memanfaatkan masa dengan lebih efisien untuk meningkatkan ilmu dan motivasi diri.

Komuniti atas talian untuk sokongan rohani juga telah berkembang pesat. Platform seperti Facebook dan Instagram kini mempunyai banyak kumpulan dan halaman yang didedikasikan untuk perkongsian ilmu dan sokongan spiritual. Sebagai contoh, halaman Facebook "Asatizah Youth Network" di Singapura telah menjadi platform popular untuk belia Muslim berkongsi pengalaman dan mendapatkan nasihat agama. Interaksi dalam komuniti sebegini dapat membantu individu merasa terhubung dan termotivasi dalam perjalanan spiritual mereka.

Walau bagaimanapun, penggunaan teknologi untuk tujuan spiritual juga membawa cabaran tersendiri. Kajian oleh Universiti Malaya pada tahun 2019 mendapati bahawa 30% pelajar universiti di Malaysia menunjukkan simptom ketagihan media sosial. Keadaan ini menimbulkan persoalan tentang keseimbangan antara penggunaan teknologi untuk tujuan spiritual dan risiko ketagihan digital. Oleh itu, adalah penting untuk mengamalkan penggunaan teknologi secara sederhana dan bijak, selaras dengan prinsip wasatiyyah (kesederhanaan) dalam Islam.

Dari perspektif teori, konsep ini boleh dikaitkan dengan Teori Determinisme Teknologi yang diperkenalkan oleh Marshall McLuhan. Teori ini menyatakan bahawa teknologi membentuk cara manusia berfikir dan bertindak dalam masyarakat. Dalam konteks amalan spiritual di era digital, teknologi telah mengubah cara umat Islam mengakses dan mengamalkan ajaran agama. Namun, penting untuk diingat bahawa teknologi hanyalah alat, dan keberkesanannya dalam meningkatkan motivasi diri bergantung pada niat dan cara penggunaannya.

Dalam usaha untuk memanfaatkan teknologi digital secara optimum bagi tujuan spiritual, beberapa langkah strategik boleh dilaksanakan. Langkah-langkah ini bukan sahaja bertujuan untuk memaksimumkan faedah teknologi, tetapi juga untuk memastikan keseimbangan antara amalan digital dan tradisional dalam kehidupan beragama. Pertama, pemilihan aplikasi dan sumber digital yang sah serta diiktiraf oleh ulama merupakan langkah yang amat kritikal.

Dalam era di mana maklumat tersebar dengan pantas, adalah penting untuk memastikan bahawa sumber-sumber digital yang digunakan untuk tujuan spiritual adalah tepat dan boleh dipercayai. Ini termasuklah aplikasi Al-Quran digital, tafsir dalam talian, dan podcast ceramah agama. Pengguna perlu meneliti latar belakang pengendali aplikasi atau sumber tersebut, mencari pengesahan daripada badan-badan agama yang diiktiraf, dan merujuk kepada ulama tempatan untuk mendapatkan panduan. Sebagai contoh, aplikasi seperti "Muslim Pro" yang telah mendapat pengiktirafan daripada pelbagai pihak berkuasa agama boleh menjadi pilihan yang sesuai.

Kedua, menetapkan masa khusus untuk amalan spiritual digital merupakan satu strategi yang berkesan untuk memastikan konsistensi dalam amalan keagamaan. Ini boleh dilakukan dengan menjadualkan waktu tertentu setiap hari untuk aktiviti seperti mendengar podcast ceramah agama, membaca Al-Quran digital, atau mengikuti kelas agama dalam talian. Penetapan masa ini bukan sahaja membantu dalam membentuk rutin harian yang positif, tetapi juga memastikan bahawa amalan spiritual tidak diabaikan dalam kesibukan kehidupan seharian. Sebagai contoh, seseorang mungkin memilih untuk mendengar podcast tafsir Al-Quran selama 15 minit setiap pagi sebelum memulakan kerja, atau membaca Al-Quran digital selama 30 minit setiap malam sebelum tidur.

Ketiga, adalah amat penting untuk mengimbangi penggunaan teknologi dengan amalan spiritual tradisional. Walaupun teknologi digital menawarkan banyak kemudahan, ia tidak seharusnya menggantikan sepenuhnya amalan-amalan tradisional yang telah terbukti keberkesanannya dalam membina hubungan dengan Allah SWT dan masyarakat. Amalan seperti solat berjemaah di masjid, menghadiri majlis ilmu secara fizikal, dan berinteraksi secara langsung dengan guru-guru agama masih memainkan peranan penting dalam pembangunan spiritual seseorang Muslim. Keseimbangan ini boleh dicapai dengan menghadiri kuliah agama di masjid atau surau pada hujung minggu sambil menggunakan aplikasi peringatan solat pada hari-hari bekerja.

Selain itu, adalah penting untuk sentiasa menilai dan mengkaji semula penggunaan teknologi dalam amalan spiritual. Ini termasuklah memantau masa yang dihabiskan untuk amalan digital berbanding amalan tradisional, menilai keberkesanan aplikasi atau sumber yang digunakan, dan sentiasa terbuka untuk meneroka kaedah-kaedah baharu yang mungkin lebih berkesan. Penilaian berkala ini membolehkan seseorang untuk mengoptimumkan penggunaan teknologi dalam kehidupan beragama mereka, sambil memastikan bahawa esensi dan kedalaman amalan spiritual tidak terjejas.

Oleh itu, dengan mengambil langkah-langkah ini secara teliti dan konsisten, seseorang Muslim dapat memanfaatkan teknologi digital secara optimum untuk meningkatkan amalan spiritual mereka. Pendekatan yang seimbang dan bijak ini bukan sahaja membolehkan mereka mengikuti perkembangan teknologi terkini, tetapi juga mengekalkan keaslian dan kedalaman amalan keagamaan tradisional yang telah terbukti keberkesanannya sejak zaman-berzaman. Penggabungan amalan spiritual Islam dengan teknologi moden membuka satu lembaran baharu dalam usaha meningkatkan motivasi diri umat Islam. Ia menawarkan peluang-peluang baharu yang menarik, namun pada masa yang sama menuntut pendekatan yang berhemah dan seimbang. Cabaran utama kini adalah untuk memanfaatkan teknologi ini secara optimum tanpa mengorbankan esensi dan kedalaman amalan spiritual Islam yang sebenar seterusnya membantu meningkatkan kesejahteraan spiritual dan motivasi diri.

Kesimpulannya, era digital menawarkan peluang yang luas untuk memupuk motivasi diri melalui amalan spiritual. Namun, cabaran seperti risiko ketagihan digital perlu diambil kira. Dengan pendekatan yang seimbang dan bijak, teknologi digital boleh menjadi alat yang berkesan dalam memperkukuhkan amalan spiritual dan meningkatkan motivasi diri umat Islam di era moden ini.