

KETOKOHAN AL-BUKHARI DALAM BIDANG TAZKIYAH AL-NAFS DAN KITAB AL-ADAB AL-MUFRAD SEBAGAI PANDUAN NABAWI DALAM TERAPI PSIKOSPIRITUAL

AL-BUKHARI'S CONTRIBUTION TO TAZKIYAH AL-NAFS AND AL- ADAB AL-MUFRAD AS A PROPHETIC GUIDE FOR PSYCHOSPIRITUAL THERAPY

Mohd. Sobri Bin Ellias¹

Muhammad Luqman Hakim Bin Abdul Rohim^{2*}

Mohd Zohdi Mohd Amin³

¹ Department of Quranic and Sunnah, Faculty of Quranic and Sunnah Studies, Universiti Sains Islam Malaysia, Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia

(Email: sobri.ellias@usim.edu.my)

² Department of Quranic and Sunnah, Faculty of Quranic and Sunnah Studies, Universiti Sains Islam Malaysia, Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia

(Email: 3232668@raudah.usim.edu.my)

³ Department of Quranic and Sunnah, Faculty of Quranic and Sunnah Studies, Universiti Sains Islam Malaysia, Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia

(Email: zohdi@usim.edu.my)

Article history

Received date : 19-6-2025

Revised date : 20-6-2025

Accepted date : 25-7-2025

Published date : 15-8-2025

To cite this document:

Ellias, M. S., Abdul Rahim, M. L. H., & Mohd Amin, M. Z. (2025). Ketokohan Al-Bukhari dalam bidang Tazkiyah Al-Nafs dan kitab Al-Adab Al-Mufrad sebagai panduan nabawi dalam terapi psikospiritual. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)* 10 (74), 274 - 284.

Abstrak: *Dalam era moden yang menyaksikan cabaran spiritual dan psikologi yang begitu kompleks dewasa ini, konsep pembersihan jiwa (Tazkiyah al-Nafs) begitu memainkan peranan yang tidak kurang pentingnya dalam membimbing individu ke arah kestabilan emosi dan kesejahteraan rohani. Walaupun Imam al-Bukhari lebih dikenali sebagai pakar di bidang hadis melalui karya agungannya yang berjudul Sahih al-Bukhari, namun sumbangannya dalam aspek Tazkiyah al-Nafs menerusi perbincangan adab dan kesejahteraan jiwa seperti yang beliau garapkan di dalam karyanya yang berjudul al-Adab al-Mufrad kurang diberikan perhatian. Oleh itu, Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti elemen Tazkiyah al-Nafs dalam al-Adab al-Mufrad dan menilai potensinya sebagai model terapi psikospiritual berasaskan hadis. Dengan menggunakan kaedah kualitatif berbentuk analisis teks, kajian ini akan meneliti kandungan al-Adab al-Mufrad dengan menggunakan pendekatan tematik, khususnya dalam aspek adab, akhlak, dan elemen psikospiritual. Sebanyak 94 hadis daripada bab-bab utama dianalisis menggunakan kod tematik berdasarkan elemen adab dan ketahanan spiritual. Hasil kajian menunjukkan bahawa hadis-hadis dalam kitab ini menawarkan strategi praktikal untuk menangani emosi negatif dan membina ketahanan spiritual. Ini penting bagi mencegah kecenderungan maksiat dan tekanan rohani agar tidak kembali terjebak dalam maksiat terhadap Allah. Kajian ini menyumbang kepada pembangunan pendekatan terapi Islam berasaskan sumber hadis klasik yang belum diterokai secara sistematik. Kajian ini*

menyimpulkan bahawa ketokohan al-Bukhari dalam bidang Tazkiyah al-Nafs dan karya al-Adab al-Mufrad amat berpotensi menjadi rujukan utama dalam membangunkan model terapi psikospiritual Islam yang berkesan, khususnya dalam menangani cabaran rohani dan psikologi kontemporari.

Kata Kunci: *al-Bukhari, Tazkiyah al-Nafs, al-Adab al-Mufrad, Panduan Nabawi, Terapi Psikospiritual.*

Abstract: *In the modern era, which witnesses such complex spiritual and psychological challenges today, the concept of spiritual purification (Tazkiyah al-Nafs) plays an equally crucial role in guiding individuals towards emotional stability and spiritual well-being. Although Imam al-Bukhari is better known as a hadith scholar through his monumental work Sahih al-Bukhari, his contribution to the aspect of Tazkiyah al-Nafs through the discourse on ethics and spiritual well-being, as elaborated in his work Al-Adab al-Mufrad, has received less attention. Therefore, this study aims to identify the elements of Tazkiyah al-Nafs within Al-Adab al-Mufrad and assess its potential as a hadith-based model for psychospiritual therapy. Employing a qualitative textual analysis method, this study will examine the content of Al-Adab al-Mufrad using a thematic approach, specifically focusing on aspects of etiquette (adab), morality (akhlak), and psychospiritual elements. A total of 94 hadiths from key chapters were analyzed using thematic coding based on elements of etiquette (adab) and spiritual resilience. The findings indicate that the hadiths in this book offer practical strategies for managing negative emotions and building spiritual resilience. This is vital for preventing sinful tendencies and spiritual distress, thereby avoiding relapse into disobedience towards Allah. This study contributes to the development of an Islamic therapeutic approach based on classical hadith sources that have not yet been systematically explored. It concludes that al-Bukhari's stature in the field of Tazkiyah al-Nafs and his work Al-Adab al-Mufrad hold significant potential as primary references for developing an effective Islamic psychospiritual therapy model, particularly in addressing contemporary spiritual and psychological challenges.*

Keywords: *al-Bukhari, Tazkiyah al-Nafs, al-Adab al-Mufrad, Prophetic Guidance, Psychospiritual Therapy.*

Pendahuluan

Bidang tazkiyah al-nafs (penyucian jiwa) merupakan salah satu disiplin teras dalam tradisi keilmuan Islam, mencerminkan pandangan hidup Islam yang menyeluruh dan seimbang merangkumi dimensi fizikal, intelektual dan rohani manusia (Hashim, 2020). Dalam kerangka ini, ketokohan Imam al-Bukhari bukan sahaja dikenali melalui karya agungnya Sahih al-Bukhari, tetapi turut terserlah menerusi karya beliau yang kurang diberi perhatian namun sarat dengan nilai-nilai etika dan kerohanian, iaitu al-Adab al-Mufrad. Karya ini mengandungi susunan tematik hadis-hadis Nabi ﷺ yang menekankan aspek akhlak, hubungan sosial, dan pembentukan karakter diri. Dalam era moden yang menyaksikan pelbagai krisis identiti, tekanan emosi dan cabaran moral dalam kalangan umat Islam, timbul keperluan mendesak terhadap pendekatan terapi psikospiritual berasaskan warisan keilmuan Islam yang sahih dan relevan (Shahril Nizam Zulkipli et.al 2023). Model kenabian yang diwariskan melalui ulama seperti al-Bukhari menawarkan sumber rujukan yang kukuh dalam membina ketahanan emosi dan kerangka kehidupan yang seimbang, khususnya melalui mesej-mesej al-Adab al-Mufrad yang menekankan kesabaran, empati, pemaafan, dan keharmonian sosial (Mohd Noor et al., 2022).

Namun begitu, ketokohan Imam al-Bukhari dalam bidang tazkiyah al-nafs masih kurang diterokai secara mendalam berbanding kajian terhadap metodologi dan ketelitian beliau dalam penulisan Sahih al-Bukhari. Terdapat gap dalam kajian semasa yang meneliti nilai-nilai spiritual dan terapi yang terkandung dalam al-Adab al-Mufrad, apatah lagi dalam mengaitkannya dengan keperluan psikospiritual kontemporari. Justeru, artikel ini bertujuan untuk meneliti sumbangan al-Bukhari sebagai perawi dan pewaris akhlak kenabian serta menilai peranan al-Adab al-Mufrad sebagai sumber terapi rohani yang bersifat Nabawi. Persoalan utama yang dikupas ialah: sejauh mana kompilasi hadis oleh Imam al-Bukhari dalam al-Adab al-Mufrad menyumbang kepada pembangunan kerangka tazkiyah al-nafs dan bagaimana ia dapat diterapkan dalam konteks cabaran emosi dan kerohanian masa kini? Melalui analisis tematik terhadap hadis-hadis terpilih, kajian ini akan membuktikan bahawa etika kenabian yang dirakam oleh al-Bukhari mampu menjadi sumber transformasi diri dan kesejahteraan psikologi. Sekaligus, artikel ini memperluas pemahaman terhadap warisan intelektual al-Bukhari dan menyerlahkan kesesuaian teks klasik Islam dalam menangani isu-isu kesihatan mental dan spiritual umat Islam zaman moden.

Sorotan Literatur

Terdapat tiga pendekatan utama yang sering digunakan dalam penulisan sorotan literatur, iaitu secara kronologi, secara tematik, dan berdasarkan metodologi kajian. Sehubungan dengan tajuk artikel ini yang meneliti ketokohan al-Bukhari dalam bidang tazkiyah al-nafs dan kitab al-Adab al-Mufrad sebagai panduan Nabawi dalam terapi psikospiritual, penulis memilih pendekatan tematik. Oleh itu, sorotan literatur dalam artikel ini disusun berdasarkan dua tema utama, iaitu: pertama, kajian tentang ketokohan Imam al-Bukhari dalam bidang tazkiyah al-nafs; dan kedua, kajian berkaitan kitab al-Adab al-Mufrad sebagai sumber terapi psikospiritual Islam.

Ketokohan Imam Al-Bukhari Dan Peranannya Dalam Tazkiyah Al-Nafs

Imam al-Bukhari sering dikaitkan dengan ketokohan dalam bidang hadis melalui karya agungnya Sahih al-Bukhari. Namun, sisi keilmuannya dalam bidang kerohanian dan pembangunan jiwa masih kurang diberi perhatian dalam kajian kontemporari. Ulkar (2021) menyoroti al-Bukhari sebagai tokoh moral dan etika Islam, tetapi tidak menghuraikan secara khusus sumbangannya berkait dengan tazkiyah al-nafs dalam konteks kontemporari menggunakan kaedah tematik. Dalam pada itu, Rothman dan Coyle (2018) mengusulkan kerangka psikologi Islam yang menekankan tazkiyah al-nafs sebagai teras kesedaran spiritual, namun tidak menelusuri tokoh-tokoh hadis secara mendalam khususnya tokoh seperti al-Bukhari. Kajian-kajian ini mencerminkan kepada wujudnya keperluan untuk meneroka potensi peranan tokoh hadis seperti al-Bukhari dalam merangka terapi dan intervensi psikospiritual yang dapat diaplikasikan dalam dunia moden.

Kajian-kajian psikospiritual Islam seperti kajian oleh Yahya et al. (2020) dan Mohamad et al. (2020) turut menggariskan pentingnya tazkiyah al-nafs dalam menjamin kesihatan mental, namun pendekatan mereka lebih cenderung kepada gagasan al-Ghazali atau maqasid syariah. Zulkipli et al. (2022) pula mengetengahkan teori perkembangan jiwa melalui komponen qalb, 'aql dan nafs dalam terapi Islam, tanpa mengaitkan langsung dengan tokoh hadis utama seperti al-Bukhari. Dalam kerangka ini, kajian oleh Al-Faruqi et al. (2024) menunjukkan perkembangan yang lebih jelas, apabila mereka mengangkat tazkiyah al-nafs sebagai kaedah merawat penyakit jiwa berasaskan hadis bersanad, tetapi masih belum menyoroti tokoh seperti al-Bukhari secara spesifik. Justeru, wujud keperluan untuk mendalami bagaimana tokoh seperti al-Bukhari mengintegrasikan elemen tazkiyah al-nafs dalam karya hadisnya.

Kajian yang dilakukan oleh Abitolkha dan Mas'ud (2021) turut menekankan kepentingan nilai-nilai sufisme dalam pembentukan akhlak pelajar, tetapi pendekatan mereka lebih bersifat umum dan tidak merujuk kepada mana-mana tokoh atau teks hadis secara khusus. Selain itu, kajian yang dilakukan oleh Nasution et al. (2021) pula mengetengahkan pendekatan tarekat dalam kaunseling Islam, namun ia terhad kepada konteks institusi spiritual tertentu dan sukar untuk diarusperdanakan dalam kerangka akademik moden. Maka, ketokohan Imam al-Bukhari yang mempunyai legitimasi keilmuan tinggi dan kedudukan kukuh dalam disiplin hadis berpotensi besar untuk dijadikan asas kepada model terapi psikospiritual yang lebih holistik dan diterima ramai. Ini menuntut penyelidikan yang lebih terfokus terhadap karya selain Sahih al-Bukhari, khususnya al-Adab al-Mufrad.

Kitab Al-Adab Al-Mufrad Sebagai Sumber Terapi Psikospiritual Nabawi

Kitab al-Adab al-Mufrad merupakan karya penting Imam al-Bukhari yang menghimpunkan hadis-hadis berkaitan adab, akhlak dan hubungan sosial. Kajian oleh Nurseha et al. (2020) menunjukkan bahawa kitab ini mengandungi nilai-nilai karakter Islam yang sangat komprehensif, bahkan lebih terperinci daripada garis panduan pendidikan nasional. Aziz (2019) pula menegaskan bahawa hadis-hadis dalam kitab ini bersifat universal dan sangat relevan untuk diterapkan dalam pendidikan karakter keluarga. Kedua-dua kajian ini membuktikan bahawa al-Adab al-Mufrad bukan sekadar teks moral, tetapi juga sebuah panduan lengkap untuk pembangunan akhlak dan kejiwaan yang mantap dalam konteks kontemporari.

Dalam konteks psikospiritual, Saputra (2023) dan Picken (2005) memperlihatkan kaitan antara hadis-hadis Nabi dan pendekatan psikologi kemanusiaan serta tazkiyah al-nafs dalam al-Quran. Namun, kedua-dua kajian ini tidak secara langsung membincangkan elemen tazkiyah al-nafs dalam al-Adab al-Mufrad dan menilai potensinya sebagai model terapi psikospiritual berasaskan hadis. Walaubagaimanapun, dapatan mereka membuka ruang untuk melihat hadis sebagai sumber utama dalam terapi psikospiritual Islam. Ismail et al. (2021) menekankan konsep terapi Nabi ﷺ sebagai alternatif rawatan fizikal dan spiritual, menjadikan hadis sebagai rujukan utama dalam membentuk kerangka rawatan holistik berasaskan Islam. Ini secara tidak langsung menguatkan premis bahawa al-Adab al-Mufrad boleh berperanan dalam terapi psikospiritual moden yang sarat dengan elemen tazkiyah al-nafs.

Selain itu, sebilangan kajian terdahulu seperti yang dilakukan oleh Yahanid et al. (2022) dan Bukhari dan Hamid (2003) telah menekankan nilai praktikal hadis dalam membentuk hubungan sosial, khususnya dalam konteks interaksi antara anak dan ibu bapa serta hubungan masyarakat secara umum. Hadis-hadis yang dikaji memperlihatkan kepentingan nilai-nilai seperti ihsan, kasih sayang, kesabaran, dan kerendahan hati yang kesemuanya merupakan komponen utama dalam pembinaan jiwa yang sihat dan seimbang. Elemen-elemen ini turut dikenalpasti sebagai teras dalam intervensi terapi psikospiritual Islam. Selain itu, penyelidikan oleh Abdullah dan Zaki (2020) serta Zulkipli dan Suliaman (2023) turut membuktikan keberkesanan pendekatan Nabawi seperti zikir dan doa sebagai alat terapi dalam menangani kemurungan dan tekanan emosi dalam kalangan individu Muslim.

Walaupun bagaimanapun, kesemua kajian ini cenderung memberi tumpuan kepada aplikasi umum hadis-hadis dalam aspek sosial atau amalan tertentu seperti zikir dan doa. Kajian mendalam secara tematik terhadap kitab al-Adab al-Mufrad oleh Imam al-Bukhari, khususnya dalam konteks ketokohan beliau sebagai tokoh tazkiyah al-nafs dan potensi kitab tersebut sebagai asas kepada modul terapi psikospiritual berasaskan wahyu, masih kurang diberikan perhatian. Justeru, kajian ini bertujuan untuk mengisi kelompongan tersebut dengan menganalisis secara

khusus kandungan al-Adab al-Mufrad sebagai panduan nabawi yang bersifat menyeluruh dalam membentuk keseimbangan rohani, emosi dan sosial melalui kerangka terapi Islam yang bersepadu.

Metodologi Kajian

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan reka bentuk analisis kandungan (content analysis), yang bersesuaian untuk meneliti kandungan kitab *al-Adab al-Mufrad* secara mendalam dan sistematik. Pendekatan ini dipilih bagi mengenal pasti mesej-mesej psikospiritual yang terkandung dalam hadis-hadis yang dikumpulkan oleh Imam al-Bukhari, khususnya yang berkaitan dengan adab, akhlak, dan kekuatan rohani. Sejumlah 94 hadis daripada kitab *al-Adab al-Mufrad* telah dikenal pasti dan dianalisis sebagai unit analisis utama kajian. Proses analisis ini dilakukan secara tematik dengan menggunakan pendekatan kod terbuka (*open coding*), di mana kod-kod awal dibentuk secara induktif berdasarkan makna literal dan kontekstual hadis. Seterusnya, kod-kod ini dikategorikan secara berstruktur kepada tema-tema utama melalui proses penggabungan kod axial dan semakan berulang. Langkah ini diadaptasi daripada kaedah yang digunakan oleh Al-Faruqi et al. (2024), yang menekankan analisis teks hadis sebagai teras metodologi dalam pembangunan kerangka spiritual.

Bagi melengkapi analisis hadis, pemilihan kajian terdahulu dijalankan menggunakan kaedah systematic literature review (SLR) yang merangkumi tiga tahap utama iaitu pengenalan (identification), pemeriksaan (screening), dan kelayakan (eligibility). Sebanyak 46 artikel telah disaring daripada tiga pangkalan data utama: Scopus, MyCite, dan Google Scholar, merangkumi kajian dalam tempoh antara tahun 2000 hingga 2025. Pemilihan artikel dihadkan kepada konteks Malaysia bagi memastikan kesesuaian dengan latar sosio-budaya dan kehendak tempatan dalam aplikasi terapi psikospiritual Islam. Kata kunci utama seperti “al-Bukhari”, “tazkiyah al-nafs”, “al-Adab al-Mufrad”, “panduan Nabawi”, dan “terapi psikospiritual” digunakan bersama sinonim berkaitan seperti yang dicadangkan oleh Mohamed Shaffril et al. (2020) dan strategi pencarian pelbagai sumber seperti disarankan oleh Xiao dan Watson (2019). Setiap artikel yang dipilih dianalisis secara manual mengikut kategori tahun penerbitan, jenis kajian (kualitatif, kuantitatif atau campuran), serta dapatan utama, bagi mengenal pasti kesinambungan antara dapatan kajian lepas dengan analisis kandungan hadis.

Dengan merujuk kepada pendekatan ini, kajian bukan sahaja memfokus kepada penerangan kandungan hadis tetapi juga membina rangkaian penemuan ilmiah yang dapat menyokong pembangunan model terapi psikospiritual Islamik yang berasaskan wahyu. Walaupun kajian ini tidak menjalankan intervensi lapangan secara empirikal seperti dilakukan oleh Uyun et al. (2019), ia memberikan sumbangan penting dari segi pemantapan teori dan pengayaan kerangka terapi rohani. Justeru, penjelasan terperinci berkenaan bilangan unit analisis dan kaedah pembentukan kod ini memperkukuh nilai kebolehpercayaan dan kebolehhulangan kajian, serta memperjelas sumbangannya terhadap pembinaan pendekatan terapi Islam yang menyeluruh dan kontekstual.

Dapatan Kajian dan Perbincangan

Kajian ini menganalisis kandungan *Kitab al-Adab al-Mufrad* karya Imam al-Bukhari dari perspektif *tazkiyah al-nafs* dan aplikasinya dalam terapi psikospiritual. Melalui pendekatan tematik berasaskan analisis kandungan, sebanyak 94 hadis telah dianalisis dan dikelompokkan kepada tiga tema utama: (i) adab dan akhlak sebagai terapi jiwa, (ii) strategi menangani emosi negatif, dan (iii) pembentukan daya tahan rohani. Proses pembentukan tema ini dilakukan secara kod terbuka, di mana kategori awal dibentuk secara induktif berdasarkan makna literal

dan kontekstual hadis, sebelum disatukan kepada tema melalui proses kod axial. Pendekatan ini selaras dengan kerangka analisis teks oleh Al-Faruqi et al. (2024) yang menekankan pembangunan kerangka spiritual melalui penelitian tematik teks hadis.

Adab dan Akhlak sebagai Terapi Jiwa

Hadis-hadis dalam *al-Adab al-Mufrad* mengangkat akhlak sebagai asas ketenangan jiwa dan kestabilan sosial. Antara nilai yang dikemukakan termasuk:

1. Sifat malu: “Sifat malu tidak ada pada sesuatu melainkan ia memperelokkannya...” (al-Bukhari, 1989, no. 601), yang menggambarkan *al-ḥaya*’ sebagai mekanisme kawalan diri yang selari dengan prinsip *self-regulation* dalam psikologi (Tangney et al., 2004).
2. Ukhuwah dan kasih sayang: Hadis seperti “Sesungguhnya bagi seorang Muslim ke atas saudaranya terdapat enam hak...” (al-Bukhari, 1989, no. 922) dan hadis mengenai kasih sayang (al-Bukhari, 1989, no. 398) dapat berperanan dalam memulihkan perasaan terasing yang lazim dalam gangguan mental moden.
3. Ihsan: Hadis berkaitan kebajikan terhadap jiran dan anak yatim (al-Bukhari, 1989, no. 133) menyemai empati, nilai yang didapati penting dalam intervensi psikoterapi berasaskan kasih sayang (*compassion-focused therapy*).

Strategi Menangani Emosi Negatif

Tema kedua mengenalpasti strategi Nabi ﷺ dalam mengurus emosi yang menyumbang kepada gangguan psikospiritual:

1. Kawalan marah: “Apabila marah, maka hendaklah dia berlindung kepada Allah” (al-Bukhari, 1989, no. 1319) menunjukkan elemen *cognitive behavioral coping*, iaitu penukaran pemikiran negatif melalui kesedaran spiritual.
2. Kesabaran: Kisah Nabi Musa yang sabar ketika diuji (al-Bukhari, 1989, no. 390) selari dengan pendekatan *reframing* dalam terapi kognitif.
3. Sangka baik: Hadis larangan prasangka (al-Bukhari, 1989) sesuai diaplikasi dalam konteks media sosial moden, di mana mentaliti toksik dan *cyber-shaming* sering menyebabkan kecelaruan emosi. Sangka baik dapat menjadi perisai dalam *digital resilience*—daya tahan mental dalam dunia siber.

Pembentukan Daya Tahan Rohani

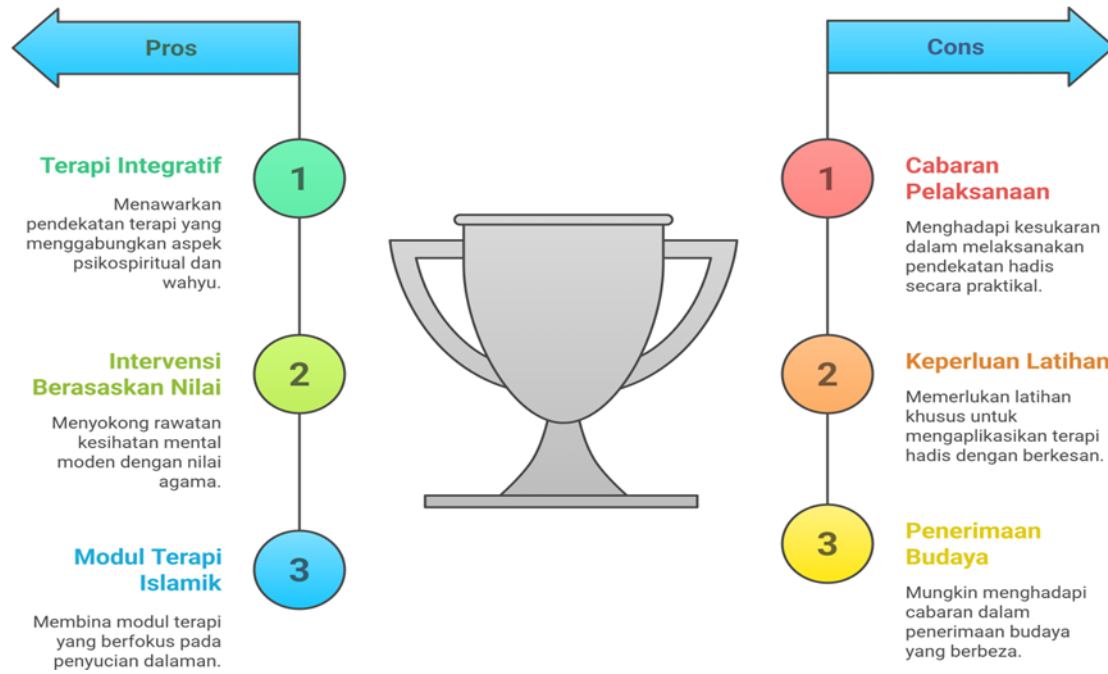
Hadis-hadis dalam kitab ini juga membentuk *spiritual resilience*, iaitu daya tahan rohani terhadap tekanan:

1. Zikrullah dan doa: Sebagai sumber kekuatan batin yang terbukti memberi kesan positif dalam *spiritual-based therapy* (Koenig, 2012) (al-Bukhari, 1989, no. 1097).
2. Mengelak sifat mazmumah: Iri hati, ujub dan dendam dirawat melalui nilai sabar dan syukur (al-Bukhari, 1989, no. 218), selaras dengan konsep *emotional detoxification*.
3. Hubungan sosial sihat: Hubungan baik dengan ibu bapa dan jiran (al-Bukhari, 1989, no. 1) memperkukuh *sense of belonging*, aspek penting dalam psikologi komuniti.

Dapatan ini menunjukkan bahawa pendekatan hadis seperti yang terkandung dalam *al-Adab al-Mufrad* menawarkan:

- Alternatif terapi psikospiritual Islam yang bersifat integratif dan bersandar wahyu.
- Pembangunan intervensi berasaskan nilai agama untuk menyokong rawatan kesihatan mental moden.
- Potensi dalam pembinaan modul terapi Islamik yang berfokus pada *tazkiyah al-nafs* sebagai kaedah penyucian dalaman yang menyeluruh.

Imam al-Bukhari melalui kitab ini berjaya menghimpunkan pendekatan Nabawi yang menyentuh akhlak, emosi dan spiritual secara seimbang, menjadikannya sumber rujukan bernilai dalam menangani krisis jiwa dan emosi masyarakat moden.



Rajah 1: Kitab Al-Adab Al-Mufrad Sebagai Panduan Nabawi Dalam Terapi Psikospiritual

Dapatan utama kajian ini menunjukkan bahawa hadis-hadis dalam *al-Adab al-Mufrad* bukan sahaja bersifat normatif dari sudut moral, tetapi juga bersifat terapeutik dari sudut psikospiritual. Hadis-hadis ini mengandungi prinsip-prinsip seperti sifat malu, ukhuwah, sabar, ihsan, kawalan emosi dan zikrullah yang memberikan kesan mendalam terhadap kesihatan jiwa. Tiga tema besar yang dirumuskan—iaitu adab dan akhlak sebagai terapi jiwa, strategi menangani emosi negatif, serta pembentukan daya tahan rohani—adalah hasil analisis terhadap kandungan kitab ini secara tematik. Penemuan ini mengesahkan bahawa tazkiyah al-nafs bukan sahaja menjadi asas kepada pembentukan akhlak Islam, malah ia juga membentuk mekanisme rawatan psikospiritual yang sesuai diterapkan dalam konteks masyarakat moden yang sarat dengan krisis kerohanian dan tekanan emosi.

Pemilihan tema-tema ini dibuat secara induktif melalui analisis kandungan, berdasarkan kepada kecenderungan hadis-hadis dalam kitab *al-Adab al-Mufrad* yang menekankan aspek pembentukan akhlak dalaman dan interaksi sosial yang sihat. Hadis mengenai sifat malu, contohnya, menunjukkan bagaimana al-Bukhari memberi perhatian kepada unsur kawalan diri dalaman yang menjadi asas kepada kestabilan jiwa (al-Bukhari, 1989, no. 601). Ini selari dengan dapatan kajian seperti oleh Rothman dan Coyle (2018) yang menekankan konsep tazkiyah al-nafs sebagai komponen utama dalam model jiwa Islam. Begitu juga unsur sabar dan sangka baik yang dinyatakan dalam hadis-hadis berkaitan emosi negatif (al-Bukhari, 1989, no. 390) memperlihatkan kesesuaian pendekatan Nabawi dengan terapi kognitif yang menekankan pengurusan pemikiran dan respons emosi. Oleh itu, pemilihan tema tersebut mencerminkan kerelevanan psikospiritual hadis dengan pendekatan terapi moden.

Penemuan ini memberikan implikasi besar terhadap amalan kesihatan mental dalam konteks Islam. Kajian ini mengesahkan bahawa kandungan *al-Adab al-Mufrad* boleh dijadikan sebagai asas modul terapi psikospiritual Islam yang menggabungkan rawatan emosi, sosial dan rohani secara serentak. Sebagaimana dikemukakan oleh Ismail et al. (2021), konsep terapi Nabi ﷺ adalah bersifat holistik dan menyentuh aspek fizikal serta spiritual. Hadis-hadis mengenai hak sesama Muslim (al-Bukhari, 1989, no. 922) dan kepentingan ukhuwah (al-Bukhari, 1989, no. 398) turut membantu dalam memulihkan perasaan terasing dan krisis hubungan sosial, yang menjadi antara punca tekanan jiwa pada masa kini. Oleh itu, kandungan kitab ini dapat diterapkan dalam kaunseling Islam, pendidikan karakter, dan modul sokongan rohani bagi pesakit mental.

Bagi membina kesinambungan kepada dapatan ini, beberapa cadangan penyelidikan lanjutan boleh dikemukakan. Pertama, kajian kuantitatif atau berbentuk intervensi seperti yang dilakukan oleh Uyun et al. (2019) boleh dijalankan untuk mengukur impak praktikal kandungan hadis terhadap kesihatan mental. Kedua, modul terapi berasaskan hadis dari *al-Adab al-Mufrad* boleh diuji ke atas pelbagai kumpulan sasaran seperti remaja, pesakit kemurungan, atau banduan rohani. Ketiga, pendekatan antara disiplin antara bidang hadis, psikologi, pendidikan dan kaunseling perlu digabungkan untuk membina model terapi Islam yang bersifat saintifik tetapi tetap berteraskan wahyu. Cadangan ini selari dengan seruan Mohamad et al. (2020) agar maqasid syariah diterapkan dalam pengukuhan kesejahteraan manusia.

Namun demikian, kajian ini juga mempunyai beberapa batasan yang perlu diakui. Kajian ini berasaskan pendekatan kualitatif dan tidak melibatkan pengumpulan data lapangan. Oleh itu, ia tidak dapat mengukur secara empirikal keberkesanan pendekatan hadis sebagai terapi. Selain itu, skop kajian yang hanya tertumpu kepada satu kitab mungkin menghadkan keluasan perspektif berbanding jika kajian turut merangkumi *Sahih al-Bukhari* atau karya-karya ulama hadis yang lain. Tambahan pula, konteks tempatan Malaysia dijadikan had kajian bagi literatur yang disaring, sekali gus menghadkan generalisasi kepada konteks global. Walaupun begitu, kajian ini tetap memberi sumbangan penting dalam membina asas teori terapi Islamik, seperti yang digariskan oleh Picken (2005) dalam pembinaan kerangka tazkiyah al-nafs berdasarkan sumber wahyu.

Secara keseluruhan, kajian ini mengangkat kembali peranan tokoh hadis seperti Imam al-Bukhari dalam dunia kesihatan spiritual moden. Pendekatan tematik terhadap *al-Adab al-Mufrad* berjaya membuktikan bahawa hadis-hadis dalam kitab tersebut bukan hanya berperanan dalam membentuk adab dan akhlak, tetapi juga menjadi panduan praktikal dalam terapi jiwa. Dalam era ketidakpastian emosi dan cabaran kerohanian yang semakin mencengkam, pendekatan yang bersumberkan wahyu menjadi amat penting untuk diketengahkan. Justeru, usaha menginstitusikan terapi psikospiritual berasaskan hadis seperti dalam *al-Adab al-Mufrad* seharusnya diperkasa melalui kerjasama antara institusi pendidikan Islam, pusat rawatan mental dan agensi pembangunan modal insan.

Integrasi Teori Psikologi Dan Implikasi Terhadap Kesihatan Mental

Walaupun kajian ini berasaskan sumber hadis, namun ia didapati selari dengan pelbagai teori psikologi kontemporari. Sebagai contoh, nilai *al-haya'* sejajar dengan teori *self-conscious emotions* (Tangney et al., 2007), sabar dan sangka baik pula konsisten dengan *Positive Psychology* oleh Seligman (2011). Pendekatan hadis juga dapat dikaitkan dengan kerangka *Psychospiritual Therapy Model* seperti yang dikembangkan oleh Rothman dan Coyle (2018), yang melihat tazkiyah al-nafs sebagai satu bentuk *inner healing*. Oleh itu, integrasi ini bukan

sahaja menunjukkan kesesuaian pendekatan Nabawi, tetapi juga membuka ruang kepada model terapi yang saintifik dan berakar dalam tradisi Islam.

Kajian ini mengakui bahawa dapatan belum diuji secara lapangan, namun ia membuka ruang kepada kajian lanjutan. Pertama, kajian intervensi berbentuk kuasi-eksperimen iaitu satu bentuk penyelidikan empirik; boleh dibangunkan berdasarkan modul hadis dari *al-Adab al-Mufrad*. Kedua, keberkesanan modul ini boleh diuji ke atas kumpulan sasaran seperti pelajar IPT, pesakit kemurungan, atau pengguna media sosial tegar. Ketiga, model terapi boleh dikembangkan secara *interdisciplinary* antara hadis, psikologi, dan pendidikan, sejajar dengan seruan Mohamad et al. (2020) agar maqasid syariah dimanfaatkan untuk kesejahteraan holistik. Dari sudut yang lain, dalam dunia moden yang kompleks terutama budaya digital dan urbanisasi, hadis-hadis ini dilihat tetap kekal relevan kerana ia bersifat merentas masa dan zaman. Misalnya, konsep sangka baik dan sabar boleh dijadikan modul kesedaran digital bagi menangani budaya *cancel*, *trolling*, dan tekanan *FOMO* dalam media sosial. Hadis ukhawah dan hak sesama Muslim boleh dimanfaatkan dalam membina komuniti maya yang sihat dan penyayang. Ini menunjukkan fleksibiliti pendekatan Nabawi dalam menyentuh aspek kontemporari, menjadikannya praktikal dan responsif terhadap cabaran emosi semasa.

Penutup

Kajian ini bertujuan untuk meneliti ketokohan Imam al-Bukhari dalam bidang tazkiyah al-nafs dan menganalisis kitab *al-Adab al-Mufrad* sebagai sumber panduan Nabawi dalam terapi psikospiritual. Dengan pendekatan kualitatif dan reka bentuk analisis kandungan, kajian ini mengenal pasti tiga tema utama hasil daripada penafsiran terhadap kandungan hadis: pembentukan akhlak sebagai terapi jiwa, strategi menangani emosi negatif, dan pembentukan daya tahan rohani. Dapatan menunjukkan bahawa kitab ini sarat dengan prinsip akhlak Islami yang membina perilaku mulia dan sekaligus menjadi elemen terapi psikospiritual. Nilai-nilai seperti sifat malu, sabar, sangka baik, ihsan dan zikrullah dilihat bukan sekadar norma sosial, tetapi juga berperanan sebagai alat rawatan kejiwaan yang berlandaskan wahyu. Hasil analisis turut menunjukkan bahawa pendekatan hadis yang diolah oleh al-Bukhari dalam kitab ini sangat relevan untuk diaplikasikan dalam kerangka terapi Islamik yang menyeluruh, meliputi dimensi mental, emosi, dan spiritual secara seimbang kerana pendekatannya yang bersifat praktikal, ringkas, dan merentasi konteks zaman.

Secara keseluruhan, kajian ini menyumbang kepada pengembangan wacana terapi psikospiritual Islam dengan mengetengahkan satu sumber klasik yang mempunyai kredibiliti tinggi dalam disiplin hadis. Ia memberikan kerangka awal kepada pembangunan modul intervensi yang menjadikan tazkiyah al-nafs sebagai teras utama pendekatan rawatan jiwa berasaskan Islam. Dari sudut aplikasi, penemuan ini membuka peluang kepada pengamal kesihatan mental, pendidik dan kaunselor untuk memanfaatkan teks hadis sebagai sumber intervensi spiritual yang relevan dan praktikal dalam menangani isu-isu tekanan emosi, kemurungan dan kehilangan makna hidup dalam masyarakat moden.

Walau bagaimanapun, kajian ini mempunyai batasan kerana tidak melibatkan data empirikal dari lapangan. Penyelidikan masa depan disarankan untuk menguji keberkesanan modul terapi berasaskan kandungan *al-Adab al-Mufrad* melalui reka bentuk kuantitatif atau campuran. Pendekatan antara disiplin juga amat diperlukan bagi memperkukuh kedudukan terapi Islam dalam arus penyelidikan psikologi dan kesihatan mental. Sebagai kesimpulan, kajian ini bukan hanya memperlihatkan potensi besar al-Bukhari sebagai tokoh rujukan dalam pembentukan kerangka terapi psikospiritual Islam, bahkan turut memperlihatkan kepentingan kermenjadikan

karya ini sebagai sumbangan penting dalam membina pendekatan rawatan Islam yang holistik, autentik dan relevan dengan cabaran kerohanian masyarakat moden.

Penghargaan

Kajian ini dibiayai oleh Universiti Sains Islam Malaysia menerusi Geran Penyelidikan USIM-Industri 2024 dengan nombor rujukan PPPI/USIM-INDUSTRI/FPQS/USIM/12924.

Rujukan

- Abdullah, W. H. W., & Zaki, H. (2020). *Gejala kemurungan: Kaedah rawatan melalui pengubatan al-Tibb al-Nabawiy*. Jurnal Islam dan Masyarakat Kontemporari, 21(3), 215. DOI: <https://doi.org/10.37231/jimk.2020.21.3.509>
- Abitolkha, A. M., & Mas'ud, A. (2021). *Integration of Sufism Values into the Curriculum of Islamic Religious Education Subject in Junior High School*. In Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education Studies) (Vol. 9, Issue 1, p. 1). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. DOI: <https://doi.org/10.15642/jpai.2021.9.1.1-16>
- Adeoye, M. A. (2024). *The Shared Foundations of Faith in Christianity and Islam: The Role of Monotheism in Life and Afterlife Across Abrahamic Religions*. At-Turost: Journal of Islamic Studies, 65-79.
- Al-Bukhari, M. Ibn I. (1989). *Al-Adab Al-Mufrad* (M. F. 'Abd Al-Baqi, Ed., 2nd Ed.). Dar Al-Basha'ir Al-Islamiyyah. (Hadith No. 601). (Asal Diterbitkan Pada 1379H Oleh Al-Matba'ah Al-Salafiyah Wa Maktabatuha, Kaherah), Hlm 210.
- Aziz, N. G. (2019). *Relevansi Konseptual Model Hadits Pendidikan Karakter dalam Keluarga Perspektif Kitab Adab Al-Mufrad dan Tarbiyah Al-Aulad Fi Al-Islam terhadap Konteks Kekinian*. Islamic Review: Jurnal Riset dan Kajian Keislaman, 8(1), 110-130. DOI: <https://doi.org/10.35878/islamicreview.v8i1.158>
- Bukhari, M., & Hamid, (2003). Moral teachings of Islam : prophetic traditions from al-Adab al-mufrad.
- Faruqi, A. R. H. ., Fuadi, I., & Haeba , I. D. . (2024). *Tazkiyah Al-Nafs Sebagai Terapi Penyakit Jiwa (Tinjauan Hadis)*. Kalimah: Jurnal Studi Agama Dan Pemikiran Islam, 22(1), 95–120. DOI: <https://doi.org/10.21111/klm.v22i1.12409>
- Koenig, H. G. (2012). *Religion, spirituality, and health: The research and clinical implications*. International Scholarly Research Notices, 2012(1), 278730. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>
- Komariah, N., & Nihayah, I. (2023). *Improving the personality character of students through learning Islamic religious education*. At-Tadzkir: Islamic Education Journal, 2(1), 65-77. DOI: <https://doi.org/10.59373/attadzkir.v2i1.15>
- Masruri, M., Ismail, F. H., Kirin, A., Borham, A. S., Misbah, M., & Rahim, M. H. A. (2021). *Konsep terapi Nabi ﷺ sebagai alternatif dalam menangani penyakit fizikal dan spiritual*. Al-Hikmah: International Journal Of Islamic Studies And Human Sciences, 4(1), 130-149. DOI: <https://doi.org/10.46722/hikmah.v4i1.88>
- Mohamad, A. D., Osman, K. H. A. Z. R. I., & Mokhtar, A. I. (2020). *Spirituality in Maqasid for the empowerment of human well-being*. International Journal of Business and Social Science, 11(10), 69-73. doi: <https://doi.org/10.30845/ijbss.v11n10p6>
- Nasution, S., Miswar, M., & Karim, P. A. (2021). *Implementasi Konseling Islami: Negoisasi Identitas Spiritual Dalam Tradisi Tarekat Naqsabandiyah di Sumatera Utara*. Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam, 10(01). DOI: <https://doi.org/10.30868/ei.v10i01.1831>
- Nurseha, M., Shobron, S., & Ali, M. (2020). *Nilai–Nilai Pendidikan Karakter Dalam Kitab Al-Adab Al-Mufrad Karya Al-Imam Abu Abdillah Muhammad Ibn Ismail Al-Bukhari*.

- Profetika: Jurnal Studi Islam, 20(2), 154-167. DOI: <https://doi.org/10.23917/profetika.v20i2.9952>
- Pariyati, P. (2018). Pendidikan Multikultural Berbasis Afektif Sufistik Bagi Pembentukan Karakter. *Nusa: Jurnal Ilmu Bahasa Dan Sastra*, 13(2), 316-328. <https://doi.org/10.14710/nusa.13.2.316-328>
- Picken, G. (2005). Tazkiyat al-nafs: The Qur'anic Paradigm. *Journal of Qur'anic Studies*, 7(2), 101-127. <https://doi.org/10.3366/jqs.2005.7.2.101>
- Rahman, K. A. A., Salleh, S., Wazir, R., Sudi, S., Awang, A. H., & Kamarulzaman, A. I. (2021). *Kajian Systematic Literature Review (SLR) Tentang Kesehatan Mental Di Malaysia Semasa Pandemik Covid-19: Systematic Literature Review (SLR) On Mental Health in Malaysia During the Covid-19 Pandemic*. *Sains Insani*, 6(3). DOI: <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.vol6no3.344>
- Rothman, A., & Coyle, A. (2018). *Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul*. *Journal of religion and health*, 57, 1731-1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Saputra, H. (2023). *Contextualization of Prophet Muhammad SAW's Hadith on Humanistic Psychology in Character Building in Indonesia*. *AL QUDS: Jurnal Studi Alquran dan Hadis*, 7(1), 159-172. DOI: <https://doi.org/10.29240/alquds.v7i1.6353>
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Simon and Schuster. Free Press.
- Sudrajat, A. (2011). Mengapa Pendidikan Karakter? In *Jurnal Pendidikan Karakter* (Vol. 1, Issue 1). State University Of Yogyakarta. DOI: <https://doi.org/10.21831/jpk.v1i1.1316>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271–324. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Tangney, J. P., Stuewig, J., & Mashek, D. J. (2007). Moral emotions and moral behavior. *Annual Review of Psychology*, 58, 345–372. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.56.091103.070145>
- Ulkar, M. (2021). Imam Al-Bukhari – A Bright Spark In Islamic World. In *Türk bilgisayar ve matematik eğitimi dergisi* (Vol. 12, Issue 5, p. 1569). Karadeniz Technical University.
- Uyun, Q., Kurniawan, I. N., & Jaufalaily, N. (2019). Repentance And Seeking Forgiveness: The Effects Of Spiritual Therapy Based On Islamic Tenets To Improve Mental Health. *Mental Health, Religion & Culture*, 22(2), 185–194.
- Yahanid, R., Rosmizi, M., Rahman, A., & Mahyuddin, M. (2022). Children interpersonal communication towards parents in Al-Adab al-Mufrad by Muhammad bin Ismail al-Bukhari.
- Yahya, N., Omar, S. H. S., Yusoff, S. H. M., Shuhari, M. H., & Rozali, M. (2020). Element of happiness by al ghazali and relation in islamic psychospiritual. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(11).
- Zulkipli, S. N., Suliaman, I., Abidin, M. S. Z., Anas, N., & Ahmat, A. C. (2022). The Development Theory of Al-‘Aql, Al-Qalb and al-Nafs in Islamic Psychotherapy. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(11), 2432 – 2449