

Iman, Islam dan Ihsan: Kaitannya dengan Kesehatan Jiwa.

Oleh;
Mohd Nasir bin Masroom
Siti Norlina bt Muhammad
Siti Aisyah bt Panatik @ Abd Rahman

Abstrak

Islam tertegak di atas landasan yang sangat kukuh. Allah SWT telah mengutuskan seorang Rasul SAW dengan perantaraan wahyu yang disampaikan oleh Jibril AS sebagai utusanNya untuk mengajarkan manusia mengenai Islam agar mereka dapat memahami dan dapat melaksanakan segala peraturannya dalam kehidupan seharian. Islam juga disebut sebagai sebuah agama yang memberi rahmat dan kebaikan kepada sekalian alam. Namun demikian, untuk merasakan rahmat dan kebaikan ini, seorang muslim perlu memahami asas-asas dalam Islam yang di sanalah terkandung segala rahmat dan kebaikan seperti yang dijanjikan itu. Kegagalan untuk memahami asas ini, menyebabkan seseorang individu muslim itu tercari-cari kelebihanya sebagai seorang muslim berbanding dengan orang lain.

Kata kunci: Iman, Islam, Ihsan, Kesehatan Jiwa, Muslim.

1.0 Pendahuluan.

Ibadah adalah makanan rohani manusia. Kesan ibadah tidak terlihat pada anggota jasad manusia tetapi ia memberi kesan kepada jiwa manusia yang taat beribadah dan ikhlas kerana Allah SWT semata-mata. Kemuliaan manusia terletak pada unsur rohnya yang dapat hidup dan meningkat nilai kejiwaannya ketika bermunajat kepada Allah SWT. Justeru itu, ibadah yang dilakukan adalah satu-satu jalan yang dapat menyediakan makanan dan bahan penyuburan kepada roh manusia, serta memberi bekalan kekuatan jiwa yang tidak akan lenyap dan habis (Al-Qardhawi, 1995: 4).

Islam adalah agama yang mencakupi seluruh kehidupan manusia. Untuk memanifestasikan kesempurnaan, kesesuaian dan sejagatnya Islam sebagai agama kehidupan, maka Islam memberi ruang yang sangat luas kepada umatnya untuk melakukan ibadah pada bila-bila masa dan di mana-mana sahaja. seorang hamba seharusnya mentaati tuannya dan patuh kepada segala arahan yang diberikan kepadanya.

Ketaatan ini juga bukan sekadar taat, patuh, hina dan menyerahkan diri semata-mata, tetapi ketaatan itu berserta dengan keyakinan tentang kekuasaan dan keagongan

Kertas kerja ini dibentangkan dalam Seminar Pendidikan & Penyelidikan Islam (SePPIM13) yang berlangsung pada 17 & 18 Sept. 2013 bertempat di Fakulti Tamadun Islam, UTM Johor Bahru.

Mohd Nasir Masroom, Siti Norlina Muhammad, & Siti Aisyah Panatik. (2013).

Iman, Islam dan Ihsan: Kaitannya dengan Kesehatan Jiwa. Dlm Semianar Pendidikan & Penyelidikan Islam Kali Pertama (pp. 582-590).
Johor Bahru: Assosiation of Islamic Education Scholars.

yang dimiliki oleh tuannya. Hamba yang taat adalah hamba yang merasakan penuh kesyukuran dan berterima kasih di atas segala kurniaan dan pemberian dari tuannya dan sudah pasti dia akan memuja dan memuji tuannya dengan perbagai cara sebagai usaha untuk melahirkan rasa kesyukuran itu. Malah perkara yang lebih penting adalah ketaatan dan kepatuhan yang disertakan dengan hati yang turut patuh, bukan kepatuhan yang bersifat fizikal seperti menundukkan kepala semata-mata, tanpa ada rasa ikhlas, syukur dan redha kepada tuannya.

2.0 Iman, Islam dan Ihsan

Dalam sebuah hadis, Rasulullah SAW bersabda;

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، قَالَ كَانَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بَارِزًا يَوْمًا لِلنَّاسِ، فَاتَّاهُ جِبْرِيلُ فَقَالَ مَا الْإِيمَانُ قَالَ " الْإِيمَانُ أَنْ تُؤْمِنَ بِاللَّهِ وَمَلَائِكَتِهِ وَبِلِقَائِهِ وَرُسُلِهِ، وَتُؤْمِنَ بِالْبُعْتِ ". قَالَ مَا الْإِسْلَامُ قَالَ " الْإِسْلَامُ أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ وَلَا تُشْرِكَ بِهِ، وَتُقِيمَ الصَّلَاةَ، وَتُؤَدِّيَ الزَّكَاةَ الْمَفْرُوضَةَ، وَتَصُومَ رَمَضَانَ ". قَالَ مَا الْإِحْسَانُ قَالَ " أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ.

Maksudnya: Dari Abu Hurairah berkata; bahwa Nabi SAW pada suatu hari muncul kepada para sahabat, lalu datang Malaikat Jibril 'Alaihis Salam yang kemudian bertanya: "Apakah iman itu?" Nabi SAW menjawab: "Iman adalah kamu beriman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, pertemuan dengan-Nya, Rasul-Rasul-Nya, dan kamu beriman kepada hari berbangkit". (Jibril 'Alaihis salam) berkata: "Apakah Islam itu?" Jawab Rasulullah SAW "Islam adalah kamu menyembah Allah dan tidak menyekutukannya dengan suatu apapun, kamu dirikan shalat, kamu tunaikan zakat yang diwajibkan, dan berpuasa di bulan Ramadhan". (Jibril 'Alaihis salam) berkata: "Apakah ihsan itu?" Nabi SAW menjawab: "Kamu menyembah Allah seolah-olah melihat-Nya dan bila kamu tidak melihat-Nya sesungguhnya Dia melihatmu". (HR Al-Bukhari, 1987: 50; Muslim, t.th: 9).

Hadis ini mempunyai nilai yang tinggi di dalam Islam kerana ia meliputi segala urusan ibadah yang zahir dan yang batin. Ia menjangkau dari urusan keimanan dan amal perbuatan anggota fizikal seperti lidah, tangan dan kaki, sehingga perkara yang melibatkan urusan keikhlasan hati dan batin manusia yang perlu diperhatikan agar amal perbuatan dan ibadah yang dilakukan mencapai matlamat untuk mendapatkan keredhaan Allah SWT (Mustafa, 2009: 72).

Secara umumnya, hadis ini membicarakan tentang kesempurnaan agama Islam dengan menyebutkan terdapat tiga komponen yang menjadi asas dalam Islam yang mencakupi seluruh aspek kehidupan manusia yang terkandung di dalamnya ibadah yang menjadi tujuan hidup manusia. Komponen tersebut adalah. Iman, Islam dan ihsan.

2.1 Iman

Rasulullah SAW menerangkan rukun iman iaitu kepada Allah SWT, malaikat-malaikatNya, kitab-kitabNya yang diturunkan kepada para nabi dan rasul, rasul-rasulNya, hari kiamat serta qada' dan qadar. Semua perkara ini menjadi dasar akidah atau kepercayaan orang Islam yang di atas dasar-dasar inilah dilaksanakan amal dan ibadah. Ini kerana, ulama-ulama hadis dan feqh seperti Imam Malik, Imam Syafie dan Imam Ahmad telah mentakrifkan iman sebagai “...pembenaran dengan hati, ikrar dengan lidah dan beramal dengan sekelian rukun.” (Mustafa, 2009: 91)

Berdasarkan takrifan iman yang diberikan ini, menjadi syarat penting kepada pembenaran iman adalah dengan melakukan amal dan perbuatan atau melaksanakan perintah yang disuruh dan menjauhi yang dilarang oleh Allah SWT, iaitu “amar makruf dan nahi mungkar” yang termasuk di dalam ertikata beribadah seperti yang dijelaskan oleh Al-Qardhawi.

Oleh yang demikian, orang yang beriman hendaklah menjadi seorang yang beramal untuk memmanifestasikan keimanannya kepada semua rukun-rukun iman. Jika seorang yang mengaku bahawa dia beriman tetapi dia tidak mempamerkan imannya dengan melakukan amal, maka imannya adalah perhiasan dan cita-cita semata-mata. Individu seperti ini hanya menyangka bahawa dia adalah seorang yang beriman dan berharap mendapat keredhaan Allah SWT sedangkan imannya tidak sempurna (Mustafa, 2009: 92)

Kaitan antara iman dan ibadah juga dapat ditinjau menerusi fitrah manusia yang memerlukan Tuhan atau Yang Maha Kuasa untuk menjadi tempat bergantung harap. Di dalam Al-Quran terdapat beberapa ayat yang menggambarkan fitrah manusia yang memerlukan Tuhan untuk disembah (Al-Zumar, 39: 8; Luqman, 31: 32 dan Al-Isra', 17: 67). Firman Allah SWT;

هُوَ الَّذِي يُسِيرُكُمُ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ حَتَّىٰ إِذَا كُنْتُمْ فِي الْفُلِكِ وَجَرِينَ بِهِم بِرِيحٍ طَيِّبَةٍ وَفَرِحُوا بِهَا جَاءَتْهَا رِيحٌ عَاصِفٌ وَجَاءَهُمُ الْمَوْجُ مِنْ كُلِّ مَكَانٍ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ أُحِيطَ بِهِمْ دَعَوُا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ لَئِن أُخِجْتُمْ مِنْ هَذِهِ لَنَكُونَنَّ مِنَ الشَّاكِرِينَ ﴿١٧﴾

Maksudnya: “Dia lah yang menjalankan kamu di darat dan di laut (dengan diberi kemudahan menggunakan berbagai jenis kenderaan); sehingga apabila kamu berada di dalam bahtera, dan bahtera itu pula bergerak laju membawa penumpang-penumpangNya dengan tiupan angin yang baik, dan mereka pun bersukacita dengannya; tiba-tiba datanglah kepadanya angin ribut yang kencang, dan mereka pula didatangi ombak menimpa dari segala penjuru, serta mereka percaya bahawa mereka diliputi oleh bahaya;

pada saat itu mereka semua berdoa kepada Allah dengan mengikhlaskan kepercayaan mereka kepadanya semata-mata (sambil merayu dengan berkata): "Demi sesungguhnya! jika Engkau (Ya Allah) selamatkan kami dari bahaya ini, kami tetap menjadi orang-orang yang bersyukur" (Yunus, 10: 22).

Dengan memerhatikan keadaan jiwa manusia yang sentiasa mencari-cari Tuhan seperti yang berlaku kepada Nabi Ibrahim AS (Al-An'am, 6: 76-78), atau ketika manusia berada di dalam kesusahan atau keadaan yang terdesak (Al-Zumar, 39: 8; Luqman, 31: 32; Al-Isra', 17: 67 dan Yunus, 10: 22) bahawasanya perasaan bertuhan itu muncul dari fitrah yang murni. Kemudian, keimanan atau kepercayaan ini perlu dijelmakan di dalam bentuk amal dan perbuatan yang mempamerkan ketaatan, ketundukan dan kepatuhan kepada Tuhan yang diimani itu atau dengan lain perkataan dengan melakukan ibadah.

Hasil dari kepercayaan kepada rukun-rukun iman ini menyebabkan seorang mukmin itu menyerahkan jiwa dan segala urusan kehidupannya hanya kepada Yang Maha Esa agar selari dengan contoh kehidupan yang dibawa oleh Baginda Rasulullah SAW. Mukmin yang sejati akan mengatakan "kami dengar dan kami taat" kepada setiap perintah dan larangan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT terutama yang bersifat amal perbuatan. Keimanan yang mereka punyai ini dapat mengeluarkan mereka dari ketundukan terhadap hawa nafsu kepada ketaatan yang mutlak kepada Allah SWT (Al-Qardhawi, 1995: 63). Firman Allah SWT;

وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَنْ يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ ۗ وَمَنْ يَعْصِ اللَّهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَالًا مُّبِينًا ﴿٦٦﴾

Maksudnya: "Dan tidaklah harus bagi orang-orang yang beriman, lelaki dan perempuan - apabila Allah dan RasulNya menetapkan keputusan mengenai sesuatu perkara - (tidaklah harus mereka) mempunyai hak memilih ketetapan sendiri mengenai urusan mereka. Dan sesiapa yang tidak taat kepada hukum Allah dan RasulNya maka Sesungguhnya ia telah sesat dengan kesesatan yang jelas nyata (Al-Ahzab, 33: 36).

Hubungan iman dan kesihatan jiwa dapat dilihat dari perspektif Islam dengan merenungi ayat-ayat yang menyatakan bahawa orang yang beriman dapat merasakan keamanan, ketenangan dan kebahagiaan (Al-An'am, 6: 82; Al-Ra'd, 13: 28 dan Al-Tagabun, 64: 11). Firman Allah SWT;

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُّهْتَدُونَ ﴿٨٢﴾

Maksudnya: “Orang-orang yang beriman dan tidak mencampur adukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan merekalah orang-orang yang mendapat hidayah petunjuk.” (Al-An’am, 6: 84).

Dalam hal ini, keimanan kepada Allah SWT dapat menghindarkan dan menyembuhkan diri manusia dari penyakit-penyakit jiwa dan memberi rasa aman dan tenteram. Selain itu, seorang mukmin juga terhindar dari rasa bimbang dan sedih yang mengakibatkan jiwanya sakit. Peranan iman yang menghasilkan rasa keamanan dan ketenangan apabila segala harapan, sandaraan, pertolongan, penjagaan dan perlindungan diserahkan hanya kepada Allah SWT, Tuhan sekalian alam, Yang Maha Berkuasa, Yang Maha Bijaksana, Yang Maha Mendengar dan Yang Maha Melihat (W. Hussein Azmi, 1994: 52).

Tiada lagi keraguan, putus asa, kekecewaan dan kesedihan kerana seseorang mukmin itu yakin dan percaya bahawa tiada lagi kejahatan dan kesakitan melainkan dengan kehendak Allah SWT. Maka keyakinan dan keimanan inilah yang menghasilkan rasa damai, tenang dan bahagia itu.

2.2 Islam

Seterusnya hadis tersebut menyebutkan bahawa rukun Islam ada lima perkara iaitu mengucap dua kalimah syahadah, mendirikan solat lima waktu, mengeluarkan zakat, berpuasa di bulan Ramadhan dan menunaikan haji di Baitullah. Jika seseorang manusia dapat memenuhi kelima-lima rukun ini maka sempurnalah Islamnya dan dia terpelihara dari kemurkaan Allah SWT sekiranya ditunaikan rukun-rukun tersebut serta hukum-hukum yang bertalian dengan syariat Islam itu sendiri (Mustafa, 2009: 76).

Maka ibadah yang terangkum di dalam rukun Islam ini menjadi dasar yang menjadi medium perhubungan antara makhluk dan Khaliknya. Secara sistematiknya, seorang muslim diperintahkan untuk sentiasa berhubung dengan Allah SWT pada setiap saat dan ketika, tempat dan ruang yang dapat memenuhi setiap detik kehidupannya. Ini kerana kelima-lima ibadah ini telah tersusun bermula dengan syahadah, solat lima waktu yang wajib dikerjakan sehari semalam lima kali, zakat setiap tahun, puasa di bulan Ramadhan selama sebulan dan menunaikan haji sekurang-kurangnya seumur hidup sekali tertakluk kepada kemampuan seseorang.

Manakala hikmah di sebalik ibadah-ibadah yang dilakukan ini pula memberikan berbagai kelebihan dan fadhilat yang kembali kepada diri orang yang melakukan ibadah, masyarakat dan ummah keseluruhannya. Namun demikian, tujuan ibadah yang paling utama adalah untuk mengabdikan diri hanya kepada Allah SWT dan mengesakanNya. Sebagaimana yang disebut oleh Imam Al-Shatibi bahawa ibadah mempunyai tujuan asal iaitu mengesakan Allah SWT; dan tujuan-tujuan sampingan seperti mendapatkan kebaikan jiwa dan menghasilkan sifat-sifat utama padanya (Al-Qardhawi, 1986: 54).

Antara contoh kesan, hikmah dan kesan ibadah khusus seperti solat solat adalah ibadah yang menunjukkan wujudnya ikatan yang kuat antara hamba dengan tuhanNya. Ini kerana dalam solat, seseorang hamba seolah-olah berada di hadapan Tuhannya yang dengan penuh kesungguhan memohon berbagai keperluan dan permintaan di samping rasa merendah diri, hina, ketaatan dan cinta kepadaNya. Mengerjakan solat dengan penuh keyakinan dan khusu' dapat menimbulkan kejernihan spiritual, ketenangan hati dan keamanan diri sewaktu mengerahkan semua emosi dan anggota tubuh berserah kepada Allah SWT (Al-Zahrani & Insani., 2005: 481).

Menurut (Anas, 2012: 157), dua syarat perlu dilaksanakan agar solat dapat berperanan kepada penyucian dan kesihatan jiwa. Pertama, melakukan solat dengan sempurna, rapi perbuatannya, menjaga waktunya, tidak lalai, ikhlas dan menepati kaedah berdasarkan Al-Quran dan Sunnah. Kedua, mendirikan solat dengan penuh khusyu' dan penuh penghayatan. Ini kerana solat yang tidak khusyu' seumpama jasad tanpa roh. Ia kosong dan tidak memberikan kesan kepada penyucian jiwa.

Manakala ibadah puasa pula, Al-Qardhawi (1995: 286), menyatakan bahawa berpuasa adalah ibadah yang menegah dari makan dan minum serta mengauli isteri dari terbit fajar hingga terbenam matahari. Walaupun pada zahirnya, puasa nampak seperti perbuatan yang negatif, tetapi ia mempunyai banyak kelebihan pada hakikatnya terutama kebajikannya kepada roh manusia. Seorang mukmin yang berpuasa menahan jiwanya daripada tuntutan hawa nafsu dengan niat untuk mendekati diri kepada Allah SWT. Al-Quran sendiri telah menjelaskan matlamat utama berpuasa adalah untuk mencapai ketakwaan (Al-Baqarah, 2: 183). Firman Allah SWT;

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ ﴿١٨٣﴾

Maksudnya: “Wahai orang-orang yang beriman! kamu diwajibkan berpuasa sebagaimana diwajibkan atas orang-orang yang dahulu daripada kamu, supaya kamu bertaqwa.” (Al-Baqarah, 2: 183)

Tafsir (Jalalain, t.th: 1/37) menyebutkan bahawa ayat ini bermaksud dengan mengerjakan amalan berpuasa, ia dapat menghindarkan diri dari melakukan maksiat. Ini kerana, puasa dapat meredakan keinginan syahwat yang menjadi punca melakukan maksiat. Manakala (Ibn Kathir, 2011: 1/342) menyatakan puasa mengandungi penyucian, pembersihan dan penjernihan diri dari kebiasaan-kebiasaan yang buruk dan akhlak yang tercela. Puasa juga dapat menyucikan badan dan menyempitkan jalan-jalan syaitan yang boleh mendorong orang melakukan maksiat.

Begitulah dengan ibadah zakat, haji, berzikir, berdoa, membaca Al-Quran, bersedekah dan membantu orang lain. Ia mempunyai kesan dan hikmah yang sangat memberi kesan kepada jiwa orang yang melakukannya apabila dilakukan dengan penuh tawaduk, ikhlas dan kerana Allah SWT semata-mata.

2.3 Ihsan

Menurut pengertian ihsan seperti yang dijelaskan oleh Rasulullah SAW menerusi hadis Abu Hurairah ini, iaitu seseorang menyembah Allah SWT seolah-olah dia melihatNya. Jika dia tidak berupaya untuk melihat Allah SWT, maka sesungguhnya Allah SWT melihat segala amal perbuatannya. Menyembah Allah SWT bererti mengabdikan diri kepadanya dengan ibadah menurut kaedah dan cara yang sebaik-baiknya sama ada pada zahir (perbuatan lahiriah) atau batin iaitu ikhlas pada niat.

Menurut (Ibn Manzur, t.th: 13/114), lawan perkataan ihsan adalah keburukan (الإساءة). Dalam konteks ini, ihsan hendaklah dilakukan dengan berserta rasa keikhlasan iaitu syarat kepada sahnya iman dan Islam. Setiap amal yang tidak ikhlas, tidak dinamakan ihsan dan keimanan yang tidak disertakan dengan ikhlas, belum dinamakan beriman.

Ibadah yang dilaksanakan menurut hakikat ihsan hanya ditumpukan dan dikeranakan oleh Allah SWT semata-mata. Tidak disertakan niat kerana tujuan-tujuan lain atau untuk sesyatu yang lain. Kesan dari sikap ihsan ini menyebabkan seseorang merasa lebih bertanggungjawab di atas ibadahnya sehingga dia melakukan sesuatu ibadah dengan penuh kejujuran sama ada ketika berada di khalayak ramai atau ketika bersendirian. Ini kerana dia merasa yakin bahawa segala yang dikerjakannya itu dilihat oleh Allah SWT yang menyebabkannya merasa malu jika ibadah yang dilakukannya itu sekadar melepaskan tanggungjawab di dunia sahaja (Mustafa, 2009: 112-113).

Menurut Imam Al-Nawawi, Rasulullah SAW memberikan penjelasan mengenai ihsan dalam beribadah dengan tujuan agar setiap muslim melakukan ibadah dengan penuh ikhlas, patuh, penuh ketundukan dan khusyu' apabila seolah-oleh melihat Allah SWT di hadapan mereka. Perasan melihat Allah SWT dapat menghasilkan rasa kehambaan dan bersungguh-sungguh dalam beribadah serta menunaikan hak-hakNya dengan tujuan untuk menghampirkan diri kepadaNya.

Manakala di dalam Al-Quran, terdapat banyak ayat yang di sebut oleh Allah SWT mengenai ihsan (إحسان) iaitu pada surah Al-Baqarah ayat 178 dan 229, ayat 100 surah Taubah, ayat 9 surah Al-Nahl dan surah Al-Rahman pada ayat 55 (dua kali). Bagi perkataan *ihsanan* (إحسانا), juga terdapat sebanyak enam tempat iaitu pada ayat 83 surah Al-Baqarah, ayat 36 dan 62 surah Al-Nisa', ayat 151 surah Al-An'am, ayat 23 surah Al-Isra' dan ayat 15 surah Al-Ahqaf. Merujuk kepada orang yang melakukan kebaikan (محسن، محسنون، محسنين), terdapat sekurang-kurangnya 28 tempat telah digunakan untuk menyebutkan sifat atau ciri-ciri orang yang melakukan ihsan (Al-Baqi, 1364h).

Allah SWT berfirman;

﴿ إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَايَ ذِي الْقُرْبَىٰ وَيَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ ۗ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ ﴾

Maksudnya” “Sesungguhnya Allah menyuruh berlaku adil, dan berbuat kebaikan, serta memberi bantuan kepada kaum kerabat; dan melarang daripada melakukan perbuatan-perbuatan yang keji dan mungkar serta kezaliman. ia mengajar kamu (dengan suruhan dan laranganNya ini), supaya kamu mengambil peringatan mematuhiNya: (Al-Nahl, 16: 90).

Menurut (Al-Qurtubi, 1964: 10/167), ihsan di dalam ayat di atas membawa pengertian membuat baik kepada diri dan orang lain. Ini kerana Allah SWT menyukai hamba-hambaNya yang saling melakukan kebaikan di antara mereka. Allah SWT juga Maha Kaya dalam memberi kebaikan kepada makhluk-makhlukNya. Namun demikian, ihsan yang dimaksudkan di dalam hadis Jibril AS adalah kesungguhan (إتقان) di dalam ibadah dan menunaikannya dengan sempurna.

Jika diperhatikan, ayat-ayat di dalam Al-Quran yang menyebut tentang ihsan adalah bertemakan kepada berbuat baik dalam konteks yang sangat luas. Al-Qurtubi menjelaskan bahawa ketika ayat 90 surah Al-Nahl diturunkan dan dibacakan kepada Ali bin Abi Talib, beliau lantas berkata bahawa “Demi Allah, sesungguhnya Dia mengutus Rasulullah SAW dengan akhlak yang mulia.” Ini mengisyaratkan bahawa ihsan mempunyai pengertian yang amat luas tetapi termasuk di dalam lingkungan berbuat baik dan melakukan kebaikan.

Maka dapat difahami di sini dua perkara. Pertama, ihsan dalam ibadah adalah melakukan sesuatu ibadah dengan penuh ikhlas, bersungguh dan memenuhi rukun, cara, kaedah yang telah ditetapkan oleh syarak. Kedua, ihsan dalam makna yang lebih luas adalah melakukan kebaikan kepada diri dan orang lain yang merentasi kesempurnaan dan kemuliaan akhlak seperti yang ditunjukkan oleh Rasulullah SAW.

3.0 Penutup.

Justeru itu, ibadah yang sempurna di dalam Islam dapat difahami dalam bentuk yang praktikal adalah meliputi iman, Islam dan ihsan. Iman menjadi asas akidah kepada umat Islam yang memberi tumpuan kepada beriman kepada rukun-rukunya dengan kepercayaan yang sepenuhnya. Islam pula merupakan manifestasi kepada iman dengan melakukan amal ibadah berdasarkan kaedah dan cara yang telah ditetapkan. Melakukan ibadah dengan ikhlas, tekun dan bersungguh-sungguh kerana mengharapkan keredhaan Allah SWT serta melakukan kebaikan yang berasaskan kepada akhlak yang mulia adalah termasuk di dalam lingkungan ihsan seperti yang telah dijelaskan oleh Rasulullah SAW dalam hadis Jibril AS.

Natijah dari iman, Islam dan ihsan yang diyakini dan diamalkan menghasilkan rasa tenang, aman dan bahagia. Sebaliknya jika ketiga-ketiga prinsip ini tidak diyakini atau diyakini tanpa amalan yang mempamerkan keyakinan yang dipegang, tidak akan menghasilkan kesan yang positif kepada jiwa seseorang. Individu ini akan mengalami satu gangguan jiwa yang menyebabkannya mencari-cari penyelesaian kepada jiwanya yang kosong. Tanpa dia sedari bahawa kekosongan jiwa tersebut adalah disebabkan kegagalannya untuk memahami Islam yang sebenarnya.

Rujukan.

Al-Quran Al-Karem.

Al-Baqi, M. F. (1364). *Mu'ajam Mufahras Li Alfaz Al-Quran*. Cairo: Maktabah Dar Al-Kutub Al-Misriah.

Al-Bukhari. (1987). *Sahih Al-Bukhari*. Beirut: Dar Ibn Kathir.

Al-Qardhawi, Y. (1995). *Al-Ibadah Fi Al-Islam*. Kaherah: Maktabah Wahbah.

Al-Qurtubi. (1964). *Tafsir Al-Qurtubi*. Kaherah: Dar Al-Kutub Al-Misriah.

Al-Zahrani, M. S. (2005). *Konseling Terapi (Narulita & Miftahul, terj.)*. Jakarta: Gema Insani.

Anas, A. K. (2012). *Tazkiah Al-Nafs (H. E. Threeska, terj.)*. Jakarta Timur: Akbar Media Eka Sarana.

Ibn Kathir, M. A. (2011). *Tafsir Ibn Katsir (Abdul Ghoffar & Abu Ihsan, terj.)*. Jakarta: Pustaka Imam Syafie.

Ibn Manzur. (n.d.). *Lisan Al-Arab*. Beirut: Dar Sodr.

Jalalain. (n.d.). *Tafsir Al-Jalalain*. Kaherah: Dar Al-Hadis.

Muslim, A. H. (n.d.). *Sahih Muslim*. Beirut: Dar Ihya Al-Thurath Al-Araby.

Mustafa, A. R. (2009). *Hadis Empat Puluh*. Shah Alam: Dewan Pustaka Fajar.

W. Hussein Azmi, A. K. (1994). *Kaunseling dan Psikologi Menurut Islam*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa & Pustaka.