

Pendekatan Spiritual dalam Menangani Histeria

Salasiah Hanin Hamjah^a, Fariza Md. Sham^a, Siti Norlina Muhamad^{b*}, A'dawiyah Ismail^a, Mohd Izhar Ariff Mohd Kashim^a, Rozmi Ismail^c, Intan Farhana Saparudin^d

^aJabatan Dakwah dan Kepimpinan, Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia, UKM Bangi, Selangor, Malaysia

^bPusat Penyelidikan Fiqh, Sains dan Teknologi (CFIRST), Universiti Teknologi Malaysia, 81310 UTM Johor Bahru, Johor, Malaysia

^cFakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, UKM Bangi, Selangor, Malaysia

^dFakulti Sains Teknologi dan Pembangunan Insan, Universiti Tun Hussein Onn, Batu Pahat, Johor, Malaysia

*Corresponding author: norlina@utm.my

Abstract

Hysteria is one of the time problems faced by society since time immemorial. Various questions arise in discussions on hysteria, such as whether it is solely a psychological problem or one that involves the influence of mystical and supernatural beings. An affected individual usually loses some of his bodily functions causing the victim disability in self-control. This symptom must be curbed from spreading and disturbing the tranquility of human life. Hence this research is conducted to identify the factors stemming from human spirituality and to analyze the spiritual approach which can be implemented by hysteria victims to overcome this disturbance. The said method is then analyzed from an Islamic perspective. This research adopts a survey method which combines two approaches to obtain data, a quantitative method comprising of a questionnaire and a qualitative method which involves face to face interview. There are 117 respondents for the quantitative method while the qualitative method involves 12 students, a teacher, an Islamic treatment practitioner and a psychiatrist. Research results find that the spiritual aspect is one of the causative factors of hysteria. This research also finds that hysteria victims involved in this research implement spiritual practice to prevent the recurrence of hysteria in their lives.

Keywords: Hysteria; spiritual; Islamic; approach; disturbance

Abstrak

Histeria adalah merupakan salah satu daripada masalah yang dihadapi oleh masyarakat sejak zaman dahulu lagi. Pelbagai persoalan timbul apabila membincangkan mengenai histeria, adakah ia sekadar gangguan psikologi atau membabitkan pengaruh mistik dan makhluk ghaib. Individu yang mengalami histeria biasanya kehilangan beberapa fungsi tubuh sehingga menyebabkan mangsa tidak mampu mengawal dirinya sendiri. Gejala ini harus dibendung supaya ia tidak merebak dan mengganggu ketenteraman hidup manusia. Justeru itu kajian ini dilakukan bagi mengenal pasti faktor berlaku histeria yang berpunca daripada spiritual manusia dan menganalisis pendekatan spiritual yang dilakukan oleh mangsa histeria bagi mengatasi gangguan histeria. Kaedah tersebut kemudiannya dianalisis daripada perspektif Islam. Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan dengan gabungan dua pendekatan untuk mendapatkan data iaitu kaedah kuantitatif yang melibatkan borang soal selidik dan kaedah kualitatif yang melibatkan temu bual bersemuka. Bilangan responden untuk kaedah kuantitatif ialah 117 orang manakala bilangan responden untuk kaedah kualitatif ialah 12 orang pelajar, seorang guru, seorang pengamal perawatan Islam dan seorang pakar psikiatri. Hasil kajian mendapati aspek spiritual merupakan salah satu punca histeria. Kajian ini juga mendapati mangsa histeria dalam kajian ini melaksanakan amalan spiritual bagi mengatasi histeria daripada berulang dalam kehidupan mereka.

Kata kunci: Histeria; spiritual; Islam; pendekatan; gangguan

© 2014 Penerbit UTM Press. All rights reserved

1.0 PENGENALAN

Gejala histeria dalam kalangan remaja sekolah merupakan masalah yang telah lama dihadapi di Malaysia. Masalahnya, apabila histeria berlaku kepada seorang pelajar sama ada di sekolah atau di asrama, gangguan tersebut dengan pantas akan merebak dan berjangkit kepada rakan atau kelompok manusia yang ada berhampirannya. Justeru itu, masalah ini harus dikawal dan dicari jalan keluarnya agar remaja kita terhindar daripada gangguan histeria yang boleh menjejaskan keselesaan mereka untuk meneruskan pengajian. Menurut al-Zahrani (2005) histeria adalah merupakan suatu keadaan gangguan pada akal manusia sehingga individu tersebut tidak sedar apa yang diucapkannya dan juga tidak dapat mengaitkan apa yang sudah diucapkan dengan apa yang akan diucapkannya. Perkataan histeria dalam istilah Arab disebut *al-sar'u* yang bermaksud gejala kemasukan jin ke dalam badan manusia (Abdussalam 2010)

Terdapat istilah lain yang boleh digunakan bagi menerangkan makna histeria seperti istilah "rasukan". Ia merupakan keadaan di mana manusia kehilangan daya sedar dan tidak dapat berfikir tentang sesuatu yang berkaitan dengan dirinya. Kebiasaannya, rasukan dikenal pasti sebagai satu tanda gila. Gangguan makhluk halus akan menimbulkan bermacam-macam penyakit kepada manusia. Bentuknya kadang-kadang sama dengan bentuk-bentuk penyakit yang berpunca daripada faktor fizikal dan kadang-kadang berbeza. Penyakit yang disebabkan oleh gangguan makhluk halus ini biasanya dapat dikenal pasti oleh doktor perubatan namun tidak dapat disembuhkan oleh

sebarang jenis rawatan dan ubat-ubatan (al-Syahawi 2006). Kewujudan histeria ini ada dinyatakan dalam al-Quran dan hadis. Allah SWT berfirman (al-Baqarah 2: 275):

Maksudnya:

Orang-orang yang memakan (mengambil) riba itu tidak dapat berdiri betul melainkan seperti berdirinya orang yang dirasuk syaitan dengan terhuyung-hayang kerana sentuhan (syaitan) itu.

Pada asalnya, histeria timbul akibat ketegangan saraf di dalam jiwa. Ketika berada dalam keadaan ini, makhluk halus mudah mengganggu fizikal dan emosi dan masuk ke dalam tubuh manusia (Abdussalam 2010). Histeria adalah kemuncak gangguan personaliti yang menyebabkan kehilangan fungsi fizikal biarpun tanpa adanya tanda-tanda kecacatan fizikal yang nyata. Ada kemungkinan berpunca daripada gangguan psikologi, mungkin berpunca akibat daripada tekanan hidup yang berpanjangan, kebimbangan, ketegangan akibat daripada konflik individu, sama ada yang berkaitan dengan autoriti, hubungan sosial serta kurangnya ruang untuk menyalurkan ketegangan itu. Dengan wujudnya ketegangan yang tidak dapat disalurkan, seseorang itu akan terus menerus tertekan serta menjadikannya bingung. Apabila tekanan itu melampaui daya ketahanan individu, maka di sinilah peluang makhluk-makhluk halus yang jahat itu menyerang akal manusia. Individu berkenaan akan memperlihatkan tanda-tanda histeria iaitu melalui tingkah laku dramatik seperti menjerit-jerit, melolong, berkata dalam bahasa yang tidak difahami dan meninggikan suara. Sebahagian individu lain akan mengalami pernafasan menjadi terlalu cepat, timbul rasa takut, kebimbangan yang teramat sangat, wajah kelihatan ketakutan seolah-olah melihat sesuatu yang mengerikan, mempunyai kekuatan yang luar biasa, ingin lari, hilang ingatan dan pertimbangan akal, mengamuk, ketawa berdekah-dekah, lumpuh atau berjalan dalam keadaan tidak sedar dan sebagainya (<http://pseudosupra.blogspot.com>). Situasi ini akan mendorong diri bertindak agresif yang bermatlamat mencederakan, bersifat impulsif, tidak rasional dan tidak dimotivasikan oleh sebarang ganjaran kerana ia berasal dari sifat marah serta sifat mazmumah yang lain (Rozmi, 2011: 246)

Secara ringkasnya dapat dirumuskan bahawa histeria pada asalnya timbul akibat ketegangan saraf di dalam jiwa disebabkan tekanan hidup. Tekanan yang tidak dapat dikawal dengan baik menyebabkan mudahnya berlaku kemasukan jin ke dalam badan manusia sehingga mangsa kehilangan daya sedar dan tidak dapat berfikir. Apabila histeria berlaku, ia dapat dikenal pasti oleh doktor perubatan namun tidak dapat disembuhkan oleh sebarang jenis ubat. Oleh itu, dapat disimpulkan di sini bahawa antara kaedah yang boleh dilakukan bagi menangani histeria adalah menerusi pendekatan spiritual kerana punca asal histeria adalah berpunca daripada hati dan jiwa manusia. Justeru itu kajian ini dilakukan bagi mengenal pasti apakah pendekatan spiritual yang boleh dilakukan oleh mangsa histeria supaya histeria tidak berulang lagi dan dalam masa yang sama mangsa berupaya membina kekuatan rohani yang menjadi benteng pertahanan diri agar jin tidak lagi berani merasuki tubuh badannya.

Perkataan spiritual didefinisikan dalam Kamus Dewan (1996) sebagai bersifat kerohanian serta lawan kepada jasmani. Dalam Bahasa Arab, spiritual disebut sebagai *al-nafsiyy*. Menurut Tawfiq (1998), perkataan *al-nafs* berdasarkan al-Quran dan al-Sunnah mempunyai pelbagai pengertian termasuklah diri manusia, ruh, jiwa dan sifat insan. Menurut al-Ghazali (2000) pula, spiritual berkait rapat dengan empat elemen spiritual iaitu *al-nafs*, *al-qalb*, *al-ruh* dan *al-aql*. Menurut beliau lagi empat elemen inilah yang berperanan dalam menjelaskan hakikat insan yang mempunyai keupayaan untuk mendapatkan ilmu pengetahuan. Pandangan al-Ghazali ini ada persamaan dengan pengertian *al-nafs* dalam Kamus al-Mawrid (1997) yang menjelaskan maksud spiritual sebagai ruh dan aqal. Berdasarkan perbincangan ini dapatlah dirumuskan bahawa spiritual itu adalah hal-hal yang berkaitan kerohanian, bukan jasmani, yang tidak dapat dilihat dengan mata kasar, secara khususnya adalah berkaitan dengan jiwa, ruh, hati, akal dan sifat insan.

Walaupun bagaimanapun, al-Ghazali dalam membincangkan aspek spiritual, beliau lebih cenderung untuk memberi fokus kepada hati (*al-qalb*) kerana hati adalah umpama raja yang menerajui seluruh anggota badan manusia. Justeru itu, Rasulullah s.a.w menyarankan umatnya supaya memelihara hati kerana penentuan nilai baik dan buruknya seseorang itu adalah terletak pada hatinya sebagaimana hadith Rasulullah s.a.w:

عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ سَمِعْتُ النَّبِيَّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ: أَلَا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةً إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

Sesungguhnya di dalam jasad manusia itu ada seketul daging. Jika daging itu baik maka baiklah seluruh jasad tetapi jika ia rosak, maka rosaklah jasad. Daging yang dimaksudkan itu ialah hati (Hadis riwayat Bukhari).

Hasil perbincangan di atas dapatlah disimpulkan bahawa pendekatan spiritual yang dimaksudkan dalam kajian ini adalah pendekatan yang menumpukan kepada hati dan jiwa manusia bagi mengenal pasti punca dan kaedah mengatasi masalah histeria. Penumpuan kepada aspek spiritual dalam mengatasi masalah yang dihadapi oleh manusia dalam hidup ini adalah amat perlu diberikan penekanan kerana terdapat banyak kajian dalam bidang kaunseling membuktikan elemen agama dan spiritual adalah penting dan tidak boleh diabaikan bagi mencari penyelesaian terhadap pelbagai masalah hidup manusia. Elemen agama juga diperlukan oleh individu untuk menghubungkan dirinya dengan pencipta dan ini akan menjadikan kehidupan lebih bermakna (Yatimah Sarmani, 2011: 11). Sebagai contohnya kajian yang dilakukan oleh Graham *et al.*, (2001), Stanley *et al.* (2011) and Yong *et al.* (2011) mendapati agama memainkan peranan positif dalam mengurangkan tekanan dalam kalangan klien. Selain itu, pendekatan spiritual dan agama juga didapati memberi kesan positif kepada kesihatan seseorang di mana kajian yang dilakukan oleh Weaver & Flannelly (2004) mendapati pesakit kanser yang berpegang kepada aspek rohani dan agama dalam menghadapi penyakit, mereka lebih cenderung menggunakan pendekatan aktif di mana mereka menerima penyakit mereka dan cuba menanganinya secara positif dan bermakna.

Secara umumnya kajian ini menunjukkan bahawa elemen rohani adalah penting untuk dilaksanakan dalam sesi kaunseling dalam meningkatkan keberkesanan kaunseling sebagaimana dibuktikan oleh kajian yang dilakukan oleh Young, Wiggin & Cashwell (2007), Shafranske & Malony (1996) and Turnbow (2008). Young *et al.* menyatakan bahawa penemuan mereka menunjukkan, secara umumnya, ahli *American Counseling Association (ACA)* menyokong kuat pentingnya kecekapan untuk amalan kaunseling yang berkesan. Turnbow juga mendapati ahli terapi dan klien bersetuju dengan penggunaan intervensi spiritual dan ia berkesan dalam membantu klien. Selain itu kajian oleh Salasiah & Noor Shakirah (2014) juga mendapati bahawa penerapan elemen ajaran Islam dalam kaunseling memberi kesan

positif kepada kedua-dua pihak iaitu kaunselor dan klien. Disebabkan pentingnya aspek spiritual dalam kehidupan manusia, maka kajian ini dilakukan dengan memberikan tumpuan kepada aspek spiritual sebagai punca histeria dan menganalisis pendekatan spiritual yang dilakukan oleh mangsa bagi mengatasi gangguan histeria.

■2.0 KAEDAH KAJIAN

Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan dengan gabungan dua pendekatan untuk mendapatkan data iaitu kaedah kuantitatif yang menggunakan borang soal selidik dan kaedah kualitatif yang melibatkan temu bual bersemuka. Bilangan responden untuk kaedah kuantitatif ialah 117 orang manakala bilangan responden untuk kaedah kualitatif ialah 12 orang pelajar, seorang guru, seorang pengamal perubatan Islam dan seorang pakar psikiatri. Borang soal selidik telah digunakan sebagai alat pengumpulan data. Item soal selidik telah dibina berasaskan kajian lalu berkaitan konseptual dalam kajian yang dilakukan antaranya oleh Fariza *et al.* (2012), Dannielle (2007) dan Amran & Zulkarnain (1994). Responden dalam kajian ini adalah terdiri daripada remaja sekolah di Sekolah Menengah Kebangsaan Tasik Puteri, Rawang dan Sekolah Menengah Kebangsaan Taman Dato' Harun, Kuala Lumpur. Pemilihan responden dilakukan secara persampelan bertujuan (*purposive sampling*). Kajian rintis telah dijalankan bagi menilai kebolehpercayaan melalui kaedah ketekalan dalaman (*internal consistency*) dengan menggunakan pekali alpha cronbach. Mengikut kaedah statistik, semakin hampir nilai alfa Cronbach (α) kepada 1, maka semakin tinggi ketekalan dalamannya. Keempat-empat faktor histeria telah diuji kebolehpercayaannya. Nilai kebolehpercayaan (α) bagi faktor psikologi ialah 0.86, α bagi faktor keluarga ialah 0.77, α bagi faktor persekitaran ialah 0.37 dan α bagi faktor keagamaan ialah 0.58.

Jadual 1 Nilai alpha cronbach (α) pemboleh ubah faktor histeria

Bil.	Pemboleh ubah	Nilai Alpha Cronbach (α)
1.	Faktor psikologi	0.86
2.	Faktor keluarga	0.77
3.	Faktor persekitaran	0.37
4.	Faktor keagamaan	0.58

■3.0 HASIL KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Hasil kajian menunjukkan histeria berlaku disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor psikologi, keluarga, persekitaran dan keagamaan. Walau bagaimana pun, artikel ini hanya fokus kepada faktor psikologi atau faktor yang mempunyai kaitan dengan spiritual. Antara faktor histeria yang berpunca daripada spiritual ialah hati dan jiwa yang suka memendam rasa (min=2.03), mudah marah (min=1.98), bimbang tentang kesihatan (min=1.90), kecewa dalam pelajaran (min=1.89), tertekan dengan kehidupan (min=1.86), kurang keyakinan diri (min=1.85), berasa kesunyian (min=1.83), takut tanpa sebab (min=1.79), rasa tidak tenteram (min=1.74), rasa sedih (min=1.63), kecewa dengan keluarga (min=1.62), kecewa dalam percintaan (min=1.58), jiwa kosong (min=1.45) dan benci kepada diri sendiri (min=1.42).

Jadual 2 Faktor psikologi

Bil.	Item	Min
1.	Saya memendam rasa	2.03
2.	Saya mudah marah/panas baran	1.98
3.	Saya bimbang tentang kesihatan saya	1.90
4.	Saya kecewa dalam pelajaran	1.89
5.	Saya tertekan dengan kehidupan	1.86
6.	Saya kurang keyakinan diri	1.85
7.	Saya berasa kesunyian	1.83
8.	Saya mudah berasa takut tanpa sebab	1.79
9.	Saya mudah berasa tidak tenteram	1.74
10.	Saya mudah berasa sedih yang keterlaluan	1.63
11.	Saya kecewa dengan keluarga	1.62
12.	Saya kecewa dalam percintaan	1.58
13.	Jiwa saya kosong	1.45
14.	Saya benci diri sendiri	1.42

Hasil kajian ini secara jelas menunjukkan bahawa spiritual manusia yang memendam rasa, kecewa, bimbang, takut, rasa sunyi, sedih dan bermacam-macam jenis perasaan negatif adalah punca berlakunya histeria. Dapatan ini adalah selari dengan pandangan Sharhan & Fakhrol (2010) yang menjelaskan emosi seperti terlalu marah dan terlalu takut adalah antara punca berlakunya histeria atau kerasukan jin ke dalam tubuh badan manusia. Pandangan ini juga didapati sama dengan pandangan al-Syahawi (2006) yang menyatakan tekanan emosi adalah merupakan salah satu punca histeria.

Hasil kajian ini juga mendapati terdapat pelbagai pendekatan yang berbentuk spiritual dilakukan oleh mangsa histeria bagi mengatasi histeria seperti 'berwuduk' (min=2.58), 'berzikir' (min=2.57), 'membaca al-Quran' (min=2.44), 'mengamalkan ayat-ayat penderinding diri' (min=2.44), 'azan' (min=2.34), sabar ketika menghadapi tekanan (min=2.18) dan mengerjakan qiyamullail. Ini menjelaskan bahawa kekuatan dalaman diri dan amalan spiritual diyakini oleh mangsa boleh mengelakkan mereka daripada terkena kembali histeria. Hasil kajian ini didapati selari dengan kajian Salasiah *et al.* (2012) yang mendapati bahawa amalan spiritual seperti bertawakkal kepada Allah, solat lima waktu dan membaca al-Quran berperanan dalam meningkatkan motivasi belajar. Selain itu kajian oleh Salasiah *et al.* (2012) bertajuk 'Perkaitan Amalan Spiritual Dengan Pencapaian Akademik Pelajar' pula menunjukkan bahawa amalan spiritual mempunyai hubungan yang signifikan dengan pencapaian akademik yang baik dalam kalangan pelajar pengajian Islam. Ini menunjukkan amalan spiritual adalah penting bagi menghindari keburukan dan memotivasikan diri ke arah kebaikan.

Jadual 3 Kaedah spiritual mengatasi histeria

Bil	Kaedah Mengatasi Histeria	Tidak Pernah	Kadang-kadang	Sentiasa	Tidak Menjawab	Min
1.	Berwuduk	5 4.3%	48 41.0%	54 46.2%	10 8.5%	2.58
2.	Berzikir	5 4.3%	50 42.7%	52 44.4%	10 8.5%	2.57
3.	Membaca al-Quran	7 6.0%	61 52.1%	39 33.3%	10 8.5%	2.44
4.	Mengamalkan ayat-ayat penderinding diri	12 10.3%	47 40.2%	52 44.4%	6 5.1%	2.44
5.	Azan	23 19.7%	45 38.5%	35 29.9%	14 12.0%	2.34
6.	Sabar dalam menghadapi tekanan	13 11.1%	70 59.8%	33 28.2%	1 0.9%	2.18
7.	Qiamullail	35 29.9%	53 45.3%	14 12.0%	15 12.8%	2.07

Sebagaimana telah dijelaskan sebelum ini bahawa jiwa yang mempunyai sifat negatif adalah punca histeria, maka kaedah bagi mengatasi histeria perlulah dengan merawat jiwa kepada sifat yang positif dan salah satu kaedah merawat jiwa ialah dengan terapi zikir. Hal ini dinyatakan dalam al-Quran dalam surah (al-Ra'd (13) :28) yang menjelaskan bahawa dengan zikir hati menjadi tenang;

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Kajian yang dilakukan oleh Ratna dalam Rizal (2009) membuktikan bahawa zikir dapat memberikan ketenangan jiwa dan berlaku penurunan frekuensi denyutan jantung selepas berzikir. Dapatan ini menunjukkan zikir mempunyai pengaruh yang signifikan kepada ketenangan jiwa seseorang. Manakala kaedah lain seperti membaca al-Quran dan ayat-ayat penderinding diri bagi mengelakkan histeria berulang, adalah juga selari dengan ajaran Islam. Ini kerana meyakini ayat-ayat suci al-Quran bagi mengatasi kuasa makhluk termasuk dalam rukun iman. Menurut al-Masayyar (2007) apabila seseorang membaca Al-Quran maka hatinya akan menjadi lapang, menimbulkan rasa takut kepada Pencipta dan menguatkan jiwa. Orang Islam yang membaca Al-Quran di dalam rumahnya maka akan turun malaikat dan menyebabkan tidak wujud syaitan. Malahan, tidak ada sesuatu yang dapat melembutkan hati dan menyembuhkan jiwa dan dukacita kecuali dengan membaca Al-Quran, memahaminya serta mengambil pelajaran daripadanya.

Hasil kajian juga mendapati ada dalam kalangan responden mengambil wudu' bagi mengelakkan gangguan histeria. Galakan mengambil wudu' bagi mengatasi histeria adalah bersamaan dengan saranan nabi yang menyuruh umatnya mengambil wudu' bagi mengatasi sifat marah. Histeria dan marah meskipun berbeza tetapi sebenarnya kedua-dua perkara ini adalah berpunca daripada hasutan dan rasukan syaitan. Wudu' adalah kaedah yang baik bagi melawan pengaruh syaitan daripada menguasai manusia. Hal ini ada dinyatakan dalam sebuah hadith Rasulullah s.a.w dalam sebuah hadith :

خَدَّتْنِي أَبِي عَرَّةٌ حَدَيْ عَطِيَّةَ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ الْغَضَبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خَلِقَ مِنَ التَّارِ وَإِنَّمَا تَطْلَعُ التَّارَ بِالْمَاءِ إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ

Daripada Atiyah, Rasulullah s.a.w bersabda : *Sesungguhnya kemarahan itu daripada syaitan dan syaitan itu pula diciptakan Allah s.w.t daripada api dan api itu dapat dipadamkan dengan air. Oleh itu, apabila di kalangan kamu marah hendaklah berwudu'*

(Hadith riwayat Abu Daud)

Hasil kajian turut mendapati responden dalam kajian ini melaungkan azan bagi mengelakkan gangguan histeria. Apa yang dilakukan ini adalah bertepatan dengan hadith Rasulullah s.a.w yang menjelaskan syaitan akan lari meninggalkan manusia apabila terdengar laungan azan.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ عَنِ النَّبِيِّ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ « إِنَّ الشَّيْطَانَ إِذَا سَمِعَ النِّدَاءَ بِالصَّلَاةِ أَحَالَ لَهُ ضُرَاطًا حَتَّى لَا يَسْمَعَ صَوْتَهُ

Maksudnya:

Apabila berkumandangnya suara azan, syaitan akan lari terkentut-kentut sehingga azan itu tidak lagi didengarinya.

(Hadith riwayat Muslim)

Sabar dalam menghadapi tekanan hidup juga merupakan kaedah spiritual yang baik bagi melahirkan rasa reda dengan ketentuan Allah sehingga akhirnya terlepas daripada tekanan yang boleh mengakibatkan histeria. Orang yang reda dengan ketentuan Allah s.w.t. sedar bahawa tekanan yang dihadapinya itu adalah merupakan ujian daripada Allah s.w.t dan yakin dirinya akan mendapat pahala kebaikan dan keredaan Allah s.w.t sekiranya bersabar dan reda kepada semua itu (al-Ghazali 2000). Ini bertepatan dengan hadith Rasulullah s.a.w ;

عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ إِنَّ عِظَمَ الْجُزَاءِ مَعَ عِظَمِ الْبَلَاءِ وَإِنَّ اللَّهَ إِذَا أَحَبَّ قَوْمًا ابْتَلَاهُمْ فَمَنْ رَضِيَ فَلَهُ الرِّضَا وَمَنْ سَخِطَ فَلَهُ السَّخَطُ

Daripada Nabi s.a.w bersabda : “Sesungguhnya pahala yang besar akan diberikan kepada orang yang menghadapi bala (ujian) yang besar. Sesungguhnya Allah s.w.t apabila Dia mengasihi sesuatu kaum, maka akan diujinya. Sesiapa yang reda dengan ujian itu maka Allah akan meredainya tetapi jika dia marah maka Allah juga akan memurkainya.

(Hadith riwayat al-Tirmidhi)

Selain itu, kajian ini turut mendapati Qiyamullail (min=2.07) adalah merupakan antara kaedah yang boleh dilakukan bagi mengatasi gangguan histeria. Sesungguhnya solat malam mengandungi faedah yang besar untuk menenteramkan hati. Menurut sains perubatan, manusia akan menyedut oksigen khusus dari atmosfera bumi pada lebih kurang jam tiga pagi hingga terbit matahari dan menggerakkan otot-otot di badan ke arah menyegarkan dan melicinkan aliran darah. Selain itu oksigen dan gerak otot itu sangat penting dalam memastikan kesihatan badan manusia. Solat malam yang dilakukan secara rutin, benar, khusyuk dan ikhlas, nescaya bebas daripada jangkitan penyakit seperti kanser dan lain-lain. Sememangnya persoalan ini dapat dibuktikan dengan teknologi perubatan. Ikhlas yang selama ini dianggap sebagai misteri, dapat dibuktikan secara kuantitatif melalui rembesan hormon kortisol (Abu Shiddiq, 2009).

Hal ini telah dikaji oleh Mohammad Sholeh yang merupakan Dekan Institut Agama Islam Negeri Surabaya, terhadap orang yang solat malam dalam keadaan ikhlas dan sebaliknya. Menurut beliau, pada keadaan normal, jumlah normal hormon kortisol pada waktu pagi adalah di antara 38-690 nmol/liter. Manakala pada waktu malam atau setelah pukul 12 malam, jumlah normalnya adalah di antara 69-345 nmol/liter. Dapatan kajian beliau menunjukkan sekiranya jumlah hormon kortisolnya normal, itu menunjukkan bahawa orang itu tidak ikhlas kerana tertekan (Abu Shiddiq, 2009).

Justeru, dengan solat malam yang dilakukan secara rutin dan disertai perasaan ikhlas serta tidak terpaksa, seseorang itu akan memiliki respons iman yang baik. Sementara itu, kajian teknik perubatan menunjukkan bahawa solat malam yang dilakukan membuatkan seseorang itu mempunyai ketahanan tubuh (imunitasi) yang baik. Berkenaan dengan solat malam ini Allah telah berfirman (al-Isra': 78-79):

Maksudnya:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَسُجِّدْ بِهِ نَائِلَةً لَكَ عِسى أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَكْرُومًا

Dan bangunlah pada sebahagian dari waktu malam serta kerjakanlah "sembahyang tahajjud" padanya, sebagai sembahyang tambahan bagimu; semoga Tuhanmu membangkit dan menempatkanmu pada hari akhirat di tempat Yang Terpuji.

Sesungguhnya solat malam memberi ketenangan yang sukar digambarkan dengan kata-kata, hanya yang melakukannya sahaja dapat merasainya. Umat Islam yang menghadapi banyak masalah hidup perlulah mendirikan solat malam. Apabila mereka berjaya membiasakan diri mengerjakan amalan tersebut maka masalah-masalah yang mereka alami dapat dihadapi dengan tenang. Latihan qiyamullail jika dijadikan amalan harian akan menjadikan seseorang itu mempunyai spiritual yang tinggi dan daya ketahanan yang tinggi ini akan melindunginya daripada histeria dan gangguan syaitan ataupun makhluk halus. Amalan lain yang boleh dilakukan sewaktu qiyamullail ialah berdoa kepada Pencipta. Ini disebabkan doa membolehkan manusia semakin mendekatkan diri kepada Allah SWT sehingga tidak menjadi makhluk yang mengalami kebingungan, gelisah dan ia menghilangkan tekanan batin yang tidak dapat diselesaikan. (Maruwiah, 2005: 11)

■3.0 KESIMPULAN

Kajian ini mendapati aspek spiritual adalah merupakan salah satu punca histeria. Aspek spiritual yang dikenalpasti menyebabkan histeria adalah hati yang memendam rasa, kecewa, bimbang, takut, rasa sunyi, sedih dan tidak tenteram. Kajian ini juga menemui bahawa mangsa histeria percaya bahawa pendekatan spiritual wajar dilakukan bagi mengelakkan histeria daripada berulang. Oleh itu, mangsa histeria dalam kajian ini melakukan amalan spiritual seperti berwudu', berzikir, membaca al-Quran, mengamalkan ayat-ayat pendinding diri, azan, bersabar ketika menghadapi tekanan dan mengerjakan qiyamullail sebagai kaedah bagi menghindari histeria daripada berlaku kepada diri

mereka. Kaedah tersebut adalah merupakan suruhan Allah s.w.t bagi mencari kekuatan jiwa sehingga terhapus daripada rasukan syaitan. Ini menunjukkan remaja dalam kajian ini masih berpegang kepada ajaran Islam dalam menghadapi masalah hidup seperti gangguan histeria.

Rujukan

- Abu Daud (202-275H) Sulaiman Ibn al-Asy'ath bin Ishaq al-Azdiyy al-Sijistani. (2000). *Kitab al-Sunan. Sunan Abi Daud*. Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-'Arabi.
- Abdussalam. (2010). Histeria dalam Kalangan Remaja: Kajian Kes di Rawang Selangor. Latihan Ilmiah. Fakulti Pengajian Islam, UKM.
- Abu Shiddiq. (2009). *24 jam Melawan Syaitan*. Selangor: Anggun Publishing.
- Amran Kasimin dan Zulkarnain Zakaria. (1994). *Histeria: Pencegahan dan Rawatan*. Kuala Lumpur: Dinie Publisher.
- Al-Bukhari, Abu Abdullah Muhammad B. Ismail B. Ibrahim B. al-Mughirah. (1992). *Sahih al-Bukhari*. Beirut: Dar al-Kutub al-'Ilmiah.
- Danielle. M. 2007. The Role of Psychological Variables in Mass Hysteria. Tesis Master. University of Canterbury, New Zealand.
- Fariza Md.Sham, Salasiah Hanin Hamjah, Siti Norlina Muhamad, Mohd. Izhar Ariff Mohd. Kashim, Rozmi Ismail, Razaleigh Muhamat Kawangit, Abdul Ghafar Don, Badlihisam Mohd Nasir, Muhamad Faisal Asha'ari, Siti Rugayah Tibek, Zainab Ismail, Ideris Endot, Anuar Puteh, Adawiyah Ismail & Mohamad Zulkifli Abd Ghani. (2012). A Study of Hysteria among Youth in a Secondary School in Malaysia. *Advances in Natural and Applied Sciences*, 6(4), 565–571.
- Al-Ghazali, Abu Hamid, Muhammad Bin Ahmad. (2000). *Ihya' 'Ulum al-Din*. Kaherah: Dar al-Taqwa li al-Turath.
- Graham, S. ; Furr, S. ; Flowers, C. & Burke, M. (2001). Religion and Spirituality in Coping with Stress. *Counseling and Values*. 46(1): 2–13. <http://pseudosupra.blogspot.com>.
- Kamus Dewan*. (1996). Ed. ketiga. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- al-Masayyar. (2007). *Ibadah Syaitan Menurut Keterangan al-Quran dan Tarikh Manusia*. Kuala Lumpur: Jasmin Enterprise.
- Al-Muslim (821-875M) Abu al-Husin Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim al-Qusyairiy al-Naysaburi. (1955). *Sahih al-Muslim*. Istanbul: al-Maktabah al-Islamiyyah.
- Maruwiyah Ahmat. (2005). *Koleksi doa-doa dalam al-Quran*. Johor Darul Takzim: Jahabersa.
- Rizal Abu Bakar. (2009). *Kaunseling daripada Perspektif Islam: Apa, Mengapa dan Bagaimana?* Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Rozmi Ismail. (2011). *Psikologi Sosial*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Ruhi al-Ba'albaki. (1997). *Al-Mawrid, Qamus 'Arabi – Inklizi*. Beirut: Dar al-'ilm li al-Malay.
- Salasiah Hanin Hamjah & Noor Shakirah Mat Akhir. (2014). Islamic Approach in Counseling. *Journal of Religion and Health*, 53(1), 279–289.
- Fariza Md.Sham, Salasiah Hanin Hamjah, Siti Norlina Muhamad, Mohd. Izhar Ariff Mohd. Kashim, Rozmi Ismail, Razaleigh Muhamat Kawangit, Abdul Ghafar Don, Badlihisam Mohd Nasir, Muhamad Faisal Asha'ari, Siti Rugayah Tibek, Zainab Ismail, Ideris Endot, Anuar Puteh, Adawiyah Ismail & Mohamad Zulkifli Abd Ghani. (2012). A Study of Hysteria among Youth in a Secondary School in Malaysia. *Advances in Natural and Applied Sciences*, 6(4), 565–571.
- Salasiah Hanin Hamjah, Ermy Azziaty Rozali, Rosmawati Mohamad Rasit & Zainab Ismail. (2012). Perkaitan Amalan Spiritual Dengan Pencapaian Akademik Pelajar. *Asean Journal Of Teaching & Learning in Higher Education*, 4(2), 51–60.
- Salasiah Hanin Hamjah & Noor Shakirah Mat Akhir. (2014). Islamic Approach in Counseling. *Journal of Religion and Health*, 53(1), 279–289.
- Salasiah Hanin Hamjah, Rosmawati Mohamad Rasit & Fariza Md. Sham. (2012). Role of Spiritual Aspect in the Learning Process of Islamic Studies Student. *Social Sciences*, 7(4), 625–629.
- Shafranske, Edward P. & Malony H. Newton. (1996). Religion and the Clinical Practice of Psychology: A Case for Inclusion. Washington, DC, US: American Psychological Association. 561–586.
- Sharhan Shafie & Fakhrul Ridzha. 2010. *Perubatan Islam Menangkis Kejahatan Makhluq Halus*. Kuala Lumpur: Sinar Zamdurrani.
- Stanley, M. A., Bush, A. L., Camp, M. E., Jameson, J. P., Philipss, L. L., Barber, C. R., Zeno, D., Lomax, J. W. & Cully, J. A. (2011) Older Adults' Preferences for Religion/Spirituality in Treatment for Anxiety and Depression, *Aging and Mental Health*, 15(3): 334–343.
- al-Syahawi, Majdi Muhammad. (2006). *Rawatan Rabbani Untuk Mangsa Sihir dan Gangguan Syaitan*. Terj. Dr. Basri . Johor: Perniagaan Jahabersa.
- Tawfiq, Muhd. 'Izzuddin (1998). *al-Ta'sil al-Islami li al-dirasat al-Nafsiyyah*. Kaherah : Dar al-Salam li al-Tiba'ah wa al-Nasyr wa al-Tawzi' wa al-Tarjamah.
- Turnbow, Roland C. (2008). *Spiritual and Religious Intervention: Psychotherapist and Client Perspective*, Dissertation, School of Human Services, Capella University, Minnesota, United States.
- Weaver, A. J.; Flannelly, K. J. 2004. The Role of Religion/Spirituality for Cancer Patients and Their Caregivers. *Southern Medical Journal*, 97(12), 1210–1214. DOI: 10.1097/01.SMJ.0000146492.27650.1C.
- Yatimah Sarmani & Mohd. Tajudin Ninggal. (2011). *Teori Kaunseling al-Ghazali*. PTS Islamika Sdn. Bhd. Selangor: Batu Caves.
- Yong, J., Kim, J., Park, J., Seo, I & Swinton, J. (2011). Effects of a Spirituality Training Program on the Spiritual and Psychosocial Well-being of Hospital Middle Manager Nurses in Korea. *Journal of Continuing Education in Nursing*, 42(6), 280–288.
- Young, J.Scott; Wiggins-Frame, M & Cashwell, Craig S. (2007). Spirituality and Counselor Competence: A National Survey of American Counseling Association Members. *Journal of Counseling & Development*, 85.
- al-Zahrani, Musfir Said. (2005). *Konseling Terapi*. Terj. Sari Narulita. Jakarta: Gema Insani.