

## Bab 8

---

### **Kefahaman Psikoterapi Islam Di Kalangan Pesakit Kanser**

*Norhafizah Musa, Azahar Yaakub @ Ariffin, Siti Suhaila  
Ihwani, Adibah Muhtar, Zaharah Mustafa & Wan Ali Wan  
Jusoh*

#### **Pengenalan**

Menurut Hamdani Bakran (2001), Psikoterapi Islam adalah proses perubatan merawat penyakit mental, spiritual, tekanan jiwa dan fizikal melalui bimbingan al-Quran dan al-Sunnah. Sorotan sejarah membuktikan kehebatan berlaku pada diri seseorang itu ekoran impak keimanan kepada Allah dan segala rukun iman yang lain dalam proses penyembuhan jiwa manusia dari segala penyakit. Iman dapat merawat kegelisahan dan tekanan dalam hidup sekaligus mengembalikan fitrah kepada kehidupan yang tenang dan jiwa yang tenteram. Situasi ini sekaligus meletakkan manusia kembali berperanan sebagai hamba dan khalifah Allah di atas muka bumi ini (Muhammad Uthman Najati 1987). Penyakit merupakan satu bentuk ujian dalam kehidupan manusia yang boleh menyucikan manusia dari sifat-sifat mazmumah dan mendekatkan diri kepada *Rabbul Izzati* seperti penyakit kanser payudara (Abdullah Al-Hadad 1989). Justeru, menghadapi dan menerima ujian seperti penyakit, kemalangan dan seumpamanya merupakan satu bentuk mekanisme dari Allah untuk manusia dalam rangka mempertingkatkan manifestasi keimanan agar menjadi hamba Allah yang pasrah dengan ketentuan qada' dan qadar serta belajar redha Allah SWT (Al-Ghazali t.t).

Kajian-kajian yang telah dilakukan Robinson, Kendrick & Brown (2003) dalam ilmu perubatan moden mendapati bahawa amalan-amalan spiritual yang meningkatkan ketinggian unsur dalaman manusia sangat berperanan dalam proses penyembuhan. Kajian yang dijalankan oleh Pargament (2005) menunjukkan bahawa penghayatan keagamaan merupakan sumber motivasi terbaik, penetapan nilai dalam diri manusia

dan sumber memberi ketenangan pada perasaan manusia khususnya para pesakit. Ketinggian unsur rohani membawa manusia kepada suatu bentuk kesedaran untuk memahami bahawa penyakit dan penderitaan adalah suatu bentuk anugerah Tuhan yang boleh meningkatkan nilai diri manusia dan kesucian jiwa mereka (Tzeng H. M, & Yin C. Y 2006) . Bagi Islam, kesihatan dan kesejahteraan manusia di dunia dan akhirat bukan dinilai semata-mata pada kesihatan zahir atau fizikal, sebaliknya Islam melihat dengan pandangan yang syumul bahawa manusia yang berjaya dan sejahtera adalah insan yang sihat sejahtera jiwanya dan berfungsi mengabdikan diri mereka kepada Allah SWT (Asmawati Suhid, Fathiyah Mohd Fakhruddin 2012) .

### **Definisi Psikoterapi Islam**

Daripada sudut perspektif bahasa perkataan psikoterapi berasal daripada perkataan *psyche* yang bererti jiwa dan hati. Dan perkataan ‘*therapy*’ dalam bahasa Inggeris bermakna penguatkuasaan dan penyembuhan. Dalam bahasa Arab *psyche* dapat dipadankan dengan ‘*nafs*’ dengan bentuk jama’nya “*anfus*” atau “*nufus*” yang bererti jiwa, ruh, darah, jasad, orang, diri dan sendiri (Ahmad Warson Munawir t.t). Oleh itu, psikoterapi secara etimologis bererti perawatan terhadap aspek kejiwaan seseorang. Psikoterapi adalah penguatkuasaan alam fikiran, atau lebih tepat, didefinisikan sebagai penguatkuasaan dan perawatan gangguan jiwa melalui kaedah psikologi. Istilah ini mencakupi berbagai teknik yang bertujuan untuk membantu individu dalam mengatasi gangguan emosi. Seorang individu mampu memperbaiki diri bagi mengatasi masalah kejiwaan dengan cara memodifikasi perilaku, fikiran dan emosi sehingga individu tersebut mampu mengembangkan dirinya dalam mengatasi masalah kejiwaan. Warson dan Morse menyatakan bahawa psikoterapi adalah bentuk khusus dari interaksi antara dua orang iaitu pesakit dan terapis (Singgih D. Gunarsa 1996). Chaplin dalam bukunya berpendapat bahawa psikoterapi adalah penyembuhan melalui keyakinan agama dan perbincangan antara pesakit dengan seseorang (Hamdani Bakran Adz-Dzaky 2001).

Corsini (2002) juga merumuskan psikoterapi sebagai proses formal dari interaksi antara dua pihak. Setiap pihak biasanya terdiri dari satu orang tetapi ada kemungkinan terdiri dari dua orang atau lebih pada setiap pihak. Pernyataan ini sama seperti yang dirumuskan oleh Prawitasari yang mengatakan psikoterapi adalah proses formal interaksi antara dua pihak atau lebih dimana satu pihak adalah golongan profesional yang

menghulurkan pertolongan dan satu pihak lagi adalah golongan yang inginkan pertolongan. Kedua Corsini dan Prawitasari (2002) juga berpendapat bahawa tujuan interaksi ini adalah untuk menuju pada perubahan atau penyembuhan dan memperbaiki keadaan yang tidak menyenangkan pihak yang memerlukan pertolongan iaitu pesakit atau klien.

Psikoterapi juga mempunyai makna rawatan emosi yang melampau, yang mengganggu keseimbangan tiga daya yang terdapat dalam jiwa manusia iaitu akal, jasmani dan emosi (Iin Tri Rahayu 2009). Psikoterapi adalah siri kaedah berasaskan ilmu-ilmu psikologi yang diaplikasikan bagi menangani gangguan jiwa atau mental individu yang terlibat. Doktor Muslim yang melaksanakan psikoterapi adalah al-Razi dan Ibn Sina. Psikoterapi merupakan salah satu cabang ilmu terapi dari psikologi Islam. Psikologi Islam menunjuk kepada ilmu *nafs* atau kejiwaan pada dunia Islam, khususnya selama era keemasan Islam (abad 8 M - 15 M) hingga abad moden (abad ke-20 M - 21 M). Selain itu, ada juga yang menyifatkan psikoterapi sebagai penyembuhan penyakit melalui kejiwaan yang bersandarkan dengan nilai keagamaan tetapi tidak bermaksud mengubah keimanan dan kepercayaan pesakit melainkan hanya untuk membangkitkan kekuatan rohani mereka sahaja dalam proses penyembuhan bersama-sama terapi lainnya disebut sebagai psikoterapi agama (*Religion psychotherapy*) (Arifin Isep Zaenal 2009). Menurut kenyataan perenggan di atas, psikoterapi Islam juga membawa maksud yang lebih kurang sama iaitu suatu proses pengubatan dan penyembuhan terhadap gangguan suatu penyakit baik mental, spiritual, moral mahupun fizikal melalui bimbingan al-Quran dan al-Sunnah Nabi Muhammad SAW atau lebih meluas adalah melalui bimbingan dan syariat Allah SWT (Hamdani Bakran Adz-Dzaky 2001).

Menurut `Arifin (t.t) psikoterapi ini dapat diistilahkan atau diertikan sebagai *al istishfa' bi al Quran wa al Du'a'*, iaitu penyembuhan terhadap penyakit-penyakit dan gangguan kejiwaan berdasarkan tuntunan dengan nilai-nilai al-Quran dan doa. Perkara yang sama telah diperkatakan oleh Imam Fakhr al-din al-Razi (1995) dalam tafsirnya menyatakan bahawa al-Quran secara keseluruhan dapat berfungsi sebagai *shifa'* atau penawar terhadap berbagai penyakit rohani dan juga jasmani. Menurut Muhsin al-Fa'id al-Kashani (1091) pula dalam tafsirnya mengemukakan bahawa lafaz-lafaz al-Quran dapat menyembuhkan penyakit badan, sedangkan makna-maknanya dapat menyembuhkan penyakit jiwa. Oleh yang demikian, pengkaji berpandangan psikoterapi adalah ilmu terapi jiwa yang menggunakan kaedah psikologi untuk mengubah perilaku, fikiran dan emosi individu melalui interaksi antara klien dengan ahli terapi dengan

bertujuan untuk penyembuhan emosi, perilaku dan fikiran serta menguatkan kerohanian.

## Hasil Kajian

Satu kajian telah dijalankan pada tahun 2017 terhadap pesakit kanser payudara bagi mendapatkan maklumat kefahaman psikoterapi Islam di kalangan pesakit kanser payudara.

### Bahagian A: Demografi Responden

Jadual 1: Demografi Responden

<i>Latar Belakang Responden</i>		Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
Umur	30	1	4.0
	41-50	12	48.0
	51-60	12	48.0
	Jumlah	25	100
Status Pekerjaan	Pelajar	2	8.0
	Suri Rumah	8	32.0
	Kerajaan	9	36.0
	Swasta	3	12.0
	Bekerja Sendiri	3	12.0
	Jumlah	25	100
Status Perkahwinan	Belum berkahwin	1	4.0
	Berkahwin	22	88.0
	Bercerai	1	4.0
	Janda	1	4.0
	Jumlah	25	100

Sumber : Soal Selidik (2017)

### Bahagian B: Sejarah Menghidapi Kanser

Jadual 2: Sejarah Menghidapi Kanser

Bil	Item	Pilihan Jawapan	Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
B1	Bilangan Tahun Menghidap Kanser Payudara	1 Tahun	6	24.0
		2 Tahun	9	36.0
		3 Tahun	6	24.0
		4 Tahun	2	8.0
		5 Tahun	1	4.0
		6 Tahun	1	4.0
		Jumlah	25	100.0

*RAHMAH LI AL-CALAMIN* : DAKWAH DALAM MASYARAKAT MAJMUK  
DI MALAYSIA

B2	Sejarah Keluarga yang Pernah Menghidap Kanser Payudara	Nenek	1	4.0
		Ibu Saudara	2	8.0
		Kakak	1	4.0
		Adik	1	4.0
		Lain-lain	20	80.00
	Jumlah	25	100.00	
B3	Tahap Kanser	1	2	8.0
		2	14	56.0
		3	6	24.0
		4	3	12.0
		Jumlah	25	100.0
B4	Rawatan yang diterima	Membuang payudara	21	84.0
		Membuang benjolan	4	16.0
		Jumlah	25	100

Sumber : Soal Selidik (2017)

### Bahagian C: Kesedaran Menjaga Kesihatan Jasmani

Jadual 3: Kesedaran Menjaga Kesihatan Jasmani

Bil	Item	Jawapan	Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
C1	Adakah Puan Sering Melakukan Senaman Sebelum Puan Menyedari Tentang Penyakit Kanser Payudara	Ya	15	60.0
		Tidak	10	40.0
		Jumlah	25	100
C2	Adakah Puan Masih Melakukan Senaman Setelah Puan Menghidapi Kanser Payudara?	Ya	15	60.0
		Tidak	10	40.0
		Jumlah	25	100.0

Sumber : Soal Selidik (2017)

### Bahagian D: Pengamalan Aktiviti Berbentuk Kejiwaan

Jadual 4: Pengamalan Aktiviti Berbentuk Kejiwaan

Bil	Item	Jawapan	Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
D1	Adakah Puan Melakukan Aktiviti yang Berbentuk Kejiwaan	Ya	24	96.0
		Tidak	1	4.0
		Jumlah	25	100.0

Sumber : Soal Selidik (2017)

### Bahagian E: Bentuk-bentuk Aktiviti Pengamalan Kejiwaan

Jadual 5: Bentuk-bentuk Aktiviti Pengamalan Kejiwaan

Bil	Item	Jawapan	Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
E1	Solat	Ya	23	92.0
		Tidak	2	8.0
		Jumlah	25	100.00
E2	Mendengar Ceramah Motivasi	Ya	20	80.0
		Tidak	5	20
		Jumlah	25	100.0
E3	Mendengar Muzik yang Menenangkan	Ya	11	44.0
		Tidak	14	56.0
		Jumlah	25	100.0
E4	Aktiviti Kemasyarakatan	Ya	11	44.0
		Tidak	14	56.0
		Jumlah	25	100.0
E5	Kelas Agama	Ya	10	40.0
		Tidak	15	60.0
		Jumlah	25	100.0

Sumber : Soal Selidik (2017)

### Bahagian F: Kefahaman Psikoterapi Islam Di Kalangan Pesakit Kanser Payudara

Jadual 5: Kefahaman Psikoterapi Islam di Kalangan Pesakit Kanser Payudara

Bil	Item	Jawapan	Kekerapan (n=25)	Peratusan (%)
F1	Pernahkah Mendengar Psikoterapi Sebelum Bertemu Saya	Ya	7	28.0
		Tidak	18	72.0
		Jumlah	25	100.0

Sumber : Soal Selidik (2017)

## Perbincangan

Kajian ini telah dilaksanakan kepada 25 orang pesakit kanser payudara. Responden terdiri daripada umur 41 sehingga 60 tahun menunjukkan peratusan yang tinggi menghadapi penyakit ini. Kementerian kesihatan Malaysia menyatakan bahawa antara faktor yang boleh meningkatkan

risiko wanita menghadapi kanser payudara Umur adalah salah satu faktor risiko bagi kanser payudara di kalangan wanita. Peningkatan risiko kanser payudara meningkat dengan peningkatan umur. Di Malaysia dan di kebanyakan negara Asia, risiko kanser payudara bermula lebih awal, iaitu pada umur 40-an dan akan meningkat pada umur 50-an dan kadar mulai menurun pada umur 60-an (Norsa'adah Bachok 2013). Malah, peningkatan yang risiko paling besar ialah wanita yang telah mengalami menopause. Contohnya, pada umur 30-an mempunyai kebarangkalian satu daripada 500 wanita akan mendapat kanser payudara manakala pada umur 40 hingga 45 tahun angka ini berubah dan meningkat kepada 1 dalam 50 orang ([www.nuclearmalaysia.gov.my](http://www.nuclearmalaysia.gov.my)). Peratusan tinggi menunjukkan pesakit yang menghadapi kanser adalah wanita berkahwin dan mempunyai pekerjaan berbanding suri rumah dan pelajar.

Hasil kajian mendapati 56% pesakit kanser payudara adalah tahap dua. Faktor mereka menghadapi kanser bukanlah dari sejarah keluarga, tetapi faktor luaran. Menurut Rabeta Mohd Salleh et al (2007) antara faktor luaran adalah obesiti selepas menopause Peluang untuk mendapat kanser payudara selepas putus haid adalah lebih tinggi di kalangan wanita yang mempunyai berat badan melampaui had yang normal atau obes. Pendedahan Persekitaran Pendedahan persekitaran yang kerap berhubung dengan kanser payudara adalah Medan Elektromagnet (EMF). Reproduksi Golongan wanita yang tidak pernah memiliki anak dan wanita yang melahirkan anak pada usia yang lebih daripada 30 tahun adalah antara golongan yang berisiko menghadap penyakit kanser payudara. Hal ini disebabkan pendedahan hormon estrogen bagi wanita yang tidak melahirkan berterusan dan lebih lama berbanding wanita yang melahirkan anak. Alasan yang sama juga bagi wanita yang melahirkan anak selepas umur 30 tahun. Pendedahan hormon estrogen yang berpanjangan ketika mereka masih muda menjadi faktor yang membawa mereka kepada penyakit kanser payudara. Pemakanan dan Cara Hidup pengambilan diet dan pengamalan cara hidup tertentu boleh mempengaruhi kesihatan (Amina Noor 2006). Pengambilan protein haiwan makanan tinggi lemak dan daging merah yang tinggi oleh wanita dalam pra-menopause dikaitkan dengan peningkatan risiko kanser payudara (Lee H.P. et al 1991) Dapatan kajian menunjukkan 84% telah membuang payudara.

Seterusnya berdasarkan dapatan majoriti tidak memahami psikoterapi Islam. Namun begitu, mereka mengamalkan aktiviti berbentuk kejiwaan. Aktiviti yang dilakukan di kalangan pesakit adalah solat, mendengar ceramah motivasi dan mengikuti kelas keagamaan. Selain itu juga, mereka juga memilih mendengar muzik yang mrremberi ketenangan kepada jiwa. Pesakit kanser payudara juga mengikuti aktiviti

kemasyarakatan. Peratusan tertinggi aktiviti kejiwaan yang dilakukan mereka adalah solat dan mendengar ceramah motivasi. Peratusan paling rendah mengikuti kelas agama. Selain mengamalkan pengisian rohani, mereka juga sedar tentang penjagaan kesihatan jasmani. Walaupun mereka tidak memahami psikoterapi Islam tetapi tidak secara langsung mereka mengamalkan aktiviti yang berbentuk kejiwaan. Psikoterapi Islam adalah satu medium untuk membantu pesakit kanser payudara untuk menyembuhkan emosi, perilaku dan fikiran serta menguatkan kerohanian dengan bantuan ahli terapi.

## Kesimpulan

Psikoterapi Islam merupakan satu bentuk terapi yang dapat memberikan kesan yang besar kepada para pesakit terutamanya penyakit yang membawa kepada stres dan tekanan jiwa. Melihat daripada kajian-kajian yang terdahulu, diyakini bahawa rawatan psikoterapi Islam telah lama digunapakai dalam merawat pesakit yang mengalami tekanan emosi, juga dapat memberi kesan yang positif kepada mereka secara fizikal dan mental. Namun begitu, kefahaman psikoterapi Islam di kalangan pesakit kanser payudara masih rendah. Walaupun kefahaman mereka rendah tetapi pesakit mengamalkan aktiviti yang berbentuk kejiwaan selain itu pesakit juga menjaga kesihatan fizikal mereka.

## Rujukan

- Abdullah Al-Hadad. 1989. *The Book of Assistance*. London: Quilliam Press.
- Al-Ghazali. t.t. *Ihya' `Ulum Al-Din*. Beirut: Dar al-Ma`arif.
- Amina Noor. 2006. *Sihat Sepanjang Hayat*. Kuala Lumpur: Al-Risalah Product Sdn Bhd.
- Asmawati Suhid, Fathiyah Mohd Fakhruddin. 2014. Gagasan Pemikiran Falsafah dalam Pendidikan Islam: Hala Tuju dan Cabaran. *Journal of Islamic and Arabic* 4(2): 61.
- Hamdani Bakran Adz-Dzaky. 2001. *Psikoterapi dan Kaunseling Islam: Penerapan Metod Saintifik*. Yogyakarta: Fajar Pustaka Biru.
- Lee H.P., Lee J., Day N.E., Gourley L., Duffy S.W. & Esteve J. 1991. Dietary Effects on Breast-Cancer Risk in Singapore. *The Lancet* 337 (8751): 1197-1200.
- Muhammad Uthman Najati. 1987. *Jiwa Manusia Dalam Sorotan Al-Quran*. terj. Ibn Ibrahim. Jakarta: Cendikia Centra Muslim.



- Norsa'adah Bachok. 2013. *Apakah Yang Anda Perlu Ketahui Tentang Kanser Payudara*, Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Pargament K. I. 2005. *The Religious Dimension of Coping: Advance in Theory, Research and Practice*. New York: Guilford.
- Rabeta Mohd Salleh, Suzana Shahar, Fatimah Arshad, Ahmad Rohi Ghazali, Normah Haron & Nor Fadilah Rajab. Abdominal Obesity Increased Breast Cancer Risk. *Jurnal Sains Kesihatan Malaysia* 2: 17-28.
- Robinson S, Kendrick K & Brown A. 2003. *Spirituality and The Practice of Healthcare*. Hampshire: Palgrave MacMillan.
- Tzeng H. M, & Yin C. Y. 2006. Learning and Respect a Patient's Spiritual Needs Concerning an Unknown Infection Disease. *Nursing Ethics* 13(1): 17-28.
- Nuclear Malaysia. Kanser Payudara. laman sesawang Nuclear Malaysia dicapai pada 20 November 2014, <http://www.nuclearmalaysia.gov.my/puspanita/knk/kesihatan/Microsoft Word - Kanser Payu Dara.pdf>.