

Metodologi Imam Al-Bukhārī (810-870 M) Dalam *Al-Adab Al-Mufrad*: Antara Tarbiah Jiwa Dan Penyelesaian Sosial Manusia Moden

Imam al-Bukhārī's (810-870 M) Methodology in *al-Adab al-Mufrad*: Spiritual Discipline and Social Insight for the Modern Era

Wan Mohd Aswadi Bin Wan Mat Yim

Universiti Islam Selangor, Malaysia

24mt06004@postgrad.uis.edu.my

ABSTRAK

Al-Adab al-Mufrad adalah karya agung Imam al-Bukhārī dalam menghimpunkan hadis-hadis berkenaan akhlak dan adab Islam. Malah kitab ini juga merupakan refleksi mendalam terhadap struktur rohani dan sosial dalam Islam. Berbanding dengan *Sahīh al-Bukhārī* yang berorientasikan hukum dan perletakkan syarat yang ketat dalam periwayatan, kitab ini tampil dengan pendekatan tarbawi, rohani dan insani. Kajian ini bertujuan untuk menelusuri metodologi Imam al-Bukhārī dalam menyusun *al-Adab al-Mufrad* serta menganalisis bagaimana kandungannya memberi impak terhadap pembentukan rohani dan bagaimana hadis-hadis yang terkandung dalamnya dapat menyelesaikan masalah sosial kontemporari. Kajian ini menggunakan pendekatan inter-disiplin antara ilmu hadis, psikologi Islam dan etika sosial, dengan memfokuskan terhadap analisis tematik *tarājim* (tajuk bab) dan pemilihan hadis oleh Imam al-Bukhārī. Dapatan awal menunjukkan bahawa Imam al-Bukhārī tidak menyusun hadis secara rawak, sebaliknya membina *tarājim* (tajuk bab) dan *abwāb* (bab-bab) yang progresif bermula daripada tanggung-jawab sosial terhadap ibu-bapa, pembinaan rohani, pengurusan emosi, hingga kepada adab-adab sosial dan tanggungjawab kemasyarakatan. *Tarājim* (tajuk bab) yang dimuatkan al-Bukhārī lebih bersifat reflektif dan diduktif. Pendekatan psiko-spiritual dalam kitab ini adalah sangat selaras dengan prinsip *tazkiyah al-nafs* yang digunakan dalam psikologi Islam. Hadis-hadis yang menyentuh aspek takwa, sabar, ikhlas, kawalan emosi marah dan kasih sayang sesama manusia dapat dilihat sebagai terapi emosi dan sosial dalam menghadapi cabaran dunia moden hari ini yang dipenuhi penyakit sosial seperti stres, kemurungan, konflik keluarga dan keretakan sosial. Kajian ini menggabungkan kerangka hadis klasik dan keperluan sosiologi moden, bagi membuktikan kitab *al-Adab al-Mufrad* sebagai sebuah sumber yang masih relevan untuk membina masyarakat yang berasaskan nilai spiritual dan kasih sayang sejagat. Kajian ini mencadangkan agar *al-Adab al-Mufrad* diberi tempat dalam wacana kontemporari melibatkan pendidikan jiwa, terapi Islam dan pembinaan komuniti rahmah. Ini selaras dengan tuntutan zaman yang memerlukan pendekatan holistik berasaskan wahyu untuk menyantuni krisis jiwa dan sosial umat manusia hari ini.

Kata Kunci: Imam al-Bukhārī; *Al-Adab al-Mufrad*; psikologi Islam; tarbiah jiwa; etika kemanusiaan

Justeru, satu kaedah rawatan hati dengan menggunakan hadis-hadis Nabi SAW adalah sangat signifikan untuk merawat masalah spiritual dan sosial masyarakat moden hari ini. *al-Adab al-Mufrad* adalah sebuah karya Imam al-Bukhārī (w-256H) yang unggul selain dari kitab beliau yang masyhur iaitu *Sahīh al-Bukhārī*. *Al-adab al-Mufrad* adalah sebuah kitab yang menghimpunkan hadis-hadis yang berkaitan dengan akhlak dan adab-adab Islami. Menurut al-Mu'allimī, (1958) kitab *al-Adab-al-Mufrad* adalah satu koleksi kitab-kitab sunah yang paling menyeluruh yang membahaskan tentang adab-adab nabawi yang dikarang oleh Imam al-Bukhārī. *Al-Adab al-Mufrad* bukanlah sekadar manual adab klasik, malah ianya satu bentuk manual kehidupan yang holistik.

Walau bagaimanapun, penyelidikan terhadap kitab ini masih banyak tertumpu pada sudut *riwayat al-hadis* dan kedudukan sanad hadis, sedangkan struktur bab dan *tarājim* yang disusun oleh Imam al-Bukhārī mengandungi metodologi unik yang boleh dianalisis dari aspek tematik. Dalam konteks dunia masa kini, khususnya berkaitan cabaran psiko-sosial, pendekatan *tarājim* ini berpotensi menjadi model sistematik dalam terapi psiko-spiritual dan sosial. Oleh itu, timbul persoalan penting yang perlu dianalisis secara akademik.

SOALAN PENYELIDIKAN DAN OBJEKTIF KAJIAN BERKAITAN

Kajian ini tertumpu terhadap persoalan utama, sejauh manakah struktur *tarājim* dalam *al-Adab al-Mufrad* dapat dijadikan model sistematik bagi terapi psiko-sosial moden. Persoalan ini muncul daripada keperluan untuk menilai kemampuan metodologi *tarājim* Imam al-Bukhārī sebagai suatu sistem yang bukan sahaja bersifat penyusunan dan perletakan hadis, tetapi turut mempamerkan modul pemikiran tarbiah dan rawatan spiritual berpandukan nilai Islam. Sehubungan dengan itu, objektif utama kajian ini adalah untuk menilai potensi metodologi *tarājim* dalam *al-Adab al-Mufrad* sebagai model sistematik yang dapat diaplikasikan dalam konteks terapi psiko-spiritual dan sosial moden. Kajian ini dapat membuka ruang pemahaman yang lebih mendalam dan menyeluruh terhadap metodologi Imam al-Bukhārī, bukan sekadar dari sudut pandang teori semata-mata, malah juga dari sudut penerapannya yang relevan dan berfungsi dalam menghadapi cabaran manusia moden.

Dalam masa yang sama, kajian ini juga menyorot satu persoalan tambahan yang cuba memahami dengan lebih halus metodologi Imam al-Bukhārī membentuk serta menyusun *tarājim* dalam *al-Adab al-Mufrad*. Penelusuran ini memberi tumpuan kepada bagaimana susunan tersebut berasaskan tema pendidikan akhlak dan etika sosial, yang pada hakikatnya menggambarkan falsafah tarbiah berasaskan pengalaman rohani dan pandangan hidup Islam. Persoalan ini dianggap penting kerana susunan *tarājim* bukan sekadar urutan teknikal dalam pengumpulan hadis, tetapi mencerminkan suatu kerangka pemikiran yang sarat dengan nilai-nilai pendidikan rohani dan sosial. Berdasarkan pertanyaan ini, objektif sokongan yang dirumuskan adalah untuk meneliti prinsip-prinsip tarbiah, akhlak dan etika sosial yang terpancar melalui struktur *tarājim* Imam al-Bukhārī. Seterusnya dapat menyingkap bagaimana pendekatan tersebut mampu dijadikan asas dalam pembentukan model pendidikan dan pembangunan sahsiah yang berteraskan nilai Islam.

Satu lagi persoalan sokongan yang ditimbulkan ialah dalam konteks psikologi dan sosiologi moden, bagaimana kesesuaian dan aplikasi model *tarājim* Imam al-Bukhārī dapat diadaptasi dalam pendekatan terapi dan pembangunan sosial moden. Persoalan ini adalah penting bagi menekankan hubungan inter-disiplin antara metodologi hadith klasik dengan teori moden dalam bidang psikologi dan sosiologi. Justeru, objektif yang ingin dicapai ialah menjelaskan kesesuaian dan potensi aplikasi moden model *tarājim* Imam al-Bukhārī dalam membentuk pendekatan terapi psiko-sosial yang berteraskan nilai Islam.

METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini adalah sebuah kajian yang berasaskan pendekatan kajian kualitatif. Menurut Cresswell, (1994), pendekatan kualitatif merupakan sebuah pendekatan yang sesuai dan terbaik bagi mengkaji sesuatu isu seperti mengkaji metodologi Imam al-Bukhārī dalam *al-Adab al-Mufrad*, khususnya dalam analisis konsep tarbiah jiwa dan penyelesaian masalah sosial masa kini. Oleh itu, kajian ini

menggunakan pendekatan analisis tematik kualitatif terhadap teks hadis dalam *al-Adab al-Mufrad* karya Imam al-Bukhārī. Kajian akan memfokuskan analisis terhadap dua elemen utama:

1. *Tarājim* (tajuk bab)

Tarājim akan diteliti sebagai sebuah struktur tematik yang menggambarkan kerangka pemikiran dan fiqh al-Bukhārī dalam membina prinsip etika dan sosial.

2. *Matan* (teks hadis)

Maatan akan dianalisis untuk melihat keterkaitan, sokongan, dan pertumbuhan makna yang terkandung di bawah *tarājim* tersebut. Dalam kajian ini, proses analisis dilakukan melalui beberapa peringkat:

- i) **Pengumpulan Data:** Sumber utama adalah kitab *al-Adab al-Mufrad* berdasarkan edisi *tahqīq* Dr Alwān Salim, cetakan Dar-al-‘Alimiyyah, (2023). *Tarājim* dan teks hadis dipilih hanya kepada yang mempunyai tema berkaitan dengan aspek psiko-sosial.
- ii) **Pengekodan Awal:** Teks hadis dan *tarājim* dikategorikan mengikut tema utama, contohnya pengurusan marah, memelihara integriti dan memelihara pekerja.
- iii) **Pembentukan Tema:** Tema yang terbit daripada proses pengkodan dibandingkan bagi mengenal pasti pola, munasabat (keterkaitan), serta hubung kait dengan isu psiko-sosial moden.

Interpretasi dan Sintesis

Kemudian tema yang telah dibentuk dianalisis semula dengan menumpukan sejauh mana tema tersebut boleh dijadikan model sistematik terapi psiko-sosial, dan kemudiannya dikaitkan dengan persoalan penyelidikan utama.

Objektif dan Skop Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk memperkenalkan kitab *al-Adab al-Mufrad* karya Imam al-Bukhārī khususnya untuk menganalisis sumbangan kitab ini terhadap tarbiah jiwa dan juga penyelesaian sosial dari perspektif psikologi Islam. Kajian ini juga akan menelusuri metodologi Imam al-Bukhārī dalam menyusun *al-Adab al-Mufrad* serta menawarkan pembacaan semula *al-Adab al-Mufrad* untuk menjawab kegelisahan manusia moden. Skop perbincangan adalah terhad kepada teks penuh *al-Adab al-Mufrad* berdasarkan versi cetakan Dar-al-‘Alimiyyah, (2023) yang diiktiraf oleh para pentahkik. Analisis kajian hanya memfokuskan bab-bab terpilih yang mempunyai nilai signifikan dalam pembentukan jiwa dan penyelesaian sosial. Kajian ini tidak menyentuh tentang perbincangan kesahihan sanad atau matan dan perbincangan lain yang luar dari konteks pembentukan jiwa dan penyelesaian masalah sosial. Kajian ini juga memasukkan pengenalan ringkas Imam al-Bukhārī dan kitab *al-Adab al-Mufrad*.

Metodologi Imam al-Bukhārī dalam *al-Adab al-Mufrad*

Aspek Pemilihan Hadis

Kitab *al-Adab-al-Mufrad* ini mengandungi 1,322 hadis yang dimuatkan dalam 644 bab. Setiap bab-bab ini mempunyai jumlah hadis yang berbeza. Ada di kalangan bab yang terdiri daripada satu hadis sahaja, ada juga bab yang dimuatkan dua hadis hingga lima hadis. (Khairi et al., 2020). Kitab ini sangat istimewa sehingga ianya mendapat pujian oleh Ibn Hajar al-‘Asqalānī (1372-1449 M.) Beliau berkata: (Ibn Hajar al-‘Asqalani, 2005)

كتاب الأدب المفرد يشتمل على أحاديث زائدة على ما في الصحيح، وفيه قليل من الآثار الموقوفة، وهو كثير الفائدة.

“Kitab *al-Adab al-Mufrad* mengandung hadis-hadis tambahan lebih dari yang terdapat dalam *al-Sahīh*. Dalam kitab ini terdapat sedikit *āthār mawqūf* yang memiliki begitu banyak faedah.”

Imam al-Bukhārī terkenal dengan ketelitian tinggi dalam aspek sanad, seiring dengan sifat utama seorang ahli hadis. Beliau hanya memasukkan hadis yang dinilai beliau sebagai *sahīh* sahaja dalam kitab *Sahīh al-Bukhārī*. (al-‘Asqalānī, 1997). Dalam *al-Adab al-Mufrad*, beliau menyusun pelbagai jenis hadis, antaranya: Hadis *Marfū‘*, *Mawqūf* dan *Maqtū‘*, yang mana masing-masing disandarkan kepada Nabi SAW, para Sahabat, dan Tabi‘in. (Almajd, 2018: 244). Al-Bukhārī telah memasukkan sejumlah besar hadis-hadis dan *athār-athār* yang *da‘if* dalam kitabnya *al-Adab al-Mufrad*, menjadikannya sebagai dalil bagi bab tersebut dan bab-bab ini mungkin terbatas pada hadis-hadis tersebut yang mana para perawinya terdiri dari perawi *da‘if*, *majhul*, *munkar al-hadith*, *matruk* dan seumpamanya.” (Abu Ghuddah, 2008). Kebanyakan hadis yang terdapat dalam *al-Adab al-Mufrad* ialah *al-āthār* sahih serta terdapat hadis *da‘if* dengan jumlah yang sedikit (al-Albānī, 1997)

Selain itu, hadis Qudsi juga dimuatkan, seperti hadis larangan kezaliman oleh Allah SWT. Dari aspek penerimaan hadis, Imam al-Bukhārī juga memuatkan hadis *sahīh* dan *hasan* sebagai teras, tetapi berbeza dengan *Sahīh al-Bukhārī*, kitab ini juga mengandungi hadis *da‘if*, khususnya dalam bab *fada‘il a‘māl* dan adab-adab Islam. Penggunaan hadis *da‘if* ini adalah mengikuti pendekatan majoriti ulama hadis terdahulu, termasuk guru-guru beliau seperti Imam Ahmad dan Ibn al-Madīnī.

Ulama bersepakat bahawa hanya hadis *sahīh* dan hadis bertaraf *hasan* sahaja diterima pakai dalam perkara yang bersangkutan aqidah, hukum-hakam dan perkara halal dan haram. Namun ulama berselisih pendapat berkenaan adakah diterima pakai hadis-hadis *da‘if* yang bersangkutan *fada‘il* (kelebihan amal), adab dan akhlak, serta *targhīb* (memberi galakan) dan *tarhīb* (memberi ancaman)? Di sana terdapat tiga golongan ulama mengenai masalah ini. Golongan yang pertama adalah ulama yang menerima secara mutlak. Golongan yang kedua adalah ulama yang menolak secara mutlak. Manakala pendapat golongan yang ketiga adalah ulamak yang menerima hadis-hadis *da‘if* dalam *fada‘il ‘amal* dengan syarat-syarat yang tertentu. Majoriti ulama hadis menerima hadis *da‘if* dalam konteks *targhib*, *tarhib* dan adab dengan sedikit syarat-syaratnya. (al-Qasimi, 2010: 117)

(Al-Sakhāwī, t.th: 497) pula menerangkan bahawa aku telah mendengar Shāykhku iaitu Ibnu Hajar al-‘Asqalānī berkali-kali berkata bahawa syarat-syarat beramal dengan hadis *da‘if* itu ada tiga:

- i. Hadis itu tidak terlalu *da‘if* (*muttafaquun alaihi*).
- ii. Isi hadis itu mestilah menepati kaedah-kaedah umum dalam agama Islam.
- iii. Ketika beramal dengannya, tidak diiktikadkan sebagai hadis yang diyakini dari Rasulullah SAW, tetapi dengan niat untuk berjaga-jaga dalam pengamalan.

Justeru, penerapan hadis *da‘if* dalam terapi psiko-spiritual ini diharuskan berdasarkan pendapat majoriti ulama hadis yang mana penggunaannya tidak melibatkan perkara hukum mahupun asas aqidah Islam.

Beberapa perawi *da‘if* turut dikenal pasti dalam kitab ini, antaranya: ‘Abd-Allah bin Sālih al-Juhānī dan Sulaiman Abu Idām. Walaupun begitu, Imam al-Bukhārī tetap mengekalkan sikap berhati-hati dalam keilmuannya, menjadikan *al-Adab al-Mufrad* sebagai sebuah karya yang menggabungkan keilmuan sanad dengan keperluan tarbiah jiwa.

Tarājim al-Abwāb: Ketelitian Dalam Tajuk Bab

Pemahaman hadis al-Bukhārī dilihat seolah-olah melangkaui zamannya sehingga berkata ulamak: “*fiqh al-Bukhārī* terkandung dalam tajuk babnya”. (Nūriddīn Itr 2009:22). Kemudian untuk mendapatkan *fiqh*nya, maka kita perlu merujuk pada usul *tarājim-al-abwāb* serta ulasan yang diberikan oleh para penyarah *Sahīh al-Bukhārī*. Dengan sebab itulah telah masyhur di kalangan para ulamak satu slogan: “*Fiqh al-Bukhārī* terkandung dalam *tarājim* (tajuk babnya)”. (Al-‘Asqalānī, (t.th.:22)

Imam al-Bukhārī juga menampilkan kehalusan fiqh dan ketajaman ijtihad melalui penyusunan *tarājim* dalam *al-Adab al-Mufrad*. Berbeza dengan metode dalam *Sahih al-Bukhari*, beliau hanya menggunakan istilah "Bab", tanpa membahagikannya kepada "Kitab", kerana boleh dikatakan keseluruhan kandungannya tertumpu kepada tema adab dan akhlak. Manakala dari sudut jenis-jenis tajuk bab yang digunakan adalah:

- a) **Tajuk Zahirah (jelas):** Tajuk jenis ini adalah bersifat langsung, eksplisit dan mudah difahami keterkaitannya dengan hadis yang dibawa di bawah bab.
- b) **Tajuk Khafiyah (tersirat):** Tajuk bab yang bersifat tersirat, memerlukan *tadabbur* (penelitian secara mendalam) untuk memahami antara keterkaitan tajuk bab dengan matan hadis. Tajuk jenis ini sering mengandungi soalan seperti *هل* atau *كيف* dan mengandungi syarat seperti *من* atau petikan ayat al-Quran.
- c) **Tajuk Mursalah (umum):** Tajuk yang hanya mengandungi perkataan "Bab" tanpa dihuraikan tajuk secara terperinci.

Dari sudut perletakkan tajuk dan hadis, kadangkala tidak tersusun secara tematik. Terdapat pengulangan tajuk tetapi dengan kerencaman konteks dengan memberi fokus yang berbeza. Begitu juga pemisahan topik yang berkaitan, dan tajuk yang pada zahirnya kelihatan tidak mempunyai kaitan langsung dengan hadis yang dimuatkan. Ini menunjukkan pendekatan unik dan penuh isyarat oleh Imam al-Bukhārī dalam mengajak pembaca berfikir secara mendalam terhadap maksud adab.

Analisis Terhadap Matan Hadis Dalam *Al-Adab al-Mufrad*

Imam al-Bukhārī bukan sahaja memfokuskan kepada sanad, malah beliau turut memberikan tumpuan terhadap matan hadis. Beliau memberi *ta'liq* (ulasan) terhadap perkataan *gharib* (ganjil) dalam matan. Beliau juga turut menjelaskan istilah teknikal seperti *musajjalah* atau unit timbangan seperti *al-nash*, serta memperkenalkan tokoh yang disebut dalam teks. Beliau juga menekankan aspek *takrār* (pengulangan) dan *ikhṭisār* (ringkasan) matan hadis. Beliau melakukan pengulangan bagi menzahirkan perbezaan dalam sanad atau tujuan faedah fiqh tertentu. Manakala ringkasan digunakan apabila terdapat matan yang hampir sama namun mempunyai faedah tambahan kecil yang masih signifikan. Pendekatan ini mencerminkan ketelitian Imam al-Bukhārī dalam mempersembahkan hadis-hadis berkaitan adab secara sistematik dan bernilai didaktik.

Tarbiah Jiwa Melalui Perspektif Psikologi Islam

Pengurusan Marah

حَدَّثَنَا مُسَدَّدٌ قَالَ : حَدَّثَنَا عَبْدُ الْوَاحِدِ بْنُ زِيَادٍ قَالَ : حَدَّثَنَا لَيْثٌ قَالَ : حَدَّثَنِي طَاوُسٌ ، عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ : قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : عَلِّمُوا وَيَسِّرُوا ، عَلِّمُوا وَيَسِّرُوا ، ثَلَاثَ مَرَّاتٍ ، وَإِذَا غَضِبْتُمْ فَاسْكُتُوا ، مَرَّتَيْنِ

"Ajarkanlah (manusia) dan permudahkanlah, ajarkanlah dan permudahkanlah" tiga kali (diulang tiga kali) dan apabila kamu marah, maka diamlah! dua kali (diulang dua kali)"

(Bāb Yaskutu Iza Ghadiba, No 1320)

Dari sudut aspek jiwanya, hadis ini mengajarkan kita untuk bagaimana mengendalikan emosi negatif, khususnya ketika datangnya emosi marah dengan cara berdiam diri dan tidak mengikut kehendak nafsu yang ingin melepaskan kemarahan itu.

Implikasi Psikologi

Hadis ini menunjukkan kepada kita tentang kepentingan mengawal emosi sebagai elemen yang utama dalam kestabilan jiwa. Dalam psikologi moden, konsep *impulse control* juga memainkan peranan yang efektif terhadap kesihatan mental (He at al., 2023). Konsep ini seiring dengan ajaran Islam yang menekankan pengendalian marah bagi mengelakkan kesan buruk terhadap rohani dan juga sosial.

Dalam Islam, *impulse control* tidak hanya dilihat dari aspek mental, tetapi juga dipandang dari sudut spiritual. Malah, seseorang yang berjaya mengawal marah dianggap satu bentuk ibadah dan tanda kekuatan jiwa. Sabda Nabi SAW:

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: «لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ، إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

Daripada Abu Hurairah R.A, "Orang yang kuat bukanlah yang menang dalam bergusti, tetapi orang yang mampu mengawal dirinya ketika marah."

(Riwayat al-Bukhārī, *al-Adab al-Mufrad*, Bāb al-Ghadab, No 1317)

Aplikasi Terapeutik

Hadis ini boleh dijadikan modul kepada beberapa teknik terapi:

i.) Teknik “*Pause and Breathe*”

Diam ketika marah memberi ruang untuk individu mengawal tindakan marah seperti peningkatan degupan jantung, kenaikan tekanan darah. Kajian dalam *Journal of Muslim Mental Health* menunjukkan bahawa *mindful silence* adalah seiring dengan nilai spiritual Islam dapat mengurangkan simptom *stress* (tekanan hidup). (Khan & Nisa, 2024).

ii.) Pendekatan *Islamic Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

Menjadikan hadis ini sebagai satu modul pengurusan kemarahan di sekolah berasrama, madrasah tahfiz dan pusat kaunseling Islam. Penerapan modul ini dengan cara menggantikan respon verbal yang negatif dengan konsep “diam campur zikir” sebagai satu bentuk latihan sendiri.

Kaedah Berinteraksi Dengan Jiran

عن أبي هريرة قال: قيل للنبي ﷺ: يا رسول الله، إن فلانة تقوم الليل وتصوم النهار وتفعل وتصدق، وتؤذي جيرانها بلسانها،
«قال: «لا خير فيها، هي من أهل النار»
«قيل: وفلانة تصلي المكتوبة وتصدق بأثوار، ولا تؤذي أحدا؟ قال: «هي من أهل الجنة»

Daripada Abu Hurairah R.A, ada seseorang berkata kepada Nabi SAW: “Wahai Rasulullah! sesungguhnya seorang wanita bangun malam (untuk solat), berpuasa di siang hari, berbuat kebaikan dan banyak bersedekah, tetapi menyakiti jiran-jirannya dengan lisannya.” Maka baginda SAW bersabda: “Tiada kebaikan padanya, dia termasuk ahli neraka.”

Kemudian ditanya lagi: “Ada seorang wanita lain yang hanya solat fardu, bersedekah dengan sedikit makanan dan tidak menyakiti sesiapa pun.” Baginda SAW bersabda: “Dia termasuk dari kalangan ahli syurga.”

(Bāb Lā Yu’zī Jārahu, No119)

Tajuk Bab Dan Kaitannya Dengan Pendidikan Akhlak Dan Nilai Interaktif Sosial

Imam al-Bukhārī menyusun tajuk bab: Jangan Menyakiti Jirannya secara jelas, padat dan langsung, tetapi penuh makna. Tajuk ini bukan sekadar larangan menyakiti jiran, tetapi menonjolkan satu prinsip penting dalam pendidikan akhlak dan nilai interaktif sosial yang harmoni. Nilai hubungan sosial ini yang dikenali sebagai *huquq al-‘ibad* (hak-hak hamba kepada hamba Allah yang lain) ini lebih utama

dari ibadah yang berbentuk individu yang tidak membawa manfaat kepada orang lain. Dalam konteks metodologi *tarājim al-Adab al-Mufrad*, pendekatan yang digunakan Imam al-Bukhārī ini menunjukkan:

Tarbiah Jiwa

Konsep ibadah bukan hanya *hablun min-Allah* (hubungan hamba dengan Allah) seperti solat, puasa dan sebagainya, tetapi harus dilengkapi dengan *hablun min al-nas* (hubungan dengan hamba Allah yang lain) seperti adab kepada jiran. Wanita dalam hadis ini hanya menumpukan kepada aspek pertama, tetapi gagal dalam hubungan sosial, iaitu hubungan dengan hamba Allah yang lain. Maka hakikatnya dia telah gagal dalam pentarbiahan jiwa yang sempurna.

Penyelesaian Sosial (ketegangan kejiranan)

Hadis ini berupa solusi spritual kepada masyarakat moden hari ini yang sering menilai kesolehan melalui amalan zahir semata-mata. Hakikatnya kesolehan itu tidak sempurna jika tidak menjaga hubungan sosial seperti perbuatan menyakiti jiran, fitnah yang dilontar dengan lidah yang menjadi punca ketegangan kejiranan serta keegoan diri menjadi faktor utama keretakan masyarakat. Imam al-Bukhārī secara tidak langsung mengetengahkan keutamaan menjaga lidah dan akhlak sosial sebagai neraca keimanan sebenar. Dalam masyarakat moden hari ini, fenomena seperti komuniti yang hidup berjiran tetapi tidak mengenal dan tidak bertegur sapa antara mereka merupakan perkembangan sosial yang tidak sihat. Selain itu, di media sosial sering terjadi perbuatan fitnah, kecaman atau provokasi dilakukan oleh individu yang dianggap soleh. Selain itu, berlaku juga peningkatan tekanan mental akibat sikap negatif jiran. Semuanya masalah ini, menunjukkan bahawa adab sosial yang lemah membawa kepada kerosakan masyarakat walaupun masyarakat itu secara zahirnya kelihatan beragama.

Aplikasi Terapeutik Moden

Hadis ini boleh dihubungkan dengan teknik terapi sosial dan psikologi:

i.) Pendekatan Islamic *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT)

CBT moden dapat melatih klien mengenal pasti *automatic thoughts* yang mencetuskan perilaku menyakiti kepada yang lain. *Islamic CBT* pula meringkaskannya dengan hadis ini iaitu dengan mengaitkan penjagaan lisan dengan keselamatan yang berbentuk hakiki (akhirat).

ii.) Positive Psychology

- a. Hadis ini menegaskan bahawa kebahagiaan bukan pada kuantiti ibadah secara ritual semata, tetapi ianya juga merangkumi kualiti hubungan sosial.
- b. Hadis ini selari dengan teori *PERMA Model* (Seligman, 2011) yang menyatakan *Positive Relationships* adalah komponen penting bagi mewujudkan kesejahteraan dalam kehidupan.

iii.) Terapi Komuniti Islam

- a. Hadis ini boleh diterjemahkan ke dalam modul latihan komuniti iaitu “Ukuran kebaikan yang ada pada seseorang bukan dinilai kepada berapa banyak kuantiti ibadahnya, tetapi sejauh mana orang di sekeliling selamat daripada lisannya.”
- b. Ini dapat dinilai melalui indikator *social harmony indicators* (kepuasan jiran, konflik sosial dan kesepaduan masyarakat).

Berinteraksi Secara Baik Dengan Pekerja Bawahan

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ ﷺ
لِلْمَمْنُوكِ طَعَامُهُ وَكِسْوَتُهُ، وَلَا يُكْفَى مِنَ الْعَمَلِ مَا لَا يُطِيقُ“

Daripada Abu Hurairah R.A, beliau berkata: Rasulullah SAW bersabda:
Bagi seorang hamba (pekerja) adalah haknya mendapatkan makanan dan pakaiannya, dan dia tidak boleh dibebani dengan pekerjaan yang berada di luar kemampuannya.

(Bāb Lā Yukalliful ‘Abdu Min al-‘amali La Yutīqu, No 193)

Tarbiah Jiwa (*Spiritual-Moral Training*)

Hadis ini menanamkan nilai ihsan, muhabbah, dan rahmah terhadap mereka yang berada di bawah tanggungjawab seseorang. Ianya mendidik majikan agar tidak melampaui batas terhadap pekerja sehingga membebaskan mereka dalam melakukan sebarang pekerjaan. Konsep latihan jiwa untuk berlaku adil dan berperikemanusiaan ini adalah satu bentuk *tazkiyat al-nafs* (penyucian jiwa) kepada para majikan iaitu dengan mengajak kepada empati dengan memahami beban orang lain sebelum memberikan tugasan.

Penyelesaian Sosial Manusia Moden (menzalimi pekerja)

Dalam dunia moden hari ini, hubungan antara majikan dan pekerja, guru dengan murid, pemimpin dengan rakyat, atau bahkan ibu bapa dengan anak-anak, memerlukan prinsip keadilan dan mengikut kesesuaian kemampuan individu. Hadis ini secara tersiratnya membentuk prinsip asas dalam etika kerja iaitu memelihara kebajikan pekerja bawahan seperti menjaga makanan dan pakaian mereka dan tidak membebani mereka dengan kerja yang di luar batas kemampuan mereka.

Pengurusan Tenaga Manusia

Keberkesanan satu-satu organisasi akan maju dan meningkat jika tugasan yang diberi selaras dengan kompetensi dan juga kapasiti pekerja. Hadis ini memberi garis panduan kepada sesebuah majikan untuk mengurus tenaga manusia dari segi kebajikan makan dan pakai mereka. Termasuk juga dalam kandungan kebajikan, adalah dengan menyediakan skim khas untuk menjaga hari tua para pekerja dengan menyediakan simpanan wang seperti Kumpulan Wang Simpanan Pekerja (KWSP).

Kesejahteraan Pekerja

Dengan menjaga kebajikan pekerja dari sudut makanan dan pakaian pekerja bermaksud memberikan hak asasi dan keselamatan sosial. Hal ini akan mewujudkan kesejahteraan pekerja dengan tidak lagi perlu menambah masa untuk membuat pekerjaan tambahan bagi menyara hidup. Penjagaan kebajikan seperti mencarum wang di bawah Pertubuhan Keselamatan Sosial (SOCSO), akan memberi jaminan keselamatan sosial dan perlindungan kepada pekerja sekiranya mereka mendapat kemalangan ketika bekerja.

Psikologi Kerja.

Dari sudut psikologinya, majikan yang memberi tugasan kepada pekerja mengikut batas kemampuan mereka, dapat memberi keadilan kepada mereka. Ini kerana majikan yang memberi tugasan dengan memandang terhadap sudut keupayaan dan kemahiran manusia dapat mengurangkan tekanan dan kemurungan di tempat kerja.

Sudut Psikologi Islam. *Taklif Mā Lā Yutāq* (memberi tugasan yang luar dari kemampuan seseorang).

Konsep tidak membebani pekerja melebihi kemampuan ini adalah seiring dengan prinsip *impulse control* dan juga *stress management* dari sudut psikologi. Menurut Khan dan Nisa (2024), peningkatan kawalan diri dicapai melalui pengurusan *impuls* dengan usaha dan disiplin diri. Ini memberi gambaran bahawa ajaran Islam sangat perihatin terhadap keseimbangan emosi dan kekuatan rohani manusia.

Menurut Hassan, (2024) Islam menyeru kepada pendekatan hidup yang *syumul* (menyeluruh), yaitu dengan menekankan kepentingan *tawazun* (keseimbangan) dalam setiap aspek kehidupan manusia, termasuklah dalam penguasaan fizikal, pembentukan emosi, dan juga spiritual. Pengurusan *stress* (tekanan) dalam Islam melibatkan amalan kesederhanaan serta menjaga keseimbangan dalam setiap aktiviti. Hal ini, dengan menghindari sikap berlebihan dan terlalu sibuk dengan urusan keduniaan. Seseorang akan mencapai kesejahteraan dan kepuasan serta mengurangkan *stress* (tekanan) dan kegelisahan dengan memberi keutamaan kepada kewajipan serta komitmen, dalam masa yang sama tetap berpegang kepada nilai dan prinsip Islam.

Aplikasi Terapeutik & Moden

1. Islamic CBT dalam Pengurusan Stres Pekerjaan

Hadis ini membentuk binaan asas kepada *stress management*, yaitu dengan tidak membebankan diri atau orang lain di luar kemampuan mereka. Pekerja yang mengalami *burnout* (kelesuan emosi) boleh dipandu berdasarkan prinsip hadis ini yaitu “hadkan bebanan mengikut kemampuan serta memohon pertolongan dari Allah SWT.”

2. Psikologi Industri & Organisasi

Teori *Job Demand-Resources Model (JD-R)* telah menyatakan bahawa beban kerja yang melampaui beban dan sumber akan membawa kepada *stress* yang kronik. Hadis ini adalah selari dengan idea bahawa majikan hendaklah mengawal beban kemampuan pekerja agar tidak mengatasi kapasiti kemampuan mereka.

Tazkiyat al-Nafs (Tarbiah Jiwa)

عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ
سِبَابُ الْمُسْلِمِ فُسُوقٌ.

Daripada Nabi ﷺ, Baginda bersabda:
Mencela seorang muslim adalah perbuatan fasik.

(Bāb Sibāb al-Muslimīn Fusūqun, No 429)

Hadis ini berperanan sebagai landasan asas dalam pembentukan akhlak dan penyucian jiwa menurut perspektif Islam. Di antaranya:

Larangan Mencaci Sesama Muslim

Hadis ini menuntut individu untuk mengawal lidah dan emosi yang merupakan satu bentuk *mujahadat al-nafs* (bersungguh-sungguh melawan nafsu). Hadis ini datang dengan lafaz “فُسُوقٌ” (kefasikan), yang mana dalam istilah syaraknya bermaksud melakukan perbuatan yang keluar dari ketaatan. Menurut (al-Rāghib al-Aṣfahānī, t.th: 241) seseorang itu dikatakan fasiq apabila dia keluar daripada wilayah syariat. Hal ini diambil daripada ungkapan mereka: “*fasqat al-rutbah*” iaitu kurma basah keluar daripada kulitnya. Makna fasiq lebih umum daripada kufur. *Fisq* boleh berlaku dengan dosa kecil atau dosa besar, tetapi kebiasaannya istilah ini digunakan untuk dosa yang banyak. Ini menggambarkan bahawa perbuatan mencela dan mengecam, tidak hanya dosa kecil, malah mencerminkan kerosakan spritual.

Media Sosial dan Ujaran Kebencian

Fenomena “*keyboard warrior*”, sindiran, dan kecaman dalam media sosial seperti Facebook, Tik Tok dan Instagram contohnya, adalah satu bentuk *sibāb* (cercaan) moden yang berlaku secara berleluasa. Hadis ini menjadi suatu garis panduan untuk mewujudkan persekitaran komunikasi digital yang beradab serta bebas dari fitnah dan kutukan yang boleh mendatangkan kemurungan kepada orang yang dikutuk.

Psikologi Sosial dan Kesejahteraan Komuniti

Kajian psikologi sosial menunjukkan bahawa cercaan dan penghinaan khususnya dalam media sosial mengakibatkan terjadinya tekanan emosi, kemurungan, dan konflik antara komuniti. Kajian mendapati buli siber zaman masa kini lebih berleluasa berbanding buli konvensional. Malah buli siber ini memberi kesan serius terhadap kesihatan mental mangsa buli seperti keresahan, kemurungan, dan bahkan boleh membawa kepada percubaan membunuh diri. (Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Syariat Islam sejak awal lagi menegaskan keterkaitan antara lidah dan maruah insan yang mana dengan menghina seseorang akan mengakibatkan maruah insan tercalar.

Buli Siber Di Media Sosial

Hadis ini sangat berkait dengan fenomena buli siber pada zaman moden hari ini. Kecaman dan celaan di ruang media sosial boleh mendatangkan kesan psikologi yang serius.

Kajian moden

Dalam kajian moden hari ini terdapat kajian yang dilakukan oleh Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). Daripada kajian itu, mereka mendapati buli siber boleh meningkatkan risiko kemurungan, kebimbangan, dan idea untuk membunuh diri dalam kalangan remaja (*Journal of Adolescent Health*, 53(1), S13–S20). Hadis ini menjadi asas dalam kerangka normatif Islam untuk menolak budaya buli siber dan menawarkan piawaian etika dalam platform digital.

Islamic CBT & Impulse Control

Celaan dan kecaman selalunya berpunca daripada perasaan marah yang membuak lagi tidak terkawal. Terapi moden menekankan *anger management* dan *thought stopping*.

Kajian moden:

Menurut kajian yang dilakukan oleh Çınaroğlu (2024), model *Islamically Modified Cognitive Behavioral Therapy* (ICBT) merupakan satu pendekatan psiko-terapi baharu yang menggabungkan prinsip asas CBT dengan nilai-nilai spiritual Islam, bagi memenuhi keperluan individu Muslim. Pendekatan ini bukan sahaja menumpukan perubahan kognitif dan tingkah laku, tetapi dapat juga mengaitkannya dengan aspek keimanan dan kesedaran terhadap kehidupan akhirat. Hadis ini boleh menjadi modul asas dalam Islamic CBT dengan mengaitkan kawalan lisan dengan perspektif iman dan akhirat.

Memelihara Integriti

خَدَمْتُ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ يَوْمًا، حَتَّى إِذَا رَأَيْتُ أَنِّي قَدْ فَرَعْتُ مِنْ خِدْمَتِهِ قُلْتُ: يَقِيلُ النَّبِيُّ ﷺ، فَخَرَجْتُ مِنْ عِنْدِهِ، فَإِذَا عُلْمَةٌ يَلْعَبُونَ، فَقَمَنْتُ أَنْظُرُ إِلَيْهِمْ، فَجَاءَ النَّبِيُّ ﷺ، فَأَنْتَهَى إِلَيْهِمْ فَسَلَّمَ عَلَيْهِمْ، ثُمَّ دَعَانِي فَبَعَثَنِي إِلَى حَاجَةٍ، فَكَانَ فِيَّ حَتَّى أَتَيْتُهُ، وَأَيْطَأَتْ عَلَى أُمِّي، فَقَالَتْ: مَا حَبَسَكَ؟ قُلْتُ: بَعَثَنِي النَّبِيُّ ﷺ فِي حَاجَةٍ. قَالَتْ: مَا هِيَ؟ قُلْتُ: إِنَّهُ سِرٌّ لِلنَّبِيِّ ﷺ. قَالَتْ: اخْفِظْ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ ﷺ سِرَّهُ. قَالَ أَنَسٌ: فَمَا حَدَّثَتْ بِتِلْكَ الْحَاجَةِ أَحَدًا مِنَ الْخَلْقِ.

“Anas bin Malik R.A berkata: Aku pernah berkhidmat kepada Rasulullah SAW pada suatu hari. Setelah aku merasakan bahawa aku telah selesai dari tugasanku, aku pun berkata dalam hati: ‘Rasulullah SAW mungkin sedang berehat.’ Maka aku keluar dari sisi baginda. Lalu aku melihat beberapa orang kanak-kanak sedang bermain, maka aku pun berdiri memerhati mereka. Tidak lama kemudian, Rasulullah SAW datang dan sampai kepada mereka, lalu baginda memberi salam kepada mereka. Kemudian baginda memanggilku dan mengutusku untuk satu urusan. Aku pun pergi

melaksanakannya sehingga aku kembali (kepada baginda), dan aku pun agak lewat pulang ke rumahku. Lalu ibuku bertanya: 'Apa yang menyebabkan kamu lambat pulang?' Aku menjawab: 'Rasulullah SAW telah mengutusku untuk suatu urusan.' Ibuku bertanya: 'Apakah urusan itu?' Aku menjawab: 'Ya adalah rahsia Rasulullah SAW .' Ibuku berkata: 'Peliharalah rahsia Rasulullah SAW .' Anas R.A menambah:

Maka demi Allah, aku tidak pernah memberitahu kepada sesiapa pun tentang urusan itu sehingga ke hari ini.

(Bāb: Al-Amānah, No 1154)

Hadis di atas berperanan mendidik aspek dalaman manusia khususnya dari sudut pembentukan sifat-sifat terpuji seperti:

Menjaga amanah dan rahsia:

Hadis ini menunjukkan walaupun masih kecil, Anas bin Malik R.A tidak membocorkan rahsia Nabi SAW sehinggalah kepada ibunya sendiri. Ini menunjukkan sifat amanah dan menjaga rahsia yang dimiliki beliau, walaupun pada umur beliau yang masih kecil. Sekiranya sifat ini diterapkan dalam masyarakat kita, ianya akan mewujudkan kesejahteraan dalam masyarakat. Tidak akan berlaku sebarang perbuatan pembocoran maklumat dan rahsia sesebuah syarikat atau institusi seperti yang terjadi di negara kita hari ini.

Disiplin dan ketulusan dalam khidmat:

Hadis ini juga menunjukkan bahawa Anas R.A bukan sahaja membantu dan berkhidmat kepada Rasulullah SAW, bahkan beliau sentiasa peka terhadap keperluan Baginda SAW, walaupun ketika beliau sedang bermain. Sekiranya seorang pembantu atau penolong dalam sesebuah institusi menerapkan disiplin sebegini, sudah tentu akan dapat melancarkan dan mensejahterakan perjalanan sesebuah institusi baik institusi swasta mahupun awam.

Pendidik Akhlak Melalui Interaksi:

Rasulullah SAW menunjukkan kelembutan dalam memberi tugas dan arahan. Baginda SAW menyapa anak-anak yang sedang bermain dengan penuh hikmah dan kelembutan. Ini merupakan satu contoh tarbiah yang hikmah dan mendalam yang perlu dicontohi oleh para pemimpin dan majikan dalam mengurus tadbir institusi dan dalam memberi tugas serta arahan kepada pekerja bawahan.

Penyelesaian Sosial Manusia Moden

a) Etika Profesional Dan Kerahsiaan

Dalam dunia pekerjaan moden, menjaga amanah maklumat adalah satu aspek integriti yang sangat penting, tidak mengira sama ada dalam bidang guaman, perubatan, kewangan atau bidang pendidikan. Hadis ini juga memberi asas etika kerahsiaan dan kesetiaan dalam menjalankan tugas.

b) Pendidikan Kanak-Kanak

Hadis ini menunjukkan bagaimana Rasulullah SAW mempercayai dan melatih anak-anak semenjak usia kecil dalam memikul tanggungjawab kecil. Ini akan dapat menjadi model pendidikan awal yang akan membina karakter dan integriti. Perkara ini adalah sangat relevan dalam sistem pendidikan moden hari ini.

c) Kepimpinan dengan Rahmah

Rasulullah SAW bukan sahaja menyuruh dan memerintah, tetapi Baginda SAW turut membentuk jiwa anak muda dengan akhlak yang mulia. Ini adalah prinsip kepimpinan melalui kepercayaan yang amat sesuai untuk amalan pengurusan dan pentadbiran moden hari ini.

Aplikasi Moden & Terapeutik

a) Psikologi Perkembangan Anak

Memberi amanah kepada kanak-kanak adalah sebahagian daripada *trust-based parenting* (asuhan anak berteraskan kepercayaan). Kajian menunjukkan bahawa apabila kanak-kanak diberi tanggungjawab kecil semenjak usia awal, mereka akan lebih cenderung membina *self-efficacy* (kecekapan sendiri). (Bandura, 1997). Hal ini seiring dengan hadis di atas ketika Rasulullah SAW mempercayai Anas R.A walaupun beliau masih berusia muda.

b) Etika Profesional & Kerahsiaan

Dalam konteks era moden, menjaga rahsia adalah selari dengan prinsip kerahsiaan dalam psiko-terapi, perubatan, kaunseling, dan juga undang-undang.

Kajian moden:

Farhan, M., & Mahmud, A. (2022). Mereka menyatakan dalam kajian *Islamic Ethics in Professional Counseling*, bahawa prinsip amanah Nabi SAW, digunakan sebagai model kerahsiaan kaunseling Islam.

Sosiologi & Media Sosial

Fenomena moden seperti *oversharing* di media sosial menunjukkan betapa amanah dan elemen menjaga kerahsiaan semakin terhakis saban hari. Hadis ini memberi panduan bahawa tidak semua perkara layak dikongsi di media sosial, dan konsep menjaga rahsia merupakan satu ibadah.

Kajian moden

Taddei, S., & Contena, B. (2013). Kajian mereka mendapati bahawa *oversharing* di media sosial dikaitkan dengan kesan negatif terhadap privasi dan kesejahteraan. (*Computers in Human Behavior*, 29(5), 1949–1956).

KESIMPULAN

Kajian ini berusaha meneliti metodologi Imam al-Bukhārī dalam *al-Adab al-Mufrad* melalui sudut pandang *tarājim* yang tidak hanya bersifat tematik, tetapi juga sarat dengan falsafah pemilihan dan penyusunan hadis. Melalui kajian ini, analisis menunjukkan bahawa meskipun pendekatan *tarājim* sering dilihat sebagai pendekatan sederhana, hakikatnya ia membawa suatu rasional yang lebih unik dan mendalam, iaitu penyusunan hadis secara berperingkat bagi membentuk kefahaman tarbiah akhlak dan adab sosial yang bersifat komprehensif.

Dengan merujuk kepada soalan penyelidikan utama, struktur *tarājim* dalam *al-Adab al-Mufrad* dapat disimpulkan sebagai sebuah model sistematik terapi psiko-sosial. Model ini bukan sahaja berperanan untuk memantapkan dimensi spritual individu, tetapi turut juga menyumbang kepada kesejahteraan sosial melalui pembentukan nilai-nilai akhlak dan adab yang seimbang dalam kehidupan seharian. Oleh itu, kajian ini juga menawarkan garis panduan yang sesuai dengan cabaran dunia moden hari ini terutamanya dari perspektif psikologi dan sosiologi.

Sebagai kesimpulannya, dapatan kajian ini menegaskan bahawa metodologi Imam al-Bukhārī dalam *al-Adab al-Mufrad* boleh dirumuskan kepada satu kerangka asas iaitu pendidikan akhlak bersepadu. Prinsip ini menggabungkan aspek psiko-spiritual dan psiko-sosial, sekali gus membuka ruang dan peluang untuk pengaplikasian yang lebih luas dalam bidang pendidikan Islam, kajian sosial, dan kaedah terapi kontemporari. Dengan itu, *tarājim* al-Bukhārī dalam *al-Adab al-Mufrad*, bukan sekadar sebuah warisan klasik, tetapi satu bentuk modul kehidupan yang masih segar untuk dihayati, difahami, dan dipraktikkan dalam realiti kehidupan, khususnya kehidupan di era moden ini.

PENGHARGAAN

Penghargaan diberikan kepada penyelia program master saya, Dr Khofidz Bin Soroni selaku (Ketua Unit Hadis, Institut Kajian Hadis dan Aqidah, Universiti Islam Selangor). Tidak lupa juga kepada Dr Nor Saleha Mohd Salleh (Pensyarah di Fakulti Pengajian Peradaban Islam (FPPI), Universiti Islam Selangor (UIS), yang mengajar saya subjek metodologi penyelidikan di semester satu. Semoga Allah SWT ganjari mereka semua dengan sebaik-baik ganjaran di dunia dan di akhirat.

RUJUKAN

- Abdullah, A., & Brown, D. (2021). *Islamic psychology and cognitive therapy: Integrating classical Islamic scholarship with contemporary practice*. *Journal of Religion and Health*, 60(3), 1738–1752.
- Abu Ghuddah, A. F. (2008). *Zafar al-Amānī bi Sharḥ Mukhtaṣar Sayyid al-Sharīf al-Jurjānī fī Muṣṭalaḥ al-Ḥadīth* (Cet. 1). Beirut: Maktab al-Matbū‘āt al-Islāmiyyah. (Karya asal diterbitkan 1429H).
- Al-Albānī, M. N. (1997). *Ṣaḥīḥ al-Adab al-Mufrad li al-Imām al-Bukhārī*. Riyadh, Saudi Arabia: Maktabah al-Dalīl.
- Al-Asqalānī, A. b. ‘A. b. B. H. (n.d.). *Hādī al-Sārī Muqaddimah Faṭḥ al-Bārī* (Juz. 1). Lahore: Maktabah Rashidiyyah.
- Al-Bukhārī, M. I. (2023). *Al-Adab al-Mufrad* (Cet. 1). al-Qāhirah: Dār al-‘Ilm wa al-Thaqāfah & Dār al-‘Āsimah. (Karya asal diterbitkan 1444H).
- Almajd, M. S. (2018). *Imam Buhārī'nin el-Edebü'l-Müfred isimli eserindeki metodu [The methodology of Imam al-Bukhārī in al-Adab al-Mufrad]*. *KSÜ İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 31, 233–279.
- Al-Qāsimī, M. J. al-D. (2010). *Qawā'id al-Taḥdīth min Funūn Muṣṭalaḥ al-Ḥadīth* (hlm. 116). Beirut: Dār al-Nafā'is.
- Al-Qur'ān al-Karīm. (n.d.).
- al-Rāghib al-Aṣfahānī, al-Ḥusayn ibn Muḥammad. (n.d.). *Al-Mufradāt fī gharīb al-Qur'ān* (Vol. 1, p. 491). Markaz al-Dirāsāt wa-al-Buḥūth (Ed.). Makkah al-Mukarramah: Maktabat Nizār Muṣṭafā al-Bāz.
- al-Sakhāwī, M. ibn ‘Abd al-Raḥmān. (n.d.). *Al-Qāwīl al-badī' fī al-ṣalāt ‘alā al-ḥabīb al-shaḥīfī ṣallallāhu ‘alayhi wa-sallam* (Muḥammad ‘Awwāmah, Ed., complete ed.). Beirut: Dār al-Kutubī, p. 497.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Freeman.
- Çınaroğlu, M. (2024). *Islamically modified cognitive behavioral therapy (ICBT): An innovative psychotherapeutic framework for Muslim individuals*. *Din ve İnsan Dergisi*, 4(7), 60–85. <https://doi.org/10.69515/dinveinsan.1437013>
- Farhan, M., & Mahmud, A. (2022). *Islamic ethics in professional counseling: Lessons from prophetic traditions*. *Journal of Islamic Ethics*, 6(2), 123–139.
- Hassan, M. (2024). *Finding peace: Islamic approaches to managing stress*. *Ulum-e-Islamia*, 31(1), 1–18. <https://doi.org/10.2139/ssrn.4905710>
- He, M., Zhou, Y., Li, J., Zhang, X., & Wang, Y. (2023). *The relationship between self-control and mental health: A network analysis among university students*. *Frontiers in Public Health*, 11, 1224427. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1224427>
- Ibn Ḥajar al-‘Asqalānī, A. b. A. (2005). *Faṭḥ al-Bārī: Sharḥ Ṣaḥīḥ al-Bukhārī* (Vols. 2 & 13). Beirut: Dār al-Ṭayyibah.

- Institute for Public Health. (2024). *National Health and Morbidity Survey (NHMS) 2023: Mental health status among adults in Malaysia*. Ministry of Health Malaysia. <https://iku.nih.gov.my/images/nhms2023/fact-sheet-nhms-2023.pdf>
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2015, Mei 18). *Tinjauan kebangsaan kesihatan dan morbiditi 2015*. Diperolehi daripada <https://www.moh.gov.my/moh/resources/nhmsreport2015vol2.pdf>
- Khairi, A., Al-Azhar Pekanbaru Riau, S., & Sultan Syarif Kasim Riau, U. (2020). *Analisis kitab Adab al-Mufrad karya Imam Bukhari tentang pendidikan adab dan relevansinya terhadap pendidikan karakter di Indonesia*. *PALAPA: Jurnal Studi Keislaman dan Ilmu Pendidikan*, 8(1). <https://doi.org/10.xxxxx>
- Khan, F., & Nisa, A. (2024a). *Psychospiritual conceptualization of nafs from the perspectives of Muhammad Iqbal*. *Journal of Muslim Mental Health*, 18(1), 92–106. <https://doi.org/10.3998/jmmh.6029>
- Khan, F., & Nisa, A. (2024b). *Self-control and impulse management in Islamic psychology*. *Journal of Muslim Mental Health*, 18(2), 45–63.
- Knowles, M. (1984). *The Adult Learner: A Neglected Species (3rd ed.)*. Gulf Publishing.
- Kowalski, R. M., Giumetti, G. W., Schroeder, A. N., & Lattanner, M. R. (2014). *Bullying in the digital age: A critical review and meta-analysis of cyberbullying research among youth*. *Journal of Adolescent Health*, 53(1), S13–S20.
- Nuruddin Itr. (2009). *Fiqh al-Ḥadīth ‘inda al-Imām al-Bukhārī*. Kaherah: Dār al-Baṣā’ir.
- Seligman, M. (2011). *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being*. Free Press.