

BUNUH DIRI: GEJALA KIAN MEMBIMBANGKAN

Oleh: Ustaz Najion Jamil

الْحَمْدُ لِلَّهِ الْقَائِلِ:

إِنَّ اللَّهَ لَا يَظْلِمُ النَّاسَ شَيْئًا وَلَكِنَّ النَّاسَ أَنفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ ﴿٤٤﴾
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ
وَرَسُولُهُ. اللَّهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلَى الْهَادِي الْبَشِيرِ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ
اهْتَدَى بِهِدَاهُمْ عَلَى الدَّوَامِ.

أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ حَقَّ تَقَاتِهِ وَلَا تَمُوتُنَّ إِلَّا وَأَنْتُمْ مُسْلِمُونَ.

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Marilah kita jadikan kehidupan di dunia yang sementara ini sebagai medan untuk meningkatkan keimanan serta ketakwaan kepada Allah SWT dengan melaksanakan ketaatan kepada-Nya dan Rasul-Nya serta menjauhi segala perbuatan yang merugikan. Banyakkan istighfar dan bertaubat kepada Allah SWT, perbanyakkan bekalan berupa amal salih kerana hanya amal dapat menyelamatkan kita di Padang Mahsyar kelak sebagaimana dijelaskan oleh Allah SWT di dalam al-Quran:

يَوْمَ نَحْشُرُ الْمُتَّقِينَ إِلَى الرَّحْمَنِ وَفْدًا ﴿٨٦﴾ وَنَسُوقُ الْمُجْرِمِينَ إِلَى جَهَنَّمَ وَرِدًّا ﴿٨٧﴾ لَا يَمْلِكُونَ الشَّفْعَةَ إِلَّا
مَنْ أَخَذَ عِنْدَ الرَّحْمَنِ عَهْدًا ﴿٨٧﴾

Yang bermaksud: "Ingatlah hari Kami himpulkan orang yang bertakwa untuk menghadap Allah ar-Rahman dengan berpasukan-pasukan. Dan Kami akan menghalau orang yang bersalah ke neraka jahanam dalam keadaan dahaga. Mereka tidak berhak mendapat dan memberi syafaat, kecuali orang yang telah mengikat perjanjian dengan iman dan amal salih di sisi Allah yang melimpah-limpah rahmat-Nya." (S. Maryam :85-87).

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menganggarkan satu juta orang di seluruh dunia meninggal dunia setiap tahun akibat bunuh diri, dengan anggaran purata sebanyak 3,000 kejadian setiap hari. Manakala setiap 40 saat, berlaku cubaan bunuh diri di seluruh dunia. Dan, negara China mencatatkan kadar bunuh diri tahunan yang tertinggi dengan dianggarkan lebih daripada 300,000 penduduknya membunuh diri. Bilangan ini dikatakan lebih 10 kali ganda dari jumlah bunuh diri tahunan di Amerika Syarikat.

Lebih membimbangkan kita, data dari Pusat Daftar Bunuh Diri Kebangsaan (National Suicide Registry Malaysia) mendapati sekurang-kurangnya dua orang membunuh diri setiap hari dengan kadar purata 60 orang dalam sebulan. Gejala bunuh diri yang berlaku dalam masyarakat negara ini sudah berada pada tahap yang membimbangkan Kerana menyamai trend bunuh diri di negara Amerika.

Ia memperlihatkan fenomena yang berlaku di negara-negara luar sudah merebak dan menjangkiti tingkahlaku dan pemikiran segelintir rakyat negara ini untuk melakukan perbuatan yang menyalahi agama dan fitrah manusia. Ini bererti, gejala bunuh diri mahupun cubaan bunuh diri perlu dibendung segera.

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Bunuh diri secara umumnya merujuk kepada perbuatan yang dilakukan oleh seseorang untuk melakukan sesuatu yang boleh menamatkan riwayat hidupnya. Antaranya termasuklah perbuatan menikam diri sendiri dengan senjata tajam, menembak diri sendiri menggunakan senjatapi, menggantung diri, meminum racun, terjun dari tempat yang tinggi dan sebagainya. Mereka yang bertindak membunuh diri lazimnya berasa langkah untuk meneruskan kehidupan tidak lagi memberikan kebaikan, sebaliknya lebih menambah penderitaan. Terdapat juga orang yang bertindak sedemikian merasa disisihkan, sunyi dan tidak dipedulikan, serta berasa kecewa dan dirundung masalah kemurungan.

Berdasarkan kepada penelitian terhadap gejala bunuh diri ini, didapati bahawa kes bunuh diri tidak dapat dipisahkan daripada masalah tekanan atau stres serta ketidakstabilan pemikiran seseorang individu dalam mengharungi hidup yang banyak dugaan. Ini kerana dari segi logiknya, tiada sesiapa pun yang sihat dan waras sanggup membunuh diri sendiri, melainkan wujudnya gangguan mental serta faktor-faktor keadaan persekitaran yang tidak mesra kepadanya. Ia termasuklah system sokongan dalam masyarakat bagi mencegahnya tidak berfungsi atau tidak wujud langsung.

Para psikiatri Barat mendapati kemurungan merupakan punca utama gejala bunuh diri tanpa menafikan pengaruh ketagihan dadah, arak dan gangguan mental yang lain. Di Amerika misalnya, kadar bunuh diri yang tinggi berpunca daripada kesan penyakit kemurungan di samping pengambilan dadah dan arak yang tinggi.

Sementara itu, dalam satu kajian dijalankan pertubuhan bukan kerajaan (NGO) di negara kita mendapati kebanyakan mangsa membunuh diri terdiri daripada kalangan belia dan remaja yang berumur di bawah 30 tahun. Antara sebabnya ialah tekanan akibat ibu bapa yang meletakkan harapan terlalu tinggi terhadap anak-anak dalam pendidikan. Apabila anak gagal mencapai kehendak serta harapan ibu bapa, dia merasa tertekan hingga mendorongnya melakukan sesuatu tindakan yang tidak sepatutnya.

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Ketahuilah bahawa sesungguhnya Allah SWT melarang manusia berbunuh-bunuhan sesama sendiri, apatah lagi membunuh diri sendiri. Ini menunjukkan betapa Allah SWT menghargai jiwa manusia. Hal ini ditegaskan oleh Allah SWT menerusi firman-Nya:

... وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا ﴿٢٩﴾

Yang bermaksud: "...Janganlah kamu sekalian berbunuh-bunuhan sesama sendiri. Sesungguhnya Allah SWT sentiasa mengasihani kamu." (S. An-Nisaa: 29).

Sehubungan dengan pengertian ayat tersebut, adalah jelas bahawa perbuatan membunuh jiwa termasuk membunuh diri adalah dosa besar yang bakal menerima azab. Ini sejajar dengan apa yang telah ditetapkan oleh Allah SWT menerusi firman-Nya:

وَمَنْ يَقْتُلْ مُؤْمِنًا مُتَعَمِّدًا فَجَزَاؤُهُ جَهَنَّمُ خَالِدًا فِيهَا وَغَضِبَ اللَّهُ عَلَيْهِ وَلَعَنَهُ وَأَعَدَّ لَهُ عَذَابًا عَظِيمًا ﴿٩٣﴾

Yang bermaksud: "Dan sesiapa yang membunuh seorang mukmin dengan sengaja, maka balasannya ialah neraka jahanam, kekal di dalamnya, dan Allah SWT murka kepadanya dan melaknatnya serta menyediakan baginya azab seksa yang besar." (S. An-Nisaa: 93).

Dalam erti kata yang lain, sama ada berbunuh-bunuhan sesama sendiri atau membunuh diri sendiri seperti terjun dari tempat yang tinggi, menggantung diri, meminum racun, mencederakan diri sendiri dengan senjata yang berbahaya dan sebagainya adalah perbuatan mungkar yang menzalimi diri sendiri. Maka, walau apa pun alasan dan cara seseorang itu membunuh diri adalah haram hukumnya, dan pelakunya akan kekal di dalam neraka. Ini bertepatan dengan sebuah Hadith daripada Abu Hurairah RA, daripada Nabi SAW bersabda: *“Barang siapa yang membunuh dirinya dengan besi, maka tangannya akan menusuk besi itu ke perutnya di neraka jahanam dan kekal di dalamnya. Barang siapa yang meminum racun untuk membunuh dirinya, maka dia meneguk racun itu di neraka jahanam dan kekal di dalamnya. Dan barang siapa yang menjatuhkan dirinya dari gunung untuk membunuh dirinya di neraka jahanam dan kekal di dalamnya.”* (HR Bukhari dan Muslim).

Diriwayatkan bahawa Rasulullah SAW sendiri pada suatu ketika enggan menyembahyangkan jenazah seorang lelaki Muslim yang mati membunuh diri menggunakan anak panah. Daripada Jabir Bin Samurah RA, katanya: *“Didatangkan kepada Rasulullah SAW satu jenazah seorang pemuda yang mati dengan cara memantahkan dirinya sendiri, lalu Baginda tidak menyembahyangkan jenazah itu.”* (HR Muslim).

Ini menunjukkan betapa hinanya perbuatan bunuh diri itu di sisi Islam. Ini dengan sendirinya mengisyaratkan bahawa perbuatan yang terkutuk itu perlu dibendung dan dicegah dengan segala cara yang ada bagi mengelakkannya terus menular dalam masyarakat.

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Dengan berpandukan kepada punca serta sebab-musabab gejala bunuh diri yang diutarakan oleh para pengkaji, dapat disimpulkan bahawa fenomena yang semakin membimbangkan itu bukanlah berakar-umbi daripada masalah mental dan tekanan persekitaran semata-mata. Ia turut disumbangkan oleh kelemahan tauhid atau kehilangan kepercayaan kepada kuasa Allah SWT selaku Pencipta dan Pentadbir alam semesta ini. Lantaran itu, ada yang tidak sabar dan tidak tahan menghadapi ujian hidup yang berbagai, lalu merasa putus asa sehingga tergamak mengambil nyawa sendiri meskipun menyedari bahawa itu adalah perbuatan yang menyakitkan dan menyalahi ajaran agama. Padahal Allah SWT dengan sifat-Nya Yang Maha Pemurah lagi Maha Mengasihani pasti akan mengeluarkannya daripada keadaan keluh-kesah, gundah-gulana serta kesusahan jika dia sentiasa mengadu kepada Allah SWT dengan mengingati dan mengabdikan diri kepada-Nya.

Maknanya, orang yang nekad membunuh diri disebabkan putus asa boleh diibaratkan sebagai putus asa daripada rahmat Allah SWT. Sedangkan sebagai Muslim, kita dilarang sama sekali berputus asa dalam hidup kendati terpaksa menghadapi pelbagai ujian hidup yang mencabar. Firman Allah SWT:

❖ قُلْ يٰعِبَادِيَ الَّذِينَ اَسْرَفُوا عَلٰٓى اَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوْا مِنْ رَّحْمَةِ اللّٰهِ ۚ اِنَّ اللّٰهَ يَغْفِرُ الذُّنُوْبَ جَمِيْعًا ۗ اِنَّهٗ هُوَ

الْغَفُوْرُ الرَّحِيْمُ

Yang bermaksud: *“Katakanlah, wahai hamba-hamba-Ku yang melampaui batas terhadap diri mereka sendiri, janganlah kamu sekalian berputus asa daripada rahmat Allah. Sesungguhnya Allah mengampuni dosa-dosa semuanya. Sesungguhnya Dia adalah Zat Yang Maha Pengampun lagi Maha Penyayang.”* (S. Az-Zumar: 53).

Justeru itu, dalam membendung serta mencegah perbuatan sama ada cubaan bunuh diri mahupun perbuatan bunuh diri, kita perlu pendekatan yang berbagai. Selain daripada pendekatan psikologi, kita juga perlu memanfaatkan sepenuhnya kaedah yang disarankan oleh agama Islam khususnya melalui ibadah solat. Ini kerana solat adalah tiang agama yang mengikat hubungan kita dengan Allah SWT. Ibadah solat memandu kita memperhamba dan memohon kepada Allah SWT sahaja dan bukannya kepada yang lain, lantas tidak merasa putus asa kerana sedar bahawa Allah SWT mengetahui segala perbuatan dan mendengar segala doa permohonan kita.

Malahan solat yang sempurna akan membentengi kita daripada segala perbuatan keji dan mungkar sebagaimana ditegaskan oleh Allah SWT dalam firman-Nya:

أَتْلُ مَا أُوحِيَ إِلَيْكَ مِنَ الْكِتَابِ وَأَقِمِ الصَّلَاةَ ۖ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ ۗ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ ﴿٤٥﴾

Yang bermaksud: “Bacalah serta ikutlah (Wahai Muhammad) akan apa yang diwahyukan kepadamu daripada al-Quran, dan dirikanlah solat (dengan tekun); sesungguhnya solat itu mencegah daripada perbuatan yang keji dan mungkar; dan sesungguhnya mengingati Allah adalah lebih besar (faedahnya dan kesannya); dan (ingatlah) Allah mengetahui akan apa yang kamu kerjakan.” (S. Al-Ankabut: 45).

JEMAAH JUMAAT YANG BERBAHAGIA,

Kalau gagal memperolehi atau mencapai sesuatu yang diimpikan dalam hidup di dunia ini, jangan sekali-kali mengambil tindakan yang bodoh dan terkutuk untuk menyelesaikannya. Sedarilah bahawa apa jua yang menimpa kita sama ada berupa kesenangan mahupun kesusahan merupakan sebahagian daripada ujian serta lumrah hidup manusia yang antara hikmahnya adalah untuk menguji sejauh mana tahap keimanan kita. Sebagai Muslim, kita hendaklah menghadapi segala musibah serta ujian dengan tenang dan sabar agar beroleh keberkatan, rahmat dan petunjuk dari Allah SWT. Firman Allah SWT:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾

Maksudnya: “Dan sungguh akan Kami berikan cubaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan sampaikanlah berita gembira kepada orang yang sabar. (Iaitu) orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, Inna lillahi wa inna ilaihi raaji’un (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali). Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhannya dan mereka itulah orang yang mendapat petunjuk.”(S. Al-Baqarah: 155).

بَارِكْ اللَّهُ لِيْ وَلَكُمْ بِالْقُرْآنِ الْعَظِيمِ , وَنَفَعْنِيْ وَإِيَّاكُمْ بِمَا فِيْهِ مِنَ الْآيَاتِ وَالذِّكْرِ الْحَكِيمِ , وَتَقَبَّلْ مِنِّيْ وَمِنْكُمْ تِلَاوَتَهُ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ , أَقُولُ قَوْلِيْ هَذَا وَاسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِيْ وَلَكُمْ وَ لِسَائِرِ الْمُسْلِمِيْنَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِيْنَ وَالْمُؤْمِنَاتِ فِيَا فَوْزِ الْمُسْتَغْفِرِيْنَ وَيَا نَجَاةَ النَّاعِيْنَ .



Diedar oleh:
Bahagian Penyelidikan dan Informasi
Jabatan Hal Ehwal Agama Islam Negeri Sabah