

**TILAWAH AL-QURAN SEBAGAI MEDIUM TERAPI
PSIKOSPIRITUAL ISLAM: ANALISIS DIMENSI PSIKOLOGI
BACAAN AL-QURAN DALAM BIMBINGAN KOMUNITI
MAK NYAH^(*)**

*(Quranic Recitation As A Medium of Islamic Psycho-Spiritual Therapy:
An Analysis of the Psychological Dimensions of Quranic Reading in
Guiding the Mak Nyah Community)*

**Mohd Zohdi Mohd Amin¹, Mohd Sobri Ellias²,
Ahmad Mutawalli Mutffha³, Mohd Izwan Md Yusof⁴,
Wan Fatimah Zahra' Wan Yusoff⁵**

ABSTRACT

Studies on Quranic recitation commonly emphasise technical proficiency and pedagogy, while its role in shaping psychological experience and spiritual change among marginalised Muslim communities remains

[∅] This article was submitted on: 29/07/2026 and accepted for publication on: 26/10/2026.

¹ Pensyarah Kanan (Professor Madya Dr.), Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia.

Emel: zohdi@usim.edu.my

² Pensyarah Kanan (Dr.), Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia. (Corresponding Author)

Emel: sobri.ellias@usim.edu.my

³ Calon PhD, Fakulti Perubatan dan Sains Kesihatan, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia.

Emel: a.muhtawwlimustaffha@gmail.com

⁴ Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM), Kompleks Islam Putrajaya, Presint 3, 62100 Putrajaya, Malaysia.

Emel: izwanyusof@islam.gov.my

⁵ Calon PhD, Fakulti Pengajian Quran dan Sunnah, Universiti Sains Islam Malaysia (USIM), Bandar Baru Nilai, 71800 Nilai, Negeri Sembilan, Malaysia.

Emel: wfatimahzahraa95@gmail.com

empirically underexplored. Addressing this gap, this study analyses Quranic recitation as a medium of Islamic psycho-spiritual therapy in guidance programmes for the mak nyah community. The qualitative study involved 18 informants from four religious guidance programmes in Malaysia. Interview data were thematically analysed to identify participants' inner experiences and the guiding conditions that shaped them. The findings were strengthened through the Fuzzy Delphi Method (FDM), involving 12 experts from the hijrah community, murabbi, relevant institutions and academia. The analysis identified six interrelated dimensions: inner tranquillity, motivation to participate in guidance, increased self-confidence, a sense of acceptance, social support and readiness to change. Recitation also served as an initial attraction to religious guidance and a gateway to worship and spiritual change. FDM validation placed Quranic recitation within the highest-priority cluster for the therapeutic component concerning the moral relationship with the Creator, alongside remembrance of Allah, supplication, and engagement with the Prophet's biography and teachings (threshold = 0.047; consensus = 92%; fuzzy score = 0.783). The study extends recitation scholarship beyond technical mastery by proposing an empirically grounded framework in which reported psycho-spiritual benefits emerge through the interaction of engagement with revelation, progress in recitation, supportive murabbi relationships and a non-judgemental social environment. These findings provide a conceptual and practical basis for developing Quranic recitation classes as gradual, low-pressure and dignity-sensitive guidance approaches for marginalised Muslim communities.

Keywords: *Quranic Recitation; Islamic Psycho-Spiritual Therapy; Psychological Dimensions; Mak Nyah Community; Religious Guidance; Fuzzy Delphi Method.*

ABSTRAK

Kajian tilawah al-Quran lazimnya menumpukan aspek teknikal bacaan dan pedagogi, sedangkan peranannya dalam membentuk pengalaman psikologi dan perubahan spiritual komuniti marginal Muslim masih kurang diterokai secara empirikal. Bertolak daripada jurang tersebut,

kajian ini menganalisis fungsi tilawah al-Quran sebagai medium terapi psikospiritual Islam dalam program bimbingan komuniti mak nyah. Kajian kualitatif ini melibatkan 18 informan daripada empat program bimbingan agama di Malaysia. Data temu bual dianalisis secara tematik bagi mengenal pasti pengalaman dalaman peserta serta keadaan bimbingan yang membentuk pengalaman tersebut. Dapatan tematik diperkukuh melalui *Fuzzy Delphi Method* (FDM) yang melibatkan 12 panel pakar daripada komuniti hijrah, murabbi, wakil institusi dan sarjana akademik berpengalaman dalam bimbingan komuniti berkenaan. Analisis menemukan enam dimensi yang saling berkaitan, iaitu ketenangan jiwa, motivasi untuk mengikuti bimbingan, peningkatan keyakinan diri, rasa diterima, sokongan sosial dan kesediaan untuk berubah. Tilawah turut berfungsi sebagai tarikan awal kepada bimbingan agama dan pintu masuk kepada ibadah serta perubahan spiritual. Pengesahan FDM meletakkan membaca al-Quran dalam kelompok keutamaan tertinggi bagi komponen terapi aspek akhlak dengan Pencipta, bersama zikir, doa dan penghayatan sirah atau sabda Rasulullah SAW (nilai *threshold* = 0.047; konsensus = 92%; skor *fuzzy* = 0.783). Kajian ini memperluas wacana tilawah melampaui penguasaan teknikal dengan mengemukakan kerangka empirikal bahawa manfaat psikospiritual yang dilaporkan terbentuk melalui interaksi antara pengalaman bersama wahyu, kemajuan bacaan, hubungan murabbi dan persekitaran sosial yang tidak menghukum. Dapatan ini menyediakan asas konseptual dan praktikal untuk membangunkan kelas tilawah sebagai pendekatan bimbingan yang bertahap, rendah tekanan dan peka terhadap maruah komuniti marginal Muslim.

Kata Kunci: *Tilawah Al-Quran; Terapi Psikospiritual Islam; Dimensi Psikologi; Komuniti Mak Nyah; Bimbingan Agama; Fuzzy Delphi Method.*

1. PENGENALAN

1.1 *Latar Kepentingan Tilawah al-Quran*

Tilawah al-Quran merupakan amalan asas yang membentuk hubungan rohani seorang Muslim dengan wahyu Allah SWT. Dalam tradisi Islam, al-Quran bukan sekadar dibaca sebagai teks suci, tetapi ditilawahkan sebagai kalam Ilahi yang membimbing akal, menyentuh hati, mendidik jiwa dan mengarahkan kehidupan manusia kepada jalan yang diredai Allah SWT. Al-Quran merakamkan peranannya sebagai petunjuk kepada jalan yang paling lurus sebagaimana dinyatakan dalam Surah al-Isra' 17:9. Para mufassir menjelaskan bahawa hidayah al-Quran mencakupi bimbingan akidah, ibadah, akhlak, dan kehidupan manusia secara menyeluruh (al-Ṭabarī, 2001; al-Qurṭubī, 2006).

Bacaan al-Quran dalam kehidupan beragama tidak wajar difahami sebagai amalan ritual semata-mata. Tilawah mempunyai hubungan dengan pembentukan hati, emosi, kesedaran diri dan perubahan tingkah laku. Seseorang yang membaca al-Quran bukan hanya melafazkan ayat wahyu, tetapi berada dalam suasana rohani yang menghubungkan dirinya dengan Allah SWT. Dalam kerangka terapi psikospiritual Islam, tilawah al-Quran dilihat sebagai amalan yang membimbing jiwa melalui hubungan antara hati, emosi, tingkah laku dan kedekatan seseorang kepada Allah SWT (Sa'ari, 2019; Saged et al., 2020).

1.2 *Al-Quran sebagai Hidayah, Shifā', Raḥmah dan Sakīnah*

Al-Quran menyatakan sifatnya sebagai *maw'izah*, *shifā'*, *hudā* dan *raḥmah* sebagaimana dinyatakan dalam firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Maksudnya: "Wahai umat manusia! Sesungguhnya telah datang kepada kamu al-Quran yang menjadi nasihat pengajaran daripada Tuhan kamu, dan menjadi penawar bagi penyakit-penyakit batin yang ada di dalam dada kamu, dan juga menjadi hidayah petunjuk serta membawa rahmat bagi orang-orang yang beriman." (Yunus 10:57)

Al-Qurṭubī (2006) menghuraikan bahawa *shifa'* dalam ayat ini merujuk kepada penyembuhan hati daripada penyakit batin seperti keraguan, kejahilan dan kecenderungan yang merosakkan. al-Rāzī (1981) pula mengaitkan penyembuhan al-Quran dengan pembaikan dimensi batin manusia melalui ilmu, peringatan, dan dorongan kepada ketaatan.

Dimensi *shifa'* dalam ayat ini diuraikan oleh para mufassir sebagai penyembuhan penyakit hati seperti keraguan, kejahilan dan kecenderungan yang merosakkan jiwa (al-Qurṭubī, 2006; al-Rāzī, 1981). Hubungan antara zikrullah dan ketenangan hati pula ditegaskan dalam Surah al-Ra'd 13:28. Dalam konteks ini, tilawah al-Quran dapat difahami sebagai bentuk zikrullah yang menghimpunkan bacaan kalam Allah, pendengaran terhadap wahyu, dan penghayatan makna.

Selain itu, majlis bacaan dan pembelajaran al-Quran termasuk dalam lingkungan majlis zikir yang dijanjikan *sakinah* dan rahmat. Rasulullah SAW menjelaskan bahawa golongan yang berkumpul untuk membaca dan mempelajari al-Quran akan diliputi *sakinah*, rahmat, dan dipayungi malaikat, serta disebut oleh Allah SWT dalam kalangan makhluk di sisi-Nya (Muslim Ibn al-Hajjaj, 2006). Al-Nawawī (1972) menghuraikan hadis ini sebagai dalil kelebihan majlis ilmu, majlis zikir dan majlis bacaan al-Quran. Oleh itu, kelas bacaan al-Quran boleh difahami bukan sekadar ruang pembelajaran teknikal bacaan, tetapi juga majlis rohani yang menenangkan jiwa dan mendekatkan hati kepada Allah SWT.

1.3 *Kelas al-Quran dalam Bimbingan Komuniti Mak Nyah*

Istilah mak nyah dalam konteks Malaysia lazim digunakan bagi merujuk kepada komuniti trans wanita. Artikel ini menumpukan kepada komuniti mak nyah Muslim yang terlibat dalam program bimbingan agama berasaskan kelas al-Quran. Oleh itu, perbincangan artikel ini tidak bertujuan membahaskan keseluruhan wacana identiti gender secara umum, tetapi meneliti pengalaman bacaan al-Quran dalam ruang bimbingan agama yang disertai oleh komuniti tersebut. Penggunaan istilah ini turut selari dengan beberapa kajian tempatan yang membincangkan komuniti mak nyah dalam konteks Malaysia (Slamah, 2005; Chang et al., 2012; Wan Yusoff, 2024).

Kelas al-Quran dalam konteks bimbingan komuniti mak nyah muncul sebagai ruang bimbingan yang diterima dan diminati oleh sebahagian peserta. Kelas tersebut tidak hanya bertujuan meningkatkan kemahiran membaca al-Quran, tetapi turut berperanan sebagai ruang membina hubungan dengan murabbi, mengukuhkan sokongan rakan sebaya dan membuka laluan kepada pengisian agama yang lebih luas. Sebahagian peserta yang bermula daripada tahap asas seperti Iqra' menunjukkan bahawa kelas al-Quran menyediakan ruang pembelajaran yang berperingkat, rendah tekanan, dan lebih mudah diterima.

1.4 *Jurang Kajian dan Pernyataan Masalah*

Kajian berkaitan komuniti mak nyah di Malaysia lazimnya memberi tumpuan kepada isu hukum, stigma sosial, kesihatan, HIV/AIDS, dakwah umum, program pemulihan, dan cabaran institusi (Slamah, 2005; Chang et al., 2012; Wan Yusoff, 2024). Pada masa yang sama, kajian berkaitan tilawah al-Quran pula banyak tertumpu kepada aspek tajwid, *qirā'āt*, pedagogi, hafazan, kualiti bacaan dan teknik pengajaran. Walaupun aspek tersebut penting, masih terdapat ruang untuk meneliti dimensi psikologi bacaan al-Quran, khususnya dalam konteks bimbingan komuniti marginal Muslim.

Kajian kontemporari telah membincangkan potensi al-Quran dalam rawatan psikologi dan spiritual secara umum (Md Isa@Haron et al., 2020; Saged et al., 2020). Namun, kajian yang menghubungkan pengalaman bacaan al-Quran, proses terapi psikospiritual Islam, dan bimbingan komuniti mak nyah masih terbatas. Oleh itu, artikel ini bertujuan menganalisis tilawah al-Quran sebagai medium terapi psikospiritual Islam dengan memberi tumpuan kepada tiga persoalan utama: Bagaimana kelas tilawah al-Quran menarik kehadiran peserta, apakah dimensi psikologi yang muncul daripada pengalaman bacaan al-Quran, dan bagaimana tilawah berfungsi sebagai pintu masuk kepada perubahan spiritual melalui sokongan murabbi, rakan komuniti, dan suasana kelas bimbingan.

1.5 *Sumbangan Kajian*

Kajian ini menyumbang kepada pengembangan wacana tilawah al-Quran dengan meneliti bacaan al-Quran bukan hanya dari sudut hukum bacaan, tajwid, *qirā'āt* atau pedagogi, tetapi dari sudut psikologi dan psikospiritual. Dalam konteks ini, tilawah dilihat sebagai amalan yang menghubungkan pembaca dengan wahyu,

membina ketenangan hati, menumbuhkan motivasi dalaman, dan membuka ruang kepada perubahan tingkah laku berasaskan bimbingan agama.

Selain itu, kajian ini menonjolkan pengalaman komuniti marginal Muslim dalam konteks bimbingan al-Quran. Komuniti mak nyah sering dibincangkan dalam kerangka hukum, stigma sosial, kesihatan, identiti dan program pemulihan, namun pengalaman mereka dalam kelas bacaan al-Quran sebagai ruang ketenangan, penerimaan, sokongan sosial, dan pembinaan keyakinan diri masih kurang diberi perhatian secara khusus.

Kajian ini mencadangkan bahawa kelas tilawah al-Quran berpotensi menjadi pendekatan bimbingan yang praktikal, rendah tekanan, dan sesuai dilaksanakan secara berperingkat. Kelas al-Quran bukan sahaja menyediakan ruang pembetulan bacaan, tetapi juga boleh menjadi pintu masuk kepada pengukuhan akidah, ibadah, akhlak, hubungan murabbi, dan sokongan rakan komuniti. Justeru, sumbangan kajian ini terletak pada penegasan bahawa tilawah al-Quran boleh berfungsi sebagai medium terapi psikospiritual Islam yang membina kesediaan spiritual peserta sebelum mereka menerima pengisian agama yang lebih luas.

2. SOROTAN LITERATUR

2.1 *Kajian Lepas tentang Tilawah al-Quran dan Kesejahteraan Psikologi*

Kajian empirikal tentang hubungan antara al-Quran dan kesejahteraan psikologi telah berkembang dalam dua dekad kebelakangan ini. Melalui percubaan klinikal rawak, Babamohamadi et al. (2015) mendapati bahawa bacaan al-Quran dikaitkan dengan pengurangan kebimbangan dalam kalangan pesakit hemodialisis, manakala kajian susulan mereka melaporkan pengurangan simptom kemurungan dalam populasi yang sama (Babamohamadi et al., 2017). Mahjoob et al. (2016) pula meneliti kesan suara bacaan al-Quran terhadap kesihatan mental, manakala Black et al. (2020) mengkaji hubungan antara pembelajaran al-Quran dengan kapasiti ingatan. Kajian-kajian ini memperlihatkan bahawa interaksi dengan al-Quran, sama ada melalui bacaan, dengar atau hafazan, telah diteliti dari sudut psikologi dan kognitif manusia.

Sintesis terhadap kajian-kajian tersebut dikemukakan melalui semakan sistematik Che Wan Mohd Rozali et al. (2022) yang mendapati bahawa aktiviti mendengar, membaca dan menghafaz al-Quran dilaporkan memberi kesan

positif terhadap kesihatan fizikal dan mental Muslim, termasuk kemurungan, kebimbangan, kualiti hidup dan ketenangan. Walau bagaimanapun, semakan tersebut turut menegaskan bahawa bidang ini masih memerlukan kajian dengan reka bentuk yang lebih kukuh. Saged et al. (2020) pula membincangkan peranan al-Quran dalam rawatan gangguan psikologi dan penyakit spiritual, sekali gus menunjukkan bahawa pendekatan berasaskan al-Quran merangkumi dimensi psikologi dan rohani secara bersepadu.

Dalam konteks tempatan, Md Isa@Haron et al. (2020) meneliti psikoterapi al-Quran dalam kalangan wanita bekerjaya yang memiliki anak kurang upaya, manakala Mohd Amin et al. (2025) membincangkan majlis zikir sebagai terapi psiko-spiritual bagi menangani isu kesihatan mental menurut perspektif al-Quran dan Sunnah. Kajian-kajian ini memperlihatkan kecenderungan sarjana tempatan untuk mengangkat amalan berasaskan al-Quran dan zikir sebagai medium terapi psikospiritual. Namun, kebanyakan kajian terdahulu tertumpu kepada populasi klinikal, pesakit atau kelompok masyarakat umum, serta lebih menekankan kesan bacaan atau dengar al-Quran sebagai intervensi. Kajian yang meneliti pengalaman tilawah dalam ruang bimbingan komuniti marginal Muslim, khususnya komuniti mak nyah, termasuk peranan murabbi dan suasana kelas dalam membentuk pengalaman tersebut, masih terhad. Jurang inilah yang cuba diisi oleh kajian ini.

2.2 *Terapi Psikospiritual Islam dan Tazkiyah al-Nafs*

Terapi psikospiritual Islam merujuk kepada pendekatan bimbingan jiwa yang menghubungkan aspek psikologi manusia dengan dimensi spiritual berasaskan al-Quran, Sunnah dan tradisi *tazkiyah al-nafs*. Manusia dalam kerangka ini tidak dilihat semata-mata sebagai makhluk fizikal atau psikologi, tetapi sebagai makhluk yang memiliki hati, *nafs*, akal, emosi, dan kecenderungan rohani. Oleh itu, bimbingan tidak hanya bertumpu kepada perubahan luaran, tetapi melibatkan pembinaan hati, penyucian jiwa, pengukuhan hubungan dengan Allah SWT dan pembentukan tingkah laku beragama. Pendekatan ini turut diterapkan dalam program pemulihan berasaskan terapi psikospiritual Islam melalui penggabungan amalan keagamaan, *tazkiyah al-nafs*, bimbingan murabbi, dan sokongan psikososial (Sa'ari, 2019; Sa'ari & Syed Muhsin, 2012; Zainal Abidin et al., 2022).

Menurut tradisi tazkiyah, hati mempunyai kedudukan utama dalam pembentukan diri. Al-Ghazali (2005) menegaskan bahawa pembaikan manusia bermula daripada pembaikan hati kerana hati menjadi pusat niat, kehendak dan kecenderungan. Abu Talib al-Makki (1990) turut menekankan hubungan antara penyucian hati, adab ibadah dan pembentukan akhlak, manakala Said Hawwa (1999) menghuraikan *tazkiyah al-nafs* sebagai proses pendidikan jiwa melalui ilmu, amal, mujahadah dan pembentukan keperibadian Muslim.

Proses seperti *riyāḍah al-nafs*, *mujāhadah al-nafs* dan *murāqabah al-nafs* dalam konteks terapi psikospiritual menjadi aspek yang penting. *Riyāḍah al-nafs* merujuk kepada latihan jiwa melalui pembiasaan amalan baik, *mujāhadah al-nafs* merujuk kepada usaha melawan dorongan negatif, manakala *murāqabah al-nafs* merujuk kepada kesedaran bahawa diri sentiasa berada dalam pemerhatian Allah SWT. Proses ini boleh berlaku dalam kelas tilawah al-Quran apabila peserta melatih bacaan secara berulang, mengatasi rasa malu, menerima bimbingan murabbi dan membina kesedaran untuk memperbaiki hubungan dengan Allah SWT.

2.3 Dimensi Psikologi dalam Kerangka Psikospiritual Islam

Istilah psikologi dalam artikel ini tidak digunakan dalam maksud psikologi klinikal atau psikometrik secara khusus. Kajian ini tidak mengukur simptom, tahap gangguan mental atau keberkesanan rawatan melalui instrumen psikologi. Sebaliknya, dimensi psikologi merujuk kepada pengalaman dalaman yang muncul dalam naratif peserta, seperti ketenangan, motivasi, rasa malu, keyakinan diri, rasa diterima, harapan dan keinginan untuk berubah.

Pengalaman dalaman tersebut dalam kerangka psikospiritual Islam, tidak dipisahkan daripada hubungan seseorang dengan Allah SWT, keadaan hati, kecenderungan *nafs*, dan pembentukan tingkah laku. Sa'ari (2019) menjelaskan bahawa psikospiritual Islam memberi perhatian kepada hubungan antara aspek spiritual, mental, emosi dan tingkah laku manusia. Oleh itu, ketenangan, motivasi, dan keinginan berubah tidak dilihat sebagai fenomena emosi semata-mata, tetapi sebagai sebahagian daripada proses pembinaan jiwa yang berpaksikan iman, ibadah, dan akhlak.

Justeru, dimensi psikologi bacaan al-Quran dalam artikel ini dianalisis sebagai pengalaman dalaman yang terbentuk melalui suasana bimbingan tilawah.

Ia merangkumi ketenangan selepas membaca, motivasi untuk hadir ke kelas, keyakinan apabila bacaan meningkat, pengurangan rasa malu apabila belajar bersama rakan komuniti, rasa diterima melalui murabbi yang tidak menghukum, serta harapan untuk memperbaiki diri.

2.4 *Bimbingan Komuniti Mak Nyah melalui Terapi Psikospiritual Islam*

Komuniti mak nyah di Malaysia sering berhadapan dengan cabaran sosial, stigma, kesukaran penerimaan masyarakat, cabaran pekerjaan, isu kesihatan dan konflik identiti dalam ruang agama (Slamah, 2005; Chang et al., 2012). Dalam konteks Muslim, cabaran ini memerlukan pendekatan bimbingan yang berhikmah, beransur-ansur dan berasaskan hubungan percaya. Pendekatan yang terlalu menghukum atau memaksa berisiko menimbulkan penolakan, sedangkan pendekatan yang menjaga maruah, membina kepercayaan dan menyediakan ruang selamat lebih berpotensi membuka penerimaan terhadap bimbingan agama.

Bimbingan dalam kerangka terapi psikospiritual Islam tidak hanya menumpukan perubahan tingkah laku luaran, tetapi turut melibatkan pembinaan akidah, pengukuhan ibadah, pembentukan akhlak, penyucian jiwa, dan sokongan sosial. Pendekatan yang menggabungkan amalan keagamaan, bimbingan murabbi, dan sokongan psikososial telah dikenal pasti sebagai antara komponen penting dalam pelaksanaan terapi psikospiritual Islam di pusat pemulihan berasaskan agama (Zainal Abidin et al., 2022). Walaupun konteks kajian tersebut melibatkan pemulihan ketagihan dadah, prinsip bimbingan secara bertahap, hubungan murabbi, dan penggabungan amalan agama tetap memberikan asas konseptual yang relevan untuk memahami bimbingan psikospiritual bagi komuniti rentan.

Kajian Wan Yusoff (2024) menunjukkan bahawa beberapa program bimbingan komuniti trans wanita di Malaysia, seperti Mukhayyam JAKIM, Pertubuhan Usrah Fitrah, T-Fitrah dan Persatuan Insaf Pahang, mengandungi elemen terapi psikospiritual Islam melalui pengukuhan akidah, ibadah, akhlak, *tazkiyah al-nafs* dan sokongan sosial. Dalam beberapa program tersebut, kelas al-Quran menjadi antara aktiviti penting yang diterima oleh peserta. Peserta mempelajari bacaan daripada tahap asas seperti Iqra', memperbaiki bacaan secara

berperingkat dan mengikuti kelas dalam suasana bimbingan bersama murabbi serta rakan komuniti.

Peranan murabbi dalam konteks ini melampaui penyampaian pengetahuan agama. Murabbi turut berfungsi sebagai pembimbing yang menyesuaikan bahasa, tahap pengajaran dan bentuk nasihat dengan keadaan peserta. Pendekatan dakwah-tarbiah yang menekankan hikmah, kesantunan, dan peneringkatan bimbingan selari dengan metodologi dakwah dan pendidikan yang berasaskan tradisi hadis (Obeid et al., 2025). Hubungan yang dibina secara berhemah dapat membantu mengurangkan rasa malu dan jarak emosi peserta daripada ruang agama, di samping membuka laluan kepada penerimaan bimbingan yang lebih luas.

Berdasarkan sorotan tersebut, kelas al-Quran dalam bimbingan komuniti mak nyah tidak wajar dilihat sebagai aktiviti tambahan semata-mata. Sifatnya yang praktikal, berperingkat dan dekat dengan keperluan ibadah membolehkannya berfungsi sebagai pintu masuk kepada bimbingan agama. Suasana kelas yang dipimpin oleh murabbi yang sabar dan tidak prejudis juga berpotensi membina keyakinan diri, rasa diterima, sokongan sosial, dan kesediaan spiritual peserta. Kerangka ini menjadi asas kepada analisis artikel terhadap fungsi tilawah al-Quran sebagai medium terapi psikospiritual Islam dalam bimbingan komuniti mak nyah.

3. METODOLOGI

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui analisis tematik yang diperkukuh dengan pengesahan pakar menggunakan *Fuzzy Delphi Method* (FDM). Analisis difokuskan kepada pengalaman tilawah al-Quran dalam program bimbingan komuniti mak nyah, khususnya pengalaman dalaman yang berkaitan dengan ketenangan jiwa, motivasi, keyakinan diri, rasa diterima, sokongan sosial, dan kesediaan untuk berubah. Kajian ini tidak mengukur keberkesanan klinikal atau kesan psikologi secara psikometrik, tetapi menafsir pengalaman yang dilaporkan oleh informan dalam kerangka terapi psikospiritual Islam.

Pemilihan informan dilakukan secara bertujuan berdasarkan penglibatan langsung mereka dalam program bimbingan psikospiritual Islam. Sebanyak 18 informan daripada empat program bimbingan agama di Malaysia terlibat dalam kajian ini. Mereka terdiri daripada sembilan informan T-Fitrah, lima informan

Persatuan Insaf Pahang, seorang wakil Jabatan Kemajuan Islam Malaysia dan tiga informan Pertubuhan Usrah Fitrah. Informan merangkumi peserta komuniti, murabbi dan wakil institusi, sekali gus membolehkan fenomena bimbingan diteliti daripada beberapa sudut.

Bagi menjaga kerahsiaan identiti, setiap informan diberikan kod berdasarkan kategori masing-masing. Kod K merujuk kepada peserta komuniti mak nyah, kod M merujuk kepada murabbi yang terlibat dalam pelaksanaan bimbingan, manakala kod I merujuk kepada wakil institusi atau organisasi pelaksana program. Nombor yang mengikut setiap huruf menunjukkan nombor urutan informan dalam kategori berkenaan. Oleh itu, kod seperti K1, M2 dan I1 masing-masing merujuk kepada peserta komuniti pertama, murabbi kedua dan wakil institusi pertama. Pengekodan ini digunakan secara konsisten dalam pembentangan petikan temu bual bagi melindungi identiti informan.

Data dikumpulkan antara Februari 2021 hingga Mac 2022 melalui temu bual separa berstruktur secara individu, kumpulan berfokus, dan dalam talian mengikut kesesuaian informan. Semua sesi dirakam dengan persetujuan informan dan ditranskripsikan secara verbatim. Analisis mengadaptasi enam fasa analisis tematik Braun dan Clarke (2006), meliputi pembiasaan dengan data, pembinaan kod awal, pencarian tema, semakan tema, pentakrifan tema dan pelaporan. Data disaring berdasarkan kaitannya dengan tilawah, kelas mengaji, Iqra', zikir, Yasin, ketenangan, motivasi, kemajuan bacaan, keyakinan, penerimaan, sokongan sosial, dan perubahan spiritual. Kod-kod yang berkaitan kemudiannya dihipunkan kepada tema yang menerangkan fungsi psikospiritual tilawah al-Quran. Ketelitian analisis dipelihara melalui perbandingan petikan dengan transkrip asal, pengesahan maklumat yang kurang jelas dengan informan dan perbandingan data merentas program serta kategori informan.

Fuzzy Delphi Method (FDM) digunakan sebagai triangulasi untuk menentukan konsensus pakar terhadap kedudukan membaca al-Quran dalam komponen terapi aspek akhlak dengan Pencipta. Seramai 12 orang panel pakar dipilih berdasarkan pengalaman langsung mereka dalam bimbingan komuniti mak nyah, terdiri daripada tiga wakil komuniti hijrah, dua murabbi, empat wakil institusi dan tiga sarjana akademik. Instrumen FDM menggunakan skala linguistik lima mata yang ditukarkan kepada nombor *triangular fuzzy* (m_1 , m_2 , m_3). Nilai *threshold* (d) dihitung menggunakan kaedah *vertex*, manakala skor

defuzzification ditentukan melalui formula $A=(m_1+m_2+m_3)/3$ (Cheng & Lin, 2002; Chang et al., 2011). Sub-elemen diterima apabila memenuhi tiga syarat, iaitu nilai *threshold* (d) ≤ 0.2 , konsensus pakar sekurang-kurangnya 75%, dan skor *fuzzy* (A) ≥ 0.5 . Kedudukan keutamaan ditentukan berdasarkan skor *fuzzy* (A) secara menurun, manakala sub-elemen yang memperoleh skor *fuzzy* yang sama diberikan kedudukan keutamaan bersama.

Kebenaran menjalankan penyelidikan diperoleh daripada Pusat Pengurusan Penyelidikan dan Inovasi, Universiti Sains Islam Malaysia serta organisasi yang terlibat. Penyertaan adalah secara sukarela dan berdasarkan persetujuan bermaklum. Nama sebenar informan digantikan dengan kod kategori, manakala maklumat yang boleh mendedahkan identiti diparafrasa. Kajian ini terbatas kepada pengalaman informan dalam empat program bimbingan dan tidak bertujuan mewakili seluruh komuniti mak nyah di Malaysia. Ketiadaan instrumen psikometrik juga bermakna dapatan perlu difahami sebagai pengalaman psikospiritual yang dilaporkan, bukannya bukti keberkesanan klinikal atau hubungan sebab-akibat.

4. ANALISIS DAN PERBINCANGAN

4.1 *Kelas Tilawah al-Quran sebagai Tarikan Awal kepada Bimbingan Agama*

Dapatan kajian menunjukkan bahawa kelas tilawah al-Quran berperanan sebagai salah satu tarikan awal yang penting kepada penyertaan komuniti mak nyah dalam program bimbingan agama. Berbanding pengisian berbentuk ceramah atau perbincangan hukum yang mungkin dianggap berat pada peringkat permulaan, kelas mengaji menawarkan aktiviti yang lebih praktikal, berstruktur dan dekat dengan keperluan ibadah peserta. Pendekatan ini membolehkan hubungan dengan agama dibina secara beransur-ansur melalui pembelajaran bacaan, interaksi dengan murabbi dan pertemuan berkala bersama rakan komuniti.

Seorang peserta menjelaskan bahawa kewujudan kelas mengaji menjadi sebab langsung yang mendorong penyertaannya dalam program. Beliau menyatakan, “Saya *join team* ni sebab ada kelas mengaji tulah,” dan menegaskan bahawa “kelas mengaji lah menarik minat kami” (K1, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Kenyataan ini menunjukkan bahawa tilawah bukan sekadar aktiviti

tambahan dalam program bimbingan, tetapi menjadi pintu masuk yang menghubungkan peserta dengan suasana keagamaan secara lebih berterusan.

Dapatan tersebut disokong oleh pengalaman peserta lain yang memperlihatkan bahawa permintaan terhadap kelas al-Quran muncul daripada komuniti sendiri. Seorang peserta menceritakan bahawa beliau dan beberapa rakannya berasa ingin “mencari cahaya Ilahi” dan “sama-sama nak berubah,” lalu bertanya kepada pembimbing sama ada kelas mengaji dan fardu ain boleh diwujudkan untuk mereka (K2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Inisiatif yang lahir daripada peserta ini penting kerana menunjukkan bahawa kelas tilawah bukan semata-mata program yang dikenakan oleh institusi, tetapi merupakan ruang bimbingan yang memenuhi keperluan spiritual yang disedari oleh komuniti.

Pandangan murabbi turut mengesahkan kesesuaian tilawah sebagai titik permulaan. Seorang guru al-Quran menjelaskan bahawa pengajian kitab yang terlalu berat pada peringkat awal berisiko menyebabkan kehadiran semakin berkurang. Berdasarkan pengalamannya, “kelas mengaji patut dimulakan terlebih dahulu” kerana lebih sesuai dengan tahap penerimaan dan keperluan peserta (M2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Beliau turut memerhatikan bahawa walaupun peserta mempunyai komitmen pekerjaan, mereka tetap berusaha menghadiri kelas yang diadakan pada setiap minggu. Ini menunjukkan bahawa tarikan kelas tilawah bukan hanya terletak pada kandungan bacaan, tetapi juga pada kesesuaiannya dengan tahap pembelajaran dan kemampuan peserta.

Pengalaman Persatuan Insaf Pahang memberikan sokongan daripada konteks program yang berbeza. Menurut wakil institusi, kelas mengaji pada setiap malam Jumaat berjaya diwujudkan selepas hubungan kepercayaan dibina melalui kunjungan lapangan dan tindakan susulan yang berterusan. Penyertaan dilakukan tanpa paksaan, malah sebahagian peserta menyesuaikan kegiatan mereka bagi memberikan ruang kepada kelas tersebut (I1, transkrip temu bual, 24 Februari 2022). Dapatan ini menunjukkan bahawa daya tarikan tilawah tidak berlaku secara terasing, tetapi dipengaruhi oleh hubungan yang telah dibina antara komuniti, murabbi dan institusi pelaksana.

Walau bagaimanapun, tarikan terhadap kelas al-Quran tidak semestinya menghasilkan kehadiran yang seragam. Seorang peserta menjelaskan bahawa jumlah kehadiran berubah-ubah, iaitu “ada masa ramai, ada masa sedikit,” manakala peserta lain menganggarkan sekitar lapan orang hadir secara konsisten

(K2 dan K3, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Variasi ini menunjukkan bahawa minat terhadap tilawah tetap dipengaruhi oleh pekerjaan, lokasi, komitmen peribadi dan kesediaan individu. Oleh itu, kelas al-Quran tidak boleh dianggap secara automatik menarik semua anggota komuniti tanpa mengambil kira keadaan kehidupan mereka.

Secara keseluruhannya, dapatan daripada peserta, murabbi dan wakil institusi memperlihatkan bahawa tilawah berfungsi sebagai bentuk penglibatan awal yang bersifat bertahap dan rendah tekanan. Daya tarikannya terbentuk melalui gabungan kandungan yang dekat dengan ibadah, tahap pembelajaran yang boleh disesuaikan, hubungan murabbi yang tidak menghukum dan peluang untuk belajar bersama rakan komuniti. Dalam kerangka terapi psikospiritual Islam, kelas tilawah menyediakan ruang awal untuk membina keterhubungan dengan wahyu sebelum peserta menerima pengisian agama yang lebih luas. Kedudukannya sebagai tarikan awal, bagaimanapun, perlu difahami sebagai proses yang bergantung pada hubungan kepercayaan, kesesuaian pedagogi dan kesinambungan program, bukannya kesan tilawah yang berlaku secara automatik.

4.2 *Bacaan al-Quran sebagai Sumber Ketenangan Jiwa*

Dapatan temu bual menunjukkan bahawa bacaan al-Quran dikaitkan oleh peserta dengan pengalaman ketenangan, kelegaan dan dorongan untuk memperbaiki diri. K1, misalnya, menjelaskan bahawa kemampuan membaca al-Quran memberikan kesan dalaman yang positif: “Saya rasa tenang la bila boleh baca al-Quran” dan “saya rasa tenang, rasa happy dan selalu rasa nak improve diri” (K1, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Ungkapan ini menunjukkan bahawa ketenangan yang dialami bukan sekadar reaksi emosi sementara, tetapi berkait dengan rasa bermakna, harapan dan kesediaan untuk berubah.

Dapatan ini turut disokong oleh naratif peserta lain yang melihat al-Quran sebagai jalan merawat hati. Seorang peserta Usrah Fitrah menyatakan bahawa “cara untuk rawat hati adalah dengan al-Quran” (K4, transkrip temu bual, 5 Februari 2021). Pandangan ini selari dengan pemerhatian murabbi yang menggambarkan pengajaran al-Quran sebagai pendekatan bimbingan yang lembut, menyentuh hati dan beransur-ansur membina kesedaran agama peserta (M2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Dalam konteks ini, bacaan al-Quran tidak berfungsi secara mekanikal, tetapi menjadi pengalaman psikospiritual yang

berlaku melalui interaksi antara bacaan, makna, hubungan guru-peserta dan suasana kelas yang selamat.

Kerangka ini bertepatan dengan perbahasan al-Quran tentang ketenangan hati melalui zikrullah sebagaimana firman Allah SWT:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Maksudnya: "Iaitu orang-orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan zikrullah. Ketahuilah, dengan zikrullah itu tenang tenteramlah hati manusia." (al-Ra'd 13:28)

Menurut al-Ṭabarī (2001), ketenangan dalam ayat ini merujuk kepada ketenteraman hati orang beriman apabila mengingat Allah SWT dan menerima janji-Nya, manakala Ibn 'Āshūr (1984) menjelaskan bahawa hati memperoleh ketenteraman apabila bergantung kepada sumber keyakinan yang benar. Al-Qurṭubī (2006) dan al-Rāzī (1981) pula menjelaskan bahawa al-Quran berperanan sebagai *shifā'* bagi penyakit hati seperti keraguan, kegelisahan dan kecenderungan batin yang merosakkan. Dalam konteks kajian ini, tilawah al-Quran boleh difahami sebagai salah satu bentuk zikrullah yang membina hubungan rohani dengan Allah SWT dan menyumbang kepada pengalaman ketenangan yang dilaporkan oleh peserta. Kedudukan majlis bacaan al-Quran sebagai ruang rohani yang mendatangkan *sakīnah* turut ditegaskan melalui hadis Rasulullah SAW:

وَمَا اجْتَمَعَ قَوْمٌ فِي بَيْتٍ مِنْ بُيُوتِ اللَّهِ يَتْلُونَ كِتَابَ اللَّهِ، وَيَتَدَارَسُونَهُ بَيْنَهُمْ، إِلَّا نَزَلَتْ عَلَيْهِمُ السَّكِينَةُ، وَغَشِيَتْهُمْ الرَّحْمَةُ، وَحَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ، وَذَكَرَهُمُ اللَّهُ فِيمَنْ عِنْدَهُ

Maksudnya: "Tidaklah sesuatu kaum berkumpul di sebuah rumah daripada rumah-rumah Allah, mereka membaca kitab Allah dan saling mempelajarinya sesama mereka, melainkan turun ke atas mereka sakīnah, rahmat meliputi mereka, para malaikat mengelilingi mereka, dan Allah menyebut mereka dalam kalangan makhluk yang berada di sisi-Nya." (Muslim, 2006, no. 2699)

Al-Nawawī (1972) menghuraikan hadis ini sebagai dalil kelebihan majlis ilmu, majlis zikir dan majlis bacaan al-Quran, serta menunjukkan bahawa

pembacaan dan pembelajaran al-Quran menjadi sebab turunnya *sakīnah* dan rahmat. Maka, suasana tilawah secara berjemaah dalam kelas bimbingan boleh dilihat sebagai majlis zikir yang bukan sahaja membina kemahiran bacaan, tetapi juga menyediakan suasana rohani yang menenangkan peserta.

Dapatan kajian ini juga mempunyai hubungan dengan kajian kontemporari yang menunjukkan kaitan antara bacaan, dengar atau hafazan al-Quran dengan kesejahteraan psikologi. Kajian semakan sistematik oleh Che Wan Mohd Rozali et al. (2022) mendapati bahawa aktiviti mendengar, membaca dan menghafaz al-Quran dilaporkan memberi kesan positif terhadap kemurungan, kebimbangan, kualiti hidup dan ketenangan, walaupun bidang ini masih memerlukan lebih banyak kajian yang kukuh. Kajian klinikal Babamohamadi et al. (2015, 2017) turut menunjukkan bahawa bacaan al-Quran dikaitkan dengan pengurangan kebimbangan dan simptom kemurungan dalam konteks pesakit hemodialisis, manakala Mahjoob et al. (2016) melaporkan kesan suara al-Quran terhadap kesihatan mental. Walau bagaimanapun, kajian ini tidak mendakwa keberkesanan klinikal tilawah, sebaliknya menegaskan bahawa pengalaman membaca al-Quran mempunyai makna psikologi yang ketara dalam naratif peserta dan dapat difahami dalam kerangka terapi psikospiritual Islam. Dapatan ini selari dengan kedudukan tilawah sebagai sebahagian daripada majlis zikir yang mendatangkan *sakīnah* dan rahmat sebagaimana dihuraikan dalam hadis Muslim no. 2699.

4.3 *Peningkatan Bacaan sebagai Pembina Keyakinan Diri*

Selain menjadi sumber ketenangan, kemajuan dalam bacaan al-Quran turut muncul sebagai dimensi psikologi penting dalam pengalaman peserta. Sebahagian peserta memulakan kelas pada tahap yang sangat asas, termasuk tidak mengenal huruf atau masih berada pada peringkat Iqra'. Dalam keadaan ini, keupayaan membaca sedikit demi sedikit memberikan pengalaman “rasa mampu” yang penting kepada peserta. K1, misalnya, mengaitkan kemajuan bacaan dengan dorongan untuk terus memperbaiki diri apabila menyatakan bahawa selepas boleh mengaji, beliau “selalu rasa nak improve diri” (K1, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Ungkapan ini menunjukkan bahawa peningkatan bacaan bukan sekadar pencapaian teknikal, tetapi turut membina motivasi dalaman.

Pengalaman ini dapat difahami melalui konsep keyakinan sendiri, iaitu kepercayaan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk melakukan sesuatu tugas secara beransur-ansur (Bandura, 1997). Dalam konteks kelas al-Quran, peserta yang pada awalnya berasa malu atau rendah diri mula membina keyakinan apabila mereka dapat mengenal huruf, menyebut bacaan dengan lebih baik dan mengikuti pembelajaran bersama rakan komuniti. Hal ini selari dengan prinsip pembelajaran dewasa yang menekankan bahawa pengalaman pembelajaran lebih berkesan apabila pelajar melihat kemajuan yang dekat dengan keperluan hidup mereka sendiri (Knowles et al., 2015).

Peranan murabbi turut penting dalam membentuk pengalaman tersebut. Responden M2 menjelaskan bahawa kelas mengaji perlu dimulakan secara asas dan berperingkat supaya peserta tidak berasa tertekan serta dapat mengikuti pembelajaran mengikut kemampuan masing-masing (M2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Pendekatan ini menjadikan kelas tilawah sebagai ruang pembelajaran yang rendah tekanan, khususnya bagi peserta yang mempunyai pengalaman malu, segan atau kurang yakin untuk belajar al-Quran secara terbuka. Justeru, kemajuan bacaan bukan hanya bergantung kepada kandungan kelas, tetapi juga kepada gaya bimbingan yang sabar, tidak menghukum dan memahami latar peserta.

Pembinaan keyakinan diri ini dari sudut psikospiritual Islam tidak boleh dipisahkan daripada hubungan peserta dengan al-Quran sebagai kalam Allah SWT. Apabila peserta mampu membaca al-Quran, mereka bukan sahaja memperoleh kemahiran ibadah, tetapi turut mengalami rasa dekat dengan agama, rasa diterima dalam ruang bimbingan dan harapan untuk berubah. Oleh itu, peningkatan bacaan dalam kajian ini dapat difahami sebagai proses pembinaan diri yang menghubungkan aspek kognitif, emosi dan spiritual. Dapatan ini turut seiring dengan kajian kontemporari yang menunjukkan bahawa aktiviti membaca, mendengar atau menghafaz al-Quran mempunyai hubungan dengan kesejahteraan, kualiti hidup dan ketenangan psikologi Muslim, meskipun kajian lanjut masih diperlukan bagi menilai kesannya secara lebih terukur (Che Wan Mohd Rozali et al., 2022; Black et al., 2020).

4.4 *Kelas Mengaji sebagai Ruang Selamat dan Sokongan Sosial*

Dapatan temu bual menunjukkan bahawa kelas mengaji tidak hanya berfungsi sebagai ruang pembelajaran bacaan al-Quran, tetapi turut menjadi ruang sosial

yang mengurangkan rasa malu dan keterasingan peserta. Sebahagian peserta menjelaskan bahawa mereka berasa segan untuk belajar al-Quran secara terbuka kerana usia, latar kehidupan dan tahap bacaan yang masih asas. Namun, apabila pembelajaran dilakukan bersama rakan komuniti yang mempunyai pengalaman hampir sama, rasa malu tersebut menjadi lebih terkawal. Kelas al-Quran dalam hal ini menyediakan suasana yang lebih selamat secara emosi untuk peserta mula belajar, bertanya dan memperbaiki bacaan tanpa rasa terlalu terdedah kepada penilaian luar.

Responden K1 menjelaskan bahawa kehadiran rakan komuniti dalam kelas menjadikan proses belajar al-Quran lebih mudah diterima kerana mereka “sama-sama belajar” dan tidak berasa bersendirian dalam kelemahan bacaan (K1, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Dapatan ini menunjukkan bahawa sokongan rakan sebaya memainkan peranan penting dalam mengekalkan penyertaan peserta. Kelas mengaji bukan sahaja menjadi tempat memperoleh kemahiran membaca, tetapi juga ruang untuk bertemu, bertanya khabar dan membina hubungan persahabatan. Dalam konteks komuniti marginal, hubungan sosial seperti ini penting kerana peserta sering berhadapan stigma, rasa tidak diterima dan pengalaman tersisih daripada ruang agama yang lebih formal.

Peranan murabbi turut menjadikan kelas al-Quran sebagai ruang yang rendah tekanan. Pendekatan yang sabar, tidak menghukum dan memahami sensitiviti peserta membantu membina kepercayaan antara peserta dengan pembimbing. Responden M2 menegaskan bahawa pengajaran perlu dimulakan secara beransur-ansur dan tidak boleh terlalu menekan kerana peserta datang dengan latar pengalaman agama yang berbeza-beza (M2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Pendekatan ini selari dengan prinsip bimbingan berhikmah yang menekankan kesantunan, kesesuaian tahap penerima dan pembinaan hubungan sebelum penyampaian nasihat yang lebih mendalam.

Dari sudut terapi psikospiritual Islam, ruang selamat ini penting kerana perubahan jiwa tidak berlaku melalui paksaan, tetapi melalui suasana yang membuka hati kepada hidayah, ilmu dan bimbingan. Kelas mengaji menyediakan pintu masuk yang lembut untuk peserta kembali berhubung dengan al-Quran, komuniti Muslim dan amalan agama. Oleh itu, sokongan sosial yang terbina dalam kelas tilawah dapat difahami sebagai sebahagian daripada proses psikospiritual yang membantu peserta membina rasa diterima, mengurangkan malu yang melumpuhkan, dan meningkatkan kesediaan untuk

meneruskan bimbingan agama. Dapatan ini seiring dengan literatur yang menegaskan kepentingan sokongan sosial, hubungan pembimbing-peserta dan persekitaran tidak menghakimi dalam membantu komuniti rentan mengikuti proses bimbingan serta perubahan diri (Shertzer & Stone, 1976; Wan Yusoff, 2024).

4.5 *Peranan Murabbi dalam Menghubungkan Tilawah dengan Perubahan Spiritual*

Dapatan kajian menunjukkan bahawa keberkesanan kelas tilawah sebagai ruang bimbingan banyak bergantung kepada peranan murabbi. Dalam konteks komuniti mak nyah, murabbi tidak hanya berfungsi sebagai pengajar bacaan al-Quran, tetapi juga sebagai pembimbing yang membina hubungan percaya, menjaga sensitiviti peserta dan menyampaikan agama secara berhikmah. Pendekatan ini penting kerana sebahagian peserta datang dengan pengalaman malu, rendah diri dan jarak emosi daripada institusi agama. Oleh itu, penerimaan terhadap kelas al-Quran tidak hanya ditentukan oleh kandungan pengajaran, tetapi juga oleh cara murabbi menyantuni peserta.

Responden M2 menegaskan bahawa kelas al-Quran perlu dimulakan dengan pendekatan asas, sabar dan tidak menekan peserta, khususnya bagi mereka yang masih berada pada tahap awal bacaan (M2, transkrip temu bual, 2 Mac 2022). Pendekatan ini menunjukkan bahawa murabbi berperanan menyesuaikan bimbingan dengan tahap peserta agar proses belajar tidak menimbulkan rasa terancam. Dalam masa yang sama, peserta lebih mudah menerima nasihat agama apabila mereka merasai keikhlasan, kesabaran dan penerimaan daripada guru. Hubungan ini menjadikan tilawah bukan sekadar aktiviti pembelajaran, tetapi ruang interaksi rohani yang menyentuh hati.

Peranan murabbi ini selari dengan prinsip dakwah al-Quran yang menekankan hikmah, nasihat yang baik dan dialog yang lebih santun sebagaimana firman Allah SWT dalam Surah al-Nahl 16:125.

(ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ وَجَاوِبْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ إِنَّ رَبَّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ)

Maksudnya: "Serulah ke jalan Tuhanmu dengan hikmah kebijaksanaan dan nasihat pengajaran yang baik, dan berbahaslah dengan mereka dengan cara yang lebih baik; sesungguhnya Tuhanmu,

Dialah jua yang lebih mengetahui akan orang yang sesat daripada jalan-Nya, dan Dialah jua yang lebih mengetahui akan orang-orang yang mendapat hidayah petunjuk.” (al-Nahl 16:125)

Al-Ṭabarī (2001) menjelaskan bahawa seruan dengan hikmah merujuk kepada penyampaian berasaskan wahyu, ilmu dan kefahaman yang benar, manakala *al-maw‘izah al-ḥasanah* melibatkan peringatan yang melembutkan hati dan mendorong penerima kepada kebaikan. Al-Qurṭubī (2006) pula menekankan tuntutan supaya dakwah disampaikan dengan kelembutan dan kaedah yang paling baik. Dalam konteks kajian ini, prinsip tersebut diterjemahkan melalui pendekatan murabbi yang menjaga maruah peserta, menyesuaikan bimbingan dengan tahap bacaan mereka dan membina hubungan kepercayaan sebelum membawa peserta kepada pengisian agama yang lebih mendalam.

Murabbi dari sudut terapi psikospiritual Islam membantu peserta menghubungkan bacaan al-Quran dengan proses pembaikan diri seperti muhasabah, taubat, harapan, sabar dan muraqabah. Hal ini bertepatan dengan kerangka tazkiyah al-naḥs yang melihat perubahan jiwa sebagai proses bertahap melalui ilmu, latihan diri dan bimbingan rohani (al-Ghazali, 2005; Sa‘ari & Syed Muhsin, 2012). Oleh itu, peranan murabbi merupakan unsur penting yang menjadikan kelas tilawah berupaya bergerak daripada pembelajaran bacaan kepada pembinaan kesedaran spiritual.

4.6 Tilawah sebagai Pintu Masuk kepada Ibadah, Akhlak dan Kesedaran Spiritual

Dapatan kajian menunjukkan bahawa kelas tilawah al-Quran berfungsi sebagai pintu masuk kepada pengisian agama yang lebih luas. Dalam beberapa program bimbingan, kelas mengaji tidak berdiri sebagai aktiviti terpisah, tetapi menjadi permulaan kepada pembelajaran fardu ain, solat, zikir, bacaan Yasin, tahlil, adab kehidupan dan kesedaran tentang akhirat. Hal ini menunjukkan bahawa tilawah menyediakan laluan awal yang lebih lembut sebelum peserta dibimbing kepada tuntutan agama yang lebih menyeluruh.

Kelas al-Quran diterima kerana sifatnya praktikal dan dekat dengan keperluan ibadah harian. Setelah peserta mula hadir dan membina hubungan dengan murabbi serta rakan komuniti, ruang bimbingan menjadi lebih terbuka

untuk membincangkan soal solat, taubat, akhlak, hubungan dengan keluarga dan persediaan menghadapi kematian. Dapatan temu bual menunjukkan bahawa kesedaran seperti ini tidak muncul melalui paksaan, tetapi melalui proses hadir secara berulang, mendengar nasihat, membaca al-Quran dan berada dalam suasana agama yang menenangkan. Dalam konteks ini, tilawah berfungsi sebagai titik mula kepada pembinaan kesedaran spiritual yang lebih luas.

Fungsi ini berpaksikan kedudukan al-Quran sebagai kitab hidayah yang membimbing manusia kepada jalan yang paling lurus sebagaimana firman Allah SWT:

إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمُ

Maksudnya: "Sesungguhnya al-Quran ini memberi petunjuk ke jalan yang amat betul." (al-Isra' 17:9)

Al-Ṭabarī (2001) menjelaskan bahawa petunjuk al-Quran merangkumi bimbingan dalam urusan agama dan kehidupan, manakala al-Qurṭubī (2006) menegaskan bahawa hidayah tersebut mencakupi aspek akidah, ibadah, akhlak dan kemaslahatan manusia. Ibn 'Āshūr (1984) pula menghuraikan bahawa hidayah al-Quran berperanan dalam pembinaan akidah, akhlak dan sistem kehidupan manusia secara menyeluruh. Dalam konteks kajian ini, tilawah al-Quran tidak hanya berfungsi sebagai amalan bacaan, tetapi turut menjadi medium yang membina hubungan rohani antara pembaca dengan wahyu Allah SWT.

Fungsi ini juga selari dengan kedudukan al-Quran sebagai hidayah, *maw'izah* dan *shifā'* sebagaimana dijelaskan dalam Surah Yunus 10:57. Al-Qurṭubī (2006) menghuraikan bahawa al-Quran menjadi nasihat dan penyembuh bagi hati kerana ia mengandungi peringatan, petunjuk dan dorongan kepada ketaatan. Al-Rāzī (1981) pula menegaskan bahawa penyembuhan al-Quran berkait dengan pembaikan dimensi batin manusia, khususnya daripada kekeliruan, kecenderungan buruk dan kelalaian. Justeru, apabila kelas tilawah membuka ruang kepada ibadah dan akhlak, ia bergerak dalam kerangka al-Quran sebagai sumber bimbingan rohani, bukan sekadar teks bacaan.

Proses ini dari sudut terapi psikospiritual Islam boleh difahami sebagai sebahagian daripada tazkiyah al-nafs. Bacaan al-Quran membantu membuka ruang muhasabah; zikir dan doa membina pergantungan kepada Allah SWT; manakala latihan ibadah dan akhlak membentuk disiplin diri secara beransur-

ansur. Proses ini mempunyai hubungan dengan *mujāhadah al-nafs*, *riyāḍah al-nafs* dan *murāqabah al-nafs*, iaitu usaha melatih jiwa untuk meninggalkan kebiasaan lama dan membina orientasi hidup yang lebih dekat kepada Allah SWT (al-Ghazali, 2005; al-Makki, 1990; Sa'ari, 2019). Oleh itu, tilawah dalam bimbingan komuniti mak nyah dapat difahami sebagai gerbang awal kepada proses pembinaan jiwa, ibadah dan akhlak secara bertahap.

Pendekatan yang menggabungkan bacaan al-Quran, zikir, doa, pengajian fardu ain dan bimbingan murabbi turut dikenal pasti sebagai komponen penting dalam pelaksanaan terapi psikospiritual Islam di pusat pemulihan berasaskan agama (Zainal Abidin et al., 2022). Dapatan kajian ini memperluas kefahaman tersebut kepada konteks bimbingan komuniti mak nyah, apabila tilawah berfungsi sebagai pintu masuk kepada pengukuhan ibadah, akhlak dan kesedaran spiritual.

4.7 Triangulasi Dapatan dengan FDM dan Kajian Terdahulu

Dapatan temu bual dalam bahagian sebelum ini menunjukkan bahawa tilawah al-Quran berperanan sebagai tarikan awal, sumber ketenangan, pembina rasa mampu dan ruang sokongan sosial dalam bimbingan komuniti mak nyah. Bagi mengukuhkan dapatan tersebut, kajian ini turut merujuk keputusan Fuzzy Delphi Method (FDM) yang melibatkan panel pakar daripada kalangan komuniti mak nyah yang telah berhijrah, murabbi, wakil institusi dan pakar bidang psikospiritual. Triangulasi ini penting bagi menunjukkan bahawa kedudukan membaca al-Quran bukan hanya muncul dalam naratif peserta, tetapi turut diterima oleh panel pakar sebagai salah satu komponen terapi psikospiritual Islam.

Jadual 1

Kedudukan Keutamaan Keputusan FDM Komponen Terapi bagi Aspek Akhlak dengan Pencipta

Kedudukan	Sub-Elemen Komponen Terapi	Nilai Threshold (<i>d</i>)	Konsensus Pakar	Skor Fuzzy (<i>m1</i> , <i>m2</i> , <i>m3</i>)	Skor Fuzzy (<i>A</i>)	Keputusan
1	Zikir	0.047	92%	(0.583, 0.783, 0.983)	0.783	Terima

1	Berdoa	0.047	92%	(0.583, 0.783, 0.983)	0.783	Terima
1	Membaca al-Quran	0.047	92%	(0.583, 0.783, 0.983)	0.783	Terima
1	Menghayati sirah/sabda Rasulullah SAW	0.047	92%	(0.583, 0.783, 0.983)	0.783	Terima
2	Melakukan suruhan Allah dan meninggalkan larangan-Nya	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Mengambil makanan yang halal	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Muhasabah dan taubat	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Redha	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Berharap	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Bertawakal	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
2	Merendah diri	0.085	83%	(0.567, 0.767, 0.967)	0.767	Terima
3	Bersabar	0.115	75%	(0.550, 0.750, 0.950)	0.750	Terima
3	Malu	0.115	75%	(0.550, 0.750, 0.950)	0.750	Terima
3	Ikhlas	0.115	75%	(0.550, 0.750, 0.950)	0.750	Terima

Berdasarkan Jadual 1, kesemua sub-elemen dalam komponen terapi bagi aspek akhlak dengan Pencipta diterima oleh panel pakar. Secara khusus, elemen membaca al-Quran mencatatkan nilai threshold 0.047, konsensus pakar 92% dan skor fuzzy 0.783. Nilai ini memenuhi syarat utama FDM, iaitu nilai threshold berada di bawah 0.2, konsensus pakar mencapai sekurang-kurangnya 75%, dan skor fuzzy melepasi nilai α -cut 0.5 (Cheng & Lin, 2002; Chang et al., 2011). Kedudukan membaca al-Quran pada kedudukan keutamaan tertinggi bersama zikir, doa dan penghayatan sirah/sabda Rasulullah SAW menunjukkan bahawa tilawah diterima sebagai elemen penting dalam pembinaan hubungan rohani dengan Allah SWT.

Dapatan FDM ini mengukuhkan naratif temu bual yang menunjukkan bahawa bacaan al-Quran memberi makna psikologi kepada peserta melalui ketenangan, motivasi, rasa mampu dan kesediaan mengikuti bimbingan agama. Dalam masa yang sama, kedudukan membaca al-Quran bersama zikir dan doa menunjukkan bahawa tilawah tidak wajar dilihat sebagai aktiviti teknikal bacaan semata-mata, tetapi sebagai sebahagian daripada amalan rohani yang membina akhlak dengan Pencipta. Hal ini selari dengan kerangka terapi psikospiritual Islam yang menekankan hubungan antara tazkiyah al-nafs, muhasabah, zikir, doa dan pembaikan tingkah laku (al-Ghazali, 2005; Sa'ari, 2019).

Triangulasi ini turut disokong oleh Wan Yusoff (2024) yang menunjukkan bahawa kelas al-Quran merupakan antara aktiviti penting dalam program bimbingan komuniti mak nyah seperti USFI, T-Fitrah dan PIP. Kajian kontemporari tentang bacaan, dengar dan hafazan al-Quran juga menunjukkan hubungan positif dengan ketenangan, kesejahteraan psikologi dan kualiti hidup Muslim, walaupun kesan tersebut masih perlu dikaji dengan reka bentuk yang lebih terukur (Che Wan Mohd Rozali et al., 2022; Saged et al., 2020). Oleh itu, gabungan temu bual, FDM dan literatur terdahulu memperkukuh hujah bahawa tilawah al-Quran mempunyai kedudukan penting sebagai medium terapi psikospiritual dalam konteks bimbingan komuniti mak nyah.

4.8 *Sintesis Dapatan dan Implikasi Kajian*

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan bahawa tilawah al-Quran dalam bimbingan komuniti mak nyah tidak hanya berfungsi sebagai aktiviti pembelajaran bacaan, tetapi turut berperanan sebagai medium terapi

psikospiritual yang menyentuh dimensi psikologi peserta. Empat dimensi utama yang muncul daripada dapatan temu bual ialah tarikan awal kepada bimbingan agama, ketenangan jiwa, pembinaan rasa mampu dan pembentukan ruang selamat melalui sokongan sosial. Dapatan ini diperkukuh oleh keputusan FDM yang meletakkan elemen membaca al-Quran pada kedudukan keutamaan tertinggi bagi komponen terapi aspek akhlak dengan Pencipta, bersama zikir, doa dan penghayatan sirah/sabda Rasulullah SAW.

Sintesis dapatan ini memperlihatkan bahawa kekuatan kelas tilawah bukan hanya terletak pada kandungan bacaan, tetapi pada gabungan antara al-Quran, murabbi, rakan komuniti dan suasana bimbingan yang rendah tekanan. Bacaan al-Quran membuka ruang ketenangan dan harapan; kemajuan bacaan membina rasa mampu; manakala suasana kelas yang selamat membantu peserta mengurangkan rasa malu dan meningkatkan kesediaan untuk mengikuti pengisian agama yang lebih luas. Dengan itu, tilawah berfungsi sebagai pintu masuk kepada proses tazkiyah al-nafs melalui muhasabah, zikir, doa, pembelajaran ibadah dan pembinaan akhlak.

Implikasi utama kajian ini ialah program bimbingan komuniti mak nyah wajar menempatkan kelas tilawah al-Quran sebagai komponen asas, bukan sekadar aktiviti sampingan. Pendekatan ini perlu dilaksanakan secara berhikmah, berperingkat dan sensitif terhadap latar peserta. Murabbi pula perlu diberi latihan bukan sahaja dalam aspek bacaan al-Quran, tetapi juga dalam kemahiran komunikasi, bimbingan psikospiritual, dan pengurusan sensitiviti komuniti rentan. Dalam konteks penyelidikan [al-Quran](#), kajian ini memperluas perbincangan tilawah daripada tumpuan teknikal seperti tajwid dan pedagogi bacaan kepada pengalaman psikologi dan psikospiritual pembaca dalam konteks bimbingan lapangan.

Namun begitu, dapatan ini perlu dibaca dalam batas kajian kualitatif. Kajian ini tidak mengukur kesan tilawah secara psikometrik atau klinikal, sebaliknya menafsir makna psikologi yang muncul melalui naratif peserta, murabbi dan pengesahan pakar. Oleh itu, kajian lanjutan boleh membangunkan instrumen psikospiritual yang lebih terukur bagi menilai hubungan antara tilawah al-Quran, ketenangan jiwa, motivasi perubahan dan kesejahteraan rohani peserta. Kajian masa depan juga boleh membandingkan model kelas al-Quran dalam pelbagai konteks komuniti marginal Muslim bagi memperkukuh

pemahaman tentang fungsi tilawah sebagai medium bimbingan yang praktikal dan diterima.

5. KESIMPULAN

Kajian ini menunjukkan bahawa tilawah al-Quran mempunyai peranan penting sebagai medium terapi psikospiritual Islam dalam bimbingan komuniti mak nyah. Berdasarkan analisis temu bual dan triangulasi FDM, kelas al-Quran tidak hanya berfungsi sebagai ruang pembelajaran bacaan, tetapi turut menjadi pintu masuk kepada bimbingan agama yang lebih luas. Tilawah membantu peserta mendekati al-Quran secara praktikal, membina hubungan dengan murabbi dan rakan komuniti, serta membuka ruang kepada pembelajaran ibadah, akhlak dan kesedaran spiritual secara beransur-ansur.

Dapatan kajian mengenal pasti beberapa dimensi psikologi yang muncul melalui pengalaman tilawah, iaitu ketenangan jiwa, motivasi untuk berubah, pembinaan rasa mampu, pengurangan rasa malu, rasa diterima dan sokongan sosial. Dimensi ini tidak ditafsir sebagai kesan klinikal atau psikometrik, tetapi sebagai makna psikologi yang muncul dalam naratif peserta dan dapat difahami dalam kerangka terapi psikospiritual Islam. Kedudukan membaca al-Quran yang diterima oleh panel FDM bersama zikir, doa dan penghayatan sirah/sabda Rasulullah SAW turut memperkukuh hujah bahawa tilawah merupakan unsur penting dalam pembinaan akhlak dengan Pencipta.

Sumbangan utama kajian ini ialah peluasan perbincangan tilawah al-Quran daripada aspek teknikal bacaan kepada pengalaman psikologi dan psikospiritual pembaca dalam konteks komuniti Muslim marginal. Kajian ini juga menonjolkan kelas al-Quran sebagai pendekatan bimbingan yang praktikal, rendah tekanan dan berpotensi membina kesediaan spiritual peserta. Oleh itu, program bimbingan komuniti mak nyah wajar menjadikan kelas tilawah al-Quran sebagai komponen asas yang disokong oleh murabbi terlatih, suasana pembelajaran yang selamat dan pendekatan dakwah yang berhikmah.

Walau bagaimanapun, kajian ini terhad kepada analisis naratif temu bual dan pengesahan pakar melalui FDM. Kajian ini tidak bertujuan mengukur keberkesanan tilawah secara klinikal atau membuat generalisasi kepada semua komuniti mak nyah. Sehubungan itu, kajian lanjutan dicadangkan untuk membangunkan instrumen psikospiritual atau psikometrik yang dapat menilai hubungan antara tilawah al-Quran, ketenangan jiwa, motivasi perubahan dan

kesejahteraan rohani secara lebih terukur. Kajian perbandingan antara pelbagai model kelas al-Quran bagi komuniti rentan Muslim juga boleh dilakukan bagi memperkukuh peranan tilawah sebagai medium bimbingan psikospiritual Islam.

PENGHARGAAN

Kajian ini merupakan sebahagian daripada hasil penyelidikan yang dibiayai sepenuhnya oleh Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT) di bawah Skim Geran Penyelidikan Fundamental (FRGS) menerusi kod rujukan FRGS/1/2023/SSI13/USIM/02/1 (Kod USIM: USIM/FRGS/FPQS/KPT/50823). Penulis merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Pusat Pengurusan Penyelidikan dan Inovasi (PPPI), Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) atas pengurusan geran ini, serta kepada pihak Majlis Agama Islam Negeri (MAIN), Jabatan Agama Islam Negeri (JAIN), agensi bukan kerajaan (NGO) dan semua panel pakar yang telah menyumbang kepakaran secara langsung dalam menjayakan penyelidikan ini.

PERNYATAAN PENGGUNAAN AI GENERATIF

AI generatif, iaitu ChatGPT (model GPT-5.5) digunakan secara terhad untuk membantu penyuntingan bahasa, penyusunan struktur dan penambahbaikan kejelasan akademik manuskrip. Penulis telah menyemak dan mengesahkan semua kandungan, data, analisis, sitasi dan rujukan, serta bertanggungjawab sepenuhnya terhadap integriti dan ketepatan artikel ini.

RUJUKAN

- al-Ghazālī, A. Ḥ. M. (2005). *Iḥyā' 'Ulūm al-Dīn*. Beirut: Dār Ibn Ḥazm.
- al-Makki, A. T. (1990). *Qut al-Qulub fi Mu'amalah al-Mahbub wa Wasf Tariq al-Murid ila Maqam al-Tawhid*. Beirut: Dar Sadir.
- al-Nawawī, Y. S. (1972). *Al-Minhaj Sharh Sahih Muslim ibn al-Hajjaj*. Beirut: Dar Ihya' al-Turath al-'Arabi.
- al-Qurṭubī, M. A. A. (2006). *Al-Jami' li Ahkam al-Qur'an* (A. A. al-Turki, Ed.). Beirut: Mu'assasah al-Risalah.
- al-Rāzī, F. D. (1981). *Mafatih al-Ghayb*. Beirut: Dar al-Fikr.

- al-Ṭabarī, M. J. (2001). *Jāmi' al-Bayān 'an Ta'wīl Āy al-Qur'ān*. Beirut: Mu'assasat al-Risālah.
- Babamohamadi, H., Sotodehasl, N., Koenig, H. G., Jahani, C., & Ghorbani, R. (2015). The Effect of Holy Qur'an Recitation on Anxiety in Hemodialysis Patients: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Religion and Health*, 54(5), 1921–1930. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9997-x>
- Babamohamadi, H., Sotodehasl, N., Koenig, H. G., Al Zaben, F., Jahani, C., & Ghorbani, R. (2017). The Effect of Holy Qur'an Recitation on Depressive Symptoms in Hemodialysis Patients: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Religion and Health*, 56(1), 345–354. <https://doi.org/10.1007/s10943-016-0281-0>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W. H. Freeman.
- Black, R., Mushtaq, F., Baddeley, A., & Kapur, N. (2020). Does Learning the Qur'an Improve Memory Capacity? Practical and Theoretical Implications. *Memory*, 28(8), 1014–1023. <https://doi.org/10.1080/09658211.2020.1811347>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Chang, P.-L., Hsu, C.-W., & Chang, P.-C. (2011). Fuzzy Delphi Method for Evaluating Hydrogen Production Technologies. *International Journal of Hydrogen Energy*, 36(21), 14172–14179. <https://doi.org/10.1016/j.ijhydene.2011.05.045>
- Chang, L. W., Baharuddin, A., Abdullah, R., Abdullah, Z., & Por, K. C. E. (2012). Transgenderism in Malaysia. *Journal of Dharma*, 37(1), 79–96. <https://dvkjournals.in/index.php/jd/article/view/130>
- Che Wan Mohd Rozali, W. N. A., Ishak, I., Mat Ludin, A. F., Ibrahim, F. W., Abd Warif, N. M., & Che Roos, N. A. (2022). The Impact of Listening to, Reciting, or Memorizing the Quran on Physical and Mental Health of Muslims: Evidence from Systematic Review. *International Journal of Public Health*, 67, 1604998. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604998>

- Cheng, C.-H., & Lin, Y. (2002). Evaluating the Best Main Battle Tank Using Fuzzy Decision Theory with Linguistic Criteria Evaluation. *European Journal of Operational Research*, 142(1), 174–186. [https://doi.org/10.1016/S0377-2217\(01\)00280-6](https://doi.org/10.1016/S0377-2217(01)00280-6)
- Ibn ‘Āshūr, M. T. (1984). *Al-Tahrir wa al-Tanwir*. Tunis: Al-Dar al-Tunisiyyah li al-Nashr.
- Knowles, M. S., Holton, E. F., III, & Swanson, R. A. (2015). *The Adult Learner: The Definitive Classic in Adult Education and Human Resource Development* (8th ed.). London: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315816951>
- Mahjoob, M., Nejati, J., Hosseini, A., & Bakhshani, N. M. (2016). The Effect of Holy Quran Voice on Mental Health. *Journal of Religion and Health*, 55(1), 38–42. <https://doi.org/10.1007/s10943-014-9821-7>
- Md Isa@Haron, N. A., Mohamad Saad, M. K., & Md Ariff, N. A. (2020). Psikoterapi al-Quran terhadap Wanita Bekerjaya yang Memiliki Anak Kurang Upaya. *Journal of Educational Research and Indigenous Studies*, 2(1). https://static.s123-cdn.com/uploads/1759562/normal_5f4dca30a5186.pdf
- Mohd Amin, M. Z. M., Mohamad Nawawy, N., & Hasibuan, A. A. (2025). Majlis Zikir sebagai Terapi Psiko-Spiritual bagi Menangani Isu Kesihatan Mental menurut Perspektif Quran dan Sunnah. *Ma‘ālim al-Qur’ān wa al-Sunnah*, 21(1), 222–235. <https://doi.org/10.33102/jmq.v21i1.538>
- Muslim ibn al-Hajjaj. (2006). *Sahih Muslim*. Riyadh: Dar Taybah.
- Obeid, A. R. H., Mohd Amin, M. Z. M., Hamisan Khair, N. S., Mohd Ghazali, N., Ramli, N., & Mohd@Amat, R. A. (2025). Al-Manhaj al-Da‘wī wa al-Tarbawī fī Taṣnīf al-Ḥadīth al-Nabawī: Waqafāt Ḥadīthiyyah ma‘a al-Imām ‘Abd al-Salām Yāsīn. *Journal of Hadith Studies*, 10(2), 172–180. <https://doi.org/10.33102/johs.v10i2.400>
- Sa‘ari, C. Z. (2019). Psikospiritual Islam: Konsep dan Aplikasi. *Journal of Syarie Counseling*, 1(1), 43–51.
- Sa‘ari, C. Z., & Syed Muhsin, S. B. (2012). Cadangan Model Psikoterapi Remaja Islam Berasaskan Konsep Tazkiyah al-Nafs. *Jurnal Usuluddin*, 36, 49–74. <https://doi.org/10.22452/usuluddin.vol36.3>

- Saged, A. A. G., Mohd Yusoff, M. Y. Z., Abdul Latif, F., Hilmi, S. M., Al-Rahmi, W. M., Al-Samman, A., Alias, N., & Zeki, A. M. (2020). Impact of Quran in Treatment of the Psychological Disorder and Spiritual Illness. *Journal of Religion and Health*, 59(4), 1824–1837. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0572-8>
- Said Hawwa. (1999). *Tarbiyatuna al-Ruhiyyah*. Cairo: Dar al-Salam.
- Shertzer, B., & Stone, S. C. (1976). *Fundamentals of Counseling* (3rd ed.). Boston: Houghton Mifflin.
- Slamah, K. (2005). The Struggle to Be Ourselves, Neither Men nor Women: Mak Nyahs in Malaysia. In G. Misra & R. Chandiramani (Eds.), *Sexuality, Gender and Rights: Exploring Theory and Practice in South and Southeast Asia* (pp. 98–111). New Delhi: SAGE Publications.
- Wan Yusoff, W. F. Z. (2024). The Model of Islamic Psycho-Spiritual Therapy for Trans Women Community in Religious Guidance [Master's thesis, Universiti Sains Islam Malaysia, Nilai].
- Zainal Abidin, M. S. A., Mohd Amin, M. Z. M., Saleh, A., Wan Yusoff, W. F. Z., & Fa'atin, S. (2022). The Practice of Islamic Psychospiritual Therapy in the Treatment of Drug Addiction at Rehabilitation Centres in Malaysia. *Afkar: Jurnal Akidah dan Pemikiran Islam*, 24(2), 143–168. <https://doi.org/10.22452/afkar.vol24no2.4>