

## **Bantu Mereka Yang Mengalami Gangguan Mental, Bukan Menghukum**



Oleh : Nurhikma Abdullah  
*Universiti Sains Islam Malaysia*  
*Diterbitkan pada 2 Ogos 2021*



Gambar hiasan

Sejak beberapa minggu lalu, kejadian bunuh diri dilaporkan semakin menjadi-jadi di Malaysia. Menurut Harian Metro, Polis Diraja Malaysia ( PDRM ) melaporkan secara purata berlaku dua kes bunuh diri setiap hari sepanjang tahun 2019 hingga 2021.

Islam amat memandang serius terhadap gejala bunuh diri dan balasan yang dahsyat dijanjikan untuk mereka yang tergamak menamatkan nyawa sendiri.

Seperti dalam hadis riwayat Muslim, Rasulullah SAW bersabda, “Sesiapa yang membunuh diri dengan besi, maka di neraka jahanam nanti besi itu selalu di tangannya, ia menusuk-nusukkannya ke perutnya selama-lamanya. Dan barang siapa bunuh diri dengan meminum racun, maka di neraka jahanam nanti ia akan terus meminumnya selama-lamanya. Dan barang siapa bunuh diri dengan menjatuhkan diri dari gunung, maka di neraka jahanam nanti, ia akan menjatuhkan (dirinya) selama-lamanya.”

Namun, kita tidak seharusnya menghukum seseorang yang membunuh diri itu sebagai kurang iman dan tidak percaya kepada tuhan. Mungkin dia mengalami gangguan mental yang tidak dirawat sehingga bertahun-tahun dan akhirnya membawa kepada bunuh diri.

Adalah tidak adil bagi mereka jika hanya dipandang dari sudut agama dan rohani sahaja sedangkan gejala bunuh diri juga perlu dilihat dari sudut perubatan.

Gangguan kesihatan mental seperti neurosis, psikosis dan kecelaruan identiti adalah penyakit yang amat serius dan berbahaya jika dibiarkan tanpa mendapatkan rawatan yang khusus. Ia tidak dapat dilihat hanya dengan mata kasar dan diketahui setelah disahkan oleh pakar psikiatri.

Punca gangguan mental juga disebabkan oleh persepsi dan tanggapan masyarakat yang tidak benar mengenai penyakit mental dengan menghamburkan kata-kata dan hukuman yang tidak sewajarnya kepada mereka.

Menurut pakar psikologi, Dr Alizi Alias, terdapat perbezaan antara orang yang berputus asa dengan kehidupan dan pesakit yang berjuang dengan gangguan mental.

Beliau memberi pesanan kepada masyarakat supaya berhati-hati ketika memberi komen tentang penyakit mental dan bunuh diri.

Selain itu, Pakar Psikiatri Universiti Islam Antarabangsa Malaysia, Prof Dr Ramli Musa menyatakan bahawa Islam sendiri mengakui dan mengiktiraf penyakit gangguan mental dan ia perlu dirawat seperti yang telah diterangkan dalam perubatan moden.

Pelbagai inisiatif yang boleh dilakukan untuk merawat penyakit tersebut asalkan selaras dengan landasan ajaran Islam iaitu halal dan ‘toyyiban’.

Berdasarkan pemerhatian saya sendiri, mereka yang mengalami gangguan mental seperti kecelaruan bipolar dan psikosis amat memerlukan sokongan orang yang terdekat.

Elakkan daripada mengeluarkan kata-kata negatif terhadap mereka kerana tindakan itu akan memburukkan lagi keadaan.

Krisis ekonomi dan kesihatan ketika pandemik Covid-19 juga telah mempengaruhi kehidupan masyarakat di Malaysia dan di seluruh dunia.

Norma baharu yang telah mengubah kehidupan memberi kesan yang amat mendalam kepada masyarakat sama ada dari segi fizikal dan mental.

Kempen mengibarkan bendera putih baru-baru ini merupakan inisiatif yang patut dipuji bagi menyuarakan kesusahan yang dihadapi rakyat Malaysia yang memerlukan bantuan sekali gus membantu mengurangkan kes bunuh diri.

Sememangnya masih ada pihak yang sudi mendengar suara dan sokongan buat mereka yang mengalami tekanan hidup dan mental.

Oleh itu, bersikap prihatinlah terhadap orang di sekeliling kita kerana gangguan mental mungkin boleh sahaja terjadi terhadap mereka.

