



جابتن حال إحوال إكلام إسلام قولوا فينخ
JABATAN HAL EHWAL AGAMA ISLAM PULAU PINANG



TEKS KHUTBAH
**HATI RESAH,
IMAN PENAWARNYA**



Tarikh Bacaan:
17 OKTOBER 2025M / 25 RABIUL AKHIR 1447H

Dibiayai :



MAJLIS AGAMA ISLAM
NEGERI PULAU PINANG

Diterbitkan :



JABATAN HAL EHWAL AGAMA ISLAM
PULAU PINANG

***Jawatankuasa
Panel Semakan Teks Khutbah
Negeri Pulau Pinang***

- 1. Sahibus Samahah Prof. Madya Dato' Dr. Mohd Sukki bin Othman (Pengerusi)**
Mufti Kerajaan Negeri Pulau Pinang
- 2. YBhg. Ustaz Muhammad Fadzil bin Alias**
Pengarah, Yayasan Dakwah Islamiyah (YADIM) Pulau Pinang
- 3. YBhg. Ustaz Ahmad bin Hashim**
Penasihat, Pusat Pengajian Tahfiz Al-Quran (PPTQ)
Kolej Islam Teknologi Antarabangsa Pulau Pinang (KITAB)
- 4. YBhg. Ustaz Subki bin Mohamed**
Mantan Pensyarah Kanan, IPG Kampus Tuanku Bainun
- 5. YBrs. Dr. Mohamad Zaki bin Hj Abdul Halim**
Penolong Mufti, Bahagian Fatwa,
Jabatan Mufti Negeri Negeri Pulau Pinang
- 6. YBhg. Ustazah Rohayati binti Daud**
Mantan Penyelaras Program Intervensi Kaunseling,
Universiti Sains Malaysia
- 7. YBhg. Ustaz Ahmad Shahimi bin Senawi**
Pendakwah
- 8. Ustaz Mohd Hanif bin Omar @ Wahab (Setiausaha)**
Ketua Penolong Pengarah, Bahagian Dakwah
Jabatan Hal Ehwal Agama Islam Pulau Pinang (JHEAIPP)



Hati Resah, Iman Penawarnya

(Sempena Hari Kesehatan Mental Sedunia)

17 Oktober 2025M / 25 Rabiul Akhir 1447H

الْحَمْدُ لِلَّهِ الْقَائِلُ: مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِّنْ قَبْلِ أَنْ نَّبْرَأَهَا إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٢٢﴾ سورة الحديد

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَأَشْهَدُ أَنَّ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ.

وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى رَسُولِ اللَّهِ مُحَمَّدِ بْنِ عَبْدِ اللَّهِ الَّذِي بَعَثَهُ اللَّهُ رَحْمَةً
لِّلْعَالَمِينَ، وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ، أَوْصِيكُمْ وَنَفْسِي بِتَقْوَى اللَّهِ، فَقَدْ فَازَ الْمُتَّقُونَ.

SIDANG JUMAAT YANG DIRAHMATI ALLAH,

Marilah kita meningkatkan ketakwaan kepada Allah *سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى* dengan memanfaatkan masa dalam melaksanakan segala perintah Allah dan meninggalkan segala larangan-Nya.

Khatib menasihati para jemaah agar memberikan sepenuh perhatian kepada khutbah yang disampaikan dan tidak melakukan perkara yang sia-sia. Alangkah ruginya kita yang sudah berada di dalam masjid ini tetapi masih leka dengan urusan dunia.

Bersempena Hari Kesehatan Mental Sedunia yang jatuh pada hari ini, marilah sama-sama kita menghayati khutbah pada hari ini yang bertajuk, **Hati Resah, Iman Penawarnya.**

HADIRIN JEMAAH YANG DIRAHMATI ALLAH,

Pada hari ini, khatib ingin menyentuh mengenai satu isu yang semakin menjadi perhatian dalam kalangan masyarakat kita, iaitu isu Kesehatan mental. Dalam dunia yang semakin mencabar ini, tidak sedikit daripada kita yang mengalami tekanan hidup yang membawa kepada masalah mental seperti kemurungan dan kebimbangan. Oleh itu, penting untuk kita memahami cara-cara mengatasi masalah ini dengan berpegang teguh kepada ajaran Islam.

Kumpulan yang sering mengalami kebimbangan termasuklah para pelajar yang menghadapi peperiksaan penting. Golongan pekerja juga tidak terkecuali khususnya mereka yang berdepan dengan tekanan sama ada yang dibebani tugas yang tinggi atau masalah hubungan dengan rakan sekerja dan majikan. Begitu juga para ibu bapa yang mengalami kebimbangan mengenai kesejahteraan serta masa depan anak-anak. Selain itu, terdapat juga individu yang mengalami masalah kesihatan mental sehingga sering merasa cemas atau murung akibat perubahan besar dalam kehidupan seperti perubahan kerjaya, perkahwinan, atau kehilangan insan tersayang.

Golongan remaja pula sering berhadapan tekanan berkaitan identiti diri, pergaulan dengan rakan sebaya dan juga akibat daripada perubahan hormon. Manakala warga emas pula lazimnya dibelenggu kebimbangan mengenai kesihatan, kehilangan pasangan hidup dan kesunyian. Individu yang menghadapi masalah kewangan seperti hutang yang tinggi dan kehilangan pekerjaan juga mengalami kebimbangan dan kemurungan.

Kebimbangan yang keterlaluan boleh memberi kesan yang mendalam terhadap kesejahteraan individu. Dari segi emosi, ia boleh menyebabkan perasaan sedih yang berpanjangan serta rasa putus asa. Dari aspek fizikal pula boleh mengganggu pola tidur, menyebabkan keletihan melampau serta meningkatkan risiko penyakit seperti tekanan darah tinggi dan sakit kepala yang kronik. Kemurungan akibat kebimbangan juga sering meningkatkan risiko pengasingan sosial dan keretakan hubungan keluarga dan konflik dalam persahabatan. Dalam kes yang lebih teruk, ia boleh membawa kepada tingkah laku berbahaya terhadap diri sendiri termasuk timbulnya pemikiran untuk membunuh diri.

SIDANG JUMAAT YANG DIMULIAKAN,

Maka amatlah penting untuk kita mendapatkan sokongan dan rawatan agar kesejahteraan mental dapat dipulihkan. Kita hendaklah peka untuk mengenal pasti tanda-tanda kebimbangan serta tidak teragak-agak mendapatkan bantuan apabila diperlukan. Pendekatan terbaik adalah dengan mendekati diri kepada Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** melalui ibadah solat, membaca dan menghayati al-Quran, memperbanyakkan doa kepada Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** serta mengamalkan gaya hidup sihat. Selain itu, berkomunikasi dengan orang yang dipercayai juga merupakan langkah yang boleh diambil untuk mengatasi kebimbangan. Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** berfirman dalam Surah al-Baqarah, ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ... ﴿٢٨٦﴾

Maksudnya: *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang*

diusahakannya dan ia mendapat seksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya...”

Ayat ini mengingatkan kita bahawa setiap ujian yang ditetapkan oleh Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** adalah sesuai dengan kemampuan kita. Allah sama sekali tidak akan membebani hamba-Nya melebihi batas kemampuannya.

Oleh itu, apabila kita berdepan dengan tekanan atau masalah, ingatlah bahawa Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** telah memberikan kita kekuatan untuk menghadapinya. Janganlah kita berputus asa atau merasa terlalu terbeban kerana setiap ujian pasti ada hikmahnya. Maka, dalam konteks kemurungan dan kebimbangan, keyakinan tentang perkara ini dapat memberikan kekuatan mental dan emosi kepada kita untuk terus bertahan dan mencari jalan penyelesaian.

SIDANG JEMAAH YANG DIRAHMATI ALLAH,

Kisah Nabi Musa **عَلَيْهِ السَّلَامُ** ketika berdepan dengan Firaun boleh dijadikan teladan dalam menghadapi kebimbangan dan tekanan. Baginda telah memohon pertolongan daripada Allah **سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى** agar diberikan kekuatan dan keyakinan. Firman Allah dalam Surah Taha ayat 25:

قَالَ رَبِّ اشْرَحْ لِي صَدْرِي ﴿٢٥﴾ وَيَسِّرْ لِي أَمْرِي ﴿٢٦﴾ وَأَخْلِلْ عُنُقَدَةً مِّن لِّسَانِي ﴿٢٧﴾
يَفْقَهُوا قَوْلِي ﴿٢٨﴾

Maksudnya: “(Musa) berkata, ‘Ya Tuhanku, lapangkanlah dadaku, dan mudahkanlah untukku urusanku, dan lepaskanlah kekakuan dari lidahku, agar mereka mengerti perkataanku.’”

Doa yang dibacakan oleh Nabi Musa ini adalah contoh dan panduan terbaik apabila menghadapi kebimbangan agar Allah *سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى* memberikan ketenangan hati, kemudahan dalam urusan dan kelancaran dalam percakapan atau bagi pelajar untuk menjawab soalan ketika menghadapi peperiksaan.

Selain itu, terdapat beberapa doa lain yang boleh diamalkan untuk mengurangkan kebimbangan dan tekanan. Antaranya ialah:

اللَّهُمَّ لَا سَهْلَ إِلَّا مَا جَعَلْتَهُ سَهْلًا وَأَنْتَ تَجْعَلُ الْحَزْنَ إِذَا شِئْتَ سَهْلًا

Maksudnya: *“Ya Allah, tidak ada kemudahan kecuali yang Engkau jadikan mudah, dan Engkau menjadikan kesulitan, jika Engkau kehendaki, menjadi mudah.”*

HADIRIN SIDANG JUMAAT YANG DIKASIHI ALLAH,

Mengatasi masalah kemurungan dan kebimbangan bukanlah sesuatu yang mudah. Ia memerlukan usaha dan kesabaran yang tinggi. Selain daripada mengingati Allah, kita juga perlu mengambil langkah-langkah praktikal seperti menjaga kesihatan fizikal dengan bersenam secara teratur, mengamalkan pemakanan yang seimbang dan mendapatkan rehat yang mencukupi. Kita juga perlu menjaga kesihatan mental dengan berbicara dan berkongsi masalah dengan orang yang dipercayai, serta mendapatkan bantuan profesional jika perlu.

Mengakhiri khutbah, marilah bersama kita menghayati rumusan berikut:

Pertama: Kemurungan dan kebimbangan adalah ujian besar kehidupan, namun ia boleh ditangani dengan iman, doa, zikir dan pergantungan kepada Allah.

Kedua: Islam mengajar kita untuk menjaga kesejahteraan jiwa dan tubuh dengan ibadah, gaya hidup sihat, serta mendapatkan rawatan apabila perlu.

Ketiga: Setiap ujian tidak pernah melampaui kemampuan hamba dan Allah menjanjikan ketenangan bagi hati yang sentiasa mengingati-Nya.

Keempat: Penyakit mental perlu dirangkul dengan doa, sokongan dan empati, bukan kecaman, pengasingan atau hinaan.

Kelima: Suami sebagai pemimpin keluarga perlu cakna terhadap apa jua masalah yang berlaku pada isteri dan anak-anaknya agar segala masalah dapat ditangani bersama.

Firman Allah dalam Surah al-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Maksudnya: *“(Iaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingati Allah. Ketahuilah, dengan mengingati Allah hati-hati menjadi tenteram.”*

بَارَكَ اللَّهُ لِي وَلَكُمْ بِالْقُرْآنِ الْعَظِيمِ، وَنَفَعَنِي وَإِيَّاكُمْ بِمَا فِيهِ مِنَ الْآيَاتِ وَالذِّكْرِ الْحَكِيمِ، وَتَقَبَّلَ اللَّهُ مِنِّي وَمِنْكُمْ تِلَاوَتَهُ، إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ. أَقُولُ قَوْلِي هَذَا، وَأَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الْعَظِيمَ لِي وَلَكُمْ، وَلِسَائِرِ الْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ، الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ، فَاسْتَغْفِرُوهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ.



Khutbah Kedua

2025M/1447H

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ النَّبِيِّ الْأَمِينِ،
وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَالتَّابِعِينَ، وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ يُحْيِي وَيُمِيتُ
وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ، وَأَشْهَدُ أَنَّ مُحَمَّدًا عَبْدُهُ وَرَسُولُهُ دَاعِيًا إِلَى سِرَاجِ مُنِيرٍ.

صَلَّى اللَّهُ وَسَلَّم عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ، عَدَدَ خَلْقِهِ وَرِضَا نَفْسِهِ،
وَزِينَةَ عَرْشِهِ وَمِدَادَ كَلِمَاتِهِ.

أَمَّا بَعْدُ، فَيَا عِبَادَ اللَّهِ، اتَّقُوا اللَّهَ تَعَالَى رَبَّكُمْ حَقَّ تَقَاتِهِ، وَاعْمَلُوا بِطَاعَتِهِ
وَمَرْضَاتِهِ.

MUSLIMIN YANG DIRAHMATI ALLAH,

Fatwa Negeri Pulau Pinang memutuskan bahawa penjualan hartanah milik orang Islam kepada orang bukan Islam adalah haram sekiranya digunakan bagi tujuan yang bercanggah dengan Syarak seperti rumah ibadat agama lain, kilang makanan haram, ladang khinzir, pusat hiburan dan perjudian. Secara umum, hukum menjual tanah orang Islam kepada bukan Islam adalah tidak harus, kecuali dalam keadaan darurat yang benar-benar menepati Maqasid Syariah serta dengan syarat:

1. Tanah tersebut bukan dalam kawasan majoriti penduduk Islam, bukan tanah rezab atau khusus untuk Bumiputera Islam
2. Tidak berpotensi dimanfaatkan untuk urusan agama Islam, telah ditawarkan terlebih dahulu kepada orang Islam dalam tempoh



munasabah dan hanya dijual sekadar memenuhi keperluan mendesak tanpa berlebihan.

Fatwa juga menegaskan bahawa semua institusi Islam di Pulau Pinang wajib menjaga serta memperkukuh pemilikan hartanah orang Islam agar sekurang-kurangnya seimbang dengan jumlah populasi Bumiputera Islam di negeri Pulau Pinang yang tercinta ini.

قَالَ اللهُ تَعَالَى: إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ.
اللَّهُمَّ اغْفِرْ لِلْمُسْلِمِينَ وَالْمُسْلِمَاتِ وَالْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ الْأَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَالْأَمْوَاتِ،

اللَّهُمَّ اعِزَّ الْإِسْلَامَ وَالْمُسْلِمِينَ، وَدَمِّرْ أَعْدَاءَكَ أَعْدَاءَ الدِّينِ وَأَنْصُرْ مَنْ نَصَرَ الدِّينَ، وَاخْذُلْ مَنْ خَذَلَ الْمُسْلِمِينَ، وَأَعْلِ كَلِمَتَكَ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ.

اللَّهُمَّ أَنْصُرْ إِخْوَانَنَا الْمُسْلِمِينَ وَالْمُجَاهِدِينَ وَالْمُسْتَضْعَفِينَ فِي فَلَسْطِينَ وَفِي كُلِّ مَكَانٍ، وَفِي كُلِّ زَمَانٍ، بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ أُمَّتَنَا وَوَلَاةَ أُمُورِنَا، وَاجْعَلْ وِلَايَتَنَا فِيْمَنْ خَافَكَ وَاتَّقَاكَ يَا رَبَّ الْعَالَمِينَ. اللَّهُمَّ اجْعَلْ بَلَدَنَا مَالِيزِيَا خُصُوصًا وَوَلَايَةً قَوْلَاوِ فَيُنْعَ آمِنًا مُطْمَئِنًّا سَخَاءَ رِخَاءٍ، دَارَ عَدْلٍ وَإِيمَانٍ، وَأَمْنٍ وَأَمَانٍ، يَا ذَا الْفَضْلِ وَالْإِحْسَانِ.

اللَّهُمَّ وَفِّقْ قَادَتَنَا وَرُعَمَاءَنَا وَوَلَاةَ أُمُورِنَا لِمَا فِيهِ عِزُّ دِينِكَ وَنَصْرُ شَرِيعَتِكَ، اللَّهُمَّ اجْعَلْهُمْ هُدَاةً مُهْتَدِينَ صَالِحِينَ مُصْلِحِينَ وَاشْمَلِ اللَّهُمَّ بَعْنَايَتِكَ وَتَوْفِيقِكَ عَلَى صَاحِبِ الْجَلَالَةِ،

Kebawah Duli Yang Maha Mulia Seri Paduka Baginda Yang di-Pertuan Agong, Sultan Ibrahim dan Kebawah Duli Yang Maha Mulia Seri Paduka Baginda Raja Permaisuri Agong, Raja Zarith Sofiah.

وَكذَلِكَ صَاحِبِ الْفَخَامَةِ،

Tuan Yang Terutama Tun Dato' Seri Utama Haji Ramli bin Ngah Talib, Yang di-Pertua Negeri Pulau Pinang dan Yang Mulia Toh Puan Raja Dato' Seri Utama Noora Ashikin binti Raja Abdullah.

Ya Allah, ampunilah dosa kami, dosa ibu bapa kami, kaum keluarga kami, serta seluruh umat Islam sama ada yang masih hidup ataupun yang telah kembali kepada-Mu.

Ya Allah, jauhkanlah kami daripada riba, rasuah, penyelewengan dan pengkhianatan serta bersihkan masyarakat kami daripada segala bentuk penindasan dan kezaliman.

Ya Allah, berilah kekuatan kepada kami untuk menunaikan zakat serta melaksanakan wakaf melalui Majlis Agama Islam Negeri Pulau Pinang agar ia menjadi sumber kebaikan dan kemajuan umat Islam di negeri yang tercinta ini.

Ya Allah, satukanlah hati-hati kami, tanamkanlah rasa percaya kepada pemimpin kami dan jauhkanlah kami daripada fitnah serta perpecahan. Rahmatilah para pemimpin negeri dan pihak berkuasa agama agar sentiasa Engkau bimbing di atas jalan yang benar.

Ya Allah, lindungilah kami daripada bala bencana dan jadikanlah kami hamba-hamba-Mu yang Engkau kasihi.

رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ.

عِبَادَ اللَّهِ! إِنَّ اللَّهَ يَأْمُرُ بِالْعَدْلِ وَالْإِحْسَانِ وَإِيتَائِي ذِي الْقُرْبَى وَيَنْهَى عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنْكَرِ وَالْبَغْيِ يَعِظُكُمْ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ. فَادْكُرُوا اللَّهَ الْعَظِيمَ يَذْكُرْكُمْ، وَاشْكُرُوهُ عَلَى نِعَمِهِ يَزِدْكُمْ، وَاسْأَلُوهُ مِنْ فَضْلِهِ يُعْطِكُمْ وَلَذِكْرُ اللَّهِ أَكْبَرُ وَاللَّهُ يَعْلَمُ مَا تَصْنَعُونَ.



جابتن حال إحوال اكمام إسلام قولاه فینخ
JABATAN HAL EHWAL AGAMA ISLAM PULAU PINANG