

Kemelut perkahwinan bawah umur tidak sewajarnya dibincangkan secara permukaan sahaja memandangkan masyarakat memandang isu ini dari segenap sudut. Lapornya perlu dirinci sedalam yang mungkin demi mengangkat isu ini sehingga menemui titik noktahnya.

MANGSA PERKAHWINAN BAWAH UMUR "MENGGADAI" KESIHATAN, "MEMAJAK" EMOSI

Ekoran pendedahan awal *Dewan Masyarakat* dalam keluaran lalu yang mengupas segenap aspek yang meliputi cakupan tertentu dan realiti di balik kehidupan kanak-kanak terbabit, selain menemu bual beberapa pakar bidang serta menghadiri sidang media melibatkan menteri yang bertanggungjawab terhadap isu ini, maka pada kali ini penulis bertindak mengembangkan laporan susulan dengan mengutarakan isu penjagaan kesihatan diri dan mental yang meliputi aspek emosi, psikologi dan psikiatri yang melibatkan kanak-kanak perempuan bawah umur atau remaja yang berkahwin pada usia yang terlalu muda.

Ada pihak berpendapat, tidak salah dan bukannya menjadi masalah besar bagi kanak-kanak perempuan yang berkahwin pada usia sebegini. Hal ini diandaikan sedemikian kerana isu perkahwinan pada usia muda, iaitu kurang daripada usia 14 tahun bagi wanita, dikatakan lumrah bagi kanak-kanak pada zaman sebelum kemerdekaan. Walau bagaimanapun, keadaan kini telah berubah selepas negara merdeka.

Anak muda pada masa ini mula berlumba-lumba untuk memantapkan status kehidupan seperti menuntut ilmu setinggi mungkin, bekerja dalam bidang yang diminati, berusaha menambahkan pendapatan sampingan sehingga berjaya menjana pendapatan yang lebih lumayan, selain membantu pembangunan ekonomi keluarga masing-masing. Selepas itu, mereka mula memikirkan soal perkahwinan yang bakal menentukan masa depan mereka dalam soal kehidupan.

Dakwaan ini ada benarnya kerana risiko perkahwinan bawah umur sememangnya memberikan kesan kepada kesihatan fizikal, mental, emosi, dan kerohanian remaja. Kesan tersebut melibatkan pelbagai aspek, iaitu tekanan perasaan kepada kanak-kanak perempuan tersebut, ketidaksefahaman dalam perkahwinan dan akhirnya menimbulkan isu penganiayaan dan pengabaian dalam sesebuah institusi kekeluargaan.

Risiko Hamil pada Awal Usia

Pada hakikatnya, kanak-kanak perempuan atau gadis yang didatangi haid atau baligh sudah boleh

melakukan hubungan seksual dan berkebolehan untuk melahirkan anak. Namun begitu, usia baligh bukanlah kayu ukur sesuai digunakan untuk menentukan usia selamat seorang gadis menempuh alam kehamilan.

Walaupun mereka mempunyai keinginan terhadap hubungan seks, pengetahuan kebanyakan kanak-kanak perempuan tentang fisiologi dan kesihatan reproduktif masih berada pada tahap yang sangat rendah. Hal ini menyebabkan mereka terdedah kepada pelbagai masalah kesihatan.

Bagi menyelesaikan persoalan ini, *Dewan Masyarakat* masih melakukan kajian lapangan secara terperinci demi mengetengahkan isu ini sehingga mencapai titik noktahnya. Oleh hal yang demikian, kenyataan dan saranan daripada pakar dalam bidang berkenaan amat diperlukan. Bagi melengkapkan kajian lapangan pada kali ini, *Dewan Masyarakat* telah mendapatkan pandangan, ulasan dan saranan daripada Pakar Perbidanan dan Sakit Puan yang juga Penyelaras di Unit Perkembangan Kesihatan Wanita, Kampus Kesihatan, Hospital Universiti Sains Malaysia (HUSM), Kubang Kerian Kelantan, Profesor Dr. Nik Hazlina Nik Hussain, dalam usaha *Dewan Masyarakat* mengetengahkan penjagaan dan masalah kesihatan yang berbangkit terhadap kanak-kanak perempuan bawah umur.

"Kehamilan pada peringkat remaja mempunyai risiko yang lebih tinggi berbanding dengan mereka yang sudah dewasa. Yang paling penting, remaja itu perlu bersedia dari segi fizikal, emosi dan juga kewangan," jelas Profesor Dr. Nik Hazlina Nik Hussain sebaik-baik sahaja beliau memulakan perbualan antara kami. Menurut beliau, mereka perlu membuat persediaan awal untuk menghadapi cabaran tersebut disebabkan mereka kurang matang dan berpengetahuan, malah keadaan fizikal mereka juga belum bersedia untuk menerima proses kehamilan. Anggota badan mereka juga masih melalui proses tumbesaran, khususnya di bahagian pinggul atau tulang punggung yang perlu memainkan peranan penting semasa proses kelahiran.

Profesor Dr. Nik Hazlina turut menyatakan bahawa, kanak-kanak atau remaja tersebut perlu didedahkan dengan pengetahuan dan bersedia sepenuhnya menjadi seorang ibu muda. Mereka yang dikategorikan sebagai remaja adalah yang berusia dari 13 hingga 19 tahun. Usia awal remaja bermula pada umur sembilan tahun.



Profesor Dr. Nik Hazlina Nik Hussain, "Kehamilan pada peringkat remaja mempunyai risiko yang lebih tinggi berbanding dengan mereka yang sudah dewasa."

"Fasa kelahiran ideal bagi wanita untuk melahirkan anak adalah dari usia 21 hingga 35 tahun. Proses bersalin pada usia remaja dan sewaktu dalam lingkungan usia 36 hingga 45 tahun dianggap berisiko tinggi. Apabila mencapai umur 45 tahun, wanita juga dinasihatkan untuk tidak bersalin lagi kerana risikonya begitu tinggi," jelas beliau.

"Masalah penganiayaan seperti isteri dan bayi diabaikan dan ditinggalkan sendirian selepas bersalin juga meningkat apabila bayi tidak dibawa ke klinik untuk mendapatkan suntikan imunisasi, pemantauan perkembangan tumbesaran dan pencapaian kebolehan seseorang bayi mengikut usia," demikian ungkap Profesor Dr. Nik Hazlina.

Beliau menerangkan bahawa berlakunya kemudaratn dalam kalangan remaja perempuan yang mengadakan hubungan seks pada usia yang terlalu muda. Risiko menghidap kanser serviks meningkat sebanyak 2.5 kali ganda sekiranya aktiviti seks bermula pada usia 18 tahun dan ke bawah. Hal ini berlaku disebabkan permukaan serviks pada ketika itu amat rentan untuk mengalami luka dan mudah terjangkit (infeksi) oleh virus human papilloma (human papilloma virus-HPV). Jangkitan HPV ini meningkatkan risiko seseorang wanita menghidap kanser serviks.

Saranan dan Nasihat kepada Ibu Muda

Menurut Profesor Dr. Nik Hazlina, bagi mengelakkan mereka berdepan dengan masalah ini, kanak-kanak dan remaja tersebut perlu memastikan pengambilan makanan sihat, kalori yang mencukupi dalam diet, dan mendapatkan berat badan unggul seperti yang dinasihatkan doktor. Mereka perlu mengelakkan pengambilan alkohol, dadah mahupun ubat-ubatan tanpa preskripsi yang betul selain sentiasa berjumpa doktor seperti yang ditetapkan.

"Amat penting bagi bakal ibu muda itu mengetahui bahawa bayinya membesar dengan sihat. Mereka juga perlu mengetahui berkenaan sakit bersalin sebelum waktunya dan perlu berjumpa doktor jika berlakunya kontraksi atau kesakitan berlaku empat atau lebih kali dalam tempoh satu jam, sama ada berasa sakit atau sebaliknya atau terasa tekanan pada bahagian ari-ari atau tekanan di dalam pelvis yang membuatkan mereka berasa seperti bayi itu menolak ke bawah," saran Profesor Dr. Nik Hazlina.

Saran beliau, mereka juga perlu mengambil perhatian jika mengalami masalah cirit-birit kerana hal tersebut boleh menyebabkan rahim berkontraksi, pengeluaran leihan dari faraj, iaitu apa-apa juga leihan yang luar biasa apalagi sekiranya leihan itu pekat atau berdarah. Mereka juga perlu berwaspada jika mengalami kekurangan pergerakan bayi atau sekiranya bayi kurang bergerak dan berasa pergerakan bayi itu kurang daripada 10 kali dalam tempoh 12 jam.

"Remaja yang hamil ini juga kemungkinan besar menghidap "praeklampsia" semasa mengandung berbanding dengan wanita dewasa dan tandatandanya termasuklah muka dan tangan yang membengkak semasa bangun tidur, berat badan yang naik secara mendadak, sakit kepala, kekurangan pengeluaran air kencing, tekanan darah tinggi, perubahan pada penglihatan seperti berlakunya cahaya kilat pada mata dan kesakitan di bawah perut," jelas Prof Dr. Nik Hazlina. Menurut beliau lagi, biarpun terdapat bengkak pada kaki dan pergelangan yang dianggap sebagai gejala biasa dalam kalangan wanita hamil, namun bagi remaja, mereka harus berjumpa dengan doktor sekiranya muka dan tangan juga membengkak.

"Ibu muda belasan tahun ini, lazimnya melahirkan bayi yang kurang berat badan dan hal tersebut mengundang masalah perubatan yang lebih serius termasuk organ-organ yang tidak berkembang dengan sempurna sehingga memberikan kesan kepada paru-paru, penglihatan, usus, dan lain-lain lagi," terang Prof Dr. Nik Hazlina dengan lebih lanjut.

"Merokok dan pengambilan alkohol semasa mengandung merupakan salah satu daripada punca bayi mengalami kurang berat badan," jelas Profesor Nik Hazlina. Tambah beliau lagi, sekiranya mereka tertekan, amalan sedemikian wajar dielakkan. Di samping itu, kurangnya pengambilan suplemen seperti zat besi dan tidak mengamalkan makanan



sihat juga menyumbang kepada masalah bayi kurang-kurangnya berat badan.

"Sekiranya seseorang remaja terpaksa memilih untuk berkahwin dan hamil pada usia muda, sekurang-kurangnya mereka perlu terdedah kepada kaedah perancang keluarga bagi mengelakkan risiko dan komplikasi," tegas Profesor Nik Hazlina. Beliau menyatakan bahawa setiap anak yang bakal dilahirkan berhak mendapat kasih sayang, tempat tinggal yang selamat, pelajaran yang sempurna dan berasa selamat. Jadi mereka perlu mengamalkan kaedah perancang keluarga. "Elok berjumpa dengan doktor bagi berbincang kaedah yang sesuai untuk diamalkan," cadang beliau.

Penjagaan Kesihatan Pesanan kepada Ibu Bapa

"Ibu bapa perlu memberikan perhatian terhadap anaknya kerana mereka masih memerlukan bimbingan, nasihat serta pengetahuan tentang kehamilan dan rumah tangga," tegas Profesor Dr. Nik Hazlina. Nasihat beliau, jangan sesekali meminggirkan mereka kerana pada saat sukar itu, ibu muda memerlukan sokongan agar mereka berasa stabil dan berada dalam keadaan tenang. Tegas beliau, ibu bapa seharusnya sama-sama menjaga kesihatan dan pemakanan anak mereka dengan baik, serta memastikan remaja yang hamil mendapat rawatan secara berkala supaya bayi yang dikandung berada dalam keadaan sihat. Beliau berpandangan bahawa mereka juga mampu menjadi ibu yang bertanggungjawab dan boleh menyesuaikan bayi dengan baik seperti orang lain.

"Aspek kematangan dalam pemikiran merupakan asas dalam pembinaan rumah tangga bagi menjamin keutuhan dan keserasian remaja perempuan yang berkahwin," jelas Profesor Dr. Nik Hazlina. Beliau menyarankan jika seseorang itu berkemampuan dari segi fizikal dan mental, serta ditakuti melakukan perbuatan nista seperti zina, maka wajib bagi mereka untuk melangsungkan perkahwinan. Namun begitu, mereka harus bersedia dari segi fizikal, mental serta perlu mendapat maklumat dan pengetahuan untuk menjadi seorang isteri dan juga ibu yang bertanggungjawab dan berjaya. "Sokongan dan perhatian penuh daripada pasangan, ibu bapa dan keluarga terdekat amatlah penting untuk menjamin masa depan remaja tersebut," akhiri beliau dalam temu bual bersama-sama *Dewan Masyarakat*.

FAKTA KOMPLIKASI KEHAMILAN PADA USIA AWAL KANAK-KANAK DAN REMAJA (Kenyataan penuh Profesor Dr. Nik Hazlina, Pakar Perbidanan dan Sakit Puan).

- Tekanan darah tinggi semasa mengandung, iaitu dikenal pasti sebagai masalah "praeklampsia" yang kerap dialami oleh ibu hamil buat kali pertama dan lebih-lebih lagi hamil pada usia yang terlalu muda. Masalah "praeklampsia" mengakibatkan keadaan yang sangat serius apabila tekanan darah tinggi yang dialami tidak dapat dikawal dan akhirnya ibu tersebut boleh mengalami konvulsi atau sawan. Masalah ini dikenali sebagai "eklampsia". Kes begini berisiko tinggi dan menyebabkan kematian ibu.
- Kelahiran bayi pramatang, iaitu yang tidak cukup bulan.
- Bayi lahir dengan kekurangan berat badan dan tidak cukup zat, akibat kurang memberi perhatian kepada aspek pemakanan. Hal itu juga antara perkara biasa yang berlaku dalam kalangan remaja yang hamil.
- Remaja perempuan yang hamil berisiko mengalami anemia (kurang sel darah merah) akibat pemakanan yang tidak teratur atau tidak mencukupi. Oleh sebab itu, apabila mereka mengandung, mereka perlu mengamalkan pemakanan yang sihat, menjaga kebersihan dan bersenam. Kesedaran ini perlu diamalkan kerana remaja selalunya mengamalkan diet yang drastik, mengambil makanan segera atau kurang sihat. Mereka juga perlu mengurangkan minuman berkarbonat dan mengurangkan pengambilan makanan yang manis.
- Tidak mendapat pemeriksaan antenatal sewajarnya dan masalah ini biasanya dihadapi remaja yang hamil terutamanya yang hamil di luar perkahwinan.
- Pengguguran boleh mengancam nyawa ibu jika dilakukan oleh orang tidak bertauliah atau dengan cara yang tidak selamat.
- Kematian ibu dan bayi berkaitan dengan kehamilan dan kelahiran merupakan punca utama kehilangan nyawa dalam kalangan remaja (sama ada berkahwin atau tidak). Ibu (remaja) berisiko tinggi meninggal dunia berbanding wanita dalam lingkungan umur 20 hingga 24 tahun. Kematian bayi yang dilahirkan ibu (remaja) juga dua kali lebih tinggi berbanding dengan ibu (dewasa).
- Berlakunya kehamilan yang terlalu kerap akibat tidak tahu kaedah pencegahan kehamilan atau perancangan keluarga yang berkesan.
- Jangkitan penyakit kelamin jika suami mempunyai rami pasangan.
- Keadaan fizikal seperti tulang pinggul yang belum bersedia itu boleh mendatangkan risiko semasa proses kelahiran. Apabila hal ini terjadi, pembedahan caesarean terpaksa dilakukan untuk menyelamatkan bayi dan ibu.



Dr. Norzila Zakaria, "Bagi kanak-kanak yang dipaksa berkahwin sudah pasti berlakunya trauma psikologi yang hebat."

Gangguan Psikiatri terhadap Mangsa

Apakah yang berlegar dalam fikiran kanak-kanak perempuan bawah umur dan remaja apabila mereka menerima sebegitu sahaja saranan daripada ibu bapa mereka untuk berkahwin secara paksa memandangkan kuasa tersebut berada dalam tangan kedua-dua orang tua mereka?

Menyedari akan hakikat hal ini yang perlu diketengahkan, *Dewan Masyarakat* turut mewawancara Pakar Psikiatri Kanak-kanak HUSM, Dr. Norzila Zakaria untuk mendapatkan pandangan beliau.

"Dalam konteks dipaksa untuk berkahwin, lazimnya anak-anak tersebut pasti terkejut. Mereka tiada kekuatan untuk melawan. Hal ini sangat berkait rapat dengan budaya dan cara mereka dibesarkan. Jika telah dididik agar tidak melawan arahan, mereka pastinya terpaksa menerima sahaja keputusan ibu bapa tanpa banyak soal jawab walaupun dalam hati mereka memprotes," demikian jelas Dr. Norzila.

Menurut beliau, mana-mana remaja yang berani mungkin akan lari dari rumah sebelum atau selepas dikahwinkan. Namun begitu, kebanyakannya mungkin kekal dalam perkahwinan dan meneruskan kehidupan sebagai isteri, menantu dan ibu sama ada dalam keadaan protes atau cuba menyesuaikan diri dengan takdir hidupnya.

Bagaimanakah seorang kanak-kanak perempuan itu menghadapi keadaan tersebut memandangkan mereka masih belum matang? Mengulas tentang hal ini, Dr. Norzila berpendapat, kanak-kanak ini sememangnya masih belum matang dari segi fizikal dan mental, perlukan bantuan untuk menyelesaikan masalah dan menguruskan emosi. "Bagi kanak-kanak yang dipaksa kahwin sudah pasti berlakunya trauma psikologi yang hebat," jelas Dr. Norzila. Beliau menjelaskan, apabila kanak-kanak ini terpaksa melalui rutin kehidupan dalam rumah tangga seperti

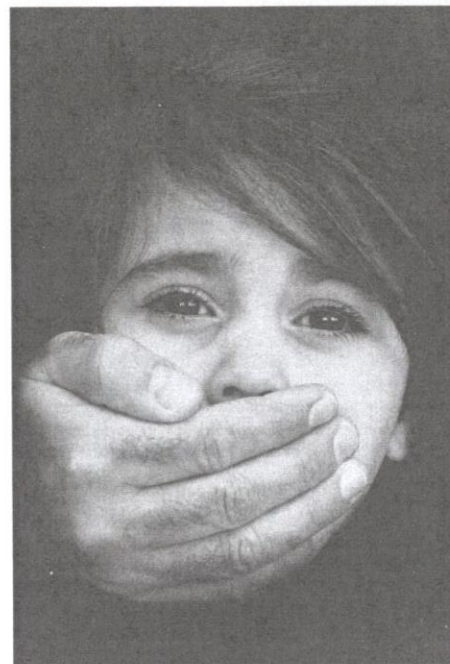
memasak, membasuh, dan sebagainya secara tidak langsung telah berlakunya penderaan fizikal dan mental. Mereka mungkin akan mengalami kemurungan yang teruk apatah lagi jika keluarga suami mengharapkan mereka mampu mengendalikan urusan keluarga seperti seorang isteri yang dewasa.

"Jika perkahwinan tersebut disebabkan kemahuan mereka sendiri (biasanya remaja), mungkin dengan restu keluarga kedua belah pihak, mereka mungkin memperoleh kebahagiaan, namun perlu dibimbing dan diberikan panduan untuk meneruskan kehidupan," beritahu Dr. Norzila. Tambah beliau, sekiranya tiada sekatan untuk bertemu bagi mendapatkan nasihat ibu bapa masing-masing jika timbul sebarang masalah, segalanya mampu diselesaikan dengan baik dengan bantuan keluarga. Pengalaman hidup yang mereka lalui akan menjadikan mereka lebih matang.

"Jika perkahwinan "paksa" atau mungkin suka sama suka dengan lelaki yang jauh lebih dewasa (tua), jika suami tersebut memahami fasa perkembangan kanak-kanak dan mampu melayan isteri seperti kanak-kanak secara fizikal dan emosinya, mungkin trauma yang dialami kanak-kanak dan remaja terbabit akan hilang secara perlahan-lahan," jelas Dr. Norzila. Dr. Norzila menegaskan bahawa jika dirujuk kepada peristiwa yang membawa dia

(kanak-kanak atau remaja terbabit) dipaksa berkahwin, insiden tersebut pasti akan terus kekal dalam ingatan dan mungkin berakhir dengan dendam yang berpanjangan terhadap ibu bapa. Pada masa yang sama, berkemungkinan besar kanak-kanak terbabit mula mengungkit kisah kehilangan peluang mereka untuk mendapatkan pengajian pada peringkat tinggi, bekerja, dan sebagainya.

Adakah kanak-kanak itu sudah bersedia dari segi fizikal dan mental untuk menjadi seorang ibu yang baik? "Pastinya belum bersedia. Kanak-kanak yang sedang mengalami proses tumbesaran fizikal, bermakna semuanya belum mencapai kematangan. Pastinya pertumbuhan yang belum matang menyebabkan fungsi setiap anggota, organ dan otak yang berkaitan dengan pemikiran, emosi, kepintaran, dan perancangan juga belum matang," demikian jelas Dr. Norzila. Menurut beliau, mereka perlukan bantuan dan panduan dalam setiap tindakan. Semua itu merupakan proses pembelajaran. Untuk memahami apa-apa yang telah berlaku dan mengaitkannya dengan situasi sekarang juga satu aktiviti pembelajaran yang memerlukan panduan.



Tanpa panduan, mereka akan kehilangan arah dengan interpretasi sendiri," terang Dr. Norzila. Jelas beliau, jika berkaitan dengan persediaan menjadi ibu yang baik, kanak-kanak tersebut berasa keliru. Pada usia mereka sepatutnya seronok meneroka alam persekolahan, memilih kerjaya dan merancang masa hadapan, mereka dipaksa untuk memikirkan cara terbaik untuk menjaga kandungan, menangani morning sickness, bersedia untuk melahirkan, menjaga, menyusui dan memelihara anak. "Mereka sendiri masih belum faham dengan perubahan anggota badan mereka, namun terpaksa memahami perubahan fizikal mereka akibat kehamilan," beritahu Dr. Norzila. Jelas beliau, kekeliruan, kesukaran kehilangan dan kebimbangan tentang proses kelahiran menyebabkan kanak-kanak ini berasa takut, lalu menyebabkan mereka hidup dalam kebimbangan.

"Jika emosi berkaitan dengan penjagaan anak, maka urusan mengawal emosi banyak berkait dengan bagaimana mahu menjaga anak, teknik, pengetahuan, memahami perangai anak, dan lain-lain lagi. Pada masa yang sama, berikan mereka kata-kata perangsang

sebagai ibu muda yang bijak agar mereka merasa dihargai dan mampu meneruskan kehidupan sebagai ibu muda. Mereka juga perlukan ganjaran seperti kita menyantuni kanak-kanak yang lain," demikian ulas Dr. Norzila.

Hubungan Seksual Secara Paksa

Apabila berhadapan dengan hubungan seksual secara paksa, adakah hal ini memberikan trauma yang panjang buat kanak-kanak tersebut?

"Kanak-kanak perlu diberikan kefahaman tentang maksud hubungan seksual, kesan kepada emosi dan tanggungjawab sebagai seorang isteri. Jika dalam keadaan mereka tidak memahami apakah hubungan seksual, pastinya hal tersebut menjadi mimpi ngeri dan mungkin mengalami kecelaruan dan pos trauma apatah lagi hubungan seksual kali pertama begitu menyakitkan jika kanak-kanak ini masih terlalu muda," terang Dr. Norzila. Beliau turut menjelaskan bahawa situasi yang berlaku lebih dipandang sebagai penderaan seksual jika kanak-kanak ini masih terlalu muda dan tidak bersedia untuk melakukannya. Bagi pasangan yang merancang untuk berkahwin, hal tersebut dianggap suatu yang menyeronokkan, namun bagi pasangan yang terpaksa berkahwin dan terpaksa melakukan hubungan seks, situasi itu pasti menjadi sesuatu yang amat menyiksa dan menakutkan mereka.

"Lazimnya hubungan seksual yang dipaksa pasti akan menjadi trauma kepada kanak-kanak tersebut biarpun hal itu suatu yang halal dalam konteks perkahwinan. Apabila berulang kali berlaku, kanak-kanak dan remaja tersebut sentiasa hidup dalam ketakutan dan tekanan yang melampau," tegas Dr. Norzila.

Mungkin semasa mereka berkahwin hanyalah untuk memenuhi tuntutan ibu bapa yang dibelenggu oleh kemiskinan (kebanyakannya memberikan alasan kemiskinan sebagai faktor pendorong), namun apabila tiba kepada persediaan untuk melakukan hubungan kelamin bersama suami, mereka menganggap hal tersebut tidak patut berlaku kerana mereka masih lagi kanak-kanak. Adakah hal ini salah satu faktor yang menyebabkan berlakunya penyakit mental dalam usia yang muda?

Bagi merungkit persoalan ini, Dr. Norzila berpendapat trauma psikologi dan fizikal semasa zaman kanak-kanak meningkatkan risiko penyakit mental. Gejala sakit mental seperti kemurungan, keresahan, pos trauma, dan fobia boleh menyebabkan psikotik. Semuanya saling berkait rapat jika kanak-kanak ini tidak dapat menerima keadaan tersebut.

Dalam usia yang sangat muda, mereka terpaksa berhadapan dengan realiti yang pahit, bagaimanakah cara untuk menyelamatkan mereka terutama dari segi kawal emosi mereka? Mengulas akan hal ini, Dr. Norzila menyarankan mereka mendapatkan rawatan daripada pakar psikiatri. "Kebiasaannya kami akan bantu untuk memahami perasaan mereka, pandangan mereka dan mencari jalan untuk menangani masalah mereka," jelas Dr. Norzila. Beliau memberikan contoh kemungkinan terdapat kanak-kanak yang dipaksa berkahwin dengan lelaki yang jauh lebih berusia, dan kanak-kanak tersebut mahu bersekolah. "Kita boleh berbincang dengan pihak suami untuk membenarkan isterinya itu peluang belajar atau mengambil apa-apa kursus dalam bidang yang bersesuaian dengan minatnya," Dr. Norzila memberikan cadangan. Bagi beliau, kawalan emosi kanak-kanak ini perlukan bantuan dari semua pihak. Suami, keluarga, sokongan daripada jiran dan masyarakat semuanya memainkan peranan. Umpamanya, jika dalam sistem pendidikan di negara ini pelajar sekolah tidak dibenarkan berkahwin, namun dalam kes terencil kanak-kanak yang dipaksa berkahwin ini sepatutnya diberikan kebenaran untuk bersekolah. Pihak sekolah perlu menyembunyikan kisah pelajar ini agar mereka dapat belajar dengan selesa.



CADANGAN MENGOPTIMUMKAN PENJAGAAN KESIHATAN MENTAL KANAK-KANAK DAN REMAJA

(Saranan oleh Dr. Norzila Zakaria, Pakar Psikiatri Kanak-kanak).

- Pendidikan agama perlu diterapkan, kebergantungan pada Allah SWT sebagai sebaik-baik perancang perlu difahami.
- Mencari ketenangan dengan cara mendekati diri kepada Allah SWT dan reda dengan apa-apa yang telah ditakdirkan. Mohon yang terbaik daripada Allah SWT untuk kehidupan seterusnya.
- Ketahui bantuan yang boleh didapati seperti kaunselor atau pakar psikiatri. Ibu bapa dan adik beradik yang memahami merupakan barisan hadapan yang dapat membantu sebelum mencari bantuan profesional.

bertani, memernak atau membaiki basikal sekali pun, mereka pasti mampu mencari kehidupan. Sebab itulah kemahiran hidup ini perlu ditekankan dalam persekolahan dan jadikan mereka petani, penternak atau pemilik bengkel yang berjaya, bukan sekadar pekerja yang dibayar gaji yang kecil. "Inilah kekurangan dalam sistem pendidikan kita," luah Dr. Norzila. Beliau tidak menafikan bahawa kemahiran tersebut semanganya didedahkan kepada pelajar pendidikan khas, namun berpendapat, aspek tersebut sewajarnya diperluas kepada semua pelajar.

bertambah. Suami perlu diberikan penjelasan yang sama agar membantu isteri mengasuh anak, mengetahui perkara-perkara asas penjagaan anak, agar isteri berasa bebanan yang dipikul dapat dikongsi bersama-sama," demikian ingatan yang diberikan Dr. Norzila.

Penceraian Bukan Pengakhiran Kehidupan

Ketidakefahaman dalam perkahwinan akhirnya membawa kepada penceraian. Individu yang lebih dewasa juga terbeban dari segi emosi jika itu yang terjadi, apatah lagi dengan keupayaan seorang kanak-kanak. Bagaimanakah cara untuk kita membantu kanak-kanak ini jika itu yang terjadi?

"Kanak-kanak perlu diberikan pengharapan bahawa perceraian bukanlah pengakhiran kepada kehidupan mereka," nasihat Dr. Norzila. Selaku pakar psikiatri kanak-kanak, beliau mengajak masyarakat terutama keluarga masing-masing membantu mereka melihat masa depan. "Jika mereka tiada pekerjaan, bantu mereka melihat peluang dan mengasah bakat untuk mencari pekerjaan yang sesuai atau mungkin kembali ke alam persekolahan," cadang Dr. Norzila.

"Trauma perkahwinan dan perceraian mungkin menyebabkan mereka trauma atau fobia untuk berkahwin lagi. Mereka mungkin memerlukan psikoterapi yang akan membantu mereka untuk menganalisis keadaan, menyelesaikan masalah dan meneruskan kehidupan dengan lebih baik," terang Dr. Norzila bersungguh-sungguh supaya kanak-kanak terabit tidak hilang punca bagi meneruskan kehidupan.

Pada hakikatnya, mereka tidak sesuai berkahwin pada usia yang terlalu muda. Namun begitu, adakah dengan perkahwinan tersebut menjadikan mereka lebih matang dari segi pemikiran, tingkah laku, dan sebagainya?

"Mereka perlu dibantu untuk melihat situasi yang berlaku sebagai pengalaman berharga yang mampu menjadikan mereka lebih matang. Jika gagal mereka tidak dapat melihat sesuatu itu sebagai pengajaran dan mungkin akan mengulangi kesilapan yang sama berulang kali," tegas Dr. Norzila. Beliau berpandangan bahawa hal tersebut merangkumi sikap, tingkah laku dan pemikiran. Semuanya perlu dianalisis dengan baik supaya mereka boleh menjalani kehidupan dengan lebih baik pada masa akan datang, atau meneruskan kehidupan sedia ada dengan lebih baik.

Semua pihak perlu memainkan peranan untuk memastikan kanak-kanak mendapat pendidikan sama ada secara formal atau tidak. Apabila mereka berada di sekolah, alasan untuk mengahwinkan anak kerana masalah kemiskinan dapat dielakkan. Ibu bapa perlu memberikan hak kepada anak-anak untuk menjalani kehidupan alam kanak-kanak mereka dengan sebaik-baiknya. "Kefahaman tentang kerapuhan rumah tangga yang dibina jika berkahwin terlalu awal perlu diketahui," tegas Dr. Norzila.

Kesihatan kanak-kanak dan remaja perlu diberikan penekanan terutamanya berkaitan dengan perubahan fizikal dan emosi, cara menangani masalah emosi, juga isu sensitif seperti aspek seksualiti, masalah yang akan timbul semasa kehamilan, serta kelahiran pada usia muda yang boleh menyebabkan kematian ibu dan anak. ❀

Ikuti laporan selanjutnya berhubung titik penyelesaian kemelut perkahwinan bawah umur dalam rencana akhir keluaran hadapan.

Persediaan Mental Ibu Muda

Bagi seorang kanak-kanak perempuan dan remaja bawah umur, mereka tidak mengerti apa-apa, jauh sekali bersedia untuk bergelar seorang ibu. Untuk menjadi seorang ibu muda, apakah persediaan yang perlu dilakukan?

"Mereka perlu tahu perubahan fizikal tubuh badan mereka, perubahan emosi, apa-apa yang akan berlaku semasa kehamilan, kelahiran dan selepas melahirkan," jelas Dr. Norzila. Tambah beliau, aspek penyusuan, penjagaan semasa pantang dan semua yang berkaitan dengan proses kehamilan, serta kelahiran dan tumbesaran anak perlu diberikan perhatian oleh suami yang membuat keputusan untuk berkahwin dengan mereka.

"Yang paling penting mereka menerima anak sebagai anugerah daripada Allah SWT," nasihat Dr. Norzila. Dr. Norzila menyarankan supaya ibu muda terabit memberikan kata-kata perangsang bahawa anak mereka akan membesar menjadi anak yang baik, beriklan didikan agama, di samping bersedia untuk melakukan tugas sebagai seorang ibu dan isteri pada masa yang sama. "Beban akan