

SISTEM SOKONGAN SOSIAL REMAJA

Oleh Sharifah Nursyahidah Syed Annuar

REMAJA merupakan pelapis yang menjadi tonggak harapan kerana mereka yang akan menggantikan golongan dewasa untuk membangunkan dan mengurus negara pada masa hadapan. Remaja perlu bersedia secukupnya supaya dapat memainkan peranan tersebut dengan sebaik-baiknya apabila tiba masanya kelak. Namun begitu, tidak dapat dinafikan bahawa dalam perjalanan seseorang remaja mencari identitinya, pasti akan menemui cabaran dan halangan yang kemudiannya menimbulkan tekanan. Tambahan pula, apabila terdapat perubahan transisi daripada remaja kepada dewasa yang memerlukan untuk melakukan pelbagai penyesuaian. Perkara inilah yang akan mendatangkan ketegangan serta gangguan emosi ke atas mereka. Kajian yang telah dilakukan di dalam dan di luar negara juga mendapati bahawa terdapat beberapa punca utama tekanan yang dihadapi oleh remaja. Sebagai contoh, faktor persekolahan dan persahabatan.

Dalam hal ini, peranan sistem sokongan sosial adalah amat mustahak. Hal ini dikatakan demikian kerana sokongan sosial yang kuat mampu

mengurangkan tekanan yang ada. Secara mudahnya, sistem sokongan sosial dapat didefinisikan sebagai tingkah laku yang dapat memberikan bantuan dalam interaksi sosial. Contohnya, melalui kasih sayang yang dipamerkan dalam sebuah keluarga.

Sistem sokongan sosial yang baik dapat dihubungkan dengan kesejahteraan pemikiran seseorang. Mereka akan berupaya untuk bertindak balas dengan lebih berkesan terhadap tekanan yang berlaku ke atas mereka. Dalam konteks remaja, dapat dikatakan bahawa sistem sokongan sosial yang paling penting peranannya ialah ahli keluarga, yakni ibu bapa dan adik-beradik.

Kajian menunjukkan bahawa terdapat perkaitan antara fungsi institusi kekeluargaan dengan perkembangan anak khususnya remaja, iaitu apabila ahli keluarga yang saling bersatu padu, rapat serta tidak mengalami pertelingkahan yang serius akan memberikan proses penyesuaian yang lebih efektif kepada mereka. Hal ini dikatakan demikian kerana keluarga dapat mempengaruhi perkembangan remaja melalui pelbagai cara yang akan memberikan risiko dan kesan sama ada positif atau sebaliknya

ke atas mereka. Sebagai contoh, masalah kewangan keluarga, krisis rumah tangga ibu bapa, dan keluarga induk tunggal. Bagi anak remaja, perkara sebegini akan menyebabkan mereka mudah tertekan dan cenderung untuk melakukan sesuatu yang di luar kebiasaan supaya mereka dapat melupakan masalah yang menimpa. Lebih-lebih lagi, penyelidik telah mendapati bahawa rata-rata remaja yang terlibat dalam gejala sosial datang daripada keluarga yang bermasalah. Namun begitu, tidak dapat dinafikan bahawa perkara ini juga dapat diatasi sekiranya seromit mana sekalipun kesusahan yang sedang ditanggung oleh sebuah keluarga, ada ahli keluarga terutama ibu bapa yang bijak memainkan peranan untuk mendekati dan mengenali anak remaja mereka dengan lebih baik, sehinggalah seterusnya dapat mengukuhkan institusi kekeluargaan itu sendiri.

Golongan remaja mahu dilayan seperti orang dewasa. Walau bagaimanapun, ada ibu bapa yang masih masuk campur dalam setiap perkara yang dilakukan oleh anak remaja mereka. Memang tidak ada salahnya apabila ibu bapa ingin memberikan pertolongan kepada anak kerana mereka

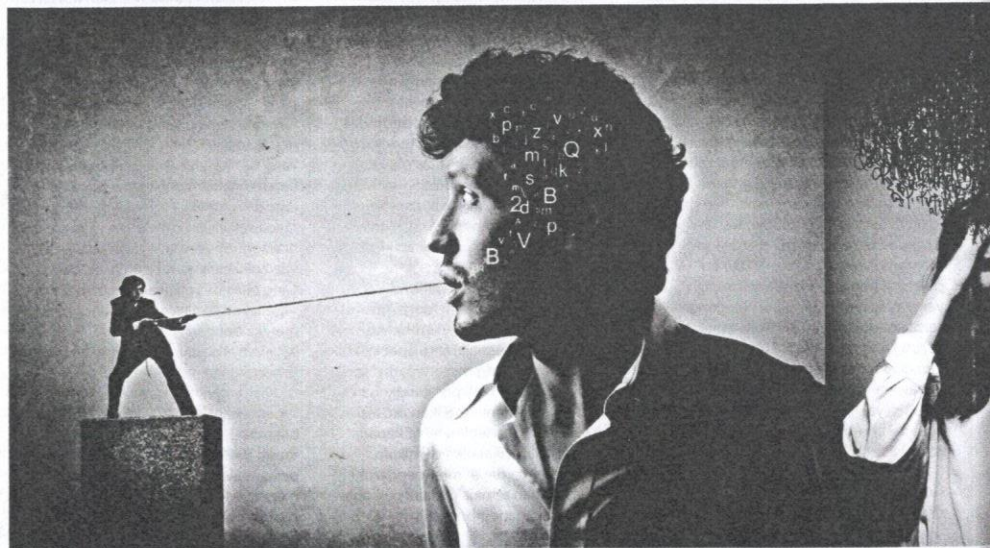
mungkin terlebih dahulu "makan garam" berbanding dengan golongan muda. Namun begitu, sikap ibu bapa yang kurang sabar, tidak bertolak-ansur dan terlalu keras dalam hal mendidik anak akan mendorong kepada kesudahan yang tidak dikehendaki. Yang lebih membimbangkan adalah apabila ibu bapa meletakkan harapan yang tidak realistik terhadap pencapaian dan masa hadapan anak, khususnya dalam pendidikan dan kerjaya. Hal ini membatasi pergaulan ibu bapa dengan anak sehinggakan tiada lagi kemesraan dan konflik akan mula tercetus. Apa-apa yang remaja mahukan cuma penghargaan sebagai individu yang sedang bergerak ke peringkat kedewasaan.

Sikap ibu bapa yang kurang memahami ini seharusnya diberi perhatian. Remaja ingin mendapatkan pelbagai pengalaman yang biasanya diperoleh dalam peringkat usia tersebut seperti teman mereka yang lain. Ketika inilah peranan ibu bapa sepatutnya digerakkan, iaitu dengan memberikan kebebasan, dan diikuti dengan nasihat yang sewajarnya supaya remaja ini tidak

bertindak melulu, bukannya dengan mengenalkan peraturan yang tidak rasional. Hal ini dikatakan demikian kerana perkara tersebut hanya akan mengakibatkan remaja memberontak akibat tidak memiliki ruang dan peluang untuk mereka mencari erti serta makna kehidupan. Bahkan, ibu bapa sepatutnya menjadi teman rapat kepada anak, tempat untuk mereka meluahkan perasaan, selain tempat bermanja dan berkasih sayang.

Mungkin istilah "sekolah ialah rumah kedua" agak klise, namun hal ini ialah hakikat kerana golongan remaja yang kebanyakannya datang dari kelompok umur 13 hingga 19 tahun meluangkan sebahagian masa mereka dengan berada di sekolah. Suatu ketika dahulu, guru yang menunjangi fungsi sekolah amat mementingkan nilai kasih sayang dalam usaha mendidik pelajar, namun begitu pada hari ini nilai sebegini jarang-jarang dapat diperhatikan lagi. Terdapat guru yang tidak mengambil tahu tentang masalah yang sedang dialami oleh pelajar. Hal ini dikatakan demikian kerana terdapat dalam kalangan golongan remaja ini

yang hadir ke sekolah kerana mencari sesuatu yang tidak dapat ditemukan di rumah termasuklah kasih sayang, harga diri, dan penghormatan. Sekolah yang ditugaskan tanpa memberikan pengajaran yang bersifat menyeluruh dan menggunakan pendekatan yang lebih mesra. Guru seharusnya boleh bertindak untuk memberikan bimbingan dan nasihat kepada golongan remaja ini. Salah satu kaedah yang dapat dilakukan adalah dengan melalui penegehuan positif, iaitu dengan memberikan pujian atau hadiah semasa berperakui remaja yang bertingkah laku baik. Kaedah ini efektif untuk membantu membina hubungan yang sihat antara pihak sekolah dengan pelajar. Tambahan pula, cara sebegini mempunyai keupayaan untuk mencorakkan sikap dan tingkah laku golongan remaja serta seterusnya dapat mempengaruhi nilai sosial mereka menerusi persekitaran, amalan dan polisi yang dipraktikkan oleh sekolah. Sememangnya sekolah merupakan institusi pendidikan yang berperanan



besar untuk melahirkan remaja yang seimbang bukan sahaja dari aspek intelek dan jasmani tetapi juga dari segi emosi dan rohani.

Interaksi sosial dalam hubungan persahabatan lebih banyak berlaku ketika masa remaja. Interaksi ini tidak terhad dalam lingkungan keluarga dan sekolah semata-mata. Oleh sebab itu, rakan sebaya amat penting kepada remaja kerana golongan ini menganggap bahawa mereka mempunyai pemikiran yang sama dan oleh itu lebih selesa serta senang bagi mereka untuk meluahkan perasaan dan pendapat. Tidak hairanlah sekiranya golongan remaja lebih mempercayai rakan sebaya berbanding ibu bapa mereka.

Oleh hal yang demikian, amat penting untuk memilih kawan yang betul kerana norma sikap mereka akan diperhatikan. Pengaruh kawan dalam kehidupan memang tidak dapat dinafikan. Rakan sebaya berupaya untuk mempengaruhi golongan remaja secara positif sekiranya mereka memiliki cara bersahabat dan berkomunikasi dengan berkesan, di samping menjadi contoh teladan yang baik. Hal ini dikatakan demikian kerana

mereka dapat berperanan dalam konteks memberikan teguran dan nasihat secara terbuka serta jujur. Kaedah ini membantu dalam pembentukan konsep sendiri dan identiti remaja. Lebih-lebih lagi, ada rakan sebaya yang mendengar dengan aktif, memahami perasaan, serta bersikap empati. Kawan inilah yang akan menyokong remaja ketika menghadapi masalah sehari-hari dan memupuk harga diri mereka dengan baik.

Dalam proses perkembangan diri remaja, banyak keperluan mereka yang harus diberikan perhatian oleh semua pihak. Dapat dikatakan bahawa remaja amat menginginkan kebebasan daripada kongkongan ibu bapa dan orang dewasa yang lain. Keinginan untuk mendapatkan autoriti inilah yang menimbulkan konflik terhadap diri mereka dan juga kepada orang di sekitar mereka. Mereka mahu berdiri di atas kaki sendiri. Walau bagaimanapun, sifat manusia yang saling memerlukan menuntut golongan remaja ini untuk tidak bersendirian. Oleh sebab itulah mereka harus mempunyai sistem sokongan sosial yang baik, khususnya daripada keluarga, sekolah dan juga rakan

sebaya. Hal ini merupakan mekanisme yang baik untuk meningkatkan kendiri remaja dalam usaha menghadapi kehidupan yang mencabar. Tambahan pula, sebarang masalah yang dapat menghasilkan tekanan dapat diatasi dengan adanya satu sistem sokongan sosial yang melibatkan individu yang mengambil berat terhadap golongan remaja tersebut. Langkah ini mampu meringankan tekanan yang dihadapi menerusi hubungan sosial dengan orang lain. Misalnya, apabila pihak tertentu menjadi tempat rujukan bagi remaja untuk meluahkan perasaan dan berbincang tentang masalah selain untuk mendapatkan bantuan dan sokongan. Hubungan interpersonal amat penting selain peranan yang dimainkan oleh mereka yang dirujuk tersebut bagi membantu mengurangkan kekusutan yang dialami oleh remaja dengan cara yang betul. Mereka secara konsisten harus memberikan galakan dan sokongan kepada golongan remaja untuk mengelakkan golongan ini daripada terlalu tertekan dan seterusnya melibatkan diri dengan perkara yang tidak bermanfaat. 