

KETAHANAN DIRI BELIA

Belia negara seringkali terdedah dengan seribu macam cabaran dan penyakit sosial. Suatu ketika dulu, saban hari kita disogokkan dengan berita di media massa akan gejala lepak dalam kalangan remaja-remaja yang masih bersekolah. Pusat-pusat membeli belah sering menjadi sasaran remaja menghabiskan masa melepak dengan rakan sebaya sehingga ada yang sanggup ponteng sekolah. Fenomena ini mendapat perhatian meluas daripada semua pihak termasuk badan-badan bukan kerajaan, ibu bapa, agensi-agensi berwajib dan sebagainya.

Mengapa semua ini berlaku? Apakah remaja kita begitu mudah terpengaruh dengan unsur-unsur negatif? Apa yang bakal terjadi kepada remaja-remaja kita? Kemanakah hala tuju negara? Mampukah belia-belia harapan bangsa ini menggalas aspirasi negara pada masa hadapan? Mampukah kita terus mempertahankan kemerdekaan yang telah diperjuangkan dengan titisan darah pahlawan-pahlawan terdahulu? Berjayakah kita mencapai wawasan 2020 yang telah kita impikan untuk sekian lama? Semua ini mampu kita jawab dengan satu keyakinan iaitu hanya belia yang mempunyai ketahanan diri yang kuat sahaja mampu menangkis segala cabaran dan rintangan yang mendatangi mereka. Tanpa ketahanan diri yang jitu, mungkin belia akan hanyut dalam arus globalisasi yang begitu menyesakkan ini.

Untuk membela nasib bangsa dan negara tercinta ini agar mampu terus bertahan pada masa akan datang, adalah amat penting untuk mempersiapkan belia negara dengan ketahanan diri yang kukuh. Belia negara harus mengalami anjakan paradigma dengan pemupukan ciri-ciri yang mampu memperkuatkan daya tahan mereka. Jati diri yang kuat dan kukuh mampu membantu belia membina benteng pertahanan diri daripada pelbagai unsur yang tidak sihat. Ketahanan diri yang jitu juga diyakini mampu membuat belia bingkis bangkit melawan kesukaran atau kepayahan yang mereka alami sepanjang menempuhi alam remaja yang begitu mencabar. Kualiti ketahanan diri telah sedia wujud dalam kalangan rakyat negara ini melalui sejarah yang telah dibuktikan.

Remaja atau belia juga diyakini mempunyai potensi besar dalam diri mereka. Mereka mampu untuk membina benteng ketahanan diri kerana kualiti itu telah sedia ada dalam diri mereka. Apa yang perlu sekarang adalah untuk menggilap dan memperkukuhkan lagi kualiti ketahanan diri ini seiring dengan perubahan pesat yang melanda negara. Sesungguhnya, dengan adanya ciri-ciri ketahanan diri (seperti Jadual 1) yang kuat di kalangan belia, diyakini negara mampu terus berdaya saing dan menjadi sebuah negara yang cemerlang, gemilang dan terbilang!

Jadual 1: Ciri-ciri Individu Dengan Ketahanan Diri

Faktor Pelindung Dalam	Huraian
1. Keperibadian/ Temperamen	<ul style="list-style-type: none"> • Belia yang mempunyai temperamen yang positif lebih mudah menguruskan cabaran yang dihadapi serta mampu menangani tekanan dalam hidupnya dengan lebih baik.
2. Sifat Humor	<ul style="list-style-type: none"> • Individu yang humor mampu untuk tertawa terhadap dirinya sendiri dan ketawa bersama orang lain iaitu tidak terlalu serius dalam reaksinya terhadap sesuatu perkara dan menganggapnya sebagai sesuatu yang melucukan dan menghiburkan.
3. Kemahiran Penyelesaian Masalah	<ul style="list-style-type: none"> • Kemahiran menyelesaikan masalah dapat membantu belia untuk berhadapan dengan kesukaran dan cabaran yang dihadapi dalam kehidupan seharian.
4. Autonomi	<ul style="list-style-type: none"> • Autonomi adalah kesedaran terhadap diri, identiti, kemampuan untuk bertindak secara berdikari dan kemampuan untuk mengawal persekitaran luaran. Kesemua aspek ini meningkatkan rasa harga diri dan penguasaan penuh terhadap diri sendiri.
5. Lokus Kawalan Dalam	<ul style="list-style-type: none"> • Mereka yang mempunyai lokus kawalan dalam percaya bahawa mereka boleh menentukan takdir sendiri. Mereka yakin melalui kerja keras, kemahiran dan latihan, mereka mampu mencari peneguhan dan mengelak daripada hukuman.
6. Orientasi Masa Hadapan dan Mempunyai Arah Tuju	<ul style="list-style-type: none"> • Belia yang mempunyai orientasi masa hadapan lebih bermotivasi dalam mencapai matlamat yang ditetapkan. Belia sebegini mempunyai arah dan tujuan dalam hidupnya.
7. Optimistik	<ul style="list-style-type: none"> • Individu yang bersikap optimistik akan melihat dunia

	dengan pandangan yang positif dan sesuatu situasi juga sebagai positif.
8. Penghargaan Kendiri	<ul style="list-style-type: none"> • Penghargaan sendiri menggambarkan bagaimana seseorang individu menilai dirinya sendiri sama ada dengan nilai-nilai yang positif atau pun negatif.
9. Efikasi Diri	<ul style="list-style-type: none"> • Efikasi diri adalah persepsi individu tentang kemampuannya untuk mencapai matlamat. Individu yang mempunyai tahap efikasi diri yang tinggi mampu untuk melaksanakan tugas dan menangani halangan atau situasi mencabar dengan baik.
10. Kecekapan/Kemahiran Sosial	<ul style="list-style-type: none"> • Belia dengan kecekapan sosial mampu menyesuaikan diri dalam pelbagai situasi dan tekanan persekitaran sosial terutamanya yang melibatkan perhubungan dengan rakan sebaya dan orang dewasa.
Faktor Pelindung Luaran	Huraian
1. Keluarga	<ul style="list-style-type: none"> • Hubungan yang rapat dengan sekurang-kurangnya seorang ahli keluarga yang menyokong • Adanya model contoh yang positif • Gaya layanan ibubapa yang bersifat <i>autoritatif</i> • Hubungan keluarga yang positif • Persekitaran rumah yang teratur • Emosi yang terjamin di mana anak berasa dipunyai, selamat, dan dibelai mesra secara konsisten • Ibu bapa terlibat dengan pendidikan anak dan meletakkan jangkaan yang <i>realistic</i> terhadap anak
2. Sekolah	<ul style="list-style-type: none"> • Jangkaan prestasi yang tinggi dan positif tetapi realistik daripada pihak guru dan sekolah. • Pihak sekolah dan guru yang menggalakkan kejayaan. • Peluang untuk menyertai dan menyumbang dalam aktiviti sekolah yang bermakna. • Perhubungan yang baik dan mengambil berat di antara pihak sekolah, guru dan pelajar
3. Komuniti	<ul style="list-style-type: none"> • Persekitaran yang kolektif dan kohesif (bersatu). • Tahap keselamatan awam yang baik. • Peluang untuk belia membuat sumbangan positif kepada komuniti. • Kemudahan penjagaan kesihatan awam yang baik. • Nilai dan norma komuniti yang positif dan jelas. • Polisi pencegahan yang berkesan. • Terdapat nilai “hubungan/jalinan” dengan komuniti

Sumber: Prof. Rohani Nasir et. Al (2009): Modul Ketahanan Diri (Bantuan Geran Penyelidikan IPPBM 2008/2009)