

Sedih, marah, kesal, luhul dan pelbagai perasaan bercampur-baur menerima perkhabaran yang paling mendukacitakan ini. Bagai kaca terhempas ke batu, itulah ibaratnya. Ia tidak pernah terlintas dalam kotak fikiran manusia normal akan berlaku dalam sebuah kehidupan, apatah lagi ia dilarang keras oleh kebanyakan agama.

Apakah yang mendukalarkan kita itu? Ia adalah fenomena bunuh diri dalam kalangan remaja kita pada hari ini...

Mengambil nyawa sendiri adalah tindakan yang salah dalam agama Islam dan juga agama-agama lain. Walaupun menyedari hukum ini, masalah bunuh diri dalam kalangan remaja seolah-olah tiada pengakhirannya.

Kita pula seakan bungkam, hanya mampu melihat dan membaca beritanya di dada-dada akhbar. Kata-kata sukar diluahkan, dan rasa takut menyelubungi apatah lagi jika melibatkan darah daging sendiri. Anak remaja yang diharapkan meneruskan kelangsungan generasi masa hadapan, tidak disangka begini pengakhirannya.

Laporan Kesihatan Mental Remaja di Malaysia (umur 13 - 17 tahun) dalam Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (KKMK) 2017 menunjukkan bahawa kecenderungan remaja mengalami simptom stres mencapai 9.6%. Rumusan laporan tersebut menyatakan bahawa remaja yang mengalami simptom stres bersekolah di bandar (10.3%), remaja perempuan (10.3%), pelajar tingkatan 1 (11%) dan datang daripada keluarga berpisah (14.9%). Sebanyak 28.8% responden pula menunjukkan simptom stres iaitu berasa amat kesunyian dan suka menyendiri untuk tempoh 12 bulan kebelakangan.

KEMURUNGAN

KKMK 2017 juga menunjukkan kemurungan, kebimbangan dan stres merupakan impak yang dirasai oleh remaja yang berasa amat sunyi, sukar tidur pada waktu malam, merokok, mengambil minuman beralkohol, menggunakan marijuana, terlibat dalam aktiviti seksual, dibuli dan berpengalaman didera secara fizikal.

KKMK 2017 turut mendedahkan bahawa 10 peratus remaja mempunyai idea membunuh diri, 7.3 peratus merancang untuk bunuh diri dan

KAIN PUTIH YANG HITAM...

Fenomena bunuh diri remaja dan peranan ibu bapa



Anak-anak remaja amanah ibu bapa, coraklah mereka secantik dan seindah mungkin.



PROFESOR DR ZAFIR KHAN MOHAMED MAKBUL

Timbalan Dekan
Fakulti Ekonomi dan Pengurusan
Universiti Kebangsaan Malaysia

6.9 peratus melakukan cubaan untuk bunuh diri.

Jika diamati secara menyeluruh, Pusat Registri Bunuh Diri Kebangsaan Malaysia (National Suicide Registry Malaysia - NSRM) mendapati sekurang-kurangnya dua orang membunuh diri setiap hari dengan kadar purata 60 orang dalam sebulan.

Fenomena bunuh diri di Malaysia kini didapati menyamai trend bunuh diri di Amerika Syarikat. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mendapati setiap tahun, sejuta orang akan meninggal dunia kerana membunuh diri, dengan purata sebanyak 3,000 kes setiap hari.

China merekodkan kes paling tinggi. Dianggarkan setiap tahun, lebih 300,000 penduduk China membunuh diri, iaitu lebih sepuluh kali ganda daripada jumlah bunuh diri tahunan di Amerika Syarikat. Negara lain yang mencatat kejadian bunuh diri

tinggi termasuklah Jepun dan Korea.

Kecenderungan remaja membunuh diri boleh dikaitkan dengan pelbagai faktor. Faktor sosioekonomi dan persekitaran seperti kemiskinan dan kesukaran meneruskan survival menjadi penyebab kepada perlakuan bunuh diri.

SOSIOEKONOMI

Kemiskinan menyebabkan remaja tidak mendapat pendidikan terbaik dan ada dalam kalangan mereka tidak berupaya meneruskan persekolahan. Di pihak ibu bapa pula, mereka terpaksa membanting tulang empat kerat demi memenuhi tuntutan keperluan hidup.

Kedudukan sosioekonomi sebegini menyebabkan anak-anak remaja yang tercicir persekolahan berasa terabai serta kesunyian. Fenomena keciciran dalam pendidikan dan kepayahan meneruskan kehidupan akan menjadi parah apabila berlaku penceraihan dan keruntuhan institusi kekeluargaan.

Bagi golongan yang berkemampuan memberikan pendidikan terbaik kepada anak-anak pula, tekanan berterusan biasanya diberikan kepada remaja untuk mencapai hasrat dan sasaran ibu bapa. Tidak cukup dengan belajar secara formal di sekolah, remaja dihantar pula ke kelas tambahan di sebelah malam atau cuti hujung minggu.

Dek takutkan cabaran dunia masa hadapan, pelbagai kemahiran tambahan cuba dibekalkan kepada remaja. Ibu bapa pula terus bekerja keras mencari wang untuk memastikan anak-anak mendapat pendidikan yang terbaik. Masa berkualiti untuk bersama anak-anak semakin terhad.

Ada sesetengah remaja gagal menyesuaikan diri dengan persekitaran ini. Tanpa sokongan ibu bapa, mereka berasa amat kosong serta berbeza daripada rakan sebaya yang lain. Tekanan demi tekanan yang diberikan kepada remaja oleh ibu bapa tanpa disedari menyebabkan stres yang melampau dalam jiwa mereka.

Sudah lumrah dunia semua ibu bapa mengimpikan kejayaan anaknya, tetapi bagaimana pula jika sebaliknya? Kegagalan akademik dilihat sebagai faktor pencetus pelbagai tindakan negatif termasuk perlakuan bunuh diri dalam kalangan remaja.

Ini kerana, terdapat remaja yang terlalu stres apabila dia gagal memonuhi impian orang tuanya. Selain itu, terdapat juga remaja yang berniat membunuh diri demi mendapatkan perhatian keluarga.

PENGARUH TEKNOLOGI

Perkembangan teknologi komunikasi dan multimedia juga merupakan antara penyebab kepada peningkatan gejala bunuh diri dalam kalangan remaja. Anak-anak remaja telah dikotahai sebagai pengguna tegar gajet pintar.

Mereka sanggup berkurung di bilik masing-masing melayan pelbagai aplikasi media sosial seperti WhatsApp, YouTube, Twitter, WeChat, Snapchat, Facebook Messenger, LINE dan Instagram. Gajet dan segala aplikasinya menjadi teman karib mereka dalam semua aktiviti seharian.

Wabak ketagihan gajet dalam kalangan remaja sebenarnya mengundang pelbagai jenayah siber. Ia menyebabkan remaja terlibat dalam pelbagai masalah berkaitan persahabatan, percintaan, hubungan rakan sebaya dan seumpamanya yang boleh meruntuhkan institusi kekeluargaan.

Kajian menunjukkan kebergantungan yang tinggi terhadap teknologi komunikasi dan multimedia boleh menyebabkan kemurungan, kelesuan, sukar bertutur dan masalah psikologi.

Faktor psikologi atau psikiatri seperti kemurungan, skizofrenia, penyalahgunaan ubatan, alkohol dan gangguan personaliti turut mencetus kepada perlakuan bunuh diri dalam kalangan remaja.

Zaman remaja juga boleh menjadi tempoh sukar disebabkan tekanan rakan sebaya, perubahan hormon dan pelbagai faktor lain. Ini turut membawa kepada kemurungan dan keinginan bunuh diri, lalu mendorong mereka untuk cuba menamatkan nyawa masing-masing.

Semua pihak terutamanya remaja harus sedar bahawa tindakan negatif seperti bunuh diri tidak akan menyelesaikan masalah. Ia sebaliknya mencetuskan pelbagai masalah lain yang memberi impak besar dalam kehidupan dan sosial.

Untuk mengawal gejala bunuh diri dalam kalangan remaja, mereka perlu dibenarkan pendidikan tentang strategi daya tindak terhadap stres, kemurungan dan kebimbangan. Itu sensitif ini boleh menjadi barah yang menghalang pembangunan dan kesejahteraan dalam sesebuah negara jika dibiarkan berlarutan.

Anak-anak remaja adalah tabula rasa yang diamankan kepada ibu bapa. Oleh itu, coraklah mereka secantik dan seindah mungkin. Biarlah kepulauan mereka menghadap Tuhan suatu hari nanti dalam keadaan putih bersih, sama seperti ketika mereka dilahirkan ke dunia. Jangan dibiarkan kain yang putih bertukar menjadi hitam pada pengakhirannya.

Tekanan demi tekanan yang diberikan kepada remaja oleh ibu bapa, ditambah dengan persekitaran yang penuh stres, menjadi faktor yang mendorong mereka...

