

**PENDEKATAN RAKAN SEBAYA SEBAGAI MEDIA BERKESAN DALAM
 PENGURUSAN WARGA EMAS MUSLIM: SATU KAJIAN KES DI
 PERSATUAN WARGA EMAS DI LEMBAH KLANG**

**PEER APPROACH AS THE EFFECTIVE MEDIUM IN MANAGING MUSLIM
 ELDERLY: A CASE STUDY IN ELDERLY SOCIETY AT KLANG VALLEY**

Othman Ab Rahmanⁱ

ⁱProfessor Madya, Universiti Sains Islam Malaysia, Bandar Baru Nilai, Negeri Sembilan.
 othmanrahman@usim.edu.my

Article Progress

Received: 30 Oktober 2018

Revised: 25 December 2018

Accepted: 26 December 2018

Abstrak	Abstract
<p><i>Isu pengurusan warga emas sering diperbincangkan kerana masih belum menemui jawapan yang memuaskan kepada semua pihak. Penubuhan kelab warga emas di Lembah Klang telah menarik perhatian pengkaji. Satu kajian kes etnografi telah dijalankan terhadap dua buah kelab dan persatuan warga emas di sekitar Lembah Klang. Data kualitatif diperolehi melalui pemerhatian, analisis dokumen, temubual dan penglibatan turut serta terhadap organisasi berkenaan. Dapatan menunjukkan terdapat elemen-elemen positif apabila warga emas menyertai kelab atau persatuan warga emas. Antaranya, kejayaan kelab beroperasi lebih 11 tahun yang telah diurus dengan baik dengan keahliannya mencecah lebih 400 orang. Dapatan juga menunjukkan kejayaan kelab sehingga mampu membawa pasukan badminton dan golf mengadakan perlawanan persahabatan di luar negara. Selain itu, kelab warga emas ini juga berjaya mengadakan aktiviti-aktiviti sosial lain seperti Sambutan Hari Raya Aidil Fitri, Program Hari Keluarga, Sambutan Hari Sukan Negara. Dapatan di atas menunjukkan bahawa aktiviti kelab warga emas</i></p>	<p><i>Issues related to elderly management has since been discussed widely. Until today, comprehensive solution to satisfy every stakeholder related to elderly management is still unresolved. The establishment of elderly club in Klang Valley had gained researcher's interest. Hence, two (2) ethnographic research has been conducted at these association. Qualitative data has been collected via document analysis, interview and researchers involvement in these club. The result shows that the elderly gained positive impact by joining the club activity. The club's 11 years establishment with more than 400 members is part of their achievement to be proud of. Their participation in golf tournament and badminton friendly match in other country adds to the club's success story. The researcher also found that the elderly had actively organizing Hari Raya event, Family Day and also National Sports Day celebration. These findings proves that the elderly club had instilled cooperation between its member hence fulfilling four of their needs such as recreation,</i></p>

<p><i>berjaya mengerakkan kerjasama antara rakan sebaya sehingga mampu memenuhi empat keperluan lain iaitu rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang serta kebolehan berinteraksi. Kesimpulannya pendekatan rakan sebaya mampu menjadi media yang berkesan untuk pengurusan warga emas Muslim.</i></p> <p>Kata kunci: Pendekatan rakan sebaya, media, pengurusan warga emas</p>	<p><i>mobility, love and interpersonal communication. The researcher observed that peer group approach will be able to function as an effective medium for Muslim elderly management.</i></p> <p>Keyword(s): Peer group approach, medium, elderly management</p>
---	---

PENGENALAN

Secara umumnya warga emas ditakrifkan sebagai individu yang berumur 60 tahun ke atas (Nurul Aini Mudayat, 2014). Takrifan ini telah dikemukakan sebelum ini oleh Normala (2012). Tahap umur sedemikian diterima pakai sebagaimana dipersetujui oleh *United Nations World Assembly On Ageing* di Vienna (PBB, 1982) dan dipersetujui oleh kalangan negara-negara Asean.

Berita Harian (13 Mac 2011, dalam Portal Kementerian Kesihatan Malaysia, 2015) melaporkan bahawa Malaysia adalah antara negara yang mengalami peningkatan dan pertambahan peratus warga emas dengan cepat. Bilangan warga emas di Malaysia akan meningkat daripada 7% pada tahun 2007 kepada 15% pada tahun 2035 (Sakinah Harith, Suzana Shahar, Noor Aini Mohd Yusoff, & Poi, 2010). Pertambahan dua kali ganda ini menyebabkan aspek pengurusan kesihatan dan kesejahteraan psikologi warga emas perlu lebih diberi perhatian oleh masyarakat dan kerajaan.

Pernyataan Masalah

Menurut Portal Kementerian Kesihatan (2015) peratus warga emas yang mengalami masalah kesihatan lebih tinggi kepada mereka yang berada di pusat jagaan (45% hingga 80%) berbanding warga emas yang berada di komuniti (antara 25% hingga 50%) sahaja. Ini menunjukkan tahap kesihatan warga emas yang tinggal di pusat jagaan lebih merosot berbanding dengan warga emas yang tinggal di rumah sendiri atau bersama anak-anak di taman atau di kampung. Masalah kesakitan selalunya tidak dilaporkan kerana sesetengah warga emas percaya bahawa kesakitan merupakan proses penuaan yang biasa kepada mereka. Tambahan pula gejala kesakitan yang dialami oleh warga emas mungkin berbeza daripada gejala kesakitan yang biasa ditemui pada golongan orang-orang muda.

Menurut Portal Jabatan Perkhidmatan Awam (2015) lagi terdapat lapan (8) keperluan warga emas untuk hidup sihat. Antaranya ialah makanan seimbang (*nutrition*), keselamatan (*safety*), tempat tinggal (*shelter*), agama (*religion*), rekreasi (*leisure*), kebolehan bergerak (*mobility*), kasih sayang (*love*) dan kebolehan berinteraksi (*interpersonal communication*). Sekiranya lapan (8) keperluan di atas

tidak dapat dipenuhi, warga emas boleh terdedah kepada penyakit-penyakit seperti radang paru-paru, infeksi pundi kencing, pundi hempedu dan sebagainya. Selain itu mereka juga terdedah kepada penyakit berkaitan barah, penyakit perubahan merosot (*degenerative*), penyakit kronik *disability* seperti terjatuh dan *immobile*, penyakit masalah sosial seperti sunyi, bingung, muram, kurang zat makanan dan penyakit-penyakit yang dihadapi oleh orang-orang muda seperti darah tinggi.

Kebanyakan penyakit yang dihadapi oleh warga emas boleh dicegah daripada menjadi semakin teruk jika diberi rawatan dan pengurusan warga emas yang baik di peringkat awal. Ini memerlukan perhatian daripada semua pihak seperti anak-anak (penjaga warga emas), kakitangan yang terlibat mengurus kesihatan termasuk doktor kepada masyarakat.

Islam sangat menitikberatkan kepentingan mengurus ibu bapa terutama mereka yang sudah mencapai umur warga emas. Allah Subhanahu wa Ta'ala berfirman:

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا

“Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun. Dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapa ... ” [an-Nisa' 4:36].

Seterusnya dalam surah Luqman ayat 14 Allah Subhanahu wa Ta'ala telah berfirman:

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ

“Dan Kami perintahkan kepada manusia (berbuat baik) kepada dua orang ibu-bapanya, ...”

Selanjutnya Allah menyebutkan alasan perintah ini iaitu:

حَمَلَتْهُ أُمُّهُ وَهْنًا عَلَىٰ وَهْنٍ

“ibunya telah mengandungnya dalam keadaan lemah yang bertambah-tambah”. Maksudnya ibunya berada dalam keadaan lemah dan berat ketika mengandung. Seterusnya melahirkan, mengasuh dan menyusuinya dalam tempoh dua tahun pertama (iaitu tempoh di mana bayi hanya mendapatkan makanan dari meminum susu ibunya sahaja).

Sumber naqli yang dikemukakan di atas menunjukkan bahawa Allah swt memerintahkan anak-anak bertanggungjawab terhadap kedua orang tua mereka. Tanggungjawab ini berhubung dengan menjaga, merawat dan mengurus keperluan hidup ibu-bapa terutama apabila mereka menjangkau usia warga emas.

Sumber aqli pula boleh dirujuk Teori Perkembangan Psikososial oleh Erik Erikson (1959). Model Perkembangan Psikososial oleh Erik Erikson (1959) telah mengklasifikasikan golongan warga emas akan melalui suatu tahap yang dipanggil Fasa Integriti lawan Putus asa iaitu kemampuan perkembangan warga

emas mengatasi krisis psikososialnya. Dalam fasa ini warga emas cenderung melakukan cerminan diri terhadap masa lalu. Banyak stereotip positif dan negatif yang mampu mempengaruhi keperibadian warga emas. Hal ini dapat dilihat dengan jelas pada hubungan sosial dan produktivitinya. Fasa ini merupakan kemuncak perkembangan iaitu berkaitan dengan kejayaan hidup berkeluarga dan kerjaya mereka yang akan menimbulkan kepuasan dalam diri. Integriti penting dalam menghadapi kehidupan dengan rasa kepuasan dan bahagia.

Integriti diibaratkan sebagai suatu keadaan yang dicapai seseorang setelah memelihara produk-produk dan idea-idea setelah berhasil melakukan penyesuaian diri dengan berbagai kejayaan dan kegagalan dalam kehidupannya. Integriti juga adalah perasaan positif yang menjadi sebahagian dari aturan kehidupannya. Integriti boleh mencerminkan kembali takdir diri sendiri secara berhikmah setiap perjalanan hidup sama ada pahit manis, suka duka, cubaan dan kurniaan, halangan dan laluan. Dalam fasa ini, warga emas telah mengumpulkan pengalaman dan mengambil iktibar dari pengalaman, menajamkan hikmah dan kebijaksanaan, membuang kegagalan ketika usia muda yang lepas, lebih santun, lebih berhati-hati, melempar jauh kegopohan lepas, melihat sesuatu dengan hikmah dan penuh penelitian serta mensyukuri atas segala nikmat yang diperolehi selama ini. Usia enam puluhan adalah usia matang yang berbekalkan pengalaman enam dekad. Maka tidak hairan tokoh-tokoh pemimpin muncul secara matang pada usia ini.

Menurut Eric Erikson (1959) lagi, lawan kepada integriti adalah putus asa, iaitu rasa takut mati dan hidup terlalu singkat, rasa kekecewaan. Warga emas yang tidak berhasil integritinya pada fasa ini, akan merasa bahawa hidupnya hanyalah sia-sia dan mengalami banyak penyesalan. Individu akan merasa kepahitan hidup dan putus asa. Usia ini banyak menimbulkan masalah baharu dalam kehidupan seseorang. Walau pun mereka mempunyai banyak masa ketika itu, namun oleh kerana kemerosotan fizikal dan mental serta penyakit menyebabkan mereka berasa lemah dan pergerakan mereka menjadi terbatas dan kurang upaya. Keyakinan diri semakin digoyahkan oleh usianya yang mendekati kematian. Akibat perubahan fizikal yang semakin merosot maka perubahan ini akan sangat berpengaruh terhadap peranan dan hubungan dirinya dengan persekitarannya.

Dengan semakin lanjut usia seseorang secara beransur-ansur ia mulai melepaskan diri dari kehidupan sosialnya kerana berbagai batasan yang dimilikinya. Keadaan ini mengakibatkan interaksi sosial warga emas menurun, sama ada secara kualiti mahupun kuantitinya sehingga hal ini secara perlahan mengakibatkan terjadinya kehilangan dalam berbagai hal seperti kehilangan peranan ditengah masyarakat, hambatan masalah fizikal dan komitmen berkurangan. Walaupun masih memiliki beberapa keinginan atau tujuan yang akan dicapainya tetapi kerana faktor usia semangat mereka menjadi luntur. Dalam situasi ini individu tersebut mudah merasa putus asa. Jalan pintas yang dilakukan oleh seseorang yang gagal dalam tahap ini akan memilih putus asa, hal ini akan menjadi sumber ketakutan yang mendalam sehingga tiada ruang untuk mereka bergerak aktif dan dinamik.

Persoalan Kajian

Kajian ini akan merungkai persoalan:

1. Adakah aktiviti Persatuan Warga Emas boleh memenuhi keperluan rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang dan kebolehan berinteraksi?
2. Adakah pendekatan rakan sebaya boleh menjadi media berkesan dalam pengurusan warga emas Muslim?

Objektif Kajian

1. Untuk mengesan sejauh mana Persatuan Warga Emas mampu memenuhi keperluan rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang dan kebolehan berinteraksi.
2. Untuk mengesan sejauh mana pendekatan rakan sebaya mampu menjadi media berkesan dalam pengurusan warga emas Muslim.

KAJIAN LEPAS

Berasa putus asa juga berkait rapat rasa kesunyian. Menurut Siti Marziah, Khadijah & Nasrudin (2013), kesunyian merupakan satu masalah serius dan mendatangkan kesan buruk kepada 40% daripada populasi warga emas di Eropah dan Amerika Syarikat. Hasil kajian Berg, Mellstrom, Persson, & Svanborg (1981) menunjukkan kesunyian telah menyerang 24% warga emas wanita dan 12% warga emas lelaki di Sweden. Warga emas lebih cenderung untuk mengalami kesunyian kerana perubahan-perubahan hidup, kehilangan orang yang tersayang dan kemerosotan fungsi fizikal serta kognitif yang dialami (Lopata, 1995).

Warga emas di pusat penjagaan orang tua yang tidak atau jarang dilawati oleh ahli keluarga sering mengalami kesunyian berbanding yang tinggal dengan keluarga (Berg, Mellstrom, Persson, & Svanborg, 1981). Mereka ini sangat mengharapkan kunjungan anak-anak, saudara-mara serta rakan-rakan untuk menceriaan hidup. Apabila impian ini tidak dipenuhi, warga emas akan merasa kesunyian kerana dipinggirkan keluarga sendiri atas berbagai-bagai alasan. Perasaan kesunyian ini boleh memburukkan lagi tahap kesihatan mereka seterusnya memendekkan jangka hayat mereka (Luo, Hawkley, Waite, & Cacioppo, 2012). Banyak bukti yang menunjukkan bahawa kesunyian boleh mendatangkan kesan yang negatif terhadap tahap sosial, fizikal dan emosi warga emas (Creecy, Berg, & Wright, 1985). Kesunyian juga boleh meningkatkan risiko kematian (Luo, Hawkley, Waite, & Cacioppo, 2012).

Di Malaysia menjelang tahun 2020, bilangan warga emas akan meningkat kepada 2.2 juta orang atau 9.5%. Warga emas yang tinggal di komuniti seperti rumah sendiri atau rumah anak-anak lebih sihat berbanding dengan warga emas yang tinggal di pusat-pusat penjagaan orang tua terutama jika pengurusan dan kesihatan mereka diabaikan. Masalah kesunyian boleh memudaratkan kesihatan warga emas. Pengurusan kesihatan warga emas boleh ditingkatkan jika mereka

memenuhi lapan keperluan hidup seperti makanan seimbang (*nutrition*), keselamatan (*safety*), tempat tinggal (*shelter*), agama (*religion*), rekreasi (*leisure*), kebolehan bergerak (*mobility*), kasih sayang (*love*) dan kebolehan berinteraksi (*interpersonal communication*).

Warga emas yang tinggal di komuniti dikatakan lebih sihat berbanding dengan warga emas yang tinggal di pusat penjagaan orang tua. Daripada lapan (8) keperluan hidup untuk warga emas yang telah disenaraikan di atas, hanya empat (4) keperluan iaitu makanan seimbang, keselamatan, tempat tinggal dan agama boleh diperolehi melalui inisiatif sendiri. Walau bagaimana pun empat (4) keperluan lagi seperti rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang, dan kebolehan berinteraksi hanya boleh diperolehi melalui interaksi mereka dengan ahli keluarga atau orang ramai. Siapakah ahli keluarga atau orang ramai bersedia bersama warga emas menjalani kehidupan seharian? Isu penjagaan ibu bapa warga emas ini sering menimbulkan perbalahan di kalangan ahli keluarga. Bukan kerana tidak sayangkan kedua-dua ibu bapa, tetapi kesibukan kerjaya dan mengurus keluarga menyebabkan anak-anak menghadapi keterbatasan masa untuk mengurus warga emas dengan sempurna.

Perbincangan seterusnya berkaitan dengan istilah media dan pendekatan rakan sebaya yang menjadi sebahagian kepada tajuk kajian ini. Istilah media berasal dari kata Latin, merupakan bentuk jamak dari kata "medium". Secara harfiah kata tersebut mempunyai definisi "perantara" atau "pengantar", iaitu perantara sumber pesan (*a source*) dengan penerima pesan (*a receiver*). Media merupakan sebuah jalan perhubungan sesama manusia yang sudah wujud sejak manusia diciptakan (Ahmad Kamil, Mohd Fauzi, & Mohd Shamsul, 2011).

Sementara itu Jas Laile Suzana (2000), dalam tinjauan beliau terhadap remaja mendapati, rakan sebaya boleh menjadi tempat kepada seseorang meluahkan perasaan dan menyelesaikan masalah. Ini sedikit sebanyak dapat mengurangkan beban yang ditanggung oleh mereka. Othman (2006) dalam kajian beliau terhadap sekumpulan remaja yang menjalani Program Rakan Sebaya mendapati terdapat peningkatan pada tahap konsep sendiri, kemahiran kaunseling dan orientasi belajar peserta-peserta yang mengikutinya.

Dapatan di atas boleh membawa kepada suatu penemuan baharu terhadap pendekatan mengurus warga emas. Jika sebelum ini pengurusan isu remaja ditangani dengan menggunakan pendekatan rakan sebaya, bagaimana pula jika pendekatan yang sama digunakan untuk menangani isu warga emas. Mungkinkah pendekatan rakan sebaya sesama warga emas Muslim mampu menjadi media untuk meleraikan isu pengurusan warga emas?

Teori Analisis Perlakuan (*Transactional Analysis*) oleh Berne (1966) menyatakan bahawa setiap individu dilahirkan "dengan keupayaan untuk mengembangkan potensi-potensinya bagi kebaikan maksimum untuk dirinya dan orang lain". Teori Analisis Perlakuan ini telah mengukuhkan penemuan bahawa perhubungan bersama rakan sebaya lebih berkesan berbanding dengan individu

lain kerana terdapat persamaan kefahaman seperti mana konsep “*I’m OK, You’re OK*”

Penubuhan Kelab Warga Emas Dato’ Keramat (KAWE) yang berpusat di Lembah Klang telah menunjuk ruang kepada perbincangan di atas. Penubuhan kelab tersebut bertujuan untuk memberikan perkhidmatan khusus untuk warga emas dan pesara yang secara sukarela tinggal dan menghabiskan baki kehidupan mereka dan keadaan sebaik mungkin. Mereka juga boleh berkongsi pengalaman bersama-sama rakan sebaya.

Sebuah lagi kelab yang dipanggil Kelab Warga Tua juga telah ditubuhkan di Lembah Klang. Tinjauan rintis yang dibuat juga mendapati tujuan penubuhannya juga adalah untuk memberikan perkhidmatan kepada warga emas. Mereka menjemput semua warga emas dari kawasan berdekatan untuk melakukan kegiatan bersama-sama seperti bersenam, bermain, syarahan agama, berkaraoke, sesi kaunseling, pemeriksaan kesihatan, jamuan makan dan persembahan. Mereka yang mempunyai kemahiran kraf tangan juga boleh berkongsi pengetahuan dan kemahiran antara satu sama lain.

Seperti mana yang dibincangkan di atas, empat (4) keperluan hidup warga emas seperti makanan seimbang, keselamatan, tempat tinggal dan agama boleh diperolehi melalui inisiatif warga emas itu sendiri. Walau bagaimana pun empat (4) keperluan lagi seperti rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang dan kebolehan berinteraksi memerlukan penglibatan orang lain untuk melakukannya. Persoalannya, bolehkah empat (4) keperluan lagi itu dipenuhi melalui pendekatan rakan sebaya sebagai media untuk membantu pengurusan warga emas Muslim?

METODOLOGI KAJIAN

Rekabentuk kajian ini adalah kajian kes etnografi. Creswell (2012) menyatakan bahawa kajian kes etnografi adalah suatu kajian analisis terhadap seseorang, suatu acara, aktiviti atau set proses merentas perspektif budaya. Dua (2) buah persatuan atau kelab yang dinggotai oleh majoriti warga emas telah dipilih secara rawak oleh pengkaji. Kelab ini telah ditubuh dan beroperasi di Lembah Klang. Subjek pertama adalah sebuah kelab sukan dan rekreasi dan subjek kedua adalah sebuah persatuan marhaban wanita.

Data dikumpulkan melalui beberapa kaedah seperti pemerhatian, temu bual, penglibatan turut serta dan analisis dokumen. Keckerapan tema-tema yang muncul akan dirumuskan dan dijadikan dapatan kajian.

DAPATAN KAJIAN

Kes 1: Kelab Sukan dan Rekreasi Taman X

Perkara	Dokumen
Tahun penubuhan	i) Ditubuhkan pada tahun 2006 ii) Semasa kajian dijalankan kelab ini telah 11 tahun ditubuhkan

Perkara	Dokumen
	iii) Inisiatif Pengerusi yang menggabungkan beberapa pasukan sukan yang bergerak secara sendirian.
Bilangan keahlian	i) Keahlian sekarang telah melebihi 400 orang. ii) Terdiri daripada ahli lelaki dan perempuan Muslim. iii) Senamrobik dianggotai kebanyakan oleh ahli perempuan iv) Sukan badminton dan golf dikuasai oleh keahlian lelaki
Umur ahli	i) 70% dianggotai oleh warga emas . ii) Umur ahli yang paling tua 78 tahun
Kepimpinan	i) Dipengerusikan oleh pemimpin berusia 76 tahun. ii) Jawatankuasa yang berumur antara 60 tahun hingga 76 tahun iii) Setiap jenis sukan dipimpin oleh Jawatankuasa Sukan berkenaan. iv) Yuran sukan bergantung pada Jawatankuasa Sukan berkenaan. v) Mereka merancang aktiviti dan cara mengumpul dana.
Aktiviti Sukan	i) Sukan Badminton, senamrobik, golf, bola tampar, bowling, berbasikal, bola jaring, berbasikal dan bola tampar ii) Hanya sukan senamrobik, badminton dan golf sahaja yang dibincangkan dalam kajian ini. a) Sukan Senamrobik i) Antara sukan tertua dalam kelab ini. Sukan ini memulakan aktiviti bersama penubuhan kelab ini. ii) Senamrobik menyediakan dua orang jurulatih sukan. Salah seorang daripada jurulatih senamrobik adalah seorang pegawai sukan di Pusat Latihan Polis Jalan Gurney, Kuala Lumpur. iii) Jadual sukan ini adalah pada setiap hari Ahad jam 8.00 pagi hingga 10.30 pagi iv) Yuran dikutip daripada ahli untuk membiayai elaun jurulatih, bayaran elektrik untuk radio dan speaker selain daripada minuman selepas latihan tamat. v) Temu bual bersama jurulatih senamrobik yang telah berkhidmat selama 11 tahun untuk kelab ini. vi) Kehadiran ahli sukan senamrobik semakin bertambah dan terus diminati ahli terutama warga emas kemungkinan disebabkan faktor-faktor berikut: <ul style="list-style-type: none"> • Kesihatan-ahli merasa semakin sihat • Interaksi bersama rakan sebaya dan mengeratkan hubungan • Berasa seronok dan <i>enjoy</i> dengan aktiviti berkelompok

Perkara	Dokumen
	<ul style="list-style-type: none"> • Berasa mendapat Terapi psikologi/kaunseling – peserta menggunakan kesempatan ini untuk “melupakan” sementara <i>stress</i> dengan tugas atau permasalahan di rumah. <p>b) Sukan Badminton</p> <ul style="list-style-type: none"> i) Dianggotai oleh lebih 80 orang ahli. ii) Jadual latihan adalah sebanyak dua (2) kali seminggu, iaitu hari Selasa dan Khamis. iii) Masa perjumpaan atau permainan antara jam 9.00 pagi hingga 12.00 tengah hari. iv) Sukan ini mengutip yuran tambahan, iaitu pendaftaran RM10 manakala yuran bulanan sebanyak RM50 setiap ahli. v) Yuran ini digunakan untuk menyewa tiga (3) buah gelanggang dan membeli bulu tangkis selain perbelanjaan perlawanan persahabatan. vi) Perlawanan persahabatan diatur dalam negara juga luar negara. vii) Antara negara luar Malaysia yang telah diatur adalah bandar-bandar besar Indonesia, Thailand dan negara-negara Asean yang lain. viii) Melibatkan interaksi pelbagai kaum dan etnik <p>c) Sukan Golf</p> <ul style="list-style-type: none"> i) Sukan ini mengadakan latihan di kelab-kelab golf yang dianggotai oleh ahli. ii) Pengalaman ahli semasa berkhidmat/sebelum bersara telah memudahkan tempahan dan aturan latihan ahli. iii) Sukan golf juga kerap mengadakan perlawanan persahabatan di dalam dan luar negara iv) Sebahagian perbelanjaan untuk sukan ini adalah inisiatif ahli untuk mengeluarkan wang sendiri.
Aktiviti lain	<p>a) Lawatan sosial</p> <ul style="list-style-type: none"> i) Selain mengadakan perlawanan persahabatan, ahli kelab mengambil kesempatan mengadakan lawatan sosial dalam dan luar negara. ii) Antara bandar-bandar besar luar negara yang mereka lawati adalah Jakarta, Bandung, Bangkok, Manila, Singapura, Hong Kong iii) Ahli membawa isteri/keluarga dengan perbelanjaan sendiri. <p>b) Sambutan Hari Sukan Negara</p>

Perkara	Dokumen
	<p>i) Sempena sambutan Hari Sukan Negara yang disambut seluruh negara, Kelab ini menyambutnya di tapak senamrobik dengan membuka kehadiran jiran-jiran dan penduduk serta ahli NGO lain.</p> <p>c) Jamuan Hari Raya Aidil Fitri</p> <p>i) Kelab juga tidak ketinggalan mengadakan Jamuan Hari Raya Terbuka kepada ahli dan individu atau NGO lain untuk bersama.</p> <p>ii) Perbelanjaan jamuan diperolehi daripada yuran khas serta sumbangan daripada orang perseorangan serta NGO</p> <p>iii) Acara selingan karaoke telah memeriahkan suasana hari raya</p> <p>d) Program Hari Keluarga</p> <p>i) Kelab juga telah berjaya menganjurkan Program Hari Keluarga dengan penglibatan semua ahli keluarga.</p> <p>ii) Sumber kewangan diperolehi daripada sumbangan tambahan ahli, sumbangan pemimpin masyarakat, jualan kupon dan sewaan gerai-gerai.</p> <p>e) Ceramah Isu-Isu Semasa</p> <p>i) Kelab ini juga tidak ketinggalan mengambil bahagian menyumbang dan membantu negara sebagai sumber maklumat dan pencerahan isu.</p> <p>ii) Tokoh-tokoh yang tertentu dijemput untuk memberi pencerahan kepada ahli-ahli kelab juga orang ramai berhubung isu-isu negara seperti GST, ancaman ajaran sesat dan lain-lain.</p> <p>iii) Sambutan daripada penduduk setempat juga ahli-ahli kelab sangat menggalakkan.</p> <p>f) Ziarah rumah jiran yang uzur atau ditimpa musibah</p> <p>i) Kelab ini menggalakkan ahlinya mengamalkan sifat-sifat empati, menolong dan menerima keputusan takdir dengan menggerakkan aktiviti ziarah ahli atau jiran yang uzur atau ditimpa musibah.</p> <p>ii) Cenderahati disediakan melalui sebahagian kecil daripada yuran ahli.</p>
Aset	<p>i) Memiliki sebuah pejabat sendiri yang dibina daripada sumbangan Wakil Rakyat kawasan tersebut anggaran peruntukan RM90,000.</p>

Perkara	Dokumen
	ii) Tapak tanah pejabat tersebut menggunakan tanah kerajaan negeri. iii) Keluasan pejabat boleh memuatkan semua Jawatankuasa Kelab X untuk bermesyuarat dan menyimpan fail kelab. iv) Kemudahan elektrik, bekalan air serta penyaman udara juga disediakan.
Kewangan	i) Yuran keahlian seumur hidup RM25 seorang ii) Yuran sukan bergantung kepada Jawatankuasa Sukan berkenaan

Kes 2: Persatuan Sinar Murni Kampung Y

Perkara	Dokumen
Tahun penubuhan	i) 1987 (telah berusia 30 tahun)
Bilangan keahlian	i) 40 orang ii) Ahli aktif seramai 25 orang
Umur ahli	i) Antara 55tahun -71 tahun ii) Kebanyakan dianggotai oleh ahli dalam kategori warga emas iii) Dianggotai oleh kaum ibu sahaja
Kepimpinan	i) Pemimpin sekarang adalah genarasi kedua kampung telah berusia 63 tahun.
Aktiviti	i) Marhaban atas jemputan dari kariah kampung dan penduduk luar kawasan. ii) Bacaan Yaasin dan Tahlil Arwah dari rumah ke rumah atas jemputan iii) Maulid-ur-Rasul pada setiap tahun sambutan iv) (jemputan hanya untuk wanita sahaja)
Operasi	i) Tiada yuran keahlian, maupun yuran bulanan ii) Dana diperolehi daripada sumbangan persembahan dari jemputan iii) Sumbangan dari penduduk kampung dikenakan sumbangan sebanyak RM100 iv) Sumbangan dari luar kampung dikenakan sumbangan sebanyak RM200 v) Persembahan marhaban dipanggil semasa majlis perkahwinan, akikah dan sebagainya. vi) Sumbangan yang diperolehi dikumpulkan untuk menyediakan baju rasmi persatuan, bayaran kenderaan (jika perlu) juga untuk lawatan sosial.

Perkara	Dokumen
	vii) Setakat ini jumlah baju rasmi untuk ahli persatuan ini sebanyak 15 pasang.
Aktiviti lain	a) Lawatan sosial i) Jumlah sumbangan yang diperolehi daripada persembahan dikumpul dan digunakan untuk lawatan-lawatan sosial ahli serta keluarga dengan bayaran tambahan yang sesuai. ii) Antara tempat-tempat lawatan adalah Langkawi, Kota Bharu Kelantan, Kuala Terengganu, Melaka dan sebagainya.

PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

Perbincangan kajian ini berdasarkan tema-tema yang muncul hasil daripada pemerhatian, temu bual, analisis rekod serta pengalaman turut serta pengkaji terhadap kedua-dua kelab dan persatuan yang menjadi subjek kajian. Perbincangan ini akan mencari jawapan kepada dua (2) objektif kajian ini iaitu:

1. Untuk mengesan sejauh mana Persatuan Warga Emas mampu memenuhi keperluan rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang dan kebolehan berinteraksi.

Berdasarkan dapatan di atas menunjukkan Kelab Sukan dan Rekreasi Taman X dan Persatuan Warga Emas Kampung Y telah berjaya memenuhi empat (4) lagi keperluan warga emas seperti yang disarankan oleh dalam Portal Kementerian Kesihatan (2015). Empat (4) keperluan tersebut ialah keperluan rekreasi, kebolehan bergerak, kasih sayang dan kebolehan berinteraksi. Keperluan rekreasi telah dipenuhi melalui aktiviti sukan yang mereka jalankan. Menghadiri sukan senamrobik setiap minggu, bermain badminton sebanyak dua (2) kali seminggu, bermain golf mengikut jadual yang ditetapkan serta menghadiri jemputan persembahan marhaban, majlis bacaan Surah Yassin dan tahlil jelas menunjukkan warga emas tersebut berasa seronok dan teruja dengan rekreasi yang mereka rancang.

Begitu juga menghadiri jemputan dari luar kawasan seperti perlawanan sukan persahabatan di luar negara juga mengukuhkan dapatan bahawa ahli-ahli kelab dan persatuan warga emas ini mampu bergerak sendiri tanpa bantuan orang-orang muda. Bilangan ahli kelab yang ramai juga menunjukkan aktiviti kelab warga emas ini berjaya menarik perhatian dan memenuhi keperluan mereka untuk berasa seronok menjalani kehidupan seperti orang-orang sihat yang lain.

Dapatan ini juga menunjukkan kelab dan persatuan warga emas ini diuruskan dan digerakkan sendiri oleh ahli kelab tanpa bergantung pada bantuan individu melaksanakannya. Tugas-tugas seperti menyediakan borang keahlian, menyediakan minit mesyuarat, pentadbiran pejabat juga persiapan satu-satu majlis

resmi semuanya diuruskan oleh ahli kelab warga emas sendiri. Ini menunjukkan bahawa keperluan kebolehan bergerak sendiri telah dipenuhi melalui aktiviti kelab yang mereka usahakan.

Dapatan menunjukkan semasa majlis jamuan hari raya dijalankan ahli-ahli kelab warga emas berasa seronok dan gembira meraikan majlis yang mereka anjurkan. Selain itu Kelab Warga Emas ini juga mampu menjemput tetamu-tetamu luar seperti pemimpin masyarakat juga ahli keluarga mereka bersama meraikan majlis tersebut. Keperluan berkasih sayang dan kebolehan berinteraksi jelas telah dipenuhi dalam majlis tersebut. Suatu yang sangat mengujakan apabila mereka boleh menyanyikan lagu-lagu hari raya melalui set karaoke yang disediakan bersama rakan sebaya. Perasaan “malu tak bertempat” ini telah diketepikan kerana mereka sedar apa yang lakukan itu masih di dalam kawalan diri dan ruang adab sopan yang terpelihara. Suasana ini jelas menunjukkan keperluan kasih sayang serta kebolehan berinteraksi secara positif telah diperolehi dalam aktiviti rakan sebaya warga emas ini. Dapatan ini selari dengan dapatan kajian oleh Othman (2006) dan Jas Laile Suzana (2000) mengenai kesan rakan sebaya.

Semasa ahli-ahli kelab warga emas ini menjalani permainan sukan mahupun aktiviti sosial, pengkaji juga cuba memahami apakah topik-topik isu atau perbincangan yang mereka biasa bualkan. Dapatan menunjukkan ahli-ahli kelab warga emas lebih cenderung berbual atau berbincang mengenai isu-isu positif seperti isu pemakanan sihat, kesihatan, keluarga juga perancangan kelab di masa hadapan. Isu-isu perbezaan fahaman politik, isu kaya miskin atau topik-topik mengata dan mengumpat seseorang tidak kedengaran. Memandangkan suasana hubungan yang harmoni, berkemungkinan menjadi asbab kehadiran ahli-ahli kelab dalam latihan-latihan sukan serta majlis-majlis sosial bertambah ramai.

2. Untuk mengesan sejauh mana pendekatan rakan sebaya mampu menjadi media berkesan dalam pengurusan warga emas Muslim.

Berdasarkan perbincangan di atas jelas menunjukkan bahawa Kelab Rekreasi dan Sukan Warga Emas Kelab X dan Persatuan Sinar Murni Kampung Y telah berjaya menjadikan pertubuhan mereka sebagai sumber keperluan meneruskan hidup sihat dari aspek fizikal mahupun psikologi mereka. Berdasarkan pemerhatian pengkaji sebenarnya kedua-dua kelab dan persatuan ini sebenarnya telah mengaplikasikan pendekatan rakan sebaya sebagai media untuk mereka terus berjumpa, berinteraksi, bergerak ke mana-mana secara kumpulan, juga melakukan aktiviti-aktiviti yang mereka berasa seronok.

Kesan daripada aktiviti rakan sebaya ini telah menyemai perasaan kasih, sayang dan empati serta ambil tahu di kalangan mereka. Inilah kesan psikologi yang muncul hasil interaksi sesama mereka. Walaupun usia sesetengah mereka telah menjangkau umur 70 puluhan, mereka masih mampu mengurus diri, mampu menjalani aktiviti harian dan menikmati keseronokan hidup tanpa membebankan

anak-anak atau orang lain. Inilah nilai kemanusiaan yang sangat tinggi darjatnya. Walaupun mereka sudah bersara dari kerjaya dan telah pun melaksanakan tugas sebagai ibu bapa sebelum ini namun mereka masih mampu mengurus diri malah membantu masyarakat dan negara melalui aktiviti-aktiviti sihat dan bermanfaat.

Suasana hubungan mesra rakan sebaya ini sangat bertepatan dengan Firman Allah swt dalam Surah An-Nisa', ayat 1:

قال تعالى : يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا بَثًّا مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا — سورة النساء آية

Maksudnya: Wahai manusia! Bertaqwalah kepada Tuhanmu yang telah menciptakan kamu dari diri yang satu (Adaan), dan (Allah) menciptakan pasangannya (Hawa) dari (diri)nya; dan dari keduanya Allah memperkembangbiakkan lelaki dan perempuan yang banyak. Bertaqwalah kepada Allah yang dengan nama-Nya kamu saling meminta dan (peliharalah) hubungan kekeluargaan. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasimu.

Dari Ikrimah memberitahu bahawa Ibn Abbas mentafsirkan firman Allah iaitu pada ayat:

واتقوا الله الذي تساءلون به والأرحام

Dengan maksud (Hubungkankah silaturahim kamu , kerana sesungguhnya ia dapat mengekalkan kehidupan kamu di dunia (iaitu penyebab panjang umur) dan mendatangkan kebaikan kepada kamu di akhirat)

Hubungan silaturahim ini boleh menambahkan sumber rezeki, samada pendapatan, kesihatan, kekuatan fizikal dan sebagainya. Sabda Rasulullah s.a.w:

أخرج البخاري ومسلم عن أنس ابن مالك رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال من سرّه أن يبسط له في رزقه أو يُنْسَأَ له في أثره فليصل رحمه (متفق عليه) معناه يؤخر له في أجله ويزداد له في عمره

Ertinya riwayat Imam Bukhari dan Muslim daripada Anas bin Malik r.a, Nabi Muhammad saw bersabda: “Barangsiapa yang mahu dimudahkan rezekinya dan dilewatkan daripada ajalnya maka hendaklah dia menghubungkan silaturahim.”

Kedua-dua ayat Al-Quran dan Hadis Rasulullah saw menunjukkan bahawa tuntutan menyambung silaturahim sesama manusia akan memperoleh kebaikan hidup seperti dipanjangkan umur dan dimudahkan rezeki selain mendapat

kekuatan fizikal pada badan. Keberkatan hidup untuk melakukan kebaikan dan ketaatan dalam menuju akhirat.

Hikmah daripada pendekatan rakan sebaya sebagai media dalam pengurusan kelab warga emas bukan sahaja telah memenuhi lapan keperluan hidup seperti mana yang disarankan oleh Jabatan Perkhidmatan Awam (2015) malah sebenarnya akan mendapat keberkatan dari Allah swt. Oleh itu isu kepada pengurusan warga emas yang ditimbulkan di awal kajian ini telah menemui jawapan yang meyakinkan. Mungkin kajian akan datang boleh mengukur kesan modul rakan sebaya warga emas terhadap kesejahteraan dan pengurusan hidup mereka.

RUJUKAN

- Ahmad Kamil, Mohd Fauzi, & Mohd Shamsul. (2011). *Matlamat dan Prinsip Media Islam*. Nilai: Universiti Sains Islam.
- Al-Quran*. (n.d.).
- Berg, S., Mellstrom, D., Persson, G., & Svanborg, A. (1981). Loneliness in Swedish Aged. *Journal of Gerontology*, 342-349.
- Berne, E. (1966). *Principles of Group Treatment*. New York: Oxford University Press.
- Creecy, R., Berg, W., & Wright, R. (1985). Loneliness Among The Elderly: A Causal Approach. *Journal of Gerontology*, 487-493.
- Creswell, J. (2011). *Education Research (4th Edition)*. Boston: Pearson.
- Erikson, E. (1959). Identity and The Life Cycle. *Psychological Issues*, 18-164.
- Jas Laile Suzana. (2000). *Psikologi Kanak-kanak dan Remaja*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Lopata, H. (1995). *Feminist Perspective in Social Gerontology: Handbook of Aging and The Family*. Greenwood: Westport C. T.
- Luo, Y., Hawkey, L., Waite, L., & Cacioppo, J. (2012). Loneliness, Health and Mortality in Old Age: A National Longitudinal Study. *Social Science and Medicine*, 907-914.
- MyHEALTH: Masalah Kesihatan Pada Warga Emas. (2015). *Portal Kementerian Kesihatan Malaysia*.
- Normala Riza. (2012). Faktor Yang Mempengaruhi Kemurungan Dalam Kalangan Warga Tua di Pusat Jagaan Terpilih. *3rd Conference in Advancing Social Work Series: Improving Practice Competencies Through Education & Mentoring*. Kuching: Universiti Malaysia Sarawak.
- Nurul Aini Mudayat. (2014). Kesejahteraan Psikologi Dalam Kalangan Warga Emas Di Rumah Perlindungan Orang Tua Di Selangor. *Lifelong Learning International Conference*. Kota Kinabalu: Universiti Utara Malaysia.
- Othman Ab. Rahman. (2006). Keberkesanan Program Latihan Pembimbing Rakan Sebaya (PRS) Terhadap Pelajar-pelajar Sekolah Menengah. *Konvensyen Kaunseling Kementerian Pelajaran Malaysia*. Langkawi: Kementerian Pelajaran Malaysia.

- (2015). *Portal Jabatan Perkhidmatan Awam*. Putrajaya: Bahagian Pasca Perkhidmatan.
- Sakinah Harith, Suzana Shahr, Noor Aini Mohd Yusoff, & Poi, P. J.-H. (2010). Faktor Risiko dan Pengurusan Kesihatan Warga Emas Yang Mengalami Malpemakanan di Hospital. *International Seminar, Economic, Regional Development, Law and Governance in Malaysia and Indonesia*. Riau: Universiti Utara Malaysia & Universitas Islam Riau Indonesia.
- Siti Marziah Zakaria, Khadijah Alavi, & Nasrudin Subhi. (2013). Risiko Kesunyian Dalam Kalangan Warga Tua di Rumah Seri Kenangan. *Journal of Psychology and Human Development*, 49-56

Penafian

Pandangan yang dinyatakan dalam artikel ini adalah pandangan penulis. Jurnal Pengurusan dan Penyelidikan Fatwa tidak akan bertanggungjawab atas apa-apa kerugian, kerosakan atau lain-lain liabiliti yang disebabkan oleh / timbul daripada penggunaan kandungan artikel ini.