

## Beri sokongan emosi kepada murid mangsa bencana banjir

Oleh [Dr Noradilah Md Nordin](#) - Januari 11, 2022 @ 9:45am



### Universiti Malaysia Pahang

Sesudah tertangguh seminggu susulan banjir buruk yang melanda di beberapa buah negeri, sesi persekolahan bermula hari ini. Walaupun pelbagai kemudahan diberikan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), misalnya kebenaran untuk tidak memakai seragam sekolah selain menggantikan sejumlah 263,662 buku teks rosak membabitkan 14,422 murid di seluruh negara, namun bagaimana dengan sokongan emosi dan psikologi?

Sebenarnya, banjir yang melanda bukan hanya memberi impak yang negatif seperti kemusnahan harta benda dan kehilangan nyawa malah ia turut memberi kesan gangguan emosi kepada mangsa walaupun dia hanyalah kanak-kanak.

Perasaan sedih, risau dan takut antara contoh gangguan emosi yang timbul susulan bencana yang berlaku. Tambahan pula, negara kita masih berperang dengan wabak COVID-19 dan keadaan ini meningkatkan lagi tahap kegelisahan.

Malah, terdapat kebarangkalian yang tinggi untuk mangsa banjir mengalami gangguan psikologi dan kerumitan dalam meneruskan rutin kehidupan seperti sedia kala sekiranya tidak mampu segera beradaptasi dengan situasi itu.

Justeru, langkah-langkah yang proaktif dan komprehensif perlu dilakukan bagi memastikan kesihatan psikologi mangsa banjir berada pada tahap yang baik. Usaha yang komprehensif bukan sahaja dalam bentuk bantuan material dan sumbangan tenaga malah aspek pengurusan emosi mangsa perlu dititik beratkan.

Antara golongan yang perlu diberi perhatian dan bantuan segera adalah golongan murid sekolah yang terkesan bencana banjir. Bantuan itu tidak hanya tertumpu kepada bentuk material seperti pemberian pakaian dan peralatan sekolah, malah ia perlu membabitkan aspek bimbingan pengurusan emosi murid bagi mengurangkan tekanan dan trauma yang sedang dialami.

Dari aspek psikologi, murid sekolah yang terbabit dengan banjir memerlukan masa untuk memahami apa yang sedang berlaku dalam kehidupan mereka dan menerima hakikat musibah yang dialami. Oleh itu, usaha berterusan dan menyeluruh daripada pihak KPM, pentadbir sekolah dan guru dilihat amat penting dalam situasi pasca banjir.

Justeru, inisiatif awal daripada pihak KPM menanggungkan sesi persekolahan perlu diberi pujian. Hal ini kerana ia membantu mengurangkan kekusutan fikiran susulan kemusnahan dialami. Penanggungkan itu juga memberi ruang kepada mangsa banjir terutama mereka yang mempunyai anak bersekolah menyelesaikan dahulu perkara asas seperti membersihkan keadaan rumah yang terjejas dan membaiki kenderaan yang rosak.

Malah, penanggungkan sesi persekolahan memberi nafas lega kepada murid kerana secara tidak langsung ia mengurangkan tekanan untuk menjalani sesi pengajaran dan pembelajaran (PdP). Bencana banjir sudah tentu tidak mengizinkan mereka mengikuti PdP dalam keadaan kekurangan kelengkapan persekolahan yang musnah akibat banjir.

Selain itu, keadaan sekolah yang terjejas dengan banjir juga dapat dipulihkan bagi memastikan kemudahan sekolah yang rosak termasuklah perabot, buku dan peralatan komputer dapat digunakan sebelum sesi persekolahan bermula. Umumnya, penanggungkan sesi persekolahan adalah wajar bagi memberi ruang kepada pelbagai pihak untuk menyelesaikan perkara yang asas.

Pengurusan emosi

### **1. Program pasca banjir**

Bantuan pengurusan emosi murid sekolah perlu seiring dengan bantuan-bantuan yang lain. Program ziarah pasca banjir oleh guru-guru di pusat penempatan sementara (PPS) atau di rumah keluarga murid sekolah yang terkesan perlu dilakukan sebagai tanda prihatin pihak sekolah dengan keadaan mereka. Secara psikologi, apabila terdapat proses komunikasi semasa aktiviti ziarah antara guru dan murid yang menjadi mangsa banjir maka mereka akan rasa dihargai. Malah, murid

sekolah akan berasa guru-guru mengambil berat akan musibah yang sedang menimpa mereka dan secara tidak langsung mengurangkan kesedihan yang sedang dialami.

## **2. Alihkan kesedihan dengan permainan, seni**

Bagi memaksimumkan bantuan pemulihan psikologi akibat trauma kesan bencana banjir, guru-guru dari masa ke masa harus memberi bantuan berbentuk sokongan emosi kepada murid sekolah yang terkesan sehingga keadaan kembali seperti sedia kala. Antara aktiviti berbentuk sokongan yang boleh dilakukan oleh guru-guru bagi meredakan trauma murid sekolah adalah pengisian aktiviti berbentuk permainan. Kajian oleh ahli psikologi membuktikan bahawa aktiviti bermain membantu kanak-kanak untuk mengurangkan kebimbangan dan konflik yang berlaku dalam kehidupan mereka.

Oleh itu, aktiviti permainan yang menyeronokkan seperti jigsaw puzzle, dam ular, congkak, roda impian dan lain-lain lagi adalah antara salah satu aktiviti terapi kepada murid sekolah yang terkesan banjir bagi membantu mereka melupakan sementara waktu kesedihan dan trauma yang dilalui.

## **3. Ambil masa bercakap dengan murid, kaunseling**

Bagi guru bimbingan kaunseling boleh menjalankan sesi kaunseling dan program motivasi dengan murid sekolah yang memerlukan ketika itu terutamanya yang dikesan mengalami trauma bencana banjir. Sesi kaunseling dan program motivasi dengan murid sekolah amat penting untuk membantu mempercepatkan proses adaptasi kesan bencana yang menimpa mereka.

Selain itu, pentadbir sekolah perlu merangka program bantuan kepada murid sekolah yang terkesan. Penyertaan guru-guru sebagai sukarelawan dalam program bantuan yang dirancang amat digalakkan. Ini kerana mereka adalah sistem yang terdekat dengan murid. Pelajar yang menjadi mangsa banjir perlu dikenal pasti dan disenaraikan supaya pelbagai jenis bantuan dapat disalurkan mengikut keperluan.

Antara contoh program yang boleh dilaksanakan oleh pihak sekolah adalah derma kilat, sumbangan kelengkapan sekolah dan makanan asas. Hasil sumbangan yang dihulurkan perlulah disalurkan kepada keluarga murid sekolah yang amat memerlukan bagi meneruskan kelangsungan hidup.

Kesimpulannya, bantuan yang menyeluruh seharusnya bukan hanya tertumpu kepada aspek material dan tenaga semata-mata, malah bantuan pengurusan emosi murid sekolah perlulah seiring. Oleh itu, diharapkan bantuan yang menyeluruh tersebut sedikit sebanyak dapat meringankan beban emosi yang dialami oleh murid sekolah di samping memberikan sinar baharu kepada mereka untuk memulakan kehidupan seperti biasa.