

Permasalahan dan Strategi Pengendalian Di Kalangan Balu Melayu: Implikasi Intervensi Kaunseling

Maznah Baba

Abstrak

Kajian awalan berbentuk deskriptif ini bertujuan mengenalpasti jenis masalah yang dialami oleh balu Melayu serta cara bagaimana mereka mengendalikan masalah berkenaan. Lima belas balu Melayu berumur di antara 34 hingga 50 tahun telah terlibat secara sukarela di dalam kajian ini. Maklumat kajian kes ini telah diperolehi melalui temubual dengan responden. Hasil kajian mendapati bahawa masalah yang dilaporkan oleh balu boleh dikategorikan kepada tujuh tema atau jenis, iaitu: (i) persepsi negatif masyarakat; (ii) tekanan emosi negatif; (iii) bebanan dwi-peranan; (iv) masalah kewangan; (v) masalah kesihatan; (vi) masalah tingkah laku anak; dan (vii) masalah perhubungan dengan ahli keluarga luas. Strategi pengendalian yang dilaporkan berkesan adalah seperti berikut: (i) keagamaan; (ii) sokongan sosial; (iii) aktiviti riadah; (iv) kognitif; (v) ekonomi; dan pembangunan sendiri. Berdasarkan hasil kajian preliminari ini, implikasi kajian lanjutan dan beberapa strategi kaunseling dibincangkan..

This preliminary descriptive study aimed to identify types of problems experienced by Malay widows and the strategies they used to cope with their

Maznah Baba, PhD is currently a senior lecturer at the Department of Counselor Education and Counseling Psychology, Faculty of Educational Studies, Universiti Putra Malaysia.

problems. Fifteen Malay widows ranging in age between thirty four through fifty years voluntarily participated. Information for this case study was obtained through interviews with the respondents. Results show that problems reported by the widows can be categorized into seven themes or types, namely: (i) negative perceptions from society or social stigma; (ii) emotional distress; (iii) dual-role overload, (iv) financial difficulties, (v) health problems, (vi) children's behavioural problems, and (vii) relationship problems. Coping strategies reported to be effective were: (i) spiritual; (ii) social support, (iii) recreational activities, (iv) cognitive; (v) economic, and (vi) self development strategies. Implications for further research and counseling strategies are discussed based on these preliminary findings.

Kata kunci: Balu (*Widowhood*), *Stressors and Coping among Widows*

Pengenalan

Gladding (2004) menegaskan bahawa antara faktor terpenting yang mempengaruhi keberkesanan proses kaunseling ialah kefahaman kaunselor mengenai budaya dan latar belakang klien atau kelompok klien yang dibantu. Kefahaman ini akan membantu kaunselor dan klien membina hubungan kaunseling yang terapeutik dan lebih efektif. Malahan "memahami dan menghormati sosio-budaya klien" merupakan satu etika yang dituntut dalam perhubungan menolong seperti kaunseling dan kerja sosial. Ini sesuai dengan prinsip profesion menolong seperti kaunseling yang menganggap bahawa setiap manusia itu adalah unik. Seseorang kaunselor akan lebih efektif sekiranya mempunyai maklumat umum mengenai kelompok klien yang khusus agar beliau dapat menyeimbangkan antara perspektif *emic* dan *etic* dalam melaksanakan proses kaunseling.

Sepanjang kitaran kehidupan, terdapat berbagai permasalahan ataupun *stressor* yang akan dialami oleh individu. Pandangan ini selaras dengan perspektif Islam bahawa "hidup ini adalah dugaan." Sehubungan dengan ini, ahli psikologi berpendapat bahawa kematian, sama ada pasangan ataupun seseorang ahli keluarga merupakan peristiwa dalam kehidupan yang boleh menimbulkan tahap tekanan atau stress yang sangat tinggi berbanding peristiwa lain. Malahan, kajian klasik Holmes dan Rahe pada tahun 1968 (dalam Zimbardo, P, Weber, A.L. & Johnson, R.L., 2000) meramalkan bahawa pasangan atau ahli keluarga yang rapat akan mudah jatuh sakit secara fizikal dan mental akibat kematian ahli keluarga dalam tempoh dua tahun selepas kejadian.

Tujuan Kajian

Laporan Banci Penduduk tahun 2000 menunjukkan bahawa kebanyakan keluarga ibu tunggal, iaitu anggaran 87%, terdiri daripada keluarga "isteri kematian suami" atau balu. Selebihnya adalah keluarga ibu tunggal yang

terbentuk akibat perceraian antara suami dan isteri. Dari segi etnik pula, majoriti ibu tunggal balu dan janda berbangsa Melayu. Oleh yang demikian, kajian yang dilaporkan ini tertumpu kepada kelompok balu berbangsa Melayu.

Kajian ini merupakan satu usaha untuk memaparkan kepada kaunselor dan profesion menolong yang lain perihal situasi kehidupan, khususnya permasalahan yang dihadapi oleh sekelompok manusia yang digelar balu atau *widows* yang mempunyai anak bersekolah. Walaupun dewasa ini balu kerap dikategorikan sebagai sebahagian kelompok ibu tunggal, terdapat kajian yang menunjukkan perbezaan antara masalah dan kesan yang dihadapi oleh balu berbanding kelompok ibu tunggal akibat perceraian (Haliza, G., 2004; Rozumah, B., Siti Nor, Y., Abdullah, A.H., Maznah, B. and Aidah, M.T, 1999). Kajian awalan berbentuk deskriptif ini amnya bertujuan mengenalpasti jenis masalah yang dialami oleh balu Melayu serta cara bagaimana mereka mengendalikan masalah berkenaan.

Kaedah Kajian

Maklumat perihal permasalahan balu dan keluarga telah diperolehi melalui temubual dengan balu di kediaman mereka. Satu soal selidik separa berstruktur telah digunakan sebagai panduan penemubual untuk memperolehi maklumat kajian.

Seramai lima belas responden balu Melayu berumur di antara 34 hingga 50 telah terlibat secara sukarela. Mereka mempunyai antara 1-9 orang anak. Julat pendapatan responden yang bekerja ialah dari RM250 hingga RM2300. Seorang balu tidak bekerja manakala hanya 3 orang berpendapatan melebihi RM1000. Para responden juga terdiri daripada balu yang kematian suami atas berbagai sebab meliputi kemalangan jalan raya, serangan sakit jantung, kencing manis, batuk kering dan kanser.

Hasil Kajian

Perihal Permasalahan Yang dihadapi Oleh Balu

Permasalahan yang dialami oleh balu dan keluarga berasaskan kajian kes dikategorikan kepada tujuh jenis:

- (i) persepsi negatif masyarakat (*stigma*)
- (ii) tekanan emosi
- (iii) gangguan kesihatan fizikal
- (iv) bebanan dwi peranan
- (v) masalah kewangan
- (vi) masalah perhubungan dengan ahli keluarga suami
- (vii) menghadapi risiko perlakuan negatif anak.

(i) Persepsi Negatif Masyarakat (Social stigma)

Amnya, dalam masyarakat Melayu balu atau janda sering dipandang serong. Ini mungkin lantaran terdapat segelintir di kalangan mereka yang terlibat dengan aktiviti tidak bermoral untuk menampung kehidupan akibat kemiskinan. Janda juga sering dipersepsi sebagai 'ancaman' kepada rumahtangga kerana terdapat segelintir di kalangan janda yang berkahwin dengan suami orang. Persepsi negatif terhadap balu yang juga digelar 'janda' dalam masyarakat Melayu masih wujud.

Persepsi ini turut dilemparkan kepada anak-anak mereka di mana terdapat anak-anak mereka yang merasa malu dan terhina kerana diejek oleh rakan di sekolah sebagai 'budak tak ada bapa.' Balu dan keluarga juga sering dilabel sebagai ahli masyarakat yang 'malang' dan 'golongan kurang bernasib baik.'

(ii) Tekanan Emosi

Terdapat balu dan anak-anak mengalami kejutan perasaan amat sedih, binggung dan 'terawang-awang' kerana kehilangan suami tersayang akibat kemalangan atau kematian mengejut. Bagi yang kehilangan suami kerana penyakit yang berlarutan kurang mengalami kejutan namun perasaan sedih tetap ada ketika awal kematian suami.

Perasaan kebingungan juga dialami kerana terdapat balu yang tidak pernah menguruskan hal ekonomi keluarga seperti pembayaran bil, membeli keperluan di pasar, dan menghantar anak ke sekolah sebelum kematian suami. Terdapat juga balu melaporkan kesunyian dan tiada kawan. Tekanan perasaan juga dialami kerana bermasalah menunaikan fardhu haji dan melakukan aktiviti keagamaan kerana tiada suami (mahram).

Balu juga tertekan akibat "risau masa depan anak" yang masih bersekolah. Mereka juga sedih kerana ada anak yang sanggup berhenti sekolah atau kerja sambil demi untuk menampung perbelanjaan hidup keluarga.

(iii) Gangguan Kesihatan Fisikal

Gangguan kesihatan yang dilaporkan oleh balu termasuklah kurang selera makan, gangguan pola tidur, berat badan tidak stabil, migraine, keletihan, risau dan tidak ambil berat atau tidak kesempatan menjaga kesihatan diri. Namun, mereka menyatakan bahawa gangguan kesihatan berlaku di awal kematian suami/bapa, kecuali bagi gangguan 'keletihan'.

(iv) Bebanan Dwi – Peranan Sebagai Ibu dan Bapa

Seperti mana pola keluarga tunggal yang lain, balu juga terpaksa melaksanakan tanggungjawab dan peranan serentak sebagai ibu dan bapa kepada anak-anak. Stres mengimbangi tanggungjawab penjagaan anak dan kerjaya lebih ketara kerana kebanyakan responden bekerja dalam pekerjaan jawatan rendah, bergaji rendah dan tidak fleksibel dari segi waktu bekerja (kerani). Selain kepenatan melaksanakan tanggungjawab keluarga dan pekerjaan, kebanyakan balu

mengadu kurang dapat memberi perhatian kepada pelajaran dan perlakuan anak akibat bebanan dwi-peranan ini. Lantaran permasalahan ini, ada di kalangan balu terpaksa berharap kepada pertolongan anak yang masih bersekolah untuk mengurangkan bebanan kerja rumahtangga seperti membersihkan rumah dan memasak.

(v) Masalah Kewangan

Majoriti responden terdiri daripada keluarga berpendapatan rendah. Kematian suami mengurangkan lagi jumlah pendapatan keluarga. Selain itu, ada juga balu mengalami masalah kewangan akibat hutang yang ditinggalkan oleh suami. Ada balu terpaksa mencari pekerjaan selepas kematian suami kerana tidak bekerja sebelum kematian suami. Walaupun terdapat di kalangan suami responden yang meninggalkan harta dan aset kewangan seperti pencen dan KWSP, terdapat juga balu yang tidak tahu menguruskan tuntutan berkenaan.

(vi) Masalah Perhubungan

Masalah perhubungan dengan ahli keluarga mendiang suami dilaporkan dihadapi oleh dua balu. Seorang daripada mereka bermasalah perebutan harta peninggalan suami dengan mertua manakala seorang lagi dengan 'madu'. Walaupun tidak ramai, ada juga balu yang merasa disisih oleh jiran selepas kematian suami.

(vii) Menghadapi Risiko Perlakuan Negatif Anak

Satu cabaran berat yang dikenalpasti dialami oleh anak yatim ialah keimanan mereka kepada tuhan tergugat kerana menganggap 'tuhan tidak adil, beri mereka nasib malang'. Terdapat balu yang melaporkan ada anak mereka kurang berdisiplin, sukar dikawal dan ada yang dah mulai merokok. Namun, lebih ramai yang melaporkan anak mereka menghadapi masalah pelajaran merosot, suka menyendiri, dan mudah jatuh sakit.

Strategi Pengendalian Masalah

Terdapat pelbagai strategi pengendalian bagi menangani permasalahan yang telah dilaporkan oleh balu. Strategi pengendalian dikategorikan berdasarkan kategori *coping strategies* yang dikemukakan oleh Burr dan Klein (1994) dalam kajian mereka mengenai stres keluarga. Para responden berpendapat bahawa enam strategi berikut banyak membantu mereka mengendalikan pelbagai masalah berkaitan keadaan hidup mereka:

(i) Strategi kognitif

Strategi kognitif atau minda merangkumi tindakan seperti: menerima peristiwa sebagai takdir dan ketentuan tuhan, redha, mengingatkan diri supaya bersabar dan tabah dengan dugaan Allah, dan berfikiran positif dan bersyukur.

(ii) Meningkatkan amalan keagamaan dan kekuatan spiritual

Strategi keagamaan dan spiritual merujuk kepada tindakan berikut: memperbanyakkan amalan agama di rumah, menghadiri aktiviti agama di masjid, dan banyak berdoa.

(iii) Mendapatkan dan/atau menerima sokongan sosial

Strategi pengendalian ini meliputi aktiviti seperti berikut: meminta bantuan daripada keluarga atau jiran untuk menjaga anak semasa balu keluar bekerja, menggalakkan anak-anak mendapat nasihat, bimbingan, dorongan dan perhatian daripada pihak sekolah, menerima atau memohon bantuan kewangan daripada keluarga dan/atau jiran, dan mengupah pembantu rumah

(iv) Ziarah dan riadah

Strategi yang menghasilkan kegembiraan kepada balu dan anak-anak yatim ini hanya dilaporkan oleh seorang responden yang sering menerima kunjungan daripada keluarga luas seperti ibu bapa dan adik-beradik. Keluarga ini yang mempunyai kewangan yang baik berbanding responden yang lain turut mengambil peluang melancang di waktu cuti persekolahan anak-anak.

(v) Usaha pembangunan sendiri / ekonomi

Terdapat balu dan ahli keluarga yang memulakan perniagaan membuka gerai di hadapan rumah dan ada yang mula bekerja untuk mengatasi masalah kewangan. Kebanyakan mereka melaporkan terpaksa berjimat cermat dalam perbelanjaan harian.

(vi) Meningkatkan kualiti keibubapaan

Strategi ini melibatkan aktiviti seperti berikut: meminta nasihat perihal masalah perlakuan anak daripada kaum keluarga dan pihak sekolah anak, menggunakan kaedah psikologi memujuk anak, meluangkan masa memantau persekolahan dan aktiviti anak, dan menghantar anak untuk mengikuti program motivasi.

Perbandingan Dengan Literatur Lepas

Walaupun tiada kajian kes di dalam mahupun luar negara yang dapat dibandingkan, terdapat beberapa persamaan di antara permasalahan dan strategi pengendalian yang telah dilaporkan oleh responden kajian kes ini dengan literatur lepas. Tengku Aizan, Jayaletchumi dan Chai (2002) menjelaskan cabaran yang dihadapi oleh keluarga ibu tunggal seperti berikut: identiti keluarga dan tekanan sosial, pengurusan kewangan, bebanan peranan, tanggungjawab keibubapaan, sokongan sosial dan kesunyian, dan penyesuaian dan perkembangan anak. Kajian preliminari ini telah memperincikan lagi tema masalah yang dihadapi khususnya oleh golongan ibu tunggal balu.

Berdasarkan ulasan yang ditulis oleh Colleen Murray (1994), kebanyakan pengkaji luar negara memberi tumpuan kepada 'kesedihan' atau *bereavement* sebagai isu atau masalah utama yang dialami oleh balu dan anak-anak selain

masalah kewangan, kesunyian dan *stigma* masyarakat. Aspek ini mungkin berkaitan dengan perbezaan kepercayaan agama kelompok balu Melayu berbanding responden balu luar negara. Tiada responden yang melaporkan kesedihan yang berpanjangan. Namun *stigma* yang dialami seolah-olah balu adalah ahli masyarakat pinggiran agak universal.

Goldenberg dan Goldenberg (2002) melaporkan fenomena 'solo decision making' sebagai satu punca stres di kalangan ibu tunggal amnya. Mungkin aspek ini digambarkan melalui tekanan emosi yang dialami oleh balu. Lazimnya balu terpaksa membuat keputusan keibubapaan yang penting mengenai anak-anak mereka secara sendirian. Permasalahan ini tidak ketara mungkin berasaskan perbezaan budaya Melayu dan Barat di mana perhubungan antara ahli keluarga orang Melayu lebih jelek. Tambahan pula terdapat balu yang menyatakan bahawa mereka meminta nasihat daripada kaum keluarga dalam membimbing anak-anak.

Di kalangan anak dari keluarga ibu tunggal pula, fenomena "*the parentified child*" yang dilaporkan dalam Goldenberg dan Goldenberg (2002) turut diperhatikan wujud terutamanya di kalangan anak sulung sama ada lelaki mahupun perempuan. Mereka merasakan perlu mengisi ruang yang telah dikosongkan oleh bapa dalam tanggungjawab penjagaan ibu dan adik-adik. Ada yang masih bersekolah membuat keputusan berhenti sekolah untuk menyara keluarga. Aspek ini memilukan perasaan ibu mereka.

Strategi pengendalian yang dianggap berkesan telah dikategorikan mengikut Burr dan Klein (1994). Bagaimanapun, kategori pengendalian yang digunakan tidak mencakupi pelbagai strategi yang sering dicadangkan untuk membantu individu mengurus dan mengurangkan tekanan. Misalnya, Girdano, D.A, Everly, Jr, G.S. & Dusek, D.E. (2005) dalam buku mereka *Controlling Stress and Tension* mencadangkan agar *stress* ditangani dan diurus secara holistik. Klien atau individu yang menghadapi tekanan perlu mempunyai pemikiran yang positif, mengamalkan gaya hidup sihat melalui senaman dan riadah serta mempunyai persediaan pelan tindakan untuk mengatasi masalah semasa dan masalah yang mungkin mendatang. Kegunaan 'jenaka dan gurauan' (Maznah Baba, & Rumaya Juhari, 2003) juga tidak dilaporkan sebagai satu cara pengendalian emosi kesedihan yang kerap digunakan dalam membantu klien yang sedih atau mengalami kemurungan.

Implikasi Untuk Kajian Lanjutan

Kajian preliminari ini sekadar mengupas permasalahan dan strategi pengendalian yang dilaporkan oleh satu sampel responden balu Melayu yang kecil bilangannya. Justru adalah dicadangkan agar kajian ini dapat diperluaskan lagi dari segi saiz sampel yang lebih besar serta lebih mewakili populasi balu Melayu. Faktor demografi seperti usia, bilangan anak atau tanggungan, tahap pendidikan serta

pendapatan balu mungkin memainkan peranan mempengaruhi jenis masalah dan jenis strategi pengendalian yang dilaksanakan.

Cadangan Strategi Kaunseling

Strategi Kaunseling Pencegahan

Adalah dicadangkan agar kaunselor komuniti dan sekolah melaksanakan aktiviti bimbingan dan kaunseling dengan kelompok balu dan anak yatim secara lebih proaktif, iaitu tidak menunggu agar mereka tampil berjumpa kaunselor di sekolah mahupun di agensi. Strategi ini memerlukan sedikit usaha dipihak agensi atau komuniti dan sekolah untuk sentiasa mengemaskini maklumat perihal balu dan pelajar yatim. Lokasi atau *setting* sekolah juga difikirkan amat sesuai menawarkan perkhidmatan kepada balu dan anak yatim memandangkan balu tiada "platform" untuk menjalani kaunseling dalam komuniti secara 'percuma.' Tambahan pula, pendekatan sistemik yang mengambil kira situasi keseluruhan keluarga balu adalah lebih sesuai digunakan untuk menangani permasalahan keluarga mempunyai anak diusia persekolahan.

Strategi proaktif atau lebih dikenali sebagai strategi pencegahan ini sering dilupakan oleh kaunselor tempatan sebagai satu matlamat bimbingan dan kaunseling. Kebanyakan kaunseling dikaitkan hanya dengan matlamat pemulihan walhal bimbingan dan kaunseling juga bermatlamat membina potensi dan mencegah insiden atau keseriusan permasalahan psikologi manusia.

Pencegahan adalah suatu konsep dan amalan yang popular dalam bidang kaunseling dan psikologi komuniti, perubatan dan psikiatri. Amalan ini sejajar dengan pendapat khalayak bahawa "mencegah lebih baik dari merawat". Lewis et al. (2003) dan Murray (2005) memerihalkan bahawa aktiviti pencegahan merupakan " *the wave of the future*". Melalui aktiviti pencegahan, lebih ramai klien dapat diberi perkhidmatan berbanding cara konvensional kaunseling individu bersemuka.

Roberts dan Peterson (1984) dalam buku mereka "*Prevention of Problems in Childhood*" menjelaskan bahawa pencegahan adalah sebarang usaha, sama ada formal ataupun tidak formal, bertujuan mencegah sesuatu masalah psikososial daripada berlaku ataupun mengkurangkan impak negatif permasalahan. George W. Albee & Kimberly D. Ryan (1993) mendefinisikan pencegahan seperti berikut:

"doing something now to prevent or forestall something unpleasant or undesirable from happening in the future; or alternatively, doing something now that will increase desirable future outcomes."

Menurut pakar dalam *Sains Pencegahan (Preventive Sciences)*, banyak kajian psikologi dan kaunseling telah mengenalpasti faktor penyumbang kepada

stress di pelbagai peringkat perkembangan individu. Dalam konteks kajian ini, gangguan PTSD, kemurungan dan bunuh diri adalah antara bahaya yang mungkin dialami oleh individu yang mengalami peristiwa sedih seperti kematian orang tersayang tetapi tidak mendapat bantuan psikologi. Memandangkan hal ini, maka adalah wajar usaha dilakukan oleh pihak kaunselor untuk membantu individu yang baru ataupun mereka yang berisiko tinggi untuk menghadapi gangguan emosi akibat kematian orang tersayang agar bersedia dengan persiapan mental, fizikal, ekonomi dan sebagainya untuk menghadapi peristiwa berkenaan. Klien boleh diberi latihan *stress management* agar bersedia dengan sumber spiritual, fizikal, sokongan sosial dan ekonomi yang diperlukan untuk mengendalikan stressor seperti ini. Bagi orang Islam, sudah pastinya amalan keagamaan dapat membantu dalam persediaan menerima kenyataan bahawa "setiap yang hidup pasti mengalami kematian."

Strategi Kaunseling Pemulihan

Dari segi strategi kaunseling pemulihan pula, kaunselor atau pekerja sosial komuniti mahupun sekolah boleh melaksanakan aktiviti bimbingan dan kaunseling dengan kelompok unik ini secara kaunseling individu, kaunseling kelompok, kaunseling keluarga, kaunseling keagamaan (pastoral) dan e-kaunseling.

Salah satu aktiviti kelompok yang sering disebut dalam literatur berkaitan *bereavement counselling* ialah mewujudkan kelompok sokongan (*support groups*). Kelompok sokongan lazimnya terdiri daripada mereka yang 'senasib' atau mempunyai cabaran hidup yang serupa. Dalam kelompok sokongan, para balu akan dapat saling membantu antara satu dengan lain, meluahkan isi hati serta menyedari bahawa mereka tidak keseorangan menghadapi "kehilangan" pasangan dan mengendalikan anak-anak sendirian. Kelompok sokongan dan juga kelompok kaunseling dapat memberi klien pengajaran bahawa terdapat rakan sebaya lain yang turut mengalami peristiwa yang serupa.

Bagaimanapun, kaunseling yang bertujuan membantu balu Melayu mengendalikan isu kesedihan sepertimana konsep "*bereavement counseling*" ini haruslah diketuai oleh kaunselor yang memahami erti kematian dalam konteks agama Islam memandangkan isu kematian adalah sesuatu isu yang amat berkait erat dengan kepercayaan agama individu. Tambahan pula, strategi pengendalian yang digunakan melibatkan elemen agama. Oleh itu, kaunselor yang mengendalikan kaunseling berkenaan mestilah orang Islam sendiri.

Kaunselor juga diingatkan bahawa kaunseling yang mengendalikan isu kesedihan akibat kematian tidak seharusnya fokus semata-mata kepada meneroka perasaan kesedihan klien kerana terdapat ulasan kajian luar negara yang melaporkan bahawa kemungkinan penglibatan seseorang dalam "grief therapy" atau pun keterlaluan fokus kepada peristiwa "kematian orang tersayang" boleh membantutkan kemajuan klien dalam proses pemulihan (Campbell, S.

2002). Di sinilah kewajaran menyelitikan unsur dan aktiviti keagamaan, keceriaan, malahan terapi jenaka dan ketawa.

Oleh itu, selain bermatlamat membantu klien menerima atau redha dengan peristiwa kehilangan orang tersayang (acceptance of situation), proses kaunseling ini boleh diiringi aktiviti menggembirakan seperti berkongsi jenaka (*humor & laughter therapy*) dan senaman agar tahap emosi kesedihan klien dapat dikurangkan. Aktiviti berkenaan boleh juga dilaksanakan sebagai *homework*. Aktiviti lain yang pernah dilaporkan berkesan untuk membantu kanak-kanak mengendalikan kesedihan termasuklah Terapi Lukisan (Finn, C.A, 2003).

Kesimpulan

Balu dan keluarga berkemungkinan menghadapi pelbagai masalah atau dugaan dalam menerusi kehidupan. Kajian awalan ini telah mengenalpasti tujuh tema atau jenis masalah yang dihadapi oleh sampel responden balu Melayu. Selain itu, enam strategi pengendalian telah juga dikenalpasti.

Permasalahan keluarga balu dan anak yatim adalah berantainya antara satu dengan yang lain. Kematian suami lazimnya mengakibatkan penurunan pendapatan dan mungkin juga taraf sosioekonomi keluarga (Zick, C.D, & Smith, K.R., 1988). Kerap kali balu terpaksa mula bekerja ataupun bekerja lebih masa untuk menampung keperluan ekonomi diri dan anak-anak di bawah jagaannya. Apabila balu terpaksa lebih masa bekerja maka kurangnya tumpuan yang dapat diberikan kepada penjagaan anak-anak. Justru anak-anak yang sarat dengan emosi kesedihan akan mudah terlibat dengan perlakuan negatif jika mereka tidak diberi kasih sayang, perhatian serta peluang untuk melaksanakan proses "catharsis" secara selamat dengan kaunselor terlatih sama ada kaunseling individu ataupun kelompok. Dengan bebanan peranan yang terpaksa dilaksanakan sebagai ibu dan bapa kepada anak-anak, balu pula cenderung mengabaikan kesihatan diri sendiri.

Semoga paparan beberapa masalah keluarga balu dapat dimanfaatkan terutamanya oleh keluarga lengkap yang masih belum membuat persediaan kerohanian, ekonomi dan psikologi bagi menghadapi kemungkinan terdapat ketua keluarga kembali ke rahmatullah dengan meninggalkan anak-anak yang masih belum berdikari. Masalah balu dan anak yatim mungkin akibat kelalaian ketua keluarga membuat persediaan sedemikian. Selain itu, petikan dua hadith berikut mungkin dapat memotivasikan kaunselor Muslim meneruskan atau memulakan proses bimbingan dan kaunseling yang telah dicadangkan.

The prophet (may peace be upon him) said:

"The one who looks after a widow or poor person is like a Mujahid who fights for Allah's cause, or like him who performs prayers all night and fasts all day"
(*Ahadith narrated by Abu Huraira, Sahih al-Bukhari, Vol 7, Hadith no: 265*)

*The prophet (may peace be upon him) said:
"I and the person who looks after an orphan and provides for him, will be in
paradise like this" putting his index and middle fingers together"
(Ahadith narrated by Sahl bin Sad, Sahih al-Bukhari, Vol 8, Hadith no: 34)*

Rujukan

- Abdullah Yusuf Ali *The Meaning of the Holy Quran*. USA:Amana Corp.
- Albee, G.W & Ryan, K. D. (1993) An overview of primary prevention. *Journal of Counseling and Development*. 72, 115-123.
- Al-Quran:Tafsir Pimpinan Ar-Rahman* . BAHEIS: Jabatan Perdana Menteri Malaysia.
- Auerbach, S.M. & Gramling, S.E. (1998) *Stress Management*, New Jersey: Prentice Hall.
- Burr, W.R. & Klein S.R. (1994) *Reexamining family Stress : New Theory & Research*, London: Sage
- Campbell, S. (July-August 2002) Does therapy prolong the agony? Grief- brief article. *Psychology Today*. Sussex Publishers.
- Cashwell, C.S. (2001) The inclusion of spiritual process in counseling and perceived Counselor effectiveness. *Counseling & Values*. 45 (2), 145 – 154.
- Girdano, D.A, Everly, Jr, G.S. & Dusek, D.E. (2005) *Controlling Stress and Tension*. 7th ed. Boston: Allyn & Bacon.
- Gladding, S.T (2004) *Counseling: A Comprehensive Profession*. 5th ed. Singapore:Pearson Ed.
- Goldenberg, H. & Goldenberg, I (2002) *Counseling today's families*. 4th ed. Singapore:Thomson International.
- Haliza Ghazali (2003) *Perkaitan Antara Tahap Kesejahteraan Psikologi dan Tahap Kefungsian Keluarga*, Projek Ilmiah, Fakulti Ekologi Manusia, UPM: Serdang
- Maznah Baba, & Rumaya Juhari (2003) *Tekanan dan Dayatindak Keluarga*. Serdang: IDEAL UPM.
- Muhammad Muhsin, K. *The Translations of the Meanings of Sahih al-Bukhari*. Medina: Islamic University of Medina al-Munawwara.

- Murray, C.E. (2005) Prevention Work: A professional responsibility for marriage and family counselors. *The Family Journal*. 13 (1), 27-34.
- Murray, C.E. (1994) Death, Dying and Bereavement. Dalam McKencry, P.C. & Price, S.P. *Families & Change: Coping with stressful events*. California:Sage.
- Rozumah, B., Siti Nor, Y., Abdullah, A.H., Maznah, B. and Aidah, M.T. (1999) *Institusi Keluarga Islam Di Malaysia: Fungsi dan kesejahteraan*. UPM Publishers: Serdang.
- Tengku Aizan Hamid, Jayaletchumi, M. dan Chai S.T. (2002) dalam Jayalechumi, M, Rohani Abdullah dan Abdullah Al-hadi Hj Muhamed (eds). *Keluarga dan Keibubapaan*. Serdang:UPM.
- Zick, C.D, & Smith, K.R. (1988) Recent widowhood, remarriage and changes in economic well-being. *Journal of Marriage and the Family*. 50, February, p. 233 – 244
- Zimbardo, P, Weber, A.L. & Johnson, R.L. (2000) *Psychology*. Boston:Allyn & Bacon.