

MOTIVASI SECARA TARGHIB DAN TARHIB DALAM MENANGANI REMAJA HISTERIA¹

Intan Farhana Saparudin²
Universiti Tun Hussein Onn Malaysia

ABSTRAK

Motivasi berupaya menggerakkan tindak tanduk dan potensi diri remaja. Remaja yang mengalami gangguan mental dan psikologi memerlukan bantuan dari sudut psikologikal agar mereka diberi rawatan melalui hubungan tolong bantu secara motivasi. Motivasi dari perspektif dakwah Islam sinonim dengan konsep tarhib (ancaman) iaitu perbuatan menjauhi perkara buruk dan terlarang supaya tidak menerima akibat yang merosakkan serta targhib (peneguhan) iaitu berusaha melakukan perkara kebaikan supaya memperoleh kegembiraan dan kesejahteraan. Motivasi secara targhib dan tarhib berupaya meningkatkan potensi remaja dan kemampuan mereka dalam menghadapi krisis dan permasalahan jiwa kerana remaja memahami akibat dari perbuatan yang merosakkan diri. Oleh itu kertas kerja ini bertujuan mengenal pasti aspek targhib dan tarhib sebagai elemen motivasi dalam menangani remaja histeria. Isu dikupas menggunakan kaedah analisis kandungan dengan cara meneliti dokumen dan artikel berkaitan untuk mengenal pasti kaedah targhib dan tarhib yang relevan untuk diaplikasikan. Hasil perbincangan mendapati antara aspek targhib dan tarhib yang dapat dilaksanakan adalah remaja mengawal diri daripada perbuatan yang boleh mendorong kepada sifat madzmumah dan tingkah laku buruk yang merosakkan serta berusaha melakukan amalan kebaikan dan segala suruhan untuk memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan. Hasil perbincangan menunjukkan motivasi secara targhib dan tarhib dapat diimplimentasikan terhadap remaja yang mengalami gangguan histeria dalam mencapai kesejahteraan emosi dan diri.

Kata Kunci: *Motivasi, Targhib Dan Tarhib, Remaja Histeria*

PENDAHULUAN

Motivasi menurut *Encyclopaedia Dictionary of Psychology* (Davey 2005) ialah proses yang menggerakkan dan mengarah tingkah laku, ia cuba menerangkan mengapa manusia bertingkah laku dalam keadaan tertentu. Motivasi adalah kecenderungan menyeluruh atau tingkat keinginan seseorang untuk bertindak di masa tertentu. Apabila seseorang itu mendapat dorongan, maka ia mempunyai keinginan yang kuat untuk bertindak ke arah mencapai matlamat. Motivasi bermula disebabkan keperluan dan desakan yang ingin dipenuhi manusia. Keperluan yang ingin dipenuhi mendorong individu untuk bergerak dan mencapai motif keperluannya (Asmawati Desa 2004). Motivasi merujuk kepada aktiviti perlakuan yang berarahkan matlamat. Individu akan berusaha sebaik mungkin bagi

¹ Kertas kerja dikemukakan untuk Persidangan Antarabangsa Sains Sosial dan Kemanusiaan (PASAK 2017) pada 26-27 April 2017 bertempat di Kolej Universiti Islam Antarabangsa Selangor

² intan@uthm.edu.my

memenuhi keperluan dan matlamat motifnya. Motivasi yang tinggi dikaitkan dengan usaha yang bersungguh-sungguh dan tekun manakala motivasi rendah dikaitkan dengan tingkah laku atau perbuatan yang kurang aktif (Siti Hawa Munji & Maarof Redzuan 1990).

Remaja yang terganggu emosinya dan mengalami gejala seperti histeria menerima pemulihan secara motivasi agar potensi dan kemampuan diri mereka dalam menghadapi konflik dan permasalahan diri dapat ditingkatkan. Dalam proses motivasi, remaja menerima galakan dan peneguhan untuk meningkatkan keyakinan diri dan membina ketahanan emosi yang kukuh. Apabila mereka bermotivasi untuk meningkatkan keupayaan dan potensi diri, remaja akan bergerak dan bertindak mencari penyelesaian untuk mengeluarkan diri mereka daripada persoalan dan konflik hidup. Remaja akan berusaha untuk memenuhi keperluannya dan berusaha untuk mencapai motifnya.

Motivasi adalah satu bentuk dorongan dalaman yang dialami oleh manusia. Motivasi mempunyai arah atau matlamat untuk mendapatkan sesuatu yang diinginkannya. Perkara yang sering dikaitkan dengan motivasi adalah kehendak dan dorongan. Kehendak secara umumnya adalah motif fisiologi yang ada pada semua haiwan dan manusia manakala dorongan pula adalah satu bentuk bangkitan yang timbul hasil kekurangan sesuatu yang diperlukan oleh organisma (Mahmood Nazar 1990). Metode penyampaian motivasi boleh berlaku secara langsung atau tidak langsung. Kaedah motivasi secara langsung kepada remaja ialah seperti penganjuran ceramah, modul dan kem motivasi yang menerapkan elemen motivasi dan bimbingan. Sekolah dan institusi pengajian merupakan agen yang berkesan untuk mewujudkan dan mengadakan aktiviti-aktiviti berkenaan. Program motivasi yang sering diadakan di sekolah dalam menangani histeria antaranya ceramah dan bengkel pengurusan tekanan. Ceramah menangani tekanan yang disarankan oleh pihak Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) umpamanya adalah untuk menerapkan kemahiran daya tindak (*coping skill*) pelajar menghadapi tekanan sama ada dalam pelajaran, diri dan persekitaran. Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) juga telah memperkenalkan Program Minda Sihat yang berstrategi menangani histeria dari peringkat awal lagi. Program tersebut dimulakan dengan saringan awal pelajar yang berpotensi untuk mengalami tekanan seterusnya intervensi terhadap pelajar yang mengalami histeria. Strategi intervensi yang diadakan adalah berbentuk ceramah, latihan dalam kumpulan, teknik relaksasi, latihan asertif dan lain-lain lagi. Program-program tersebut merupakan pendekatan motivasi kepada para pelajar bagi menangani gejala histeria di sekolah (Panduan Pengurusan Histeria 2013).

Penyampaian motivasi secara tidak langsung (*indirect*) ialah melalui peneguhan, pujian dan galakan serta menyediakan suasana yang menggalakkan aktiviti positif dan sihat. Contohnya guru, ibu bapa, masyarakat dan sahabat memberi rangsangan dan dorongan kepada remaja untuk berusaha meningkatkan keupayaan diri menjadi individu Muslim berjaya yang memberi manfaat kepada orang lain. Remaja yang ketandusan jiwanya juga diberi dorongan dan motivasi untuk bersemangat dan membina keyakinan diri yang tinggi. Apabila remaja bermotivasi, mereka dapat mengatasi perasaan lemah semangat dan kurang keyakinan diri seterusnya menjadi insan yang lebih kental menghadapi dugaan dan krisis hidup.

Motivasi dari perspektif dakwah Islam dapat dikaitkan dengan konsep *tarhib* (ancaman) iaitu perbuatan menjauhi perkara yang memberi kemudaratan supaya tidak menerima akibat yang merosakkan serta *targhib* (peneguhan) iaitu proses melakukan kebaikan agar memperoleh kesejahteraan. Motivasi secara *targhib* dan *tarhib* dapat merawat permasalahan jiwa kerana remaja memahami akibat dari perbuatan yang merosakkan diri serta faedah melakukan perkara yang meningkatkan potensi diri. Justeru kertas kerja ini meneroka elemen motivasi terhadap remaja yang mengalami gangguan psikologi histeria khusus dari aspek *targhib* dan *tarhib*.

TUJUAN DAN KAEDAH KAJIAN

Kertas kerja ini bertujuan mengenal pasti motivasi secara *targhib* dan *tarhib* dalam menangani remaja histeria. Metode kajian adalah dengan kaedah analisis kandungan (*content analysis*) dan kajian kepustakaan. Analisis kandungan meneliti dokumen dan tinjauan literatur mengenai aspek-aspek *targhib* dan *tarhib* yang dapat diketengahkan sebagai langkah menangani histeria remaja. Secara teori, analisis kandungan menurut Sabitha Marican (2005) ialah satu bentuk kaedah penyelidikan kuantitatif yang membuat penghuraian secara objektif, sistematik dan kuantitatif bagi suatu kandungan tersurat yang terdapat dalam bentuk komunikasi yang merupakan mesej yang telah dicetak, disiarkan atau digambarkan. Dengan kaedah kajian yang digunakan dapat dinyatakan kaedah *targhib* dan *tarhib* yang relevan untuk diaplikasikan.

MOTIVASI SECARA TARGHIB DAN TARHIB DALAM MENANGANI REMAJA HISTERIA

Konsep motivasi mempunyai persamaan dengan salah satu uslub dakwah iaitu *al-targhib* dan *al-tarhib*. *Targhib* secara umum bermaksud perkara yang dapat mendorong seseorang kepada kebaikan melalui galakan dan rangsangan manakala *tarhib* bererti memberi rasa gerun dan takut kepada seseorang terhadap hukuman dan balasan Allah S.W.T. (Zaydan 2000). Ab. Aziz Mohd Zin (2005) menyebut *al-targhib* merupakan suatu galakan dan rangsangan kepada manusia dalam bentuk ganjaran pahala dan balasan baik supaya mereka sentiasa berbuat baik dan meninggalkan segala larangan, dan *al-tarhib* adalah ancaman dan peringatan dari Allah S.W.T. kepada manusia dalam bentuk dosa dan balasan azab supaya tidak melakukan kejahatan. Pendekatan ini seakan motivasi yang mendorong manusia untuk mendapatkan ganjaran pahala dengan berlumba-lumba melakukan kebaikan dan memperoleh kesejahteraan. Ia juga rangsangan kepada manusia untuk meninggalkan perbuatan buruk agar tidak menerima balasan dosa.

Targhib berasal daripada perkataan Arab yang bererti menjadikan seseorang menyukai sesuatu sementara *tarhib* bererti menjadikan seseorang merasa takut terhadap sesuatu (Ibn Manzur 1968). *Targhib* pada istilah bermaksud perkara yang dapat mendorong seseorang kepada kebaikan melalui galakan dan rangsangan manakala *tarhib* bererti memberi rasa gerun dan takut kepada seseorang terhadap hukuman dan balasan Allah S.W.T. (Zaydan 2000). Istilah lain yang digunakan yang memberi maksud yang sama juga ialah *tabsyir* (memberi khabar gembira) dan *tandhir* (memberi peringatan). Dalam unsur *targhib* dan *tarhib*, fitrah manusia menyukai motivasi dan dorongan dan takut pada gertakan dan amaran kerana manusia itu sifatnya inginkan kebahagiaan dan tidak inginkan perkara buruk atau akibat yang memudaratkannya. Walaubagaimanapun manusia tidak sunyi daripada hambatan nafsu dan syahwat dan bisikan syaitan yang menyebabkan kadang-kadang mereka tergelincir daripada landasan kebenaran dan melakukan perkara yang

ditegah agama. Di sini pentingnya pendekatan secara *targhib* dan *tarhib* dalam membimbing dan mengingatkan manusia tentang ganjaran pahala dan syurga serta balasan dosa dan neraka.

Dalam konteks remaja, motivasi secara *al-targhib* dan *al-tarhib* dapat mendidik remaja untuk melakukan perkara yang baik dan dibolehkan oleh agama dan menghindari daripada perkara yang jahat dan merosakkan. Remaja memahami kesan daripada melakukan kebaikan dan akibat daripada melakukan kejahatan. Contohnya remaja yang mempunyai masalah salah laku akan diberi peneguhan dan peringatan agar tidak melakukan perbuatan buruk. Mereka diberi ganjaran dan pujian apabila bertingkah laku yang baik dan menerima peringatan dan dendaan apabila melakukan perbuatan yang salah. Begitu juga remaja yang mengalami masalah tekanan emosi dan *stress* akan menjauhkan diri daripada perkara-perkara yang menyebabkan tekanan supaya mereka tidak menjadi lebih tertekan dan mengalami gangguan emosi yang lebih serius.

Remaja akan melakukan perkara-perkara dan aktiviti yang menghilangkan tekanan dan berusaha untuk mengatasi simptom tekanan agar mereka lebih gembira dan tenang. Proses ini berlaku apabila motivasi dan dorongan mengambil tempat untuk mengeluarkan diri dari desakan hidup dan mencapai motif keselesaan dan ketenangan. Remaja yang mempunyai rangsangan dan dorongan motivasi sama ada daripada diri sendiri atau persekitaran mempunyai kemahiran penyelesaian masalah yang membantu mereka menghadapi penyesuaian psikologi (Fariza 2006).

Dalam kejadian histeria, motivasi secara *al-targhib* dan *al-tarhib* dipraktikkan bagi mendidik remaja melakukan perkara yang baik dan mulia dan menjauhi perkara buruk dan dilarang. Apabila menghindari perkara-perkara yang boleh menyebabkan krisis dan penyakit hati, para remaja sebenarnya dapat menyekat pelbagai punca permasalahan histeria. Ini kerana histeria sering berpunca daripada faktor psikologi seperti tekanan perasaan, sifat marah dan sebagainya. Melalui unsur *targhib* dan *tarhib* remaja menjauhi perkara buruk dan sifat mazmumah supaya tidak menerima akibat yang merosakkan. Pada masa yang sama mereka berusaha melakukan perkara baik supaya memperoleh kegembiraan dan kesenangan. Menurut Siti Rugayah (2006), kaedah mengawal jiwa (*al-nafs*) adalah dengan mengarahkan *al-nafs* melakukan ketaatan dengan *targhib* dan meninggalkan maksiat dengan *tarhib*. Perkara ini menunjukkan bahawa jiwa manusia akan melakukan sesuatu sekiranya ada dorongan untuk melakukannya seperti ada imbuhan daripada perlakuannya. Ini seiring dengan pernyataan al-Quran yang menyebut amal yang baik akan dibalas syurga dan perbuatan maksiat pula akan dibalas dengan azab yang pedih. Dalam firman Allah S.W.T. dalam surah al-Naml yang bermaksud:

Sesiapa yang datang membawa amal kebajikan (yang telah dikerjakannya) maka ia akan beroleh balasan yang lebih baik daripadanya, dan mereka akan beroleh aman sentosa daripada kejadian-kejadian yang mengerikan pada hari kiamat itu. Dan sesiapa yang datang membawa amal jahat (yang telah dikerjakannya) maka sudah tentu mereka akan ditumuskan mukanya ke dalam api neraka, (sambil dikatakan kepada mereka): "Kamu tidak diberi melainkan balasan apa yang kamu telah lakukan".

(Surah al-Naml 27: 89-90)

Contohnya remaja memahami kesan daripada melakukan kebaikan dan akibat daripada melakukan kejahatan. Remaja yang membuat salah laku akan diberi dendaan atau peringatan agar tidak melakukan perbuatan buruk (*tarhib*) dan mereka akan diberi ganjaran dan pujian apabila bertingkah laku yang baik (*targhib*) (Ab. Aziz Mohd Zin 2005). Dalam situasi histeria, para remaja mengawal diri daripada perbuatan yang boleh mendorong kepada gejala histeria seperti sifat mazmumah, bertingkah laku yang buruk, membuat bisung dan kotor yang melampau, bercakap tidak sopan atau menyakiti rakan-rakan. Remaja akan bermujahadah supaya mereka dapat membentuk akhlak yang mulia dalam diri dan mewujudkan persekitaran yang murni. Peneguhan *al-targhib* juga berlaku apabila remaja mendorong diri mereka untuk melakukan perkara-perkara dan aktiviti positif bagi menghilangkan tekanan. Mereka berusaha untuk mengatasi simptom tekanan tersebut demi kehidupan yang lebih gembira dan tenteram.

Dalam kajian peneguhan remaja terhadap aktiviti hafalan al-Quran oleh Mohamad Khairudin et al. (2014) mendapati peneguhan negatif (*tarhib*) yang dilakukan telah mendorong pelajar untuk meningkatkan tingkah laku yang dapat mengelak atau mengurangkan keadaan yang tidak selesa dan menyakitkan ke atas diri mereka. Manakala pemberian ganjaran positif (*targhib*) telah mendorong semangat dan keyakinan pelajar serta dapat membantu mereka untuk mencapai sasaran yang ditetapkan. Kajian oleh Intan Farhana (2015) terhadap 122 orang remaja histeria di Selangor mendapati 59.1% remaja histeria sentiasa berfikiran sihat dan positif dan 72.2% daripada mereka berkomunikasi dan bergaul dengan rakan-rakan sekolah. Ini menunjukkan elemen positif dalam kehidupan harian ada dipraktikkan oleh remaja histeria dan 56.5% daripada mereka cuba membina keyakinan dan motivasi diri sendiri.

Oleh itu, pendekatan motivasi secara *al-targhib* dan *al-tarhib* boleh diaplikasikan dalam mencegah histeria remaja kerana remaja secara fitrahnya insan yang inginkan kegembiraan dan tidak suka kepada kesedihan dan kedukaan. Disebabkan itu remaja akan bermotivasi mencari kebahagiaan dan berusaha menjauhkan diri daripada kesengsaraan. Tekanan dan gangguan emosi adalah kesusahan yang tidak menyenangkan yang perlu dijauhi. Dari sudut *tarhib* remaja akan mempunyai kesedaran untuk mengelak daripada tekanan dan gangguan emosi supaya tidak mengalami histeria kerana impak gejala histeria yang menyakitkan dan menakutkan mereka. Mereka akan menjauhi faktor-faktor yang membawa kepada gejala histeria kerana takut dengan akibat dan ancaman histeria tersebut.

Para remaja akan mengawal diri daripada perbuatan yang boleh mendorong kepada sifat mazmumah, tingkah laku yang buruk, bercakap tidak sopan atau menyakiti rakan-rakan. Remaja akan bermujahadah supaya mereka dapat membentuk akhlak yang mulia dalam diri dan menjadi insan yang soleh. Apabila mereka bertingkah laku yang baik dan berjaya mengharungi setiap konflik dan dugaan, pujian dan galakan diberikan agar mereka mengekalkan perbuatan baik tersebut. Ini ditambah lagi dengan ganjaran seperti berjaya dalam pelajaran atau menjadi pelajar contoh yang disayangi oleh ibu bapa dan rakan-rakan. Remaja akhirnya akan bermotivasi untuk meningkatkan potensi dan sahsiah diri dan berusaha mencapai cita-cita untuk menjadi individu Muslim yang berjaya.

Peneguhan (*al-tarhib*) berlaku apabila remaja mendorong diri mereka untuk melakukan perkara-perkara kebaikan dan berlumba-lumba mendapatkan ganjaran pahala. Mereka berusaha melakukan segala suruhan Allah dan meninggalkan segala larangannya untuk memperoleh redha Allah dan mencapai kesejahteraan hidup. Remaja yang inginkan kegembiraan dan tidak suka kepada kesedihan dan kedukaan akan bermotivasi mencari kebahagiaan dan berusaha menjauhkan diri daripada perkara yang menimbulkan kemurkaan Allah begitu juga perkara yang memberi tekanan dalam kehidupan. Tekanan dan gangguan emosi umpamanya adalah kesusahan yang tidak menyenangkan yang perlu dijauhi. Dari sudut *tarhib* remaja akan mempunyai kesedaran untuk mengelak daripada perbuatan keji dan mungkar kerana takutkan balasan Allah. Mereka akan menjauhi perkara-perkara yang membawa kepada dosa kerana takut dengan akibatnya kelak.

Oleh itu, pendekatan motivasi secara *al-tarhib* dan *al-tarhib* boleh diaplikasikan kepada remaja yang mengalami histeria dalam mencapai kesejahteraan emosi dan mencegah gangguan psikologi yang merbahaya seperti histeria. Apabila remaja mempunyai motivasi yang tinggi, keupayaan dan potensi diri mereka akan bergerak kepada memahami isi ajaran Islam selaras dengan al-Quran dan Sunnah dan pengamalannya dalam kehidupan dan membebaskan mereka daripada sifat dan akhlak madzmumah. Melalui motivasi remaja akan berusaha untuk memenuhi keperluan ibadah dan rohani serta berusaha mencapai motif diri sebagai hamba Allah.

KESIMPULAN

Motivasi boleh disampaikan dalam pelbagai bentuk. Selain memberi dorongan dan rangsangan, memberi nasihat juga merupakan pendekatan motivasi dalam membantu pencegahan histeria. Membimbing ke arah kebaikan dan memberi nasihat adalah tugas murni yang patut dilakukan oleh setiap insan. Kaedah motivasi khusus melalui pendekatan *tarhib* dan *tarhib* sesuai untuk dilaksanakan sebagai metode pencegahan remaja histeria dengan cara remaja berusaha melakukan kebaikan untuk memperoleh ketenangan dan menjauhi perkara keburukan supaya tidak mendapat perkara yang memudaratkan. Langkah ini membawa kepada potensi diri yang maksima dan kebahagiaan jiwa. Melalui motivasi remaja menerima galakan, peneguhan, dan rangsangan untuk meningkatkan keyakinan diri dan membina karekteristik diri sebagai individu Muslim yang sebenar.

RUJUKAN

- Ab. Aziz Mohd Zin. (2005). *Metodologi Dakwah*. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya
- Abd al-Karim Zaydan. (2000). *Usul al-Dakwah*. Beirut: Muassasah al-Risalah
- Asmawati Desa. (2004). *Psikologi Untuk Golongan Profesional*. Kuala Lumpur: McGraw Hill (Malaysia) Sdn Bhd.
- Davey, G. (2005). *The Encyclopaedic Dictionary of Psychology*. London: Hodder Arnold
- Fariza Md Sham. (2006). *Perkembangan moral, sosial remaja dan pendekatan psikologi dakwah*. Dlm. Fariza Md. Sham, Siti Rugayah Tibek & Othman Haji Talib (pnyt.). *Dakwah dan Kaunseling di Malaysia* hlm. 65-71. Bangi: Penerbit UKM
- Ibn Manzur, Jamal al-Din Muhammad bin Mukrim. (1968). *Lisan al-A^lrab. Juz 14 & 18*. Beirut: Dar Sadar
- Intan Farhana Sapparudin. (2015). *Pendekatan psikologi dakwah menangani histeria remaja Muslim di Selangor*. Tesis PhD. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Kementerian Pelajaran Malaysia. (2013). *Panduan Pengurusan Menangani Kes Histeria*

- Mahmood Nazar Mohamed. (2001). *Pengantar Psikologi Satu Pengenalan Asas kepada Jiwa dan Tingkah laku Manusia*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohamad Khairudin Bajuri, Rohaida Mohd. Saat, M. Y. Zulkifli Mohd. Yusoff, Noor Naemah Abdul Rahman, Durriyyah Sharifah Hasan Adli. (2014). *Pendekatan peneguhan bagi aktiviti hafalan al-Quran dalam kalangan pelajar di peringkat menengah rendah*. *Jurnal Islam dan Masyarakat Kontemporari* 8: 113-135
- Sabitha Marican. (2005). *Kaedah Penyelidikan Sains Sosial*. Malaysia: Prentice Hall, Pearson Malaysia Sdn.Bhd
- Siti Hawa Munji & Maarof Redzuan Othman Mohamed. (1990). *Pengantar Psikologi*. Petaling Jaya: Penerbit Fajar Bakti
- Siti Rugayah Haji Tibek. (2006). *al-Nafs menurut al-Quran*. Dlm. Fariza Md. Sham, Siti Rugayah Tibek & Othman Haji Talib (pnyt.). *Dakwah dan Kaunseling di Malaysia* hlm. 41-50. Bangi: Penerbit UKM