

Strategi Kesejahteraan Hidup: Perspektif dalam Kalangan Gelandangan *Life Well-being Strategies: From the Perspective of Homeless*

Muhammad Faheem Mohd Dahlan dan Muhammad Idris Bullare @ Bahari

Universiti Malaysia Sabah

Corresponding author: faheemdahlan93@gmail.com

Dihantar/Received: 2 November 2020 | Diterima/Accepted: 12 Disember 2020

DOI: <https://doi.org/10.51200/jpks.v4i1.4059>

Tujuan kajian ini adalah untuk memahami strategi yang diperoleh daripada golongan gelandangan dalam meningkatkan kesejahteraan hidup. Kajian ini telah menggunakan reka bentuk kajian kes instrumental (Stake, 1995). Seramai 10 orang daripada golongan gelandangan telah diambil sebagai responden kajian. Data yang telah dikumpul dan dianalisis dengan menggunakan analisis tematik. Sebanyak lima tema keseluruhan berkaitan dengan strategi yang dimiliki oleh golongan gelandangan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup. Tema strategi yang telah dibentuk ialah, (a) berfikir positif, (b) komunikasi interpersonal, (c) hubungan sosial, (d) penetapan sendiri, dan (e) pengurusan rohani. Kajian ini membolehkan golongan gelandangan, institusi keluarga, pemegang taruh dan masyarakat dapat memahami bagaimana untuk membantu dalam meningkatkan kesejahteraan hidup terutamanya dalam kalangan gelandangan. Golongan ini juga ingin berdikari, menyumbang kepada masyarakat, justeru menghapuskan stigma terhadap golongan gelandangan. Kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran awal berkaitan dengan isu kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan. Implikasi dan cadangan turut dibincangkan di akhir penulisan ini untuk pengkaji di masa akan datang dapat menjalankan kajian dalam bidang psikologi khususnya subjek dalam kalangan gelandangan.

Kata kunci: kesejahteraan hidup, kajian kes, gelandangan, analisis tematik

The study is to understand the strategies obtained from the homeless in improving the well-being of life. This study has used an instrumental case study design (Stake, 1995). A total of 10 homeless people was recruited as study respondents. Data were collected and analyzed using thematic analysis. Overall, there are five themes related to the strategies that obtain to improve the homeless well-being of the homeless. The themes that have been formed are (a) positive thinking, (b) interpersonal communication, (c) social relationships, (d) self-determination, and (e) spiritual management. This study allows homeless people, family institutions, stakeholders, and the community to understand how to help improve the well-being of life, especially the homeless. These people also want to be independent and contribute to society. Thus, eliminating the stigma of the homeless. This study is expected to provide an initial overview related to the issue of well-being among homeless people. Implications and suggestions are also discussed at the end of this writing so that future researchers can research the psychology field, especially subjects among homeless people.

Keywords: well-being, case studies, homelessness, thematic analysis

Kesejahteraan hidup merupakan istilah yang universal dan subjektif. Malah, kesejahteraan hidup juga adalah konsep yang sangat unik bagi setiap individu kerana setiap individu akan mentafsirkan kesejahteraan hidup tersebut mengikut tafsiran masing-masing. Para cendekiawan telah mengambil usaha yang signifikan dalam memahami konsep kesejahteraan hidup. Masyarakat sesebuah negara perlu mengecapi kesejahteraan hidup melalui perkhidmatan yang telah disediakan oleh negara (Billson, 2005). RMK ke-10, kesejahteraan rakyat telah dipertingkatkan dengan memberi penumpuan kepada kesihatan, keselamatan awam, penyediaan rumah mampu milik, integrasi sosial dan pembangunan sukan. Kesejahteraan merupakan satu konsep yang menunjukkan kepada sifat yang multidimensi kerana mempunyai sifat-sifat yang unik (Bolier, Haverman, Westhof, Riper, & Smith, 2013). Kesejahteraan hidup

seseorang dapat diperoleh melalui elemen-elemen utama iaitu hubungan positif, autonomi, penguasaan persekitaran, matlamat kehidupan, pertumbuhan personal dan penerimaan sendiri (Ryff & Keyes, 1989). Elemen tersebut merupakan pengukuran kepada seseorang untuk membawa diri ke arah kesejahteraan.

Walaupun terdapat banyak kajian tentang kesejahteraan hidup yang telah dilakukan, tetapi kajian yang memberikan penekanan kepada kesejahteraan hidup daripada perspektif gelandangan masih kurang dijalankan dan diberikan penekanan (Tsai & Rosenbeck, 2012). Gelandangan kerap dikaitkan dengan kualiti hidup dan darjah kesejahteraan (Ross & Willigen, 2001) dan masalah kepuasan diri, kesejahteraan, kesihatan (Goland, Bell, & Hamilton, 2002). Golongan gelandangan juga sering kali dibelenggu oleh masalah yang melibatkan keselamatan diri dan juga tempat

kediaman. Hal ini kerana, kawasan yang mereka diami adalah kurang memberangsangkan untuk diduduki dalam jangka masa yang panjang (Muhammad Faheem & Muhammad Idris, 2017) dan masalah kesihatan fizikal (Suzana & Nur Asyura, 2007), pengabaian dan pengasingan kehidupan daripada masyarakat normal (Ferguson & Xie, 2008), permasalahan dalam aspek kerohanian dan keagamaan (Hodge, 2004). Sehingga kini, masih lagi kurang kajian lepas yang meneroka isu yang melibatkan kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan khususnya di Malaysia. Oleh itu, dalam kajian yang dijalankan ini berusaha untuk meneroka dan memahami strategi untuk meningkatkan kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan khususnya untuk dijadikan sebagai langkah atau cara untuk mereka meningkatkan kualiti kehidupan seharian.

Kewujudan golongan gelandangan disebabkan oleh beberapa faktor yang mendorong berlakunya gelandangan. Menurut Wee Yen Hong, Mohd Suhaimi, Abdul Manan dan Mahmood (2012), faktor individu yang berpendapatan rendah sehingga ketidakmampuan untuk memiliki kediaman atau menyewa rumah juga merupakan faktor penyebab selain daripada masalah ketiadaan pekerjaan. Kekurangan rumah mampu milik yang disediakan oleh pihak kerajaan juga antara faktor penyebab kewujudan gelandangan ini (Amato & Macdonald, 2011; Dail, 2000; Junaidi, Husna, Helmi, & Harris, 2012). Rentetan daripada kehidupan golongan gelandangan yang dibelenggu dengan pelbagai masalah sehingga menjejaskan kesejahteraan hidup, kajian ini dilakukan adalah bertujuan bagi merungkai strategi yang diambil oleh golongan gelandangan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup mereka seperti kehidupan masyarakat normal yang lain bebas menikmati kehidupan yang sempurna dan baik.

Metode

Reka Bentuk Kajian

Kajian yang dijalankan ini menggunakan reka bentuk penyelidikan kualitatif. Menurut Flick (2007), reka bentuk penyelidikan kualitatif merupakan kajian empirikal yang menggunakan teks sebagai sumber data utama dan membolehkan penyelidik memahami bidang yang luas dalam kehidupan sebenar. Merujuk kepada keadaan yang lebih spesifik, penyelidikan ini telah menggunakan reka bentuk kajian kes instrumental (Stake, 1995). Stake tidak memberikan definisi yang tepat mengenai kajian kes kerana ianya mungkin berbeza-beza mengikut disiplin ilmu yang dikaji.

Namun, menurut Stake, suatu kes secara umum dapat dikonsepskan sebagai sistem dengan batasan, yang telah membawa perhatian kepadanya sebagai objek dan bukan proses. Di samping itu, Stake (1995) menyarankan bahawa reka bentuk kajian kes instrumental diterapkan ketika penyelidik berminat dengan suatu fenomena yang wujud dan di mana beberapa kes sedang dikaji untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena tersebut. Oleh itu, kes-kes yang terdapat dalam penyelidikan ini adalah dalam kalangan gelandangan dan fenomena yang menarik merupakan tindakan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup.

Kes

Sebanyak 10 kes diperoleh dalam kajian ini dengan menggunakan teknik persampelan bertujuan maksimum (Creswell, 2007; Merriam, 2009). Kriteria pemilihan sampel adalah: (a) mesti seorang yang ditempatkan di Anjung Singgah, (b) didaftarkan serta pemantauan di bawah Yayasan Kebajikan Negara, (c) mesti masih berada di Anjung Singgah semasa kajian dijalankan. Semua responden telah diberikan label Kes 1 hingga Kes 10 sebagai identiti masing-masing dalam kajian ini.

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui sesi temu bual secara mendalam (*in-depth interview*) dengan responden dan yang terutama adalah berfokus pada kisah hidup atau peristiwa responden atau lebih dikenali sebagai temu bual naratif (Flick, 2007). Keseluruhan sesi temu bual yang dijalankan telah dirakam dengan menggunakan perakam audio digital untuk membantu proses transkripsi. Pada awal sesi temu bual, responden diminta untuk menjawab soalan biasa iaitu ("Bolehkah anda memberitahu dan kongsi kepada saya tentang diri anda?") dan baru diikuti dengan soalan susulan yang lain untuk merungkai segala jawapan daripada responden ketika sesi temu bual berlangsung. Kajian ini dilaksanakan secara temu bual bersemuka dengan responden dan proses pengumpulan data berlangsung pada bulan Disember 2019 hingga Januari 2020 di Anjung Singgah Johor Bahru dan Anjung Singgah Kuala Lumpur. Sesi temu bual yang dijalankan antara 1 jam hingga 2 jam. Borang persetujuan termaklum diberikan terlebih dahulu kepada responden sebelum temu bual dijalankan. Persetujuan yang dimaklumkan adalah salah satu prinsip asas etika penyelidikan. Tujuannya adalah agar responden dapat menyertai penyelidikan secara bebas (secara sukarela) dengan maklumat yang lengkap tentang diri mereka dan memberikan persetujuan sebelum mereka menyertai penyelidikan yang dijalankan (Griffith, 2009). Kaedah temu bual yang digunakan dalam kajian ini adalah jenis temu bual semi-struktur. Menurut Bernard (1988), temu bual semi-struktur dapat mengawal dalam mendapatkan maklumat tetapi pengkaji bebas untuk bertanya kepada responden apabila memperoleh penemuan tema baru.

Analisis Data

Analisis data yang telah digunakan dalam kajian ini adalah analisis tematik. Penggunaan analisis ini adalah bersesuaian dengan saranan oleh Braun dan Clarke (2006) yang menyatakan bahawa kaedah ini mampu untuk mengenal pasti, menganalisis dan melaporkan tema dalam data yang diperoleh. Selain itu, kaedah ini juga mampu menerangkan sesuatu situasi dengan lebih mendalam kerana pendekatan yang digunakan adalah lebih fleksibel dan mempunyai banyak kelebihan dalam menganalisis data kualitatif. Oleh itu, semua data dalam kajian ini juga telah dikumpulkan dengan menggunakan analisis yang disarankan oleh Schilling (2006):

1. Memindahkan data daripada perakam suara digital ke dalam data mentah melalui proses transkripsi.

2. Meringkaskan data mentah dengan menggunakan parafrasa.
3. Menyusun semula data yang diperoleh daripada parafrasa dan membentuk kategori yang sesuai.
4. Membentuk tema daripada kategori yang telah dikembangkan.

Kajian ini menerapkan kaedah menganalisis secara tematik yang disarankan oleh Braun dan Clarke (2006) kerana pembentukan tema merupakan elemen yang sangat penting dalam pengumpulan data yang mempunyai perkaitan dengan persoalan kajian dan menerangkan secara keseluruhan data yang diperoleh. Pada peringkat parafrasa, analisis disediakan lebih jelas untuk proses mengkategorikan dan pembentukan tema. Jadual tema dibina bagi meringkaskan strategi kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan.

Kesahan

Bagi mengatasi masalah dalam kesahan, penelitian ini telah menggunakan pendekatan triangulasi penyelidik bersama dengan pemeriksaan dalam kalangan ahli seperti yang disarankan oleh Stake (1995). Triangulasi yang disarankan oleh Stake merujuk kepada pengkaji perlu menunjukkan data yang diperoleh kepada penyelidik lain dan untuk mengesahkan sama ada tafsiran oleh anggota penyelidik sama dengan tafsiran yang dibuat oleh penyelidik itu sendiri. Bagi proses pemeriksaan anggota, penyelidik akan mengemukakan penemuan/tema yang telah dibina semula kepada responden kajian untuk mendapatkan ketepatan tafsiran tersebut. Hal ini disebabkan oleh responden sendiri akan mengetahui ketepatan tafsiran yang dibuat dan jika tidak selari dengan tafsiran yang telah diberikan, maka akan mencadangkan pengubahsuaian yang relevan.

Keputusan dan Perbincangan

Responden dalam kajian ini adalah seramai 10 orang yang kesemuanya adalah dalam kalangan gelandangan dan pecahan responden adalah seperti Jadual 1.

Jadual 1

Maklumat Demografi Responden

Demografi & Kes	Jantina	Taraf Pendidikan
1	Perempuan	SPM
2	Lelaki	SPM
3	Lelaki	SRP/PMR
4	Perempuan	PMR
5	Lelaki	Ting. 2
6	Lelaki	SPM
7	Perempuan	Ting. 4
8	Lelaki	SPM
9	Perempuan	PMR
10	Lelaki	PMR

Sebanyak lima (5) tema yang wujud berkaitan dengan strategi untuk meningkatkan kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan. Tema yang dibina iaitu: (a) berfikir positif, (b) komunikasi interpersonal, (c)

hubungan sosial, (d) penetapan sendiri, dan (e) pengurusan rohani. Setiap tema akan dibentangkan dan dibincangkan secara terperinci di bawah.

Berfikir Positif

Kaedah pertama yang digunakan oleh golongan gelandangan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup adalah berfikir positif. Pemikiran positif adalah pemikiran yang menjuruskan ke arah keupayaan dan bukan ketidakupayaan. Bagi golongan gelandangan melihat pada aspek yang baik dan membina. Walau bagaimanapun, bagi beberapa kes dalam golongan gelandangan ini menyatakan kadang-kadang tercetus pemikiran yang tidak rasional dalam diri mereka sehingga mengakibatkan mereka membuat kesilapan dalam berfikir. Beberapa kes telah menyatakan bahawa berfikir positif lebih kepada corak pemikiran seseorang berdasarkan kepada isu atau masalah yang dihadapi dalam hidup. Walau apa pun keadaan yang dihadapi, kebanyakan kes dalam kalangan gelandangan berpendapat bahawa sangat penting untuk menguruskan pemikiran setiap kali menghadapi situasi yang tegang. Hal ini kerana, kehidupan gelandangan yang kerap dipandang negatif oleh masyarakat dan cukuplah kepada diri sendiri sahaja yang percaya dan membantu diri sendiri. Sebagai contoh, jika terdapat individu atau masyarakat yang memandang rendah dengan golongan gelandangan ini, sedaya upaya untuk berfikir sebelum bertindak atas tanggapan masyarakat tersebut. Hal ini disebabkan demi memikirkan aspek keselamatan diri dan lebih baik untuk mengabaikan perkara negatif yang dilemparkan kepada mereka. Seperti kenyataan yang diberikan oleh Kes 2 melalui temu bual dengannya iaitu:

"...bila ada orang yang hina dan caci saya atau rakan-rakan yang lain, saya akan fikir dulu sebelum bertindak sebab tindakan yang kita akan buat tu kesan dekat diri kita, sama ada baik atau buruk...marah tu memang ada marah sebab kita dicaci kan...sapa yang suka diri kita dicaci orang lain...nak tak nak kena lah kawal diri...selalunya saya malas nak layan orang begitu, saya abaikan je..lama-lama diam lah diorang tu...diorang akan penat jugak tu nanti...mulut orang kita tak boleh nak tutup...abaikan je orang macam tu...kalau kita selalu kawal diri semua tu, akhirnya nanti kita akan rasa tak ada apa-apa kesan pun dekat diri dan emosi kita...aman je rasanya..."

Strategi berfikir secara positif juga ada dalam golongan gelandangan kerana segala perkara yang berlaku mempunyai rasional di sebaliknya dan tidak sama sekali menyalahi takdir yang telah ditetapkan dan malah, segala yang berlaku itu adalah atas kesilapan yang dilakukan sebelum ini. Segala yang berlaku dalam hidup mempunyai hikmah dan berusaha untuk mengubahnya kepada takdir baru yang lebih baik dan menuntut dirinya agar berusaha keras dan tidak berputus asa dalam mengubah kehidupan di masa hadapan. Seperti kenyataan yang diberikan oleh Kes 4 melalui temu bual yang dijalankan dengan beliau:

"...apa yang berlaku dengan saya sebelum ni, saya redha dan mungkin itu sebagai balasan kepada saya yang mana sebelum ni banyak kerja-kerja yang dibuat

tak ikut agama...kerja memang senang, tapi bila dah jatuh ni insaf dan tak nak buat lagi...tu dah takdir saya macam ni, tapi saya masih mampu untuk bangkit dan apa yang berlaku ni ada hikmahnya...saya cuba usahalah untuk bangun balik ke arah yang baik...tak nak dah buat kerja sebelum ni..."

Berfikir dan cara berfikir memainkan peranan penting dalam pelbagai aspek kehidupan manusia, agar manusia sentiasa dapat dibezakan antara satu sama lain berdasarkan pemikiran dan sikap mereka terhadap keadaan yang dilaluinya (Sin & Lyubomirsky, 2009). Seseorang yang berfikir secara positif bukan sahaja tidak mengetahui dengan perkara yang buruk, tetapi mempertimbangkan setiap saat kejadian yang dirancang dengan teliti dan telah dikendalikan (Naseem & Khalid, 2010). Jenis pemikiran seperti yang disarankan oleh semua agama dan cendekiawan, setelah menembus akal berkembang ke seluruh tubuh dan mengubah tingkah laku dan juga gaya fizikal (Baljani, Kazemi, Amanpour, & Tizfahm, 2012). Berfikir dengan waras dan mengambil langkah dengan mengabaikan sikap negatif individu di sekeliling merupakan salah satu strategi bagi golongan gelandangan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup. Hal ini adalah kerana mereka sudah mengetahui akan stigma masyarakat terhadap golongan gelandangan adalah negatif (Corrigan & Watson, 2002). Pengabaian dengan sikap negatif tersebut tidak akan mengganggu pemikiran malah berasa aman dan damai serta tidak merasai kesan sampingan (Clapham, 2003).

Selain itu, menerima segala masalah dengan fikiran rasional terhadap perkara yang berlaku juga salah satu cara dalam meningkatkan kesejahteraan hidup. Hal ini kerana dalam membuat keputusan adalah satu perkara yang rumit melibatkan kedua-dua pemikiran dan emosi dalam satu masa (Bruine de Bruin, Parker, & Fischhoff, 2007). Pemikiran secara rasional merupakan persepsi dan pemikiran seseorang individu yang menilai dan melihat kehidupan mereka dari sudut yang mempunyai asas dan fakta yang kukuh dan logik serta boleh diterima oleh akal yang waras dan sihat (Kelley, Ho, & Stanovich, 2005). Berfikir secara rasional dan mempunyai pemikiran yang positif serta realistik sememangnya amat penting dalam menjamin kesejahteraan dan kesihatan mental seseorang individu. Hal ini kerana, segala masalah yang dihadapi oleh individu yang bergelandangan diterima dengan berlapang dada dan berusaha dalam memperbaiki diri ke arah yang lebih baik. Pada akhirnya membawa mereka ke arah yang lebih sejahtera dalam hidup.

Komunikasi Interpersonal

Strategi tambahan yang diterapkan oleh golongan gelandangan untuk meningkatkan kesejahteraan hidup adalah dengan berkomunikasi dengan individu lain. Komunikasi interpersonal adalah perkara yang paling penting dalam kehidupan seharian. Komunikasi tidak sahaja berlaku melalui percakapan tetapi juga melalui mendengar, membaca, menulis dan gerak badan. Semua strategi yang disebutkan mempunyai keunikan tersendiri dari segi konteksnya, tetapi semuanya merujuk kepada interaksi yang sihat dalam masyarakat. Kaedah berkomunikasi seperti bahasa yang digunakan semasa berhadapan dengan

masyarakat. Bahasa yang digunakan oleh individu yang bergelandangan dalam mendepani masyarakat adalah bahasa yang baik dan tidak menggunakan bahasa kasar kepada masyarakat. Hal ini adalah kerana sudah menjadi kebiasaan dalam diri menerima perkara-perkara negatif setiap hari. Bahasa yang digunakan dapat memberikan kesan baik kepada gelandangan kerana segala tohmahan yang diterima tidak dibalas dengan kata-kata kesat kerana ingin menjaga perhubungan dengan masyarakat. Hal ini kerana, individu tersebut tidak menginginkan berlakunya perselisihan faham sehingga memberikan kesan buruk kepada dirinya dan orang sekeliling. Gelandangan kerap menunjukkan sikap yang baik kepada orang lain untuk mengelakkan berlakunya perselisihan faham dan apabila keadaan ini tidak berlaku dan hidup bebas daripada masalah dengan orang lain. Seperti kenyataan yang diberikan oleh Kes 1:

"...kalau jalan-jalan keluar tu, ada je orang yang macam cari pasal dengan kita, padahal kita tak lah ganggu diorang...saja nak cari gaduh, kadang saya diam...kadang saya balas lah... saya balas tu bukan dengan kekerasan, tapi saya balas lah tu cakap baik-baik dengan diorang...tak da lah sampai nak marah ke apa kan...dia dah cakap bukan-bukan tentang kita tak kan nak balas kasar kan...tak perlu...guna bahasa yang baik...lama-lama ok lah tu...kalaulah kita balas dengan cara yang kasar, masalah besar pasti akan berlaku...perselisihan faham lah, bergaduh lah...sebab kita fikir diri kita jugak kan...lebih baik kita elak lah cakap kasar tu...kita sendiri pun senang hati tak ada masalah dengan orang..."

Komunikasi interpersonal atau dikenali sebagai komunikasi antara personal atau komunikasi antara peribadi merupakan komunikasi yang dilakukan oleh individu untuk saling bertukar idea atau pemikiran kepada individu lainnya. Komunikasi interpersonal adalah salah satu konteks komunikasi di mana setiap individu mengekspresikan dalam bentuk perasaan, gagasan idea, emosi, serta informasi lainnya secara bersemuka dengan individu lainnya (Miller, 2007). Komunikasi interpersonal yang melibatkan psikologi dalam kalangan gelandangan dengan individu lain ke arah menggalakkan pengalaman manis yang menyenangkan (Luthans, Avolio, Avey, & Norman, 2007). Pendekatan psikologi tersebut telah membangunkan satu konstruk dengan menggabungkan sumber-sumber psikologi, iaitu keyakinan diri, harapan, optimis dan ketahanan bagi tujuan kestabilan pengurusan emosi.

Hal ini kerana, komunikasi interpersonal dalam kalangan gelandangan adalah bertujuan untuk membina hubungan sesama individu mahupun ahli dalam masyarakat atau sebagai pendekatan dalam bersosial dan pada akhirnya mampu meningkatkan keyakinan diri serta kesejahteraan hidup seseorang khususnya gelandangan. Komunikasi interpersonal dalam kalangan gelandangan adalah bagi mewujudkan satu suasana sosial yang baik. Menurut Hull (2007), komunikasi yang baik dapat memberikan kesan positif kepada individu untuk bergiat aktif dalam masyarakat atau bersosialisasi agar dapat mewujudkan satu rangkaian komunikasi yang baik dan sejahtera. Hal ini adalah kerana komunikasi amat penting dalam kehidupan seseorang individu.

Hubungan Sosial

Strategi seterusnya dalam meningkatkan kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan adalah hubungan sosial. Hubungan sosial didefinisikan sebagai ikatan yang wujud dengan keluarga, rakan, atau individu yang mempunyai perkaitan hubungan. Hubungan sosial dengan masyarakat dan hubungan dengan rakan merupakan domain yang penting dalam kalangan gelandangan yang terbit hasil daripada temu bual yang dijalankan. Kedua-dua domain tersebut merupakan kelompok yang sering golongan gelandangan jumpa. Kenyataan seperti Kes 7, hubungan sosial dengan masyarakat memainkan peranan dalam meningkatkan kesejahteraan hidupnya kerana beliau kerap berjumpa dan malah bekerja di kedai makan yang memerlukan beliau untuk bertemu dengan orang ramai.

“...saya lebih selesa dengan masyarakat sebab saya kan kerja di kedai makan, banyak jumpa dengan orang lah dekat sini...saya layan diorang baik di kedai, kalau orang yang kerap datang tu kenal la saya. kalau yang begitu saya yakinlah nak berhadapan dengan orang walaupun saya ni hidup menumpang di Anjung Singgah ni...benda tu yang yakin kan saya untuk berani berhadapan dengan orang lah setiap hari...bila berani tu kita rasa aman lah...sebab kita rasa selamat...kadang berborak jugak dengan diorang kalau kerja tu tak banyak...”

Manakala, hubungan sosial dengan rakan rujuk kepada Kes 8 yang lebih selesa dalam mewujudkan hubungan dengan rakan kerana pertalian kenalan rakan lebih mesra berbanding masyarakat. Hal ini kerana, keadaan selesa yang muncul merupakan kaedah mereka untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Rakan-rakan kerap berada di sampingnya kerana mereka merupakan rakan penghuni di Anjung Singgah.

“...rakan-rakan ni semualah yang jadi peneman dan teman hidup saya...kadang gelak ketawa...saya selesa dengan diorang...kita faham sama lain, masalah yang kita hadapai masing-masing kadang bagi cadangan dan nasihat...lebih selamat lah kalau dengan kawan ni walaupun diorang ni akan tinggalkan tempat ni...saya tak berani sangat untuk berhadapan dengan orang ramai...takut rasanya...sebab kita tak kenal kan...lain lah kalau di sini, hari-hari kita akan jumpa...”

Beberapa kajian empirikal dilakukan adalah bertujuan untuk memahami konsep berkaitan rangkaian sosial dan modal sosial dan implikasinya terhadap kesejahteraan individu dalam pelbagai populasi yang telah didefinisikan secara demografi, seperti warga tua, gelandangan, belia, orang dalam kemiskinan, dan pekerja (Dominguez & Watkins, 2003; Ostering, 2007; Potocky-Tripodi, 2004; Zippay, 2001). Kajian yang berkaitan dengan hubungan sosial dalam kalangan gelandangan telah memfokuskan kepada aspek sokongan sosial daripada rangkaian sosial, dan cenderung untuk menerangkan keadaan gelandangan yang berkaitan dengan sistem sokongan (Eyrich, Pollio, & North, 2003). Hubungan sosial kepada golongan amat penting

dalam kalangan gelandangan kerana bagi mewujudkan sistem sokongan sosial yang baik dan membantu gelandangan dalam meningkatkan tahap kesejahteraan hidup. Setiap individu berbeza strateginya dalam meningkatkan kesejahteraan. Hubungan sosial dengan masyarakat dan rakan merupakan strategi yang digunakan oleh gelandangan dalam kehidupan mereka. Sifat sokongan sosial dalam rangkaian sosial semasa seseorang gelandangan, meneliti kesan sokongan ini terhadap tingkah laku gelandangan tersebut ke arah yang baik dan dapat meningkatkan kesejahteraan hidupnya (Rice, Stein, & Milburn, 2008).

Penetapan Kendiri

Penetapan sendiri adalah penentuan nasib sendiri merupakan konsep penting yang merujuk kepada kemampuan setiap orang untuk membuat pilihan dan menguruskan kehidupan mereka sendiri. Keupayaan ini memainkan peranan penting dalam kesihatan dan kesejahteraan hidup. Penentuan nasib sendiri membolehkan orang merasakan bahawa mereka mempunyai kawalan terhadap pilihan dan kehidupan mereka. Sebagai individu yang bergelandangan mempunyai jati diri yang kuat untuk mengubah hidup di masa hadapan dengan membawa diri keluar daripada kehidupan yang telah dibelenggu dengan pelbagai masalah kehidupan. Menyesali kesilapan yang lalu dan sedaya upaya untuk bangkit dalam mengubah nasib diri ke arah yang lebih baik. Meletakkan matlamat yang jelas dalam diri sebagai langkah untuk meningkatkan jati diri dan dengan adanya matlamat yang jelas telah memberikan kesan positif kepada tingkah laku gelandangan untuk mengubah nasib diri ke arah yang lebih baik dan membuatkan dirinya sejahtera dan yakin dengan kemampuan diri. Keyakinan dalam melaksanakan matlamat diri itu diselarikan dengan usaha yang diambil dengan mencuba pelbagai cara demi mencapai matlamat dan kekuatan semangat dalam merealisasikan kehendak yang telah ditetapkan. Kenyataan seperti kes 6 dalam temu bual yang dijalankan:

“...bila saya hadapi macam-macam masalah ni, saya nekad untuk kembali normal seperti dulu...saya ada keluarga, ada isteri, ada anak...mereka tak mengaku yang saya ayah diorang kerana saya muflis...dulu saya ada kemewahan, tapi sekarang saya kosong...isteri tinggalkan saya bawa anak-anak dan akhirnya saya bercerai...bila saya dah jatuh ni, saya letakkan matlamat untuk bangkit, saya yakin dengan kudrat saya yang sekarang masih mampu, Insya Allah saya yakin boleh bangun semula...buat lah apa saja walaupun ambil masa yang lama...tak apa, saya kena usaha juga...”

Walaupun menghadapi kesukaran dan keadaan hidup yang melampau, golongan gelandangan dalam kalangan dewasa yang mengalami kehilangan tempat tinggal menunjukkan ketahanan yang luar biasa, kerana individu yang mempunyai matlamat diri yang jelas untuk bangkit kembali menunjukkan bahawa golongan gelandangan tersebut dapat melakukan peralihan dan berjaya membawa dirinya keluar daripada keadaan kehidupan bergelandangan (Kipke, Unger, O’conner, Palmer, & LaFrance, 1997). Kekuatan dan sumber daya golongan gelandangan yang

memiliki jati diri yang kuat dan kemampuan mereka untuk belajar dari pengalaman sukar mereka, nampaknya telah menjadi faktor penting dalam memacu kepada perubahan yang berjaya (Bender, Thompson, McManus, Lantary, & Flynn, 2007).

Golongan gelandangan yang mempunyai matlamat yang jelas dalam mengubah nasib diri memberikan kesan yang positif kepada mereka untuk lebih berusaha dalam mencapai matlamat yang telah diletakkan. Keadaan ini akan menyebabkan tindakan dan tingkah laku yang diambil lebih untuk mencari sumber atau kaedah bagaimana matlamat yang diletakkan berjaya dicapai dan memastikan kualiti kehidupan dalam keadaan yang baik. Matlamat yang jelas dapat memberi kesan kepada kualiti hidup kerana merupakan petunjuk penting bagaimana individu yang mengalami keadaan keperitan dapat keluar dan meneruskan kelangsungan hidup (Hubley, Russell, Palepu, & Hwang, 2014).

Pengurusan Rohani

Pengurusan rohani ini amat penting kepada seseorang untuk mengetahui akan tanggungjawabnya kepada Tuhan. Kes 3 memaklumkan bahawa sebagai seorang muslim kena patuh dengan perintah sebab itu yang diajar oleh ibu bapa saya dulu. Jika pengurusan rohani kita baik dan sihat, kehidupan seharian yang dilaluinya akan memuaskan dan lagi bermakna. Kerana ini akan memberikan kekuatan kepada dalaman diri sendiri dan Kes 3 amat menjaga aspek rohaninya kerana itulah keadaan yang boleh membuatkan dirinya sejahtera disebabkan beliau menjaga solat setiap masa yang merupakan tanggungjawabnya sebagai hamba.

"...kita susah ni banyak cabarannya..saya tak nafikan...memang saya akur hidup susah ni banyak benda yang tak diduga dik...akak rasa benda tu...lepas satu-satu berlaku...ini tak selesai lagi, ini pulak jadi...tapi akak yakin, akak ada tuhan Allah yang tempat akak minta bantuan...tu yang akak diajar oleh mak ayah, apa yang berlaku solat...betul kita kena reda dengan semua ini...susah macam mana sekali pun solat kena jaga...tu memang penting...akak rasa akak tak sempurna dan tak layak untuk cakap benda ni..tapi itulah yang sebenarnya...lagi-lagi sebagai muslim...tu cara akak lah sebab selama akak jaga tanggungjawab akak yang solat ni, alhamdulillah akak rasa diri akak lapang sejahtera dalam hidup tu ada walaupun keadaan akak sekarang ni...tak tau orang lain macam mana..."

Kerohanian dan agama semakin ditakrifkan sebagai konstruk yang berbeza tetapi mempunyai pertindihan makna dan konteks keadaan (Derezotes, 2006). Dengan kata lain, kerohanian dan agama dianggap sebagai konstruk yang lebih merangkumi dan terdiri daripada pelbagai dimensi dengan cara yang sama seperti kesihatan mental yang terdiri dari pelbagai dimensi (Berry, 2005). Pengurusan rohani dalam kalangan gelandangan lebih merangkumi kepada keupayaan dalam melaksanakan tuntutan agama setiap hari. Walaupun kehidupan dibelenggu dengan masalah, kewajipan tetap dilaksanakan. Hal ini adalah kerana, percaya dengan rezeki dan sejajar dengan kepercayaan dirinya. Menurut Tuck dan Thinganjana (2007), tema yang dikaitkan dengan aspek

kerohanian adalah seperti kerohanian sebagai kepercayaan kepada tuhan (kekuatan atau tahap agama yang lebih tinggi); kerohanian sebagai rangkaian memohon bantuan kepada tuhan; kerohanian sebagai sumber kesejahteraan hidup; kerohanian yang dinyatakan melalui tindakan seperti berdoa, bertafakur, dan menghadiri kelas-kelas kumpulan agama; ketentuan tuhan dengan rezeki; dan kerohanian sebagai satu titik kepada seseorang individu untuk memohon pertolongan. Keadaan diri pada masa kini adalah corak yang telah dibentuk dan diajar oleh insan yang mendidiknya.

Kesimpulan

Kajian yang dijalankan ini telah menggunakan reka bentuk kajian kes instrumental untuk memahami strategi yang digunakan oleh golongan gelandangan dalam meningkatkan kesejahteraan hidup mereka. Analisis yang dilakukan telah menghasilkan lima (5) strategi yang telah diterapkan oleh golongan gelandangan dalam meningkatkan kesejahteraan hidup agar kehidupan mereka akan lebih sejahtera. Strategi tersebut adalah (a) berfikir positif, (b) komunikasi interpersonal, (c) hubungan sosial, (d) penetapan sendiri, dan (e) pengurusan rohani. Hal ini membuktikan bahawa golongan gelandangan bukanlah individu atau golongan yang selalu dibelenggu dengan cabaran dan masalah serta mereka bukanlah golongan yang tidak mempunyai kefungsi dan kepentingan kepada dirinya sendiri. Perkara ini perlulah diberikan perhatian serius agar golongan gelandangan tidak lagi terasing dalam masyarakat dan akan diperlakukan seperti manusia normal. Golongan gelandangan juga mempunyai kebolehan luar jangka sama seperti individu yang lain yang perlu diberikan perhatian dan mereka adalah individu yang normal, orang yang ingin memberi sumbangan kepada masyarakat sama seperti individu lain. Pengkaji dalam bidang psikologi pada masa depan dapat membina instrumen yang khusus dalam mengukur tahap kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan. Limitasi kajian adalah memfokuskan kepada golongan gelandangan di Anjung Singgah sahaja kerana terikat dengan pendefinisian dalam Akta Orang-Orang Papa 1974 yang telah diguna pakai dalam kajian ini.

Oleh itu, pengembangan ilmu psikologi positif khusus untuk mengukur kesejahteraan hidup adalah kajian yang sangat menarik sehingga fenomena kesejahteraan dalam kalangan gelandangan dapat diukur dengan objektif yang lebih tepat. Perspektif unik lain yang harus dikaji secara menyeluruh oleh pengkaji akan datang dengan menumpukan kepada kebolehcapaian golongan ini untuk mendapatkan bantuan. Hal ini menandakan bahawa pembuat dasar harus mempertimbangkan untuk membina persekitaran yang kondusif dan dapat diakses oleh golongan gelandangan sehingga membolehkan mereka dapat berfungsi dengan optimum.

Rujukan

- Amato, W. T., & Macdonald, K. (2011). Housing problem and solutions in South Africa. *International Journal of Housing Science and Its Applications*, 22(4), 255–261.
- Baljani, E., Kazemi, M., Amanpour, E., & Tizfahm, T. (2012). A survey on relationship between religion,

- spiritual well-being, hope and quality of life in patients with cancer. *J Evid Based Care*, 1(1), 51–62.
- Bender, K., Thompson, S. J., McManus, H., Lantry, J., & Flynn, P. M. (2007). Capacity for survival: Exploring strengths of homeless street youth. *Child and Youth Care Forum*, 36, 25–42.
- Bernard, H. (1988). *Research method in culture anthropology*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Berry, D. (2005). Methodological pitfalls in the study of religiosity and spirituality. *Western Journal of Nursing Research*, 27, 628–647.
- Billson, J. M. (2005). The complexities of defining female well-being. In J. M. Billson & C. Fluehr-Lobban, *Female well-being* (pp. 23–44). London: Zed Book Ltd.
- Bolier, L., Haverman, M., Westerhof, G. J., Riper, H., Smit, F., & Bohlmeijer, E. (2013). *Positive psychology interventions: A meta-analysis of randomized controlled studies*. *BMC Public Health*, 13, 119–139.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101.
- Bruine de Bruin, W., Parker, A. M., & Fischhoff, B. (2007). Individual differences in adult decision-making competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 938–956.
- Clapham, D. (2003). Pathways approaches to homelessness research. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 13, 119–127.
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). The impact of stigma on people with mental illness. *World Psychiatry*, 1, 16–19.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*. Thousand Oaks, California: Sage.
- Dail, S. C. (2000). Geography and housing area: The focus of housing policy under a democracy regime. *Asia Pacific Journal of Social Work and Development* 16(2), 53–66.
- Derezotes, D. S. (2006). *Spiritually oriented social work practice*. Boston: Pearson.
- Dominguez, S., & Watkins, C. (2003). Creating networks for survival and mobility: Social capital among African American and Latin-American low-income mothers. *Social Problems*, 50(1), 111–133.
- Eyrich, K. M., Pollio, D. E., & North, C. S. (2003). An exploration of alienation and replacement theories of social support in homelessness. *Social Work Research*, 27(4), 222–231.
- Ferguson, K. M., & Xie, B. (2008). Feasibility study of the social enterprise intervention with homeless youth. *Research on Social Work Practice*, 18(1), 5–19.
- Flick, U. (2007). *Designing qualitative research*. London: SAGE.
- Goland, S., Bell, D., & Hamilton, C. (2002). Well-being and quality of life: Measuring the benefit of culture and sport. *International Journal of Scientific World*, 3, 1030–1040.
- Griffith, R. (2009). Elements of a valid consent to treatment in capable adults. *Journal of Paramedic Practice*, 1, 196–203.
- Hodge, D. R. (2004). Spirituality and people with mental illness: Developing spiritual competency in assessment and intervention. *Families in Society*, 85, 36–44.
- Hubley, A. M., Russell, L. B., Palepu, A., & Hwang, S. W. (2014). Subjective quality of life among individuals who are homeless: A review of current knowledge. *Social Indicators Research*, 115, 509–524.
- Hull, R. (2007). Your competitive edge: The art of communication in professional practice. *The Hearing Journal*, 60(3), 38–41.
- Junaidi Awang Besar, Husna Ibrahim, Helmi Sobri, & Harris Wong. (2012). *Kualiti hidup masyarakat dan tempat tinggal*. Batu Pahat: Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.
- Kelley, S. W., Ho, C. C., & Stanovich, K. E. (2005). Thinking about personal theories: Individual differences in the coordination of theory and evidence. *Personality and Individual Differences*, 38, 1149–1161.
- Kipke, M. D., Unger, J. B., O'Connor, S., Palmer, R. F., & LaFrance, S. R. (1997). Street youth, their peer group affiliation and differences according to residential status, subsistence patterns, and use of services. *Adolescence*, 32, 655–669.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Journal of Personnel*, 60, 541–572.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. San Francisco, CA: John Wiley & Sons.
- Miller, K. I. (2007). Compassionate communication in the workplace: Exploring processes of noticing, connecting, and responding. *Journal of Applied Communication Research*, 35, 223–245.
- Muhammad Faheem Mohd Dahlan & Muhammad Idris Bullare @ Bahari. (2017). Kesejahteraan hidup dalam kalangan gelandangan. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Sosial*, 1, 53–62.
- Naseem, Z., & Khalid, R. (2010). Positive thinking in coping with stress and health outcomes: Literature review. *Journal of Research and Reflection in Education*, 4(1), 42–61.
- Osterling, K. L. (2007). Social capital and neighborhood poverty: Toward an ecologically grounded model of neighborhood effects. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 16(1-2), 123–147.
- Potocky-Tripodi, M. (2004). The role of social capital in immigrant and refugee economic adaptation. *Journal of Social Service Research*, 31(1), 59–91.
- Rice, E., Stein, J. A., & Milburn, N. (2008). Countervailing social network influences on problem behaviors among homeless youth. *Journal of Adolescence*, 31(5), 625–639.
- Ross, D., & Willigen, T. (2001). Expecting stress: American and the “Mindlife Crisis”. *Motivation and Emotion*, 24(2), 85–103.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.

- Schilling, J. (2006). On the pragmatics of qualitative assessment. *Journal of Psychological Assessment*, 22, 28–37.
- Sin, N. L. & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 65(5), 467–487.
- Suzana Shahar & Nur Asyura Adnan (2007). Pesakit, keluarga dan AIDS: Stigma dan kesan psikososial. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 16, 75–88.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Tsai, J., & Rosenbeck, R. A. (2012). Incarceration among chronically homeless adults: Clinical correlates and outcomes. *Journal of Forensic Psychology Practice*, 12(4), 307–324.
- Tuck, I., & Thinganjana, W. (2007). An exploration of the meaning of spirituality voiced by persons living with HIV disease and healthy adults. *Issues in Mental Health Nursing*, 28(2), 151–166.
- Wee Yen Hong, Mohd Suhaimi, Mohamad, Abdul Manan Manap, Iskandar Al-Habshi, & Mahmood Yusof, (2012). Homelessness in Kuala Lumpur, Malaysia: A case of denial. *International Journal of Social Science Tomorrow*, 1(2), 1–9.
- Zippay, A. (2001). The role of social capital in reclaiming human capital: A longitudinal study of occupational mobility among displaced steelworkers. *Journal of Sociology and Social Welfare*, 28(4), 99–119