

19/07/1998

Berkayak tingkat keyakinan diri

Nurul Adlina Kamaludin

PIHAK berkuasa tempatan seringkali dikaitkan dengan tugas merancang pembangunan di kawasan pentadbirannya dan tanggungjawab perkhidmatan perbandaran lain.

Namun demikian, mungkin ramai yang tidak sedar bahawa di bahu pihak berkuasa ini turut terpikul tanggungjawab berat dari aspek pembangunan fizikal, khususnya dengan tumpuan kepada remaja yang tinggal di kawasan itu.

Inilah yang dilakukan pihak Majlis Perbandaran Petaling Jaya (MPPJ) yang menubuhkan program Rakan Mudanya sendiri sejak tiga tahun lalu.

Usaha itu dijalankan menerusi bahagian Pembangunan Sosial, Kebudayaan, Kesenian dan Pelancongan yang diwujudkan pada 1 Januari tahun lalu.

Apa yang membanggakan, sehingga kini ia berjaya mengumpul keahlian seramai 8,000 orang yang bukan saja membabitkan pelajar sekolah, malah mereka yang menganggur serta pekerja industri di sekitar kawasan jajahan MPPJ.

Rakan Muda MPPJ bermula dengan empat kategori Rakan Muda iaitu Rakan Rekreasi, Rakan Sukan, Rakan Cinta Alam dan Rakan Seni Budaya yang mengatur kegiatan harian, mingguan dan bulanan tanpa mengenakan sebarang bayaran kepada ahlinya.

Setiap hari, dari jam 4.30 hingga 6.30 petang, peserta mempunyai pilihan sama ada mengikuti kegiatan berkayak di Tasik Kelana Jaya atau mendaki dinding berdasarkan jadual tertentu.

Pada hari minggu pula, mereka boleh memilih kegiatan seperti bola sepak jalanan, bola keranjang, sepak takraw, bola tampar, ping pong, permainan dam, catur, congkak dan dart atau lebih menyeronokkan dengan berbasikal BMX dan permainan skate board.

Rakan Muda Seni Budaya pula terbabit dalam kegiatan termasuk bengkel asas drama dan penulisan, tarian tradisional, asas fotografi serta muzik gamelan.

Kegiatan Rakan Muda yang dulunya hanya tertumpu di sekitar pejabat MPPJ di Jalan Yong Shook Lin, kini diperluaskan dengan penubuhan beberapa pusat di Kelana Jaya, Sungai Way, PJS 6, Kampung Sungai Kayu Ara dan Pusat Bandar Sungai Buloh.

Salah satu kegiatan yang disifatkan sebagai kegemaran remaja program berkenaan adalah sukan berkayak di bawah Rakan Sukan.

Sehingga kini, lebih 50 peserta menyertainya dengan majoritinya adalah pelajar 14 tahun ke atas.

Latihan yang diadakan di Tasik Kelana Jaya pada setiap petang Rabu dan Jumaat itu, di bawah pengendalian jurulatih berpengalaman yang juga kakitangan MPPJ sendiri iaitu Siti Amnah Alias, Meor Mahathir dan Zaidi Manaf.

Menurut Siti Amnah, sukan berkayak itu mendapat sambutan ramai kerana ia memberi pilihan kepada remaja mengenali sukan air yang tidak disediakan di sekolah selain dapat memberi pelbagai faedah lain.

"Selain mengisi masa yang terluang, sukan berkayak ini juga dapat membantu mereka meningkatkan daya ketahanan diri dan keyakinan.

"Ini kerana, sukan ini bukan saja lasak tetapi memerlukan peserta yang berani dan bersedia jika berhadapan dengan sebarang kemungkinan," katanya.

Menurutnya, sebelum peserta dibenarkan berkayak, mereka terlebih dulu perlu menimba pengetahuan teori dan langkah keselamatan serta keupayaan untuk berenang.

"Mereka akan diperkenalkan dengan pelbagai peralatan berkayak seperti pedal, jaket keselamatan yang perlu dipakai. Kayak ada dua jenis, iaitu untuk seorang dan berdua," katanya.

Siti Amnah berkata, sebelum berkayak, mereka juga harus melakukan senaman atau warm up bagi memperkuatkan otot untuk berkayak. Peserta kemudian akan dibenarkan berkayak sama ada secara sendiri atau berdua dalam tempoh antara sejam dan dua jam.

Jurulatih akan memberi arahan dan teknik berkayak kepada mereka selain menimba pengalaman daripada rakan yang lebih mahir.

"Alhamdulillah, setakat ini kami tidak berhadapan dengan sebarang masalah dan peserta juga memberi kerjasama yang sewajarnya. Malah, jumlah peserta juga semakin ramai kerana selain minat, mereka sebenarnya berupaya mempelajari sukan ini secara percuma," katanya.

Beliau berkata, selain latihan, MPPJ turut mengadakan pertandingan berkayak sesama ahli Rakan Muda itu pada hujung tahun.

Seorang peserta Shafiz Zadry, 15, yang mengikuti program itu sejak setahun lalu berkata, kegiatan itu membantunya mengisi masa lapang dengan cara yang lebih sihat dan bermanfaat.

"Sebelum ini, saya seringkali menghabiskan masa menonton televisyen atau bersukan bersama rakan-rakan lain, tetapi kini saya dapat mempelajari satu acara sukan yang agak mahal jika ditawarkan pihak swasta," katanya.

Anak tunggal ini berkata, selain itu, dia juga dapat berkenalan dengan ramai rakan sebaya lain yang memberinya peluang bertukar pengalaman baik dari segi sukan berkayak atau pelajaran.

Lydia Othman, 15, yang baru mengikuti program itu sejak sebulan lalu pula menyifatkan sukan itu berjaya membantu meningkatkan keyakinan dirinya.

"Ini kerana selain berkayak, kita juga harus berani dan bersedia untuk menghadapi sebarang kemungkinan.

"Tambahan pula, sukan ini yang meletakkan kita dalam keadaan agak bahaya kerana tasik ini misalnya, agak dalam.

"Bagi saya, sikap sentiasa bersedia dan harus berani inilah membantu meningkatkan keyakinan diri seseorang itu," katanya yang menyimpan hasrat menjadi polis.

(END)