Experts

Ketabahan anak perantau redah kesesakan jalan raya untuk pulang beraya

Mon, 04/29/2024 - 12:51

Sambutan Hari Raya Aidilfitri dan aktiviti kunjung-mengunjung masih lagi meriah sehingga ke hujung Syawal. Musim perayaan terutamanya Hari Raya Aidilfitri selalu dikaitkan dengan kesesakan lalu lintas. Ramai yang sudah tahu akan menghadapi fenomena ini, tetapi masih lagi sanggup dan bertabah bersesak-sesak dengan ribuan kenderaan lain.

Boleh dikatakan hampir seluruh lebuh raya di Semenanjung Malaysia penuh dengan kenderaan balik ke kampung untuk meraikan hari raya bersama keluarga, sanak saudara dan sahabat handai. Memang ramai sudah dapat mengagak mengenai berhadapan dengan fenomena ini, tetapi apakah perancangan kita untuk mengurangkan stres dan cabaran semasa kesesakan jalanraya tersebut?



Kredit: https://www.thestar.com.my/news/nation/2023/04/22/slow-moving-traffic-on-highways-in-the-evening-of-first-day-of-raya

Ini lebih penting ketika perjalanan pulang selepas sambutan perayaan kerana secara fizikal dan emosi, kebanyakan kita telah merasa agak letih dengan aktiviti ziarah semasa perayaan. Selesai musim perayaan, semua berbondong-bondong pulang ke tempat kerja masing-masing dengan fizikal yang agak letih dan fikiran yang sudah mula ke arah kerja-kerja di pejabat yang sedang menunggu.

Ketika mengalami fenomena ini, banyak cabaran yang kita tempuhi, terutamanya kepada keluarga yang mempunyai anak yang ramai, anak kecil atau membawa orang tua. Bekalan makanan perlulah mencukupi untuk memastikan jika tiada ruang untuk berhenti membeli makanan, ahli keluarga tidak akan kelaparan.

Mengikut pengalaman penulis yang telah melalui kesesakan lalu lintas terutamanya di musim perayaan selama lebih 20 tahun, bekalan makanan yang mencukupi amat perlu supaya anak-anak dan pemandu sentiasa di dalam keadaan yang kenyang dan tenang. Bayangkan jika kebiasaannya perjalanan hanya memakan masa lapan jam, tetapi disebabkan kesesakan, perjalanan itu memakan masa melebihi 15 jam. Apakah persediaan kita? Selain daripada makanan berat seperti nasi, lauk pauk, ketupat, rendang perlu dibawa bersama, makanan ringan seperti kekacang juga perlu dibekalkan. Adalah lebih baik kita membawa bekas icebox supaya makanan yang dibawa boleh disimpan di situ dan tahan lebih lama. Jika tidak, masalah lain pulak yang akan timbul. Jangan lupa juga air kosong, air mineral dan air manis untuk anak-anak minum kerana dahaga semasa perjalanan yang panjang. Jika ada peluang untuk berhenti di mana-mana restoran semasa dalam perjalanan, ini lebih mudah, tetapi kemungkinan besar, makanan yang tersedia amat terhad. Kebanyakan restoran di kawasan Rehat dan Rawat (RnR) lebuh raya semestinya padat dan makanan selalunya akan cepat habis. Oleh itu, membawa bekalan yang mencukupi harus menjadi keutamaan.

Walau bagaimanapun, pemandu dan penumpang tidak digalakkan memakan makanan berlebihan semasa dalam perjalanan kerana ia boleh menjadikan kita mengantuk dan lebih kerap untuk berulang-alik ke tandas. Bayangkan jika kita sakit perut memulas-mulas kerana makan berlebihan atau perlu membuang air kecil semasa kesesakan lalu lintas. Di dalam keadaan ini, kawasan RnR di lebuh raya juga penuh dengan orang ramai dan selalunya akan ada orang beratur panjang untuk masuk ke tandas awam. Pada ketika kecemasan, tandas OKU juga kadangkala terpaksa digunakan oleh orang biasa. Oleh itu, kebiasaannya penulis dan keluarga akan menggunakan jalan bandar untuk mengelak kecemasan menggunakan tandas awam di RnR. Tandas awam juga lebih banyak didapati di jalan bandar, malah lebih selesa.

Selain kemudahan tandas awam yang lebih selesa, jalan bandar juga turut menyediakan lebih banyak tempat rehat yang boleh kita berhenti sejenak. Malah, untuk solat juga lebih mudah kerana banyak masjid di sepanjang perjalanan. Selain itu, jika masih menggunakan lebuh raya, keluarga penulis akan keluar di mana-mana perhentian tol untuk ke tandas awam dan surau kerana keadaan di perhentian tol agak kurang sesak. Ini lebih selesa untuk semua ahli keluarga merehatkan diri setelah lama di dalam perjalanan.

Aspek dan perancangan lain yang juga amat penting untuk perjalanan yang selesa adalah sikap, emosi dan kesihatan pemandu. Ini juga mesti dikawal kerana keletihan semasa kesesakan lalu lintas boleh mengganggu sikap dan emosi pemandu. Kemalangan boleh dielakkan jika semua pemandu berhemah ketika di jalan raya, terutamanya di dalam kesesakan lalu lintas. Sikap mematuhi peraturan jalan raya dan isyarat lalu lintas serta sopan di jalan raya membantu perjalanan dan kesesakan lebih harmoni. Tidak dinafikan setelah pemanduan yang panjang, emosi pemandu boleh terganggu. Sebagai ahli keluarga, kita boleh memainkan peranan dengan berinteraksi dengan pemandu mengenai topik yang ringan sepanjang pemanduan dan tidak cuba untuk membuka topik yang sensitif serta terarah ke perselisihan pendapat dan pergaduhan. Pemanduan yang lama juga biasanya akan menyebabkan urat leher tegang, sakit pinggang, sakit kaki dan seluruh badan akan rasa tegang dan sakit. Ubat-ubatan untuk menghilangkan kekejangan bahu dan sakit otot boleh dibeli di farmasi dan perlu sentiasa ada di dalam kereta agar boleh diguna pakai semasa diperlukan. Jika perlu, pertukaran pemandu boleh dilakukan untuk memberikan masa rehat untuk pemandu tadi.

Kesesakan jalan raya di musim perayaan bukanlah suatu yang pelik, malah ramai yang menganggap ia adalah salah satu kemeriahan di hari perayaan, terutamanya ketika perayaan Aidilfitri. Walaupun setiap tahun kita menghadapinya, perancangan yang baik harus dibuat dan tahap ketabahan yang tinggi harus dikuasai, agar pengalaman kesesakan jalan raya lebih bermakna untuk kita semua. Semoga kita lebih matang dan tabah untuk hadapi fenomena yang sama di masa akan datang!



Profesor Madya Dr. Noor Raha Mohd Radzuan



Dr. Wan Jumani Fauzi

Penulis ialah Pensyarah Kanan di Pusat Bahasa Moden (PBM), Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).

Rencana ini adalah pandangan peribadi penulis dan tidak menggambarkan pendirian rasmi Universiti Malaysia Pahang Al-Sultan Abdullah (UMPSA).

E-mel: nraha@umpsa.edu.my **dan** jumani@umpsa.edu.my

- 257 views

View PDF