

Hubungan Antara Sokongan Sosial dan Daya Tahan dengan Kesejahteraan Psikologi Pelajar Tingkatan Empat di Daerah Gombak

Mohd Hafiz bin Mat Hussin

Abstrak Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara sokongan sosial dan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak. Isu yang sering berlaku adalah minat pelajar akan berkurang apabila mempunyai daya tahan kurang baik dan mengakibatkan kesan buruk kepada kesejahteraan diri. Pendekatan kuantitatif digunakan dengan kaedah deskriptif dijalankan dalam kajian ini. Kajian ini melibatkan 300 orang pelajar di empat buah sekolah yang terpilih di sekitar Gombak. Kajian ini menggunakan analisis secara deksriptif dan inferensi dengan melihat nilai min, sisihan piawai, nilai korelasi dan regresi dalam menentukan hubungan setiap pemboleh ubah. Analisis kajian mendapati keseluruhan item daya tahan adalah nilai min $M=3.73$, $SD=.561$ menunjukkan berada di tahap yang tinggi dan kesejahteraan psikologi adalah dengan nilai min $M=4.53$, $SD=.762$. Selain itu, analisis dapatan kajian hubungan antara sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson $r=.087$, $\text{Sig. } p=.135$, hubungan antara daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson $r=.230^{**}$, $\text{Sig. } p=.000$ dan hubungan antara sokongan sosial dan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai hubungan korelasi $r=.586^{**}$, $\text{Sig. } p=.000$. Manakala analisis regresi pula menunjukkan daya tahan mempunyai nilai yang signifikan adalah $\beta =1.161$, $SD=.094$, $t=12.381$ $\text{sig}=.000$ dan kesejahteraan psikologi pula adalah $\beta =.072$, $SD=.069$, $t=1.049$, $\text{sig}=.295$ di mana lebih aras $P (<.05)$. Secara keseluruhannya, kajian ini menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara sokongan sosial dan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi dalam kalangan pelajar tingkatan empat di daerah Gombak dan hipotesis ini diterima.

Kata Kunci: Sokongan Sosial, Daya Tahan, Kesejahteraan Psikologi, Murid, Sekolah

I. PENGENALAN

Kesejahteraan psikologi pelajar adalah penting dalam mengukur kesihatan mental pelajar. Negara Malaysia tidak terkecuali diancam oleh penyakit merbahaya iaitu virus COVID-19 atau dikenali Wabak Coronavirus. Keadaan ini telah memberi implikasi negatif terhadap kesejahteraan psikologi pelajar dan perkara ini boleh menjejaskan aspek kesihatan mental dan kesejahteraan diri pelajar. Terdapat sebuah Pertubuhan Pendidikan, Saintifik dan Kebudayaan Bangsa Bersatu (UNESCO, 2020) wabak COVID-19 telah mempamerkan dan mengetengahkan kesan buruk dan menjejaskan pembelajaran pelajar yang telah melibatkan 129 buah negara.

Di China, kesan COVID-19 telah memberi impak yang besar kepada pelajar sekolah dan kesan buruk yang ketara terhadap kesejahteraan psikologi dan tahap kebimbangan pelajar (Cao, W et al., 2020). Terdapat banyak institusi pendidikan telah mengubah kaedah pembelajaran

daripada bersemuka secara fizikal kepada pembelajaran secara atas talian yang seterusnya memberi kesan terhadap kesejahteraan psikologi pelajar. Sejak daripada itu, terdapat beberapa sarjana tempatan dan luar turut menyaksikan minat yang besar dalam kajian kesejahteraan psikologi pelajar. Kesejahteraan psikologi telah menunjukkan korelasi dengan pemboleh ubah kesihatan mental penting lain seperti tekanan (Clemente, Hezomi, Allahverdipour, Jafarabadi, & Safaian, 2016), daya tahan (Sagone & De Caroli, 2014), kesejahteraan (Harris, Martin), & Martin, 2013) dan motivasi pencapaian (Nisa, Qasim & Sehar, 2017). Tujuan kajian yang dilakukan untuk melihat tahap kesediaan dan cabaran yang dialami pelajar semasa berhadapan dengan norma baharu telah memberi implikasi kepada tekanan akademik (Abdul Rashid et al., 2020). Hal ini telah menimbulkan keadaan yang membimbangkan dan tidak menggembirakan pelajar disebabkan oleh pelbagai keperluan yang perlu dipenuhi yang seterusnya mencetuskan tekanan yang dialami oleh pelajar. Pembelajaran secara dalam talian kini telah menjadi norma baharu sehingga menyebabkan pelajar mengalami kemurungan dan kurang bersedia dalam pembelajaran. Dari aspek kesejahteraan, psikologi pelajar akan gagal dalam menyesuaikan diri norma baharu dengan perubahan yang harus ditempuhi (Abdul Rashid et al., 2020).

II. PERNYATAAN MASALAH

Seluruh negara melaksanakan Pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) dan bertindak sebagai mengawal penularan wabak dan risiko jangkitan telah memberi kesan kepada pelbagai lapisan masyarakat. Institusi pendidikan dan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO, 2021) telah menyarankan orang ramai untuk menghentikan sebarang bentuk aktiviti. Selaras dengan pengumuman tersebut, institusi pendidikan juga ditutup dan aktiviti berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran telah bertukar kepada e-pembelajaran atau pembelajaran secara atas talian.

Peranti dalam talian sudah menjadi bahan utama sebagai kegunaan dalam pendidikan dan cabaran norma baharu dalam pembelajaran (Muhamed et al., 2021). Pelajar yang menghadapi jangkitan juga perlu diasingkan daripada keluarga selama dua minggu sekali gus akan memberi tekanan kepada dirinya. Dalam menghadapi cabaran tersebut pelajar perlu mempunyai sokongan sosial dan daya tahan yang tinggi agar tidak memberi kesan buruk kepada aspek kesejahteraan psikologi diri pelajar.

Penilaian sendiri remaja, pembentukan imej sendiri dan menghargai diri adalah elemen sokongan sosial yang terdapat dalam diri setiap individu (McMahon SD et al., 2020). Bukan itu sahaja, sokongan sosial turut memainkan peranan untuk melindungi kesihatan mental dan

meningkatkan penghargaan diri dalam setiap individu (Ibarra-Rovillard et al., 2011). Sokongan sosial juga boleh dianggap sebagai salah satu sumber luar yang paling penting untuk menghadapi tekanan, dan beberapa kajian telah menunjukkan kesan positif sokongan sosial terhadap daya tahan (Ibarra-Rovillard et al., 2011).

Berdasarkan pernyataan masalah tersebut, lima objektif khusus telah dibentuk iaitu seperti berikut:

- i. Untuk menentukan tahap sokongan sosial, daya tahan dan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.
- ii. Untuk menentukan hubungan antara sokongan sosial dan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.
- iii. Untuk menentukan hubungan antara daya tahan dan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.
- iv. Untuk menentukan hubungan antara sokongan sosial dan daya tahan terhadap kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.
- v. Untuk menentukan faktor dominan yang menyumbang kepada kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.

III. KAJIAN LITERATUR

Liu et al., (2021) menjalankan satu kajian yang bertujuan untuk mengkaji kesan bersama estem sendiri dan masalah kesihatan mental umum serta kesan bersama estem sendiri dan daya tahan pada awal remaja. Kajian ini melibatkan pelajar seramai 1015 dari sekolah menengah di China. Hasil kajian menunjukkan terdapat kesan negatif estem sendiri terhadap Masalah Kesihatan Mental Umum (MKMU). Estem sendiri dan sokongan sosial meramalkan masalah kesihatan mental umum secara negatif. Sokongan sosial juga secara tidak langsung meramalkan Inventori Kesihatan Mental Pelajar Sekolah Menengah (IKM) secara negatif melalui estem sendiri dan juga kedua-dua aspek estem sendiri dan daya tahan (Liu et al., 2021). Kesan pengantaraan bagi aspek sokongan sosial kepada Masalah Kesihatan Mental Umum (MKMU) ialah 27.9%. Jumlah kesan pengantaraan daripada aspek sokongan sosial kepada Masalah Kesihatan Mental Umum (MKMU), kesan pengantaraan melalui kedua-dua estem sendiri dan daya tahan ialah 40.4%. Walau bagaimanapun terdapat kesan positif bersama antara daya tahan dan estem sendiri. Estem sendiri dan sokongan sosial meramalkan daya tahan secara positif. Sokongan sosial juga secara tidak langsung meramalkan daya tahan melalui estem sendiri dan kedua-dua estem sendiri dan Masalah Kesihatan Mental Umum (MKMU).

Selain itu kajian yang dilakukan oleh Liang Huang & Thing Zang (2021) mengenai sokongan sosial, pembangunan psikologi dan kesejahteraan subjektif dalam kalangan pelajar kolej yang belajar secara dalam talian semasa pandemik covid-19. Kajian ini bertujuan mengkaji hubungan antara sokongan sosial dan kesejahteraan subjektif dalam kalangan pelajar kolej dalam konteks pembelajaran dalam talian semasa Pandemik Covid-19. Kajian ini melibatkan bilangan responden seramai 670 orang pelajar China yang belajar di kolej dan universiti yang

berpusat di bandar China. Hasil kajian menunjukkan bahawa konstruk sokongan sosial dikaitkan secara positif dengan kepuasan hidup. Pembangunan psikologi memainkan peranan pengantara antara sokongan sosial dan kesejahteraan subjektif pelajar kolej yang belajar dalam talian semasa COVID-19 pandemik

Daya tahan mempunyai kesan kepada kesejahteraan pelajar dan prestasi serta berperanan efikasi sendiri, matlamat sendiri dan keseimbangan menunjukkan korelasi antara daya tahan dan tahap matlamat sendiri adalah tidak signifikan (Kent Etherton, Debra Steele-Johnson, Kathleen Salvano & Nicholas Kovacs, 2021). Keputusan menunjukkan kesan tidak langsung yang signifikan dari aspek daya tahan terhadap prestasi melalui pemboleh ubah efikasi sendiri dan matlamat sendiri. Kajian ini bertujuan mengkaji mekanisme melalui daya tahan yang mempengaruhi hasil pelajar dalam persekitaran universiti. Seramai 141 pelajar telah terlibat dengan kajian ini. Hasil kajian menunjukkan kegagalan untuk menunjukkan sama ada kesan tidak langsung yang signifikan dari daya tahan terhadap kesejahteraan subjektif melalui pemboleh ubah keseimbangan, atau pada kesejahteraan subjektif melalui pemboleh ubah efikasi sendiri dan keseimbangan. Kajian juga menunjukkan terdapat kesan tidak langsung secara signifikan daya tahan terhadap aspek keseimbangan melalui pemboleh ubah efikasi sendiri (K. Etherton et al, 2020).

Kesejahteraan pelajar dinilai melalui kesejahteraan psikologinya dengan memperlihatkan bagaimana pelajar memainkan peranan yang optimum dalam menjalani kehidupan. Beberapa pengkaji tempatan telah memfokuskan kepada penyelidikan daya tahan dan psikologi terhadap pelajar di jurusan Sains Kesihatan perubatan (Abiola. Olorukooba, & Afolayan, 2017; Chow et al., 2018; Jin & Kim, 2017). Dalam pada masa yang sama, kajian ini menumpukan kepada dua konstruk utama dengan memberi tanggapan bahawa pelajar sering menghadapi cabaran dalam pengajian mereka. Menurut Soury & Hasanirad (2011), pelajar perubatan di Tehran di sebuah universiti perubatan yang melibatkan 414 pelajar itu mempunyai hubungan positif dan signifikan dengan daya tahan dan kesejahteraan psikologi mereka. Begitu juga dengan kajian Bigdeli et al (2013) yang mendapati di Universiti Semnan, seramai 200 pelajar perubatan juga menghidapinya. Dapatan ini turut memperkukuh kajian berkaitan psikologi pelajar.

Menurut Chow et al (2018) mendapati jururawat dalam kalangan pelajar di Hong kong mendapati daya tahan mereka adalah positif sederhana dan kesejahteraan psikologi mereka adalah signifikan. Terdapat hasil yang jelas apabila sarjana di Nigeria juga memperkukuhkan kajian ini seperti kajian Abiola et al., (2017). Sebanyak 67 pelajar Kejurawatan sebagai responden dan mempunyai hubungan yang positif dan signifikan terhadap kesejahteraan psikologi seperti emosi positif, keterlibatan, perhubungan, potensi dan permaknaan diri. Seterusnya, Jin & Kim (2017) telag melakukan kajian kejururawatan juga seramai 271 pelajar di Korea. Hasil dapatannya menunjukkan terdapat hubungan yang positif terhadap daya tahan dan kesejahteraan psikologi. Kajian ini telah menggambarkan bahawa pelajar dalam bidang kejururawatan atau perubatan mempunyai daya tahan yang tinggi.

IV. METODOLOGI

Pendekatan kuantitatif dan kaedah deksriptif dengan menggunakan analisis korelasi untuk melihat hubungan antara pemboleh ubah kajian. Instrumen kajian ini menggunakan soal selidik digunakan sebagai sebagai alat ukur untuk mendapatkan data daripada responden kajian. Sehubungan itu, kajian ini menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial. Statistik deskriptif iaitu kajian yang dijalankan untuk memberikan gambaran lebih terperinci mengenai sesuatu fenomena (Azwar, 2010; Manullang & Pakpahan, 2014; Prasetyo & Jannah, 2006), fakta-fakta dan hubungan antara fenomena secara sistematik dan tepat (Nazir, 1988). Analisis jenis ini hanya melibatkan pelaporan tentang sampel yang diukur dan bukan membuat generalisasi terhadap kumpulan di luar sampel. persampelan boleh membawa kepada sampel wakil rawak yang baik. Perkara ini boleh mengurangkan berlakunya ralat pensampelan dan menjadikan ketepatan lebih tinggi tanpa meningkatkan saiz sampel. Semua responden dalam populasi mempunyai peluang yang sama untuk dijadikan sampel kajian. Seramai 300 orang pelajar mengambil bahagian dalam penyelidikan ini. Dalam kajian ini, SPSS versi 27 telah digunakan untuk menganalisis dapatan kajian. Sebelum analisis data dijalankan, pemeriksaan analisis data perlu dijalankan untuk mengawal kesesuaian ujian statistik tertentu contohnya korelasi Pearson. Kajian ini perlu dijalankan untuk menutup setiap maklumat yang diperoleh dan menghapuskan soal selidik sekiranya responden tidak menjawab sebarang item atau memberikan tempoh yang lebih singkat untuk melengkapkan soal selidik. Kajian ini juga diakui dengan kesilapan penerimaan dua kali atau piawaian maklumat luar biasa dan menerima maklumat tersebut.

V. DAPATAN KAJIAN

Demografi kajian menunjukkan bahawa seramai lelaki N=115 (38.3%) dan perempuan N=185 (61.7%). Responden yang berbangsa Melayu N=280 (93.3%), Cina 8 (2.7%), India N=10 (3.3%) dan lain-lain N=2 (0.7%). Jenis sekolah yang terlibat pula ialah Sekolah Menengah Harian N=140 (46.7%), Sekolah Berasrama Penuh 104 (34.7%), Sekolah Vokasional N=9 (3.0%), dan Sekolah Menengah Agama N=47 (15.7%). Lokasi sekolah responden ialah Bandar N=219 (73.0%) dan Luar Bandar N=81 (27.0%).

JADUAL 1: DEMOGRAFI RESPONDEN

Demografi	Kekerapan	Peratus
Jantina		
Lelaki	115	38.3%
Perempuan	185	61.7%
Kaum		
Melayu	280	93.3%
Cina	8	2.7%
India	10	3.3%
Lain-lain	2	0.7%
Jenis Sekolah		
Sekolah Menengah Harian	140	46.7%
Sekolah Berasrama Penuh	104	34.7%
Sekolah Vokasional	9	3.0%
Sekolah Menengah Agama	47	15.7%

Tempat Tinggal	Bandar	219	73.0%
	Luar Bandar	81	27.0%

Hasil kajian ini menunjukkan bahawa multidimensi sokongan sosial dan daya tahan serta kesejahteraan psikologi mempunyai hubungan yang positif dan saling mempengaruhi. Perincian adalah seperti berikut.

Multidimensi Sokongan Sosial

Dapatan kajian mendapati item yang tertinggi nilai min adalah item 3 Keluarga saya mencuba membantu saya. nilai min M=5.65, SD=1.381, diikuti dengan item 2 Ada seseorang insan penting yang boleh saya kongsi kegembiraan dan kesedihan saya dengan memperoleh nilai min M=5.52, SD=1.457 dan item 5 Saya mempunyai seseorang insan penting yang menjadi sumber keselesaan yang sebenar kepada saya dengan nilai min M=5.44, SD=1.592. Dapatan ini menunjukkan berada di tahap yang tinggi.

Terdapat data kajian yang mempunyai tahap sederhana. Item yang mempunyai nilai skor sederhana yang tinggi adalah pada item 12 Saya boleh bercerita mengenai masalah saya dengan kawan-kawan saya nilai min M=4.73, SD=1.717 diikuti dengan item 7 Saya boleh bergantung kepada kawan-kawan saya sekiranya berlaku masalah nilai min M=4.70, SD=1.744, Saya boleh bercerita mengenai masalah saya kepada keluarga saya nilai min M=4.55, SD=1.834. Secara keseluruhannya, multidimensi sokongan sosial dengan nilai min M= 5.18, SD=1.092 yang menunjukkan berada di tahap yang tinggi.

Daya Tahan

Untuk membuat penentuan nilai min setiap skor adalah 1.00 hingga 2.33 (rendah), 2.34 hingga 3.67 (sederhana) dan 3.68 hingga 5.00 (tinggi).

JADUAL 2: INTERPRETASI SKOR MIN

Skor Min	Interpretasi Skor Min
1.00 hingga 2.33	Rendah
2.34 hingga 3.67	Sederhana
3.68 hingga 5.00	Tinggi

Item daya tahan nilai min yang paling tinggi berada pada item 5 iaitu “Saya boleh menjadi diri saya sendiri jika perlu” nilai min M=4.14, SD=.997, diikuti dengan item 20 “Adakalanya saya perlu memaksa diri untuk melakukan sesuatu perkara sama ada yang suka atau tidak” nilai min M=4.10, SD=.930 dan item 25 “Tidak mengapa jika ada orang yang tidak suka pada saya” dengan nilai min M=4.06, SD=1.098.

Dapatan ini menunjukkan terdapat item yang berada di tahap sederhana. Dapatan kajian mendapati item 12 “Saya cuba melupakan semua masalah yang berlaku” memperoleh nilai min M=3.66, SD=1.214 diikuti dengan item 14 “Saya mempunyai disiplin diri” dengan nilai min M=3.66, SD=1.010 dan item 18 “Dalam keadaan kecemasan, saya seorang manusia yang boleh diharap” dengan nilai min M=3.62, SD=1.035. Dapatan keseluruhan item Daya Tahan memperoleh nilai min M=3.73, SD=.561 menunjukkan berada di tahap yang tinggi.

Kesejahteraan Psikologi

P enentuan nilai min ditentukan dengan interpretasi bagi mendapatkan tahap bagi skor min. Interpretasi min bagi kesejahteraan psikologi menggunakan tujuh (7) skala likert. Jadual di bawah menunjukkan tahap skor iaitu 1.00-3.00 (rendah), 3.01-5.00 (Sederhana) dan 5.01-7.00 (tinggi).

JADUAL 4 : INTERPRETASI SKOR MIN

Skor Min	Interpretasi Skor Min
1.00 hingga 3.00	Rendah
3.01 hingga 5.00	Sederhana
5.01 hingga 7.00	Tinggi

Dapatan kajian mendapati kesejahteraan psikologi mempunyai nilai skor tertinggi adalah item 11 “Bagi saya, kehidupan adalah proses pembelajaran, perubahan dan pertumbuhan yang berterusan” dengan nilai min $M=5.74$, $SD=1.771$, diikuti dengan item 12 “Saya fikir adalah penting untuk mempunyai pengalaman baharu yang mencabar cara saya berfikir tentang diri saya dan dunia.” nilai min $M=5.63$, $SD=1.614$ dan item 8 Secara umum, saya rasa saya bertanggungjawab ke atas situasi di mana saya tinggal dengan nilai min $M=5.04$, $SD=1.642$.

Konstruk ini mempunyai item berada di tahap sederhana. Item yang mempunyai sederhana tinggi berbanding item lain adalah pada item 17 “Saya mempunyai keyakinan terhadap pendapat saya sendiri, walaupun ia berbeza daripada cara kebanyakan orang berfikir.” dengan nilai min $M=4.93$, $SD=1.698$ diikuti dengan “ Saya menilai diri saya dengan apa yang saya fikir penting, bukan dengan nilai apa yang orang lain fikirkan penting.” dengan nilai min $M=4.88$, $SD=1.768$ dan item 9 “Saya pandai menguruskan tanggungjawab kehidupan seharian” dengan nilai min $M=4.85$, $SD=1.627$. Keseluruhan nilai min bagi kesejahteraan psikologi adalah dengan nilai min $M=4.53$, $SD=.762$

Hubungan bagi setiap pemboleh ubah

Analisis kajian ini mengukur aspek sokongan sosial, daya tahan dan psikologi kesejahteraan dengan melihat hasil dapatan setiap pemboleh ubah yang dikaji. Oleh itu, pengkaji menganalisis ujian korelasi mengikut pengukuran pekali korelasi Skala Davies (1971) bagi menentukan kekuatan hubungan setiap pemboleh ubah.

Jadual 6: Pekali Korelasi Skala Davies (1971)
(Adaptasi daripada Skala Davies (1971) dalam Teh & Embi

No	Julat Min	Tahap Kekuatan
1.	0.70 hingga 1.00	Amat Tinggi
2.	0.50 hingga 0.69	Tinggi
3.	0.30 hingga 0.49	Sederhana Tinggi
4.	0.10 hingga 0.29	Rendah
5.	0.01 hingga 0.09	Diabaikan

(2009)

Hubungan antara sokongan sosial dan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak.

Dapatan menunjukkan bahawa hubungan antara sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson $r=.087$, Sig. $p=.135$. Dapatan kajian mendapati bahawa sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai yang tinggi namun dapatan ini menunjukkan tidak signifikan antara kedua pemboleh ubah kerana melebihi nilai korelasi signifikan dengan nilai $p<0.05$ yang diuji. Dapatan menunjukkan sokongan sosial mempunyai hubungan yang positif dengan kesejahteraan psikologi dalam diri setiap pelajar namun, ianya tidak saling mempengaruhi kerana dapatan ini menunjukkan boleh percaya akan diri sendiri dalam sesuatu tindakannya.

JADUAL 7: HUBUNGAN SOKONGAN SOSIAL DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI

Correlations			
			Kesejahteraan Psikologi
			Sokongan Sosial
Sokongan sosial	Pearson Correlation	1	.087
	Sig. (2-tailed)		.135
	N	300	300

N=300

Hubungan antara daya tahan dengan kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak

Dapatan menunjukkan bahawa hubungan antara daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson $r=.230^{**}$, Sig. $p=.000$. Dapatan kajian mendapati bahawa daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai yang tinggi dan dapatan ini menunjukkan signifikan antara kedua pemboleh ubah tidak melebihi dari $p<0.05$ yang diuji. Dapatan menunjukkan daya tahan mempunyai hubungan yang positif dengan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi kerana murid mempunyai ketahanan emosi, mental dan fizikal untuk mengawal kesejahteraan diri.

JADUAL 8: HUBUNGAN DAYA TAHAN DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI

Correlations			
			Kesejahteraan Psikologi
			Daya tahan
Daya tahan	Pearson Correlation	1	.230**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	300	300

Hubungan antara sokongan sosial dan daya tahan terhadap kesejahteraan psikologi pelajar tingkatan empat di daerah Gombak

Dapatan menunjukkan bahawa hubungan antara sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson $r=.586^{**}$, Sig. $p=.000$. Dapatan kajian mendapati bahawa sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai yang tinggi dan dapatan ini menunjukkan signifikan antara kedua pemboleh ubah tidak melebihi dari $p<0.05$ yang diuji. Dapatan menunjukkan daya tahan mempunyai hubungan yang positif dengan sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi kerana murid ini mempunyai banyak sudut sokongan sosial yang membantu mereka dalam pembelajaran.

Jadual 9: Hubungan daya tahan dengan sokongan sosial

Correlations			
		Sokongan sosial	Daya tahan
Sokongan sosial	Pearson Correlation	1	.586**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	300	300

Analisis faktor domain pemboleh ubah kajian

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted Square	R	Std. Error of the Estimate
1	.588 ^a	.345	.341		.88691

a. Predictors: (Constant), BahagianDR, BahagianC_Daya_tahan

b. Dependent Variable: BahagianB_sokongan_sosial

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	1.177	.416		2.829
	Daya_tahan	1.161	.094	.597	12.381
	Kesejahteraan psikologi	-.072	.069	-.051	1.049

a. Dependent Variable: Bahagian B_sokongan_sosial

Jadual menunjukkan analisis yang diuji dengan regresi. Nilai R dalam jadual menunjukkan R= .588^a bermaksud mempunyai hubungan yang baik dengan hubungan predictors. Walaubagaimanapun, terdapat nilai R Square .345 yang menunjukkan bahawa sebanyak 58.8% dapatan ini mempunyai hubungan penentuan yang sederhana antara pemboleh ubah bersandar dan pemboleh ubah bebas. Dapitan model summary di atas menunjukkan bahawa R square adalah .341 yang bermaksud 34 % mempunyai kebolehppercayaan antara IV dan DV dengan std error adalah SD= .8869.

Jadual menunjukkan F ratio dalam analisis ANOVA keseluruhannya menunjukkan model regresi yang digunakan adalah baik antara setiap pemboleh ubah. Dapatan menunjukkan antara kumpulan menunjukkan bahawa F=78.340 M=61.623, sig .000^b manakala dalam kumpulan pula M= 233.624, p < 0.05 yang menunjukkan bahawa nilai statistik IV adalah signifikan dengan nilai sig= .000 predictors DV.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	123.246	2	61.623	78.340	.000 ^b
	Residual	233.624	297	.787		
	Total	356.870	299			

a. Dependent Variable: Bahagian B_sokongan_sosial

b. Predictors: (Constant), Bahagian DR, Bahagian C_Daya_tahan

Jadual diatas menunjukkan keputusan analisis hubungan antara pemboleh ubah bersandar dengan pemboleh ubah bebas iaitu IV dan DV. Dapatan kajian

menunjukkan bahawa nilai peringkatan antara keputusan yang dianalisis adalah signifikan dalam kumpulan di mana dapatan tidak melebihi 0.05 (<0.05) Sig .000. Dapatan kajian menunjukkan bahawa Daya Tahan mempunyai nilai yang signifikan adalah $\beta = 1.161$, SD= .094, $t=12.381$ sig=.000 dan kesejahteraan psikologi pula adalah $\beta = .072$, SD= .069, $t= 1.049$, sig= .295 dan di mana lebih aras P (<0.05). Oleh itu, dapatan kajian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sokongan sosial dan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi dalam kalangan pelajar tingkatan empat di daerah Gombak dan hipotesis ini diterima.

VI. PERBINCANGAN

Berdasarkan hasil dpaatan kajian yang telah dijalankan, kajian ini membuktikan bahawa multidimensi sokongan sosial dan daya tahan berada pada tahap yang tinggi. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa multidimensi sokongan sosial mempunyai nilai min M= 5.18, SD=1.092 yang menunjukkan berada ditahap yang tinggi. Dapatan keseluruhan item daya tahan adalah nilai min M=3.73, SD=.561 menunjukkan berada di tahap yang tinggi dan psikologikal kesejahteraan adalah dengan nilai min M=4.53, SD=.762. Hasil kajian ini disokong kajian Azalina Mohd Khir (2020) mengkaji sokongan sosial, penghargaan sendiri dan kemurungan dalam kalangan mahasiswa di

Universiti Putra Malaysia. Dapatan kajian ini mendaputu sokongan sosial dalam kalangan pelajar berada di tahap yang sederhana dan perlu diberi perhatian untuk meningkatkan keberkesanan pelajar menuntut ilmu.

Selain itu kajian ini selari dengan kajian Irwan Fariza Sidik et al (2018) yang dilakukan untuk mengenal pasti tahap dan hubungan sokongan persekitaran dalam meningkatkan kemahiran insaniah pelajar pelbagai jenis sekolah. Kajian ini menganalisis data dengan menggunakan analisis deskriptif dan inferensi untuk mendapatkan kebolehppercayaan data iaitu berada pada tahap yang tinggi 0.896 hingga 0.965. Dapatan kajian menunjukkan keseluruhan tahap sokongan persekitaran (min = 3.95, sisihan piawai = 0.914) dan kemahiran insaniah pelajar (min = 3.81, sisihan piawai = 0.849) masing-masing berada pada tahap sederhana tinggi. Kajian ini menyokong kajian Nur Fatiha Zainuddin (2022), mengenal pasti tahap motivasi diri, sokongan sosial dan kesejahteraan psikologi pelajar serta mengkaji hubungan antara motivasi diri dan sokongan sosial terhadap kesejahteraan psikologi pelajar universiti. Hasil dapatan kajian menunjukkan sokongan sosial dan kesejahteraan diri memainkan peranan penting dalam memotivasikan diri dengan memperoleh nilai min 5.06 hingga 5.61. Analisis dapatan kajian hubungan antara sokongan sosial dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson r= .087, Sig. p=.135, hubungan antara daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai nilai korelasi pearson r= .230**, Sig. p=.000 dan hubungan antara sokongan sosial dan daya tahan dengan kesejahteraan psikologi mempunyai hubungan korelasi r= .586**, Sig. p=.000. Dapatan kajian ini menyokong kajian Irwan Fariza Sidik et al (2018), menunjukkan faktor sokongan persekitaran merupakan elemen penting serta mempunyai

hubungan yang signifikan dengan kemahiran insaniah pelajar dengan nilai ($r = 0.701$) dan $\text{sig} = 0.000$ ($p < 0.01$). Kekuatan hubungan ialah positif kuat

Selain itu, kajian ini menyokong kajian Azalina Mohd Khir (2020), mendapati sokongan sosial iaitu sokongan keluarga, sokongan kawan dan sokongan orang yang penting mempunyai perkaitan signifikan dengan kepuasan hidup ($r = 0.534$, $p = 0.000$), ($r = 0.399$, $p = 0.000$) dan ($r = 0.421$, $p = 0.000$) masing-masing. Hasil kajian ini menunjukkan jantina dengan kepuasan hidup tiada perbezaan yang signifikan. Kajian ini turut menyokong kajian yang dilakukan oleh Siti Syazwani Mohd Farhan (2021), hubungan antara sokongan sosial dan kesihatan mental dalam kalangan pelajar di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Hasil kajian mendapati bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sokongan sosial dan kesihatan mental dalam kalangan pelajar [$r = -.071$, $k > .05$]. Tambahan, hasil kajian turut menunjukkan tidak terdapat perbezaan kesihatan mental berdasarkan jantina [$t(107) = .965$, $k > .05$]. Namun begitu, hasil analisis turut mendapati terdapat perbezaan kesihatan mental berdasarkan tahun pengajian [$F(4, 104) = 2.584$, $k < .05$].

VII. KESIMPULAN

Sokongan sosial di alam persekolahan amat diperlukan oleh pelajar sekolah tambahan pula dengan pelbagai sistem pendidikan yang berubah secara drastik. Umumnya, pelajar sekolah masih lagi bergantung kepada ibu bapa dan guru dalam membimbing mereka membuat keputusan untuk kehidupannya. Namun, pelajar juga boleh bertindak di luar kawalan sekiranya tiada sokongan sosial oleh orang dewasa yang memahami perasaan dan keinginannya dalam dunia remaja dan jiwa yang masih muda. Pertimbangan yang dilakukan mungkin masih lagi kurang matang dan harus dibentuk menjadi seorang pelajar yang berani berhadapan dengan risiko dan keadaan semasa. Pelajar sekolah merupakan anak-anak yang memberi kebanggaan kepada ibu bapa dan berpotensi mendapat kecemerlangan di sekolah. Dalam kesejahteraan psikologi, lebih utama ialah individu mempunyai kesejahteraan mental yang sihat dan berupaya mengawal emosi serta bersosial dengan baik.

RUJUKAN

- Abdul Rashid Abdul Aziz, Amin Al Haadi Shafie, Zuraina Ali, Noor Dahiah Sulhana Dzainal. (2020). Pengamalan Nilai Agama dalam Mengatasi Kemurungan Semasa Pandemik COVID-19. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, Volume 5, Issue 12, (page 31 - 44), 2020 DOI: <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i12.593>
- Abiola Oluwalope & Ojadiran Sunday, 2017. "Impact of Budgetary Participation and Organizational Commitment on Managerial Performance in Nigeria," *Accounting and Finance Research*, Sciedu Press, vol. 6(3), pages 1-48, August.
- Azwar, Saifuddin. 2010. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Besley, M., Thompson, T., & Davidson, J. (2003). Resilience in response to life stress: the effects of coping style and cognitive hardness. *Personality and Individual Differences*, 34, 77-95
- Benetti C, Kambouropoulos N. (2016). *Affect-regulated indirect effects of trait anxiety and trait resilience on self-esteem*. *Pers Individual Diff* 2016;41:341–52
- Behnke AO, Plunkett SW, Sands T, et al. *The Relationship between latino adolescents' Perceptions of Discrimination, Neighborhood Risk, and Parenting on Self-Esteem and Depressive Symptoms*. *J Cross-Cultural Psychol* 2011;42:1179–97.
- Bhattarai, M., Smedema, S., & Maneewat, K. (2020). An integrative review of factors associated with resilience post-spinal cord injury. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, <https://doi.org/10.1177/0034355220938429>.
- Cao, W.; Fang, Z.; Hou, G.; Han, M.; Xu, X.; Dong, J.; Zheng, J. The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *J. Psychiatry Res.* 2020, 287, 112934.
- Campbell- Sills, L., Cohan, S.L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44 (4), 585-59
- Chen, C. (2016). The role of resilience and coping styles in subjective well-being among Chinese university students. *Asia-Pacific Education Researcher*, 25(3), 377-387
- Clemente, M., Hezomi, H., Allahverdipour, H., Jafarabadi, M. A., & Safaian, A. (2016). Stress and psychological well-being: An explanatory study of Iranian female adolescents. *Journal of Child & Adolescent Behaviour*, 4(1), 1000282
- Driver, S., Warren, A. M., Reynolds, M., Agtarap, S., Hamilton, R., Trost, Z., & Monden, K. (2015). *Identifying predictors of resilience at inpatient and 3-month post-spinal cord injury*. *The Journal of Spinal Cord Medicine*, 39, 77–84. <https://doi.org/10.1179/2045772314Y.00000.00270>
- El Ansari, W., & Stock, C. (2010). Is the health and well being of university students associated with their academic performance? Cross sectional findings from the United Kingdom. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 7(20), 509-527
- Erica Szkody, Melanie Stearns, Lydia Stanhope & Cliff Mckinney (2020). Stress-Buffering Role of Social Support during COVID-19. Family Process Institute. DOI: 10.1111/famp.12618
- Gustem – Carnicer, J., & Calderon, C. (2013). Coping strategies and psychological well-being among teacher education students: Coping well-being in students. *European Journal of Psychology of Education*, 28(4), 1127 – 1140
- Harris, M., Martin, M., & Martin, D. (2013). The relationship between psychological well being and perceived wellness in graduate-level counseling students. *Higher Learning Research Communications*, 3(2), 14-3
- Herrington, O. D., Clayton, A., Benoit, L., Prins Aardema, C., DiGiovanni, M., Weller, I., & Martin, A. (2021). Viral time capsule: a global photoelicitation study of child and adolescent mental health professionals

- during COVID-19. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 15(1), 1–18. <https://doi.org/10.1186/s13034-021-00359-5>
- He A, Hui Q, Liu H. (2015). *Relationship between social support and loneliness in undergraduates: the mediating role of gratitude* [J]. *Chin J Clin Psychol* 2015;23:150–3
- Ibarra-Rovillard MS, Kuiper NA. (2011). *Social support and social negativity findings in depression: perceived responsiveness to basic psychological needs*. *Clin Psychol Rev* 2011;31:342–52.
- Kumpfer, K. L. (2002). Factors and processes contributing to resilience. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development. Longitudinal research in the social and behavioural sciences* (pp. 179–224). An Interdisciplinary Series. Springer.
- Ko, J., Yoon, T.-Y., & Park, J. (2007). The effect of coping style on subjective well-being among medical students. *Korean Journal of Medical Education*, 19(3) 225-233
- Kent Etherton, Debra Steele-Johnson, Kathleen Salvano & Nicholas Kovacs (2020): *Resilience effects on student performance and well-being: the role of self-efficacy, self-set goals, and anxiety*, *The Journal of General Psychology*, DOI: 10.1080/00221309.2020.1835800
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer Publishing Company.
- Liu Q, Jiang M, Li S, Yang Y. (2021). *Social support, resilience, and self-esteem protect against common mental health problems in early adolescence: A nonrecursive analysis from a two-year longitudinal study*. *Medicine* 2021;100:4(e24334).
- Langford CPH, Bowsher J, Maloney JP, et al. *Social support: a conceptual analysis* [J]. *J Adv Nurs* 2008;25:95–100.
- Liu Y, Wang Z, Zhou C, et al. (2014). *Affect and self-esteem as mediators between trait resilience and psychological adjustment*. *Pers Individual Dif* 2014;66:92–7.
- Liang Huang & Ting Zhang (2021). *Perceived Social Support, Psychological Capital, and Subjective Well-Being among College Students in the Context of Online Learning during the COVID-19 Pandemic*. *Asia-Pacific Edu Res* (2022) 31(5):563–574
- Malkoc, A., & Yalcin, I. (2015). Relationship among resilience, social support, coping and psychological well-being among university students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 5(43), 35-43
- McMahon SD, Felix ED, Nagarajan T.(2020). *Social support and neighborhood stressors among African American Youth: networks and relations to selfworth*. *J Child Fam Stud* 2011;20:255–62.
- McGillivray, C. j., 7 Pidgeon, A.M. (2015). Resilience attributes among university students: A comparative study of psychological distress, sleep disturbances and mindfulness. *European Scientific Journal*, 11(5), 33-48
- Muhamad Saiful Bahri Yusoff, Ahmad Fuad Abdul Rahim & MohdJamil Yaacob. (2010). Prevalence and sources of stress among Universiti Sains Malaysia medical students. *The Malaysia Journal of Medical Sciences*, 17(1), 30-37
- Nisa, S. U., Qasim, N., & Sehar. (2017). Relationship of achievement motivation and psychological well-being in adolescents. *International Journal of Applied Research*, 3(12), 102-104
- Olsson CA, Bond L, Burns JM, et al. (2017). *Adolescent resilience: a concept analysis*. *J Adolescence* 2017;26:11.
- Ong AD, Bergeman CS, Bisconti TL, et al. (2016). *Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life*. *J Pers Soc Psychol* 2016;91:730–49.
- Pidgeon, A. M., & Keye, M. (2014). Relationship between resilience, mindfulness, and psychological well-being in university students. *International Journal of Liberal Arts and Social Science*, 2(5), 27-32
- Ryff, C. D. (2014). *Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia*. *Psychother: Psychosom.* 83, 10–28. doi: 10.1159/000353263
- Ryff, C. D., Almeida, D. M., Ayanian, J. S., Carr, D. S., Cleary, P. D., Coe, C., ... Williams, D. (2007). National Survey of Midlife Development in the United States (MIDUS II), 2004-2006: Documentation of the Psychosocial Constructs and Composite Variables in MIDUS II Project 1. Ann Arbor, MI: Inter-university Consortium for Political and Social Research.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being*. *J. Happiness Stud.* 9, 13–39. doi: 10.1007/s10902-006-9019-0
- Reinherz HZ, Paradis AD, Giaconia RM, et al. *Childhood and adolescent predictors of major depression in the transition to adulthood*[J]. *Am J Psychiatry* 2003;160:2141–7.
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2014). Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late adolescents. *Procedia: Social and Behavioural Sciences*, 141, 881-887.
- Surat siaran KPM.600-17/1/22 JLD.3 (90) Panduan Pelaksanaan Program Minda Sihat Dalam Kebiasaan Baharu Tahun 2021.
- Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between resilience, optimism and psychological well-being in students of medicine. *Procedia – Social and Behavioural Science*, 30, 1541 – 1544
- Terzi, S. (2013). Secure attachment style, coping with stress and resilience among university students. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 1(2), 97- 109
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). Available online: <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse> (accessed on 1 June 2020).
- Vinas, D.K.D., & Aquino-Malabanan, M.G. (2015). Adversity quotient and coping strategies of college students in Lyceum of the Philippines University. *Asia Pacific Journal of Education, Arts and Sciences*, 2(3), 68-72
- World Health Organization. Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic. Available online: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019 (accessed on 18 May 2020)
Zainuddin, Nur Fatimah, and Faridah Mydin Kutty. (2022).
“Hubungan Motivasi Diri Dan Sokongan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pelajar Universiti”. *Malaysian Journal of Social Sciences*

and Humanities (MJSSH) 7 (2), e001308.
<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1308>.