

BAB 1

PERNYATAAN MASALAH

1.1 Pengenalan

Perasaan bimbang atau kebimbangan merupakan suatu pengalaman yang tidak menyenangkan dalam hidup manusia. Tidak kira samada seseorang itu kanak-kanak, remaja atau pun orang dewasa, sekiranya dilanda perasaan bimbang maka perubahan emosi dan tingkahlaku juga akan berlaku. Dalam kontek pendidikan, kebimbangan merupakan suatu gangguan psikologi terhadap pelajar yang perlukan bantuan guru atau kaunselor sekolah untuk menyelesaiannya. Perasaan bimbang akan lebih kerap berlaku kepada golongan pelajar apabila tiba musim peperiksaan. Perasaan kebimbangan boleh menjelaskan proses pembelajaran pelajar.

Kajian tentang kebimbangan telah bermula apabila Frued (1939) telah menerbitkan bukunya yang terkenal mengenai kebimbangan bertajuk "The

Problem Of Anxiety", dan dari sini maka kajian-kajian mengenai keimbangan terus berkembang.

Kelly (1955) menyatakan manusia menggunakan sistem konstruk untuk menjangkakan apa yang akan berlaku dalam hidupnya, dan keimbangan wujud bila kita berhadapan dengan peristiwa-peristiwa di luar dari kawasan keselesaan. Conger (1973) menakrifkan keimbangan sebagai satu penentuan yang amat penting di dalam mengkaji tingkahlaku manusia. Beliau juga menyatakan bahawa keimbangan yang wujud dalam diri seseorang itu adalah hasil daripada pengalaman kesakitan masa lampau contohnya sakit yang dirasai semasa kanak-kanak akan mewujudkan perasaan bimbang bila mereka dewasa. Dollard dan Miller (1950) pula menyatakan keimbangan berlaku disebabkan kanak-kanak mempunyai pelbagai perasaan kecewa.

Tingkahlaku keimbangan boleh menimbulkan gerak balas dalaman terhadap perasaan, pemikiran, tindakan psikologi dan juga konflik tingkahlaku. Glasser dan Zunin (1979), menyatakan bahawa tumpuan seharusnya diberikan kepada tingkahlaku berbanding dengan perasaan, kerana tingkahlaku boleh diubah. Terapi realiti juga berpendapat bahawa manusia tidak boleh mengarahkan dirinya untuk merasa lebih baik tetapi manusia boleh mengarahkan dirinya untuk melakukan sesuatu yang lebih baik. Oleh itu jika seseorang itu melakukan sesuatu perkara yang baik ia akan menimbulkan perasaan yang lebih baik.

1.2 Pernyataan Masalah

Kebimbangan yang dialami oleh pelajar remaja di sekolah menengah berpunca daripada masalah yang mereka hadapi. Mengikut Chiam (1976) ramai pelajar sekolah menengah menghadapi pelbagai masalah. Sawrey (1967) melihat perasaan bimbang boleh menyebabkan emosi terganggu dan juga kegagalan. Oleh itu kebimbangan adalah merupakan gangguan kepada kesihatan mental yang perlu diberi perhatian.

Abdul Latif (1994) menyatakan bahawa perasaan yang keliru dan tertekan akan mengakibatkan tahap kebimbangan yang tinggi. Chiam (1983) menyatakan harapan yang tinggi daripada pihak pentadbir dan ibu bapa terhadap pencapaian akademik pelajar boleh meningkatkan lagi kebimbangan seseorang pelajar. Holtzman (1975) telah menunjukkan bahawa tahap kebimbangan mempunyai hubungan dengan pencapaian akademik. Speigelberger dan Daiz Guerrero (1976) menyatakan bahawa pelajar yang mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi akan menjadi kurang bermotivasi dan mereka mempunyai pencapaian akademik yang rendah. Ini bermakna kebimbangan dapat mempengaruhi pencapaian akademik seseorang pelajar.

Trimmer (1970) berpendapat bahawa terdapat ramai orang yang takut menghadapi keadaan sebenar. Oleh itu mereka akan mengambil alkohol sebagai langkah penyelesaian segera. Adalah lebih baik sekiranya seseorang itu di beri masa untuk belajar menghadapi masalah atau realiti kehidupan mereka. Sekiranya seorang remaja menjadi matang lebih awal daripada zaman mereka

menamatkan persekolahan mereka, maka mereka akan menjadi lebih bijak untuk membuat keputusan apabila mereka berhadapan dengan masyarakat atau apabila mereka memasuki zaman awal dewasa.

Trimmer (1970) menyatakan bahawa masalah kebimbangan boleh diatasi dengan cara yang lebih baik. Beliau mendapati bahawa 90% daripada pelbagai penyakit yang dirawat disebabkan oleh faktor psikologi. Manakala faktor psikologi yang pertama menyumbang kepada gangguan kesihatan ialah masalah kebimbangan.

Trimmer juga mengatakan tanda-tanda penyakit fizikal adalah disebabkan oleh faktor psikologi. Kebimbangan yang keterlaluan boleh menyebabkan kesan terhadap jantung. Kebimbangan yang keterlaluan juga boleh menyebabkan sejenis bahan dalam badan dikenali sebagai 'epinephrine' dikeluarkan melalui sistem badan dengan kuantiti yang lebih daripada normal yang akan menyebabkan kesan kawalan terhadap pernafasan dan juga kadar denyutan jantung terganggu.

Kebimbangan juga boleh menyerang bahagian sistem pencernaan dalam usus. Kebimbangan yang amat sangat boleh menyebabkan bahagian dalam perut dan usus menerima penghantaran darah yang lebih banyak dan ini akan menyebabkan kerosakan pada usus dan mudah mendapat ulser usus.

Kebimbangan merupakan aspek gangguan mental yang perlu dikaji dan dirawati. Remaja merupakan golongan yang mempunyai pelbagai masalah.

Remaja juga merupakan golongan yang masih memerlukan pertolongan. Tidak mudah untuk memberi pertolongan yang berkesan kepada mereka. Cara memberi pertolongan atau nasihat yang salah boleh merosakkan fikiran remaja itu sendiri. Oleh itu, setiap ibu bapa, guru, kaunselor sekolah, masyarakat dan siapa jua yang berhadapan dengan remaja harus didedahkan dengan maklumat yang berkaitan dengan remaja terutamanya dalam mengenalpasti tahap-tahap keimbangan dan juga punca-punca yang menyebabkan keimbangan di kalangan pelajar.

Kajian ini dirasakan perlu dibuat kerana terdapat hubungan antara keimbangan pelajar dengan pencapaian akademik mereka. Dengan mengetahui tahap dan punca keimbangan kaunselor dapat membantu pelajar menguruskan keimbangan. Melalui kajian yang dibuat oleh Abdul Rahim Hassan (1982) ke atas 74 orang sampel di sebuah sekolah menengah di kawasan luar bandar di Malaysia mendapati bahawa pelajar-pelajar yang berkeimbangan rendah adalah pelajar-pelajar yang berjaya dari segi prestasi akademik jika dibandingkan dengan pelajar-pelajar yang berkeimbangan tinggi. Sarason (1952) menyatakan bahawa keimbangan merupakan faktor yang ketara dalam menentukan pencapaian akademik. Beliau menyatakan bahawa mereka yang pintar dan berpencapaian tinggi adalah mereka yang berkebolehan menyesuaikan diri dengan persekitaran dan mereka mempunyai tahap keimbangan yang rendah. Begitu juga dengan kajian yang dibuat oleh Montague (1953) ke atas pelajar universiti di Amerika Syarikat mendapati bahawa pelajar yang berkeimbangan rendah lebih berjaya dari pelajar-pelajar yang berkeimbangan tinggi.

Kajian perlu dibuat untuk melihat tahap keimbangan dan punca keimbangan ini sebagai asas untuk menambahkan lagi kaedah-kaedah pendekatan psikologi dalam menyelesaikan masalah pelajar-pelajar sekolah. Keputusan hasil kajian bukan sahaja dapat memberi manfaat kepada pengkaji, malah ia dapat memberikan maklumat yang berguna kepada semua orang yang berkepentingan dalam mendidik remaja.

1.3 Tujuan Kajian

Tujuan kajian ini adalah untuk melihat tahap keimbangan dan punca-punca keimbangan di kalangan pelajar di sebuah sekolah menengah harian di Kuala Lumpur. Selain daripada itu kajian ini juga ingin melihat perbezaan tahap keimbangan dan perbezaan dari segi punca-punca yang menyebabkan keimbangan pelajar berdasarkan pembolehubah jantina, etnik dan pendapatan keluarga.

1.4 Persoalan Kajian

Kajian ini akan cuba menjawab persoalan-persoalan berikut:

- 1.7.1 Apakah tahap keimbangan di kalangan pelajar sekolah menengah harian yang dikaji.
- 1.7.2 Apakah punca keimbangan pelajar.

- 1.7.3 Adakah terdapat perbezaan tahap kebimbangan pelajar berdasarkan jantina.
- 1.7.4 Adakah terdapat perbezaan tahap kebimbangan pelajar berdasarkan etnik.
- 1.7.5 Adakah terdapat perbezaan tahap kebimbangan pelajar berdasarkan pendapatan keluarga.
- 1.7.6 Adakah terdapat perbezaan dari segi punca-punca yang menyebabkan kebimbangan pelajar berdasarkan jantina.
- 1.7.7 Adakah terdapat perbezaan dari segi punca-punca yang menyebabkan kebimbangan pelajar berdasarkan etnik.
- 1.7.8 Adakah terdapat perbezaan dari segi punca-punca yang menyebabkan kebimbangan pelajar berdasarkan pendapatan keluarga

1.5 Hipotesis Kajian

Persoalan kajian tiga hingga lapan akan dijawab melalui pengujian hipotesis berikut.

- 1.8.1 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi tahap kebimbangan antara pelajar lelaki dengan pelajar perempuan.
- 1.8.2 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi tahap kebimbangan antara pelajar Melayu dan pelajar bukan Melayu.

- 1.8.3 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi tahap kebimbangan antara pelajar dari keluarga berpendapatan rendah, sederhana dan tinggi.
- 1.8.4 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi punca kebimbangan antara pelajar lelaki dengan pelajar perempuan.
- 1.8.5 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi punca kebimbangan antara pelajar Melayu dengan pelajar bukan Melayu.
- 1.8.6 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi punca kebimbangan antara pelajar dari keluarga berpendapatan rendah, sederhana dan tinggi.

1.6 Kepentingan Kajian

Hasil kajian ini akan memberi maklumat tentang tahap-tahap kebimbangan yang dihadapi oleh pelajar remaja, khususnya pelajar tingkatan empat di sekolah harian. Punca-punca yang menyebabkan kebimbangan juga akan dapat dilihat hasil dari kajian ini. Maklumat lain yang diperolehi ialah melihat perbezaan antara tahap-tahap kebimbangan dan juga perbezaan antara punca-punca kebimbangan dari faktor pemboleh ubah seperti jantina, etnik dan pendapatan keluarga.

Hasil kajian ini boleh membantu pihak-pihak yang berkepentingan seperti kaunselor sekolah, guru, pengetua, pegawai Jabatan Pendidikan dan juga

mungkin berguna untuk pihak Kementerian Pendidikan. Masalah keimbangan tidak boleh diabaikan kerana ia boleh juga memberi berbagai kesan psikologi dan juga fizikal pelajar. Malah kesan yang jelas kepada pelajar ialah impak kepada pencapaian akademik mereka.

Adalah diharap dengan kajian ini pihak kaunselor atau sekolah boleh menguruskan program-program untuk mengurangkan masalah keimbangan di kalangan pelajar-pelajar ini. Dapatan kajian juga dapat membantu perkembangan yang sihat dari segi mental, rohani dan jasmani pelajar sekolah.

1.7 Batasan Kajian

Kajian ini hanya tertumpu kepada pelajar tingkatan empat di sebuah sekolah harian di Kuala Lumpur. Pelajar-pelajar ini merupakan pelajar yang baru mendapat keputusan peperiksaan PMR tahun 1999. Sekolah menengah yang dipilih sebagai lokasi kajian ialah Sekolah Menengah Kebangsaan Batu 5, Jalan Ipoh, Kuala Lumpur.

Responden yang dipilih terdiri daripada 160 orang pelajar tingkatan empat lelaki dan perempuan dan dari semua bangsa Melayu, Cina dan India.

1.8 Definisi Operasional

Beberapa definisi operasional yang difikirkan berkaitan dengan kajian ini adalah seperti berikut:

1.8.1 Remaja sekolah

Terdapat pandangan yang berbeza antara ahli psikoanalitik dan ahli sosiologi terhadap remaja. Namun demikian, mereka tetap bersetuju bahawa zaman remaja penuh dengan berbagai tekanan.

Ahli psikologi mengatakan, zaman remaja merupakan satu zaman peralihan untuk mereka mencari penyesuaian diri bagi menukar sifat kanak-kanak kepada sifat dewasa. Mereka juga mengalami zaman akil baligh yang menyebabkan mereka mengalami perubahan emosi dan fizikal.

Pada pandangan ahli sosiologi, zaman remaja merupakan zaman peralihan dari zaman kanak-kanak yang bergantung sepenuhnya kepada orang dewasa kepada satu zaman yang mana mereka terpaksa berdikari sepenuhnya. Ahli sosiologi juga berpendapat bahawa remaja menghadapi berbagai tekanan kerana usaha mereka untuk mendapat tempat dalam masyarakat. Remaja menghadapi konflik dan tekanan dari kedua-dua peranan transisi psikologi dan sosiologi.(Coleman 1978)

Hall (1926) mendefinisikan zaman remaja sebagai suatu jangkamasa atau waktu yang penuh dengan konflik dan masalah. Beliau juga menyatakan zaman remaja berakhir dalam lingkungan umur 22 tahun hingga 25 tahun. Permulaan remaja bermula dengan perubahan fisiologi dan berakhir dengan perubahan psikologi.

Dari sudut pandangan kronologi pula, remaja adalah individu yang berada dalam jarak umur antara 12 atau 13 tahun hingga awal dua puluhan.

Dalam kajian ini remaja sekolah diberi pengertian yang berbeza supaya perhatian dan tindakan terhadap mereka dibuat secara berbeza pula. Dalam erti kata lain, remaja sekolah berbeza dengan remaja umum kerana mereka di bawah kawalan pihak sekolah dan ibu bapa. Mereka juga terpaksa patuh kepada peraturan dan disiplin yang telah ditentukan seperti cara berkelakuan dan berpakaian dan juga mempunyai tanggung jawab untuk belajar. Tanggung jawab ini mesti dilakukan sama ada secara sukarela atau terpaksa.

Remaja sekolah yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah pelajar sekolah menengah yang belajar di tingkatan empat dalam pelbagai aliran di sekolah menengah yang dipilih. -

1.8.2 Kebimbangan

Spielberger (1976) mendefinisikan kebimbangan sebagai satu susunan proses yang bermula daripada tekanan, ancaman dan keadaan kebimbangan. Proses tersebut berjalan mengikut satu urutan yang bermula daripada kognitif, afektif, fisiologi dan tingkah laku. Proses itu digerakkan oleh satu rangsangan tekanan yang tinggi samada daripada dalaman atau luaran.

Lewis (1970) mendefinisikan kebimbangan sebagai satu keadaan emosi. Kebimbangan merupakan satu keadaan di mana seseorang individu merasai perasaan yang tidak menyenangkan dirinya akibat dari pengalamannya. Pengalaman yang dimaksudkan berbentuk subjektif dan mempunyai nilai takut atau berkait rapat dengan perasaan. Perasaan itu seperti menggerunkan, mengerikan, menyeramkan atau memeranjatkan. Hasil daripada pengalaman itu individu itu akan bertindak untuk mencegah dari berulangnya peristiwa-peristiwa atau pengalaman yang menakutkan itu.

Kebimbangan yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah keadaan yang tidak menyenangkan disebabkan oleh gangguan emosi dan gangguan perasaan yang dialami oleh pelajar sekolah menengah. Gangguan perasaan ini boleh disebabkan oleh punca-punca yang berkaitan dengan keluarga, kewangan, pelajaran dan kerjaya, perhubungan muda mudi, kesihatan dan jasmani serta moral dan agama.

1.8.3 Punca-Punca Kebimbangan

Punca-punca kebimbangan ialah faktor-faktor yang menyebabkan seseorang itu merasai bimbang. Pengalaman yang dilalui, masalah-masalah, emosi yang tertekan, gangguan perasaan, ancaman, aktiviti-aktiviti yang mendukacitakan, menakutkan dan sebagainya adalah antara faktor-faktor yang boleh menyebabkan kebimbangan.

Antara punca kebimbangan pelajar di sekolah ialah perkara yang berkaitan dengan masalah pelajar remaja seperti masalah gangguan fizikal dan kesihatan, masalah kewangan, masalah keluarga, masalah dengan guru, masalah dengan rakan sebaya, masalah mata pelajaran, masalah pemarkahan, ujian dan lain-lain faktor yang wujud di dalam diri dan persekitaran pelajar itu. Faktor-faktor ini boleh menyebabkan pelajar merasai bimbang atau sebaliknya. Ia juga mempengaruhi prestasi dan keberkesanan pembelajaran pelajar.

Wang (1980) dalam kajian beliau di Petaling Jaya, mendapati kategori masalah utama yang dihadapi remaja di sekolah ialah penyesuaian kerja sekolah. Para pelajar sangat bimbang tentang peperiksaan dan pencapaian prestasi mereka. Mereka juga takut gagal dalam kerja-kerja sekolah. Mengikut Chiam (1985) remaja yang bersekolah di luar bandar di Johor merasai bimbang yang berkaitan dengan persekolahan. Sejumlah 67% pelajar bimbang tentang peperiksaan, 47.9% pelajar bimbang kerana mendapat markah rendah. 43.7% bimbang tentang markah dengan kata lain, masalah-masalah pelajar adalah

punca kepada kemunculan bibit perasaan kebimbangan di dalam sanubari mereka.

Punca kebimbangan yang dimaksudkan dalam kajian ini adalah perkara-perkara yang menyebabkan kebimbangan bagi pelajar tingkatan empat sekolah menengah. Perkara-perkara yang menyebabkan kebimbangan dalam kajian ini dikelaskan dalam sebelas kategori iaitu perkara-perkara yang disebabkan oleh penyesuaian kerja rumah, pelajaran dan kerjaya, hubungan sosial psikologikal, hubungan personal psikologi, akhlak dan agama, kurikulum dan pengajaran, rumahtangga dan keluarga, kesihatan dan jasmani, hiburan dan sosial, kewangan dan kehidupan dan pergaulan muda mudi.

1.8.4 Status Sosio Ekonomi

Mengikut Ng (1977) dan Nordin Selat (1976), di Malaysia jenis pekerjaan dan tahap pendidikan bapa atau ibu (mana-mana yang lebih tinggi) adalah indeks yang lebih sesuai untuk menentukan status ekonomi keluarga berkenaan. Pandangan ini juga adalah sama dengan pendapat ahli-ahli sosiologi barat seperti Urry (1981) dan Johnson (1985). Kajian ini tidak mengambil kira indeks pendapatan dalam menentukan atau menggolongkan seseorang itu dalam kelas yang berbeza kerana indeks ini mempunyai perkaitan rapat dengan jenis pendidikan. Tambahan pula sukar untuk menetapkan tingkat pendapatan yang piawai bagi setiap masa kerana pendapatan berubah mengikut perkembangan ekonomi sesebuah negara itu (Umran, 1991). Dalam kajian ini penyelidik

mengambil pendapatan keluarga sebagai penunjuk status ekonomi dan mengkategorikannya kepada tiga iaitu tinggi, sederhana dan rendah.

1.8.5 Sekolah Menengah Harian

Sekolah menengah harian adalah sekolah menengah yang beroperasi secara harian dan tidak melibatkan asrama. Semua pelajar berulang alik dari rumah ke sekolah pada setiap hari persekolahan. Pelajar yang menuntut di sekolah harian ini merupakan mereka yang tinggal berhampiran dengan sekolah. Dalam kajian ini sekolah yang dipilih adalah sekolah harian yang pelajarnya terdiri daripada pelajar-pelajar perempuan dan lelaki dari tiga kaum utama di Malaysia iaitu Melayu, China dan India. Sidang persekolahan bagi sekolah dalam kajian ini adalah pagi dan petang.