

BAB SATU

PENGENALAN

1.1 Latar Belakang Kajian

Perangkaan Pendidikan di Malaysia yang dikeluarkan pada tahun 1993 menunjukkan bahawa seramai 4,372,618 orang daripada 21.3 juta penduduk Malaysia merupakan golongan pelajar. Walaupun jumlah tersebut hanya 20.5 peratus daripada jumlah keseluruhan penduduk negara, namun mereka merupakan golongan yang menjadi harapan masyarakat untuk memaju dan membangunkan negara pada masa akan datang. Sebagai kumpulan yang diharapkan untuk membangunkan negara, mereka perlu melengkapkan diri dengan pengetahuan, kemahiran dan ketahanan jiwa bagi meneruskan kemajuan dan pembangunan negara.

Pendidikan formal adalah salah satu cara untuk melahirkan warganegara yang mempunyai ciri-ciri di atas. Menyedari kepentingan pendidikan, kerajaan telah memperuntukkan jumlah wang yang besar untuk pendidikan agar bukan sahaja dapat melahirkan generasi yang berpengetahuan dan berkemahiran malah menjadi warganegara yang bertanggungjawab dan bermoral. Pada tahun 1995 sahaja, sebanyak RM10.8 billion iaitu bersamaan 21.2 peratus daripada perbelanjaan

negara telah disalurkan ke dalam bidang pendidikan (Kementerian Kewangan Malaysia, 1996). Peruntukan yang besar ini akan menjadi satu pembaziran sekiranya pelajar tidak menggunakan peluang pendidikan yang diberi kepada mereka dengan sebaik mungkin. Tanpa pendidikan, mereka mungkin akan gagal untuk memainkan peranan sebagai warganegara yang bertanggungjawab.

Untuk menjadi pelajar yang cemerlang yang dapat memanfaatkan peluang pendidikan yang diperuntukkan bukanlah mudah kerana selain daripada keazaman yang kuat, pelajar juga perlu memiliki kesihatan fizikal dan mental. Dalam menjalani kehidupan, pelbagai gangguan kepada perkembangan fizikal dan juga psikologi dihadapi. Salah satu bentuk gangguan yang pelajar hadapi ialah gangguan tekanan atau '*stress*'.

Times Lingua Dictionary (1992) mendefinisikan '*stress*' sebagai perasaan bimbang atau risau yang dialami oleh seseorang yang berpunca dari sesuatu peristiwa berlaku dalam kehidupan. Sementara Times Chambers Combine Dictionary Thesaurus (1995) mentakrifkan '*stress*' sebagai reaksi seseorang sama ada dari segi fizikal atau emosi atau kedua-duanya yang boleh menyebabkan gangguan kepada kesihatan fizikal. Dua definisi berkenaan menjelaskan bahawa tekanan yang dialami oleh seseorang boleh menyebabkan gangguan bukan sahaja kepada psikologi tetapi juga fizikal. Ini bererti bahawa tekanan boleh

mendatangkan kesan yang negatif kepada seseorang individu.

Walaupun boleh menimbulkan kesan yang negatif, perasaan tertekan adalah sesuatu yang tidak dapat dielakkan daripada berlaku dalam kehidupan manusia. Selye (1956), iaitu seorang ahli perubatan dari University of Montreal menyatakan, "*No one can live without experiencing some degree of stress all the time*" (m.s. vii). Kenyataan Selye ini jelas menunjukkan bahawa tekanan dialami oleh sesiapa sahaja.

Peach (1991) dalam satu kertas kerja bertajuk '*A study concerning stress among high school students in selected rural schools*' yang dibentangkan di Seminar Pendidikan Tahunan di Cookeville, United States menyatakan bahawa pelajar yang menuntut di sekolah menengah merupakan golongan yang paling mudah mengalami tekanan kerana mereka berada di peringkat usia remaja iaitu peringkat berlakunya banyak perubahan dari segi biologi dan emosi yang memerlukan mereka membuat penyesuaian. Safer (1986), seorang ahli psikiatri juga berpendapat bahawa pelajar sekolah menengah merupakan golongan yang mudah mengalami tekanan. Menurut Safer, bebanan akademik yang dipikul oleh pelajar sekolah menengah merupakan salah satu punca mereka lebih banyak mengalami tekanan berbanding pelajar di peringkat sekolah rendah. Presiden Persatuan Kesihatan Mental Malaysia, Dr. Cheah Wing Yin menyatakan bahawa golongan muda yang berusia tiga belas hingga dua puluh lima tahun merupakan

golongan yang paling ramai didapati mengalami penyakit-penyakit mental seperti skizofernia disebabkan oleh tekanan yang mereka alami. Ini bererti bahawa pelajar sekolah menengah adalah termasuk dalam golongan yang paling ramai mengalami penyakit mental disebabkan oleh tekanan yang mereka alami (The Leader, 26 Julai 1996).

Tiga pendapat di atas menunjukkan bahawa golongan muda termasuk pelajar sekolah menengah merupakan golongan yang mudah mengalami tekanan. Tekanan ini boleh menyebabkan gangguan kepada fizikal dan psikologi yang mungkin menyebabkan mereka tidak dapat memanfaatkan peluang pendidikan yang diberi kepada mereka dengan baik. Jika keadaan sedemikian berlaku, mereka tidak akan dapat memainkan peranan sebagai warganegara yang bertanggungjawab pada masa hadapan.

1.2 Penyataan Masalah

Golongan pelajar merupakan golongan yang menjadi harapan masyarakat untuk meneruskan kesinambungan pembangunan negara pada masa akan datang. Namun apa yang nyata pada hari ini, terdapat pelajar terutama pelajar sekolah menengah yang menunjukkan perilaku yang kurang menyenangkan di mata masyarakat seperti terlibat dalam kongsi gelap, mencederakan orang lain, merogol,

menyalahguna dadah dan melanggar disiplin sekolah (Berita Harian, 23 Julai 1993; Berita Harian, 26 Julai 1993; Berita Harian 19 Ogos 1993; Berita Harian, 4 April 1994; Kementerian Pendidikan Malaysia, 1991).

Akhbar New Straits Times pada 22 September 1995 melaporkan kejayaan polis daerah Petaling Jaya menangkap tiga orang pelajar sekolah menengah yang disyaki merogol seorang pelajar perempuan berusia 14 tahun (New Straits Times, 22 September, 1995). Akhbar yang sama pada 12 Oktober 1995 menyebut bahawa pihak polis telah mengenalpasti 120 orang pelajar sekolah menengah di Pulau Pinang yang terlibat dalam kegiatan kongsi gelap.

Utusan Malaysia pada 3 Jun 1994 memetik ucapan Menteri Pendidikan Malaysia (pada masa itu) iaitu, Dato' Dr. Sulaiman Daud yang menyatakan bahawa seramai 882 orang pelajar telah dibuang sekolah pada tahun 1993. Menurut beliau lagi, jumlah tersebut adalah daripada seramai 176,615 orang pelajar atau 4.1 peratus daripada jumlah keseluruhan pelajar yang dikenalpasti terbabit dalam pelbagai salah laku berat dan ringan. Daripada 176,615 orang pelajar yang terlibat dalam pelbagai salah laku, sebahagian besarnya adalah pelajar sekolah menengah iaitu seramai 130,200 orang. Pengarah Bahagian Sekolah-Sekolah Kementerian Pendidikan, Abdul Talib Mat Zin menyatakan bahawa antara salah laku ringan yang dilakukan oleh pelajar ialah ponteng sekolah dan ponteng kelas sementara salah

laku berat pula ialah mencuri, memeras ugut, mencabul kehormatan dan terlibat dalam kongsi gelap (Utusan Malaysia, 16 Mei 1994).

Timbalan Penguasa Polis Cawangan Perancang di Jabatan Siasatan Jenayah Bukit Aman, Abdul Rashid Abdul Rahman (1995) berpendapat antara faktor yang mungkin mendorong remaja sekolah terlibat dalam salah laku ialah:

- a. perasaan tertekan dengan sikap ibu bapa yang suka meletakkan harapan yang tidak realistik terhadap mereka
- b. perasaan tertekan dengan suasana kekeluargaan yang tidak harmoni seperti perceraian dan pertelingkahan antara ibu dengan bapa
- c. perasaan tertekan kerana kecewa dalam peperiksaan

Penyataan di atas menunjukkan bahawa penglibatan remaja yang masih di bangku sekolah dalam kegiatan salah laku mempunyai kaitan dengan tekanan yang mereka alami. Tekanan boleh berpunca dari ibu bapa, suasana keluarga yang tidak harmoni dan kekecewaan dalam bidang akademik.

Terdapat beberapa penemuan yang mengaitkan perlakuan salah laku pelajar dengan tekanan yang mereka alami. Antara kajian itu ialah kajian yang dijalankan oleh Vaux dan Ruggiero (1983) ke atas 531 orang pelajar sekolah menengah di California. Mereka mendapati bahawa tekanan yang dialami oleh pelajar boleh mendorong pelajar melakukan jenayah seperti merosakkan harta orang lain,

menyalahguna dadah dan mencuri. Kajian yang dijalankan oleh Novy dan Donohue (1985) ke atas 55 orang pelajar yang melakukan pelbagai salah laku seperti ponteng sekolah di Texas juga mendapati bahawa terdapat hubungan antara perbuatan salah yang dilakukan oleh pelajar dengan tekanan yang mereka alami. Nabil Abdul Latif (1994) yang menjalankan kajian ke atas pelajar yang melanggar disiplin sekolah di Kelantan mendapati bahawa tekanan yang dialami oleh pelajar merupakan salah satu punca yang mendorong pelajar melanggar disiplin sekolah.

Tekanan boleh mendorong seseorang untuk memperbaiki dirinya tetapi sekiranya ia tidak dapat dikendalikan, individu yang mengalaminya mungkin ter dorong untuk melakukan sesuatu yang negatif. Tiga penemuan kajian yang dinyatakan di atas membuktikan bahawa tekanan yang dialami oleh pelajar boleh mendorong mereka untuk melakukan pelbagai salah laku. Ini bererti tekanan boleh menimbulkan kesan yang negatif.

1.3 Objektif Kajian

Objektif kajian ini ialah untuk mengenalpasti persepsi pelajar sekolah menengah mengenai tekanan, perkara-perkara yang mereka anggap boleh menjadi punca tekanan, tahap tekanan yang mereka alami dan punca-puncanya.

Selain daripada itu, kajian ini juga bertujuan untuk melihat perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar yang berada di tingkatan dua dan pelajar yang berada di tingkatan empat dan perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar dari keluarga yang berpendapatan rendah dan pelajar dari keluarga yang berpendapatan tinggi. Bagaimana pelajar mengatasi tekanan dan siapakah individu yang menjadi rujukan mereka apabila mengalami tekanan juga dikenalpasti. Dengan lebih khusus, objektif kajian ini ialah untuk;

- a. mengenalpasti persepsi pelajar sekolah menengah mengenai tekanan
- b. mengenalpasti perkara-perkara yang pelajar anggap boleh menjadi punca tekanan
- c. mengenalpasti tekanan yang pelajar alami dan punca-puncanya
- d. mengenalpasti perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar tingkatan dua dan pelajar tingkatan empat
- e. mengenalpasti perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar dari keluarga yang berpendapatan rendah dan pelajar dari keluarga yang berpendapatan tinggi.
- f. mengenalpasti cara-cara pelajar mengatasi tekanan dan individu yang menjadi rujukan jika mengalami tekanan.

1.4 Soalan-Soalan Kajian

Kajian ini bertujuan menjawab soalan-soalan berikut:

- a. Apakah persepsi pelajar sekolah menengah mengenai tekanan ?
- b. Apakah perkara-perkara yang pelajar anggap boleh menjadi punca tekanan?
- c. Apakah tekanan yang pelajar alami dan apakah punca-puncanya?
- d. Adakah terdapat perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar tingkatan dua dan pelajar tingkatan empat ?
- e. Adakah terdapat perbezaan antara tahap tekanan yang dialami oleh pelajar dari keluarga yang berpendapatan rendah dan pelajar dari keluarga yang berpendapatan tinggi ?
- f. Apakah yang dilakukan oleh pelajar apabila mengalami tekanan?
- g. Siapakah individu yang menjadi rujukan pelajar apabila mengalami tekanan?

1.5 Signifikan Kajian

Sebagai golongan yang diharapkan untuk memaju dan membangunkan negara pada masa akan datang, pelajar perlu melengkapkan diri mereka dengan pengetahuan yang mencukupi dengan memanfaatkan peluang pendidikan yang diperuntukkan kepada mereka sebaik mungkin. Pelajar mungkin tidak dapat

memanfaatkan peluang pendidikan tersebut sekiranya mereka mengalami banyak gangguan. Antara gangguan tersebut ialah gangguan tekanan. Oleh itu, kajian mengenai tekanan di kalangan pelajar adalah penting kerana maklumat yang diperolehi daripada kajian ini akan dapat menambahkan pengetahuan mengenai tekanan yang dialami oleh mereka, punca-puncanya, cara mereka mengendalikan tekanan dan tempat mereka memohon pertolongan jika mengalami tekanan. Maklumat-maklumat tersebut amat berguna dan dapat dijadikan garis panduan oleh pihak berikut:

- a. Kementerian Pendidikan Malaysia
- b. Pentadbir sekolah
- c. Guru-guru dan
- d. Kaunselor sekolah

Penemuan kajian ini akan dapat memberi gambaran yang jelas mengenai punca-punca tekanan pelajar. Maklumat yang diperolehi melalui kajian ini seperti ini memang amat berguna kepada para pegawai di Kementerian Pendidikan yang bertugas merancang dan menggubal dasar pendidikan negara. Sebagai pihak yang merancang dan menentukan dasar, maklumat sedemikian boleh digunakan sebagai asas untuk merancang dan menentukan kurikulum yang sesuai.

Penemuan kajian ini juga akan dapat memberi gambaran yang lebih jelas

kepada pentadbir sekolah tentang perkara-perkara yang boleh menjadi punca tekanan kepada pelajar. Maklumat sedemikian boleh digunakan untuk menyusun dan merancang program dan aktiviti sekolah. Dengan maklumat itu, adalah diharapkan mereka dapat merancang dan memastikan aktiviti dan program sekolah yang dianjurkan tidak menjadi punca tekanan kepada pelajar.

Daripada dapatan kajian ini, guru-guru juga akan dapat memahami punca-punca tekanan pelajar. Maklumat sedemikian boleh dijadikan panduan dalam merancang pengajaran dan aktiviti luar kelas. Adalah diharapkan dengan maklumat itu, mereka dapat mewujudkan suasana pembelajaran yang lebih mementingkan pelajar dengan cara memastikan pengajaran dan aktiviti luar kelas yang dijalankan tidak menjadi punca tekanan kepada pelajar.

Dapatan kajian ini akan dapat membantu kaunselor sekolah mengetahui tekanan yang dialami oleh pelajar dan juga perkara-perkara yang menjadi puncanya. Maklumat sedemikian amat berguna berguna kepada kaunselor supaya mereka dapat merancang strategi yang sesuai dalam membantu pelajar yang mengalami tekanan.

1.6 Batasan Kajian

Tidak dapat dinafikan sesuatu perkara yang berlaku dalam kehidupan adalah hasil interaksi daripada beberapa perkara yang saling pengaruh mempengaruhi. Tekanan boleh berlaku kerana beberapa punca seperti personaliti individu itu sendiri, persekitaran tempat tinggal, peristiwa-peristiwa sehari-hari yang dilalui dan krisis yang berlaku dalam kehidupan seperti kematian dan kemalangan. Adalah sukar untuk mengambil kira semua perkara tersebut di dalam satu kajian. Oleh itu kajian ini menghad skopnya kepada punca-punca tekanan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari mereka dan krisis yang berlaku dalam kehidupan.

Kajian ini telah dijalankan ke atas 60 orang pelajar sekolah menengah yang terdiri daripada 30 orang pelajar tingkatan 2 dan 30 orang pelajar tingkatan 4 yang menuntut di Sekolah Aminuddin Baki, Kuala Lumpur. Oleh itu, semua dapatan yang diperolehi daripada kajian ini hanya boleh dibuat generalisasi untuk pelajar-pelajar yang menuntut dalam tingkatan yang sama dan dari sekolah yang sama.

1.7 Definisi Istilah

Beberapa istilah penting yang digunakan dalam kajian ini diperjelaskan seperti berikut:

1.7.1 Tekanan

Tekanan merupakan tindakbalas fizikal dan psikologi yang berlaku dalam diri seseorang pelajar akibat daripada perkara-perkara yang dilalui atau krisis yang berlaku dalam kehidupan.

1.7.2. Punca-punca tekanan

Punca-punca tekanan ialah perkara atau peristiwa yang boleh menyebabkan gangguan kepada fizikal dan psikologi seseorang pelajar. Punca-punca tekanan yang dikaji ialah akademik, sekolah, guru, rakan sebaya, ibu bapa, keluarga, peribadi dan aktiviti luar.

1.7.3 Punca tekanan yang berkaitan dengan akademik

Punca tekanan yang berkaitan dengan akademik yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah menunggu keputusan ujian atau peperiksaan, menghadiri kelas tambahan di luar waktu sekolah, datang ke sekolah untuk belajar pada waktu persekolahan, tidak dapat menumpukan perhatian sepenuhnya kepada apa yang diajar di sekolah, kekurangan masa untuk mengulangkaji pelajaran, terlalu banyak matapelajaran yang perlu dipelajari di sekolah, tidak dapat menjawab dengan betul apabila disoal oleh guru di dalam kelas, kerja rumah yang diberi oleh guru terlalu

banyak, mendapat gred yang lemah dalam ujian atau peperiksaan, kesukaran memahami kerja rumah yang diberi oleh guru, kegagalan menyiapkan kerja rumah yang diberi oleh guru pada waktu yang ditetapkan, mengulangkaji pelajaran dan soalan peperiksaan tidak mengikut skop yang diajar.

1.7.4 Punca tekanan yang berkaitan dengan sekolah

Punca tekanan yang berkaitan dengan sekolah yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah peraturan sekolah yang terlalu ketat, program-program anjuran sekolah yang tidak menyeronokkan, persekitaran sekolah yang bising, kekurangan kemudahan di sekolah dan kesukaran perjalanan ke sekolah.

1.7.5 Punca tekanan yang berkaitan dengan guru

Punca tekanan yang berkaitan dengan guru yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah sikap guru yang sering mencari kesalahan murid, sikap guru yang memberi tumpuan kepada pelajar tertentu, sikap guru yang suka membandingkan antara kerja seorang pelajar dengan kerja seorang pelajar yang lain, kesukaran berinteraksi dengan guru tertentu, dihukum oleh guru, dikritik oleh guru dan guru tidak pandai mengajar.

1.7.6 Punca tekanan yang berkaitan dengan rakan sebaya

Punca tekanan yang berkaitan dengan rakan sebaya yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah 'rakan seringkali mendapat markah yang lebih tinggi', kesukaran membuat penyesuaian dengan rakan sebaya, tidak disukai oleh rakan sebaya yang berlainan jantina, sikap rakan yang suka mempermainkan diri dan perkataan rakan yang lain, disisih oleh rakan-rakan, hubungan dengan rakan yang terlalu rapat hingga sukar untuk melakukan sesuatu, sikap iri hati rakan sekelas terhadap pencapaian rakan sekelas yang lain dan kehilangan kawan rapat.

1.7.7 Punca tekanan yang berkaitan dengan ibu bapa

Punca tekanan yang berkaitan dengan ibu bapa yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah ibu bapa kurang memberi kebebasan untuk bergaul dengan rakan sebaya, ibu bapa mahu anak-anak bertingkah laku dengan cara yang tidak digemari oleh anak-anak, ibu bapa sering menyuruh anak-anak membuat pekerjaan di rumah, ibu bapa meletakkan harapan yang tinggi terhadap anak-anak, ibu atau bapa berkahwin lagi, dihukum oleh ibu bapa, perceraian ibu bapa, ibu atau bapa hilang pekerjaan, ibu atau bapa tidak mengambil berat hal keluarga dan pergaduhan antara ibu dengan bapa.

1.7.8 Punca tekanan yang berkaitan dengan keluarga

Punca tekanan yang berkaitan dengan keluarga yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah masalah hubungan yang kurang erat dengan anggota keluarga, tempat tinggal yang kurang menyenangkan, kematian anggota keluarga terdekat dan penglibatan ahli keluarga dalam minuman keras atau dadah.

1.7.9 Punca tekanan yang berkaitan dengan peribadi

Punca tekanan yang berkaitan dengan peribadi yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah kegagalan mencapai matlamat yang digariskan untuk diri sendiri, memikirkan kerjaya yang akan diceburi, kurang keyakinan diri, masalah kekurangan masa untuk melakukan aktiviti kegemaran dan berehat, masalah ketinggian dan berat badan, masalah kulit muka, kesihatan diri yang tidak memuaskan, berkawan dengan individu yang berlainan jantina, putus hubungan dengan teman lelaki atau teman wanita dan memulakan temujanji dengan teman lelaki atau teman wanita.

1.7.10 Punca tekanan yang berkaitan dengan aktiviti luar

Punca tekanan yang berkaitan dengan aktiviti luar yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah penyertaan dalam aktiviti ko-kurikulum dan keperluan menghadirinya selepas waktu sekolah.

1.7.11 Pendapatan

Pendapatan yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah pendapatan bulanan yang diperolehi oleh ibu bapa atau penjaga pelajar. Dalam kajian ini kriteria yang digunakan untuk menentukan pelajar dari keluarga berpendapatan rendah dan pelajar dari keluarga berpendapatan tinggi ialah pendapatan bulanan maksimum RM700 yang diperolehi oleh ibu bapa atau penjaga. Pelajar yang ibu bapa atau penjaga mereka memperolehi pendapatan maksimum RM700 sebulan merupakan pelajar dari keluarga yang berpendapatan rendah sementara pelajar yang ibu bapa atau penjaga mereka memperolehi pendapatan bulanan melebihi RM700 merupakan pelajar dari keluarga yang berpendapatan tinggi. Kriteria tersebut adalah mengikut kriteria pendapatan yang digunakan oleh Kementerian Pendidikan untuk menentukan pelajar yang layak dan yang tidak layak menerima pinjaman Buku Teks seperti yang terkandung dalam Dasar Kelayakan Buku Teks (Kementerian Pendidikan Malaysia, 1988).

1.7.12 Cara mengatasi tekanan

Cara mengatasi tekanan ialah apa sahaja usaha atau tindakan yang dilakukan oleh pelajar untuk mengatasi tekanan yang dialaminya.