

Strategi Daya Tindak Sebagai Mediator dalam Hubungan Kecerdasan Emosi dan Kesejahteraan Psikologi Pelajar Miskin di Luar Bandar Sabah

Coping Strategies as a Mediator in Relationship of Emotional Intelligence and Psychological Well-Being among Poor Rural Students in Sabah

Melissa Edora Sanu^{1,*}, Balan Rathakrishnan²

¹ Fakulti Psikologi dan Pendidikan, Universiti Malaysia Sabah, 88400 Kota Kinabalu, Sabah, Malaysia

ARTICLE INFO

Article history:

Received 4 January 2019

Received in revised form 30 January 2019

Accepted 31 January 2019

Available online 1 February 2019

ABSTRACT

Kesejahteraan psikologi adalah aspek penting dalam menentukan kebahagiaan dan kesihatan mental seseorang. Kajian ini bertujuan mengenalpasti pengaruh strategi daya tindak dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologi pelajar luar bandar miskin di Sabah. Responden kajian ini adalah seramai 430 orang pelajar yang berumur 13 hingga 18 tahun daripada beberapa buah sekolah luar bandar di seluruh Sabah. Kajian ini menggunakan alat kajian *The Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test (SSEIT)* bagi mengukur kecerdasan emosi, *Coping Strategy Inventory Scale (CSI-S)* dan *Ryff Scales of Psychological Well-Being* bagi mengukur strategi daya tindak dan kesejahteraan psikologi pelajar. Strategi daya tindak *engagement* dan *disengagement* didapati bertindak sebagai separa perantara dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologi. Kajian ini menyediakan maklumat kepada pelbagai pihak terutamanya pelajar, ibu bapa, guru-guru, penyidik mahupun pihak berwajib tentang kepentingan kecerdasan emosi dan strategi daya tindak terhadap kesejahteraan psikologi pelajar luar bandar miskin di Sabah.

Psychological well-being is an important aspect in determining the happiness and mental health of a person. The purpose of this study was to identify the effect of coping strategies in the relationship of emotional intelligence and the psychological well-being of poor rural students in Sabah. The respondents of this study were 430 students aged 13 to 18 from several rural schools throughout Sabah. This study uses The Schutte Self-Report Emotional Intelligence Test (SSEIT) for measuring the emotional intelligence, Coping Strategy Inventory Scale (CSI-S) and Ryff Scales of Psychological Well-Being to measure student psychological well-being. The coping strategies of engagement and disengagement are found to act as a partial mediator in relationship of emotional intelligence and psychological well-being. This study provides information to various parties, especially students, parents, teachers, researchers, and authorities on the importance of emotional intelligence and coping strategies towards the psychological well-being of rural poor students in Sabah.

* Corresponding author.

E-mail address: melissaedora93@yahoo.com (Melissa Edora Sanu)

Kata Kunci:

Kecerdasan emosi, strategi daya tindak,
kesejahteraan psikologikal, pelajar
miskin, pelajar luar bandar

Keywords:

*Emotional intelligence, coping strategies,
psychological wellbeing, poor students,
rural students*

Copyright © 2019 PENERBIT AKADEMIA BARU - All rights reserved

1. Pengenalan

Statistik kemurungan dan kes bunuh diri mencatatkan peningkatan dalam masyarakat dunia telah menarik perhatian pelbagai pihak tentang kepentingan kesihatan mental di setiap individu. Kira-kira 450 juta individu didapati mengalami gangguan mental. Dianggarkan 1 daripada 4 individu mengalami gangguan mental seketika dalam hidup mereka dan 4.3% disebabkan oleh kemurungan [1]. Di Malaysia, kesihatan mental individu berumur 16 tahun ke atas telah meningkat kepada 29.2%, dianggarkan sebanyak 4.2 juta orang. Ini bermakna kira-kira 1 dalam 3 rakyat Malaysia menghadapi masalah mental [2].

Selain itu, terdapat peningkatan yang ketara dalam masalah kesihatan mental di kalangan remaja Malaysia, terutamanya remaja dari keluarga berpendapatan rendah [3]. Tambahan lagi, Laporan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan yang dijalankan di kalangan remaja di Malaysia pula mendapati satu daripada lima remaja mengalami kemurungan, dua daripada lima remaja mengalami kegelisahan dan 1 dari 10 remaja yang mengalami tekanan. Negeri Sabah mencatatkan peratusan tertinggi kebimbangan dan kedua tertinggi dalam kemurungan dan tekanan [4]. Peratusan ini membimbangkan kerana remaja adalah pemimpin masa depan negara dan remaja dari keluarga miskin adalah harapan keluarga untuk mengubah sosioekonomi mereka.

Berdasarkan statistik, keadaan membimbangkan dalam kalangan remaja dan pelajar miskin di negara ini. Faktor-faktor yang mungkin menyumbang kepada peningkatan ini adalah disebabkan masalah kewangan, masalah akademik dan masalah keluarga seperti perceraian dan faktor persekitaran. Aspek kesihatan mental sering dikaitkan dengan kecerdasan emosi, pilihan strategi tingkah laku dan kesejahteraan psikologi. Penyelidik mengesyorkan bahawa terdapat keperluan untuk pendidikan kesihatan mental dan pendidikan menengah untuk mengurangkan kemurungan dan tekanan yang dihadapi oleh pelajar sekolah menengah [5]. Walau bagaimanapun, pengetahuan mengenai aspek ini di kalangan pelajar miskin masih kurang di Malaysia.

Di samping itu, pelbagai kajian telah dijalankan menemukan hubungan dan pengaruh kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologi yang melibatkan pelbagai kumpulan termasuk kanak-kanak, remaja dan organisasi. Walau bagaimanapun, kurang kajian telah dijalankan untuk mengenal pasti kecerdasan emosi, strategi daya tindak dan kesejahteraan psikologi dalam konteks pelajar miskin luar bandar. Oleh itu tujuan kajian ini adalah untuk mengenal pasti pengaruh strategi daya tindak dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologi dalam konteks pelajar miskin luar bandar dalam membantu remaja menyedari kepentingan kecerdasan emosi dan daya tindak yang sesuai terhadap kesihatan mental mereka.

2. Objektif Kajian

Kajian ini bertujuan untuk

- i) Mengenalpasti pengaruh kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan psikologi pelajar miskin luar bandar Sabah

- ii) Mengenalpasti pengaruh strategi daya tindak (engagement dan disengagement) dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologi pelajar miskin luar bandar Sabah

3. Metodologi

Kajian ini adalah berbentuk kuantitatif dengan menggunakan kaedah tinjauan soal selidik (*cross-sectional*). Seramai 430 orang pelajar miskin luar bandar yang berumur 13 hingga 18 tahun daripada lima buah sekolah terlibat dalam kajian ini. Responden kajian dipilih secara rawak dengan menggunakan persampelan kelompok (*cluster*) pelbagai peringkat.

Pemilihan pelajar luar bandar Sabah adalah kerana luar bandar dan Sabah adalah kawasan dan negeri yang memiliki paling ramai penduduk yang berpendapatan rendah [6]. Pelajar miskin luar bandar dipilih daripada keluarga berpendapatan di bawah RM1180 [7]. Kajian ini dijalankan dalam kalangan remaja dan pelajar miskin mengambil kira laporan kajian kesihatan morbiditi kebangsaan (2015) yang menyatakan remaja daripada keluarga berpendapatan rendah memiliki kesihatan mental yang rendah [3].

Instrumen kajian yang digunakan adalah *Coping Strategy Inventory Scale (CSI-S)* dengan nilai reliabiliti .985 bagi mengukur strategi daya tindak dan *Ryff Scales of Psychological Well-Being* dengan nilai reliabiliti .787 bagi mengukur kesejahteraan Psikologi pelajar.

4. Keputusan

Jadual 1 menunjukkan responden kajian iaitu seramai 430 orang. 44.2 % adalah pelajar lelaki dan 55.8% pelajar perempuan. Pelajar 14 tahun adalah teramai dengan 117 orang, diikuti pelajar 16 tahun 109 orang, 13 tahun 105 orang dan 18 tahun 99 orang. 21.9% peserta adalah daripada Sandakan, diikuti Tawau 21.2%, Pantai Barat Sabah 20.7%, Kudat dan Pedalaman Sabah 18.1%.

Jadual 1
Demografi Responden (N= 430)

Pembolehubah	Frekuensi	Peratus(%)
Jantina		
Lelaki	190	44.2
Perempuan	240	55.8
Umur		
13 tahun	105	24.4
14 tahun	117	27.2
16 tahun	109	25.3
18 tahun	99	23.0
Lokasi		
Tawau	91	21.2
Sandakan	94	21.9
Kudat	78	18.1
Pantai Barat Sabah	89	20.7
Pedalaman Sabah	78	18.1

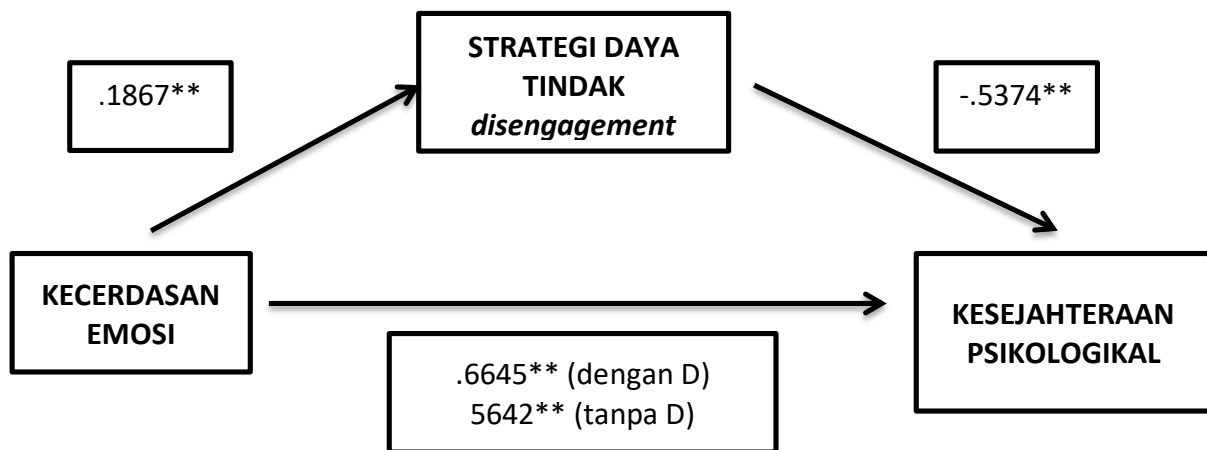
Jadual 2 menunjukkan hasil kajian kesan pengantara daya tindak *engagement* dan *disengagement* ke atas hubungan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologikal. Berdasarkan analisis, didapati daya tindak *engagement*, bertindak sebagai perantara kepada hubungan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologikal dengan nilai $\beta=.5130$, $p<.05$. Pada analisis hipotesis ini, aras keyakinan $UL=.1056$ dan $LL=.0078$ tidak merintang nilai 0. Maka ini menyimpulkan

bahawa daya tindak *engagement* memberi kesan perantara terhadap hubungan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologikal.

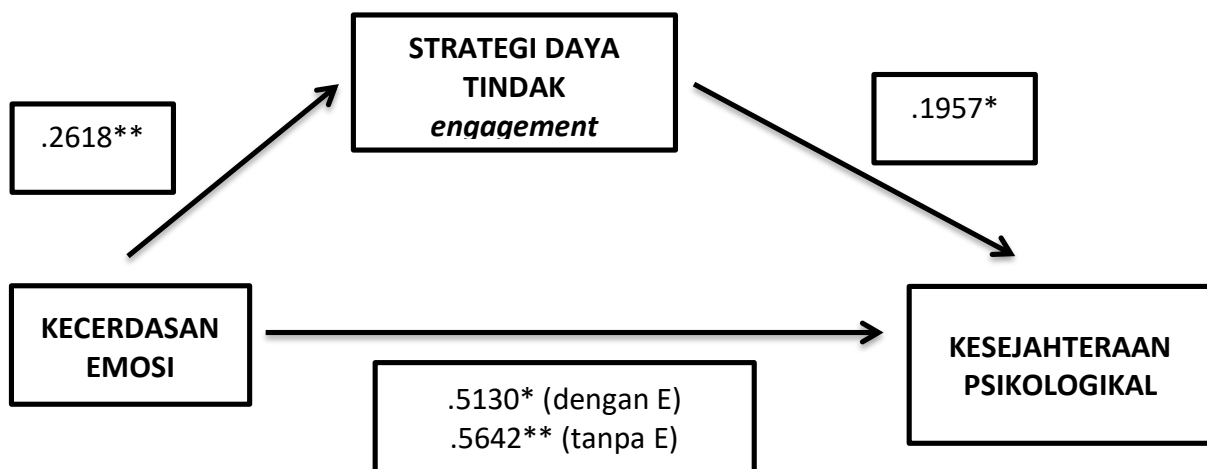
Jadual 2

Keputusan Analisis Regresi Pelbagai Bagi Pengaruh strategi daya tindak dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologikal Pelajar

Laluan	Kesan tidak langsung		Kesan pengantaraan		Keputusan	
	Beta	Laluan	Beta	Laluan		
KE -> E	.2618**	E -> KP	.1957**	KE->E-> KP	.5130*	Disokong
KE -> DE	.1867**	DE -> KP	-.5374**	KE -> DE-> KP	.6645**	Disokong



Rajah 1. Keputusan Analisis Regresi Pelbagai Bagi Pengaruh strategi daya tindak (*disengagement*) dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologikal Pelajar



Rajah 2. Keputusan Analisis Regresi Pelbagai Bagi Pengaruh strategi daya tindak (*engagement*) dalam hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologikal Pelajar

Kesan pengantaraan daya tindak *disengagement* juga didapati signifikan keatas hubungan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologikal dengan nilai $\beta=.6645$, $p<.01$. Aras keyakinan $UL=-.0638$ dan $LL=-.1477$ dengan tidak merintang 0. Justeru, terdapat kesan perantara daya tindak *disengagement* terhadap hubungan kecerdasan emosi dengan kesejahteraan psikologikal. Kedua-dua daya tindak bertindak sebagai separa perantara dalam hubungan ini.

5. Perbincangan

Kajian mendapati bahawa kecerdasan emosi mempengaruhi kesejahteraan psikologi pelajar. Kecerdasan emosi memainkan peranan dalam membuat keputusan yang lebih tepat apabila berurusan dengan sumber tekanan yang secara tidak langsung mempengaruhi kesejahteraan psikologi. Penemuan ini disokong kajian lepas yang bersetuju bahawa pelajar dengan kecerdasan emosi yang positif juga mempunyai kesejahteraan psikologi yang baik [8], [9] dan [10]. Selain itu, Individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang baik, tahu emosi mereka, dapat mengawal dan mengendalikan emosi mereka agar tidak memberi kesan negatif kepada diri mereka semasa cabaran hidup [11].

Dalam kajian ini, pelajar miskin di luar bandar terpaksa menghadapi banyak kesukaran dalam kehidupan mereka seperti masalah kewangan, pembelajaran, hubungan dengan orang lain, dan tuntutan sosial. Selain itu, kemiskinan yang dialami juga memberi kesan kepada kehidupan pelajar. Menurut pelajar, masalah kewangan menyebabkan masalah lain timbul seperti pertengkaran ibu bapa yang menekankan pelajar dan akhirnya mengganggu pembelajaran mereka. Sekiranya cabaran-cabaran ini tidak ditangani dengan baik, secara tidak langsung ia akan mempengaruhi pembentukan personaliti, harga diri, dan juga kemahiran yang diperlukan untuk peringkat seterusnya iaitu alam dewasa yang lebih mencabar. Sebaliknya, jika ditangani dengan betul, kecerdasan emosi boleh bertindak sebagai kemahiran yang sesuai untuk menghapuskan atau mengurangkan kesan negatif tekanan [12].

Teori kesejahteraan PERMA menekankan bahawa emosi positif adalah salah satu elemen utama dalam usaha untuk mendapatkan kebahagiaan [13]. Seligman juga menekankan bahawa emosi positif dan emosi negatif dapat dihapuskan daripada individu. Kebijaksanaan dalam mengawal emosi dan kebolehan membentuk emosi positif dalam menghadapi stres, memberi kesan baik kepada kesejahteraan psikologi [14]; Sebaliknya, individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah dan fikiran negatif, terdedah kepada kemurungan yang melampau dan tekanan apabila menghadapi masalah serta menjejaskan kesejahteraan psikologi dan kesihatan mental. Oleh itu, pelajar memerlukan kecerdasan emosi yang baik sebagai penyelesaian untuk cabaran dalam kehidupan.

Kajian ini juga mendapati wujud kesan separa perantara strategi daya tindak *engagement* dan *disengagement* terhadap hubungan kecerdasan emosi dan kesejahteraan psikologikal pelajar luar bandar. Ini menerangkan bahawa kecerdasan emosi yang dimiliki, mendorong individu untuk memilih daya tindak *engagement* yang akhirnya memberi impak positif terhadap kesejahteraan psikologi dan daya tindak *disengagement* yang memberi kesan negatif kepada kesejahteraan psikologi.

Kajian terdahulu menyatakan individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi akan mempunyai kemahiran daya tindak yang baik dan akhirnya akan dapat menghasilkan kesihatan psikologi yang baik [15]. Sebagai contohnya, individu tinggi kecerdasan emosi akan cenderung untuk membuat pertimbangan bahawa sumber tekanan kurang memberi ancaman kepada diri mereka dan lebih memilih daya tindak aktif [16-18]. Pilihan ini akhirnya mempengaruhi kesejahteraan psikologikal secara positif. Kajian lain bersetuju kecerdasan emosi berhubung kait dengan pengurusan tekanan, menyelesaikan masalah, kesihatan mental dan kesejahteraan [19] dan [20].

Dalam konteks kajian ini, pelajar miskin luar bandar yang memiliki kecerdasan emosi tinggi mempunyai kecenderungan tinggi untuk menggunakan daya tindak *engagement* iaitu penyelesaian masalah, menstruktur semula pemikiran, ekspres emosi dan sokongan sosial. Pemilihan daya tindak jenis ini akhirnya menghasilkan kesejahteraan psikologikal secara keseluruhan dalam hidup pelajar. Namun begitu, pelajar yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi juga, cenderung menggunakan daya tindak *disengagement* iaitu pengelakan masalah, fikiran menaruh harapan, penarikan diri sosial dan kritik sendiri. Namun, penggunaan daya tindak ini akhirnya menjejaskan kesejahteraan psikologi pelajar.

Hal ini mungkin dipengaruhi faktor lain seperti perbezaan tekanan dan sumber sokongan sosial yang sukar untuk diperolehi. Sebagai contohnya bagi masalah kewangan dan pembelajaran adalah dua tekanan yang berbeza dan bagi seorang pelajar yang belum mampu menampung diri sendiri mungkin akan memilih daya tindak *disengagement* bagi masalah kewangan berbanding pembelajaran yang boleh diselesaikan dengan usaha sendiri. Hal ini dipersetujui oleh kajian lepas yang menerangkan strategi pengelakan (*avoidant*) ini cenderung digunakan apabila individu merasa kurang pasti dan kurang kawalan terhadap situasi [21]

Terdapat pengkaji menerangkan *transactional model of stress and coping* dengan menambah fungsi kecerdasan emosi dalam teori ini [17]. Pengkaji ini telah mencadangkan kecerdasan emosi sebagai ciri individu yang boleh meramal daya tindak ketika menghadapi tekanan. Mereka juga mencadangkan kecerdasan emosi mengandungi satu set kemahiran untuk mengurus secara efektif. Apabila melalui situasi yang mendesak, kemahiran kecerdasan emosi mempengaruhi pilihan individu terhadap strategi daya tindak bagi menghadapi situasi. Kesan akhir daya tindak yang dipilih boleh mempengaruhi pencapaian matlamat, kesejahteraan subjektif, pembelajaran dan masalah kesihatan.

Oleh itu, pengkaji mencadangkan pembentukan program-program bagi meningkatkan kemahiran kecerdasan emosi dan strategi daya tindak yang sesuai kepada remaja agar dapat membantu pelajar miskin luar bandar untuk lebih berjaya dan menempuh kesukaran hidup yang dialami sekaligus menjaga kesihatan mental mereka kerana emosi adalah suatu kecerdasan yang boleh dipelajari, dikembangkan dan diperbaiki [22] dan [23].

6. Kesimpulan

Hasil kajian ini diharapkan dapat membantu berbagai pihak termasuk Kementerian Kesehatan Malaysia, Kementerian Pendidikan, sekolah dan ibu bapa dalam mengembangkan program kecerdasan emosi dan strategi tindakan. Di samping itu, kajian ini memberikan gambaran sebenar kesejahteraan psikologi pelajar luar bandar di Malaysia terutamanya di Sabah. Ini kerana kajian yang sedia ada kurang dijalankan melibatkan pelajar miskin di luar bandar di mana mereka adalah kumpulan yang paling terdedah dengan cabaran hidup di Malaysia. Penemuan ini juga diharapkan memberikan sumbangan berguna kepada bidang psikologi positif. Bidang ini dilihat sebagai semakin penting dalam era ini kerana semakin banyak pelajar terdedah kepada masalah dan gangguan mental, kemurungan, dan tingkah laku bunuh diri.

Kajian ini adalah reka bentuk keratan rentas, menyebabkan data terhad. Oleh itu, untuk kajian akan datang dicadangkan berbentuk eksperimen dan kualitatif melibatkan ketiga-tiga pemboleh ubah ini. Di samping itu, kajian ini terhad kepada pelajar miskin di luar bandar. Penyelidik menyarankan kajian lanjut tentang perbezaan antara pelajar yang kurang berisiko dan berisiko, perbezaan antara pelajar miskin bandar dan luar bandar, dan pencapaian akademik.

Rujukan

- [1] World Health Organization. *WHO Library Cataloguing-in-Publication Data*, ISBN 9789240694439. (2015).
- [2] Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan (2011). *Methodology & General Findings*, 10 January 2016. <http://iku.moh.gov.my/images/IKU/Document/REPORT/NHMS2011Volumel.pdf>
- [3] Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan. (2015). 1 September 2016. <http://www.iku.gov.my/index.php/research-eng/list-of-research-eng/iku-eng/nhms-eng/nhms-2015>
- [4] Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan.. (2017). 1 september 2016 dalam laman sesawang <http://www.iku.gov.my/index.php/research-eng/list-of-research-eng/iku-eng/nhms-eng/nhms-2017>.
- [5] Rathakrishnan, Balan, Nagashekhara Molugulu, Balakrishnan Parasuraman, and Kumaraswamy Narasappa. "The relationship of stress, alcoholism and sexual behavior with mental health among secondary school students: A study in Sabah, Malaysia." *European Journal of Social Sciences* 31, no. 3 (2012): 376-383.
- [6] Unit Perancangan Ekonomi Negeri Sabah (2016). Insiden kemiskinan mengikut kumpulan etnik, strata, dan negeri, Malaysia 1970-2016. 1 jun 2018 dalam laman sesawang <http://www.epu.gov.my/ms/sosioekonomi/pendapatankemiskinan-isi-rumah>
- [7] Jabatan Perangkaan Malaysia. "Laporan tahunan 2015". 10Jun 2016 https://www.dosm.gov.my/v1/uploads/files/4_Portal%20Content/1_About%20us/7AnnualReport/LaporanTahunan_2015_DOSM.pdf. (2015).
- [8] Mehmood, Tariq, and Shazia Gulzar. "Relationship between emotional intelligence and psychological well-being among Pakistani adolescents." *Asian Journal of Social Sciences & Humanities* 3, no. 3 (2014): 178-185.
- [9] Raina, M. & Bakhshi, A. "Emotional intelligence predict eudaimonic wellbeing". *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 11(3), (2013). 42-47.
- [10] Urquijo, Itziar, Natalio Extremera, and Aurelio Villa. "Emotional intelligence, life satisfaction, and psychological well-being in graduates: the mediating effect of perceived stress." *Applied Research in Quality of Life* 11, no. 4 (2016): 1241-1252.
- [11] Mayer, John D., and Peter Salovey. "The intelligence of emotional intelligence." (1993): 433-442.
- [12] Sunil, Kumar, and K. Y. Roprai. "Role of emotional intelligence in managing stress and anxiety at workplace." *Proceedings of ASBBS* 16, no. 1 (2009): 163-172.
- [13] Seligman, M. E. P. "*Flourish*". New York: Simon & Schuster. (2011).
- [14] Ramya, S. "Relationship between emotional intelligence and psychological well being among young adult". *International Journal of Indian Psychology*. ISSN: 2348-5396. (2011).
- [15] Salovey, Peter, Brian T. Bedell, Jerusha B. Detweiler, and John D. Mayer. "Current directions in emotional intelligence research." *Handbook of emotions* 2, no. 1 (2000): 504-520.
- [16] Campbell, Alistair, and Alice Ntobedzi. "Emotional intelligence, coping and psychological distress: a partial least squares approach to developing a predictive model." *E-Journal of Applied Psychology* 3 (2007): 39-54.
- [17] Matthews, Gerald, and Moshe Zeidner. "Emotional intelligence, adaptation to stressful encounters, and health outcomes." (2000).
- [18] Shah, Mukti, and Nutankumar S. Thingujam. "Perceived emotional intelligence and ways of coping among students." *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 34, no. 1 (2008): 83-91.
- [19] Ciarrochi, Joseph, Frank P. Deane, and Stephen Anderson. "Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health." *Personality and individual differences* 32, no. 2 (2002): 197-209.
- [20] Gerits, Linda, Jan JL Derksen, Antoine B. Verbruggen, and Michael Katzko. "Emotional intelligence profiles of nurses caring for people with severe behaviour problems." *Personality and individual differences* 38, no. 1 (2005): 33-43.
- [21] Ruus, Viive-Riina, Marika Veisson, Mare Leino, Loone Ots, Linda Pallas, Ene-Silvia Sarv, and Anneli Veisson. "STUDENTS'WELL-BEING, COPING, ACADEMIC SUCCESS, AND SCHOOL CLIMATE." *Social Behavior and Personality: an international journal* 35, no. 7 (2007): 919-936
- [22] Perkins, D. *Outsmarting IQ: "The Emerging Science of Learnable Intelligence"*. New York: The Free Press. (1994).
- [23] Sternberg, R.J. "*Successful Intelligence*". New York: Simon – Schuster. (1996).