

Tinjauan Ketahanan Diri dalam Kalangan Murid Sekolah Menengah

Nurulaini Moshidi¹, Roselita Ali @ Yusuf¹, Redzuan Radzi¹

¹Institute of Teacher Education Tengku Ampuan Afzan Campus, Kuala Lipis, Pahang

ARTICLE INFO

Article history:

Received 12 May 2021

Accepted 25 July 2021

Published 30 November 2021

Keywords:

Ketahanan Diri
Mempunyai makna
Ketabahan
Falsafah kesunyian
Kebergantungan sendiri

*Corresponding author. E-mail address:
nurulainimoshidi@gmail.com

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mengukur tahap ketahanan diri dalam konteks murid sekolah menengah di Malaysia. Kajian ini berbentuk kajian tinjauan yang menggunakan soal selidik. Seramai 56 orang pelajar dipilih sebagai responden dalam kajian ini. Hasil dapatan kajian menunjukkan mempunyai makna (*meaning*); ketabahan (*perseverance*) dan falsafah kesunyian tidak wujud (*existential aloneness*) memperoleh skor min tinggi manakala skor min sederhana diperoleh bagi dimensi sikap kebergantungan sendiri (*self-reliant*) dan ketenangan fikiran atau perasaan (*equanimity*). Dari aspek perbezaan jantina pula tidak terdapat perbezaan signifikan antara murid lelaki dan murid perempuan. Dapatan ini menunjukkan tahap ketahanan diri wajar diketahui agar ianya boleh dipupuk kerana aspek ini berupaya mempengaruhi emosi, kognitif dan sikap murid.

PENGENALAN

Manusia sentiasa terdedah kepada tekanan dan krisis dalam proses perubahan kehidupan dan perlu berupaya menyesuaikan diri dengan pelbagai peranan yang diperlukan. Individu mungkin menghadapi masalah kesihatan mental jika gagal bertindak balas secara positif terhadap persekitaran yang berubah-ubah (Kwon & Kwon, 2014). Umumnya, ketahanan diri adalah keupayaan individu untuk menyesuaikan diri dengan baik untuk menghadapi kesukaran dalam kehidupan (Wagnild, 2011). Kebolehan beradaptasi ini turut dikenali sebagai ketahanan diri (Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba & Wan Marzuki Wan Jaafar, 2016).

Penyelidikan berkaitan ketahanan diri bermula dengan kajian terhadap kanak-kanak yang menyesuaikan diri dengan baik walaupun dalam kesukaran dan telah diperluaskan terhadap orang dewasa serta pesakit (Kwon & Kwon, 2014). Individu yang memiliki ketahanan diri mampu menyesuaikan diri lebih berkesan untuk persekitaran yang menimbulkan tekanan dan situasi sosial dan dapat pulih dari segi fizikal dan psikologi. Ketahanan diri bukan sahaja membolehkan individu mengatasi krisis dan memperoleh pertumbuhan normal malah ia mampu menyumbang kepada kehidupan yang sihat dan positif.

Murid sekolah menengah di Malaysia dikategorikan sebagai remaja. Usia remaja merupakan usia paling kritikal dalam pembangunan nilai moral kerana perubahan biologi tertentu dan peningkatan pengaruh emosi, aspirasi, rasional dan penilaian yang ditemui semasa remaja. Remaja merupakan usia peralihan di antara kanak-kanak dan dewasa. Dalam teori perkembangan psikososial Erikson menjelaskan bahawa keadaan samar-samar ini menyumbang kepada "krisis identiti" kepada remaja (Boyd & Bee, 2012). Zainah Ahmad Zamani et al. (2013) menyatakan bahawa generasi muda pada masa kini tidak terlepas daripada berhadapan dengan pelbagai bentuk cabaran menguji kemampuan dan ketahanan mereka. Ketahanan diri murid dalam berhadapan dengan pelbagai isu tingkah laku adalah berkait rapat dengan perkembangan kognitif yang sihat (Zainah Ahmad Zamani et al., 2013). Individu yang mempunyai ketahanan diri yang tinggi mampu untuk mengimbangi dan meneruskan kehidupan setelah sesuatu berlaku.

Murid sekolah menengah dilihat sebagai golongan remaja yang sering berhadapan dengan kehidupan yang boleh menimbulkan masalah dari segi tekanan dan psikologi (Oladipo & Idemudia, 2015). Berdasarkan kajian Subra, Abdullah dan Devi (2019) mendapati murid India kurang memiliki ketahanan diri ketika berada di sekolah yang faktor penyumbang mereka berhenti sekolah. Selain itu, Siti Nur Arwina Samsuddin, Mohd Nasir Masroom dan Wan Mohd Azam Wan Mohd Yunus (2019), menjelaskan kebanyakan remaja Muslim hamil tanpa nikah cenderung untuk mengalami masalah kesihatan mental disebabkan emosi negatif tetapi sekiranya mereka memiliki ketahanan diri yang tinggi dapat membantu mereka untuk meneruskan kehidupan.

Situasi semasa yang melanda dunia pada ketika ini iaitu pandemik Covid-19 turut mengubah norma hidup khususnya dalam bidang pendidikan. Murid di sekolah harus segera menyesuaikan diri mereka terutama dari aspek pengajaran dan pembelajaran. Golongan murid turut berhadapan cabaran dan tekanan dari perubahan ini dalam pembelajaran mereka (Norhana Ahad, Mohammad Fahmi Abdul Hamid, Aslinda Mohd Noor & Zazalli Lazin, 2020). Hal ini selari dengan kajian luar negara yang menyatakan bahawa pandemik Covid-19 memberi tekanan terhadap pelajar akibat kerisauan untuk ketinggalan dalam pelajaran, kemiskinan keluarga dan kekurangan aksesibiliti (Grubic, Badovinac & Amer, 2020).

Kajian ini relevan untuk dilaksanakan bagi mengukur aspek ketahanan dalam diri golongan murid di sekolah menengah. Oleh itu, kajian ini bertujuan mengukur tahap ketahanan diri dalam kalangan murid sekolah menengah dan mengukur perbezaan ketahanan diri berdasarkan jantina.

Soalan kajian ini adalah seperti berikut:

1. Apakah tahap ketahanan diri dalam kalangan murid di sekolah menengah?
2. Adakah terdapat perbezaan signifikan tahap ketahanan diri murid di sekolah menengah berdasarkan jantina?

Hipotesis ini dibentuk untuk menjawab objektif kajian kedua.

Ho1: Tidak terdapat perbezaan signifikan tahap ketahanan diri berdasarkan jantina.

TINJAUAN LITERATUR

Pelbagai cabaran yang perlu dihadapi oleh golongan remaja pada masa kini. Kepesatan teknologi ditambah dengan situasi dunia yang menerima ancaman Covid-19 menyebabkan pentingnya aspek ketahanan diri remaja khususnya remaja yang masih belajar. Tam dan El Azhar (2020) menyatakan anggaran lebih 421 juta orang pelajar terjejas dari aspek pembelajaran ekoran pandemik Covid-19 yang mengakibatkan institusi pengajian terpaksa ditutup serta merta. Antara cabaran yang perlu dihadapi oleh golongan murid adalah penyesuaian pembelajaran berlandaskan atas talian dan perubahan sikap untuk menerima perubahan tersebut (Mohamed Nazrul, 2020; Nuramirah Nabila Zakaria & Norzaini Azman, 2020). Para pelajar semakin kurang motivasi dalam pembelajaran kerana belajar tanpa bimbingan secara langsung daripada guru sekaligus menyebabkan tekanan boleh berlaku (Thomas, 2020).

Justeru, ketahanan diri merupakan kualiti yang diperlukan kerana ia menjadi pendorong untuk remaja mampu bangkit semula daripada sebarang masalah yang dihadapi (Langeland, Manheim, McLeod & Nacouzi, 2016). Ai dan Hu (2014) menjelaskan semakin tinggi daya tahan individu maka semakin positif mereka seandainya berhadapan dengan kesukaran hidup maka semakin kurang mengalami masalah kesihatan mental. Amalia Madihie et al. (2015) mentakrifkan daya tahan sebagai sebahagian daripada pengembangan atribut peribadi dalam diri individu iaitu kekuatan dalaman dari aspek mengembangkan emosi, kognitif dan sikap setelah ada titik perubahan dalam kehidupan. Manakala Wagnild (2003) berpendapat bahawa ketahanan boleh menjadi ciri semula jadi yang dimiliki setiap orang hingga pada tahap tertentu dan dapat ditingkatkan atau dikurangkan bergantung pada keadaan hidup.

Ahern et. al. (2006) turut menjelaskan bahawa instrumen yang dibangunkan oleh Wagnild dan Young sebagai instrumen terbaik untuk golongan muda. Instrumen ini tidak hanya boleh digunakan pada setiap peringkat umur, sosio ekonomi, status dan tahap pendidikan tetapi ia berkorelasi dengan faktor kesihatan seperti kesejahteraan mental. Kebolehpercayaan SKD juga ditunjukkan dalam kajian Monteith dan FordGilboe (2002) yang melibatkan 67 orang ibu yang mempunyai anak prasekolah dan memperoleh

nilai kebolehppercayaan tinggi iaitu 0.85. Humphreys (2003) mengkaji daya tahan 50 wanita yang tinggal di empat tempat perlindungan wanita di San Francisco. *Cronbach alpha* dengan sampel ini ialah 0.94. Untuk dua faktor RS, peribadi kecekapan dan penerimaan diri dan kehidupan, *cronbach alpha* masing-masing 0.91 dan 0.81. Kesimpulannya, kebolehppercayaan SKD dapat diterima berdasarkan kajian-kajian terdahulu yang telah dijalankan.

METODOLOGI

Reka bentuk Kajian

Kajian ini merupakan kajian kuantitatif menggunakan kaedah tinjauan bagi mengukur ketahanan diri dalam kalangan murid sekolah menengah. Pengkaji menggunakan soal selidik untuk mengutip data. Soal selidik ini ditadbir secara atas talian melalui *Google Form*.

Sampel Kajian

Populasi yang terlibat dalam kajian ini ialah murid tingkatan empat sekolah menengah di salah sebuah sekolah menengah di daerah Tuaran, Sabah yang terdiri daripada 56 orang. Saiz sampel ditentukan berdasarkan Krejcie dan Morgan (1970) seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 1. Saiz sampel bagi populasi berjumlah 56 orang ialah 48 orang.

Kaedah persampelan yang digunakan dalam kajian ialah prosedur persampelan rawak mudah. Prosedur persampelan rawak mudah digunakan untuk memastikan setiap subjek dalam populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih. Proses melaksanakan prosedur persampelan rawak mudah dalam kajian ini adalah merujuk Chua (2014). Dalam kajian ini, pengkaji menggunakan senarai nama murid sebagai subjek dalam populasi iaitu seramai 56 orang. Data diperolehi daripada pihak sekolah terbabit. Berdasarkan senarai tersebut, pengkaji melabelkannya secara numerik kemudian menggunakan perisian *Excel* untuk menyusunnya berdasarkan angka yang dijana secara rawak.

Dalam kajian ini, sampel yang digunakan adalah seramai 56 orang iaitu melebihi sampel minimum yang ditetapkan. Ini kerana, saiz sampel yang melebihi had akan lebih dipercayai dan meyakinkan (Gay & Airasian, 2009).

Jadual 1. Saiz sampel mengikut jumlah populasi

| N | S |
|----|----|
| 55 | 48 |

*N: Populasi S: Saiz Sampel

Sumber: Krejcie & Morgan (1970).

Instrumen Kajian

Pengkaji menggunakan Skala Ketahanan Diri (SKD) yang telah diterjemahkan oleh Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba dan Wan Marzuki (2011). Nilai indeks kesahan adalah tinggi iaitu .90 manakala nilai indeks kebolehpercayaannya pula adalah .80 (Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba & Wan Marzuki Wan Jaafar, 2016). Alat kajian yang digunakan ialah instrumen (SKD) yang mempunyai 25 item. Versi asal instrumen ini ialah *The Resilience Scale* (RS) telah diterbitkan pada tahun 1993 di mana ia merupakan alat ukur yang pertama direka untuk mengukur ketahanan diri secara langsung (Wagnild & Young, 1993). Instrumen ini telah dan diuji kesahan dan kebolehppercayaan serta telah diterjemahkan dalam pelbagai bahasa (Amalia et al., 2011).

Alat kajian yang digunakan ialah instrumen Skala Ketahanan Diri (SKD) yang mempunyai 25 item. Responden hanya perlu menandakan (/) di bahagian yang telah disediakan iaitu memilih jawapan berdasarkan skala likert yang disediakan. Item ini dinilai menggunakan skala likert tujuh mata iaitu daripada sangat tidak bersetuju (1) sehingga sangat setuju (7). Responden dikehendaki menandakan jawapan mereka tentang sesuatu kenyataan berdasarkan satu skala dari satu ekstrem kepada ekstrem yang lain (Mohd Majid, 1990). Wagnild (2009) menyatakan cara pemarkatan dan tafsiran adalah berdasarkan penskoran berikut iaitu: 25 – 100 daya tahan sangat rendah; 101 – 115 daya tahan rendah; 116 – 130 daya

tahan sederhana rendah; 131 – 145 daya tahan sederhana; 146 – 160 daya tahan sederhana tinggi dan 161 – 175 daya tahan sangat tinggi.

Skala ketahanan diri merangkumi lima ciri iaitu sikap kebergantungan sendiri (*self-reliant*), mempunyai makna (*meaning*), ketenangan fikiran atau perasaan (*equanimity*), ketabahan (*perseverance*) dan falsafah kesunyian/bersendirian tidak wujud (*existential aloneness*). Konstruk ini diukur secara objektif dalam kajian yang berkaitan instrumen RS yang dibangunkan oleh Wagnild dan Young (1993). Jadual 2 berikut menunjukkan pembahagian item dalam skala ketahanan diri.

Jadual 2. Dimensi skala ketahanan diri

| Dimensi | Nombor Item | Bil Item |
|--|---|----------|
| Sikap kebergantungan sendiri (Self-reliant) | 2. Selalunya saya dapat mengurus sesuatu dengan pelbagai cara. | 5 |
| | 9. Saya merasakan mampu mengendalikan banyak perkara dalam satu masa. | |
| | 13. Saya boleh mengharungi masa-masa yang sukar kerana pernah mengalaminya sebelum ini. | |
| | 18. Ketika berlaku kecemasan, saya orang yang boleh diharapkan. | |
| | 23. Apabila saya berada dalam situasi yang sukar, saya biasanya dapat mencari jalan keluar. | |
| Mempunyai makna (meaning) | 4. Mengekalkan minat terhadap sesuatu adalah penting bagi diri saya. | 5 |
| | 6. Saya berasa bangga kerana telah mencapai pelbagai perkara dalam hidup saya. | |
| | 11. Saya jarang mempersoalkan tujuan tentang sesuatu perkara itu berlaku. | |
| | 15. Saya terus berminat dalam pelbagai perkara. | |
| Ketenangan fikiran atau perasaan (equanimity) | 21. Hidup saya mempunyai makna. | 5 |
| | 7. Saya dapat menenangkan diri dan bersikap terbuka sekiranya timbul sesuatu masalah. | |
| | 12. Saya mengharungi kehidupan walaupun sukar dari sehari ke sehari tanpa kerisauan yang tinggi. | |
| | 16. Saya selalunya boleh mencari sesuatu yang berbentuk jenaka walaupun saya berada dalam keadaan tertekan. | |
| Ketabahan (perseverance) | 19. Saya selalunya dapat melihat sesuatu situasi dalam pelbagai cara. | 5 |
| | 22. Saya tidak akan terus memikirkan perkara-perkara yang tidak boleh berbuat apa-apa tentangnya. | |
| | 1. Apabila saya membuat perancangan, saya mengikuti perancangan yang dibuat itu. | |
| | 10. Saya adalah seorang yang mempunyai keazaman tinggi. | |
| | 14. Saya adalah seorang yang mempunyai disiplin diri. | |
| Falsafah kesunyian/bersendirian tidak wujud (existential aloneness). | 20. Kadang-kala saya memaksa diri melakukan sesuatu sama ada saya ingin atau tidak melakukannya | 5 |
| | 24. Saya mempunyai tenaga yang mencukupi untuk melakukan apa yang hendak saya lakukan. | |
| | 3. Saya boleh berdikari daripada bergantung pada orang lain. | |
| | 5. Saya boleh berdikari sekiranya terpaksa. | |
| | 8. Saya bersahabat dengan diri sendiri. | |
| | 17. Kepercayaan kepada diri sendiri membolehkan saya dapat melalui masa-masa sukar. | |
| | 25. Tidak mengapa jika ada orang yang tidak menyukai saya. | |
| | Jumlah Item | 25 |

Prosedur Penganalisan Data

Setiap dapatan data direkod dan dimasukkan dalam komputer. Data-data ini diproses dan dianalisis menggunakan perisian *Statistical Package for Social Sciences software* (SPSS 23). Statistik yang digunakan ini untuk menjawab soalan kajian seperti dalam Jadual 3.

Jadual 3. Analisis Statistik bagi setiap soalan kajian

| Soalan Kajian | Statistik |
|---|------------|
| 1. Apakah tahap ketahanan diri dalam kalangan murid di sekolah menengah? | Deskriptif |
| 2. Adakah terdapat perbezaan signifikan tahap ketahanan diri murid berdasarkan jantina? | Ujian-t |

Bagi menilai tahap ketahanan diri yang berskala 7 mata, pengelasan skor min telah digunakan seperti dalam Jadual 4. Hasil ujian normaliti menunjukkan taburan data dalam kajian ini adalah secara normal, maka prosedur analisis parametrik telah digunakan. Analisis inferensi iaitu ujian-t digunakan bagi mengenal pasti perbezaan pemboleh ubah berdasarkan jantina responden.

Jadual 4. Interpretasi min

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

Sumber: Nik Mohd Rahimi (2004)

DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Kajian ini telah melibatkan 56 orang pelajar sebagai sampel kajian. Jadual 5 menunjukkan jantina responden yang terdiri daripada 21 orang (37.5%) terdiri daripada responden lelaki manakala 35 orang (62.5%) merupakan responden perempuan.

Jadual 5. Jantina responden

| Jantina | Kekerapan | Peratus |
|-----------|-----------|---------|
| Lelaki | 21 | 37.5 |
| Perempuan | 35 | 62.5 |
| Jumlah | 56 | 100.0 |

Soalan Kajian 1

Apakah tahap ketahanan diri dalam kalangan murid di sekolah menengah?

Analisis deskriptif dijalankan melihat nilai min, sisihan piawai dan skor min secara keseluruhan bagi tahap ketahanan diri dalam kalangan sampel kajian. Jadual 6 menunjukkan min keseluruhan ialah sederhana iaitu 4.95. Hasil kajian ini juga menunjukkan bahawa dimensi bagi konstruk mempunyai makna mendapat skor min paling tinggi ($m=5.33$), diikuti oleh dimensi ketabahan ($m=5.32$), dimensi falsafah kesunyian ($m=5.00$), dimensi sikap kebergantungan sendiri ($m=4.84$) dan dimensi terendah ialah ketenangan fikiran atau perasaan ($m=4.28$).

Jadual 6. Tahap ketahanan diri

| Dimensi | M | Sisihan Piawai | Tahap |
|---|------|----------------|-----------|
| Sikap kebergantungan sendiri | 4.84 | 0.78 | Sederhana |
| Mempunyai makna | 5.33 | 1.00 | Tinggi |
| Ketenangan fikiran atau perasaan | 4.28 | 0.79 | Sederhana |
| Ketabahan | 5.32 | 0.77 | Tinggi |
| Falsafah kesunyian/bersendirian tidak wujud | 5.00 | 0.75 | Tinggi |
| Keseluruhan skor min ketahanan diri | 4.95 | 0.82 | Sederhana |

Soalan Kajian 2

Adakah terdapat perbezaan signifikan tahap ketahanan diri murid berdasarkan jantina?

Bagi menentukan signifikan ketahanan diri murid berdasarkan jantina, hipotesis nul dibentuk dan diuji seperti berikut:

H₀₁: Tidak terdapat perbezaan signifikan tahap ketahanan diri berdasarkan jantina.

Jadual 7 menunjukkan keputusan ujian-t perbezaan ketahanan diri berdasarkan jantina responden. Didapati terdapat perbezaan signifikan responden lelaki berbanding responden perempuan $t(56) = -1.243$, $p > 0.05$. Oleh itu, hipotesis H₀₁ yang menyatakan tidak terdapat perbezaan signifikan berdasarkan jantina, diterima. Dapatan turut menunjukkan skor min bagi responden lelaki adalah 4.81 (sp 0.72) manakala responden perempuan adalah 5.03 (sp 0.49).

Jadual 7. Tahap ketahanan diri

| Jantina | N | Min | SP | t | p |
|-----------|----|------|------|--------|------|
| Lelaki | 21 | 4.81 | 0.72 | -1.243 | .386 |
| Perempuan | 35 | 5.03 | 0.49 | | |

* $p < .05$

Dapatan kajian menunjukkan skor min ketahanan diri secara keseluruhan bagi murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah di Tuaran, Sabah adalah sederhana iaitu 4.92. Tiga dimensi ketahanan diri menunjukkan skor min tahap tinggi iaitu mempunyai makna, dimensi ketabahan dan dimensi falsafah kesunyian/bersendirian tidak wujud. Manakala skor min tahap sederhana pula diperolehi bagi dimensi ketenangan fikiran dan perasaan dan dimensi kebergantungan sendiri.

Responden yang merupakan golongan remaja memperoleh skor min tertinggi bagi dimensi mempunyai makna. Ini menunjukkan remaja mempunyai matlamat dan menghargai kehidupan (Nuramirah Nabila Zakaria & Norzaini Azman, 2021) dan membuktikan mereka masih mampu meneruskan pembelajaran dan kehidupan walaupun pada musim pandemik ini. Hasil dapatan Marini Kasim dan Nor Shafrin Ahmad (2019) juga mendapati bahawa dimensi mempunyai makna yang tinggi berupaya mengekalkan minat terhadap pembelajaran di sekolah dan bangga apabila berjaya mencapai keputusan yang memuaskan. Oleh itu, dimensi mempunyai makna ini sangat berkait rapat dengan sokongan daripada ahli keluarga, rakan-rakan dan guru yang sangat memainkan peranan dalam diri remaja dalam menempuhi cabaran dalam kehidupan.

Dimensi ketenangan fikiran atau perasaan memperoleh skor min terendah iaitu 4.28 (sederhana). Ketenangan sebagai sikap terbuka dan toleran terhadap penerimaan tanpa syarat tanpa reaksi impulsif terhadap pengalaman dalaman atau luaran (Weber, 2021). Walaubagaimanapun, pada peringkat umur remaja golongan ini masih dalam peringkat pembentukan rasa identiti yang realistik dan koheren dalam konteks perhubungan dengan orang lain dan belajar mengatasi tekanan dan menguruskan emosi (Santrock, 2014). Ini kerana individu yang stres memerlukan ketenangan hati dan kelapangan fikiran untuk menyelesaikan sesuatu masalah yang sedang dialami (Mohd Taib & Hamdan 2006). Contohnya, murid yang tidak dapat mengawal tahap stres yang dialaminya akan memberi kesan kepada pencapaian akademik (Noor Izzati Mohd Zawawi, Fariza Md. Sham & A'dawiyah Ismail, 2019)

Dari aspek perbezaan jantina pula, tiada perbezaan antara ketahanan diri murid lelaki mahupun perempuan. Dapatan ini berbeza dengan hasil kajian Nuramirah Nabila Zakaria & Norzaini Azman (2021); Irmohizam dan Hussin (2016) dan; Burcu Karasar dan Derya Canli (2020). Ketiga-tiga dapatan tersebut mendapati ketahanan diri pelajar lelaki adalah lebih tinggi berbanding pelajar perempuan. Walaubagaimanapun, kajian Nor Shafrin Ahmad, Aziah Ismail dan Siti Nur Nadhirah Mohd Ashri (2020) selaras dengan kajian ini iaitu tiada perbezaan ketahanan diri antara jantina. Lantas, intervensi ketahanan diri boleh diseragamkan oleh pihak sekolah (Nor Shafrin Ahmad, Aziah Ismail & Siti Nur Nadhirah Mohd Ashri, 2020) terutamanya dalam meningkatkan daya tindak positif dalam kalangan murid.

KESIMPULAN

Kajian ini bertujuan mengukur tahap ketahanan diri dalam kalangan murid sekolah menengah dan perbezaan ketahanan diri berdasarkan jantina. Hasil dapatan mendapati tahap ketahanan diri murid adalah sederhana dan tiada perbezaan dari aspek jantina bagi ketahanan diri. Ketahanan diri merupakan kualiti diperlukan dalam diri murid sekolah menengah yang merupakan golongan remaja. Ini kerana remaja merupakan tonggak negara pada masa hadapan. Ketahanan diri yang kental adalah sebahagian daripada kekuatan dalaman yang mempengaruhi emosi, kognitif dan sikap. Kajian ini hanya melibatkan murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah sahaja. Kajian lanjutan perlu diperluaskan kepada murid-murid dari pelbagai peringkat umur, kaum dan lokasi yang lebih menyeluruh. Pemboleh ubah seperti kemurungan dan motivasi boleh dijalankan untuk melihat hubung kait dengan aspek ketahanan diri.

RUJUKAN

- Ahern, N. R., Kiehl, E. M., Sole, M. L., & Byers, J. (2006). A review of instruments measuring resilience. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 29, 103-125. doi:10.1080/01460860600677643
- Ai, H. & Hu, J. (2014) Psychological resilience moderates the impact of social support on loneliness of 'left-behind' children. *Journal of Health Psychology*. DOI: 10.1177/1359105314544992.
- Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba & Wan Marzuki Wan Jaafar (2011). *Garis panduan bagi penterjemahan alat ukur The Resilience Scale 25 item*. Universiti Putra Malaysia.
- Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba & Wan Marzuki Wan Jaafar (2016). *Back-to-Back Translation for the Resilience Scale (25 items) from English language to Malay Language*. 10.13140/RG.2.1.3009.6405.
- Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba & Wan Marzuki Wan Jaafar (2015). Development and Effects of Psychoeducational Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) and Resilient Therapy (RT) Groups among Adolescents at Orphanage. Universiti Putra Malaysia, Serdang
- Boyd, D. R. & Bee, H. L. (2012). *Lifespan development* (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Burcu, K. & Derya, C. (2020). Psychological Resilience and Depression During the Covid-19 Pandemic in Turkey. *Psychiatria Danubina*, 32(2), 273-279.
- Gay, L. R. & Airasian, P. W. (2009). *Educational research: Competencies for analysis and applications* (9th ed.). Upper Saddle River, N.J.: Merrill/Prentice Hall.
- Grubic, N., Badovinac, S. & Amer M Johri. (2020). Student Mental Health In The Midst Of The Covid-19 Pandemic: A Call For Further Research And Immediate Solution. *International Journal Of Social Psychiatry*, 1-2.
- Humphreys, J. (2003). Resilience in sheltered battered women. *Issues in Mental health Nursing*, 24, 137-152.
- Irmohizam Ibrahim & Muhammad Hussin. (2016). Tahap Daya Tahan Dalam Kalangan Pelajar IPTA di Malaysia dan di Luar Negara. *Jurnal Personalia Pelajar*, 19(1), 75-85.
- Kwon, J. H. & Kwon, J. S. (2014). Korean Version of the 14-Item Resilience Scale (RS-14) for University Students: A Validity and Reliability Study. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 23, 226. 10.12934/jkpmhn.2014.23.4.226
- Langeland, K.S., Manheim, D., McLeod, G & Nacouzi, G. (2016). Definitions, Characteristics and Assessments of Resilience. *RAND corporation*, 5-10.
- Marini Kasim & Nor Shafrin Ahmad (2019). Ketahanan diri akademik dalam kalangan murid daripada ibu bapa bercerai. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 16(1), 233-256.
- Mohd Taib Dora & Hamdan Abd Kadir. 2006. *Mengurus Stres: Atasi Stres daripada Memudaratkan*. Batu Caves: PTS Professional Publishing Sdn Bhd.
- Mohd. Majid Konting (1990). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

- Monteith, B., & Ford-Gilboe, M. (2002). The relationships among mother's resilience, family health work, and mother's health-promoting lifestyle practices in families with preschool children. *Journal of Family Nursing*, 8(4), 383-407.
- Noor Izzati Mohd Zawawi, Fariza Md.Sham & A'dawiyah Ismail (2019). Stres Menurut Sarjana Barat dan Islam. *International Journal of Islamic Thought*, Vol. 16 (Dec). <https://doi.org/10.24035/ijit.16.2019.008>
- Nor Shafrin Ahmad, Aziah Ismail & Siti Nur Nadhirah Mohd Ashri (2020). Ketahanan Diri dan Kemurungan dalam kalangan Murid Sekolah. *Journal of Educational Research and Indigenous Studies* Vol. 2 (1).
- Norhana Ahad, Mohammad Fahmi Abdul Hamid, Aslinda Mohd Noor & Zazalli Lazin (2020). Analisis Faktor Tekanan yang Mempengaruhi Pelajar Kolej Komuniti Negeri Johor Ketika Perintah Kawalan Pergerakan. *Jurnal Dunia Pendidikan*, Vol. 2, No. 3, 157-172.
- Nuramirah Nabila Zakaria & Norzaini Azman (2020). Daya Tahan dan Motivasi Pembelajaran alam Talian Semasa Pandemik Covid-19 Pelajar Kolej Universiti Islam Melaka (KUIM). *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, Vol. 6 (10), 41–53.
- Oladipo, S. E. & Idemudia, E. S. (2015). Reliability and Validity Testing of Wagnild and Young's Resilience Scale in a Sample of Nigerian Youth. *Journal of Psychology*, 6:1, 57-65, DOI: 10.1080/09764224.2015.11885524.
- Santrock, J. W. (2014). *Adolescence* (5th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Siti Nur Arwina Samsuddin, Mohd Nasir Masroom & Wan Mohd Azam Wan Mohd Yunus (2019). Mental Health of Muslim Unwed Pregnant. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 15, 76 – 82.
- Subra, T. H., Abdullah, M. & Devi, K. (2019). Ketahanan Diri dalam Mempengaruhi Aspek Kecirikan Pelajar India di Daerah Kuala Muda, Kedah: Satu Kajian Kes. *International Journal of Modern Education*, 1(3), 10-23.
- Tam, G. & El-Azhar, D. (2020). 3 ways the coronavirus pandemic could reshape education. The World Economic Forum COVID Action Platform. Dicapai pada 20 Jun 2021 daripada <https://www.weforum.org/agenda/2020/03/3-ways-coronavirus-is-reshaping-education-and-whatchanges-might-be-here-to-stay/>
- Thomas, E. (2020). Coronavirus: Impact On Young People With Mental Health Needs. *Young Minds*. Dimuat turun daripada https://Youngminds.Org.Uk/Media/3708/Coronavirus-Report_March2020.Pdf
- Wagnild G. (2003). Resilience and successful aging: comparison among low and high income older adults. *J Gerontol Nurse* 29, 42–49.
- Wagnild, G. M. & Young, H. M. (1993). Development and Psychometric Evaluation of the Resilience Scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1, 165-178.
- Wagnild, G. M. (2009). *The Resilience Scale User's Guide for the US English version of The Resilience Scale and The 14-Item Resilience Scale (RS-14)*. Worden, MT: The Resilience Center.
- Weber, J. (2021). A Systematic Literature Review of Equanimity in Mindfulness Based Interventions. *Pastoral Psychology*, 70(2), 151–165. doi:10.1007/s11089-021-00945-6
- Zainah Ahmad Zamani, Rohany Nasir, Asmawati Desa, Rozainee Khairudin, Fatimah Yusoff & Siti Hajar Mohamad Yusoff (2013). Kefungsian keluarga, pengherotan kognitif dan resilien dalam kalangan klien Cure and Care Rehabilitation Centre (CCRC) dan Klinik Cure and Care (C&C). *Jurnal Psikologi Malaysia*, 27, 137-149.