

**PEMBINAAN DAN KESAN MODUL RESILIEN-
MINDFULNESS TERHADAP RESILIEN
AKADEMIK MURID KELUARGA B40**

ZULLIANA BINTI HASAN

UNIVERSITI SAINS MALAYSIA

2022

**PEMBINAAN DAN KESAN MODUL RESILIEN-
MINDFULNESS TERHADAP RESILIEN
AKADEMIK MURID KELUARGA B40**

oleh

ZULLIANA BINTI HASAN

**Tesis ini diserahkan untuk
memenuhi keperluan bagi
Ijazah Doktor Falsafah**

Julai 2022

PENGHARGAAN

Terlebih dahulu saya ingin mengambil kesempatan di sini untuk memanjatkan rasa kesyukuran ke hadrat Allah Yang Maha Kuasa kerana dengan limpah dan izin-Nya, telah memberi petunjuk, ilham serta kekuatan kepada saya bagi menyempurnakan tesis Doktor Falsafah ini dengan jayanya. Ucapan terima kasih khas saya tujukan kepada penyelia yang juga mentor saya, Prof. Madya Dr. Nor Shafrin Bt Ahmad yang sentiasa memberi bimbingan dan tunjuk ajar kepada saya bagi menyempurnakan tesis ini. Juga tidak dilupakan kepada Penyelia Kedua saya iaitu Prof Madya Dr Shahabuddin Bin Hashim atas galakan dan suntikan semangat kepada saya dalam meneruskan penulisan ini. Kedua Penyelia yang saling melengkapi dalam pemburuan ilmu ini, sabar memberi dan menumpukan perhatian sepenuhnya kepada kerja tesis ini agar dapat dikendalikan dengan sempurna.

Jua tidak dilupakan kepada rakan seperjuangan yang tidak pernah lelah melayan karenah persoalan yang bertalu-talu daripada saya yang kadang-kadang boleh meruntuh kesabaran mereka. Maklumlah soalan yang sama. Terima kasih kak Tengku, Faizel, Yana Halim, Ustaz Faizul, Farihah, Seri, Ustaz Tamizi, Niesa Zaini, , Shikin Ishak atas kasih sayang dan sokongan yang tidak pernah bertepi.

Kalungan terima kasih kepada semua pakar PM Dr Muhammad Nasir bin Bistamam, PM Dr Aslina binti Ahmad, Prof Muhammad Aziz Shah bin Muhammad Ariff, Dr Nurrul Fazzuan, PM Dr Nik Rosila, Puan Siti Norhafiza bt Zanaia Bidin, En Zuhaimi bin Zakaria, Puan Lenny Syafinaz bt Mohamad Yusoff atas kesahan modul dengan penuh teliti dan membantu dalam penulisan.

Saya juga ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada staff Pusat Pengajian Ilmu Pendidikan USM khususnya En Jaya Johan dan Puan Rohartina Razali yang sentiasa membantu dalam apa jua urusan. Moga Allah sahaja dapat membalas jasa baik kalian. Penghargaan juga kepada pihak Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) khususnya kepada barisan penemuduga, yang telah memberi peluang kepada saya menjadi penerima Hadiah Latihan Persekutuan untuk saya cuti belajar dengan biasiswa serta bergaji penuh untuk menjalani pengajian sepenuh masa.

Turut kalungan terima kasih saya sembahkan kepada kedua penilai dalaman saya yang setia memurnikan penulisan dan memberi teguran yang sangat positif dan hati tidak pernah terusik dengan teguran diberi atas penggunaan bahasa yang sangat penuh kesantunan bagi memastikan motivasi saya sering meningkat.

Kalungan penghargaan turut dikalungkan kepada kak munah dan abang nur sekeluarga serta kak ton dan suami, sentiasa membantu menjaga anak-anak sewaktu diri ini kesibukan mengejar penulisan dan kajian. Nana, Luqman, Aqilah, Lutfi dan Aliyah terima atas kasih sayang dalam menjaga anak-anak mama. Tanpa sokongan Kak Munah sekeluarga (keluarga Manjoi) pasti perjalanan ini ada onak dan ranjaunya.

Sudah pasti penghargaan jua untuk keseluruhan adik beradik yang sentiasa memanjatkan doa agar diri ini sentiasa berjaya mencapai cita-cita dalam pencarian ilmu ini. Lebih dua tahun tidak bertemu akibat pandemik yang menyerang negara khususnya. Allahyarhamah kakak sulong yang selama ini menjadi pengganti mak kerana personaliti, lenggok bahasa dan intonasi suara yang mirip arwah ibunda telah

pergi mendahului kami semua, abang Jak, kak Ha, abang Li dan adik Da yang banyak memberikan perangsang dan sokongan tanpa lelah mendengar rintihan hati.

Terakhir yang paling bererti dalam perjalanan ilmu ini sudah semestinya Peneman Akhiratku Yang Berhormat Tuan suami tercinta Encik Suhaimi Bin Saadan yang sentiasa memberikan ruang dan peluang untuk diri ini mencapai cita-cita. Sentiasa ada di waktu diri ini lelah dan lemah. Restu ikhlas daripada abang sentiasa memudahkan perjalanan ilmu ini. Buat anak-anak tersayang Intan Nurzafirah Salihah, Nur Najwa Salihah, Muhammad Rizqin Solihin, Muhammad Ziqri Solihin dan Siti Aisyah Solehah terima kasih atas pemahaman kalian dalam menanti mama bergelumang dengan buku dan komputer riba. Terima kasih sayang, semua ini untuk kalian.

Sebelum pena penghargaan dinoktahkan, sudah pasti bacaan Alfatimah buat kedua ayah dan bonda yang telah berhijrah ke alam abadi bersama Pencipta yang sentiasa kekal dalam hati dan ingatan. Terima kasih atas doa yang dibekalkan kepada anakmu sepanjang hayatmu bersama di dunia ini. Tanpa kasih sayang dan pengertian daripada kalian mana mungkin anakmu yang biasa ini, berjuang untuk menjadi luar biasa demi memastikan setiap tutur kata dan impian yang pernah terzahir di bibir kedua ayah bonda menjadi kenyataan. Terima kasih yang tidak pernah bertepi kerana telah menjadi faktor pelindung utama sebagai proses pembentukan resilien dalam diri ini sewaktu menghadapi segala bentuk rintangan dan ancaman yang pernah berlaku dan yang juga yang sedang dihadapi. Semoga kalian berada disamping pencipta di tempat yang paling indah bersama orang-orang yang soleh dan beriman. Aamin.

Akhir kalam, tahniah untuk diriku sendiri ZULLIANA BINTI HASAN, budak kelas corot yang biasa dan sentiasa berimpian untuk menjadi luar biasa. Ini adalah usahamu dengan izin daripada Allah s.w.t. Syukur pada Mu ya Allah.

SENARAI KANDUNGAN

PENGHARGAAN.....	ii
SENARAI KANDUNGAN	v
SENARAI JADUAL	x
SENARAI RAJAH.....	xiii
SENARAI SINGKATAN	xiv
SENARAI LAMPIRAN.....	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT.....	xviii
BAB 1 PENGENALAN	1
1.1 Pendahuluan	1
1.2 Latar Belakang Kajian	3
1.3 Pernyataan Masalah	22
1.4 Objektif Kajian.....	32
1.5 Persoalan Kajian	32
1.6 Hipotesis Kajian.....	33
1.7 Kepentingan Kajian	33
1.8 Kerangka Konseptual Kajian	34
1.9 Definisi Kajian	40
1.10 Batasan Kajian	45
1.11 Rumusan	46
BAB 2 SOROTAN KAJIAN	48
2.1 Pengenalan	48

2.2	Resilien: Sejarah, Teori, Intervensi dan Kajian Lampau	48
2.3	Resilien	49
2.3.1	Teras Resilien.....	59
2.4	Resilien dan Murid B40	60
2.4.1	Resilien Akademik Dan Kemiskinan.....	64
2.5	Intervensi Resilien dan Murid B40	79
2.5.1	Kajian Resilien dan Rawatan	79
2.6	Teori Kajian	87
2.6.1	Teori Resilien.....	87
2.6.2	Model Resilien Richardson (2002)	89
2.6.3	Teori Kognitif Tingkah Laku.....	90
2.6.4	Pendekatan <i>Mindfulness</i>	108
2.7	Kerangka Teoritikal	121
2.8	Rumusan	121
BAB 3 METODOLOGI.....		123
3.1	Pengenalan	123
3.2	Reka Bentuk Kajian	123
3.3	Kumpulan Intervensi Kaunseling Kelompok.....	135
3.4	Ancaman Kesahan Dalam.....	135
3.5	Senarai Ancaman Lain	137
3.6	Populasi dan Persampelan Kajian	138
3.6.1	Populasi.....	138
3.6.2	Pemilihan Sampel Kajian.....	140
3.6.3	Sampel Penyelidikan.....	144
3.7	Instrumen Kajian Kuantitatif	147
3.7.1	Kajian Rintis (Kesahan dan Kebolehpercayaan Alat Instrumen).....	156

3.8	Instrumen Kajian Kualitatif	159
3.8.1	Kajian Rintis (Kesahan dan Kebolehpercayaan instrument kualitatif).....	160
3.9	Prosedur Kajian.....	163
3.10	Kaedah Analisis Data.....	166
3.10.1	Analisis Data Kuantitatif.....	166
3.10.2	Analisis Data Kualitatif.....	168
3.11	Rumusan	170
BAB 4 PEMBINAAN DAN PENILAIAN MODUL		171
4.1	Pengenalan	171
4.2	Pengertian Modul.....	171
4.3	Langkah Pembinaan Modul	172
4.4	Modul Kaunseling Kelompok Resilien- <i>Mindfulness</i>	181
4.4.1	Latar Belakang Modul	182
4.4.2	Pandangan CBT terhadap Sifat Semulajadi Manusia	184
4.4.3	Model Resilien	184
4.4.4	Tujuan Modul.....	188
4.4.5	Objektif Modul.....	188
4.4.6	Sesi dalam Modul	189
4.4.7	Penggunaan teknik dalam sesi kaunseling kelompok	195
4.4.7(a)	Membina Hubungan Terapeutik	195
4.4.7(b)	Memproses Model Kognitif	196
4.4.8	Pelaksanaan Modul	199
4.4.9	Peranan Kaunselor	199
4.5	Kajian Rintis	199
4.6	Menguji Kesahan dan Kebolehpercayaan Modul	200
4.6.1	Kesahan modul.....	200

4.6.2	Keputusan kebolehpercayaan modul	206
4.7	Analisis Dapatan Kajian Rintis	209
4.8	Carta Alir sesi Kaunseling Kelompok menggunakan Modul Resilien-Mindfulness	211
4.9	Kesimpulan	213
BAB 5 DAPATAN KAJIAN		214
5.1	Pengenalan	214
5.2	Kaedah Analisis Data.....	215
5.3	Data Deskriptif Sampel Kajian	215
5.3.1	Profil Responden.....	216
5.3.2	Analisis Dapatan Kuantitatif.....	218
5.3.2(a)	Tahap resilien murid daripada keluarga B40	218
5.4	Normaliti data	220
5.5	Andaian Kesferaan.....	221
5.6	Pengujian Hipotesis	222
5.6.1	Hipotesis nol: H_0 = Tidak terdapat perbezaan yang signifikan kesan modul Resilien- <i>Mindfulness</i> terhadap tahap Resilien murid B40.	222
5.7	Analisis Dapatan Kualitatif.....	225
5.7.1	Analisis Pakar Tema dan Subtema Kajian Kualitatif	226
5.7.2	Dapatan Temu bual Klien	229
5.7.3	Rumusan Dapatan Kajian Kualitatif	263
5.8	Kesimpulan	263
BAB 6 PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN		264
6.1	Pengenalan	264
6.2	Ringkasan kajian	264
6.3	Perbincangan.....	267
6.4	Analisis kuantitatif	267

6.4.1	Perbincangan Analisis Deskriptif Berdasarkan Skor Resilien.....	267
6.4.2	Perbincangan Inferensi Kesan Modul Resilien- <i>Mindfulness</i> Terhadap Resilien Berdasarkan Siri Masa	271
6.5	Analisis kualitatif	275
6.5.1	Perbincangan Maklum Balas Terhadap Kesan Modul Resilien- <i>Mindfulness</i> terhadap resilien murid daripada perspektif responden.	275
6.5.2	Perbincangan Maklum balas penggunaan modul dan kesan terhadap Pemikiran, tingkah laku dan emosi.	277
6.5.3	Perbincangan maklum balas tentang kesan modul terhadap Perubahan kepada diri berdasarkan dimensi resilien.	281
6.6	Implikasi kajian.....	285
6.6.1	Implikasi kajian terhadap teori.....	285
6.6.2	Implikasi kajian terhadap praktikal.....	290
6.7	Cadangan Kajian Untuk Masa Hadapan	291
6.8	Kesimpulan Kajian.....	294
	RUJUKAN	295
	LAMPIRAN	

SENARAI JADUAL

	Halaman
Jadual 1.1	Kajian Pembinaan Modul dalam meningkatkan Resilien27
Jadual 1.2	Jadual Pembinaan Modul yang menggunakan Pendekatan <i>Mindfulness</i> di Malaysia.....30
Jadual 2.1	Karakter Individu Resilien dan Rujukan Literatur Kajian50
Jadual 2.2	Petunjuk Risiko, Penilaian Penyesuaian Positif dan Faktor Pelindung dalam Penyelidikan Resilien Akademik..... 75
Jadual 2.3	Perbandingan Tahap Terapeutik Antara MBCT Dan CBT 120
Jadual 3.1	Reka bentuk kuasi eksperimen satu kumpulan pra ujian-pasca ujian (<i>One-group pretest-posttest Quasi-Experimental Design</i>) 127
Jadual 3.2	Jadual Intervensi Kaunseling Kelompok 135
Jadual 3.3	Senarai kesahan dalaman dan tindakan..... 136
Jadual 3.4	Data Bilangan Murid Tingkatan 4 daripada Keluarga B40 di Sekolah Menengah Kebangsaan Mengikut Daerah Di Perak 140
Jadual 3.5	Bilangan responden yang menjawab SR mengikut sekolah, jantina dan kaum..... 144
Jadual 3.6	Bilangan sampel kajian mengikut kumpulan, jantina dan kaum..... 145
Jadual 3.7	Nombor item mengikut dimensi resilien..... 148
Jadual 3.8	Pernyataan item mengikut dimensi resilien dan no item 148
Jadual 3.9	Interpretasi markah Skala Resilien dan pemarkahan 151
Jadual 3.10	Senarai Kajian-Kajian Penyelidikan Menggunakan Soal Selidik Skala Resilien (SR)..... 154
Jadual 3.11	Item Instrumen mengikut Dimensi dan Komen Penambahbaikan Pakar 157
Jadual 3.12	Nilai Kebolehpercayaan Skala Resilien..... 158
Jadual 3.13	Instrumen Kualitatif (Protokol Temu Bual)..... 161

Jadual 3.14	Keputusan Tinjauan Umum berkaitan dengan Latar Belakang Enam Orang Kaunselor Sekolah.....	165
Jadual 3.15	Kaedah Analisis Data Kajian	166
Jadual 4.1	Terma Konsep Model Resilien dan Penerangan	185
Jadual 4.2	Elemen Resilien dan Teknik yang digunakan di dalam Setiap Sesi	191
Jadual 4.3	Aktiviti Modul <i>Resilien-Mindfulness</i>	193
Jadual 4.4	Aktiviti dan masa cadangan setiap sesi.....	195
Jadual 4.5	Demografi Pakar Penilai untuk Kesahan Modul	201
Jadual 4.6	Kesahan Kandungan Modul daripada Pakar	204
Jadual 4.7	Penilaian dan Komen Pakar Penilai Kesahan Modul	205
Jadual 4.8	Pembahagian jumlah pakar terhadap kesahan soal selidik	206
Jadual 4.9	Pembaikan dan Pemurnian selepas menjalankan Kajian Rintis	209
Jadual 4.10	Taburan Kekekapan Peserta mengikut Jantina	210
Jadual 4.11	Dapatan Kebolehpercayaan <i>Alpha Cronbach</i> untuk Setiap Sesi	211
Jadual 5.1	Kaedah Melaporkan Dapatan Kajian	214
Jadual 5.2	Taburan Kekekapan Responden mengikut Jantina, Kaum dan Agama	216
Jadual 5.3	Taburan Demografi Responden Kuasi Eksperimen (n=32).....	217
Jadual 5.4	Taburan Kekekapan dan Peratus Responden mengikut Tahap Resilien	219
Jadual 5.5	Nilai Kepencongan (<i>Skewness</i>) dan Kurtosis untuk resilien.....	220
Jadual 5.6	Nilai Kepencongan (<i>Skewness</i>) dan Kurtosis untuk Tiga Peringkat Ujian	221
Jadual 5.7	Skor min Tahap Resilien mengikut Siri Masa	223
Jadual 5.8	Keputusan Analisis ANOVA Pengukuran berulang melalui Masa Ujian	223

Jadual 5.9	Ujian <i>Post Hoc Turkey's HSD Pairwise Comparison</i> antara Masa Ujian	224
Jadual 5.10	Analisis Penentuan Pakar Terhadap Tema Dan Sub Tema Kajian Kualitatif.....	227
Jadual 5.11	Data Analisis Responden Temu Bual berdasarkan Keckerapan	232
Jadual 5.12	Tema dan Subtema Temu Bual berkaitan dengan Kesan Sebelum dan Selepas Penggunaan Modul <i>Resilien-Mindfulness</i> terhadap Responden Pertama (KR/L (K1)	247
Jadual 5.13	Tema dan Subtema Temu Bual berkaitan dengan Kesan Sebelum dan Selepas Penggunaan Modul <i>Resilien-Mindfulness</i> terhadap Responden Kedua (KR/L (K2).....	248
Jadual 5.14	Tema dan Subtema Temu Bual berkaitan dengan Kesan Sebelum dan Selepas Penggunaan Modul <i>Resilien-Mindfulness</i> terhadap Responden Ketiga (KR/L (K3).....	249
Jadual 5.15	Tema dan Subtema Temu Bual berkaitan dengan Kesan Sebelum dan Selepas Penggunaan Modul <i>Resilien-Mindfulness</i> terhadap Responden Keempat (KR/L (K4)	252

SENARAI RAJAH

	Halaman
Rajah 1.1	Kerangka konsep kajian39
Rajah 2.1	Model Richardson90
Rajah 2.2	Model Kognitif Beck (1976).....97
Rajah 2.3	Penerangan Model Kognitif98
Rajah 2.4	Kerangka Konsep Model Kognitif (Beck, 2011) 101
Rajah 2.5	Perkembangan Terapi Kognitif Tingkah Laku 108
Rajah 2.6	Model Mekanisme dalam <i>Mindfulness</i> 112
Rajah 2.7	Kerangka Teori Kajian..... 121
Rajah 3.1	Reka bentuk <i>Sequential Explanatory</i> 126
Rajah 3.2	Reka bentuk Kuasi-Eksperimen tanpa kumpulan kawalan 128
Rajah 3.3	Tiga Tahap dalam Reka bentuk Penyelidikan..... 130
Rajah 3.4	Prosedur sampel penyelidikan 143
Rajah 4.1	Arahan Modular (Russell, 1974)..... 180
Rajah 4.2	Carta Alir Sesi Kaunseling Kelompok menggunakan Modul <i>Resilien-Mindfulness</i>212
Rajah 5.1	Temu bual maklum balas wakil peserta setiap kelompok kesan penggunaan modul <i>Resilien-Mindfulness</i> sebelum, semasa dan selepas intervensi231
Rajah 5.2	Tema dan sub tema pertama.....233
Rajah 5.3	Tema dan sub tema kedua dan ketiga243
Rajah 5.4	Tema dan subtema ketiga.....254

SENARAI SINGKATAN

KPM	Kementerian Pelajaran Malaysia
B40	Bawah 40
PPIP	Pelan Pembangunan Induk Pendidikan
JKM	Jabatan Kebajikan Masyarakat
CBT	Terapi Kognitif Tingkah laku
MBCT	<i>Mindfulness Based Cognitive Therapy</i>
GBKSM	Guru Bimbingan dan Kaunseling Sepenuh Masa
JPN	Jabatan Pendidikan Negeri
PPD	Pejabat Pendidikan Daerah
IPS	Institut Pengajian Siswazah
USM	Universiti Sains Malaysia
SPSS	<i>Statistical Package Sosial Science</i>
JPN	Jabatan Pendidikan Negeri
KWAPM	Kumpulan Wang Amanah Pelajar Miskin
SR	Skala Resilien
REBT	<i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>
UNDP	<i>United Nations Development Programme</i>

SENARAI LAMPIRAN

Lampiran A	Soal Selidik
Lampiran B	Surat Permohonan Kebenaran Menggunakan Soal Selidik
Lampiran C	Modul
Lampiran D	Borang Persetujuan Termaklum (Peserta kajian)
Lampiran E	Borang Penilaian Kebolehpercayaan Modul
Lampiran F	Borang Kesahan Kandungan Modul
Lampiran G	Surat Pelantikan Pakar Penilai Kesahan Modul
Lampiran H	Borang Penilaian Pakar Kesahan Modul
Lampiran I	Surat Kebenaran Etika Menjalankan Kajian daripada JePEM USM
Lampiran J	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian daripada EPRD
Lampiran K	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian daripada JPN
Lampiran L	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian daripada PPD
Lampiran M	Protokol Temu Bual
Lampiran N	Surat Pelantikan Pakar Tema Kualitatif
Lampiran O	Borang Persetujuan Pakar Terhadap Tema Kualitatif
Lampiran P	Dapatan Kajian Kuantitatif (Output SPSS)
Lampiran Q	Dapatan Kajian Kualitatif
Lampiran R	Sijil Kursus Berkaitan
Lampiran S	Senarai Penerbitan dan Pembentangan

PEMBINAAN DAN KESAN MODUL RESILIEN- *MINDFULNESS* TERHADAP RESILIEN AKADEMIK MURID KELUARGA B40

ABSTRAK

Resilien merupakan satu sikap yang penting dalam memastikan seorang manusia berkebolehan untuk menghadapi kesukaran dalam setiap perkembangan kehidupan dan personaliti ini merupakan kemahiran yang boleh dipelajari. Oleh yang demikian, kajian ini bertujuan membina dan menguji keberkesanan modul untuk meningkatkan resilien akademik murid B40. Reka bentuk kajian kuasi eksperimen menggunakan kaedah penyelidikan campuran (*mixed method*) dengan melibatkan satu kumpulan rawatan serta dilakukan pengukuran dengan tiga peringkat ujian secara berulang iaitu; ujian Pra, Ujian Pasca, dan Ujian susulan. Seramai 32 orang murid B40 telah dipilih dengan menggunakan kaedah persampelan bertujuan bagi kaedah kuantitatif dan dibahagikan kepada empat kumpulan. Setiap kumpulan mengandungi 8 sampel kajian. Seterusnya untuk kaedah kualitatif pula seramai 4 orang murid telah dipilih secara rawak mudah dengan menggunakan Teknik *fish bowl* untuk ditemu bual. Data dikumpul dengan menggunakan instrumen Skala Resilien (Wagnild & Young, 1993) dan menggunakan protokol temu bual. Analisis ANOVA satu hala ujian berulang digunakan untuk menganalisis data. Hasil analisis inferensi menunjukkan terdapat kesan modul yang signifikan terhadap resilien murid B40 (Wilks' Lambda=.056, $F(2, 30) = 253.2$, $p < .0005$, *multivariate partial eta squared* = .94). Berdasarkan kepada bacaan *multivariate partial eta squared* = .94 menunjukkan kesan modul adalah sangat besar. Kajian kualitatif secara temu bual juga telah menyokong kajian kuantitatif apabila hasil temu bual menunjukkan peningkatan resilien terhadap responden daripada aspek pemikiran, perasaan dan tingkah laku

sebelum mengikuti intervensi serta selepas intervensi. Perubahan positif responden juga dapat dilihat menerusi dimensi resilien yang dijadikan sebagai sub tema perubahan selepas penggunaan modul iaitu Hidup Bertujuan, Kecekalan, Redha, Kebergantungan kepada Diri dan Bersendirian. Kebanyakan jawapan temu bual yang diperolehi dari responden menunjukkan perubahan kesedaran mereka terhadap penguasaan dalam diri dan mengekalkan pandangan positif terhadap diri walaupun berhadapan dengan kata-kata negatif orang sekeliling yang jika sebelum ini, boleh membuatkan mereka hilang motivasi dan bertindak di luar batas sebagai murid. Hasil kajian ini, dapat memberi impak kepada pendidik, kaunselor dan juga penyelidik yang melaksanakan kajian dalam bidang psikologi positif. Cadangan kajian akan datang turut dikemukakan dengan mencadangkan agar dijalankan kajian kepada murid dalam kalangan keluarga B40 turut dijalankan kepada murid yang berada di kawasan Sabah dan Sarawak.

**THE DEVELOPMENT AND EFFECTS OF RESILIENCE-MINDFULNESS
MODULE TOWARDS STUDENTS' ACADEMIC RESILIENCE FROM B40
FAMILIES**

ABSTRACT

Resilience is an important attribute that enables persons to face all developments and challenges in their lives, and this is a personality skill that can be acquired. This study seeks to construct and test the effectiveness of modules aimed at enhancing academic resilience among B40 students. This quasi-experimental study employs the mixed research method involving a group of treatments and measurements covering three stages of repeated tests, namely Pre- Post-, and Follow-up Tests. Altogether 32 B40 students were selected using purposive sampling for the quantitative method and divided into four groups of 8 study samples each. For the qualitative method, 4 students were selected for interviewing using the simple random fish bowl technique. Data was collected using the Resilience Scale (Wagnild & Young, 1993) and an interview protocol. One-way ANOVA analysis of repeated tests was used to examine the data. The results of the inferential analysis showed the modules having a significant effect on the resilience of B40 students (Wilks' Lambda = .056, $F(2, 30) = 253.2$, $p < .0005$, multivariate partial eta squared = .94). The multivariate partial eta squared readings = .94 indicate the modules having a major effect. The qualitative research based on interviews supported the quantitative findings that show increased resilience among respondents in terms of thoughts, feelings, and behaviour prior to and after the intervention. Such positive changes in the respondents are also seen through the resilience aspect which is used as sub-themes for change following the use of the

module, namely Purposeful Life, Perseverance, Equanimity, Self-reliance and Existential Aloneness. Most interview responses reflected a change in awareness of self-mastery and maintaining a positive self-view among respondents even when subject to negative sentiments that would previously have made them lose motivation and defy the norms of acceptable student behaviour. The findings of this study have implications for educators, counsellors, and researchers in the field of positive psychology. Proposals for future research include extending such a study to students from B40 families in Sabah and Sarawak.

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pendahuluan

Kebanyakan murid pada hari ini berhadapan dengan pelbagai masalah dan cabaran dalam kehidupan seharian yang boleh membawa mereka kepada kegagalan di sekolah dan boleh memberi kesan kepada pencapaian di masa hadapan mereka yang kurang baik (Foster, 2013). Meskipun faktor luaran yang menjadi punca kesukaran dijangka akan menghasilkan kegagalan kepada mereka, namun terdapat juga murid yang berjaya mengawal diri mereka dan mampu berhadapan dengan situasi kesukaran ini dengan berjaya menghasilkan kejayaan sama ada dalam bidang akademik mahupun kehidupan sosial mereka. Kejayaan menghadapi ancaman ini dikenali sebagai sikap resilien (Brackenreed, 2010; Henderson, 2012; Masten et al., 1990; Rivera & Waxman, 2011; Rutter, 1985; Ungar, 2008; Werner, 2013). Perkataan resilien merupakan perkataan yang berasal daripada perkataan Latin merujuk kepada bahan berkualiti tinggi ataupun elastik (Greene & Conrad, 2002; Ledesma, 2014). Setelah bertahun, terma resilien telah mendapat pelbagai makna serta berevolusi sebagai satu maksud yang istimewa dalam kesejahteraan dan kesihatan mental. Berdasarkan kepada makna dasar kepada resilien kualiti resilien berdasarkan aspek ketahanan untuk kembali ke bentuk asal ataupun dikenali dengan *bounce back* (Quan, 2019). Hal ini turut dibincangkan oleh Benard (1991) dengan menyatakan kajian berkaitan resilien dikaji berdasarkan tanggapan terhadap individu yang berhadapan dengan kesukaran dan tekanan dengan cara yang berbeza. Namun corak menghadapi kesukaran dengan cara yang berbeza belum dapat diperjelaskan dengan teliti.

Menurut model resilien (Richardson, 2002), setiap individu bermula dengan keseimbangan daripada aspek biologi, psikologi dan spiritual sehinggalah individu itu berdepan dengan kesukaran dan tekanan (Richardson, 2002). Penerimaan dan tindak balas individu terhadap kesukaran dapat dilihat menerusi interaksi pemikiran, perasaan dan tingkah laku yang menghasilkan sama ada penyesuaian positif dan penyesuaian negatif. Sehubungan dengan itu, kajian ini memfokuskan kepada murid keluarga B40 yang dilihat banyak berhadapan dengan kesukaran dalam kehidupan berpunca daripada faktor ekonomi keluarga serta faktor persekitaran kejiranan (Chamcuri et al., 2015) sehingga boleh membawa kepada penyesuaian yang negatif. Konsep yang dikemukakan di dalam model Richardson ini selaras dengan konsep dibincangkan oleh Beck (1970) dalam Terapi Kognitif Tingkah Laku (CBT) yang mengandaikan bahawa tingkah laku maladaptif dan gangguan emosi berkait dengan pemikiran negatif yang terbentuk daripada pemikiran automatik (*automatic thought*). Oleh yang demikian, satu intervensi dibina bagi membantu murid daripada keluarga B40 membina resilien dalaman yang baik dengan menggunakan teori CBT dan juga pendekatan mindfulness yang merupakan gelombang ketiga dalam Terapi tingkah laku (CBT). Pendekatan ini semakin mendapat perhatian dengan memfokuskan kepada “*being mode*”. Situasi “*being mode*” tidak menolak masalah dengan melarikan diri dan melakukan perkara negatif yang lain, namun berhadapan dengan kesukaran itu dengan berhadapan masalah dengan penuh kesedaran (Sipe & Eisendrath, 2012).

Berdasarkan kepada perbincangan penyelidik lalu, pembinaan intervensi bagi meningkatkan resilien murid B40 ini perlu dilaksanakan selaras dengan kenyataan

Masten dan Wright (2010) yang menyatakan resilien merupakan personaliti yang boleh berubah berdasarkan persekitaran mereka dan bukan satu personaliti yang diwarisi. Sehubungan dengan itu, intervensi ini dibina mengikut langkah-langkah yang dicadangkan dalam proses pembinaan modul Russell (1974) dengan melalui proses pembinaan, kesahan dan kebolehpercayaan seterusnya dilakukan ujian rintis sebelum modul digunakan di lapangan kajian sebenar. Modul intervensi ini digunakan di dalam sesi kaunseling kelompok sebagai bahan sokongan kepada kaunselor sekolah bagi membantu meningkatkan resilien murid B40.

Keseluruhan bab ini penyelidik menerangkan tentang latar belakang kajian, pernyataan masalah, objektif kajian, persoalan kajian, kepentingan kajian, kerangka konseptual kajian, definisi operasional, definisi konsep serta rumusan.

1.2 Latar Belakang Kajian

Terdapat penyelidik terdahulu menggambarkan resilien merupakan trait personaliti yang tidak boleh diubah. Namun Masten dan Wright (2010) menggambarkan resilien merupakan sifat peribadi yang berubah berdasarkan kepada faktor persekitaran. Resilien seringkali diberikan maksud daripada pelbagai pandangan yang berbeza termasuklah *developmental outcomes*, *a set of competencies*, serta strategi untuk mengatasi (*coping strategies*) (Ungar, 2008). Sehubungan dengan itu, secara umumnya resilien terbentuk daripada pelbagai faktor, merangkumi faktor peribadi dan persekitaran yang mempengaruhi tindakbalas individu terhadap kesukaran. (Benard, 1991; Harvey & Delfabbro, 2004). Hal ini turut dibincangkan oleh Wagnild dan Young (1993) dengan menekankan seseorang dilihat mempunyai resilien yang tinggi menerusi lima dimensi yang digelar sebagai teras kepada resilien (*core resilience*). Teras resilien terbahagi kepada lima

iaitu hidup bertujuan (*purposeful life*), kecekalan (*perseverance*), redha (*equanimity*), kebergantungan kepada diri (*self-reliance*) dan juga bersendirian (*existential aloneness*). Individu yang mempunyai kelima-lima aspek resilien, membantu mereka menjadi kental (Wagnild & Young, 1993) untuk berhadapan dengan kesukaran serta dapat bangkit kembali untuk membentuk peribadi yang sama atau lebih baik daripada semasa menghadapi kesukaran dengan menghasilkan penyesuaian positif (Richardson, 2002).

Padesky dan Mooney (2012) menerusi kajian pembinaan Model terapi kognitif-tingkah laku (CBT) berasaskan Kekuatan empat langkah telah dibina untuk membantu klien membina kualiti diri yang positif seterusnya membina resilien dalam diri. Oleh yang demikian, kajian lain turut melihat pembentukan kualiti positif manusia termasuk resilien, pendekatan Terapi Kognitif Tingkah Laku (CBT) dengan teknik-teknik yang ada, membantu remaja untuk melakukan eksperimen tingkah laku bagi menyokong perkembangan klien (Kuosmanen et al., 2017). Kajian Mohamad Aziz Shah Mohamed Arip et al. (2015) menyatakan identiti remaja akan mampu mengelakkan diri daripada perkara-perkara negatif sekiranya seseorang remaja mempunyai resilien yang tinggi serta memiliki kesedaran, pemikiran serta tingkah laku yang positif.

Pemikiran serta tingkah laku yang positif membantu perkembangan diri murid secara sihat dan berkesan. Namun yang berlaku kini adalah sebaliknya. Perkara ini diperhatikan oleh penyelidik mengikut perubahan zaman murid kurang bernasib baik kerana faktor-faktor keadaan dan ancaman yang berlaku meningkat dan kadar resilien mereka semakin berkurangan. Garmezy dan Masten (1994) dalam

Seffetullah Kuldass et al. (2015) menyatakan perkara ini mengakibatkan pelbagai masalah sosial dan emosi serta fizikal dan mental boleh terjadi.

Situasi yang ideal memberikan gambaran bahawa setiap murid seharusnya mempunyai kekuatan dan berkemampuan untuk menunjukkan kejayaan mereka berhadapan dengan tekanan akademik, tekanan lain serta kesukaran yang dihadapi dalam situasi sekolah (Martin, 2002). Bagi membantu dalam merealisasikan situasi ideal yang perlu ada dalam diri murid di bangku persekolahan, usaha-usaha yang pelbagai perlu dilakukan daripada peringkat sekolah terutama menerusi Unit Bimbingan dan Kaunseling telah dijalankan. Berdasarkan kepada usaha-usaha yang dijalankan sewajarnya untuk meningkatkan resiliensiti murid perlu diperkukuhkan menerusi aktiviti yang lebih berfokus terhadap resiliensiti murid daripada kumpulan B40 khususnya. Murid B40 perlu diberikan panduan dan fahaman dalam memupuk sikap resiliensiti dalaman untuk berhadapan dengan keadaan keluarga dan rumah yang sempit bagi mengelakkan mereka melakukan tingkah laku yang menyimpang dan mengakibatkan keciciran dari alam persekolahan (Shong et al., 2018). Merujuk kepada tekanan yang dihadapi oleh murid, penyelidik dalam sorotan yang lalu mementingkan aspek kekuatan dan resiliensiti atau ketahanan dalaman diri dalam kalangan murid perlu diberi perhatian. Ketiadaan kebolehan berhadapan dengan risiko dan kesukaran dengan baik mendedahkan murid terjebak dengan pelbagai masalah lain yang menjadikannya lebih tertekan sehingga mempengaruhi pemikiran serta tingkah lakunya ke arah negatif (Jamie, 2011; Zainah Ahmad Zamani et al., 2013).

Semangat juang ini perlu untuk membantu mereka kembali “bangkit” daripada situasi yang sukar, tekanan hidup, serta segala risiko dan kesempitan yang

dikenali sebagai resilien. Istilah resilien merupakan satu perkara yang telah lama dikaji dan diperdebatkan. Sama ada resilien ini merupakan trait atau pun personaliti malah perkara ini seringkali berlaku dalam kehidupan individu sewaktu berhadapan dengan sesuatu isu atau perkara. Resilien merupakan salah satu bahagian yang penting dalam bidang psikologi perkembangan. Kekuatan dalaman yang terdapat dalam diri seseorang membantu mereka berhadapan dengan isu kegagalan secara minimum dan melonjakkan usaha dan membantu mereka untuk lebih proaktif dan cekal sewaktu menghadapi sebarang rintangan dan situasi mencabar (Shahabuddin Hashim, 2016). Kajian Shahabuddin Hashim (2016) turut menyatakan fokus terhadap kajian resilien kepada murid dan pendidik yang berada di sekolah juga turut dikenali dengan terma resilien akademik.

Sorotan bacaan berkaitan kajian resilien melibatkan murid keluarga miskin dan berpendapatan rendah banyak menunjukkan penggunaan istilah resilien murid dikaitkan dengan pencapaian akademik (Martin & Marsh, 2006; Borman & Overman, 2004; Cappella & Weinstein, 2001; Finn & Rock, 1997). Menurut Martin dan Marsh (2006), seseorang murid yang mempunyai resilien yang tinggi adalah murid yang berada pada tahap motivasi dan prestasi akademik yang baik meskipun berada dalam keadaan dan suasana hidup yang tertekan. Berdasarkan kepada situasi kesukaran yang mereka hadapi, sepatutnya boleh menyebabkan individu tersebut menunjukkan prestasi akademik yang rendah ataupun langsung tercicir dari persekolahan apabila tiada resilien dalam diri.

Luthar et al. (2000) pula menyifatkan resilien sebagai elemen dinamik yang melibatkan gabungan antara kualiti dalaman murid dengan persekitaran berisiko murid yang akhirnya diterjemahkan dalam bentuk pencapaian akademik yang

memuaskan. Seseorang itu dikatakan mempunyai resilien apabila berada di dalam dua situasi iaitu situasi pertama ialah kesusahan, trauma atau cabaran dalam hidup manakala situasi kedua pula ialah kemampuan untuk 'bangun semula' daripada trauma dan menjadi lebih baik (Patterson, 2002) daripada sebelum. Persekitaran berisiko dalam kajian ini ialah merujuk kepada murid daripada keluarga B40 yang mampu untuk berhadapan dengan sesuatu tekanan dan mampu menyesuaikan diri secara positif meskipun berhadapan dengan kesulitan. Selain itu satu keupayaan murid daripada keluarga B40 untuk menerima tekanan yang berlaku dalam kehidupan seperti pendapatan yang kurang serta suasana kejiwaan yang negatif (Shong et al., 2018).

Sehubungan dengan itu, kajian ini bertujuan untuk mengukur tahap resilien murid B40 yang merupakan salah satu konstruk psikologi yang membentuk faktor pelindung daripada sumber peribadi seperti emosi positif bagi membolehkan murid menangani tekanan (Rutter, 2000). Tahap resilien ini perlu diketahui memandangkan individu murid seringkali menghadapi tekanan dan masalah peribadi dalam kehidupan seharian mereka serta berhadapan dengan situasi perubahan sistem pendidikan hari ini yang mencabar. Kajian Charles dan Gherman (2014) menyatakan keadaan persaingan disekolah seperti perlu melengkapkan segala kerja rumah yang diberikan pada masa yang telah ditetapkan serta lulus dalam mata pelajaran serta peperiksaan dan juga perlu bersaing dengan rakan-rakan yang lain menimbulkan satu tekanan kepada mereka.

Snyder dan Lopez (2007) menyatakan personaliti resilien adalah salah satu aspek dalam psikologi positif iaitu pendekatan saintifik yang mengupas kekuatan dan nilai-nilai positif manusia. Kajian terkini berkaitan resilien banyak menumpukan

perhatian kepada kepelbagaian kaedah penyesuaian dan perubahan serta interaksi yang berlaku antara kanak-kanak dengan keluarga dan faktor sekeliling mereka (Snyder & Lopez, 2007; Sanders & Jordan, 2000). Keadaan keluarga yang terbatas dari segi pendapatan dan ekonomi, merupakan satu situasi tekanan yang perlu disesuaikan penerimaan dengan cara resilien diri yang baik. Kajian yang dilakukan oleh Abelev (2009) di Amerika Syarikat turut menunjukkan dapatan kanak-kanak yang dilahirkan di dalam kemiskinan merupakan golongan yang berisiko tinggi untuk menjadi seorang yang tidak resilien.

Sebagaimana yang dinyatakan, semangat juang untuk berhadapan dengan tekanan dan cabaran boleh dibentuk bermula daripada sekolah. Oleh yang demikian perbincangan dalam konteks akademik melihat resilien yang baik dapat membantu proses pembelajaran dengan menghadapi serta mengatasi setiap kesukaran dan juga cabaran (Martin & Marsh, 2009), serta turut membantu individu mencapai kejayaan di sekolah termasuk dalam kehidupan meskipun sedang dalam situasi dan persekitaran yang mencabar (Hersh et al., 2003). Murid yang mempunyai resilien akademik yang baik mampu mengekalkan prestasi pelajaran dan motivasi untuk belajar meskipun jika dilihat situasi yang terjadi di sekeliling mereka perkara itu boleh menyebabkan akademik gagal, motivasi rendah ataupun tercicir daripada alam persekolahan (Alva, 1991). Antara situasi yang sukar dan menjadi ancaman kepada proses pembelajaran dan tekanan dalam kehidupan murid berpunca daripada pelbagai aspek seperti faktor ekonomi, latar belakang keluarga, sosial persekitaran dan masalah kekeluargaan (Amato & Sobolewski, 2001).

Sebagaimana punca yang tersenarai dapat dinyatakan faktor masalah ekonomi yang berlaku di dalam keluarga turut menjejaskan kemajuan pendidikan

anak-anak (Johnsen et al., 2017) serta terlibat dengan masalah gejala sosial yang lain (Vo, 2018). Malahan perbincangan penyelidik menyatakan terdapat perkaitan antara kemiskinan dengan pendidikan. Menurut Awang Had Salleh (dalam Zuraidah Abdullah et al., 2019) beliau membincangkan situasi ekonomi keluarga ataupun kemiskinan merupakan satu penyumbang kepada pencapaian pendidikan yang rendah dan mengakibatkan putaran kehidupan kemiskinan diwariskan daripada ibu bapa kepada anak-anak. Faktor pendidikan ibu bapa yang rendah cenderung menyebabkan pencapaian pendidikan turut rendah dalam kalangan anak mereka.

Bagi menyeimbangkan situasi ini di Malaysia dalam kalangan keluarga B40 yang merupakan kumpulan keluarga yang berada dalam kategori pendapatan yang paling rendah, pelbagai program telah dilaksanakan menerusi Rancangan Malaysia Ke-10 (2011-2015) (RMKe-10) untuk memastikan jurang ini dapat dirapatkan dan mempertingkatkan taraf hidup mereka. Sebagaimana kajian yang dijalankan oleh (Chamcuri et al., 2015) menyatakan tahap pencapaian akademik yang rendah telah menjejaskan keupayaan isi rumah keluarga B40 untuk mendapatkan peluang pekerjaan yang baik ataupun menceburi aktiviti perniagaan.

Hal ini turut disokong oleh Siti Masayu Rosliah Abdul Rashid dan Narimah Samat (2018) dengan menyenaraikan tahap pendidikan yang rendah, tahap kesihatan yang tidak baik, serta jangka hayat kehidupan yang rendah termasuk dalam isu masalah kemiskinan yang bermula dengan isu pendidikan yang kurang baik. Rentetan daripada itu Buarque et al. (2006) (dalam Siti Masayu Rosliah Abdul Rashid & Narimah Samat, 2018) menyatakan isu sosial yang berlaku seringkali dikaitkan dengan kemiskinan bermula dengan kurangnya aspek pencapaian akademik. Situasi yang berlaku ini dikaji dan kadar keciciran yang tinggi dalam

persekolahan telah dikenalpasti sebagai salah satu punca yang menyebabkan pencapaian pendidikan yang rendah dalam kalangan keluarga B40 (Chamcuri et al., 2015). Dapatan kajian Chamcuri et al. (2015) juga mendapati, faktor penyumbang kepada keciciran ini antaranya ialah kurang mendapat sokongan ibu bapa, tiada minat dan halatuju yang jelas tentang kepentingan pendidikan, keadaan rumah yang tidak kondusif serta kurangnya minat dalam diri mereka sendiri.

Sehubungan dengan itu, satu pendekatan yang semakin mendapat tempat kini iaitu *mindfulness* dilihat mengalami kejayaan dalam proses meningkatkan kesejahteraan psikologi dan juga resilien murid khususnya. *Mindfulness* merupakan satu istilah yang dikaitkan dengan kesejahteraan psikologi. Asas kepada *mindfulness* adalah kesedaran saat ini dan penerimaan terhadap pengalaman yang berlaku tanpa sebarang penilaian. Dengan perhatian yang disengajakan terhadap pemikiran, emosi dan sensasi seseorang yang berterusan, ia dianggap sebagai penawar yang berpotensi untuk melawan tekanan psikologi (kebimbangan, kegelisahan, *ruminaton*) dan kecenderungannya yang tidak bersesuaian untuk mengelakkan mereka daripada tertekan atau terlalu mendedahkan diri dengan emosi yang memberi tekanan terhadap emosi dan pemikiran seseorang (Hayes & Fieldman, 2004; Kabat-Zinn, 1990).

Perbincangan Padesky dan Mooney (2012) turut menyatakan resilien merupakan satu keadaan yang diingini oleh semua orang. Ada individu yang tidak pernah membina resilien dalam diri dan ada individu lain yang tidak menyedari mereka mempunyai daya resilien yang baik. Oleh itu mereka hanya melarikan diri daripada sesuatu tekanan begitu sahaja. Oleh yang demikian, resilien boleh dibina di

dalam diri individu kerana sikap ini bukanlah diwarisi tetapi boleh dipelajari (Richardson, 2002). Pendekatan *mindfulness* mampu untuk melatih diri murid untuk berhadapan dengan pelbagai situasi yang menjejaskan kehidupan murid dengan bermula dengan ketidakhadiran ke sekolah.

Hal ini bertepatan dengan kajian Gennetian et al. (2018) menyatakan kadar ketidakhadiran ke sekolah tinggi dalam kalangan murid yang datang daripada keluarga B40 sehingga membawa kepada pencapaian akademik yang rendah dan perkara ini berpunca daripada masalah kewangan yang berlaku dalam keluarga mereka. Perkara ini dikukuhkan lagi dengan laporan oleh *Malaysia Millenium Development Goals* (MDGs), 2010 yang menunjukkan sebanyak lebih 90% murid Sekolah Menengah Rendah dan 75% murid Sekolah Menengah atas yang tidak bersekolah terdiri daripada kalangan keluarga B40 *United Nations Development Programme* (UNDP, 2016)

Sehubungan dengan itu, satu langkah telah dilakukan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) menerusi Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (2013-2035) iaitu menggariskan aspirasi bagi sistem pendidikan dan murid di Malaysia menerusi aspirasi Sistem Akses: Setiap kanak-kanak warganegara Malaysia berhak mendapat kesamarataan peluang pendidikan bagi membolehkan mereka mencapai potensi masing-masing. Kementerian berhasrat memastikan kadar akses sejagat dalam kalangan kanak-kanak dari peringkat prasekolah hingga ke peringkat menengah atas (Tingkatan 5) sentiasa meningkat. Oleh yang demikian, menerusi aspirasi sistem Ekuiti: Sistem pendidikan berprestasi tinggi menyediakan pendidikan yang terbaik kepada setiap kanak-kanak tanpa mengira kedudukan geografi, gender atau latar belakang sosioekonomi. Kementerian berhasrat untuk

merapatkan lagi jurang pencapaian antara murid bandar dengan luar bandar, tahap sosioekonomi dan pencapaian antara gender sehingga 50% (KPM, 2013).

Perbezaan jurang pencapaian menerusi tahap sosioekonomi ini boleh mengakibatkan kesan yang tidak baik sebagaimana kajian oleh Brooks-Gunn (1997) menyatakan kanak-kanak yang datang daripada status ekonomi yang rendah didapati mempunyai potensi yang tinggi untuk terlibat dengan masalah tingkah laku dibandingkan dengan populasi umum yang lain.

Oleh yang demikian, Pelan Pembangunan Pendidikan Induk Pendidikan (PPPIP) ini berhasrat untuk mencapai lima keberhasilan teras pendidikan bagi menentukan kejayaan sistem pendidikan Malaysia secara keseluruhan dan salah satunya ialah keberhasilan ekuiti. Keberhasilan ekuiti ditakrifkan sebagai setiap kanak-kanak yang berada di Malaysia perlu berada dalam sistem pendidikan berprestasi tinggi tanpa mengira kedudukan geografi, jantina dan latar belakang sosioekonomi mereka. Bagi mencapai tujuan ini, Kementerian telah menggariskan matlamat ini untuk merapatkan jurang pencapaian akademik antara murid bandar dan luar bandar, tahap sosioekonomi dan pencapaian antara jantina sehingga 50%.

Bagi menggalakkan ekonomi dalam keluarga yang telah dikenal pasti, bantuan bukan hanya diberikan oleh KPM kepada murid-murid, malahan turut diberikan bantuan menerusi Jabatan Kebajikan Masyarakat (2016) kepada keluarga B40 yang memenuhi syarat yang ditetapkan. JKM melaporkan seramai 462 322 penerima telah menerima bantuan kewangan daripada JKM sepanjang tahun 2016. Bantuan diberikan bagi meringankan beban penduduk serta bertujuan untuk meneruskan kelangsungan hidup. Penerima bantuan tertinggi negeri-negeri di Pantai

Barat ialah negeri Selangor yang mempunyai populasi penduduk seramai 6297.14 juta orang dengan seramai 39,185 orang menerima bantuan manakala penerima kedua tertinggi ialah negeri Perak dengan jumlah penerima sebanyak 37,331 orang daripada jumlah populasi penduduk seramai 2482.11 juta orang. Kajian ini ditumpukan di negeri Perak kerana meskipun penerima tertinggi bantuan kewangan merupakan negeri Selangor, namun menerusi laporan yang dikeluarkan oleh JKM, jumlah populasi penduduk Selangor yang jauh lebih ramai menjadikan kepadatan penerimaan bantuan kewangan diterima oleh rakyat negeri Perak adalah lebih tinggi (JKM, 2016).

Berdasarkan statistik penerimaan bantuan JKM di atas, masalah pendapatan ataupun kemiskinan menjadi isu perbincangan bukanlah perkara biasa. Ini kerana ia merupakan satu situasi yang berlaku di semua negara. Sepanjang kajian dan penulisan ini, perkataan kemiskinan digunakan secara berselang seli dengan keluarga B40.

Rentetan daripada isu kemiskinan dan keluarga B40 yang dibincangkan, perkara yang menimbulkan kerisauan kepada penyelidik apabila dapatan menunjukkan murid yang datangnya daripada kalangan keluarga B40 boleh mempengaruhi tingkah laku mereka sehingga membawa kepada tingkah laku negatif dalam kehidupan seharian. Sebagaimana kenyataan Buckner et al. (2003) kehidupan remaja dan kanak-kanak daripada keluarga B40 lebih terdedah dengan situasi ancaman daripada persekitaran seperti penggunaan dadah, keganasan, jenayah, keldai dadah berbanding dengan remaja dan kanak-kanak yang berasal daripada golongan pertengahan dan kaya. Buckner et al. (2003) turut menyatakan tekanan dan cabaran bagi remaja dan kanak-kanak daripada keluarga B40 bukan hanya terhenti di

dalam masyarakat, namun turut berlaku di dalam keluarga kesan daripada masalah ekonomi seperti ibu bapa pengguna bahan terlarang dan juga keganasan rumah tangga (Duncan et al., 1994).

Kemahiran yang perlu ada dalam diri murid B40 apabila berhadapan dengan situasi yang dibincangkan ialah resilien. Resilien merupakan satu keadaan individu berkebolehan untuk melakukan satu penyesuaian yang berjaya serta membuat perubahan dalam persekitarannya (Cicchetti & Cohen, 1995), ciri personaliti resilien juga terkandung di dalamnya satu karakter yang cekal (*hardiness*) dan tidak mudah tercalar (*invulnerability*) (Anthony, 1974; Kobasa, 1979; Rhodewalt & Zone, 1989; Maddi & Khoshaba, 1994; Florian et al., 1995; Ramanaiah et al., 1999). Namun kebelakangan ini resilien dikonsepsikan sebagai satu proses yang dinamik dan melibatkan interaksi diantara risiko dan juga perlindungan, dalaman dan luaran individu, serta tindakan untuk merubah kesan terhadap kejadian yang boleh mengubah kehidupan menjadi buruk (Rutter, 1985). Resilien bukanlah dikaitkan dengan situasi ketahanan dalam berdepan dengan tekanan ataupun stress sahaja, namun turut merupakan satu kebolehan untuk berdepan dan pulih daripada peristiwa negatif dan kembali berfungsi (Garmezy, 1991).

Individu yang resilien turut dapat digambarkan sebagai kemampuan seseorang untuk menangani masalah, mengatasi rintangan, atau menahan tekanan yang disebabkan oleh situasi buruk, tanpa mengalami kemudaratan. Oleh itu, resilien dapat memainkan peranan penting dalam pendidikan pelajar. Meskipun tidak banyak yang diketahui mengenai penentu kepada individu yang mungkin menjejaskan tahap resilien murid, namun resilien mampu memberi kesan kepada pendidikan murid itu sendiri (Fernandes et al., 2018).

Namun demikian, Palomar-Lever dan Victorio-Estrada (2016) menerusi kajiannya mendapati kehidupan murid remaja yang sedang melalui fasa peralihan antara kanak-kanak dan dewasa boleh memberikan kesan kepada emosi dan juga tingkah laku mereka terutamanya apabila berdepan dengan kemiskinan. Oleh yang demikian resilien yang tinggi perlu bagi mengadaptasi segala perubahan yang berlaku disekeliling kerana banyak perkara yang berlaku adalah di luar kawalan individu itu sendiri (Newsome & Sullivan, 2014). Pendapatan keluarga yang rendah dan kemiskinan boleh menjadi pendorong pelbagai masalah sosial berlaku dalam kehidupan seharian (Abelev, 2009). Hal ini terjadi kerana kepuasan untuk mendapatkan sesuatu perkara tidak dapat diperolehi mengakibatkan murid mengambil jalan mudah melakukan jenayah bagi mendapatkan kehendak mereka (Shong et al., 2018).

Oleh yang demikian, tekanan dalam kehidupan serta ancaman yang difokuskan dalam kajian ini ialah murid yang berasal daripada keluarga B40 bagi membolehkan mereka mendapat pelajaran yang baik serta mendapatkan pekerjaan yang baik. Sebagaimana dapatan Abelev (2009) menerusi kajiannya menyatakan, salah satu cara untuk keluar daripada lingkaran kemiskinan ialah bermula dengan pencapaian akademik yang baik. Bagi memenuhi hasrat untuk memutuskan rantaian kemiskinan dalam kalangan keluarga B40, kecekalan dalam diri perlu diterapkan seawal di bangku sekolah lagi.

Murid sekolah yang berada di usia 16 tahun melalui satu fasa peralihan dari zaman kanak-kanak kearah dewasa dan pada usia ini mereka berada dalam fasa zaman remaja. Ketika ini pelbagai perubahan berlaku sama ada dari aspek fizikal, mental dan juga sosial. Resilien yang ada bertindak sebagai benteng melindungi

daripada terdedah dengan perlakuan yang tidak wajar. Pandangan terhadap kesukaran yang berlaku bersifat sementara dengan adanya resilien dalam diri (Salami, 2010). Sebagaimana yang dinyatakan oleh Noran Fauziah Yaakub et al. (2008) (dalam Siti Hajar Mohamad Yusoff., 2016), murid yang tidak mempunyai resilien cenderung untuk berfikir dan bertingkah laku dengan cara yang salah dalam kehidupan.

Oleh yang demikian, setiap murid yang mempunyai resilien mampu dan berkeupayaan membuat penyesuaian terhadap stres, trauma dan kesukaran. Kebolehan murid untuk mendepani keadaan diri untuk mengekalkan psikologi positif merupakan salah satu daripada ciri-ciri resilien. Kebolehan untuk melihat tujuan dalam kehidupan merupakan salah satu ciri resilien yang baik. Sebagaimana kajian yang telah dilakukan terhadap remaja di Thailand, dapatan menunjukkan mereka yang berada di selatan Thailand yang tertinggal daripada kemajuan teknologi yang pantas dapat meneruskan kehidupan dengan baik apabila mempunyai tujuan hidup yang jelas (Balthip et al., 2017). Hidup bertujuan (*Purpose life*) membantu murid dalam kemiskinan untuk menghindarkan diri daripada terlibat daripada masalah sosial seperti biadap dan juga buli (Machell et al., 2016). Keadaan ujian yang datang daripada keluarga miskin dan berpendapatan rendah memerlukan resilien kerana resilien membantu mereka melakukan penyesuaian dengan sebarang tekanan dan ancaman yang berlaku dalam kehidupan seharian (Zautra et al., 2010). Resilien juga telah dilihat sebagai satu konstruk pelbagai dimensi, yang melibatkan faktor sosial dan persekitaran (Gu & Day 2007).

Werner dan Smith (1992) turut menyatakan kebanyakan kajian terdahulu berkaitan resilien telah melihat individu yang mempunyai resilien sebagai seorang

yang melawan jangkauan dengan bertahan, dan menjaga diri dari pelbagai peristiwa buruk yang berlaku di sekitarnya. Hal ini kerana, resilien bertindak sebagai benteng supaya tidak terdedah kepada perlakuan yang tidak wajar, keganasan, penderaan atau penganiayaan. Individu yang mempunyai resilien melihat kesukaran sebagai suatu skop yang terbatas dan bersifat sementara seterusnya memandang kehidupannya secara positif (Salami, 2010).

Kajian Roselina Yusuf (2006) turut mendapati murid yang tidak resilien dan terjebak dengan masalah tingkah laku memerlukan tekad yang kuat untuk memperbaiki diri mereka. Di samping itu, mereka juga perlu memiliki disiplin dan azam yang kuat turut dapat membentuk resilien diri yang baik. Kajiannya juga mendapati selain berusaha menjaga diri dari pelbagai cabaran, murid perlu sentiasa berhati-hati dari hari ke hari dengan mengawal pemikirannya ke arah positif. Ini disokong oleh kajian sebelumnya yang berpendapat bahawa mereka yang mempunyai resilien dianggap sebagai individu yang berpersonaliti tahan lasak sehingga membolehkannya menggunakan strategi yang bersesuaian dalam menghadapi sesuatu keadaan, bukan bertingkah laku yang tidak sepatutnya (Alan, 2002).

Perhatian telah diberikan oleh penyelidik terhadap resilien apabila melihat fenomena berkaitan remaja dan kanak-kanak yang tidak dapat mendepani dan menyesuaikan diri dengan kesengsaraan. Kebanyakan remaja melalui satu keadaan mudah terluka dan tersinggung kerana mereka seringkali berhadapan dengan situasi yang sukar (Ahern et al., 2008). Zaman remaja ini sebahagiannya seringkali melalui situasi yang menyeksakan mereka disebabkan faktor-faktor seperti sosioekonomi yang rendah, menjadi bahan penderaan, penderaan seksual dan juga remaja

mengandung (Seffetullah Kuldas et al., 2015). Ini menjadi jelas dengan perubahan fasa remaja mereka berhadapan dengan tentangan yang berbeza dan menjadikan mereka bermasalah (Seffetullah Kuldas et al., 2015). Perkara ini diperhatikan oleh penyelidik mengikut perubahan zaman remaja kurang bernasib baik kerana faktor-faktor keadaan dan ancaman yang berlaku meningkat dan kadar resilien mereka semakin berkurangan (Masten et al., 1990) dalam (Seffetullah Kuldas et al., 2015) menyatakan perkara ini boleh mengakibatkan pelbagai masalah sosial dan emosi serta kesan terhadap fizikal dan mental boleh terjadi.

Oleh yang demikian resilien murid perlu dibangunkan untuk menghalang mereka berada dalam gejala negatif (de Anda et al., 1997). Perkara ini perlu dititikberatkan kerana menurut Rokiah Ismail (2000) proses pembangunan dan transformasi sosial yang mendadak telah dikaitkan sebagai penyebab kepada beberapa masalah sosial yang berlaku di Malaysia. Zaman remaja yang berada di bangku persekolahan yang penuh dengan krisis ini perlu diperlengkapkan dengan modul resilien kerana fasa ini penuh dengan cabaran, sebagaimana petikan kata-kata:

I have called the major crisis of adolescence the identity crisis; it occurs in that period of the life cycle when each youth must forge for himself some central perspective and direction, some working unity, out of the effective remnants of his childhood and the hopes of his anticipated adulthood.

(Erikson, 1978:14)

Begitu banyak perkembangan yang berlaku dalam kehidupan seorang murid sepanjang fasa peralihan zaman ini. Walau bagaimanapun terdapat tiga perkara utama yang boleh membentuk diri mereka iaitu identiti, konsep sendiri dan juga resilien (Erikson, 1978). Identiti murid yang terbentuk mampu mengelakkan diri daripada perkara-perkara negatif sekiranya seseorang murid mempunyai resilien

yang tinggi serta memiliki kesedaran, pemikiran serta sikap yang positif (Mohamad Aziz Shah Mohamed Arip et al., 2015). Keadaan ini dapat membantu perkembangan diri murid secara sihat dan berkesan. Oleh yang demikian kajian dijalankan oleh penyelidik terdahulu berkaitan dengan resilien melihat individu yang mempunyai ciri-ciri boleh melawan jangkaan, bertahan dan menjaga diri daripada pelbagai peristiwa buruk yang berlaku di sekeliling adalah individu yang mempunyai resilien yang tinggi (Werner & Smith, 1992).

Berdasarkan kepada perbincangan penyelidik lalu, resilien merupakan satu keadaan seseorang individu apabila berhadapan dengan situasi yang penuh kesulitan namun masih mampu menghasilkan satu tindakan positif serta menghasilkan keputusan ataupun tindakan yang lebih baik berbanding daripada sebelumnya (Rutter, 2012). Selain itu, resilien yang telah terbina itu boleh menghasilkan pertahanan diri yang baik untuk terus berhadapan dengan tekanan dan bertindakbalas dengan membuat penyesuaian positif berdasarkan pengalaman yang telah dilalui (Rutter, 2012).

Perkara ini turut disokong oleh Gonzalez dan Artuch. (2014) dengan menyatakan resilien merupakan satu keadaan yang dihadapi oleh individu ketika berhadapan dengan ujian atau dugaan yang tertentu kesan daripada perubahan dalam perkembangan manusia. Individu yang mempunyai resilien bolehlah digambarkan sebagai kebolehan untuk berhadapan dengan masalah, mengatasi segala ancaman dan berhadapan serta mengatasi setiap ancaman dan tekanan tanpa menjejaskan diri mereka. Oleh yang demikian, resilien dapat memainkan peranan penting dalam kemajuan dalam pendidikan murid (Fernandes et al., 2018). Situasi murid yang tidak dapat menerima keadaan diri yang berada dalam kalangan keluarga berpendapatan

rendah khususnya, membuat mereka berada dalam pelbagai ancaman termasuk akademik dan disiplin (Abelev, 2009).

Jika mereka gagal untuk membina resilien dalam diri, mereka bakal membentuk satu rangkaian dan pusingan kehidupan yang berterusan berada dalam kemiskinan. Kenyataan ini disokong Williamson dan Witzel (2016) dengan menyatakan kehidupan generasi yang berada dalam kemiskinan berupaya keluar daripada kepompong itu sekiranya mereka membentuk dan membina resilien. Oleh yang demikian, resilien perlu dibentuk melibatkan keseluruhan sekolah itu sendiri bermula daripada pentadbiran, guru dan ibu bapa. Hal ini kerana resilien boleh dibentuk menerusi latihan dan didikan kerana ia adalah proses pembelajaran yang berterusan.

Bagi membantu meningkatkan resilien diri murid berterusan menghadapi situasi ini dengan resilien diri yang tinggi, menerusi Unit Bimbingan Dan Kaunseling pelbagai program telah dan sedang dilakukan sentiasa dirancang menerusi empat fokus perkhidmatan. Empat fokus perkhidmatan ini terdiri daripada pembangunan dan perkembangan sahsiah diri murid, peningkatan disiplin murid, pendidikan kerjaya murid dan Psikososial dan Kesejahteraan mental murid. Ia merupakan elemen yang digubal untuk kemenjadian murid secara menyeluruh. Bidang ini digubal kerana semua murid dilihat sebagai aset negara yang perlu dijaga. Mereka perlu sentiasa dibimbing dan dibantu menerusi perkhidmatan bimbingan dan kaunseling agar mereka boleh membuat keputusan yang betul dalam kehidupan mereka (Sektor operasi pendidikan KPM, 2012).

Namun masih terdapat pelbagai isu berlaku berkaitan dengan murid melibatkan sekolah dan akademik serta keluarga. Seumpama perancangan aktiviti

yang sedia dilaksanakan belum memberikan kesan secara menyeluruh daripada pencegahan dibuat di peringkat sekolah bagi mengeluarkan potensi diri dalam diri murid. Berdasarkan kepada perbincangan penyelidik, dapat diperhatikan bahawa antara aspek yang perlu ditekankan dalam menghasilkan murid yang berkualiti ialah aspek resilien (Siti Hajar Mohamad Yusoff, 2016). Ini kerana dengan resilien, murid mampu untuk mendepani halangan dalam persahabatan dan juga perkara lain dalam kehidupan. Menurut Noran Fauziah et.al (2008) (dalam Siti Hajar Mohamad Yusoff., 2016) murid yang tidak mempunyai resilien cenderung untuk berfikir dan bertindak laku dengan cara yang salah dalam kehidupan.

Kesedaran perlu diberikan kepada semua murid terutamanya murid daripada keluarga B40. Bersama resilien diri, pelbagai kejayaan telah terbukti sebelum ini yang dilakukan oleh murid-murid yang terdahulu. Sebagai *Core Resilience* (teras resilien) iaitu dengan hidup bertujuan (*purposeful life*), kecekalan (*perseverance*), redha (*equanimity*), kebergantungan kepada diri (*self-reliance*) dan boleh bersendirian (*existensial aloneness*) mampu membentuk resilien dalam diri (Wagnild & Young, 1993) kejayaan yang diluar jangkaan dalam kehidupan mereka.

Oleh yang demikian, resilien merupakan salah satu penyumbang dalam pembentukan sikap positif. Sehubungan itu, intervensi awal perlu dilakukan untuk membentuk asas sebagai pencegahan. Modul kaunseling kelompok dilihat perlu dibina bagi membolehkan penggunaan modul ini secara berfokus oleh kaunselor. Pembinaan murid yang holistik dari aspek jasmani, emosi, rohani dan intelektual dapat dibentuk bersama menerusi modul Resilien-*Mindfulness*. Sebagaimana sorotan kajian lalu, *mindfulness* merupakan satu daripada elemen untuk menghargai diri

sendiri lebih baik dan menghayati peristiwa yang terjadi tanpa membuat penghakiman yang negatif terhadap diri mereka sendiri (Neff & McGehee, 2010).

1.3 Pernyataan Masalah

Pendidikan memainkan peranan utama bagi perkembangan ekonomi dan pembangunan sesebuah negara. Bagi menghadapi persaingan ekonomi global pada masa ini, kejayaan sesebuah negara amat bergantung pada ilmu pengetahuan, kemahiran dan kompetensi yang dimiliki oleh rakyat. Oleh itu, negara yang mempunyai rakyat berpendidikan tinggi berupaya menikmati kemajuan ekonomi yang lebih tinggi. Melalui pendidikan, individu dapat meningkatkan taraf hidup, menjadi ahli masyarakat yang berjaya dan penyumbang aktif kepada pembangunan negara. Bukan hanya negara, sesebuah keluarga yang mahu keluar daripada kemiskinan turut memerlukan pencapaian akademik yang baik (Mcnamara et al., 2017).

Oleh yang demikian, bagi mengelakkan keciciran dalam pendidikan dan mencapai hasrat PPPIP, saluran bantuan kewangan secara *one off* diperkenalkan dan diberikan kepada murid yang memerlukan dengan nama Kumpulan Wang Amanah Pelajar Miskin (KWAPM). Namun demikian, jurang besar dari segi pendidikan masih disebabkan oleh latar belakang sosioekonomi murid telah dikenalpasti. Kenyataan ini berdasarkan kepada jurang pencapaian akademik berdasarkan kepada semakin ramai jumlah penerima KWAPM di sesebuah sekolah, semakin rendah pencapaian akademik sekolah tersebut (KPM, 2013). Tiga aspek yang mempengaruhi pencapaian akademik murid iaitu pencapaian pendidikan tertinggi ibu bapa, purata pendapatan isi rumah bagi negeri, dan peratus murid menerima bantuan asas kewangan bawah Kumpulan Wang Amanah Pelajar Miskin (KWAPM).

Ketiga-tiga aspek ini dilihat saling berkait dan perlu diberikan penekanan bagi merapatkan jurang perbezaan akademik antara keluarga berpendapatan tinggi dan berpendapatan rendah.

Salah satu aspek berlakunya kemerosotan Pendidikan dan menimbulkan situasi yang lebih buruk iaitu apabila berlakunya keciciran dalam pendidikan berpunca daripada masalah ekonomi keluarga boleh mengakibatkan mereka berterusan berada dalam lingkaran kemiskinan. Sebagai langkah untuk mengeluarkan diri daripada sebuah kemiskinan, pendidikan yang baik merupakan jalan membawa mereka keluar daripada kepompong kemiskinan (McNamara et al., 2019). Namun berdasarkan kajian yang dilakukan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (2013), semakin tinggi penerima Kumpulan Wang Amanah Pelajar Miskin, semakin rendah pencapaian akademik mereka. Kemerosotan dalam akademik dan masalah kewangan keluarga, boleh membawa murid menghasilkan tingkah laku negatif dalam kehidupan seharian.

Rentetan itu, Jagers et al. (2016) melalui kajiannya menyatakan kemiskinan boleh menyumbang kesan yang besar terhadap tingkah laku negatif dalam kalangan murid. Perkara-perkara yang dilakukan ini turut dapat menjejaskan pencapaian akademik disekolah. Ini terbukti sebagaimana kajian oleh Shong et al., (2018) yang dilakukan di Sekolah Tunas Bakti, antara faktor yang menjebakkan pesalah juvana ke dalam masalah kenakalan adalah kerana faktor kemiskinan yang menjadi faktor tekanan. Mereka memerlukan perbelanjaan yang lebih untuk duit poket bagi mendapatkan keseronokan namun sukar diperolehi daripada ibu bapa yang datangnya daripada berpendapatan rendah. Ini mendorong mereka untuk mencari keseronokan

dan kebahagiaan dengan melakukan tingkah laku disiplin dan perkara ini turut menjejaskan pencapaian akademik mereka di sekolah.

Kenyataan Richardson (2002) menerangkan bahawa resilien merupakan satu kemahiran yang boleh dipelajari. Kajian itu disokong oleh Greene (2002) dengan menyatakan telah ramai golongan profesional dalam kesihatan dan kesejahteraan mental menggunakan konsep resilien dalam konteks profesion mereka, namun dalam intervensi kaunselor di sekolah, masih belum mampu membetuk resilien remaja menerusi silibus perkhidmatan mereka. Perkara ini turut disokong oleh Aminuddin Adam (2011) yang menyatakan bahawa perkhidmatan bimbingan dan kaunseling sekolah sedang menjalankan program pembangunan sahsiah dan karektor remaja namun fokus yang kurang mendalam. Kajian lalu mencadangkan agar satu pelan intervensi perlu dilakukan untuk menyelamatkan murid keluarga B40 daripada terjebak kearah kenakalan, tercicir dari sekolah dan dimasukkan ke sekolah juvana (Shong et al., 2018).

Cadangan Shong et al. (2018) bertepatan dengan kenyataan Gillespie et al. (2007) yang menyatakan bahawa resilien boleh diajar dan dipelajari. Resilien seseorang boleh ditingkat melalui proses kaunseling dengan menggunakan pelbagai teknik (Fu, 2008; Jones, 2008; Nicoletta, 2000; Prescott et al. 2008). Oleh yang demikian program intervensi kaunseling untuk kesejahteraan mental dapat menyumbang ke arah kehidupan berkualiti dengan memberi fokus kepada mempertingkatkan efikasi sendiri dan sikap menangani masalah secara proaktif (Prescott et al., 2008). Menerusi kejadian yang dibincangkan berkenaan dengan murid B40 dan keperluan resilien dalam menghadapi kesukaran bersesuaian dengan perbincangan yang terdapat di dalam model resilien.