

**HUBUNGAN KEBIMBANGAN, KECERDASAN EMOSI DAN
PENGHARGAAN KENDIRI TERHADAP KESUNYIAN PELAJAR LUAR
BANDAR DALAM INSTITUSI PENGAJIAN TINGGI**
(Relationship Anxiety, Emotional Intelligence and Self Appreciation Towards the Loneliness of
Rural Students in Higher Education Institutions)

Zaiton Mohamad, Balan Rathakrishnan, Getrude C. Ah Sang & Nazmi Loh

ABSTRACT

Tujuan utama kajian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara kebimbangan, kecerdasan emosi dan penghargaan sendiri terhadap kesunyian pelajar dari kawasan luar Bandar yang berada di universiti. Jumlah responden yang terlibat ialah seramai 562 orang pelajar tahun pertama yang berada di kampus dan mengikuti pembelajaran secara sepenuh masa dengan min umur 20.26 tahun. Kajian adalah berbentuk tinjauan dengan menggunakan soal selidik Multidimensi Kebimbangan, Skala Kecerdasan Emosi, Skala Penghargaan Kendiri Rossenberg dan Skala kesunyian UCLA. Analisis data dibuat menggunakan perisian *Statistical Package For Social Sciences* (SPSS) versi ke 21. Keputusan kajian menunjukkan terdapat hubungan signifikan secara negatif bagi kecerdasan emosi dengan kesunyian dan hubungan positif bagi penghargaan sendiri dan kebimbangan dengan kesunyian.

Kata kunci: kebimbangan, kecerdasan emosi, penghargaan sendiri, kesunyian, pelajar tahun satu

ABSTRACT

The purpose of this study to investigate the relationship between anxiety, emotional intellectual and selfesteem of loneliness. A total of 562 freshman students at Universiti Malaysia Sabah with mean ages 20.26 years filled in the Questionnaire Of Multidimension Of Anxiety Scale, Emotional Intelligent Scale, Rossenberg Selfesteem Scale and The UCLA Loneliness Scale. The data were analyzed by using Statistical Package for Social Sciences (SPSS) version 21. The results show that there is a negative significant relationship between emotional intelligent with loneliness but positive significant relationship between anxiety and selfesteem with loneliness.

Keywords: anxiety, emotional intelligent, self seteem, loneliness, first year sudents

PENDAHULUAN

Kesedaran untuk mendapatkan pendidikan tinggi di kalangan pelajar telah memberikan kesan yang besar kepada peningkatan bilangan pelajar di Institusi Pengajian Tinggi. Di Malaysia sahaja terdapat 20 buah Institusi Pengajian Tinggi Awam dan hampir 400 buah Institusi Pengajian Tinggi Swasta. Keadaan ini telah memberi peluang dan ruang kepada lepasan sekolah sama ada dari bandar mahupun luar bandar untuk melanjutkan pengajian di peringkat tertinggi dan seterusnya dapat membantu kerajaan dalam usaha melahirkan modal insan yang berkualiti tinggi. Namun demikian, tidak semua pelajar yang menerima tawaran untuk melanjutkan pengajian di Institusi Pengajian Tinggi dapat menamatkan pengajian mereka. Kegagalan dalam menamatkan pengajian mereka akan menyebabkan kerugian yang amat besar dalam usaha kerajaan untuk melahirkan modal insan yang berkualiti. Keciciran para pelajar di peringkat IPT adalah berpunca dari pelbagai masalah antaranya ialah; kewangan, gagal dalam peperiksaan, kematian kerana kemalangan, atau disebabkan oleh penyakit kronik dan sebagainya. Namun begitu, terdapat juga masalah yang berpunca daripada pelajar tersendiri yang sehinggakan kini menjadi punca keciciran di peringkat pengajian tinggi iaitu ketidakupayaan dalam membuat adaptasi di universiti yang menimbulkan masalah kesunyian yang memberi implikasi yang besar semasa di universiti (Allison L. Botz, 2014).

Isu kesunyian dalam kalangan pelajar universiti sebenarnya masih kurang diketengahkan walaupun kajian mengenainya telah dijalankan semenjak tahun 1980an (Helen Cheng dan Andrian Furham, 2002). Kekurangan kajian terhadap permasalahan kesunyian di kalangan pelajar telah memberi peningkatan kepada angka pelajar kolej yang mendapatkan perkhidmatan kaunseling yang berkaitan dengan kesunyian. Sebagai contohnya pada tahun 1982 hingga 1992 pelajar yang mengalami masalah kesunyian hanya 7822 orang dan telah meningkat kepada 13257 orang pada tahun 1996 hingga 2001 (Benton, Roberston, Tseng, Newton dan Benton, 2003). Selain daripada itu kajian dalam masalah kesunyian masih belum meluas dalam konteks budaya pelajar tempatan (Siti Nor Yaacob, Rumaya Juhari, Mansor Abu Talib dan Ikechukwu Uba, 2009).

Menurut kajian Allison L. Bitz (2014) mendapati semenjak tahun 2007 hingga 2008 hanya 66 peratus sahaja pelajar yang meneruskan pengajian ke semester seterusnya kerana mengalami kesunyian dan sukar membuat penyesuaian diri sehingga ramai yang mengalami masalah psikologi dan terdapat nisbah 1: 3 akan berhenti daripada meneruskan pengajian. Manakala menurut kajian Mohamad Hashim Othman (2006) hampir 73 peratus pelajar yang mendapatkan khidmat bimbingan daripada Pusat Pembangunan Pelajar mempunyai masalah penyesuaian diri dan berkecenderungan menghadapi kesunyian. Bahkan menurut data (2013, 2014) daripada Bahagian Bimbingan dan Kaunseling Universiti Malaysia Sabah hampir 80 peratus pelajar yang mendapatkan khidmat bimbingan kaunseling adalah dalam kalangan pelajar tahun pertama yang mengalami kesukaran membuat adaptasi dan mengalami pelbagai masalah yang berkecenderungan mengalami kesunyian.

Menurut Kadison dan DiGeronimo (2004) menganggarkan pelajar kolej mempunyai 50-50 peluang untuk mendapat simptom kesunyian sepanjang berada di kolej. Keadaan tersebut bertepatan dengan kajian yang dilakukan oleh Wiseman, Guttffreund dan Lurie (1995) mendapati ramai pelajar kolej mengalami pengalaman kesunyian dan hampir 25.7 peratus pelajar lelaki di

kolej mengalami kesunyian berbanding pelajar kolej di kalangan wanita yang hanya 16.7 peratus (Knox, Vail-Smith dan Zusman;2007).

Secara umumnya pelajar universiti yang baharu merupakan individu yang mula memasuki zaman peralihan remaja ke alam dewasa. Individu yang berada dalam lingkungan usia 18 hingga 25 tahun merupakan remaja akhir dan akan memasuki alam awal dewasa. Dalam tempoh usia tersebut golongan berkenaan akan berada dalam usaha penerokaan identiti. Dalam proses ini, seseorang individu dalam lingkungan umur ini boleh mengambil banyak peranan dalam kehidupan seharian sebagai contohnya, melanjutkan pelajaran di universiti, mendapatkan pekerjaan sepenuh masa dan bekerja untuk keluarga mereka (Hamilton dan Hamilton;2006, Arnett, 2000). Oleh sebab itu, apabila mendapat tawaran ke universiti mereka akan melalui sesuatu yang baharu dan di luar kebiasaan yang boleh mencabar keupayaan individu itu sendiri. Hal ini disebabkan mereka memerlukan kepada penerimaan, keselesaan, dan rangkaian Sokongan Sosial (Beck, Taylor dan Robbins, 2003, Blimling dan Miltenberg, 1981). Keadaan ini telah menimbulkan kesukaran dalam hidup kerana perlu memulakan sesuatu yang baharu dalam kehidupan mereka seperti mengubah corak untuk beraktiviti, corak berfikir, corak perhubungan dan sebagainya. Kesukaran dalam membuat penyesuaian dengan persekitaran yang baru telah memberikan tekanan dan masalah psikologi dan akhirnya boleh menyebabkan seseorang pelajar tersebut mengalami kesunyian.

Kesunyian merupakan satu keadaan yang tidak disukai oleh semua orang dan ia amat menyakitkan emosi. Bagi seseorang pelajar di Institusi Pengajian Tinggi kesunyian merupakan satu keadaan yang sukar dan merupakan fenomena yang sering berlaku kepada semua pelajar. Namun begitu terdapat individu berjaya melaluinya dalam tempoh yang singkat, walau bagaimanapun, terdapat juga yang menghadapinya dalam kepayahan.

Oleh itu, dalam mengenal pasti punca berlakunya masalah kesunyian maka beberapa perkara telah dikenalpasti antaranya adalah kebimbangan, penghargaan sendiri dan kecerdasan emosi bagi menghadapi situasi yang serba baru di kampus. Banyak kajian yang telah dijalankan untuk mengkaji masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar sekolah rendah, sekolah menengah, orang dewasa namun masih terdapat kekurangan kajian dalam kalangan pelajar di institusi pengajian tinggi.

Kebimbangan merupakan satu keadaan dalam diri seseorang dan dapat dizahirkan dengan beberapa symptom seperti jantung berdebar-debar, berpeluh, tangan menggigil, tidak dapat tidur, kurang selera makan dan sebagainya. Kebimbangan adalah perkara lumrah yang dialami oleh semua individu dalam hidup terutamanya dalam menghadapi situasi yang difikirkan menakutkan sehingga menimbulkan ketidakselesaan dalam fikiran dan perasaan serta dizahirkan dengan perbuatan. Oleh sebab itu dalam menghadapi situasi baru seperti yang dialami oleh para pelajar baharu kebimbangan sering timbul dan menjadi perkara yang menghantui hidup mereka sehinggakan sukar untuk menerima persekitaran yang baharu disekeliling mereka dan menyebabkan mereka menghindari daripada bersosial dan mewujudkan interaksi dengan orang lain kesunyian (Mostafa Amr, Tarek Tawfik Amin, Sahoo Saddichha, Sami Al Malki, Mohammed Al Samail, Nasser Alqahtaini, Abdul hadi al Abdul Hadi dan Abdullah Al Shoaibi, 2013). Keadaan tersebut menyebabkan seseorang itu berada dalam kesunyian. Namun ada juga segelintir pengkaji yang menjelaskan bahawa kebimbangan juga diperlukan dalam hidup

seseorang sebagai sumber motivasi dan pendorong untuk menggiatkan usaha dalam mencapai kejayaan. Malahan ada yang mengatakan kebimbangan dalam skala sederhana amat berguna dan apabila berada dalam skala yang tinggi boleh menjejaskan psikologi seseorang (Hairunnaja,2002 ; Mubayyad,1995) . Oleh kerana terdapat perbezaan pandangan tersebut maka pengkaji ingin mengkaji adakah faktor kebimbangan mempunyai hubungan dengan kesunyian pelajar.

Kesunyian juga sering kali dikaitkan dengan kekurangan dalam penghargaan sendiri. Penghargaan sendiri menurut Nathaleil Branden (1969) , adalah jumlah keyakinan diri (perasaan kapasiti peribadi) dan maruah diri (rasa bernilai peribadi). Ia wujud sebagai akibat penghakiman yang tersirat bahawa setiap orang mempunyai keupayaan untuk menghadapi cabaran hidup, untuk memahami dan menyelesaikan masalah, dan hak mereka untuk mencapai kebahagiaan. Menurut Rosenberg (1979), individu yang tinggi penghargaan sendiri akan menghormati dirinya dan menganggapkan dirinya sebagai individu yang berguna. Manakala individu yang rendah penghargaan sendiri pula tidak dapat menerima dirinya dan menganggapkan dirinya tidak berguna dan serba kekurangan. Dengan kata lain , penghargaan sendiri dikatakan sebagai sikap yang positif ataupun negatif dalam menilai diri sendiri (Azizi dan Jaafar, 2006).Oleh sebab itu penghargaan sendiri adalah mustahak kerana ia memainkan peranan dalam membantu individu menyesuaikan diri dengan kehendak persekitaran serta memperkembangkan tingkah laku yang diterima oleh masyarakat dan rakan-rakan.

Pemilikan penghargaan sendiri yang tinggi amat penting memandangkan ia membolehkan seseorang individu berasa megah dan bangga dengan pencapaian dan kebolehan mereka. Secara tidak langsung penghargaan sendiri mampu menggalakan mereka menemui cabaran baru dan mempercayai ciri-ciri diri mereka sendiri. Selain daripada itu, penghargaan sendiri membolehkan mereka menghormati diri sendiri walaupun ketika mereka membuat kesilapan (Siti Nor Yaacob, Rumaya Juhari, Mansor Abu Talib dan Ikechukwu Uba ,2009). Namun begitu ada juga segelintir pendapat yang menjelaskan bahawa penghargaan sendiri kurang penting dalam diri seseorang malah ada elemen lain yang lebih dominan untuk menjadikan seseorang lebih berkeyakinan dalam hidup mereka (Trine Waaktar dan Sven Torgesan, 2010). Oleh kerana terdapat perbezaan pendapat tersebut maka pengkaji ingin mengetahui adakah penghargaan sendiri mempunyai kaitan dengan kesunyian pelajar di Institusi Pengajian Tinggi Negara?.

Selain daripada faktor kebimbangan dan penghargaan sendiri, faktor kecerdasan emosi juga dilihat sebagai salah satu faktor penting dalam memudahkan proses pengadaptasian seseorang dalam persekitaran yang baharu. Menurut Solovey dan Mayer kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri, untuk berempati terhadap perasaan orang lain dan untuk mengatur emosi, yang secara bersama berperanan dalam peningkatan taraf hidup seseorang. Manakala menurut kamus Dewan Edisi keempat kecerdasan emosi merupakan bangkitan perasaan dan rasa dalaman hasil tindak balas seseorang terhadap suatu perkara, pengalaman dan peristiwa yang berlaku. Selain itu, kecerdasan emosi membenarkan kita berfikir lebih kreatif dan menggunakan emosi bagi menyelesaikan masalah (Chan Siok Gim dan Rodziah Mohd Nor, 2012) . Namun begitu ada juga sesetengah pendapat yang mengatakan kecerdasan emosi tidak begitu penting dalam mengurus tadbir kehidupan sehingga mengalami kesunyian (Scales Peter C.,2011;Mohd Azhar Abd Hamid,2007; Tajulashikin Jumahat dan Nor Faizah Abdullah,2014; Robert E.Emmon dan Leny Juwita,2006).Keadaan ini menjelaskan bahawa

terdapat perbezaan pendapat mengenai kepentingan kecerdasan emosi dalam kehidupan seseorang. Sehubungan itu hasil daripada dapatan yang bercanggah ini menimbulkan persoalan adakah ia turut mempunyai kaitan dengan kesunyian pelajar?

Memandangkan kebimbangan, penghargaan sendiri dan kecerdasan emosi kus Kawalan dan Sokongan adalah penting bagi seseorang pelajar di kampus, maka pengkaji ingin mengkaji dan mengenalpasti samada faktor kebimbangan pelajar luar bandar mempunyai kaitan dengan kesunyian pelajar di kampus; mengkaji dan mengenalpasti samada faktor penghargaan sendiri mempunyai kaitan dengan kesunyian pelajar luar bandar di kampus; mengkaji dan mengenalpasti samada faktor kecerdasan emosi mempunyai kaitan dengan kesunyian pelajar luar bandar di kampus

METODOLOGI

Rekabentuk Kajian

Kajian ini adalah merupakan kajian yang menggunakan kaedah tinjauan dengan menggunakan kaedah soal selidik dan hanya diambil dalam satu masa tertentu sahaja. Data ini merupakan data kajian kepada kajian sebenar yang dijalankan di Fakulti Psikologi dan Pendidikan dan Fakulti Sains dan Sumber Alam UMS dengan menggunakan soal selidik Multidimensi Kebimbangan yang dibina oleh William M.Reynolds(1999), alat kajian Penghargaan Kendiri yang dibina oleh Morris Rossenberg (1965), alat kajian Skala Kecerdasan Emosi yang telah dibina oleh Dr.Nicola S.Schutte, John M.Malouff dan Navjot Bhullar(2009) dan juga Skala Kesunyian UCLA (Russel,1990). Dalam kajian keatas 562 orang para pelajar yang mengalami kesunyian,nilai kebolehpercayaan bagi alat Multidimensi Kebimbangan menurut Alpha Cronbach ialah **.882**, alat kajian Penghargaan Kendiri menurut Alpha Cronbach.689, alat kajian Skala Kecerdasan Emosi ialah .831 dan kajian Skala Kesunyian UCLA menurut Alpha Cronbach ialah .958.

Sampel dan tempat Kajian

Sampel kajian ini terdiri daripada pelajar tahun pertama yang berasal dari luar bandar yang baru memulakan pengajian di sebuah Institusi Pengajian Tinggi Awam tempatan di Sabah.Seramai 562 orang pelajar yang mengalami kesunyian telah dipilih.

Prosedur Kajian

Dalam kajian ini satu set borang soal selidik yang merangkumi empat bahagian digunakan. Bahagian A mengandungi ciri demografi, Bahagian B mengandungi Skala Kesunyian UCLA, Bahagian C mengandungi soal selidik multidimensi kebimbangan, Bahagian D mengandungi alat kajian penghargaan sendiri dan Bahagian E mengandungi alat kajian Skala Kecerdasan Emosi. Seramai 1500 orang pelajar telah diberikan soalselidik dan selepas melakukan tapisan hanya 562 orang pelajar yang berasal dari luar bandar yang mengalami kesunyian terpilih untuk dijadikan sampel kajian.

HASIL KAJIAN

Korelasi Pearson bagi Skala Multidimensi Kebimbangan, penghargaan sendiri dan kecerdasan emosi ke atas Skala Kesunyian UCLA dalam kalangan pelajar luar bandar

Jadual 3.1 menunjukkan hasil korelasi antara Skala Multidimensi Kebimbangan, penghargaan sendiri dan kecerdasan emosi ke atas Skala Kesunyian UCLA dalam kalangan pelajar luar Bandar

Jadual 3.1 Korelasi Pearson antara Skala Multidimensi Kebimbangan, penghargaan sendiri dan kecerdasan emosi ke atas Skala Kesunyian UCLA dalam kalangan pelajar luar bandar

	1	2	3	4
total_sunyi				
Kecerdasan emosi	-.300**			
Penghargaan sendiri	.344**	.140**		
Kebimbangan	.491	-.092*	.299*	-

**p<0.01, *p<0.05

Nota 1 =kesunyian, 2= kecerdasan emosi, 3= penghargaan sendiri 4 = kebimbangan

4.0 PERBINCANGAN

Korelasi Antara Pembolehubah Bebas Dengan Pembolehubah Terikat

i. Skala Kebimbangan Dengan Kesunyian

Kebimbangan merupakan satu elemen dalam diri seseorang dan dizahirkan melalui pelbagai simptom yang menunjukkan dirinya berada dalam kebimbangan. Kebimbangan yang melampau menyebabkan pelbagai masalah psikologi dan kebanyakan pesakit Psikiatri bermula daripada kebimbangan. Oleh sebab itu kebimbangan yang tidak dikawal boleh memudaratkan kehidupan seseorang. Namun begitu kebimbangan yang berada dalam skala sederhana amat diperlukan sebagai pendorong kepada usaha seseorang dalam meningkatkan prestasi dalam hidup mereka. Sebagai contohnya seseorang yang berada dalam persekitaran yang baharu mengalami kerisauan untuk membina interaksi yang baharu kerana belum mengenali mana-mana individu. Keadaan ini menyebabkan seseorang itu lebih berhati-hati dalam memulakan komunikasi untuk tidak menyinggung perasaan orang lain. Begitu juga dalam kehidupan pelajar tahun pertama,

keimbangan dalam skala sederhana diperlukan untuk lebih berusaha dalam bidang akademik dan juga kegiatan kurikulum yang lain.

Dapatan kajian ini menjelaskan bahawa keseimbangan mempunyai hubungan yang positif dengan kesunyian. Ia bertepatan dengan teori Freud yang menjelaskan bahawa dalam diri manusia terdapat tiga sistem tenaga iaitu id, ego dan superego yang berinteraksi antara satu sama lain. Id merupakan komponen yang sedia wujud dalam diri manusia sejak kecil lagi. Komponen tersebut berperanan sebagai dorongan biologi dan tenaga naluri yang memotivasikan manusia menghasilkan tingkah laku mengikut kehendak sendiri. Manakala komponen ego berperanan dalam memastikan kehendak id dipenuhi dengan mempertimbangkan kehendak tersebut agar bersesuaian dengan keadaan realiti persekitaran. Malah, naluri ego juga menjelaskan bahawa individu lain mempunyai kehendak mereka sendiri dan menahan id agar tidak mementingkan diri dalam mencapai tujuan tersebut. Komponen super ego pula seperti kuasa dalam jiwa manusia yang mengawal kehendak id dengan mempengaruhi ego mencari kaedah yang baik dalam memenuhkan kehendak tersebut. Nilai superego adalah berlandaskan nilai-nilai moral sebagai pegangan dalam menentukan suatu kehendak bertingkah laku.

Oleh sebab itu, Freud (1977) berpendapat keseimbangan perlu dilihat sama ada berbentuk objektif ataupun neurotik. Kebimbangan objektif atau keseimbangan biasa ialah tindakbalas kepada ancaman luar seperti kematian, kelahiran, menghadapi persekitaran yang baru atau menghadiri temuduga. Kebimbangan ini merupakan satu reaksi semulajadi dan ia adalah rasional dan berfungsi untuk mempertahankan diri. Namun begitu, persediaan untuk keseimbangan merupakan punca utama yang menimbulkan keseimbangan neurotik. Kebimbangan ini meningkat kerana jumlah keseimbangan yang dialami tidak setara dengan ancaman yang dihadapi. Dalam hal ini menunjukkan bahawa keseimbangan yang tinggi menyebabkan kesunyian tinggi dan sebaliknya. Oleh itu dapatan ini ($r = .491$) adalah menunjukkan bahawa para pelajar baharu yang berasal dari luar bandar mempunyai keseimbangan yang sederhana dan mengalami kesunyian yang sederhana. Keadaan ini mungkin berlaku disebabkan kali pertama berjauhan daripada keluarga. Selain daripada itu sistem pembelajaran di universiti adalah berbeza dengan sistem persekolahan. Oleh sebab itu mereka merasakan bimbang untuk menghadapi pengkuliahan dan menghadapi sistem peperiksaan semester dan dalam pada masa yang sama memerlukan mereka menyiapkan tugas kuliah yang diberikan oleh pensyarah. Oleh yang demikian dapatan kajian ini selari dengan kajian yang dilakukan oleh Mostafa Amr, Tarek Tawfik Amin, Sahoo Saddichha, Sami Al Malki, Mohammed Al Samail, Nasser Alqahtaini, Abdul hadi al Abdul Hadi dan Abdullah Al Shoaibi, (2013) yang menjelaskan keseimbangan mempunyai kaitan dengan kesunyian seseorang.

ii. Skala Penghargaan Kendiri Dengan Kesunyian

Penghargaan kendiri merupakan satu elemen yang penting dalam diri setiap individu. Ia merupakan pandangan dalam diri seseorang sama ada mempunyai nilai yang positif mahupun negatif. Individu yang memiliki pandangan diri sendiri yang sangat positif lebih mempunyai penghargaan kendiri dan mempunyai keyakinan yang tinggi dalam diri. Individu tersebut merupakan seseorang yang memiliki penghargaan kendiri yang tinggi pada diri dan bersedia menghadapi cabaran dalam hidup. Dapatan kajian ini menjelaskan bahawa sebaliknya iaitu ia berhubungannya secara positif namun dalam hubungan yang rendah ($r = .344$). Keadaan ini mungkin

disebabkan para pelajar luar bandar mengalami kejutan budaya walaupun mempunyai penghargaan sendiri namun dalam situasi semasa dan berada dalam persekitaran yang baru menyebabkan merasakan kesunyian. Selain daripada itu mungkin juga disebabkan mengalami *homesick* yang menyebabkan mereka mempunyai perasaan sunyi. Walaupun begitu hubungan penghargaan sendiri dengan kesunyian adalah rendah.

Menurut teori penghargaan sendiri Rossenberg, kekurangan penghargaan sendiri menyebabkan kesukaran untuk mewujudkan interaksi dengan orang lain dan mengalami kesunyian. Dapatan ini adalah tidak selari dengan teori tersebut mungkin disebabkan oleh budaya tempatan yang berbeza dengan barat yang mana penghargaan sendiri tidak perlu terlalu tinggi kerana 'over confident' sebaliknya perlu bersederhana dan berserahkan diri kepada Allah dalam segala perkara. Dalam hal ini, dapatan kajian adalah selari dengan kajian Trine Waaktar dan Sven Torgesan(2010) yang mengatakan ada elemen lain yang lebih dominan dalam memberikan keyakinan diri dan tidak mempunyai kaitan dengan kesunyian seseorang. Justeru itu, dalam konteks budaya tempatan penghargaan sendiri mempunyai hubungan yang positif secara rendah dengan kesunyian.

iii. Skala Kecerdasan Emosi Dengan Kesunyian

Kecerdasan emosi merupakan keupayaan seseorang untuk memahami emosi sendiri dan memahami emosi orang lain dengan baik. Menurut Solovey dan Mayer kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk memahami perasaan diri sendiri, untuk berempati terhadap perasaan orang lain dan untuk mengatur emosi, yang secara bersama berperanan dalam peningkatan taraf hidup seseorang. Manakala menurut kamus Dewan Edisi keempat kecerdasan emosi merupakan bangkitan perasaan dan rasa dalaman hasil tindak balas seseorang terhadap suatu perkara, pengalaman dan peristiwa yang berlaku. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa terdapat hubungan secara negatif ($r = -.300$) dengan kesunyian. Dalam hal ini bermakna individu yang rendah dalam kecerdasan emosi mempunyai kesunyian yang tinggi dan sebaliknya.

Dapatan ini selari dengan teori Kecerdasan Emosi Salovey dan Mayer yang menjelaskan bahawa kecerdasan emosi amat penting dalam memahami diri sendiri untuk lebih memahami orang lain. Dapatan ini juga menunjukkan bahawa bahawa para pelajar luar Bandar ini mempunyai kecerdasan emosi yang rendah. Keadaan ini berlaku mungkin disebabkan para pelajar luar Bandar pertama kali berjauhan daripada keluarga dan terpaksa hidup berdikari. Hal ini menyebabkan perasaan bercampur baur setelah mendapati persekitaran yang baru adalah berbeza dengan kehidupan diluar universiti. Selain daripada itu university juga merupakan medan pertembungan pelbagai adat dan budaya serta dialek yang pelbagai mengikut kenegerian dan daerah di Malaysia. Oleh itu, para pelajar yang baru menjejakkan kaki ke kampus mengalami kecelaruan emosi dan menyebabkan mereka sukar untuk mereka memahami, mengenali emosi diri sendiri dan sukar membina interaksi sosial kerana kurang memahami dan mengenali emosi orang lain sehinggakan mengalami kesunyian. Dapatan kajian ini menyokong dapatan kajian (Chan Siok Gim dan Rodziah Mohd Nor, 2012) yang menjelaskan bahawa kecerdasan emosi merupakan elemen yang penting dalam memahami diri untuk lebih berupaya dalam menyelesaikan masalah secara lebih kreatif.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan kajian ini menggambarkan bahawa kebimbangan dalam kalangan pelajar luar Bandar yang Berjaya memasuki university adalah dalam tahap sederhana. Keadaan ini merupakan satu keadaan yang sesuai kerana kebimbangan yang rendah boleh menjadi pendorong dalam mempergiatkan usaha dalam mendapat kejayaan di dalam akademik mahupun ko-kurikulum. Walaupun begitu ia juga mempunyai hubungan dengan kesunyian dalam skala yang rendah mungkin disebabkan tempoh dalam enam bulan pertama merupakan tempoh transformasi diri kearah yang lebih baik.

Manakala faktor penghargaan sendiri juga menunjukkan dapatan yang baharu iaitu terdapat hubungan secara positif dengan kesunyian dan ia bertentangan dengan teori penghargaan sendiri Rossenberg yang menjelaskan bahawa penghargaan sendiri yang tinggi kurang mengalami masalah dalam psikologi sehinggakan mengalami kesunyian. Dalam hal ini menunjukkan bahawa budaya tempatan meletakkan keutamaan lain lebih penting dalam membina keyakinan diri dan lebih berserah kepada Allah untuk mengelakkan diri terlebih yakin (*over confident*). Justeru itu ia bersesuaian dengan sampel yang kebanyakannya adalah beragama Islam.

Namun begitu, dapatan ini jelas menunjukkan bahawa para pelajar luar bandar ini mempunyai kecerdasan emosi yang rendah dan mengalami kesunyian. Keadaan ini menunjukkan bahawa kecerdasan emosi amat penting dalam menjadikan diri lebih kreatif dalam menyelesaikan masalah dalam kehidupan. Individu yang kurang dalam kecerdasan emosi lebih sukar untuk memahami diri dan orang lain. Keadaan ini boleh menjejaskan keinginan untuk mengenali budaya dan adat resam yang pelbagai di universiti. Oleh sebab itu setiap pelajar perlu mempersiapkan diri dengan mengetahui latar belakang dan serba sedikit untuk mendapatkan pendedahan awal mengenai kehidupan di universiti. Justeru itu, semua pelajar di peringkat sekolah menengah dan kolej perlu lebih peka dengan program-program seperti *road show* oleh Kementerian Pengajian Tinggi dan aktiviti-aktiviti kemasyarakatan yang dianjurkan oleh institusi pengajian tinggi awam mahupun swasta untuk mendapatkan gambaran awal tentang kehidupan di kampus. Kesedaran awal mengenai gaya hidup dan pertembungan budaya di institusi pengajian tinggi boleh meningkatkan stamina dan motivasi dalam mendapat kecemerlangan akademik dan ko-kurikulum apabila berjaya mendapat tawaran dalam melanjutkan pelajaran ke peringkat ijazah dan sebagainya.

RUJUKAN

- Arnett, J. J. (2000). Emerging Adulthood: A Theory Of Development From The Late Teen Through The Twenties. *American Psychologist*, 55, 469– 480.
- Allison L.Bitz.(2014). *The Role Of Social Self Efficacy In College Adjustment Among First Year College Students*.Nebraska-Wesleyen University.Online Books Google.

- Arslan C., Hamarta E., Ozyesil Z., Saygin. Y. (2011). Investigation Of Loneliness Of University Student In Terms Of Identity Status. *Selcuk University Journal Of Ahmet Kelesoglu Education Faculty*, 31: 89-99.
- Azizi Yahaya dan Jaafar Sidek. (2006). *Siri Kaunseling: Membentuk Identiti Remaja*. (Cetakan Kedua). Bentong: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd
- Bahagian Bimbingan Kaunseling dan Kerjaya, HEP UMS. (2013). *Laporan Bimbingan Kaunseling dan Kerjaya* (Tidak Diterbitkan). UMS
- Beck, R., Taylor, C., and Robbins, M. (2003). *Missing Home: Sociotropy And Autonomy And Their Relationship To Psychological Distress And Homesickness In College Freshmen*. *Anxiety, Stress, And Coping*, 16, 155–166.
- Benton, S.A., Robertson, J.M., Tseng, W.–C., Newton, F.B., & Benton, S.L. (2003). Changes In Counseling Center Client Problems Across 13 Years. *Professional Psychology: Research And Practice*, 34, 66–72.
- Bharti Sharma. (2012). Adjustment And Emotional Maturity Among First Year College Students. *Pakistan Journal Of Social And Clinical Psychology*. Vol. 9, No. 3. 32- 37.
- Blimling, G. S., and Miltenberg, L. J. (1981). *The Resident Assistant: Working With College Students In Residence Halls* (2nd Ed.). Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- Branden, N. 1969. *The Psychology of Self-Esteem*. Los Angeles: Nash Publishing.
- Catharina F. De Carvalho, Bernadette M. Gadzella, Tracy B. Henley and Steven E. Ball. (2009). *Locus Of Control: Differences Among College Students' Stress Levels*. *Individual Differences Research*. www.idr-journal.com, Vol. 7, No. 3, pp. 182-187 ISSN: 1541-745X.
- Chan Siok Gim Dan Rodziah Mohamad Nor .(2012). Kecerdasan Emosi Dan Hubungannya Dengan Perilaku Dan Prestasi Akademik Pelajar Sekolah Menengah Di Bachok Kelantan. *Akademika* 82(2) :109-118.
- Cecilia H. Solano and Nancy H. Koester. (1989). Loneliness and Communication Problems: Subjective Anxiety or Objective Skills?. *Personality and Social Psychology Bulletin*.
- Chua Yan Piaw. (2011). *Kaedah dan Statistik Penyelidikan; Kaedah Penyelidikan*. Edisi Kedua. Shah Alam: McGraw Hill (Malaysia).
- Cutrona, C. E. (1982). Transition To College: Loneliness And The Process Of Social Adjustment. In L. A. Peplau And D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook Of Current Research, Theory, And Therapy* (Pp. 291-309). New York: Wiley Interscience.
- Cynthia Leung. (2001). The Psychological Adaptation Of Overseas And Migrant Students in Australia. *International Journal of Psychology*. Volume 36, Issue 4, pages 251–259, August 2001

- DavidKnox, KarenVail-Smith, MartyZusman.(2007).The Lonely College Male.*Journal: International Journal Of Men's Health*, Vol. 6, No. 3, pp. 273-279
- De Jong-Gierveld, Jenny .(1987). Developing And Testing A Model Of Loneliness. *Journal Of Personality And Social Psychology*. Vol 53(1), Jul 1987, 119-128
- De Jong Gierveld, J., Van Tilburg, T.G., And Dykstra, P.A. (2006). Loneliness And Social Isolation. In D. Perlman & A. Vangelisti (Eds.), *The Cambridge Handbook Of Personal Relationships* (Pp. 485-500). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Dykstra, P. A. (2009). Older Adult Loneliness: Myths And Realities. *European Journal Of Ageing*, 6, 91-100. doi: 10.1007/s10433-009-0110-3
- Freud. S. (1977). *Inhibitions, Symptom And Anxiety*. Norton. ISBN 0393008746.9780393008746.
- Hamilton, S.F., & Hamilton, M.A. (2006). School, Work, And Emerging Adulthood. In J.J. Arnett & J.L. Tanner (Eds.), *Emerging Adults In America: Coming Of Age In The 21st Century*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Hairunnaja Najmuddin. 2002. *Psikologi Ketenangan Hati*. Pahang: PTSPublication & Distributors Sdn.Bhd.
- [Helen Cheng](#) And [Adrian Furnham](#). (2002).Personality, Peer Relations, And Self-Confidence As Predictors Of Happiness And Loneliness.*Journal Of Adolescence* .[Volume 25. Issue 3](#).June 2002. Pages 327–339
- Ibeme Nancy C. Nwankwo, Barnabas E.; Balogun, Shyngle K.; Chukwudi, Tobias O.(2010). Self Esteem and Locus of Control as Correlates of Adolescents Well Functioning. *British Journal of Arts & Social Sciences*;2012, Vol. 9 Issue 2, p214
- [Jonathan F Mattanah](#), [Leonie J Brooks](#), [Bethany L Brand](#), [Julie L Quimby](#), [Jean F Ayers](#).(2012).A Social Support Intervention and Academic Achievement in College: Does Perceived Loneliness Mediate the Relationship? *Journal of College Counseling* 01/2012.
- Kadison, R., and DiGeronimo, T.F. (2004).College Of The Overwhelmed: The Campus Mental Health Crisis And What To Do About It. New York: Wiley
- Knox, D., Vail-Smith, K., and Zusman, M. (2007).The Lonely College Male.*International Journal of Men'sHealth*, 6(3), 273-279.<http://dx.doi.org/10.3149/jmh.0603.273>
- Levenson, H., And Pope, K.S. (1994). *Cognitive And Behavior Therapies*. In H. Goldman (Ed.), *Reviewof General Psychiatry*. Los Altos, CA: Lange Medical Publications (Third Edition).
- Leny Juwita.2006. *Mengembangkan Kecerdasan Spiritual Anak*. (Online). Artikel Lepas Yayasan Muthahari, Akses 21:99 Kamis 14 Desember.

- Mcperson, M., Smith-Lovin, L., And Brashears, M.E.(2006). Social Isolation In America: Changes In Core Discussion Networks Over Two Decades. *American Sociological Review*, 71, 353-375.
- Mohamad Hashim Othman. (2006). Laporan Tahap Pencapaian Pelajar IPTA (Tidak Diterbitkan). Pulau Pinang: Unit Penasihatatan Dan Pembangunan Pelajar. Universiti Sains Malaysia.
- Mostafa Amr,Tarek Tawfik Amin,Sahoo Saddichha,Sami Al Malki,Mohammed Al Samail,Nasser Alqahtaini,Abdulahdi Al Abdul Hadi,Abbdullah Al Shoaibi. (2013). Depression And Anxiety Among Saudi University Students: Prevalence And Correlates.*The Arab Journal Of Psychiatry* 2013.Vol.24.Page 1-7.Doi:10.12816/000092
- Mohd Azhar Abd.Hamid.(2007). *Panduan Meningkatkan Kecerdasan Emosi*. PTS Profesional Publishing Sdn Bhd. ISBN 983-3585-19-9.
- Mubayyad, Ma'mun. (1995).*Al-Mursyid fi al-'Amrad al-Nafsiyyah wa Idtirabatal-Suluk*.Beirut: al-Maktab al-Islami.
- Peplau, L. A., and Perlman, D. (Eds.).(1982). *Loneliness: A Sourcebook Of Current Theory, Research, And Therapy*. New York, NY: Wiley.
- Roberts A. Emmons. 2003.*The Psychology of Ultimate Concerns: Motivation and Spirituality in Personality Paperback* . ISBN-13: 978 1572309357 ISBN10: 1572309350 Edition: 1st
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*.New York: Basic Books.
- Rosenberg, M. (1965). *Society And The Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press
- [Robert E. Slavin](#). (2005). [Educational Psychology: Theory and Practice \(8th Edition\)](#), Amazon.com
- Russell, D. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Realibiltiy, validity and Factor Structure. *Journal Of Personality Assesment*, 66(1),20-40.Copyright1996.Lawrence Erlbaum Associates,Inc.
- Ruibyte,Laima .(2007). Relationship Between Individual Attributional Style, Self-Esteem, Locus Of Control And Academic Achievement Of Vytautas Magnus University Students.*Academic Journal*. Source Education.Physical Training. Sport, Issue 67, p71
- Salovey, P., Hsee, C., & Mayer, J.D. (1993). *Emotional Intelligence And The Self-Regulation Of Affect*. In D.M. Wegner & J.W. Pennebaker (Eds.), *Handbook of mental control* (pp. 258-277). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., & Bhullar, N. (2009). The Assessing Emotions Scale. C. Stough, D. Saklofske & J. Parker (Eds.), *The Assessment of Emotional Intelligence*. New York: Springer Publishing, 119-135.

Scales, P.C., Benson, P.L., & Roehlkepartain, E.C. (2011). Adolescent Thriving: The Role Of Sparks, Relationships, And Empowerment. *Journal of Youth and Adolescence*, 40, 263- 277

[S. D. Pressman, S. Cohen, G. E. Miller, A. Barkin, B. S. Rabin, J. J. Treanor.](#)(2005).[Loneliness, Social Network Size, And Immune Response To Influenza Vaccination In College freshmen.](#) *Health Psychol*, Vol. 24, No. 3.

Smith, W.L., and Zhang, P. (2009). Students' Perceptions And Experiences With Key Factors During The Transition From High School To College. *College Student Journal*, 42(2), 643-357.

Siti Nor Yaacob,Rumaya Juhari,Mansor Abu Talib,Ikechukwu Uba. (2009). *Loneliness, Stress, Self Esteem And Depression Among Malaysian Adolescents.*Jurnal Kemanusiaan Bil.14, Dis 2009 Faculty of Human EcologyUniversity Putra Malaysia

Stephanie Bernardon, Kimberley A. Babb, Julie Hakim-Larson, and Marcia Gragg.(2011). Loneliness,Attachment, and the Perception and Use of Social Support in University Students. *Canadian Journal of Behavioural Science* © 2011 Canadian Psychological Association, Vol. 43, No. 1, 40–51.

Tajul Ashikin Jumahat dan Nor Faizah Abdullah .(2014). *Proceeding of the International Conference on Arabic Studies and Islamic Civilization* iCasic 2014(e-ISBN 978-967-11768-4-9), 4-5 March 2014,Kuala Lumpur, Malaysia. Organized by WorldConferences.net.589-599.

Trine Waaktaar dan Sverre Torgersen.(2010). Personality And Social Sciences How Resilient Are Resilience Scales? The Big Five Scales Outperform Resilience Scales In Predicting Adjustment In Adolescents. *Scandinavian Journal Of Psychology*, 51, 157–163.

Ugur Özdemir and Tarik Tuncay.(2008). Correlates Of Loneliness Among University Students.*Child And Adolescent Psychiatry And Mental Health* 2008, 2:29 Doi:10.1186/1753-2000-2-29

Van Baarsen B., Snijders T. A. B., Smit J. H., Van Duijn M. A. J.(2001.)Lonely But Not Alone: Emotional Isolation And Social Isolation As Two Distinct Dimensions Of Loneliness In Older People. *Educational and Psychological Measurement*, 61, 119–135.

William Michael Reynolds. (1999). *MAQ : Multidimensional Anxiety Questionnaire*. Odessa, FL : Psychological Assessment Resources. .

Zaiton Mohamad, Balan Rathakrishnan, Getrude C. Ah Sang, Nazmi Loh

Fakulti Psikologi Dan Pendidikan, Universiti Malaysia Sabah