

HUBUNGAN SOKONGAN SOSIAL DAN PENGERTIAN HIDUP DALAM KALANGAN PELAJAR DI KOLEJ KEMAHIRAN TINGGI MARA, MASJID TANAH

Muhammad Ashraf Zakaria, Faudziah Yusof & Suhaya Deraman

ashraf13191@gmail.com, faudziah@kuim.edu.my, suhaya@kuim.edu.my
Fakulti Sains Sosial, Kolej Universiti Islam Melaka

ABSTRAK

Kajian ini dijalankan adalah untuk melihat tahap sokongan sosial dengan pengertian hidup di kalangan pelajar KKTM Masjid Tanah. Kajian ini menggunakan dua set soal selidik iaitu Soal Selidik Sokongan Sosial (*Inventory Of Socially Supportive Behaviour*) dan Soal Selidik Pengertian Hidup (*The Meaning of Life Questionnaire*). Kajian ini telah dijalankan di Kolej Kemahiran Tinggi MARA Masjid Tanah, Melaka. Seramai 47 orang lelaki dan 23 orang perempuan pelajar yang terlibat dalam kajian ini. Kajian ini menggunakan dua kaedah analisis iaitu kaedah analisis deskriptif dalam melihat taburan demografi responden kajian. Analisis inferensi pula digunakan bagi melihat perbezaan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup pelajar berdasarkan faktor demografi. Data diperoleh dianalisis dengan menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS). Hasil dari kajian menunjukkan bahawa terdapat hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup dan tidak terdapat perbezaan berdasarkan demografi sama ada dari segi program ataupun jantina dikalangan pelajar KKTM Masjid Tanah. Melalui kajian seperti ini, dapat membantu pelajar-pelajar dalam mengetahui apa makna hidup dalam kehidupan mereka dalam meningkatkan motivasi mereka dalam menjadi insan yang berguna pada masa akan datang.

Kata kunci: *Sokongan Sosial, Pengertian Hidup, Pelajar*

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND MEANING IN LIFE AMONG STUDENTS IN KOLEJ KEMAHIRAN TINGGI MARA, MASJID TANAH

ABSTRACT

This study was to determine the level of social support and the meaning of life among students of KKTM Masjid Tanah. The study used two questionnaires, namely the Social Support Questionnaire (Inventory of Socially Supportive Behaviour) and Meaning of Life Questionnaire (The Meaning in Life Questionnaire). The study was conducted at the KKTM Masjid Tanah, Melaka. A total of 47 male and 23 female students who participated in this study. This study used two methods of analysis that is descriptive analysis method in view of demographic distribution of survey respondents. Inferential analysis was used to see the difference between social support and understanding of student life based on demographic factors. Data were analyzed using the Statistical Package for Social Sciences (SPSS). Results of the study showed that there was have relationship between social support and the sense of life and there is no difference based on demographic either in the program or gender among students KKTM Masjid Tanah. Through studies like this one, can help students to find out what the meaning of life in their lives to improve their motivation to be useful in the future.

Keyword: *Social Support, Meaning In Life, Student*

PENGENALAN

Setiap individu pernah melalui zaman remaja. Semasa alam remaja adalah menjadi lumrah apabila kita bernaluri ingin dipunyai, dihargai di dalam sesuatu kelompok. Menurut Haughton (1995), zaman remaja merupakan zaman perubahan dari segi fizikal dan emosi yang boleh memupuk perasaan ketidakpastian dalam diri remaja sendiri. Perkara yang ingin mereka lakukan ialah menonjol diri di dalam kelompok. Mereka yang ingin berada di dalam kelompoknya harus mengikut peraturan yang telah ditetapkan seperti kelompok remaja, keluarga, pendidikan dan sekitarnya. Remaja mengukur diri mereka dengan satu tahap yang dibuat oleh orang-orang di sekeliling yang membentuk diri mereka (Halimah, 2008).

Menurut Carl Rogers dalam Azizi Yahaya et al. (2004), sendiri muncul hasil daripada interaksi organisma dengan persekitarannya. Hasil ini akan menonjolkan nilai orang lain yang berbentuk positif ataupun negatif. Organisma akan bertindak mengikut ketentuan sendiri (Azizi Yahaya et al., 2004). Menurut Erikson, tahap yang paling penting sekali dalam perkembangan diri seseorang individu dalam pembentukan peribadinya adalah semasa zaman remaja. Perubahan yang berlaku dalam diri seseorang pada peringkat ini akan menentukan perkembangan seterusnya dalam kehidupannya (Ibrahim Abu Samah et al., 1999).

Remaja memerlukan sokongan sosial daripada ibu bapa, guru, rakan, rakan sekelas dan orang di sekelilingnya untuk membantu mereka menghadapi liku-liku hidup. Sokongan ini mampu memberi perlindungan dan peningkatan kesihatan remaja menerusi psikologikal hidup remaja apabila remaja mengalami gangguan konflik dalam hidup. Malahan mampu memberi peningkatan penghargaan sendiri, nilai dan keyakinan diri serta kesejahteraan dalam hidup. (Nestmeann & Hurrelmann, 1994).

Sokongan sosial merupakan aspek yang perlu dikaji semula kerana ia digambarkan sebagai kedua-dua penampan daripada tekanan hidup dan juga sebagai agen mempromosikan kesihatan dan kesejahteraan (Dollete, Steese, Phillips, & Matthews, 2004). Penyelidikan telah menunjukkan bahawa sokongan sosial memainkan peranan yang penting dalam menguruskan masalah psikologi. Kekurangan sokongan sosial telah didapati menjadi salah satu faktor yang membawa kepada banyak masalah psikologi di kalangan pelajar. Terdapat pelbagai penyelidikan empirikal telah menunjukkan hubungan di antara sokongan sosial dan masalah psikologi di kalangan pelajar. Oleh itu, kajian ini cuba untuk memahami peranan sokongan sosial dalam menguruskan masalah psikologi yang dihadapi oleh pelajar berdasarkan sebab-sebab berikut.

Pertama, sokongan sosial adalah sangat penting untuk individu dalam kehidupan mereka. Defisit dalam sokongan sosial telah terbukti berkaitan dengan banyak masalah psikologi seperti kemurungan, kesepian, dan kebimbangan (Eskin, 2003). Elliot dan Gramling (1990) mendapati bahawa sokongan sosial membantu pelajar kolej untuk mengurangkan kemurungan, kebimbangan dan tekanan. Mereka juga mendapati bahawa sokongan sosial dapat membantu pelajar mengurus dan mengurangkan masalah psikologi mereka. Oleh itu, kajian ini adalah untuk memahami bagaimana sokongan sosial boleh memainkan peranan dalam menangani kemurungan, kebimbangan dan tekanan adalah penting.

Kedua, sokongan sosial juga telah diiktiraf untuk mempunyai kesan yang besar ke atas pencapaian pelajar. Oleh kerana keluarga dan rakan-rakan adalah sumber pertama individu rujukan, sokongan dari kedua-dua sumber yang untuk memberi pengaruh yang besar ke atas pencapaian akademik (Steinberg & Darling, 1994; Cutrona et al, 1994). Sokongan yang diterima oleh pelajar boleh membantu untuk mengurangkan masalah psikologi mereka kerana mereka merasakan bahawa seseorang yang ada untuk membantu mereka, sekali gus membantu mereka menunjukkan prestasi yang baik dalam kehidupan akademik. Dengan mempunyai pengetahuan tentang bagaimana sokongan sosial boleh membantu pelajar untuk cemerlang dalam pelajaran dan menghadapi apa-apa gangguan psikologi, banyak maklumat boleh diperolehi untuk meningkatkan jumlah sokongan disediakan.

Ketiga, kajian ini juga diharapkan dapat menyumbang kepada penyelidikan bagaimana untuk membantu dan menguruskan pencapaian akademik pelajar. Dengan adanya pemahaman dan pengetahuan mengenai sokongan sosial yang berhubungan dengan keadaan psikologi pelajar lebih baik, ia boleh membantu kita untuk mereka bentuk dan menyusun program pembangunan yang betul untuk membantu mereka. Sejak sokongan sosial adalah amat penting kepada pelajar, kajian ini juga

akan membantu keluarga, terutama ibu bapa, memahami peranan mereka dalam membantu anak-anak mereka supaya mereka dapat membantu pelajar untuk mengurangkan masalah psikologi mereka.

Menurut pengkaji, kajian mengenai golongan pelajar ini perlu diberi tumpuan. Oleh yang demikian, tujuan utama kajian adalah untuk melihat tahap sokongan sosial dan pengertian hidup di kalangan golongan pelajar di Kolej Kemahiran Tinggi Mara, Masjid Tanah, Melaka. Frankl (1985) mengaitkan makna hidup sebenar terhadap diri individu telah menekankan bahawa seseorang itu boleh terus hidup atau berani untuk mati demi memperjuangkan makna hidup yang didukungnya (Ratna Roshida 2010). Pengertian hidup merupakan salah satu ukuran psikologikal yang dikaitkan dengan emosi positif dan bebas daripada kemurungan dan mana-mana kecelaruan emosi (White 2004). Menurut Bronebright dan rakan-rakan (2000) pula menegaskan bahawa seseorang yang memiliki pengertian hidup yang tinggi secara positifnya akan memperoleh keseronokan dalam hidup. Menurut Ryff dan Singer (1998), pengertian hidup adalah berkaitan dengan perkembangan individu yang juga berkait rapat dengan proses-proses lain seperti perkembangan identiti, hubungan sosial dan matlamat. Di mana, erti hidup ini memerlukan manusia untuk memahami, memberi maksud atau melihat kepentingan dalam hidup mereka. Oleh itu, makna dalam hidup boleh dianggap penting yang perlu dicapai oleh setiap individu.

Dalam konteks kajian ini, sokongan sosial dan makna dalam hidup diberi tumpuan terhadap pelajar-pelajar. Justeru, kajian ini mempunyai lima objektif iaitu:-

1. Mengukur hubungan sokongan sosial dan pengertian hidup di kalangan pelajar
2. Mengukur perbezaan sokongan sosial pelajar berdasarkan program.
3. Mengukur perbezaan sokongan sosial pelajar berdasarkan jantina
4. Mengukur perbezaan pengertian hidup pelajar berdasarkan program.
5. Mengukur perbezaan pengertian hidup pelajar berdasarkan jantina

Hipotesis Kajian

H1 : Terdapat hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup.

H2 : Terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan program.

H3 : Terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan jantina.

H4 : Terdapat perbezaan pengertian hidup berdasarkan program.

H5 : Terdapat perbezaan pengertian hidup berdasarkan jantina.

METODOLOGI PENYELIDIKAN

Sampel Kajian

Kajian ini melibatkan seramai 70 orang pelajar yang terdiri daripada lelaki (47 orang) dan perempuan (23 orang). Daripada 70 orang sampel tersebut, 17 (24.3%) dari program Diploma Kejuruteraan Automotif (DAF), 34 (48.6%) dari program Diploma Teknologi Polimer Komposit (DTP), 10 (14.3%) dari Diploma Teknologi Plastik (DTL), enam (8.6%) dari Diploma Teknologi Seramik (DTS) dan tiga (4.3%) adalah dari Persijilan Aeroangkasa (IAC). Purata umur setiap sampel kajian adalah dari 18 tahun sehingga 25 tahun. Berdasarkan tempat tinggal seramai 34 orang (48.6%) tinggal di bandar manakala seramai 36 orang (51.4%) menetap di luar bandar. Selain itu, Daripada 70 orang sampel tersebut, tujuh orang (10%) dari semester satu, empat orang (5.7%) dari semester dua, 48 orang (68.6%) dari semester tiga, empat orang (5.7%) dari semester empat dan tujuh orang (10%) adalah dari semester akhir.

Prosedur Dan Alat Kajian

Semua pelajar melalui kajian ini telah dipilih berdasarkan persampelan bertujuan di sekitar Kolej Kemahiran Tinggi MARA, Masjid Tanah, Melaka pada sepanjang bulan sembilan dan sepuluh.

Pengkaji terlebih dahulu membuat perbincangan dengan kaunselor KKTMM Masjid Tanah, bagi menetapkan tarikh perjumpaan bersama wakil pelajar yang ingin mengedarkan soal selidik ini. Selain itu, pengkaji turut menerangkan tentang kajian yang bakal dijalankan, kepentingan dan juga rasional kajian.

Kebanyakan sampel kajian memerlukan bantuan dari segi penerangan mengenai soalan yang dikemukakan. Perkara ini disebabkan kebanyakan pelajar disini sukar dalam memahami ayat-ayat yang telah digunakan di dalam soalan soal selidik ini. Oleh itu, pengkaji menghadapi kesukaran dalam menjalankan kerja-kerja mengedarkan soal selidik dan pengkaji menghadapi kesukaran dalam mencapai hasil yang tepat.

Soal selidik dalam kajian ini merangkumi dua bahagian utama iaitu bahagian A, B dan bahagian C. Bahagian A merangkumi soalan-soalan yang berkaitan dengan latar belakang golongan pelajar. Antara soalan-soalan yang ditanya merangkumi jantina, semester, umur, tempat tinggal dan program diploma yang diambil.

Soal selidik bahagian B merupakan Inventori Tingkahlaku Sokongan Sosial (*Inventory Of Socially Supportive Behaviour*). Alat ujian ini telah dikemukakan oleh Berrera (1981) untuk mengukur sokongan sosial yang terdiri daripada sokongan emosi, sokongan maklumat, sokongan sosial dan perampingan sosial. Soalan-soalan adalah menguji tentang sokongan sosial yang diterima oleh para pelajar dan mengandungi 20 item pembolehubah berasaskan lima skala likert

Soal selidik piawai *The Meaning in Life Questionnaire* (Steger, Frazier, Oishi dan kaler, 2004) telah digunakan bagi mengukur pengertian hidup dalam bahagian B. Skala berbentuk Likert tujuh pilihan jawapan telah digunakan di dalam soal selidik ini. Ianya dikadarkan dengan pilihan jawapan daripada sangat tidak tepat sehingga sangat tepat. Kehadiran soal selidik pengertian hidup ini adalah berkenaan dengan pengertian hidup yang dirasakan atau dialami oleh seseorang secara subjektif dan orientasi yang mendorong seseorang untuk mencari pengertian dalam hidupnya.

KEPUTUSAN KAJIAN

Kebolehpercayaan Soal Selidik

Soal Selidik Sokongan Sosial

Mannuel Barrera et al. (1981) telah menjalankan kajian untuk menilai stabiliti alat ukuran, realibiliti melalui kaedah uji dan uji kembali dan ketekalan dalaman. Pekali korelasi bagi item yang diperolehi adalah di antara $r = 0.0441 - 0.912$. Sementara dalam ketekalan dalaman ISSB telah diukur dengan menjalankan pekali Alfa Cronbach bagi setiap pentadbiran skala. Analisis ini telah memperolehi pekali alfa 0.926 dan 0.940 bagi pentadbiran skala yang pertama dan kedua. Begitu juga dengan menggunakan kaedah Alfa Cronbach, kebolehpercayaan telah diperolehi dengan agak baik iaitu 0.925.

Soal Selidik Pengertian Hidup

Kebolehpercayaan ujian bermakna ujian itu konsisten (Tuckman, 1978). Sesuatu ujian itu dikatakan mempunyai kebolehpercayaan yang tinggi sekiranya skor yang sama diperolehi individu yang sama dengan menjawab ujian yang sama pada masa yang berbeza (Sidek Mohd Noah, 1990). Kajian ini telah menguji kebolehpercayaan soal selidik dengan menggunakan pekali alfa cronbach. Kebolehpercayaan yang tinggi untuk sesuatu alat ujian amat diperlukan. Menurut Mohd Majid Konting (1990), pekali kebolehpercayaan yang lebih dari .60 boleh digunakan di dalam kajian. Oleh itu, nilai kebolehpercayaan yang diperolehi di dalam kajian ini ialah .824.

H1 : Terdapat hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup

Jadual 1: Hubungan Antara Sokongan Sosial Dengan Pengertian Hidup

Pembolehubah	Pengertian Hidup
Sokongan Sosial	0.237

$k < .05$

Keputusan analisis menunjukkan bahawa nilai pekali korelasi adalah .237 ($r = .237$) dan nilai kebarangkalian adalah .048 yang diuji pada aras keyakinan .05. Nilai kebarangkalian ini didapati lebih kecil dari aras keyakinan ($k < .05$). Dengan ini hasil analisis menunjukkan bahawa sokongan sosial mempunyai hubungan dengan pengertian hidup. Oleh itu, hipotesis ini diterima iaitu terdapat hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup di kalangan pelajar. [$r(70) = .237, k < .05$].

H2 : Terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan program

Jadual 2: Perbezaan Sokongan Sosial Berdasarkan Program

Sokongan Sosial	JKD	dk	MKD	F	Sig
Antara kumpulan	37.600	32	1.175	1.156	.333
Dalam kumpulan	37.600	37	1.016		
Jumlah	75.200	69			

Keputusan analisis menunjukkan bahawa nilai Anova sehalu adalah 1.156 dan nilai kebarangkalian adalah .333 yang diuji pada aras keyakinan .05. Nilai kebarangkalian ini didapati lebih besar dari aras keyakinan ($k > .05$). Dengan ini, hasil analisis menunjukkan bahawa sokongan sosial tidak mempunyai perbezaan dari segi program. Oleh itu, hipotesis ini ditolak iaitu tidak terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan program di kalangan pelajar [$F(32, 37) = 0.333, k > .05$].

H3 : Terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan jantina

Jadual 3: Perbezaan Sokongan Sosial Berdasarkan Jantina

Jantina	N	Min	t	df	Sig.
Lelaki	47	5.64662	1.875	68	.065
Perempuan	23	5.64662			

Hasil ujian t di atas menunjukkan bahawa nilai t yang diperoleh adalah sebanyak 1.875. Nilai kebebasan pula ialah 68 dan nilai kebarangkalian ialah .065. Daripada hasil ini menunjukkan bahawa hipotesis ditolak ($t = 1.875, k > .05$). Keadaan ini membawa maksud bahawa sokongan sosial antara pelajar lelaki dan perempuan adalah tidak berbeza antara satu sama lain. Tidak terdapat perbezaan sokongan sosial berdasarkan jantina.

H4 : Terdapat perbezaan pengertian hidup berdasarkan program

Jadual 4: Perbezaan Pengertian Hidup Berdasarkan Program

Pengertian Hidup	JKD	dk	MKD	F	Sig
Antara kumpulan	21.450	23	.933	.798	.716
Dalam kumpulan	53.750	46	1.168		
Jumlah	75.200	69			

Keputusan analisis menunjukkan bahawa nilai Anova sehala adalah .798 dan nilai kebarangkalian adalah .716 yang diuji pada aras keyakinan .05. Nilai kebarangkalian ini didapati lebih besar dari aras keyakinan ($k > .05$). Dengan ini, hasil analisis menunjukkan bahawa pengertian hidup tidak mempunyai perbezaan dari segi program. Oleh itu, hipotesis ini ditolak iaitu terdapat tidak perbezaan pengertian hidup berdasarkan program di kalangan pelajar [$F(23, 46) = 0.716, k > .05$].

H5 : Terdapat perbezaan pengertian hidup berdasarkan jantina

Jadual 5: Perbezaan Pengertian Hidup Berdasarkan Jantina

Jantina	N	Min	t	df	Sig
Lelaki	47	3.40611	1.929	68	.058
Perempuan	23	3.40611			

Hasil ujian t di atas menunjukkan bahawa nilai t yang diperoleh adalah sebanyak 1.929. Nilai kebebasan pula ialah 68 dan nilai kebarangkalian ialah .058. Daripada hasil ini menunjukkan bahawa hipotesis ditolak ($t = 1.929, k > .05$). Keadaan ini membawa maksud bahawa pengertian hidup antara pelajar lelaki dan perempuan adalah tidak berbeza antara satu sama lain. Tidak terdapat perbezaan pengertian hidup berdasarkan jantina.

PERBINCANGAN

Kajian ini mengkaji hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup dalam kalangan pelajar KKTMM Masjid Tanah. Melalui kajian ini juga, pengkaji turut mengkaji perbezaan pembolehubah dengan beberapa demografi seperti jantina dan program yang terdapat di KKTMM Masjid Tanah. Hasil kajian menunjukkan bahawa sokongan sosial mempunyai hubungan dengan pengertian dikalangan pelajar. Hasil ini menunjukkan bahawa tidak semestinya dengan sokongan sosial yang tinggi atau sederhana dapat membantu dalam memberi makna hidup kepada pelajar begitu juga sebaliknya. Ini kerana mungkin berlakunya konflik yang diberikan kepada pelajar dan keadaan ini membuatkan pelajar sukar mengenalpasti makna hidup mereka yang sebenar. Sokongan sosial adalah bantuan dari segi emosi, kewangan, persekitaran, dan sebagainya daripada orang-orang terdekat dan dipercayai (Smith dan Zhang, 2009). Kekurangan dalam menerima sokongan sosial akan mempengaruhi gaya hidup mereka ke arah yang lebih menyendiri dan mengalami kesunyian. Sokongan sosial amat diperlukan dalam proses pembelajaran di kampus (Smith dan Zhang, 2009).

Remaja memerlukan sokongan sosial daripada ibu bapa, guru, rakan, rakan sekelas dan orang di sekelilingnya untuk membantu mereka menghadapi liku-liku hidup. Sokongan ini mampu memberi perlindungan dan peningkatan kesihatan remaja menerusi psikologikal hidup remaja apabila remaja mengalami gangguan konflik dalam hidup. Malahan mampu memberi peningkatan penghargaan sendiri, nilai dan keyakinan diri serta kesejahteraan dalam hidup. (Nestmeann & Hurrelmann, 1994).

Tam et al. (2011) mengkaji hubungan antara penerimaan sokongan sosial dan penghargaan sendiri dalam kalangan remaja Malaysia. Hasil kajian menunjukkan hubungan positif antara sokongan sosial dan penghargaan sendiri dalam kalangan remaja. Selain itu, Teoh dan Nur Afiqah (2010) yang mengkaji penghargaan sendiri di kalangan belia, sokongan sosial dan personaliti menunjukkan bahawa kesemua personaliti dan sokongan sosial mempunyai kaitan dengan tahap penghargaan sendiri pelajar.

Frankl (1970) menyebutkan makna hidup bermula dari sebuah visi kehidupan, harapan dan merupakan alasan kenapa manusia harus tetap hidup. Mohamad Hudaeri (2007) mengatakan bahawa setiap orang yang hidup jelas mendambakan adanya pengertian hidup. Pengertian hidup ialah kesedaran akan adanya nilai-nilai yang dipandang sebagai penting, dirasakan berharga, dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Pengertian hidup atau makna hidup merupakan nilai-nilai penting dan sangat bererti bagi kehidupan peribadi seseorang yang berfungsi sebagai tujuan hidup yang harus dipenuhi dan merupakan pengarah kepada kegiatan-kegiatan seseorang individu.

Frankl (2000) telah menjalankan pemerhatian ke atas individu dan mengatakan orang yang tiada pengertian dalam hidup akan meninggal dunia lebih awal berbanding orang yang mempunyai tujuan dalam hidup. Menurutnya lagi, tidak mempunyai pengertian dalam hidup juga boleh menyebabkan lemahnya menghadapi kesulitan, kemurungan, bunuh diri, tidak boleh berdikari dan kesejahteraan negatif. Mohamad Hudaeri (2007) setiap orang yang hidup jelas mendambakan adanya makna hidup, iaitu kesedaran akan adanya nilai-nilai yang dipandang sebagai penting, dirasakan berharga, dan diyakini sebagai sesuatu yang benar serta dapat dijadikan sebagai tujuan hidup. Makna hidup dilihat bertindak sebagai panduan kepada pencapaian sesuatu objektif dalam kehidupan seseorang individu dan sumber kepada makna ini adalah berbeza-beza berdasarkan pengalaman dan pembelajaran yang dialami sepanjang hidup individu tersebut.

Selain itu, kajian juga mendapati bahawa terdapat hubungan sokongan sosial antara program-program di kalangan pelajar. Ini membawa maksud bahawa sokongan sosial antara pelajar adalah tidak sama meskipun berlainan program. Sokongan sosial merujuk kepada pengalaman yang sedang dinilai, dihormati, mengambil berat, dan disayangi oleh orang lain yang hadir dalam kehidupan seseorang (Gurung, 2006). Ia mungkin datang daripada sumber-sumber yang berbeza seperti keluarga, rakan-rakan, guru, masyarakat, atau mana-mana kumpulan sosial yang mana satu adalah anggota gabungannya. Sokongan sosial boleh datang dalam bentuk bantuan yang nyata yang diberikan oleh orang lain apabila diperlukan yang merangkumi penilaian terhadap situasi yang berbeza, strategi menangani berkesan, dan sokongan emosi. Sokongan sosial adalah elemen yang boleh membantu individu untuk mengurangkan jumlah tekanan yang dialami dan juga untuk membantu individu menghadapi yang lebih baik dalam menangani keadaan tertekan. Beberapa kajian menunjukkan bahawa kenalan menyokong berkorelasi negatif dengan gejala dan gangguan psikologi seperti tekanan, kemurungan dan gangguan psikiatri yang lain, dan positif kaitan dengan kesihatan fizikal dan mental.

Selain itu, kajian juga mendapati bahawa tidak terdapat perbezaan sokongan sosial antara pelajar lelaki dan perempuan. Keadaan ini membawa maksud pengertian hidup antara gelandangan lelaki dan perempuan adalah tidak berbeza antara satu sama lain. Di Slovakia, dapatan lepas menunjukkan suasana keadaan ekonomi keluarga remaja yang mewah, emosi keluarga yang stabil, sifat extraversion dan sokongan keluarga yang tinggi mempunyai penghargaan sendiri global yang tinggi berbanding disfungsi sosial bagi sesebuah keluarga remaja yang memiliki penghargaan sendiri rendah (Veselska et al., 2006). Di samping itu, dapatan kajian Laible, Carlo dan Scott (2004) di USA selari dengan kajian pengkaji di mana ia menunjukkan ibu bapa merupakan orang yang paling rapat mempengaruhi penghargaan sendiri remaja berbanding rakan remaja malah remaja yang memiliki prososial yang tinggi dalam perhubungan dilaporkan mempunyai penghargaan sendiri tinggi serta tingkah laku agresif yang rendah berbanding mereka yang tidak.

Menurut kajian yang dibuat oleh Nina dan Ralf (1991), keputusan ini mengesahkan nilai memeriksa hubungan antara tekanan, sokongan sosial, dan kesihatan sempena faktor demografi seperti jantina dan umur. Kesihatan aduan, terutama sakit dada, meningkat dengan umur untuk kedua-dua jantina dalam kajian ini. Bagi wanita, keletihan, kemurungan, dan kebimbangan juga didapati meningkat dengan usia. Kerana morbiditi bertambah apabila seseorang meningkat umur, umur dan peringkat hidup perlu dipertimbangkan lebih rapat dalam kajian mengenai sokongan sosial. Ia terkenal bahawa jantina berbeza dari segi keperluan mereka, menggunakan, dan penyediaan sokongan sosial, dengan wanita biasanya kedua-dua yang memerlukan dan menyediakan sokongan yang lebih sosial berbanding lelaki [19, 39]. Dalam sampel ini, kedua-dua lelaki dan wanita pendatang menjadi lebih mudah terdedah kepada kesihatan dengan peningkatan usia. Walaubagaimanapun, hanya hasil kesihatan yang dilaporkan wanita dipengaruhi oleh jumlah sokongan sosial yang mereka terima.

Selain itu, kajian juga mendapati bahawa tidak terdapat perbezaan pengertian hidup dikalangan pelajar lelaki dan perempuan. Keadaan ini membawa maksud pengertian hidup dikalangan lelaki dan perempuan adalah tidak berbeza antara satu sama lain. Dalam kajian imigran Latin menunjukkan golongan perempuan lebih tinggi mempunyai pengertian hidup kerana mereka meletakkan agama dan penyerahan diri kepada Tuhan sebagai suatu destinasi. Justeru, mereka lebih bermotivasi untuk meneruskan kehidupan kerana sentiasa berada dalam komuniti keagamaan. Manakala dalam kajian Arpad Skrabski (2005) menunjukkan terdapat hubungan antara pengertian hidup dengan tahap pengamalan keagamaan oleh pesakit wanita berbanding lelaki. Pesakit wanita

dikatakan penglibatan dalam keagamaan menjadikan mereka lebih tertumpu kepada pencarian pengertian hidup yang bermakna. Berdasarkan kajian yang telah dijalankan oleh pengkaji-pengkaji lain menunjukkan kebanyakan individu meletakkan agama sebagai kaedah untuk mengurangkan rasa tegang. Beberapa kajian menunjukkan bahawa tidak terdapat hubungan antara sokongan sosial dengan pengertian hidup dan tidak terdapat perbezaan berdasarkan demografi sama ada dari segi program ataupun jantina dikalangan pelajar KKTMM Masjid Tanah.

Menurut Tengku Aizan Hamid (2001), sokongan sosial telah dikenal pasti sebagai faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi antara anak dewasa dengan ibu bapa. Sokongan sosial timbal balik yang tinggi antara anak dewasa dengan ibu bapa meningkatkan kesejahteraan psikologi masing-masing (Umberson 1992). Kurang sokongan sosial di antara ahli keluarga akan mendedahkan kepada situasi psikopatologi (Procidano dan Heller 1983). Ini bermaksud individu mungkin akan mengalami masalah psikologi seperti depresi sekiranya mereka kurang menerima sokongan sosial daripada ahli keluarga.

Menurut Frankl (1985) dalam Bastaman 1996, ketika membahas tentang pengertian dari makna hidup mengatakan bahawa makna hidup adalah berbeza antara seorang individu dengan individu lain. Pengertian hidup individu juga bahkan berbeza setiap hari malahan setiap jam. Beliau cuba menggambarkan bahawa makna hidup merupakan sesuatu yang sangat peribadi bergantung kepada keperibadian dan keunikan individu itu sendiri dalam usaha memaknakan hidupnya. Frankl (dalam Bastaman 1996), juga mengemukakan karakteristik pengertian hidup iaitu:

- i) Sifat makna hidup adalah unik dan peribadi, maksudnya apa yang dianggap penting dan bermakna bagi seseorang individu belum tentu menjadi sesuatu yang bermakna bagi orang lain.
- ii) Sifat makna hidup adalah konkrit dan spesifik, maksudnya pengertian hidup ini dapat ditemui dalam pengalaman-pengalaman yang dilalui dan kehidupan realiti sehari-hari.
- iii) Makna hidup bersifat memberi pedoman dan arah kepada kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan sehingga makna hidup seakan-akan mencabar diri dan merangsang individu untuk berusaha memenuhinya.

Secara umumnya, pengertian hidup boleh didefinisikan sebagai perkara yang mampu membuatkan individu melihat kehidupan sebagai berharga. Ianya berkait rapat dengan melaksanakan sesuatu yang positif atau baik yang boleh membawa kepada objektif hidup. Apabila manusia berhasil melaksanakan matlamat hidup mereka, maka kehidupan akan dilihat bererti dan penting. Sumber kepada pengertian hidup manusia boleh hadir dalam beberapa aspek merangkumi pengalaman dan pembelajaran serta pegangan dan nilai. Pengalaman yang menjadi komponen pembentukan makna hidup ini pula terbahagi kepada dua aspek iaitu pengalaman yang baik atau menggembirakan dan pengalaman yang pahit atau dukacita.

KESIMPULAN DAN CADANGAN

Kajian ini tidak boleh digeneralisasikan ke atas populasi lain kerana sampel yang kecil. Oleh itu adalah mustahil dapatan kajian ini boleh digeneralisasikan kepada semua pelajar di Kolej Kemahiran Tinggi Mara. Kajian berkaitan sokongan sosial dengan pengertian hidup golongan pelajar perlu diperbanyakkan oleh pengkaji. Pengkaji juga merasakan ianya suatu topik yang menarik untuk dibincangkan. Ini kerana kebanyakan pelajar-pelajar yang berada pada usia remaja masih tidak mengetahui mengenai adakah sokongan sosial mereka mampu untuk mempengaruhi makna dalam hidup mereka. Kajian ini juga dapat membantu golongan pelajar dalam mengenal pasti sumber sokongan sosial yang mampu untuk memberikan makna dalam hidup yang terbaik untuk mereka. Hasil kajian ini membuktikan bahawa sokongan sosial dengan makna dalam hidup terhadap golongan pelajar menyebabkan mereka terus berfikir positif bagi memenuhi keperluan asas harian. Hasil dari kajian ini akan dapat memberi maklumat dan pengetahuan terhadap pihak berkuasa tentang golongan pelajar. Hal ini adalah kerana golongan pelajar yang mempunyai makna dalam hidup yang rendah dapat dibendung oleh pihak kolej dengan membekalkan sumber sokongan sosial yang lebih baik.

Kajian ini mempunyai beberapa limitasi antaranya ialah pengkaji sukar mendapatkan sampel. Ini adalah kerana sampel berada di kawasan-kawasan bengkel dan menyebabkan pengkaji dilarang untuk masuk ke sana tanpa kebenaran. Oleh itu, pengkaji mengharapkan kerjasama dari pihak kolej untuk membenarkan kajian ini dilakukan. Antara limitasi lain yang dihadapi oleh pengkaji adalah masa yang terlalu lama untuk mendapatkan sampel dari golongan pelajar-pelajar. Hal ini kerana kebanyakan sibuk dengan waktu pembelajaran mereka yang agak ketat sehingga tidak dapat meluangkan masa untuk menjawab soal selidik ini.

Cadangannya, pihak kolej perlu memberi ruang kepada pengkaji dalam melakukan kajian kepada pelajar-pelajar. Ini kerana, melalui kajian seperti ini, dapat membantu pelajar-pelajar dalam mengetahui apa makna hidup dalam kehidupan mereka dalam meningkatkan motivasi mereka dalam menjadi insan yang berguna pada masa akan datang.

RUJUKAN

- Arpad Skrabski, Maria Kopp, sandor Rozsa, Janos Rethelyi & Richard H. Rahe. 2005. *Life Meaning: An important correlate of health in the Hungarian population*. International Journal of Behavioral Medicine 12 (2): 78-85.
- Azizi Yahaya, Yusuf Boon, Jamaludin Ramli, Jaafar Sidek, Fawziah Yahya & Amir Hamzah Abdul. 2004. *Psikologi Sosial*. Johor: Universiti Teknologi Malaysia.
- Bastaman, Hanna Djumhana. 1996. *Meraih Hidup Bermakna: Kisah Peribadi dengan Pengalaman Tragis*. Jakarta: Paramadina
- Barrera, M., Jr., Sandler, I.N., & Ramsay, T.B. 1981. *Preliminary development of a scale of social support: Studies on college students*. American Journal of Community Psychology, 9, 435-447.
- Bonebright C.A., Clay, D. L. & Ankenmann, R. D. 2000. *The relationship of workaholism with work-life conflict, life satisfaction, and purpose in life*. Journal of Counseling Psychology 47:469-477
- Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S. G., & Russel, D. W. (1994). *Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective*. Journal of Personality and Social Psychology, 66(2), 369-378.
- Dollete, Steese, Phillips, & Matthews, (2004). *Understanding girls' circle as an intervention on perceived social support, body image, self-efficacy, locus of control and self-esteem*. The Journal of Psychology, 90 (2), 204 – 215
- Elliot, T.R., & Gramling, S.E. (1990). *Personal assertiveness and the effects of social support among college students*. Journal of Counseling Psychology, 37,427-436.
- Eskin, M. (2003). *Self-reported assertiveness in Swedish and Turkish adolescents: A cross-cultural comparison*. Scandinavian Journal of Psychology, 44, 7–12.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning* (Revised and updated). New York, NY: Washington Square Press
- Frankl, V. E. 1970. *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. New York: New America Library
- Frankl, V. E. 2000. *Man's search for meaning*. Boston: Beacon Press.
- Gurung, R.A.R (2006). *Health Psychology: A Cultural Approach*. Belmont CA: Thomson Wadsworth.
- Halimah Abdul Rahman. 2008. *Masalah moral dan disiplin pelajar*. KL: Edition Plus Sdn Bhd.
- Haughton, E. 1995. *Dealing with peer pressure*. Italy: Wayland.
- Hudaeri, M. 2007. *Agama dan Problem Makna Hidup*. Al-Qalam, 24 (2). (Mei-Ogos).
- Ibrahim Abu Samah, Jamil Hamali, Zulkifley Mohd Badron Abd Manaf & Allan Chong. 1999. *Gaya hidup remaja: Analisis kes remaja di bandaraya Kuching*. Shah Alam: UITM.
- Laible, D. J., Carlo, G. & Roesch, S. C. 2004. *Pathways to self-esteem in late-adolescents: the role of parent and peer attachment, empathy, and social behaviors*. Journal of Adolescence 27:6(December 2004)703-716.
- Mohd Majid Konting. 1990. *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

- Nestmann, F. & Hurrelmann, K. 1994. *Child and adolescent research as a challenge and opportunity for social support theory, measurement, and intervention: and vice versa*. In F. Nestmann & K. Hurrelmann (Eds.), *Social networks and social support in childhood and adolescence* (pp. 1-22). New York: Walter de Gruyter.
- Nina Knoll and Ralf Schwarzer. 1991. *Gender and Age Differences in Social Support: A Study of East German Migrants*, Freie Universität Berlin, Department of Health Psychology, Habelschwerdter Allee 45 14195 Berlin, Germany *Oncology* 13 : 468-481.
- Procidano, M.E, and K.Heller. 1983. *Measures of perceived social support from friends and from family: their validation studies*. *American Journal of Community Psychology* 11(1): 1-23.
- Ratna Roshida Abd Razak. 2010. *Modal Insan Aset Utama Pembentukan Tamadun Bangsa*. in Mohd. Roslan Mohd Nor & Ahmad Zaki Berahim @ Ibrahim(Ed.), *Pembangunan Modal Insan & Tamadun Dari Perspektif Islam* (Universiti Malaya: Akademi Pengajian Islam, Jabatan Sejarah dan Tamadun Islam, 2010).
- Ryff C.D. & Singer B.H. 1998. *The contours of positive human health*. *Psychological Inquiry* 9 (1): 1-28.
- Sidek Mohd Noah. 1990. *Penilaian dalam kaunseling: Interpretasi keputusan ujian meliputi kesahan dan kebolehpercayan*. Kertas kerja dibentangkan di Seminar Pengujian dalam Bimbingan Kerjaya, di Pusat Pengembangan dan Pendidikan Lanjutan, UPM, Serdang, pada 25-26 November 1991.
- Smith, W.L., & 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
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. 2006. *The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life*. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 80-93.
- Steinberg, L., & Darling, N. (1994). *The broader context of social influence in adolescence*. In Silbereisen, R.K. & Todt, E. (Eds.), *Adolescence in Context: The Interplay of Family, School, Peers, and Work in Adjustment*. New York: Springer-Verlag Inc.
- Tam, C. L., T, H. L., Wai, M. H. & Wei, L. P. 2011. *Perceived social support and self-esteem towards gender roles: Contributing factors in adolescents*. *Asian Social Sciences*. 7(8): August 2011.
- Tengku Aizan Hamid. 2001. *Sokongan Sosial, Kualiti Hubungan dan Kesejahteraan Psikologi antara Anak Dewasa dengan Ibu Bapa*. Department of Human Development and Family Studies Faculty of Human Echology. Universiti Putra Malaysia, Selangor. *Pertanika J. Soc. Sci. & Hum.* 9(1): 61 - 69 (2001). ISSN: 0128-7702. © Universiti Putra Malaysia Press.
- Teoh, H. J. & Nur Afiqah. 2010. *Self-esteem among young adults: The effect of gender, social support and personality*. *MJP online*, 02-07-10
- Tuckman, B.W. 1978. *Conducting Educational Research*, 2nd Edition. New York: Harcourt Brace Jovanovich, Inc.
- Umberson, D. 1992. *Relationships between adult children and their parents: psychological consequences for both generations*. *Journal of Marriage and the Family* 54(3): 64-674.
- Veselska, Z., Geckova, A. M., Gajdsova, B., Orosova, O., Dijk, J. P. & Reijneveld, S. M. 2006. *Socioeconomic differences in self-esteem of adolescents influenced by personality, mental health and social support*. *European Journal Public Health*. doi:10.1093/eurpub/ckp210.
- White, C. A. 2004. *Meaning and its measurement in Psychosocial oncology*. *Psycho*