

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DAN NILAI SOSIAL TERHADAP TEKANAN DALAM KALANGAN PELAJAR DI SEKOLAH MENENGAH KEBANGSAAN SEPAGAYA, LAHAD DATU, SABAH

Nur Fathiah Faezah Ahmad Muldjamil*

Fakulti Sains Sosial, Universiti Melaka,
Batu 28, Kuala Sungai Baru, 78200 Melaka, Malaysia

Siti Marhamah Kamarul Arifain

Fakulti Sains Sosial, Universiti Melaka,
Batu 28, Kuala Sungai Baru, 78200 Melaka, Malaysia

**Corresponding Author's Email: nurfathiah.786@gmail.com*

Article history:

Received : 4 Mei 2023

Accepted : 22 Jun 2023

Published : 29 September 2023

ABSTRAK

Kecerdasan emosi yang rendah dan kurangnya penghayatan nilai sosial akan menyebabkan tekanan dalam diri pelajar. Kajian ini dijalankan untuk mengkaji Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dan Nilai Sosial terhadap tekanan dalam kalangan pelajar di Sekolah Menengah Kebangsaan Sepagaya, Lahad Datu, Sabah. Seramai 30 orang pelajar lelaki dan perempuan terdiri daripada pelajar Tingkatan 4 dan 5 ditinjau menggunakan instrumen Tekanan Remaja, Instrumen Kecerdasan Emosi Malaysia – Remaja (IKEM-R) dan Instrumen Nilai Sosial (INS) Remaja. Data dianalisis secara deskriptif berdasarkan min, ujian-t, korelasi dan ANOVA menggunakan perisian *Statistical Packages For Social Sciences (SPSS)* versi 26. Hasil kajian menunjukkan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara kecerdasan emosi dan tekanan dalam kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 $r=.330, >.05$. Selain itu, tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara Nilai Sosial dan Tekanan dalam kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 $r=.330, >.05$. Begitu juga tidak terdapat perbezaan antara jantina lelaki dan perempuan untuk menentukan tahap tekanan pelajar Tingkatan 4 dan 5. Kesimpulannya, tahap tekanan pelajar tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya berada dalam tahap yang sederhana sehingga tidak mengganggu kecerdasan emosi dan nilai sosial dalam diri mereka.

Kata kunci: Kecerdasan Emosi; Nilai Sosial; Tekanan; Pelajar

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SOCIAL VALUES AGAINST STRESS AMONG STUDENTS AT SEKOLAH MENENGAH KEBANGSAAN SEPAGAYA, LAHAD DATU, SABAH

ABSTRACT

Low emotional intelligence and lack of appreciation of social values will cause stress in students. This study was conducted to examine the relationship between emotional intelligence and social values against stress among students at Sekolah Menengah Kebangsaan Sepagaya, Lahad Datu, Sabah. A total of 30 male and female students consisting of Form 4 and 5 students were surveyed using the Adolescent Stress instrument, the Malaysian Emotional Intelligence Instrument - Adolescent (IKEM-R) and the Adolescent Social Value Instrument (INS). Data were analyzed descriptively based on mean, t-test, correlation and ANOVA using Statistical Packages For Social Sciences (SPSS) version 26. The results of the study showed that there was no significant relationship between emotional intelligence and stress among Form 4 and 5 students $r=.330$, $>.05$. In addition, there is no significant relationship between Social Values and Stress among Form 4 and 5 students $r=.330$, $>.05$. Likewise, there is no difference between male and female genders to determine the level of stress of Form 4 and 5 students. In conclusion, the stress level of Form 4 and 5 students at SMK Sepagaya is in a medium level so that it does not interfere with their emotional intelligence and social values.

Keywords: *Emotional Intelligence; Social Value; Stress; Student*

PENGENALAN

Remaja merupakan golongan yang akan melalui fasa perubahan melibatkan sistem biologi, fizikal, emosi, psikologi dan sosial seiring dengan peningkatan usia mereka. Perubahan ini akan memberi tindak balas agresif kepada golongan remaja sehingga menyebabkan emosi dan mental mereka berada dalam keadaan yang tidak stabil (Ahmad Janaidi et al., 2022). Menurut kajian tinjauan yang dilakukan oleh Persatuan Psikologi Amerika (APA) (2020) mendapati bahawa remaja Gen-Z yang berumur 13 hingga 17 tahun mempunyai tahap tekanan yang sangat tinggi malah berdasarkan Statistik Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2015 menyatakan bahawa satu daripada tiga rakyat Malaysia berumur 16 tahun dan ke atas mempunyai masalah mental. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) 2022 mendapati sebanyak (50%) peratus remaja yang mengalami kesihatan mental bermula sebelum mereka berumur 14 tahun dan (75%) bermula pada umur 20-an.

Berdasarkan statistik yang diperolehi, ia menggambarkan bahawa isu kesihatan mental dalam kalangan remaja perlu untuk ditangani dan diuruskan dengan baik bagi mengelakkan mereka berdepan dengan tekanan emosi dan mental. Di antara usaha yang boleh dilakukan adalah dengan mengasah kecerdasan emosi

dalam kalangan remaja di awal usia. Kecerdasan emosi juga membawa maksud keupayaan seseorang untuk melihat, menyatakan, mengenali, menggunakan dan mengurus emosinya sendiri atau emosi orang lain (Matthews et al., 2017). Bagi Feldman dan Mulle (2009) pula mendefinisikan kecerdasan emosi sebagai kebolehan seseorang individu menggunakan emosinya dengan bijak untuk meningkatkan prestasi dan mencapai komunikasi yang berkesan dengan individu lain manakala Akinboye (2003) pula menyatakan kecerdasan emosi bermaksud kemampuan untuk mengatur proses persepsi, gerak hati dan pemikiran yang didorong oleh emosi. Melalui pengertian ini, dapatlah dilihat bahawa kecerdasan emosi boleh dikatakan sebagai seni dalam menangani situasi yang melibatkan aspek pengurusan dan hal yang berkaitan dengan emosi. Kebolehan untuk memahami dan menguruskan emosi dengan bijak itulah yang disebut sebagai kecerdasan emosi.

Menurut Goleman (1995), kecerdasan emosi merangkumi lima komponen utama iaitu kesedaran sendiri [*self-awareness*], kawalan sendiri [*self-control*], motivasi sendiri [*self-motivation*], kemahiran sosial [*social skills*] dan empati [*emphaty*]. Melalui buku yang ditulis beliau bertajuk "*The Emotional Intelligence*", kepandaian dan kebijaksanaan seseorang individu itu dinilai bukan diasaskan pada kecerdasan intelektual [IQ] semata-mata tetapi yang lebih penting adalah kecerdasan emosi [EQ] yang terdapat dalam dirinya. Hal ini dibuktikan melalui kajian yang dijalankan menunjukkan bahawa mereka yang memiliki kecerdasan emosi mempunyai kehidupan yang lebih baik dalam keseluruhan aspek kehidupan termasuk aspek kesihatan dan sosial berbanding mereka yang hanya memiliki kecerdasan intelektual semata-mata. Goleman turut menyatakan 80% kejayaan seseorang bergantung pada kecerdasan emosi dan hanya 20% sahaja mempengaruhi kecerdasan intelektual.

Individu yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi juga dianggap sebagai seorang yang berjaya dalam hidup kerana mereka sentiasa bersedia untuk berhadapan dengan cabaran dan tekanan dari segi sosial dan mental (Goleman, 1995). Emosi merupakan komponen yang sangat penting dalam diri setiap manusia kerana ia mempengaruhi seseorang dalam membuat keputusan yang baik dan buruk dalam kehidupan (Lerner et al., 2015). Seseorang itu dianggap telah memiliki kecerdasan emosi apabila ia berkebolehan untuk memahami, mengatur, membuat keputusan yang boleh diterima oleh akal dan dapat mengurus emosinya sendiri yang sentiasa berubah-ubah mengikut keadaan di dalam kehidupan (Goleman, 1995). Emosi yang baik akan mempengaruhi perhubungan nilai sosial di antara sesama manusia. Setiap individu pasti akan melalui proses sosial sepanjang hayat yang akan melibatkan pelbagai emosi seperti perasaan gembira, sedih, takut, bimbang, risau, marah, kecewa, malu, sayang dan sebagainya. Oleh itu, nilai-nilai sosial perlu dipelajari bagi menyesuaikan diri agar diterima oleh masyarakat. Nilai-nilai sosial juga perlu dipupuk dalam diri remaja sesuai dengan tahap dan peringkat perkembangan bagi setiap individu (Goleman, 1995).

Nilai merupakan satu ukuran yang diberikan oleh seseorang tentang sesuatu tingkah laku baik atau buruk, lembut atau kasar, bentuk yang tinggi atau rendah dan rupa yang cantik atau hodoh berasaskan kepada kebiasaan yang dilakukan oleh satu kelompok masyarakat. Nilai juga terdapat dalam kelompok yang lebih besar seperti dalam keluarga, komuniti, organisasi dan masyarakat. Sosial pula membawa maksud

segala yang berkaitan dengan masyarakat (Kamus Dewan Edisi Keempat). Nilai sosial merupakan suatu konsep yang menjadi pegangan masyarakat tentang apa yang dianggap baik dan buruk. Ia terbentuk melalui berbagai-bagai saluran seperti didikan ibubapa, keluarga, rakan-rakan sebaya dan pendidikan di sekolah (Norazimah Zakaria, 2015).

PERMASALAHAN KAJIAN

Tekanan dalam kalangan remaja merupakan isu penting yang perlu diberi perhatian oleh ibubapa mahupun guru kerana kedua-dua golongan ini sangat berpengaruh dalam menjadi contoh dan ikutan mereka sepanjang melalui usia awal dewasa (Kamarul Azmi et al., 2017). Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2019 telah mendedahkan bahawa terdapat golongan remaja berusia 13 hingga 17 tahun mengalami masalah kesihatan mental. Satu dalam setiap lima orang remaja mengalami kemurungan dengan jumlah (18.3%), dua dalam setiap lima orang remaja mempunyai simptom keresahan dengan jumlah (39.7%) dan satu dalam setiap 10 orang mengalami tekanan dengan jumlah (9.6%). Bukan itu sahaja, berdasarkan statistik kajian Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (2017) mendapati bahawa percubaan untuk membunuh diri dalam kalangan remaja semakin meningkat pada tahun 2012 malah Kementerian Kesihatan Malaysia turut mendedahkan (11.2%) remaja dalam kelompok ini mempunyai idea untuk bunuh diri, (9%) remaja yang merancang untuk bunuh diri dan (10.1%) remaja melakukan cubaan untuk membunuh diri. Bukan itu sahaja, Kementerian Kesihatan Malaysia mengesahkan bahawa bunuh diri merupakan 10 penyebab utama kematian di dunia dan menjadi penyebab keempat kematian bagi mereka yang berumur 15 hingga 29 tahun.

Setiap individu yang mengambil keputusan untuk membunuh diri kerana tekanan menunjukkan bahawa akal fikiran mereka berada pada tahap yang sangat kritikal. Hal ini juga membuktikan bahawa kecerdasan emosi mereka berada pada tahap yang sangat rendah kerana tidak mampu untuk memahami dan mengawal emosi sehingga melakukan perkara yang memudaratkan diri sendiri. Individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi pasti mampu untuk menguruskan emosi negatif yang mereka ekspresikan ketika berdepan dengan tekanan. Semakin tinggi kecerdasan emosi seseorang maka semakin rendah tekanan yang dihadapi (Chlarasinta Duri Kartika, 2015). Bukan itu sahaja, individu yang memiliki kecerdasan emosi juga mampu untuk memahami emosi sendiri, mahir dalam mengendalikan emosi, mampu untuk memotivasikan diri ketika berdepan dengan masalah, menyedari emosi orang lain seterusnya dapat mengekalkan hubungan dan nilai sosial dengan orang lain (Goleman, 1995).

Nilai yang terdapat dalam diri setiap manusia boleh dijadikan rujukan oleh seseorang dalam proses membentuk personaliti diri sendiri seterusnya dapat membuat keputusan ketika berdepan dengan cabaran (Jardim et al. 2017). Nilai sosial sangat penting untuk diterapkan dalam diri setiap manusia kerana ia mampu untuk mengeratkan hubungan sesama manusia dengan hormat menghormati, berkasih sayang, bertoleransi dan nilai-nilai sosial yang semuanya bertujuan untuk manusia berinteraksi sosial dalam kelompok masyarakat (Siti Marhamah et al.,

2021). Melalui pemupukan nilai yang baik dengan individu lain dapat membantu pelajar mengurangkan tekanan yang dihadapi. Oleh itu, kajian ini dilakukan untuk melihat aspek kecerdasan emosi dan nilai sosial terhadap tekanan pelajar terutamanya di peringkat sekolah. Penyelidik turut mendapati bahawa masih kurang kajian lepas dijalankan yang melibatkan ketiga-tiga pembolehubah tersebut. Majoritinya, pengkaji-pengkaji lepas menjalankan kajian di Institut Pengajian Tinggi sahaja (Chlarasinta, 2015, Norazri, 2015, Jardim et al., 2017 & Sri Nurhayati et al., 2020). Oleh yang demikian, penyelidik menjalankan kajian ini untuk melihat hubungan kecerdasan emosi dan nilai sosial terhadap tekanan pelajar di Sekolah Menengah Kebangsaan.

OBJEKTIF KAJIAN

Terdapat tiga objektif bagi kajian ini iaitu:

- i. Mengkaji hubungan kecerdasan emosi terhadap tekanan pelajar di SMK Sepagaya.
- ii. Mengkaji hubungan nilai sosial terhadap tekanan pelajar di SMK Sepagaya.
- iii. Mengkaji perbezaan tekanan berdasarkan jantina dalam kalangan pelajar di SMK Sepagaya.

HIPOTESIS KAJIAN

Terdapat tiga hipotesis bagi kajian ini, iaitu:

- i. Terdapat hubungan kecerdasan emosi yang signifikan terhadap tekanan pelajar di SMK Sepagaya.
- ii. Terdapat hubungan nilai sosial yang signifikan terhadap tekanan pelajar di SMK Sepagaya.
- iii. Terdapat perbezaan tekanan berdasarkan jantina dalam kalangan pelajar di SMK Sepagaya.

SOROTAN KAJIAN

Kecerdasan emosi sosial adalah gabungan di antara emosi dan kecerdasan sosial. Ia dibahagikan kepada lima komponen iaitu intrapersonal, interpersonal, pengurusan tekanan, penerimaan diri dan perasaan umum. Kecerdasan emosi sosial juga dapat memberi kesan secara langsung kepada tingkah laku, emosi dan dalam membuat keputusan bagi setiap individu. Pelajar sekolah menengah merupakan golongan awal remaja yang sedang melalui proses pembentukan identiti. Oleh itu, kecerdasan emosi perlulah dipupuk seawal usia remaja agar mereka memiliki satu kemahiran sosial seterusnya mereka mampu untuk menyesuaikan diri kerana ia akan memberi kesan jangka panjang terhadap prestasi mereka di sekolah. Lailawati Madlan et al., (2018) telah menjalankan kajian terhadap 1067 pelajar Tingkatan Satu hingga Tingkatan Enam dari sekolah di sekitar Kudat dan Kota Kinabalu, Sabah. Kecerdasan emosi sosial pelajar diukur menggunakan alat ujian *The Emotional Quotient Inventory Youth Version* (EQ-i:YV) yang direkabentuk oleh Bar-On dan Parker yang mana ia dikhususkan untuk kanak-kanak dan pelajar. Hasil kajian

mendapati enam dimensi dalam instrumen yang dibentuk menunjukkan kebolehpercayaan ketekalan dalaman di tahap sederhana dan tinggi (sekitar 0.52 hingga 0.75). Namun, secara keseluruhannya instrumen EQ-i:YV mencatatkan pekali alfa cronbach yang tinggi iaitu 0.86.

Selain itu, Andang Andaiyani Ahmad dan Abdul Said Ambotang (2020) juga turut menjalankan kajian tentang Pengaruh Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Persekitaran Keluarga Terhadap Stres Akademik terhadap 398 orang pelajar sekolah menengah dari 21 buah sekolah luar bandar yang terletak di Tawau, Sabah. Instrumen kajian yang digunakan adalah Kecerdasan Emosi oleh Cadman dan Brewer dengan gabungan idea Model Mayer dan Salovey: *Four Model of Emotional Intelligence*, Goleman dan Noriah, instrumen Kecerdasan Spiritual oleh Zohar dan Marshal, instrumen Persekitaran Keluarga menggunakan soal selidik *Family Environment Scale Fourth Edition* (FES) yang telah dibina oleh Moos dan Moos dan bagi dimensi hubungan serta instrumen *Secondary School Stressor Questionnaire* (3SQ) digunakan yang dibina oleh Muhamad Siful Bahri Yusoff. Hasil kajian menunjukkan bahawa semua pemboleh ubah berada pada tahap tinggi. Ujian-t dan ANOVA sehalu membuktikan bahawa tidak terdapat perbezaan skor min yang signifikan bagi semua pembolehubah berdasarkan jantina dan bangsa. Bagi ujian Korelasi Pearson pula menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan di antara Kecerdasan Emosi ($r= 0.489, p=0.00$), Kecerdasan Spiritual ($r= 0.480, p=0.00$) dan Persekitaran Keluarga ($r=0.516, p=0.00$) dengan Tekanan Akademik pelajar.

Nilai sosial perlu dibentuk dalam diri remaja kerana ia akan mempengaruhi setiap tindakan mereka dalam aktiviti seharian. Pelbagai nilai-nilai sosial yang baik boleh diterapkan agar mereka tidak terjebak dalam masalah sosial. Siti Marhamah Kamarul Arifain, Wan Shahrazad Wan Sulaiman, Abdul Rahman Ahmad Badayai dan Nurul-Azza Abdullah (2021) telah menjalankan satu kajian untuk mengembangkan dan menguji kualiti penilaian Instrumen Nilai Sosial Remaja melalui kesahan kandungan, kesahan konstruk dan analisis kebolehpercayaan ketekalan dalaman. Kajian ini dijalankan terhadap 100 orang remaja yang berumur 13 hingga 17 tahun menggunakan kaedah tinjauan. Hasil kajian mendapati pembinaan instrumen ini menunjukkan bahawa nilai semangat kemasyarakatan, hormat menghormati dan berkasih sayang merupakan dimensi yang sangat penting dalam pembentukan diri remaja. Pengkaji juga mendapati bahawa instrumen ini dapat memberi peluang kepada pihak yang bertanggungjawab untuk membantu golongan belia dan remaja dalam menerapkan nilai sosial melalui program-program kemasyarakatan sosial. Bukan itu sahaja, instrumen ini juga dapat digunakan oleh para penyelidik terhadap remaja yang bermasalah dalam nilai sosial untuk mengukur dan membuat pentaksiran terhadap nilai sosial dan tingkah laku mereka.

Usia remaja merupakan usia yang sangat menarik kerana di usia inilah golongan ini mula mengenali realiti kehidupan dunia sebenar yang penuh cabaran. Segala emosi, perasaan, tekanan, kebimbangan atau ketakutan yang berlebihan perlulah dikenal pasti agar tidak membawa kepada masalah kesihatan mental di awal usia. Rosli Hamid, Muhammad Faizal Ghani, Muhammad Kamaludin Megat Daud dan Rahma Dewi (2020) telah menjalankan kajian tentang kemurungan dan tekanan terhadap 270 pelajar lelaki dan perempuan tingkatan empat di daerah Kota Setar menggunakan instrumen *Depression, Anxiety and Stress Scale* (DASS 42). Hasil

kajian secara keseluruhan menunjukkan bahawa pelajar tingkatan empat mengalami kemurungan, kebimbangan dan tekanan pada tahap yang sederhana sehingga mengganggu pembelajaran mereka di sekolah.

Selain itu, persekitaran keluarga juga sangat memberi impak yang besar dalam tekanan dalam kalangan remaja khususnya pelajar sekolah menengah (Mulyadia et al., 2016). Andang Andaiyani Ahmad dan Abdul Said Ambotang (2020) dalam kajian mereka mendapati bahawa pemboleh ubah tidak bersandar bagi persekitaran keluarga mempunyai hubungan yang paling tinggi dengan pemboleh ubah bersandar iaitu stress akademik ($r=0.516$, $p=0.00$). Ini membuktikan bahawa keluarga juga merupakan golongan yang perlu memberi sokongan yang baik terhadap remaja dalam berdepan dengan cabaran dan tekanan.

METODOLOGI

Reka Bentuk Kajian

Kajian ini menggunakan pendekatan tinjauan melalui soal selidik. Satu set soal selidik telah diedarkan untuk dijawab oleh responden bagi melihat Pengaruh Tekanan Remaja Terhadap Kecerdasan Emosi dan Nilai Sosial Dalam Kalangan Pelajar Tingkatan 4 dan 5 di Sekolah Menengah Kebangsaan Sepagaya, Lahad Datu, Sabah. Kaedah persampelan yang digunakan dalam kajian ini adalah persampelan bertujuan di mana sekumpulan subjek yang mempunyai ciri-ciri tertentu dipilih untuk menjadi responden kajian. Penyelidik memilih pelajar tingkatan 4 dan 5 sahaja dari sekolah ini kerana usia mereka pada tahap ini merupakan usia yang penuh dengan cabaran dalam mendepani perkembangan fizikal, mental, biologi dan emosi (Kamarul Azmi et al., 2017). Populasi dalam kajian ini merangkumi 80 orang pelajar tingkatan 4 dan 5 dari 2 buah kelas iaitu kelas tingkatan 4 dan kelas tingkatan 5. Nilai saiz sampel adalah ditentukan berdasarkan jadual penentuan Kerjcie Morgan (1970). Oleh itu, saiz sampel yang diambil adalah sebanyak 30 orang responden iaitu 16 orang pelajar tingkatan 4 dan 14 orang pelajar tingkatan 5 bagi melihat adakah kecerdasan emosi dan nilai sosial mempengaruhi tekanan pelajar.

Instrumen Kajian

Instrumen dalam kajian ini mempunyai empat bahagian. Bahagian A mengandungi maklumat demografi seperti jantina, bangsa, umur, pembahagian tingkatan, pekerjaan dan pendapatan ibubapa. Bahagian B mengandungi instrumen Tekanan Remaja yang telah diterjemah oleh Wan Marzuki Bin Wan Jaafar (2007) daripada *Counseling Self Estimate Inventory* (COSE) oleh (Larson et al., 1992). Instrumen ini mengandungi 20 kumpulan pernyataan iaitu pada setiap kumpulan mempunyai 4 item bagi mengukur tahap tekanan remaja dalam kalangan tingkatan 4 dan 5 yang berusia 16 dan 17 tahun. Bahagian C mengandungi instrumen Kecerdasan Emosi Malaysia – Remaja (IKEM-R). Ia diadaptasi oleh Saemah Rahman et al., (2008) daripada Inventori Kecerdasan Emosi – Dewasa (IKEM-D) yang dibina oleh Noriah Mohd Ishak et al., (2004). Ia mengandungi 31 item dengan 5 poin Skala Likert iaitu ‘Sangat Tidak Setuju’, ‘Tidak Setuju’, ‘Neutral’, ‘Setuju’ dan ‘Sangat Setuju’.

Instrumen ini disusun dengan merujuk pandangan Goleman (1998) yang telah diubahsuai agar senang difahami oleh pelajar sekolah menengah seterusnya Bahagian D mengandungi instrumen Nilai Sosial (INS) Remaja yang mempunyai 18 item dengan 5 Skala Likert iaitu 'Sangat Tidak Menggambarkan Diri Saya' hingga 'Sangat Menggambarkan Diri Saya'. Ia dibina oleh Siti Marhamah et al. (2021) berdasarkan kepada Teori Nilai Schwartz (1987).

HASIL KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Hasil Analisis Deskriptif

Jadual 1: Taburan Responden Mengikut Demografi Jantina

Jantina	N	Peratus (%)
Lelaki	9	30
Perempuan	21	70
Jumlah	30	100

Jadual 1 menunjukkan taburan responden mengikut jantina. Berdasarkan analisis yang dilakukan, majoritinya responden dalam kajian ini adalah perempuan iaitu seramai 21 (70%) manakala responden lelaki pula hanya 9 orang (30%) sahaja.

Jadual 2: Taburan Responden Mengikut Tingkatan

Tingkatan	N	Peratus (%)
Tingkatan 4	16	53.3
Tingkatan 5	14	46.7
Jumlah	30	100

Jadual 2 menunjukkan taburan responden berdasarkan tingkatan pelajar. Dapatan menunjukkan seramai 16 orang (53,3%) merupakan pelajar Tingkatan 4 manakala seramai 14 orang bagi pelajar Tingkatan 5 (46.7%).

Jadual 3: Taburan Responden Mengikut Umur

Umur	N	Peratus (%)
16 tahun	16	53.3
17 tahun	14	46.7
Jumlah	30	100

Jadual 3 menunjukkan taburan responden berdasarkan status umur. Dapatan menunjukkan seramai 16 orang (53.3%) responden berumur 16 tahun manakala 14 orang pelajar (46.7%) berumur 17 tahun.

Jadual 4: Taburan Responden Mengikut Bangsa

Bangsa	N	Peratus (%)
Melayu	2	6.7
Bugis	9	30
Bajau	8	26.7
Bisaya	1	3.3
Lain-lain	10	33.3
Jumlah	30	100

Jadual 4 menunjukkan taburan responden berdasarkan bangsa. Dapatan kajian menunjukkan seramai 10 orang (33.3%) responden yang berbangsa lain-lain, 9 orang (30%) responden yang berbangsa Bugis, 8 orang (26.7%) responden yang berbangsa Bajau, dua orang (6.7%) pelajar yang berbangsa Melayu dan hanya seorang (3.3%) responden yang berbangsa Bisaya.

Jadual 5: Taburan Responden Mengikut Pekerjaan Ibubapa

Pekerjaan	N	Peratus (%)
Sektor Kerajaan	13	43.3
Sektor Swasta	3	10
Bekerja Sendiri	8	26.7
Lain-lain	6	20
Jumlah	30	100

Jadual 5 menunjukkan taburan responden mengikut pekerjaan ibubapa. Dapatan menunjukkan bahawa seramai 13 orang (43.3%) responden yang mempunyai ibubapa yang bekerja di sektor kerajaan, 3 orang (10%) di sektor swasta, 8 orang (26.7%) mempunyai ibubapa yang bekerja sendiri dan 6 orang (20%) responden yang memiliki ibubapa yang mempunyai pekerjaan lain-lain.

Jadual 6: Taburan Responden Mengikut Pendapatan Ibubapa

Pendapatan	N	Peratus (%)
Bawah RM 1000	6	20
RM 1001 – RM 1999	11	36.7
RM 2000 – RM 3999	5	16.7
RM 4000 ke atas	8	26.7
Jumlah	30	100

Jadual 6 menunjukkan taburan responden berdasarkan pendapatan ibubapa. Hasil dapatan yang diperolehi menunjukkan bahawa seramai 6 orang (20%) responden yang ibubapa mereka berpendapatan bawah RM 1000, 11 orang (36.7%)

yang mempunyai ibubapa berpendapatan RM 1001 hingga RM 1999, 5 orang (16.7%) responden yang mempunyai ibubapa berpendapatan RM 2000 – RM3999 dan 8 orang (26.7%) responden yang mempunyai ibubapa berpendapatan RM 4000 ke atas.

Hasil Analisis Inferensi

Jadual 7: Pekali Korelasi Pearson Bagi Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap Tekanan Pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya

Pembolehubah	Tekanan
Kecerdasan Emosi	.330

$k > .05$

Jadual 7 menunjukkan keputusan korelasi Pearson antara Kecerdasan Emosi dan Tekanan dalam kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya. Keputusan analisis menunjukkan bahawa nilai r adalah .330 dan nilai keberangkalian adalah .711. Maka nilai yang terhasil menunjukkan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara kecerdasan emosi dan tekanan dalam kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya, ($r = .330, k > .05$). Oleh yang demikian, hipotesis ini ditolak. Hasil kajian ini disokong oleh kajian lepas iaitu Retno Yuli Hastuti dan Erlina Nur Baiti (2019) menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara kecerdasan emosional terhadap tahap tekanan remaja berumur 14 hingga 16 tahun di Sekolah Menengah Kejuruan N 1 Jogonalan, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Ini menunjukkan bahawa kecerdasan emosi berada pada tahap yang tinggi sehingga mereka mampu untuk memahami, mengawal dan menguruskan emosi dengan bijak ketika berdepan dengan tekanan. Ia juga menunjukkan bahawa kecerdasan emosi ibubapa sangat tinggi dalam mendidik anak-anak mereka di rumah sehingga membawa kesan yang positif pada diri reponden ketika belajar di sekolah.

Jadual 8: Pekali Korelasi Pearson Bagi Hubungan Nilai Sosial Terhadap Tekanan Pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya

Pembolehubah	Tekanan
Nilai Sosial	.071

$k > .05$

Jadual 8 menunjukkan keputusan korelasi Pearson antara Nilai Sosial terhadap Tekanan dalam kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya. Keputusan analisis menunjukkan bahawa nilai- r adalah .071 dan nilai keberangkalian adalah .711. Maka nilai yang terhasil menunjukkan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara Nilai Sosial dan Tekanan dalam

kalangan pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya, ($r=.071$, $k>.05$). Oleh yang demikian, hipotesis ini ditolak. Keputusan ini menunjukkan dengan jelas bahawa tekanan yang dihadapi mampu untuk dikendalikan dengan bijak sehingga tidak mengganggu nilai-nilai sosial yang terdapat dalam diri pelajar. Bukan itu sahaja, ia juga menunjukkan bahawa semakin tinggi tahap kecerdasan emosi seseorang maka akan semakin bertambah nilai-nilai sosial dalam diri mereka sehingga mereka mampu untuk berinteraksi dan bergaul dengan masyarakat di sekeliling dengan nilai-nilai sosial yang baik.

Hasil kajian ini bertentangan dengan kajian yang dijalankan oleh Sri Nurhayati et al., (2020) menyatakan bahawa tekanan akademik yang dialami oleh pelajar pascasiswazah mempunyai hubungan yang signifikan terhadap adaptasi sosial budaya [$\beta=0.309$, $t=6.991$, $p<0.05$]. Hal ini kerana para pengkaji mengambil pelajar tajaan Indonesia sebagai responden dalam kajian mereka. Sebagai pelajar tajaan yang berhijrah untuk menuntut ilmu perlu untuk menyesuaikan diri dengan persekitaran baru. Mereka juga memerlukan masa untuk menerima budaya masyarakat di sekeliling agar mudah untuk mereka memupuk nilai sosial dalam diri mereka seterusnya dapat bersosial dengan nilai-nilai yang baik. Jika situasi yang dialami tidak diuruskan dengan baik maka ia akan mengganggu kesejahteraan psikologi yang boleh membawa kepada tekanan (Williamson, 2017).

Jadual 9: Keputusan Ujian-t bagi Tekanan Dalam Kalangan Pelajar Tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya berdasarkan jantina

Tekanan	N	Min	Sisihan Piawai	t	dk	k
Lelaki	9	6.000	2.109	-1.816	28	.080
Perempuan	21	7.285				

$k>.05$

Jadual 9 menunjukkan nilai min bagi pelajar lelaki adalah 6.0 manakala min bagi pelajar perempuan adalah 7.2. Seterusnya bagi nilai-t pula menunjukkan nilai -1.816 dan nilai kebarangkalian adalah .080. Ini menunjukkan bahawa nilai kebarangkalian tersebut lebih besar daripada aras keyakinan ($k>.05$). Oleh itu, hipotesis ini ditolak kerana tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap tahap tekanan berdasarkan jantina pelajar tingkatan 4 dan 5 di SMK Sepagaya. Keputusan ini menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan tekanan yang dialami oleh pelajar lelaki dan perempuan. Sekiranya berdepan dengan cabaran atau tekanan, mereka mampu untuk mengawal dan memahami emosi antara satu sama lain seterusnya bersabar dan bekerjasama untuk menyelesaikan sesuatu masalah yang dihadapi sepanjang sesi pembelajaran. Hasil kajian ini bertentangan dengan kajian yang dijalankan oleh Rosli Hamid et al., (2020) menyatakan bahawa terdapat perbezaan tekanan mengikut jantina iaitu nilai min tekanan bagi murid lelaki lebih tinggi (22.26, $SP=.722$) berbanding nilai min tekanan bagi murid perempuan (22.44, $SP=.665$).

CADANGAN KAJIAN

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini jelas menunjukkan kecerdasan emosi pelajar tidak mempunyai hubungan yang signifikan terhadap tekanan ($r=.330, k>.05$). Seterusnya, kajian akan datang disarankan untuk menambahbaik kaedah kajian melalui kaedah kajian campuran untuk mengetahui faktor sebenar tekanan yang dialami pelajar. Selain itu, pengkaji akan datang disarankan untuk membuat perbandingan sekolah di seluruh negeri Sabah tentang kecerdasan emosi, nilai sosial dan kesejahteraan psikologi khususnya pelajar di Sekolah Menengah Kebangsaan bagi memastikan mereka mendapat perhatian dalam menangani masalah tekanan yang dihadapi. Diharapkan dengan penambahbaikan kajian ini akan membawa implikasi yang positif kepada pelajar sekolah seterusnya dapat membantu ibubapa dan guru-guru dalam melahirkan pelajar yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi dan berakhlak mulia sesuai dengan visi dan misi perkhidmatan Bimbingan dan Kaunseling di bawah Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM).

KESIMPULAN

Kesimpulannya, tekanan dalam kalangan remaja tidak boleh dipandang remeh. Semua pihak hendaklah berganding bahu dan bersatu hati dalam menangani isu tekanan remaja di sekolah. Remaja merupakan tunjang kepada negara pada masa hadapan yang bakal menerajui pemerintahan negara, menjadi tenaga yang akan memajukan dan menjaga negara agar selamat dari ancaman musuh. Oleh itu, golongan remaja perlulah mempunyai kesihatan mental yang baik agar dapat memacu kecerdasan emosi seterusnya mampu untuk berdepan dengan apa jua cabaran yang dihadapi dengan bijak. Bukan itu sahaja, nilai-nilai sosial juga perlu diterapkan dalam diri remaja agar gejala-gejala sosial dapat dibendung supaya tidak terus berleluasa.

RUJUKAN

- Ahmad Janaidi Ab Ghani, Azri Bhari, Noor Azniza Ishak, Wan Naimah Wan Daud. (2022). Pengendalian Kes Kesihatan Mental Dalam Kalangan Kaunselor Berdarter Di IPTA. *Proceedings Science, Ethics & Civilization*, 01-05.
- Akinboye, J.O. (2003). Emotional intelligence, human integrity, fairness and dignity. In J.O. Akinboye (ed). *Psychological Principles For Success In Life And Workplace. Ibadan: Stirling Horden Publishers Ltd.*
- Andang Andaiyani Ahmad, Abdul Said Bin Ambotang. (2020). Pengaruh Kecerdasan Emosi, Kecerdasan Spiritual dan Persekitaran Keluarga Terhadap Stres Akademik Murid Sekolah Menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 12-23.
- Chlarasinta Duri Kartika. (2015). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Stres Akademik Mahasiswa Fakultas Psikologi Unibersitas Muhammadiyah Suryakarta. *Universiti Muhammadiyah Surakarta.*
- Feldman, J. & Mulle, M. (2009). *Put emotional intelligence to work; equip yourself for success.* Alexandria, Virginia: ASTD Press.

- Gerald Matthews, Moshe Zeidner, Richard D Roberts. (2017). Emotional Intelligence, Health, and Stress. *The Handbook of Stress and Health: A Guide to Research and Practice*, 312-326.
- Goleman, D. 1995 *Emotional Intelligence: Why it can Matter more than IQ*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. 1998. *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Helena Goncalves Jardim, Geraldo Silva Junior, Marcia Alves. (2017). Values in Students of Higher Education. *Creative Education*, 1682-1693.
- Institute for Public Health. (2022, August 16). Retrieved from National Health and Morbidity Survey 2015: <https://iku.gov.my/nhms-2015>
- Kamarul Azmi Jasmi, Mohd Faez Ilias, Rozana Alik. (2017). Pendidikan Awal Remaja. *Remaja Hebat: Dasar Pembangunan Remaja Cemerlang*.
- Kamus Dewan. *Edisi keempat*, Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka, 2017.
- Lailawati Madlan, Abdul Adib Asnawi, Chua Bee Seok, Ferlis Bullare, Jasmine Adela Mutang, Rosnah Ismail,. (2018). Kecerdasan Emosi Sosial Kemahiran Penyesuaian Diri Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah di Kota Kinabalu, Sabah. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 13-22.
- Larson, L.M., Suzuki, L.A., Gilespeie, K.N., Potenza, M.T., Toulouse, A.L., Betchtel, M.A. (1992). Development and Validation of the Counseling Self - Estimate Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 105-120.
- Lerner, J.S., Li, Y., Valdesolo, P., & Kassam, K. S. (2015). Emotion and Decision Making. *The Annual Review of Psychology*, 66, 33.
- Norazimah Zakaria. (2015). Penghayatan Nilai Murni Dalam Pembangunan Modal Insan Melalui Kesusasteraan Melayu Traditional. *Jurnal Peradaban Melayu*.
- Noriah Mohd Ishak, Siti Rahayah Ariffin & Zuria Mahmud. 2004. *Inventori Kecerdasan Emosi - Dewasa (IKEM-D)*. Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.
- Saemah Rahman, Noriah Mohd Ishak, Zuria Mahmud & Ruslan Amir. (2008). *Inventori Kecerdasan Emosi - Remaja (IKEM-R)*. Universiti Teknologi Malaysia, *Jurnal Teknologi*, 187-202.
- Seto Mulyadia, Wahyu Rahardjo, & A.M Heru Basuki. (2016). The Role of Parent-child Relationship, Self-esteem, Academic Self-efficacy to Academic Stress. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 217, 603-608. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.02.063>.
- Sri Nurhayati Selian, Fonny Dameati Hutagalung, Noor Aishah Rosli. (2020) Pengaruh Stres Akademik, Daya Tindak Dan Adaptasi Sosial Budaya Terhadap Kesejahteraan Psikologi Pelajar Universiti. *JuPiDi : Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, 36-57.
- Rosli Hamid, Muhammad Faizal A. Ghani, Syed Kamaruzaman Syed Ali, Megat Ahmad Kamaludin Megat Daud, Rahma Dewi. (2020). Kemurungan, Kebimbangan Dan Tekanan Dalam Kalangan Pelajar Tingkatan 4 di Kota Setar. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, 30-34.
- Saemah Rahman, Noriah Mohd. Ishak, Zuria Mahmud, Ruslin Amir. (2008). Indeks dan Profil Kecerdasan Emosi Pelajar Sekolah Menengah. *Jurnal Teknologi*.

- Siti Marhamah Kamarul Arifain, Wan Shahrazad Wan Sulaiman, Abdul Rahman Ahmad Badayai, Nurul-Azza Abdullah. (2021). Pembangunan dan Penilaian Instrumen Nilai Sosial (INS) Remaja. *Jurnal 'Ulwan*, 1-21.
- Wan Marzuki Wan Jaafar (2007). Pengaruh Perkembangan Penyeliaan Dan Efikasi Swadiri Kaunseling Terhadap Prestasi Kaunselor Pelatih. Tesis yang tidak diterbitkan.
- Williamson, J. (2017). A Longitudinal Investigation of the Sociocultural Adaption of Brazilian Student in New Zealand, Unpublished master's thesis of Science in Cross-Cultural Psychology. Victoria University of Wellington, New Zealand.
- World Health Organization*. (2022, August 16). Retrieved from WHO: <https://www.who.int/>