

Kecerdasan Menghadapi Cabaran, Efikasi Kendiri serta Hubungan Terhadap Kesejahteraan Psikologi di kalangan Pelajar Sarjana Pendidikan

(Adversity Quotient and Self-Efficacy: Its Relationship Towards Psychological Well-Being among Postgraduates Education Students)

Hanifatiah Hanim Hassim^{1*} , Faridah Mydin Kutty² 

¹Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 43600 Bangi, Selangor, Malaysia.

Email: p95886@siswa.ukm.edu.my

²Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 43600 Bangi, Selangor, Malaysia.

Email: faridah_mydin@ukm.edu.my

CORRESPONDING

AUTHOR (*):

Hanifatiah Hanim Hassim
(p95886@siswa.ukm.edu.my)

KATA KUNCI:

Kecerdasan Menghadapi
Cabaran
Efikasi Kendiri
Kesejahteraan Psikologi

KEYWORDS:

Adversity Quotient
Self Efficacy
Psychological Well Being

CITATION:

Hanifatiah Hanim Hassim & Faridah Mydin Kutty. (2023). Kecerdasan Menghadapi Cabaran, Efikasi Kendiri serta Hubungan Terhadap Kesejahteraan Psikologi di kalangan Pelajar Sarjana Pendidikan. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 8(1), e002067. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i1.2067>

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji tahap kecerdasan menghadapi cabaran, efikasi kendiri, tahap kesejahteraan psikologi dan melihat hubungan antara tahap kecerdasan menghadapi cabaran serta efikasi kendiri terhadap kesejahteraan psikologi pelajar sarjana. Kajian kuantitatif berasaskan reka bentuk tinjauan digunakan dalam kajian ini. Kaedah pensampelan rawak digunakan dan seramai 332 orang pelajar sarjana telah terlibat sebagai sampel kajian. Instrumen kajian diadaptasi dan diterjemahkan kepada Bahasa Melayu daripada soal selidik *Adversity Quotient*, *New General Self-Efficacy Scale* dan *Psychological Well-Being Scale*. Data dianalisis secara deskriptif (menggunakan kekerapan, min dan sisihan piawai) dan inferensi (Korelasi Pearson). Dapatan kajian menunjukkan pelajar sarjana pendidikan mempunyai tahap kecerdasan menghadapi cabaran yang sederhana ($M=3.140$, $SP=0.305$), tahap efikasi kendiri yang tinggi ($M=3.880$, $SP=0.852$) dan tahap kesejahteraan psikologi yang rendah ($M=2.93$, $SP=0.647$). Selain itu, dapatan kajian juga mendapati terdapat hubungan yang signifikan di antara tahap kecerdasan menghadapi cabaran ($r=0.402$, $p<0.01$) dan tahap efikasi kendiri ($r=0.277$, $p<0.01$) terhadap kesejahteraan psikologi pelajar. Cadangan kajian juga dibincangkan di dalam artikel ini.

ABSTRACT

This study was to investigate the level of adversity quotient, self-efficacy, psychological well-being and its relationship towards level of psychological well-being of postgraduates' students. This study used quantitative approach based and data was collected using questionnaires. 332 education postgraduates' students from Malaysia National University or Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) were selected. The instruments used are questionnaire from Adversity

Quotient, New General Self-Efficacy Scale dan Psychological Well-Being Scale. All these instruments used are adopted and translated to Bahasa Malaysia. The data were analysed using descriptive and inferential method. The findings showed that postgraduates students have a moderate level of adversity quotient ($M=3.140$, $SD=0.305$), high level of self-efficacy ($M=3.880$, $SD=0.852$) and low level of psychological well-being ($M=3.140$, $SD=0.305$). Pearson Correlation findings showed that there is a significant relationship between the level of adversity quotient and psychological well-being ($r=0.402$, $p<0.01$), and also significant relationship between level of self-efficacy and psychological well-being ($r=0.277$, $p<0.01$). Suggestion for future studies were also discussed.

Sumbangan/Keaslian: Kajian ini telah menyumbang kepada pengetahuan mengenai tahap kecerdasan menghadapi cabaran, efikasi sendiri dan kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan. Hasil kajian mendapati terdapat hubungan di antara kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri terhadap kesejahteraan psikologi pelajar sarjana walaupun ianya lemah serta sederhana.

1. Pengenalan

Sejak Peringkat Kawalan Pergerakan (PKP) dikenakan di seluruh Malaysia, perubahan di dalam dunia pendidikan berubah secara drastik. Pembelajaran sebelum ini yang dilakukan secara bersemuka atau fizikal kini berubah kepada pembelajaran secara maya atau *on-line* dan hal ini dianggap sebagai cabaran terutamanya di dalam dunia pendidikan. Pelbagai cabaran perlu dihadapi dalam mengamalkan norma baharu ini dan cabaran ini bukan sahaja melibatkan pelajar, malah dapat juga dilihat terjadi kepada guru-guru dan pentadbir pendidikan ([Saidatul & Mohammad Azim, 2022](#)).

Menurut [Chung et al. \(2020\)](#), pelajar merupakan yang sangat terkesan akan perubahan kepada norma baharu ini. Namun, norma baharu ini bukan sahaja cabaran yang perlu dihadapi oleh seorang pelajar. Menurut [Mohd Effendi et al. \(2017\)](#), antara cabaran lain yang perlu dihadapi oleh seorang pelajar adalah keyakinan diri yang kurang, ketakutan kepada masa depan terutamanya selepas belajar, keperluan kewangan, rasa tidak selesa di tempat tinggal dan banyak lagi. Oleh yang demikian, pelajar perlu mempunyai kecerdasan yang tinggi untuk menghadapi cabaran ini dan perlu memiliki efikasi sendiri yang baik bagi memastikan pelajar mempunyai kesejahteraan psikologi yang bagus seperti dinyatakan di dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan ([Kementerian Pendidikan Malaysia, 2019](#)).

Pelajar perlu mempunyai efikasi sendiri yang tinggi dalam menghadapi cabaran hidup ([Hariyanti et al., 2020](#)). Efikasi sendiri merupakan tindakan serta pemikiran individu dalam mencapai sesuatu matlamat ([Rafiola et al., 2020](#)). Manakala kecerdasan menghadapi cabaran adalah keupayaan individu untuk menghadapi cabaran dalam kehidupan dan membantu diri untuk berjaya ([Mohd Effendi et al., 2020a](#)). Menurut [Marshall et al. \(2020\)](#), apabila menghadapi sesuatu rintangan, individu itu akan meyakinkan diri mereka (efikasi sendiri) bahawa mereka mampu untuk menghadapinya (cabaran itu) dan hal ini menjadikan mereka untuk berusaha dengan lebih baik dalam menyelesaikan cabaran yang dihadapi. Kesan kepada penyelesaian

masalah ini sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologi individu tersebut (Revelia, 2016).

Justeru, kajian yang dijalankan berfokus kepada bagaimana kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri mempengaruhi kesejahteraan psikologi pelajar terutamanya pelajar sarjana pendidikan. Pelajar pendidikan merupakan bakal pendidik yang akan mengajar pelajar atau bakal pemimpin pada masa akan datang (Mohd Effendi et al., 2017) dan seterusnya membantu dalam mencipta impak luar biasa kepada dunia pendidikan.

Objektif kajian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri terhadap tahap kesejahteraan psikologi dalam pelajar pendidikan di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).

2. Sorotan Literatur

2.1. Kecerdasan Menghadapi Cabaran

Stoltz (1997) mengatakan *Adversity Quotient* adalah keupayaan individu untuk menghadapi dan mengendalikan halangan kemudian mengubah halangan tersebut kepada peluang untuk berjaya di dalam hidup. *Adversity Quotient* atau kecerdasan menghadapi cabaran berkeupayaan untuk mengukuhkan kecerdasan seperti IQ (*Intelligent Quotient*), EQ (*Emotional Quotient*) dan SQ (*Spiritual Quotient*) dan seterusnya membantu meningkatkan aspek pembangunan diri individu itu (Mohd Effendi et al., 2020b). Terdapat beberapa dimensi di bawah kecerdasan menghadapi cabaran iaitu kawalan (*Control*), kepunyaan (*Ownership*), jangkauan (*Reach*) dan Ketahanan (*Endurance*). Mengikut konteks kajian ini, pelajar yang mempunyai kadar kecerdasan menghadapi cabaran yang tinggi, akan menjadi lebih berjaya kerana pelajar itu bijak untuk mengubah halangan di hadapi kepada peluang bagi membantu hidupnya. Malah, kecerdasan menghadapi cabaran yang tinggi membantu meningkatkan pencapaian motivasi pelajar dan keupayaan untuk melakukan pembelajaran sendiri (seperti contoh mencari pembacaan tambahan) (Asrop Safi'i et al., 2021).

Terdapat kajian-kajian lepas yang mengkaji mengenai kecerdasan menghadapi cabaran. Kajian yang dilakukan oleh Hesti Ratna Juwita et al. (2020) mendapati pelajar vokasional peringkat tinggi di Indonesia menunjukkan tahap kecerdasan menghadapi cabaran yang rendah, iaitu 49.3 peratus. Berbeza kajian yang dilakukan di India, Patteti (2020) mendapati pelajar universiti menunjukkan tahap kecerdasan menghadapi cabaran di tahap sederhana, iaitu hanya 45.8 peratus. Selain itu, kajian yang dilakukan oleh Mohd Effendi et al. (2020a) mendapati pelajar menunjukkan tahap kecerdasan menghadapi cabaran di tahap sederhana rendah, iaitu hanya 27.35 peratus sahaja.

Melalui kajian-kajian lepas ini, dapat dilihat bahawa terdapat perbezaan data pada tahap kecerdasan menghadapi cabaran dan ini memberikan peluang kepada pengkaji untuk mengkaji tahap kecerdasan menghadapi cabaran. Kajian ini juga membantu untuk menunjukkan tahap kecerdasan menghadapi cabaran pelajar sarjana pendidikan dan juga membantu menambah data untuk kegunaan kajian akan datang. Kecerdasan menghadapi cabaran akan membantu mengawal individu untuk menghadapi ketidakpastian serta cabaran seterusnya membina personaliti diri yang baik (Hesti Ratna Juwita et al., 2020). Ini selaras dengan Falsafah Pendidikan Kebangsaan (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2019).

2.2. Efikasi Kendiri

Efikasi kendiri adalah kepercayaan individu ke atas kemampuan dirinya dalam mencapai sesuatu perkara yang perlu diperoleh dari segala aspek kehidupan (Hariyanti et al., 2020; Rafiola et al., 2020). Efikasi kendiri akan menentukan bagaimana tingkah laku seseorang individu bertindak (Bandura, 2006). Menurut Ugwuanyi et al. (2020), efikasi kendiri mampu untuk membuatkan individu itu mengawal tingkah laku, motivasi diri dan juga mereka yang berada di sekelilingnya. Oleh yang demikian, mengikut konteks kajian ini, efikasi kendiri dapat disimpulkan sebagai kepercayaan dari dalam diri individu, dan kemudian digunakan untuk mencapai sesuatu objektif. Pelajar perlu untuk mempunyai kepercayaan diri yang mereka mampu untuk melakukan pembelajaran mereka dan kepercayaan ini membantu untuk peningkatan yang positif terhadap pencapaian akademik pelajar (Cabir Hakyemez & Mardikyan, 2021).

Terdapat kajian lepas yang membincangkan mengenai efikasi kendiri pelajar. Kajian oleh Atrizka et al. (2020) mendapati tahap efikasi kendiri pelajar adalah berada di tahap yang tinggi, dengan 41.8 peratus. Data yang sama juga dapat dilihat di dalam kajian yang dilakukan oleh Hariyanti et al. (2020), di mana data menunjukkan pelajar universiti menunjukkan tahap efikasi kendiri yang tinggi dan juga mempengaruhi motivasi pelajar tersebut. Selain daripada itu, kajian yang dijalankan oleh Raditya Aji Rusdiyana (2020) juga menunjukkan tahap efikasi kendiri pelajar berada di tahap yang tinggi.

Melalui kajian-kajian ini, efikasi kendiri pelajar universiti berada di tahap yang baik atau tinggi bagi membantu sepanjang pembelajaran pelajar tersebut. Hal ini berkemungkinan kerana pengaruh besar pensyarah dan rakan universiti yang lain (Hariyanti et al., 2020). Pengkaji ini ingin melihat tahap efikasi kendiri pada pelajar sarjana pendidikan sekiranya mempunyai tahap efikasi kendiri yang tinggi dalam membantu pembelajaran mereka.

2.3. Kecerdasan Menghadapi Cabaran dan Efikasi Kendiri mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi

Ryff (1989) mengatakan kesejahteraan psikologi perlu melibatkan beberapa ciri iaitu penerimaan diri (*Self-acceptance*), hubungan baik bersama individu lain (*Positive Relations with Others*), kebebasan (*Autonomy*), kawalan sekeliling (*Environmental Mastery*), tujuan hidup (*Purpose in Life*) dan perkembangan sendiri (*Personal Growth*). Menurut Akfirat (2020), kesejahteraan psikologi bukan sahaja melihat dari aspek positif, malah perlu juga dilihat bagaimana individu itu mengawal aspek negatif di dalam hidupnya. Oleh yang demikian, untuk konteks kajian ini, kesejahteraan psikologi adalah apabila seseorang individu itu mendapat kemahiran sendiri yang paling optimal selepas mengambil kira ciri-ciri seperti bagaimana individu itu menerima dirinya, mempunyai hubungan yang baik dengan orang lain, mempunyai kebebasan sendiri, mempunyai kemahiran mengawal keadaan sekelilingnya (positif atau negatif), tahu tujuan hidupnya dan mempunyai perkembangan sendiri yang baik.

Menurut Sanchez (2018), tiga dimensi penting di dalam kesejahteraan psikologi untuk pelajar adalah dimensi perkembangan sendiri, hubungan positif dengan orang lain dan tujuan hidup. Dimensi-dimensi ini mencatatkan tahap yang tinggi di kalangan pelajar universiti. Dimensi lain seperti penerimaan diri, kebebasan dan kawalan sekeliling berada di tahap yang rendah. Selain itu, kajian yang dilakukan oleh Khasanah et al. (2022) menunjukkan kesejahteraan psikologi pelajar secara keseluruhan adalah

sederhana dengan 56 peratus. Namun, data yang berbeza di lihat pada kajian yang dilakukan oleh He et al. (2018). Kajian mereka mendapati tahap kesejahteraan psikologi pelajar berada di tahap yang rendah kerana pelajar yang berumur lebih 35 tahun terpaksa mengimbangi kehidupan mereka dengan kerja serta keluarga dan pembelajaran mereka.

Dalam pada itu, terdapat kajian-kajian lepas yang mengaitkan kesejahteraan psikologi dengan kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri. Menurut Sanchez (2018), kajiannya mendapati terdapat hubungan signifikan yang positif di antara kecerdasan menghadapi cabaran dan kesejahteraan psikologi. Kajian ini disokong oleh kajian yang dilakukan oleh Dewi et al. (2022). Kajian Sanchez (2018) mengatakan pelajar akan lebih mudah untuk menyesuaikan diri dengan cabaran yang dihadapi apabila mereka mempunyai lebih kepuasan dan kegembiraan dalam hidup mereka. Berbeza hasil kajian yang dilakukan oleh Revelia (2016). Hasil kajian beliau mendapati tiada hubungan signifikan dapat dilihat di antara kecerdasan menghadapi cabaran dan kesejahteraan psikologi. Revelia (2016) mengatakan tiada hubungan signifikan ini adalah kerana setiap konstruk di dalam kecerdasan menghadapi cabaran berkemungkinan bertindih atau ciri-ciri antara satu konstruk dan konstruk yang lain adalah lebih kurang sama. Bagi efikasi sendiri pula, menurut He et al. (2018), tiada hubungan signifikan di antara efikasi sendiri dan kesejahteraan psikologi. Namun, menurut Mortezaeigi et al. (2022), kajian mereka menunjukkan terdapat hubungan signifikan di antara efikasi sendiri dan kesejahteraan psikologi. Lebih tinggi kadar efikasi sendiri, lebih tinggi kesejahteraan psikologi pelajar tersebut di dalam hidup mereka. Perbezaan data ini memberi peluang kepada pihak pengkaji untuk melakukan kajian dalam melihat hubungan kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri terhadap kesejahteraan psikologi.

3. Metod Kajian

Kajian ini menggunakan kajian kuantitatif, dengan menggunakan reka bentuk tinjauan. Seramai 332 orang pelajar dipilih secara persampelan rawak sebagai sampel kajian daripada keseluruhan populasi pelajar siswazah di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Instrumen kajian diadoptasi dan diterjemahkan kepada bahasa Melayu daripada soal selidik *Adversity Quotient Scale* oleh Mohd Effendi (2020b), soal selidik *New General Self-Efficacy Scale* oleh Chen, Gully dan Eden (2001) dan *Psychological Well-Being Scale* oleh Ryff dan Keyes (1995). Kesahan pakar telah dijalankan keatas ketiga-tiga soal selidik ini. Soal selidik yang diedarkan kepada responden terdiri daripada 4 bahagian. Bahagian A adalah berkaitan demografi responden, bahagian B pula berkaitan kecerdasan menghadapi cabaran, bahagian C adalah berkaitan efikasi sendiri dan bahagian D adalah berkaitan kesejahteraan psikologi. Analisis yang digunakan di dalam kajian ini adalah analisis deskriptif dan juga inferensi. Analisis deskriptif melibatkan nilai kekerapan, peratus, min dan sisihan piawai manakala analisis inferensi pula menggunakan Ujian Korelasi Pearson. Kajian ini juga turun menjalankan ujian rintis. Nilai kebolehppercayaan alpha Cronbach, α , bagi soal selidik Kecerdasan Menghadapi Cabaran adalah 0.786, soal selidik Efikasi Diri pula adalah 0.959, dan soal selidik Kesejahteraan Psikologi adalah 0.814.

4. Hasil Kajian

4.1. Demografi

Jadual 1 menunjukkan demografi untuk 332 orang responden yang dibahagikan kepada jantina, umur, mod pengajian dan bidang pengkhususan. Untuk demografi jantina responden, pelajar lelaki menunjukkan bilangan sebanyak 139 orang atau 41 peratus manakala pelajar perempuan pula adalah 196 orang atau 59 peratus. Bagi demografi umur responden, seramai 145 orang (43.7 %) pelajar adalah berumur kurang daripada 30 tahun, 139 orang (41.9 %) pula terdiri daripada pelajar berumur antara 31 tahun hingga 39 tahun, 48 orang (14.5 %) pelajar pula berumur antara 40 tahun hingga 49 tahun. Tiada pelajar berumur lebih 50 tahun dicatatkan. Untuk mod pengajian responden, pelajar separuh masa menunjukkan bilangan sebanyak 124 orang (37.3 %) dan pelajar sepenuh masa pula adalah seramai 208 orang (62.7 %). Untuk bidang pengkhususan responden pula, bidang psikologi pendidikan dan pentadbiran pendidikan masing-masing menunjukkan kekerapan yang sama iaitu 51 orang pelajar dan juga peratusan paling tinggi iaitu 15.4 %. Bidang pengurusan sukan, bidang pendidikan komputer dan bidang sosiologi pendidikan tidak menunjukkan sebarang kekerapan.

Jadual 1 : Jadual Taburan Demografi Responden

Demografi	Sub-profil	Bilangan	Peratus
Jantina	Lelaki	139	41 %
	Perempuan	196	59 %
Umur	Kurang 30 tahun	145	43.7 %
	31 - 39 tahun	139	41.9 %
	40 - 49 tahun	48	14.5 %
	Lebih 50 tahun	0	0 %
Mod Pengajian	Separuh Masa	124	37.3 %
	Sepenuh Masa	208	62.7 %
Bidang Pengkhususan	Kurikulum dan Pedagogi	14	4.2 %
	Pendidikan Bahasa Melayu	13	3.9 %
	Pendidikan Matematik	13	3.9 %
	Pendidikan Sains	24	7.2 %
	Pengurusan Sukan	0	0 %
	Psikologi Pendidikan	51	15.4 %
	Pendidikan Ekonomi	13	3.9 %
	Pendidikan Sejarah	5	1.5 %
	Bimbingan dan Kaunseling	5	1.5 %
	Teaching English as a Second Language	6	1.8 %
	Pendidikan Perniagaan dan Keusahawana	5	1.5 %
	Sumber dan Teknologi Maklumat	12	3.6 %
	Pendidikan Bahasa Arab	17	5.1 %
	Pendidikan Islam	5	1.5 %
	Pendidikan Komputer	0	0 %
	Pengukuran dan Penilaian	17	5.1 %
	Pentadbiran Pendidikan	51	15.4 %
Sosiologi Pendidikan	0	0 %	
Pendidikan Sastera	8	2.4 %	
Pendidikan Khas	26	7.8 %	
Pendidikan Prasekolah	47	14.2 %	

4.2. Kecerdasan Menghadapi Cabaran

Jadual 2 menunjukkan bahawa skor bagi kesemua konstruk berada di tahap yang sederhana. Konstruk jangkauan merupakan nilai min paling tinggi (min = 3.194), diikuti oleh konstruk ketahanan (min = 3.139), kawalan (min = 3.115) dan akhir sekali kepunyaan (min = 3.107). Secara keseluruhan, daripada data menunjukkan skor tahap kecerdasan menghadapi cabaran (min = 3.140) dalam kalangan pelajar sarjana pendidikan adalah berada di tahap yang sederhana.

Jadual 2 : Tahap Kecerdasan Menghadapi Cabaran

	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Kawalan (<i>Control</i>)	3.115	.399	Sederhana
Kepunyaan (<i>Ownership</i>)	3.107	.414	Sederhana
Jangkauan (<i>Reach</i>)	3.194	.467	Sederhana
Ketahanan (<i>Endurance</i>)	3.139	.457	Sederhana
Keseluruhan (Kecerdasan Menghadapi Cabaran)	3.140	.305	Sederhana

4.3. Efikasi Kendiri

Jadual 3 menunjukkan skor bagi tahap efikasi kendiri. Secara keseluruhan tahap efikasi kendiri bagi pelajar sarjana pendidikan adalah tinggi (min 3.880). Tahap efikasi kendiri ini diukur dengan 8 item.

Jadual 3 : Tahap Efikasi Kendiri

	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Efikasi Kendiri	3.880	.852	Tinggi

4.4. Kesejahteraan Psikologi

Jadual 4 menunjukkan skor bagi tahap kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan. Secara keseluruhan, dapatan menunjukkan kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan berada di tahap yang rendah (min = 2.930). Konstruk paling tinggi dapat dilihat adalah dari konstruk tujuan hidup (min = 3.487), diikuti dengan kebebasan (min = 3.281), hubungan positif bersama individu lain (min = 3.156), perkembangan sendiri (min = 3.125), kawalan sekeliling (min = 2.775) dan akhir sekali penerimaan diri (min = 2.660).

Jadual 4 : Tahap Kesejahteraan Psikologi

	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Penerimaan Diri (<i>Self-acceptance</i>)	2.660	1.046	Rendah
Hubungan Positif bersama Individu Lain (<i>Positive Relations with Others</i>)	3.156	1.158	Sederhana
Kebebasan (<i>Autonomy</i>)	3.281	.806	Sederhana
kawalan sekeliling	2.775	.865	Rendah

(*Environmental Mastery*),

Tujuan Hidup (<i>Purpose in Life</i>)	3.487	.919	Sederhana
Perkembangan Kendiri (<i>Personal Growth</i>)	3.125	.502	Sederhana
Keseluruhan (Kesejahteraan Psikologi)	2.93	.647	Rendah

4.5. Hubungan antara Kecerdasan Menghadapi Cabaran dan Efikasi Kendiri terhadap Kesejahteraan Psikologi

Jadual 5 menunjukkan hubungan antara pemboleh ubah kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi kendiri terhadap kesejahteraan psikologi. Kekuatan hubungan diinterpretasikan berdasarkan nilai pekali, r , berpandu daripada Cohen (1988). Kekuatan hubungan ditunjukkan di dalam Jadual 6. Hasil analisis mendapati kecerdasan menghadapi cabaran ($r = 0.402$, $p < 0.01$) mempunyai hubungan signifikan yang sederhana kuatnya dengan kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan. Dengan itu, hipotesis H_01 adalah gagal diterima. Manakala efikasi kendiri ($r = 0.277$, $p < 0.01$) juga mempunyai hubungan signifikan yang lemah dengan kesejahteraan psikologi pelajar sarjana. Dengan itu, hipotesis H_02 adalah gagal diterima.

Jadual 5 : Hubungan antara Kecerdasan Menghadapi Cabaran dan Efikasi Kendiri terhadap Kesejahteraan Psikologi

	Kesejahteraan Psikologi	
	r	Sig. P
Kecerdasan Menghadapi Cabaran	.402	.000
Efikasi Kendiri	.277	.000

** $p < 0.01$

Jadual 6 : Jadual interpretasi pekali korelasi

Pekali korelasi, r	Kekuatan Hubungan
0.10 hingga 0.29	lemah
0.30 hingga 0.49	sedehana
0.5 hingga 1.0	kuat

Sumber: Cohen (1988)

5. Perbincangan Kajian

Kajian ini dilakukan bagi mengkaji tahap kecerdasan menghadapi cabaran dan tahap efikasi kendiri pelajar sarjana serta melihat hubungan pemboleh ubah ini terhadap kesejahteraan psikologi pelajar. Hasil dapatan kajian mendapati pelajar sarjana mempunyai tahap yang sederhana bagi kecerdasan menghadapi cabaran. Data ini disokong oleh kajian yang dilakukan oleh Mohd Effendi et al. (2020a) dan Patteti (2020). Pelajar sarjana pendidikan menunjukkan kecerdasan mereka untuk menghadapi cabaran. Namun, usaha untuk menghadapi cabaran tersebut tidak dilakukan secara berterusan. Jika terdapat rintangan yang lebih mencabar, mereka akan terus berputus asa dan mengubah ke cara yang lebih mudah (Mohd Effendi et al., 2020a). Perkara ini dilihat terjadi apabila pelajar mengambil jalan mudah untuk menyelesaikan tugas mereka dengan mengupah orang lain untuk menyemak atau melakukan tugas mereka.

Selain itu, berdasarkan data yang dianalisis pada konstruk kecerdasan menghadapi cabaran, jangkauan dan ketahanan mencatatkan data yang lebih tinggi berbanding konstruk yang lain. Hal ini kerana pelajar sarjana pendidikan mampu untuk mengelakkan rintangan yang mereka hadapi untuk tidak mempengaruhi hidup mereka sepenuhnya. Namun, jika cabaran yang diterima adalah lebih hebat, mereka akan terikut akan rintangan tersebut dan mengganggu kehidupan mereka seperti pergaduhan bersama dengan pelajar sarjana yang lain membuatkan mereka tidak boleh bekerjasama.

Bagi efikasi sendiri pula, data menunjukkan pelajar sarjana pendidikan berada di tahap yang tinggi. Hal ini kerana sebagai pelajar sarjana, mereka memerlukan kepercayaan kepada diri mereka dalam segala perkara yang mereka lakukan. Pelajar-pelajar sarjana percaya bahawa mereka mampu untuk menghadapi halangan yang diterima (seperti pembelajaran secara online, mencari bahan bacaan tambahan) walaupun mereka hanya memberikan usaha secara sederhana. Hal ini kerana sebagai seorang pelajar sarjana, kepercayaan kepada diri yang tinggi membantu meningkatkan motivasi atau semangat pada diri mereka sendiri (Hariyanti et al., 2020) dan bantuan dari penyelia juga berperanan untuk meningkatkan semangat dalam menghadapi proses pembelajaran mereka.

Namun, pelajar sarjana pendidikan menunjukkan tahap yang rendah untuk kesejahteraan psikologi mereka. Hal ini berkemungkinan kerana pelajar sarjana pendidikan tidak mempunyai kemahiran sendiri yang paling optimal selepas mengambil kira semua ciri-ciri seperti penerimaan diri, hubungan baik bersama individu lain, kebebasan, kawalan sekeliling, tujuan hidup dan perkembangan sendiri. Kesejahteraan psikologi di kalangan pelajar sarjana perlu ditingkatkan bagi membantu pembelajaran dan sendiri mereka. Data juga menunjukkan tahap sederhana bagi hubungan positif bersama individu lain, kebebasan, tujuan hidup dan perkembangan sendiri di dalam kesejahteraan psikologi mereka. Hal ini menyokong kajian yang dilakukan oleh Sanchez (2018) yang mengatakan konstruk-konstruk ini penting dan perlu berada di tahap yang baik sebagai seorang pelajar. Hal ini kerana, pelajar sarjana perlu mempunyai kebebasan untuk memilih arah tuju hidup mereka (seperti mata pelajaran yang ingin dipelajari dan pensyarah yang ingin dipilih) bagi perkembangan diri mereka sendiri. Mereka juga perlu mempunyai hubungan yang positif dengan rakan pelajar bagi memudahkan sebarang tugas dilakukan dengan baik dan hubungan baik bersama pensyarah dalam mendapatkan maklum balas dalam tugas mereka.

Dapatan kajian juga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri terhadap kesejahteraan psikologi pelajar sarjana. Hasil analisis menunjukkan kecerdasan menghadapi cabaran mempunyai hubungan yang signifikan namun kekuatannya adalah sederhana lemah. Hasil kajian ini disokong oleh Sanchez (2018). Hal ini kerana pelajar sarjana pendidikan mampu menghadapi rintangan namun tidak berusaha sepenuhnya bagi meningkatkan kegembiraan mereka. Pelajar sarjana pendidikan hanya menghadapi cabaran sekadar untuk mengharungi rintangan tersebut dan hal itu sudah pun mampu menggembarakan mereka walaupun sedikit.

Bagi efikasi sendiri pula, terdapat hubungan signifikan yang lemah dengan kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan. Hasil kajian mendapati terdapat hubungan yang signifikan namun hubungannya adalah lemah. Pelajar sarjana

pendidikan mencatatkan tahap efikasi sendiri mereka tinggi dan jika hal ini adalah seperti di dalam kajian yang dilakukan oleh Mortezaei et al. (2022), tahap kesejahteraan psikologi mereka seharusnya tinggi. Namun, hasil kajian menunjukkan tahap kesejahteraan psikologi pelajar sarjana pendidikan adalah berada di tahap yang rendah. Hal ini berkemungkinan kerana efikasi sendiri lebih dikaitkan dengan konstruk penerimaan diri. Berdasarkan hasil kajian, konstruk penerimaan diri adalah berada di tahap rendah. Pelajar sarjana pendidikan berkemungkinan tidak menerima diri mereka sepenuhnya untuk meningkatkan tahap efikasi sendiri mereka. Keyakinan diri kepada kebolehan mereka mungkin dipengaruhi oleh sosial media dan pandangan rakan-rakan terhadap diri mereka. Hal ini berkemungkinan menunjukkan keadaan sekeliling yang tidak kondusif untuk seorang pelajar sarjana mendapatkan kesejahteraan psikologi mereka yang optimum.

6. Kesimpulan

Kesimpulannya, kajian ini membuktikan bahawa tahap kecerdasan menghadapi cabaran dan efikasi sendiri mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap kesejahteraan psikologi pelajar. Oleh itu, pengkaji mencadangkan pelajar untuk mempunyai kepercayaan kepada diri dengan melakukan perkara yang berkemampuan untuk meningkatkan tahap kesihatan mental yang baik seperti berkongsi masalah yang dihadapi dengan kawan-kawan, berbincang jika mempunyai masalah, mengawal keadaan hidup dan menghadapi halangan dengan tenang serta teratur. Di samping itu, pengkaji juga ingin mencadangkan kepada pensyarah untuk membantu memberikan semangat serta bantuan secara verbal dalam kepada pelajar (terutamanya pelajar pendidikan) kerana apa yang ditunjukkan pensyarah ini akan diguna pakai oleh pelajar semasa bekerja kelak. Bagi pihak Kementerian Pendidikan Malaysia, dicadangkan untuk mengadakan latihan universiti yang berfokus kepada cara menghadapi cabaran sebagai bakal guru, cara mengenali diri dan menggunakan kekuatan mereka untuk menjadi lebih berjaya dalam hidup serta memberikan kesedaran kepada kesejahteraan psikologi bagi menjamin keadaan fizikal dan mental yang baik. Sebagai cadangan untuk kajian seterusnya, pengkaji seterusnya boleh memperluaskan kajian ini kepada kesemua pelajar sarjana di Malaysia dengan menggunakan pemboleh ubah seperti tahap pencapaian pembelajaran dan tahap motivasi untuk menghubungkan kajian ini.

Kelulusan Etika dan Persetujuan untuk Menyertai Kajian (*Ethics Approval and Consent to Participate*)

Garis panduan etika penyelidikan yang disediakan oleh Jawatankuasa Etika Penyelidikan Universiti Kebangsaan Malaysia (RECUKM) telah diguna pakai oleh pihak pengkaji dalam kajian ini. Segala prosedur yang dilakukan dalam kajian ini melibatkan subjek manusia telah dijalankan mengikut piawaian etika jawatankuasa penyelidikan institusi. Semua peserta kajian telah memberikan kebenaran serta persetujuan bagi menyertai kajian ini.

Penghargaan (*Acknowledgement*)

Penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada responden yang membantu menjayakan kajian ini. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pensyarah, keluarga, rakan-rakan, dan pihak yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam kajian ini.

Kewangan (*Funding*)

Kajian ini tidak menerima sebarang bantuan kewangan dari mana-mana pihak.

Konflik Kepentingan (*Conflict of Interest*)

Penulis melaporkan tiada sebarang konflik kepentingan berkenaan penyelidikan, pengarang atau penerbitan kajian ini.

Rujukan

- Akfiat, O. N. (2020). Investigation of Relationship Between Psychological Well-being, Self Esteem, Perceived General Self-efficacy, Level of Hope and Cognitive Emotion Regulation Strategies. *European Journal of Education Studies*, 7(9), 286–306. <https://doi.org/10.46827/ejes.v7i9.3267>
- Asrop Safi'i, Imron Muttaqin, Nur Hamzah, Chusnul Chotimah, Imam Junaris, Muh. Khoirul Rifa'i, & Muh. Khoirul Rifa'i. (2021). Heliyon The effect of the adversity quotient on student performance , student learning autonomy and student achievement in the COVID-19 pandemic era : evidence from Indonesia. *Heliyon*, 7(August), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e08510>
- Atrizka, D., Sanjaya, K., Vanthera, D., Limbong, K. S., & Yusfasari, R. (2020). Perbedaan adversity quotient ditinjau dari coping stress dan self-efficacy. *Psyche*, 13(02), 263–268.
- Bandura, A. (2006). Guide for Constructing Self-efficacy Scales. In *Self-efficacy Beliefs of Adolescents* (pp. 307–337). Information Age Publishing.
- Cabir Hakyemez, T., & Mardikyan, S. (2021). The interplay between institutional integration and self-efficacy in the academic performance of first-year university students: A multigroup approach. *International Journal of Management Education*, 19(1), 100430. <https://doi.org/10.1016/j.ijme.2020.100430>
- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62–83. <https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Chung, E., Noor, N. M., & Mathew, V. N. (2020). Are You Ready ? An Assessment of Online Learning Readiness among University Students. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 9(1), 301–317. <https://doi.org/10.6007/IJARPED/v9-i1/7128>
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences. In *Lawrence Erlbaum Associates* (2nd Editio). <https://doi.org/10.4135/9781071812082.n600>
- Dewi, D. K., Wijaya, P. N., & Puteri, A. P. (2022). Displaying power and solidarity through the pronoun use in “The Voice Kids Indonesia Season 4.” In *Innovation on Education and Social Sciences* (pp. 121–126). <https://doi.org/10.1201/9781003265061-26>
- Hariyanti Abd Hamid, Maheran Baharum, & Azizah Sarkowi. (2020). Pengaruh efikasi sendiri terhadap motivasi dan pencapaian akademik siswa pendidik. *Jurnal IPDA*, 104–113. <http://103.8.145.246/index.php/ipda/article/view/8209>
- He, F. X., Turnbull, B., Kirshbaum, M. N., Phillips, B., & Klainin-Yobas, P. (2018). Assessing stress, protective factors and psychological well-being among undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 68(May), 4–12. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.05.013>
- Hesti Ratna Juwita, Roemintoyo, & Budi Usodo. (2020). The role of adversity quotient in

- the field of education: a review of the literature on educational development. *International Journal of Educational Methodology*, 6(3), 507–515. <https://doi.org/10.12973/ijem.6.3.507>
- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2019). *Falsafah Pendidikan Kebangsaan*. <https://www.moe.gov.my/index.php/dasarmenu/falsafah-pendidikan-kebangsaan>
- Khasanah, D. M., Hastuti, N. W., Al Khusaini, A., & Damayanti, S. K. (2022). Psychological Well-Being For College Students in Ma'had Al-Musawwa Surakarta. *Heritage: Journal of Social Studies*, 3(1), 78–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.35719/hrtg.v3i1.83>
- Marshall, D. R., Meek, W. R., Swab, R. G., & Markin, E. (2020). Access to resources and entrepreneurial well-being: A self-efficacy approach. *Journal of Business Research*, 120(August), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2020.08.015>
- Mohd Effendi @ Ewan Mohd Matore, Effa Rina Mohd Matore, Nor Adila Ahmad, & Ahmad Zamri Khairani. (2017). Pengukuhan Kecerdasan Menghadapi Cabaran (AQ) dalam Aliran Falsafah Pendidikan Kebangsaan Malaysia di Malaysia. *Proceeding of International Conference On Global Education V (ICGE V), Padang Indonesia (10 - 11 April 2017), April*, 968–978.
- Mohd Effendi @ Ewan Mohd Matore, Mohammed Afandi Zainal, Muhammad Firdaus Mohd Noh, Ahmad Zamri Khairani, Normawati Abdul Rahman, & Hisyamsani Idris. (2020a). Pengujian psikometrik item kecerdasan menghadapi cabaran untuk pelajar lelaki kejuruteraan mekanikal menggunakan model pengukuran rasch. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 45(01SI), 87–100. <https://doi.org/10.17576/jpen-2020-45.01si-11>
- Mohd Effendi Ewan Mohd Matore, Ahmad Zamri Khairani, & Nordin Abd Razak. (2020b). Development and Psychometric Properties of the Adversity Quotient Scale: An Analysis using Rasch Model and Confirmatory Factor Analysis. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, XXIX(2018), 574–591. <https://doi.org/10.24205/03276716.2020.1055>
- Mortezabeigi, zohreh, Safari, A., Bozorghkhoo, Z., & Asgharnejad Farid, A. (2022). Predicting the happiness based on self-efficacy and quality of life by mediating of psychological well-being. *Health Monitor Journal of the Iranian Institute for Health Sciences Research*, 21(1), 47–57. <https://doi.org/10.52547/payesh.21.1.47>
- Patteti, A. P. (2020). *Use of Adversity Quotient for tomorrow 's global citizen*. IX(Ix), 222–226.
- Raditya Aji Rusdiyana. (2020). *Pengaruh Adversity Quotient, Efikasi Diri dan Need for Achievement terhadap Intensi Berwirausaha Mahasiswa Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis*. Bachelor thesis, Universitas Ahmad Dahlan. <http://eprints.uad.ac.id/17912/>
- Rafiola, R. H., Setyosari, P., Radjah, C. L., & Ramli, M. (2020). The effect of learning motivation, self-efficacy, and blended learning on students' achievement in the industrial revolution 4.0. *International Journal of Emerging Technologies in Learning*, 15(8), 71–82. <https://doi.org/10.3991/ijet.v15i08.12525>
- Revelia, M. (2016). Pengaruh big five personality dan adversity quotient terhadap psychological well-being santri pondok pesantren darul muttaqien. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 4(2), 4–16. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v4i2.10836>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, Carol. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.

[https://doi.org/10.1002/1520-6696\(197801\)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1520-6696(197801)14:1<57::AID-JHBS2300140109>3.0.CO;2-7)

- Saidatul Assyura Rosman, & Mohammad Azim Mohd Azahari. (2022). Mendeapani Cabaran Pendidikan dalam Norma Baharu. *Prosiding Seminar Falsafah Sains Dan Ketamadunan*, 4(1), 77–87.
- Sanchez, R. R. (2018). *Relationship between the Adversity Quotient and Psychological Well-Being of Psychology Students of Pamantasan Ng Lungsod Ng Maynila*. [Degree's Thesis, Pamantasan Ng Lungsod Ng Maynila]. https://www.peaklearning.com/wp-content/uploads/2019/05/PEAK_GRI_Sanchez_October-2018.pdf
- Stoltz, P. G. (1997). *Adversity Quotient: Turning Obstacles into Opportunities*. John Wiley & Sons.
- Ugwuanyi, C. S., Okeke, C. I. O., Asomugha, C. G., Planning, H. E., & Board, C. (2020). Cypriot Journal of Educational. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(3), 492–501. <https://doi.org/10.18844/cjes.v>