

Penghargaan Kendiri, Hubungan Keluarga dan Perkaitannya dengan Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan dalam Kalangan Remaja Perumahan Awam

SUZALINA MOHD SUHAIMI
NAJIB AHMAD MARZUKI

Abstrak

Kajian ini bertujuan untuk melihat hubungan penghargaan kendiri dan hubungan keluarga dengan kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam. Responden kajian terdiri daripada 379 remaja yang menghuni perumahan awam di sekitar Wilayah Persekutuan, Kuala Lumpur. Penghargaan kendiri diukur dengan menggunakan Rosenberg Self-Esteem Scale (1965). Sementara Index of Family Relations oleh Hudson (1993) diguna untuk menilai hubungan keluarga. Manakala Depression, Anxiety and Stress oleh Lovibond dan Lovibond (1995) digunakan untuk mengukur tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan. Data dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif dan Korelasi Pearson. Dapatan kajian menunjukkan bahawa para remaja mempunyai tahap penghargaan kendiri yang sederhana dan majoriti daripada responden menghadapi masalah dalam hubungan keluarga. Terdapat hubungan yang signifikan antara penghargaan kendiri remaja dengan kemurungan, kebimbangan dan tekanan yang mereka alami. Hubungan keluarga juga mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan remaja.

Kata kunci: Penghargaan kendiri, kemurungan, remaja.

Abstract

The purpose of this study is to examine the connection between self-esteem and family relations with the level of depression, anxiety and stress amongst teenagers in public housing. Respondents for the study consist of 379 teenagers living in public housings in various parts of Federal Territory, Kuala Lumpur. Self-esteem was measured using Rosenberg Self-Esteem Scale (1965) while the Index of Family Relations by Hudson (1993) was employed to evaluate the relationships between family members. Depression, Anxiety and Stress Scale by Lovibond and Lovibond (1995) was used to measure the level of depression, anxiety and stress amongst the respondents. Data were analysed

using descriptive analysis and Pearson Correlation. The findings of the study showed that teenagers have a medium level of self esteem, whilst majority of the respondents have problems with their family. The result showed that there was a significant relationship between selfesteem and depression, anxiety and stress. Family relations also played an important part in contributing to the level of depression, anxiety and stress amongst teenagers.

Keywords: *Self-esteem, depression, teenagers.*

Pengenalan

Masalah emosi dan tingkah laku remaja perlu diberi perhatian oleh semua pihak. Berdasarkan Laporan Perkhidmatan Bimbingan dan Kaunseling Sekolah-Sekolah Menengah Zon Keramat yang dikumpul sepanjang tahun 2008, terdapat 45.6 peratus daripada pelajar telah mendapat perkhidmatan bimbingan dan kaunseling berkaitan dengan masalah peribadi dan psikososial yang berpunca daripada rumah dan keluarga. Seramai 20.8 peratus pula menyatakan mereka menghadapi masalah akademik disebabkan oleh masalah di rumah (Pejabat Pelajaran Zon Daerah Keramat, 2009). Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (2000), terdapat tiga faktor utama yang mempengaruhi kesihatan mental individu iaitu (i) ciri khusus seseorang individu seperti harga diri, tabiat dan kemahiran daya tindak, (ii) faktor persekitaran termasuk faktor sosioekonomi, sokongan sosial dan keadaan fizikal seperti tempat tinggal terlalu sesak, suasana terlalu panas dan bising serta (iii) peristiwa yang berlaku dalam hidupnya.

Menurut Siti Rohana (2004) dalam kajiannya berkaitan kemurungan terdapat perkaitan yang signifikan antara penghargaan sendiri dan hubungan keluarga dengan kemurungan dalam kalangan remaja. Beliau juga menyatakan bahawa remaja yang mempunyai tahap penghargaan sendiri yang rendah, hubungan dengan keluarga dan rakan sebaya yang tidak stabil serta kerisauan terhadap sekolah yang tinggi berpotensi untuk mengalami kemurungan. See Ching Mey dan Lee Siew Siew (2005) dalam kajiannya berkaitan dengan kemurungan pelajar juga menunjukkan kemurungan mempunyai hubungan dengan pencapaian akademik seseorang pelajar. Menurut beliau, seramai 43.41 peratus daripada 182 pelajar yang dikaji didapati mengalami kemurungan klinikal daripada tahap ringan hingga kepada tahap serius. Hasil kajian ini juga menunjukkan tidak terdapat perbezaan min yang signifikan antara jantina pelajar dengan tahap kemurungan. Fenomena ini menunjukkan satu keadaan yang membimbangkan kerana kemurungan mungkin merupakan satu masalah yang terlindung dalam kalangan remaja tanpa mengira jantina dan masih belum mendapat perhatian yang serius daripada ibu bapa, sekolah atau masyarakat.

Tekanan emosi juga boleh membawa kepada kesan kemurungan dan kebimbangan dalam diri remaja. Fariza (2005) menunjukkan simptom dari aspek psikologi paling banyak dialami oleh remaja seperti mudah bosan, takut gagal, mudah panik, merasa kecewa dan gelisah dan berasa tidak tenang. Beliau juga mendapati faktor utama yang menyebabkan tekanan ialah keluarga dan persekitaran. Dari segi faktor keluarga, remaja akan mengalami tekanan sekiranya mempunyai situasi keluarga yang tidak stabil dan tidak harmoni. Mahadir, Normah dan Fauziah (2004) dalam kajian mereka berhubung reaksi tekanan terhadap kesihatan mental dalam kalangan juvana menunjukkan reaksi emosi terhadap tekanan mempunyai pengaruh yang signifikan kepada ciri kebimbangan dan gangguan tidur. Faktor tekanan akibat kekecewaan disebabkan kehilangan sumber, kegagalan atau kelewatan mencapai matlamat juga membawa kepada kemurungan. Masalah hubungan interpersonal, kesuntukan masa dan persaingan juga boleh menimbulkan kekecewaan yang ditunjukkan melalui reaksi emosi seperti bimbang, murung dan sedih.

Tinjauan Literatur

Kajian oleh Azizi, Jamaludin dan Wei (2006) menunjukkan pembentukan penghargaan sendiri berkait rapat dengan hubungan keluarga remaja kerana remaja akan membuat penilaian terhadap dirinya sendiri dengan melihat sama ada dirinya penting atau tidak dalam hidup ibu bapanya iaitu dengan menilai bagaimana tingkah laku keibubapaan, sokongan dan penglibatan ibu bapa dalam diri remaja berkenaan. Dapatan ini juga disokong oleh hasil kajian Azlina dan Saniah (2002) yang menunjukkan persepsi anak terhadap cara ibu bapa mereka melayani dan mengawal mereka memberi pengaruh terhadap penghargaan sendiri yang terbentuk. Kajian yang dijalankan oleh Yahya, Mohamad Sukri, Mohd Sharif dan Siti Fatimah (2008); Mohd. Najib dan Sallehudin (2007); dan Siti Rohana (2004) memperlihatkan penghargaan sendiri remaja berada pada peringkat sederhana. Menurut kajian Mohamed Alfian dan Mohamed Sharif (2006) yang dilakukan dalam kalangan pelajar, kebimbangan merupakan ketidakstabilan emosi yang tertinggi diikuti dengan kemurungan.

Kajian perkaitan antara kemurungan, penghargaan sendiri dengan hubungan keluarga juga turut dijalankan oleh Steinshausen, Haslimeier dan Metzke (2007). Dapatan kajian yang dilakukan ke atas tiga kumpulan responden yang sama semasa berumur 13 tahun, 16 tahun dan 20 tahun menunjukkan remaja yang menghadapi masalah kemurungan mempunyai perkaitan signifikan dengan pengalaman hidup yang negatif, mempunyai penghargaan sendiri yang rendah, tinggi kesedaran sendiri, penafian daripada ibu bapa, kurangnya penerimaan daripada rakan sebaya dan mengalami masalah dalaman dan luaran yang tinggi. Kajian ini menyokong hasil kajian Wilkinson

(2004) di mana faktor hubungan dengan ibu bapa dan adik beradik memberi kesan terhadap pembentukan penghargaan sendiri serta kesihatan psikologi remaja. Muris, Meesters, Schouten dan Hoge (2004) pula mendapati semakin tinggi bentuk didikan negatif ibu bapa, semakin tinggi tahap kebimbangan dan kemurungan maka semakin rendah kawalan diri. Kebimbangan dikaitkan dengan peningkatan rasa bimbang, kawalan yang keterlaluan dan penafian daripada ibu bapa manakala kemurungan pula berhubung rapat dengan penolakan dan kurang kemesraan dalam keluarga. Kawalan daripada ibu bapa boleh membawa kepada kebimbangan sebaliknya penafian daripada ibu bapa boleh membawa kepada berlakunya kemurungan.

Dapatan kajian juga menunjukkan terdapat perkaitan yang signifikan antara kemurungan dalam kalangan remaja dengan ibu bapa yang berhadapan dengan masalah yang sama. Ibu bapa yang mengalami kemurungan dilaporkan mempunyai niat untuk membunuh diri yang tinggi serta lebih banyak mengalami episod peristiwa yang sedih dan kecewa berbanding remaja yang murung. Kajian ini juga mendapati bahawa faktor keluarga termasuk hubungan yang rapat dengan ibu bapa, bentuk komunikasi, kepercayaan dan tahap kerenggaran dalam keluarga merupakan faktor penting untuk mendapatkan hubungan yang selamat dan stabil bersama ibu bapa (Essau, 2004).

Perkaitan antara penghargaan sendiri dengan kemurungan juga turut ditunjukkan dalam kajian oleh Robertson dan Simons (1989) iaitu dapatan hasil kajian memperlihatkan terdapat perkaitan antara kedua-duanya. Di samping itu, faktor keluarga juga memberikan kesan terhadap tahap kemurungan yang dialami. Sikap suka menyalahkan diri sendiri berkait rapat dengan kurangnya penghargaan sendiri dan ini dapat dikesan daripada faktor keluarga seperti banyak menerima kritikan daripada ibu bapa, dimalukan dan diperkecilkan. Perhubungan yang signifikan antara penghargaan sendiri dengan kemurungan juga turut dibuktikan dalam kajian oleh Simon dan Miller (1987) iaitu penghargaan sendiri yang rendah berkait rapat dengan tahap kemurungan dan sokongan keluarga yang rendah juga boleh meramal darjah kemurungan seterusnya membentuk satu penilaian yang negatif terhadap diri sendiri.

Berdasarkan permasalahan ini adalah penting untuk mengenal pasti tahap dan hubungan penghargaan sendiri dan hubungan keluarga dengan kemurungan, kebimbangan dan tekanan remaja di perumahan awam.

Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk:

- (a) Menenal pasti tahap penghargaan sendiri, hubungan keluarga, kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam.

- (b) Mengenal pasti perkaitan antara tahap penghargaan sendiri dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam.
- (c) Mengenal pasti perkaitan antara tahap hubungan keluarga dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam.

Metodologi Kajian

Populasi kajian ini adalah remaja yang tinggal di perumahan awam berjumlah 34,360 orang. Penentuan populasi adalah berpandukan kepada senarai perumahan awam yang terdapat dalam Wilayah Persekutuan, Kuala Lumpur yang terdiri daripada 74 kawasan perumahan awam. Manakala sampel kajian terdiri daripada 379 remaja yang tinggal di perumahan awam di sekitar Wilayah Persekutuan Kuala Lumpur. Mereka dipilih secara rawak mudah. Data dikumpul melalui soal selidik. Bahagian A merangkumi aspek demografi. Bahagian B soal selidik melibatkan pengukuran penghargaan sendiri menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang dibina oleh Rosenberg (1965). Bahagian C soal selidik mengukur hubungan keluarga melalui *Index of Family Relations* (IFR) yang dibina oleh Hudson (1993). Bahagian D pula mengukur tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan berdasarkan skala *Depression, Anxiety and Stress* (DASS) yang dibina oleh Lovibond dan Lovibond (1995). Penganalisisan data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan teknik analisis inferensi (Korelasi *Pearson*). Kesemua data yang dikumpul, dianalisis dengan menggunakan perisian *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS).

Hasil Kajian dan Perbincangan

Hasil analisis menunjukkan terdapat tiga perkara utama yang perlu dibincangkan dalam kajian ini (i) tahap penghargaan sendiri, hubungan keluarga, kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam, (ii) perkaitan antara tahap penghargaan sendiri dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam dan perkaitan antara tahap hubungan keluarga dengan tahap kemurungan, kebimbangan dan tekanan dalam kalangan remaja di perumahan awam.

Tahap Penghargaan Kendiri, Hubungan Keluarga, Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan Remaja di Perumahan Awam

Keputusan kajian seperti di Jadual 1 menunjukkan bahawa hanya 6 responden atau 1.6 peratus mempunyai skor tahap penghargaan sendiri rendah, manakala

majoriti responden iaitu 69.7 peratus atau 260 responden berada pada paras sederhana. Responden yang mempunyai tahap penghargaan sendiri yang tinggi pula adalah seramai 113 responden atau 28.7 peratus.

Jadual 1

Tahap Penghargaan Kendiri

Skor	Kekerapan	Peratus
Skor bawah 15 (Rendah)	6	1.6
Skor 15 – 25 (Sederhana)	260	69.7
25 ke atas (Tinggi)	113	28.7

Jadual 2 pula menunjukkan hubungan keluarga yang kurang daripada aras skor 30 adalah seramai 9 responden atau 2.4 peratus, skor 30 ke atas adalah seramai 239 responden atau 63.1 peratus, manakala 131 responden atau 34.5 peratus adalah pada aras skor melebihi 70. Hal ini menunjukkan bahawa sebahagian besar responden secara signifikan menghadapi masalah dalam keluarga kerana memperoleh skor 30 ke atas, manakala skor melebihi 70 ke atas menunjukkan bahawa terdapat tekanan dan kemungkinan berlakunya keganasan dalam hubungan keluarga.

Jadual 2

Tahap Hubungan Keluarga

Skor	Kekerapan	Peratus
Skor bawah 30	9	2.4
Skor 30 ke 69	239	63.1
Skor 70 ke atas	131	34.5

Jadual 3 memperlihatkan sebahagian besar responden mempunyai tahap kemurungan yang normal dengan 213 responden atau 56.2 peratus, manakala 242 atau 63.9 peratus mengalami tahap tekanan yang normal. Seramai 166 responden atau 43.8 peratus mengalami kemurungan, manakala 137 atau 36.1 peratus mengalami tekanan dari tahap ringan ke sangat teruk. Berbanding dengan tahap kebimbangan, sebahagian besar responden mengalami tahap kebimbangan ringan ke sangat teruk dengan 232 responden atau 61.21 peratus, manakala 147 atau 38.79 peratus responden berada di tahap kebimbangan yang normal.

Jadual 3

Tahap Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan

Item	Normal	Ringan	Sederhana	Teruk	Sangat Teruk
Kemurungan					
Skor	0-9	10-13	14-20	21-27	28+
Bilangan	213	95	49	20	2
Peratus	56.2	25.07	12.93	5.3	0.5
Kebimbangan					
Skor	0-7	8-9	10-14	15-19	20+
Bilangan	147	53	102	52	25
Peratus	38.79	13.98	26.91	13.72	6.6
Tekanan					
Skor	0-14	15-18	19-25	26-33	34+
Bilangan	242	66	58	11	2
Peratus	63.9	17.4	15.3	2.9	0.5

Tahap Hubungan Penghargaan Kendiri dengan Tahap Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan Remaja di Perumahan Awam

Hasil analisis dalam Jadual 4 menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara tahap kemurungan dengan penghargaan kendiri dalam kalangan remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.264$, $p < 0.01$). Hasil dapatan ini juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami kemurungan akan mempunyai tahap penghargaan kendiri yang rendah dan begitulah sebaliknya.

Jadual 4

Analisis Korelasi Pearson antara Kemurungan dengan Penghargaan Kendiri Remaja

	r
Perhubungan antara tahap kemurungan dengan tahap penghargaan kendiri	0.264**

** $p < 0.01$

Jadual 5 menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara tahap kebimbangan dengan penghargaan kendiri dalam kalangan remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.298$, $p < 0.01$). Keputusan ini juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami kebimbangan akan mempunyai tahap penghargaan kendiri yang rendah dan begitulah sebaliknya.

Jadual 5

Analisis Korelasi Pearson antara Kebimbangan dengan Penghargaan Kendiri Remaja

	r
Perhubungan antara tahap kebimbangan dengan tahap penghargaan kendiri	0.298**

** p<0.01

Keputusan kajian menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara tahap tekanan dengan penghargaan kendiri dalam kalangan remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.365$, $p < 0.01$) seperti dalam Jadual 6. Hasil dapatan juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami tekanan akan mempunyai tahap penghargaan kendiri yang rendah dan sebaliknya.

Jadual 6:

Analisis Korelasi Pearson antara Tekanan dengan Penghargaan Kendiri Remaja

	r
Perhubungan antara tahap tekanan dengan tahap penghargaan kendiri	0.365**

** p<0.01

Jadual 7 menunjukkan wujudnya hubungan yang signifikan antara tahap kemurungan dengan hubungan keluarga dalam kalangan remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.502$, $p < 0.01$). Keputusan ini juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami kemurungan turut menghadapi masalah dalam keluarga dan begitulah sebaliknya.

Jadual 7

Analisis Korelasi Pearson antara Kemurungan dengan Hubungan Keluarga Remaja

	r
Perhubungan antara tahap kemurungan dengan tahap hubungan keluarga	0.502**

** p<0.01

Hasil analisis dalam Jadual 8 menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara tahap kebimbangan dengan hubungan keluarga dalam kalangan

remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.358$, $p < 0.01$). Hasil dapatan ini juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami kebimbangan turut menghadapi masalah dalam keluarga dan begitulah sebaliknya.

Jadual 8

Analisis Korelasi Pearson antara Kebimbangan dengan Hubungan Keluarga Remaja

	r
Perhubungan antara tahap kebimbangan dengan tahap hubungan keluarga	0.358**

** $p < 0.01$

Keputusan kajian seperti dalam Jadual 9 menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara tahap tekanan dengan hubungan keluarga dalam kalangan remaja yang tinggal di perumahan awam ($r(379) = 0.280$, $p < 0.01$). Hasil dapatan ini juga menunjukkan bahawa remaja yang mengalami tekanan turut berhadapan serta mengalami masalah dalam keluarga dan begitulah sebaliknya.

Jadual 9

Analisis Korelasi Pearson antara Tekanan dengan Hubungan Keluarga Remaja

	r
Perhubungan antara tahap tekanan dengan tahap hubungan keluarga	0.280**

** $p < 0.01$

Perbincangan

Tahap Penghargaan Kendiri, Hubungan Keluarga, Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan

Hasil keputusan menunjukkan bahawa majoriti responden mempunyai penghargaan sendiri melebihi paras skor rendah. Walaupun hasil tersebut menunjukkan majoriti responden remaja di perumahan awam mempunyai penghargaan sendiri melebihi skor rendah tetapi apabila dinilai semula kekerapan dan peratusan, nilai skor penghargaan sendiri tinggi yang melebihi aras 25 adalah 28.76 peratus sahaja. Hal ini menunjukkan bahawa penghargaan

kendiri responden secara majoritinya hanya berada pada paras sederhana. Dapatan ini selaras dengan kajian yang dijalankan oleh Yahya, Sukri, Mohd Sharif dan Siti Fatimah (2008), Mohd. Najib dan Salehudin (2007) serta Siti Rohana (2004).

Keputusan ini didapati menyokong Teori Penghargaan Kendiri Rosenberg yang menerangkan bahawa faktor nilai orang lain, perbandingan sosial dan atribut sendiri membentuk penghargaan sendiri remaja. Ketiga-tiga faktor ini memberi kesan terhadap keseimbangan tahap penghargaan sendiri kerana sekiranya faktor nilai orang lain terutama yang diperoleh daripada ibu bapa tidak membantu, faktor perbandingan sosial seperti hubungan remaja dengan rakan sebayanya akan membentuk penghargaan sendiri yang diperlukan. Memandangkan remaja masih dalam proses membentuk identiti diri, ini dapat menerangkan keputusan penghargaan sendiri remaja pada tahap sederhana dalam kajian yang telah dijalankan.

Keputusan hubungan keluarga pula telah menunjukkan majoriti responden mempunyai masalah dalam hubungan dengan ahli keluarga. Dapatan yang sama turut diperoleh dalam kajian Siti Rohana (2004) yang mendapati bahawa hubungan dalam keluarga merupakan antara masalah yang dihadapi oleh para remaja. Malahan keputusan 34.5 peratus dalam kajian ini menunjukkan remaja berkemungkinan berhadapan dengan tekanan dan keganasan dalam rumah. Justeru, hal ini perlu diberi perhatian serius kerana bentuk hubungan keluarga boleh memberi kesan psikologi kepada remaja pada masa akan datang.

Keputusan ini selaras dengan Teori Sistem yang menjelaskan hubungan keluarga adalah bersifat menyeluruh dan melihat interaksi saling berhubungan dan bergantung antara ahli dalam sistem bagi mengekalkan kelangsungan dan keseimbangan hubungan yang baik. Remaja mudah menghadapi konflik dengan ibu bapa kerana pada fasa ini, ibu bapa sukar untuk memahami apa yang dikehendaki oleh remaja dan adakala apa yang ditentukan oleh ibu bapa tidak dapat diterima oleh anak tersebut. Rumah perumahan awam yang mempunyai keluasan ruang yang sempit (Nurizan, 1998) menambah ketidakselesaan menyebabkan remaja berasa semakin tidak berpuas hati dengan keadaan persekitaran yang ada. Hal ini diburukkan lagi dengan perbezaan pandangan dan perbalahan antara anak dengan ibu bapa. Keadaan ini menimbulkan perasaan tidak puas hati, tidak dihargai dan diketepikan atau disisihkan dalam kalangan remaja.

Dapatan kajian menunjukkan majoriti responden remaja di perumahan awam mengalami tahap kemurungan dan tekanan yang normal. Namun peratusan tahap kemurungan daripada tahap ringan ke teruk adalah 43.8 peratus, manakala 36.1 peratus turut mengalami tahap tekanan daripada ringan ke teruk menunjukkan bahawa masalah ini tidak boleh dipandang ringan. Keprihatinan

terhadap remaja yang menghadapi masalah ini penting supaya rawatan awal dapat diberikan. Sekiranya masalah tidak dikenal pasti lebih awal dan tindakan rawatan tidak diambil, kesan kemurungan dan tekanan boleh memberi kesan jangka panjang dalam kehidupan remaja berkenaan.

Dapatan ini turut disokong dalam kajian See Ching May dan Lee Siew Siew (2005) serta Siti Rohana (2004) yang menunjukkan bahawa kemurungan serta tekanan yang dihadapi dalam kalangan remaja adalah pada tahap sederhana. Perkara ini selaras dengan Teori Peneguhan Sosial yang menunjukkan penilaian terhadap peristiwa yang dialami boleh memberi kesan kepada remaja. Sebagai contoh, peristiwa yang mengganggu remaja seperti kegagalan boleh membawa kepada kemurungan sekiranya sedikit atau tiada peneguhan (sokongan) daripada orang terdekat. Berdasarkan Teori *Depressive Attributional Style*, kegagalan yang dihadapi adalah di luar kawalan kerana dikatakan kegagalan adalah disebabkan orang lain yang menjadi punca remaja gagal. Dalam perspektif tekanan mengikut Teori Lazarus, kegagalan membuatkan remaja menilai dan mempertimbangkan sama ada ia akan mengganggu dirinya atau tidak. Sekiranya kegagalan tersebut memberi kesan, tekanan akan mulai dirasakan oleh remaja berkenaan.

Dari aspek kebimbangan pula, ia merupakan masalah kepada majoriti remaja perumahan awam. Ketidakstabilan remaja terhadap kebimbangan turut ditemui dalam kajian Mohamed Alfian dan Mohamed Sharif (2006) iaitu ketidakstabilan emosi yang paling kerap dialami oleh pelajar adalah kebimbangan dan diikuti dengan kemurungan disebabkan oleh status ekonomi sosial keluarga dan tahun pengajian pelajar (tahun pertama). Dapatan ini didapati menyokong Teori Psikoanalisis kerana persepsi dan penilaian berhubung peristiwa yang dialami memberi tindak balas terhadap remaja.

Hubungan antara Penghargaan Kendiri dan Hubungan Keluarga dengan Kemurungan, Kebimbangan dan Tekanan

Keputusan yang menunjukkan remaja yang mengalami kemurungan akan mempunyai tahap penghargaan kendiri yang rendah turut disokong dalam dapatan kajian Siti Rohana (2004), Steinhausen, Haslimeier dan Metzke (2007), Robertson dan Simons (1989), Simon dan Miller (1987) dan Maxwell (1992). Faktor yang membawa kepada masalah dalam penghargaan kendiri sehingga membawa kepada kemurungan mempunyai perkaitan dengan penerimaan remaja terhadap dirinya sendiri. Bentuk penerimaan ini juga berkait rapat dengan pengalaman yang dilalui oleh remaja berkenaan.

Dapatan ini juga selaras dengan Teori Penghargaan Kendiri Rosenberg dan perkaitannya dengan Teori Peneguhan Sosial yang mana kemurungan wujud disebabkan oleh pengalaman peristiwa yang mengganggu pertimbangan diri

remaja. Faktor penilaian mengikut Rosenberg menyatakan bahawa faktor penilaian orang lain, perbandingan sosial dan atribusi sendiri menyumbang kepada tahap penghargaan sendiri remaja. Hubungan antara teori ini dapat dilihat dalam contoh ibu bapa yang menghuni perumahan awam dan mempunyai ramai jiran daripada blok-blok yang berlainan dan yang turut mempunyai anak remaja sebaya dengan anaknya akan cenderung untuk membandingkan anaknya dengan anak jiran tersebut. Hal ini menyebabkan remaja berasa dirinya serba kekurangan dan tiada kelebihan yang boleh dibanggakan. Akibat perbandingan yang berulang-ulang dan kritikan demi kritikan ditambah dengan tiada perhatian dan sokongan diberikan oleh ahli keluarga yang lain boleh membawa kepada penghargaan sendiri yang rendah sehingga timbulnya kemurungan.

Penghargaan sendiri yang rendah turut berlaku kesan daripada pengalaman peristiwa kehidupan negatif dalam diri remaja. Contoh penilaian orang lain dalam Rosenberg yang melibatkan penghargaan sendiri boleh dilihat berdasarkan contoh seorang remaja yang sentiasa dimarahi dan dikritik oleh ibu bapa. Penderaan lisan ini boleh menyebabkan remaja berasa tidak dihargai ditambah dengan kritikan tersebut dapat didengar oleh jiran sebelah. Keadaan rumah perumahan awam yang amat berdekatan sehingga boleh mendengar apa yang diperkatakan jiran memburukkan lagi penghargaan sendiri remaja dan kesannya ialah rasa murung yang berpanjangan. Penghargaan sendiri rendah boleh mewujudkan kemurungan dalam kalangan remaja sekiranya tiada sokongan daripada orang sekeliling dan kesilapan remaja dalam menilai persepsi terhadap peristiwa yang berlaku. Remaja di perumahan awam turut terdedah kepada kemurungan kerana mereka adalah sama seperti remaja lain yang amat sensitif kepada perubahan diri yang berlaku malah sebarang kritikan dan penolakan membuatkan mereka mudah terasa walaupun apa yang diperkatakan kepada mereka tidak membawa maksud yang sebenarnya. Hal ini selaras dengan perubahan emosi dan fikiran remaja. Menurut Azizi, Jaafar, Shahrin dan Yusof (2005), remaja mula pandai untuk berfikir, menilai perasaan, mengkaji apa yang diperkatakan oleh ibu bapa, mencuba sesuatu yang baru dan berkhayal tentang dunia kehidupan orang dewasa. Remaja turut sensitif terhadap kritikan dan penolakan sedangkan ianya dibuat sama ada secara terang terangan atau tidak, atau sekadar diimajinasikan sahaja oleh remaja tersebut (McCoy, 2005).

Penghargaan sendiri yang rendah mempunyai kaitan dengan kerisauan dalam persekolahan dan prestasi akademik serta selari dengan Teori Psikoanalisis. Hal ini berlaku apabila peristiwa seperti remaja gagal dalam mata pelajaran Sains, kebimbangan realiti akan berlaku kerana takut dirinya akan dimarahi oleh kedua ibu bapa. Remaja yang menyedari bahawa ibu bapanya tidak berkemampuan dan tinggal di perumahan awam akan mengharapkan yang terbaik supaya berjaya berbanding sekiranya kedua

ibu bapanya memiliki kehidupan dan rumah yang jauh lebih selesa. Remaja akan mula memikirkan dirinya akan dihukum atas kegagalan tersebut dan ini boleh menimbulkan rasa bimbang. Sekiranya tiada nilai positif diberikan oleh kedua ibu bapanya untuk mendorong remaja berkenaan mencuba lagi dalam peperiksaan akan datang disebabkan ibu bapa terlalu sibuk dengan kerja lebih masa, remaja berpotensi untuk mengalami penghargaan sendiri rendah disebabkan keyakinan diri telah hilang.

Remaja turut akan mengalami penghargaan sendiri rendah apabila mereka mula membandingkan dirinya yang gagal dengan rakan-rakan sebaya sekitar perumahan awam yang diduduki. Rasa rendah diri dan tidak setanding dengan orang lain menyebabkan remaja berasa dirinya tidak layak untuk berada dalam kumpulan tersebut. Kebimbangan moral berlaku apabila *superego* menyatakan apabila seseorang belajar, mereka perlu berjaya sedangkan remaja tersebut telah gagal. Perasaan bersalah remaja akan timbul kerana memikirkan kedua ibu bapanya telah bekerja keras mengumpul wang untuk menghantarnya di kelas tambahan sehingga menanggung pembayaran sewa rumah perumahan awam. Situasi ini menunjukkan remaja yang mempunyai penghargaan sendiri rendah turut mengalami kebimbangan dalam diri mereka. Berikutan majoriti remaja masih dalam alam persekolahan, harapan yang tinggi telah diberikan terutama oleh kedua ibu bapa yang tidak mampu dan tiada pilihan melainkan tinggal di perumahan awam. Mereka mengharapkan anak mereka berjaya dalam pelajaran dengan harapan pelajaran tersebut akan memberikan pekerjaan yang lebih baik kepada remaja. Harapan tinggi ini boleh menjadi suatu beban kepada remaja dan menjejaskan penghargaan sendiri seterusnya meningkatkan kebimbangan kerana tidak mampu mencapai sasaran sebagaimana yang telah ditentukan oleh ibu bapa.

Menurut McCoy (2005), remaja yang tidak diberi autonomi dalam menentukan sendiri minatnya dan tidak dipercayai dalam membuat keputusan akan menjejaskan penghargaan sendiri remaja berkenaan. Selain itu, keputusan juga menunjukkan bahawa terdapat perkaitan antara penghargaan sendiri dengan tekanan. Dapatan ini selaras dengan kajian See Ching Mey dan Lee Siew Siew (2005) bahawa remaja yang mengalami tekanan mempunyai perkaitan dengan tahap penghargaan sendiri rendah. Dalam situasi seperti ini, perbandingan sosial dapat meningkatkan atau menurunkan penghargaan sendiri kerana remaja akan membuat perbandingan potensi dirinya dengan rakan-rakan sebaya dalam perumahan awam yang dihuni. Remaja akan melihat sama ada dirinya merupakan seorang yang cepat belajar dan tekun dan sekiranya tidak, remaja akan merasa tidak yakin pada diri seterusnya menjejaskan penghargaan sendiri. Malahan nilai orang lain seperti daripada kedua ibu bapa juga penting kerana jika ibu bapa memberikan nilai positif dengan memberi sokongan dan memberikan peluang untuk anak belajar di rumah tanpa gangguan seperti tiada yang menonton televisyen atau berbual

dengan kuat pasti penghargaan sendiri meningkat dan membuat remaja lebih bersemangat untuk belajar seterusnya dapat mengurangkan tekanan yang dialami.

Situasi ini menunjukkan para remaja yang tinggal di perumahan awam tidak terkecuali daripada mengalami tekanan malah ianya juga turut mempunyai perkaitan dengan penghargaan sendiri. Ini disebabkan tahap penghargaan sendiri yang ada pada diri akan menentukan sama ada remaja dapat menghadapi tekanan atau tidak. Sekiranya remaja mempunyai penghargaan sendiri yang tinggi, menerima diri dan yakin pada diri sendiri, pasti remaja tersebut akan dapat membuat penilaian yang rasional dan berusaha untuk mengatasi tekanan dengan cara yang sihat tetapi sebaliknya akan berlaku bagi mereka yang mempunyai penghargaan sendiri yang rendah. Combs (1963) dalam Azizi, Jaafar, Shahrin dan Yusof (2005) menjelaskan bahawa remaja yang melihat dirinya sebagai pesimis atau tidak yakin dengan masa depan dan mempunyai konsep sendiri yang negatif adalah kurang berkebolehan dan berada dalam tekanan bila menghadapi kegagalan.

Selain itu, keputusan yang menunjukkan bahawa hubungan keluarga mempunyai hubungan dengan tahap kemurungan adalah bersamaan dengan dapatan dalam kajian Essau (2004), Simon dan Miller (1987), Robertson dan Simons (1989) serta Steinshausen, Haslimeier dan Metzke (2007). Kajian Maxwell (1992) pula mendapati remaja mengalami kemurungan dan lari dari rumah disebabkan oleh masalah hubungan dengan ibu bapa, konflik keluarga yang kronik dan masalah komunikasi dalam keluarga. Dapatan kajian ini selari dengan Teori Sistem dan Peneguhan Sosial serta *Depressive Attributional Style*. Hal ini kerana dalam sistem, setiap elemen saling mempengaruhi antara satu sama lain. Ianya juga melibatkan hubungan interpersonal dan komunikasi. Apabila sebuah keluarga mempunyai masalah komunikasi, misalnya anak tidak dapat meluahkan apa yang dirasainya kepada kedua ibu bapa, sudah pasti anak tersebut berasa diri diketepikan/disisihkan. Peristiwa-peristiwa yang melibatkan penafian seperti remaja di perumahan awam tidak dibenarkan keluar rumah atau mengikuti program ko-kurikulum pengakap sekolah akibat risaukan pergaulan anak dan masalah sosial sekitar, ditambah dengan tiada sokongan untuk anak meneruskan minatnya dalam berpersatuan boleh menyebabkan remaja berkenaan berasa dirinya tidak diendahkan dan dipedulikan. Sekiranya ini berterusan, perasaan yang bermula dengan kesedihan yang amat sangat serta perasaan tidak puas hati akan membawa kepada kemurungan.

Perhubungan antara kemurungan dengan teori sistem turut berlaku dalam atribusi yang dibuat oleh remaja di perumahan awam terhadap peristiwa negatif yang berlaku dalam dirinya. Sebagai contoh, seorang bapa yang menganggur dan mempunyai sikap panas baran akan bertindak mendera anak

apabila tertekan dan ini boleh meninggalkan kesan yang mendalam pada anak-anak. Akibat tiadanya hubungan sistem yang kuat sesama ahli keluarga, ahli keluarga tidak memainkan peranan mereka dan penderaan berterusan yang dialami akan membawa kesan kemurungan dalam diri remaja tersebut. Sekiranya ahli keluarga dalam sistem tidak memainkan peranan masing-masing sudah pasti akan berlaku kepincangan dalam keluarga. Faktor ini boleh dilihat apabila ibu bapa yang sepatutnya menunjukkan contoh yang baik sebaliknya sering bergaduh antara satu sama lain sehingga remaja pula sering dimarahi dan remaja merasakan seolah-olah dirinya pula yang dipersalahkan. Saiz rumah dan bilik yang sempit dalam rumah perumahan awam (Nurizan, 1998) menyebabkan apa yang diperkatakan oleh kedua ibu bapa dapat didengari. Kesan negatif boleh berlaku kerana remaja suka mempersepsikan kejadian berlawanan daripada perkara sebenar. Menurut Elkind (1967) dalam Mahmood Nazar (1992), remaja mempunyai satu sifat egosentrisme iaitu sering mengubahsuai persepsi tentang kebenaran alam. Remaja sering mengada-adakan bayangan sekelompok manusia yang akan mengkritik segala tingkah laku sedangkan ia hanyalah sekadar bayangan persepsi mereka sahaja.

Keputusan juga menunjukkan bahawa terdapat perkaitan antara keseimbangan remaja dengan hubungan keluarga dalam kalangan remaja di perumahan awam. Kajian Muris, Meesters, Schouten and Hoge (2004) menyokong keputusan ini iaitu semakin tinggi didikan negatif yang diterima, semakin tinggi tahap keseimbangan yang dialami dan faktor keseimbangan ini berkaitan dengan kawalan yang keterlaluan dan penafian daripada ibu bapa. Dapatan kajian ini disokong oleh Teori Sistem dan Psikoanalisis iaitu apabila remaja mengalami konflik dengan ibunya akibat daripada masalah komunikasi, keseimbangan moral akan berlaku kerana superego akan menyatakan bahawa melawan ibu adalah suatu perbuatan yang tidak boleh diterima dalam agama dan budaya disebabkan ia bertentangan dengan nilai-nilai moral. Hal ini menunjukkan terdapatnya perkaitan antara keseimbangan dengan hubungan keluarga. Perkara ini berlaku kerana sikap ibu bapa adakala terlalu menjaga lingkungan sistem sehingga mengawal pergerakan kerana tidak setuju dengan pergaulan anak. Faktor ini menyebabkan anak tersebut memberontak.

Kehendak *id* remaja yang sukakan kebebasan dan minta dilayan seperti orang dewasa membuatkan ibu bapa berasa seperti tidak lagi dapat mengawal anak yang telah mula pandai menjawab dan menyatakan pandangannya sendiri. Ruang dalam rumah di perumahan awam dan persekitaran yang sesak dan bising membuatkan remaja memberikan alasan mengapa mereka suka keluar dan terus memberi pandangan dengan cara menjawab balik. Konflik akan timbul antara remaja dengan ibu bapa apabila ibu bapa menafikan pandangan remaja. Ramai remaja mempunyai keinginan untuk bebas daripada kongkongan ibu bapa, untuk berdikari dan membuat apa yang disukainya semasa mencari identiti diri sendiri tetapi dalam masa yang sama masih memerlukan bantuan terutama dalam kewangan dan tempat tinggal (Mahmood

Nazar, 1992). Dapatan kajian juga menunjukkan bahawa terdapat perhubungan antara tekanan dengan hubungan keluarga. Dapatan ini disokong oleh kajian Fariza (2005) dan Wilkinson (2004) yang menjelaskan bahawa tekanan adalah merupakan antara kesan terhadap kesihatan psikologi remaja manakala dalam Mahadir, Normah dan Fauziah (2004) menerangkan faktor perubahan hidup, peristiwa yang berlaku seperti situasi persaingan, kesuntukan masa mahupun masalah hubungan interpersonal serta kegagalan atau kekecewaan mempunyai perkaitan dengan tekanan.

Anak remaja di perumahan awam lebih merasai keinginan untuk bebas disebabkan rumah yang diduduki tidak mempunyai ruang untuk berehat, tidur, belajar mahupun menenangkan jiwa (Nurizan, 1998) menyebabkan mereka lebih suka menghabiskan masa di luar rumah. Ini menunjukkan dalam usaha remaja untuk keluar daripada tekanan tersebut, remaja akan menjadi semakin jauh daripada keluarga dan lebih banyak menghabiskan masa bersama-sama rakan sebaya. Menurut Lily Mastura dan Ramlan (2007), remaja mempunyai sifat semula jadi yang inginkan kebebasan dan berkuasa, kerap tertekan dengan situasi keluarga. Ini menyebabkan rakan sebaya menjadi sangat penting kepada remaja manakala pengaruh ibu bapa pula semakin berkurangan.

Kesimpulan

Implikasi kajian ini melibatkan Persatuan Penduduk Setempat/Perumahan Awam, Pihak Berkuasa Tempatan seperti Dewan Bandar Raya Kuala Lumpur dan pihak kementerian seperti Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat serta Kementerian Pelajaran Malaysia bahawa remaja di perumahan awam kini sedang berhadapan dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan tekanan yang perlu diberi perhatian. Terdapatnya masalah dalam hubungan keluarga bagi mereka yang tinggal di perumahan awam juga perlu dititikberatkan oleh semua pihak. Pihak yang terlibat perlu merangka suatu pelan tindakan yang bersepadu bagi remaja yang tinggal di perumahan awam agar matlamat untuk membina dan membentuk sebuah masyarakat yang sihat dan stabil akan tercapai.

Berdasarkan kepada keputusan kajian dan dapatan daripada kajian-kajian lepas jelas menunjukkan bahawa remaja sentiasa terdedah kepada kemurungan, kebimbangan dan tekanan berikutan banyak faktor-faktor secara langsung dan tidak langsung yang mempengaruhi remaja. Justeru, para remaja yang tinggal di perumahan awam juga tidak terkecuali daripada menghadapi masalah yang sama. Penghargaan sendiri dan hubungan keluarga yang sihat amat penting dalam memastikan remaja di perumahan awam bersedia berhadapan dengan apa juga cabaran yang berlaku kerana tanpa kawalan, remaja akan berhadapan dengan masalah kemurungan, kebimbangan dan tekanan.

Rujukan

- Azizi Yahya, Jamaludin Ramli & Wei May Lin. (2006). Hubungan antara tingkah laku keibubapaan dengan penghargaan sendiri dalam kalangan remaja. *Jurnal Pendidikan Universiti Teknologi Malaysia*, 1, Oktober, 36–46.
- Azizi Yahya, Jaafar Sidek Latif, Shahrin Hashim & Yusof Boon. (2005). *Psikologi sosial: Alam remaja*. Kuala Lumpur: PTS Publications & Distributors.
- Azlina Mohd Kosnin & Saniah Sayuti. (2002). Pengaruh amalan keibubapaan terhadap penghargaan sendiri pelajar peringkat awal dewasa. *Jurnal Kemanusiaan*, 138–148.
- Essau, C. A. (2004). The association between family factor and depressive disorders in adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(5) Oktober, 365–372.
- Fariza Md. Sham. (2005). Tekanan emosi remaja Islam. *Islamiyyat*, 27, 3–24.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2000). *Promosi kesihatan mental, manual mesej utama dan sokongan*.
- Lily Mastura Harun & Ramlan Hamzah. (2007). *Asas kaunseling keluarga*. Shah Alam: Pusat Penerbitan Universiti.
- Mahadir Ahmad, Normah Che Din & Fauziah Shaari. (2004). Reaksi tekanan terhadap kesihatan mental juvana. *Jurnal Sains Kesihatan Malaysia*, 2(2), 53–63.
- Mahmood Nazar Mohamed. (1992). *Pengantar psikologi: Satu pengenalan asas kepada jiwa dan tingkah laku manusia*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Maxwell, B. E. (1992). Hostility, depression and self-esteem among troubled and homeless adolescents in crisis. *Journal of Youth and Adolescence*, 2(2), 138–150.
- McCoy, K. (2005). *Understanding your teenager's depression: Issues, insights dan practical guidance for parents*. New York: Penguin Books.
- Mohamed Alfian Harris Omar & Mohamed Sharif Mustaffa. (2006). Tahap kestabilan emosi pelajar di sebuah kolej kediaman institusi pengajian tinggi awam: Satu tinjauan. *National Student Development Conference (NASDEC)*. Kuala Lumpur, 8–9 Ogos.
- Mohd Najib Abd Ghaffar & Salehuddin Sabar. (2007). Konsep sendiri pelajar, kajian di sekolah menengah sekitar Bandar Raya Kuching, Sarawak. *Seminar Penyelidikan Pendidikan Institut Perguruan Batu Lintang*.
- Muris, P., Meesters, Cor., Schouten, E., & Hoge, E. (2004). Effects of perceived control on the relationship between perceived parental rearing behaviours and symptoms of anxiety and depression in non-clinical preadolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(1) Februari, 51–58.

- Nurizan Yahya. (1998). Kualiti perumahan dan kualiti hidup. *Analisis*, 5 (1&2), 133–149.
- Pejabat Pelajaran Zon Daerah Keramat. (2009). *Kertas konsep Majlis Permuafakatan Persatuan Ibu Bapa dan Guru (PIBG) peringkat Zon Keramat*.
- Robertson, J. F., & Simons, R. L. (1989). Family factors, self-esteem and adolescent depression. *Journal of Marriage and The Family*, Februari, 125–138.
- See Ching Mey & Lee Siew Siew. (2005). Kemurungan di kalangan pelajar: Satu kajian kes. *Jurnal Pendidik dan Pendidikan*, 20, 113–129.
- Simon, R. L., & Miller, M. G. (1987). Adolescent depression: Assessing the impact of negative cognitions and socio-environmental problems. *Social*, 32(4) Ogos, 360.
- Siti Rohana Salleh. (2004). *Pengaruh faktor ekologi ke atas kemurungan remaja* (Tesis Sarjana tidak diterbitkan). Universiti Putra Malaysia.
- Steinshausen, Hans-Cristoph, Haslimeier, Claudia, Metzke & Christa Winkler. (2007). Psychosocial factors in adolescent and young adult self-reported depressive symptoms: Causal or correlational associations. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1) Januari, 89–100.
- Wilkinson, R. B. (2004). The role of parental dan peer attachment in the psychological health and self-esteem of adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 33(6) Disember, 479–493.
- Yahya Buntat, Muhammad Sukri Saud, Mohd Sharif Mustaffa & Siti Fatimah Saari. (2008). Hubungan antara harga diri dan pencapaian sains dalam kalangan pelajar sekolah menengah. *Seminar Kebangsaan Pendidikan Sains dan Matematik*, Johor, 11–12 Oktober.

Suzalina Mohd Suhaimi
Kementerian Wilayah Persekutuan
dan Kesejahteraan Bandar
Aras G – 7, Blok 2, Menara Seri Wilayah, Presint 2,
62100 Putrajaya, Kuala Lumpur, MALAYSIA

Najib Ahmad Marzuki
Pusat Pengajian Pembangunan Sosial,
UUM College of Arts & Sciences
Universiti Utara Malaysia
06010 Sintok, Kedah, MALAYSIA
najib320@uum.edu.my