

# Kebimbangan Dan Kemahiran Sosial Dalam Kalangan Pelajar Di Sebuah Institusi Pendidikan Islam Di Sarawak (*Anxiety And Social Skills Among Students In An Islamic Educational Institution In Sarawak*)

Maisarah Kipli<sup>1\*</sup>, Saemah Rahman<sup>1</sup>, Shahlan Surat<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia

\*Pengarang Koresponden: [maisarahkipli@yahoo.com.my](mailto:maisarahkipli@yahoo.com.my)

Accepted: 15 May 2022 | Published: 1 June 2022

DOI: <https://doi.org/10.55057/jdpd.2022.4.2.5>

**Abstrak:** Kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti tahap kebimbangan dan kemahiran sosial pelajar di sebuah institusi pendidikan Islam di Sarawak serta mengenalpasti hubungan antara tahap kebimbangan dan kemahiran sosial dalam kalangan sampel. Kajian ini menggunakan tiga (3) set soal selidik yang mengandungi Bahagian A (Data demografi Responden), B(DASS-21) iaitu untuk mengukur tahap kebimbangan dan C (Emotional Intelligence Questionnaire) untuk mengukur tahap kemahiran sosial melalui borang 'Google Form'. Kajian ini telah dijalankan di sebuah institusi Pendidikan Islam di Sarawak dan seramai 80 orang pelajar terlibat dalam kajian ini. Dua kaedah analisis iaitu kaedah analisis deskriptif dan inferens digunakan untuk menganalisis data. Analisis deskriptif digunakan untuk mengenalpasti tahap kebimbangan dan kemahiran sosial pelajar manakala ujian korelasi Pearson digunakan untuk mengenalpasti hubungan antara tahap kebimbangan dan kemahiran sosial pelajar. Hasil dari kajian menunjukkan bahawa tahap kebimbangan pelajar adalah rendah dengan nilai min 1.98 manakala tahap kemahiran sosial pula ialah tinggi dengan nilai min 3.54. Dapatan kajian juga menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara kedua-dua faktor dengan nilai korelasi pearson,  $r$  ialah - 0.261 yang boleh diklasifikasikan sebagai hubungan signifikan negatif yang rendah. Ini menunjukkan bahawa semakin tinggi tahap kebimbangan pelajar semakin rendah tahap kemahiran sosial mereka. Implikasinya, kajian ini mencadangkan bahawa masalah kebimbangan yang berlaku dalam kalangan pelajar dapat ditangani dengan usaha meningkatkan kemahiran sosial pelajar.

**Kata kunci:** pelajar IPT; kemahiran sosial; tahap kebimbangan

**Abstract:** This study was conducted to identify the level of anxiety and social skills of students in an Islamic educational institution in Sarawak and to identify the relationship between the level of anxiety and social skills among the sample. This study used three (3) sets of questionnaires containing Part A (Respondents' demographic data), B (DASS-21) to measure the level of anxiety and C (Emotional Intelligence Questionnaire) to measure the level of social skills through the form 'Google Form'. This study was conducted at an Islamic education institution in Sarawak and a total of 80 students were involved in this study. Two methods of analysis namely descriptive and inferential analysis were used to analyze the data. Descriptive analysis was used to identify the students' anxiety levels and social skills while Pearson correlation test was used to identify the relationship between the students' anxiety levels and social skills. The results of the study showed that the level of students' anxiety was low with a mean value of 1.98 while the level of social skills was high with a mean value of 3.54. The

*findings also show that there is a significant relationship between the two factors with the value of pearson correlation,  $r$  is -0.261 which can be classified as a low negative significant relationship. This suggests that the higher the level of anxiety of the students, the lower the level of their social skills. Implications, this study suggests that anxiety problems that occur among students can be addressed to improve students' social skills.*

**Keywords:** Higher Education Institution (IPT) students; social skills; anxiety level

---

## 1. Pengenalan

Sejak beberapa generasi lagi, pelajar telah dididik dan dilatih untuk mempelajari kemahiran asas yang diperlukan untuk berfungsi dengan baik dalam kalangan masyarakat. Mereka telah diajar untuk mahir dalam membaca, menulis, mengira, matematik, sains, serta kajian sosial di mana kesemua kemahiran tersebut dianggap sebagai kemahiran kognitif asas. Menurut Farrington et al. (2012), kemahiran kognitif biasanya dipelajari oleh pelajar sejak di bangku sekolah lagi, di mana asas kepada kemahiran kognitif adalah kemahiran akademik seperti menulis dan menyelesaikan masalah. Kemahiran kognitif melibatkan refleksi, kemahiran berfikir secara kritikal, serta kemahiran yang berdasarkan struktur otak tertentu yang membantu pelajar untuk belajar, menerapkan pembelajaran, serta menyelesaikan masalah yang dihadapi (Wood dan Siberry, 2014). Namun, pelajar turut dilatih dengan kemahiran bukan kognitif, yang mewakili corak pemikiran, persepsi, dan tingkah laku yang akan terus berkembang sepanjang hidup (Garcia, 2014). Kemahiran bukan kognitif juga dikenali sebagai kemahiran insaniah (soft skills) seperti motivasi, integriti, serta interaksi interpersonal (Barrington, 2017). Kemahiran insaniah ini berkait rapat dengan keperibadian, perangai, dan kepercayaan seseorang (Garcia, 2014). Kemahiran bukan kognitif tidak diukur dengan ujian kognitif yang biasa diberikan kepada pelajar seperti ujian standard atau peperiksaan akademik (Farrington et al., 2012).

Kemahiran sosial juga merupakan salah satu bentuk kemahiran bukan kognitif. Ia juga adalah faktor yang menentukan perkembangan kognitif dan emosi kanak-kanak, kanak-kanak yang mengalami gangguan sindrom seperti Autisme dan komunikasi sosial, ketidakupayaan intelek, kurang perhatian atau hiperaktif, dan gangguan kebimbangan sosial (Little et al., 2017). Kajian daripada Tough (2016) telah mengaitkan kemahiran bukan kognitif seperti keperitan, ketahanan, dan ketekunan untuk membantu pelajar meningkatkan pencapaian akademik mereka. Menurut Allen et al. (2021), kunci kejayaan akademik pelajar bukan terletak pada kemahiran kognitif semata-mata, tetapi ia juga terletak pada kekuatan karakter dan watak seseorang pelajar. Holdan et al. (2018) dalam kajiannya turut membincangkan bahawa pentingnya bagi pendidikan untuk membantu pelajar mengasah kemahiran bukan kognitif memandangkan ia amat penting bagi menentukan prestasi akademik.

Kemahiran sosial merupakan kemahiran yang sangat penting dan perlu dipupuk sejak kecil. Contoh kemahiran asas yang boleh dipelajari oleh kanak-kanak adalah isyarat mata, bahasa badan dan nada suara. Justeru itu, kegiatan yang boleh dilakukan oleh kanak-kanak dalam melahirkan kemahiran sosial yang berkesan adalah dengan melakukan aktiviti sukarelawan, bersukan dan lain-lain yang melibatkan interaksi sosial (Hamzah, 2021). Kemahiran sosial merangkumi interaksi antara satu sama lain melalui, lisan dan bukan lisan, pergerakan badan, gerakan isyarat dan penampilan peribadi (Little et al., 2017).

Menurut perspektif Islam, kemahiran bersosial adalah merupakan keperibadian diri seseorang pelajar dalam menguruskan perhubungan dalam persekitaran tempat belajar termasuklah dengan tenaga pengajar dan rakan-rakan. Dalam kertas kajian Hasan Zaini (2021) telah menerangkan aspek penting dalam kemahiran sosial iaitu pengaruh, kepimpinan, membina hubungan, menguruskan konflik, pemula perubahan, kerjasama serta kolaborasi. Aspek tersebut adalah asas perhubungan antara manusia dan membantu untuk menghadapi situasi persekitaran sosial. Manakala, perkembangan kemahiran sosial dapat dilihat melalui kanak-kanak berusia 4 tahun apabila mereka melakukan aktiviti bermain dan seterusnya memberikan kesan positif kepada guru untuk mengatur strategi pembelajaran yang berkesan (Hasan Zaini, 2021).

Kebimbangan merupakan salah satu masalah kesihatan mental yang disebabkan oleh faktor tekanan. Kedua-dua tekanan dan kebimbangan mempunyai simptom yang hampir sama dan agak sukar untuk dibezakan. Tanda-tanda yang dapat dilihat melalui pelajar adalah keletihan, insomnia, bimbang yang melampau-lampau, serta simptom fizikal lain seperti kadar denyutan jantung yang laju, sakit kepala dan otot tegang (Mustaffa, 2020). Individu yang mengalami kebimbangan tidak semestinya mempunyai kekurangan kemahiran sosial. Namun begitu, mereka mungkin akan berasa gementar semasa pertemuan sosial. Kebimbangan akan menyebabkan seseorang individu mengalami simptom ketakutan, berdebar-debar dan gangguan pernafasan yang berlebihan dan berterusan. Gangguan lain yang mungkin wujud adalah seperti kemurungan dan dysthymia. Kebimbangan dalam konteks pelajar dalam institusi pendidikan tinggi termasuklah sukar menumpukan pelajaran, menjadi seorang yang mudah lupa, sentiasa berpeluh dan merasa keresahan di dalam kelas.

Kajian ini bertujuan untuk mengukur tahap kebimbangan pelajar-pelajar di sebuah institusi pendidikan Islam di Sarawak serta tahap kemahiran sosial mereka. Berdasarkan kedua-dua tahap kebimbangan dan kemahiran sosial ini, kajian bertujuan untuk mengenal pasti hubungan antara kedua-dua pemboleh ubah ini.

### ***Permasalahan Kajian***

Kesihatan mental dianggap sebagai satu bahagian yang penting dalam kesejahteraan hidup, manakala kesihatan mental yang buruk dikaitkan dengan penurunan produktiviti, kualiti hidup yang lebih rendah, dan ketidakupayaan (Dalky dan Gharaibeh, 2018). Masalah psikologi dalam bentuk kemurungan dan kebimbangan, dikaitkan dengan keadaan kesihatan yang serius (Seedat et al., 2009). Pelajar di institut pengajian tinggi di seluruh dunia mengalami pelbagai tekanan, dan kesihatan mental kumpulan ini dianggap sebagai isu kesihatan awam global disebabkan oleh kelaziman masalah kesihatan mental yang tinggi (Stallman, 2010).

Banyak kajian yang menunjukkan bahawa pelajar di institut pengajian tinggi menghadapi pelbagai cabaran sehingga menjadi punca kepada masalah kesihatan mental yang tinggi dalam populasi ini (Bolsoni-Silva, 2011; Monteiro, Tavares, & Pereira, 2008; Ribeiro & Bolsoni-Silva, 2011), terutamanya kemurungan dan kebimbangan (Osada, Rojas, Rosales, & Vega-Dienstmaier, 2010). Menurut American Psychiatric Association (2000), gejala kebimbangan sosial dianggap sebagai gejala pertama dalam kalangan pelbagai gangguan mental. Ia dianggap sebagai masalah kesihatan yang serius dan boleh mengakibatkan kemerosotan dalam prestasi dan interaksi sosial (Angélico, Crippa, & Loureiro, 2006).

Storrie, Ahern, dan Tuckett (2010) melaporkan prevalens dan peningkatan insiden penyakit mental yang serius dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi di seluruh dunia. Penemuan kajian korelasi keratan rentas antara tekanan, kebimbangan, dan kemurungan dan

pembolehubah sosio-demografi dalam kalangan pelajar sarjana muda universiti di India menunjukkan bahawa separuh daripada sampel responden dipengaruhi oleh kemurungan, 66.9% oleh kebimbangan, dan 53% oleh tekanan. Pelajar perempuan secara konsisten mendapat markah lebih tinggi daripada lelaki. Di samping itu, pelajar semester lima mempunyai lebih morbiditi berbanding pelajar semester kedua (Iqbal et al., 2015).

Kadar rawatan adalah rendah untuk gangguan mental telah lama dilaporkan dalam literatur, walaupun terdapat kelaziman kesihatan mental dan isu psikologi. Dalam kajian oleh Hunt dan Eisenberg (2010) lebih satu pertiga daripada pelajar kolej Amerika dilaporkan tertekan sehingga sukar untuk berfungsi, dan 1 daripada 10 melaporkan bahawa mereka terfikir untuk membunuh diri pada tahun sebelumnya. Juga di Amerika Syarikat, Blanco et al. (2008) mendapati kadar rawatan yang rendah untuk isu kesihatan mental, dengan kurang daripada 20% pelajar yang mengalami kebimbangan menerima rawatan. Garlow et al (2008) pula dalam satu kajian di Universiti Emory melaporkan bahawa hanya 15% daripada pelajar yang mengalami kemurungan sederhana teruk atau teruk atau terfikir untuk membunuh diri telah menerima rawatan.

Masalah psikologi dalam kalangan pelajar semakin membimbangkan. Pelajar mungkin menghadapi tekanan yang berpotensi disebabkan perkara seperti kesusahan kewangan, kelebihan akademik, persaingan dengan rakan sebaya, tekanan berterusan untuk berjaya, dan kebimbangan tentang masa depan. Tekanan ini boleh memberi kesan besar kepada prestasi akademik pelajar, keupayaan untuk maju dan membuat keputusan untuk kekal di universiti. Selain itu, pelajar mungkin mempunyai peningkatan risiko kemurungan, kebimbangan, penggunaan dadah, dan gangguan personaliti, dan akibat negatif lain di kemudian hari.

Kesedaran tentang masalah kesihatan mental yang semakin meningkat dan akibat negatif yang dikaitkan meningkatkan permintaan untuk mempertimbangkan perkhidmatan kaunseling yang ditawarkan oleh professional serta kakitangan yang berkelayakan dan terlatih untuk pelajar universiti (Eisenbergh, 2010). Ahli psikologi kaunseling membantu pelajar menyesuaikan diri untuk berubah atau membuat perubahan dalam gaya hidup mereka. Mereka membantu pelajar dalam bidang yang berkaitan dengan kemahiran sosial, kesejahteraan diri, perhubungan interpersonal, kerja, rekreasi, kesihatan, dan pengurusan krisis (Eisenberg et al., 2009). Malangnya, kebanyakan pelajar yang mengalami tekanan psikologi tidak menerima sebarang perkhidmatan terapeutik atau kaunseling.

Justeru, kajian

ini bertujuan mendapatkan maklumat bagaimana kemahiran sosial dapat membantu menangani masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar.

### ***Tujuan Kajian***

- 1) Mengenal pasti tahap kebimbangan pelajar.
- 2) Mengenal pasti tahap kemahiran sosial pelajar.
- 3) Mengenalpasti hubungan antara tahap kebimbangan dan tahap kemahiran sosial pelajar.

## **2. Kajian Literatur**

Peralihan pelajar daripada alam persekolahan ke alam pendidikan tinggi, di mana kesedaran terhadap peranan profesional dan pembentukan keperibadian sebagai seorang individu dewasa boleh menimbulkan kebimbangan dalam kalangan mereka (Bolsoni-Silva dan Loureiro, 2014). Golongan pelajar banyak menghadapi cabaran akademik dan peribadi, sehingga ia boleh menimbulkan tekanan emosi dan keadaan boleh menjadi lebih buruk. Malah kajian daripada

Valverde et al. (2012) terhadap 320 remaja mendapati bahawa masalah utama yang dikenal pasti dalam kalangan remaja dan pelajar adalah kebimbangan dan kemurungan. Ia merupakan masalah sosial utama dikaitkan apabila seseorang individu mula meningkat remaja. Soares dan Martins (2010) yang menjalankan kajian terhadap 124 pelajar turut menegaskan bahawa banyak peristiwa-peristiwa dalam kehidupan pelajar seperti menghadapi peperiksaan turut boleh meningkatkan kebimbangan. Tambah Soares dan Martins (2010), peristiwa-peristiwa seperti ini akan terus menghantui pelajar sehingga ia boleh menimbulkan masalah pada kemahiran sosial mereka dan menyebabkan mereka berhadapan dengan cabaran yang sangat besar di alam universiti dan meningkat dewasa.

Berdasarkan bukti yang mengaitkan kebimbangan sosial dengan defisit kemahiran sosial, telah dihipotesiskan bahawa individu yang mempunyai kebimbangan akan menunjukkan kemahiran sosial yang berkurangan dalam interaksi natural, berbanding dengan orang yang tidak mempunyai kebimbangan. Selain itu, mereka juga sering menerima penolakan daripada rakan perbualan mereka dan mengalami kesunyian. Kajian daripada Segrin dan Kinney (1995) telah menyiasat kemahiran sosial dalam kalangan individu yang mempunyai kebimbangan dan tidak mempunyai kebimbangan. Individu yang mengalami kebimbangan dan mereka yang tidak mengalami kebimbangan telah dirakam video secara rahsia semasa mereka menunggu rakan mereka. Analisis kemahiran sosial subjek menunjukkan bahawa, dari segi tingkah laku, mereka yang mengalami kebimbangan kelihatan sangat mirip dengan rakan sebaya mereka yang tidak mengalami kebimbangan. Walau bagaimanapun, pada masa yang sama, mereka menunjukkan kecenderungan untuk mempunyai persepsi negatif terhadap kemahiran sosial mereka sendiri. Walaupun orang yang mempunyai kebimbangan tidak menimbulkan lebih banyak penolakan daripada rakan perbualan mereka, mereka melaporkan lebih sunyi daripada orang yang mengalami kebimbangan. Subjek yang mengalami kebimbangan juga dinilai oleh rakan perbualan mereka sebagai lebih rendah dalam kemahiran sosial berbanding subjek yang tidak mengalami kebimbangan.

Kajian daripada Paulo Angelico et al. (2009) telah menyiasat bagaimana tahap kebimbangan seseorang individu memberi impak kepada kemahiran sosial yang berbeza. Kajian ini melakukan analisis dokumen terhadap 17 kajian yang berkaitan dengan kebimbangan dan kemahiran sosial. Berdasarkan analisis dokumen, kajian menyimpulkan bahawa tahap kebimbangan yang tinggi boleh memberi kesan negatif terhadap dipaparkan semasa interaksi sosial; (b) prestasi akademik, dinilai oleh kadar keciciran dan kejayaan akademik; (c) kemahiran komunikasi, ditakrifkan oleh kandungan lisan dan fungsi pertuturan yang dipaparkan dalam interaksi dengan pasangan romantis; (d) persepsi interpersonal, ditakrifkan sebagai pertimbangan sosial, persepsi diri, metapersepsi dan persepsi orang lain, tafsiran peristiwa sosial, dan pemprosesan ekspresi muka; dan (e) kecekapan sosial, ditakrifkan sebagai tahap kecekapan yang kelas tingkah laku lisan dan bukan lisan seseorang individu dinyatakan dalam prestasi sosial yang berjaya.

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan, banyak kajian yang merumuskan bahawa tahap kebimbangan pelajar yang tinggi mempengaruhi kemahiran sosial mereka. Tahap kebimbangan pelajar pula dipengaruhi oleh pelbagai lagi faktor seperti cabaran akademik dan peribadi yang menimbulkan tekanan emosi. Namun, semua kajian tersebut tidak fokus kepada demografi agama pelajar. Justeru, kajian ini berusaha untuk menutup jurang kajian dengan memberikan fokus kepada hubungan antara tahap kebimbangan pelajar dan tahap kemahiran emosi mereka dalam kalangan pelajar di sebuah institusi pendidikan Islam di Sarawak. Melalui kajian ini, pengkaji boleh membuktikan sama ada demografi agama memainkan peranan dalam hubungan antara kebimbangan pelajar dan tahap kemahiran sosial mereka.

### 3. Metodologi Kajian

Kajian ini dilaksanakan dengan reka bentuk kajian keratan rentas dan kajian korelasi dengan pendekatan kajian kuantitatif yang menggunakan pakai analisis deskriptif dan inferensi. Manakala, instrumen kajian yang digunakan adalah borang soal selidik bagi mengumpul data yang diperlukan. Kajian keratan rentas menggunakan kaedah pemerhatian di mana hasil dan pendedahan yang diberikan kepada responden akan diukur. Reka bentuk kajian ini tidak memerlukan tempoh waktu yang lama, justeru ia memudahkan pengkaji untuk mengukur pemboleh ubah yang perlu dikaji dalam masa yang singkat (Setia, 2016). Bagi mencapai objektif kajian, pengkaji perlu mengadaptasi reka bentuk kajian korelasi untuk mendapatkan hubungkait di antara tahap kebimbangan pelajar IKMAS dan kemahiran sosial mereka.

Menurut Sheard (2018), pendekatan kajian kuantitatif digunakan agar pengkaji dapat mengukur korelasi antara pemboleh ubah iaitu tahap kebimbangan pelajar dan tahap kemahiran sosial mereka. Melalui pendekatan kajian kuantitatif, analisis statistik dilakukan terhadap data yang dikumpulkan, dan penemuan dibentangkan dalam bentuk angka dan dapat ditafsirkan dengan tepat dan jelas. Hammarberg et al. (2016) menjelaskan bahawa memandangkan pendekatan kuantitatif akan menghasilkan analisis data yang berangka, ia akan lebih mudah dipercayai kerana tiada manipulasi terhadap pemboleh ubah yang dilakukan.

#### *Populasi dan Sampel Kajian*

Hanlon dan Larget (2011) mentakrifkan populasi sebagai kumpulan individu yang menjadi fokus dan ingin dikaji dalam sesuatu kajian. Dalam kajian ini, pelajar-pelajar di sebuah institusi pendidikan Islam di Sarawak telah dipilih sebagai populasi kajian. Manakala, persampelan pula ditakrifkan sebagai proses mengumpul data daripada sesuatu populasi di mana data yang dipilih akan mewakili keseluruhan populasi (Hizwan, 2018). Persampelan rawak mudah daripada teknik persampelan kebarangkalian telah dipilih sebagai teknik persampelan dalam kajian ini. Seramai 80 orang pelajar dari institusi tersebut telah dipilih sebagai responden dalam kajian ini di mana mereka mewakili keseluruhan populasi yang telah dipilih. Menurut Delice (2010), jumlah minimum bagi sesebuah sampel kajian adalah 30 subjek. Maka, jumlah sampel dalam kajian ini menepati syarat yang dikemukakan oleh Delice (2010).

#### *Instrumen Kajian*

Borang soal selidik telah dipilih sebagai instrumen kajian memandangkan kajian mengumpul data kuantitatif. Menurut Taherdoost (2017), penggunaan borang soal selidik sebagai instrumen kajian dapat meningkatkan kebolehpercayaan terhadap maklum balas daripada responden. Selain itu, instrumen kajian ini juga mengambil masa yang singkat untuk diuruskan dan disebarkan untuk mengumpul maklumat berdasarkan pemboleh ubah kajian.

Secara keseluruhannya, instrumen kajian ini mempunyai 36 soalan yang dibahagikan kepada 3 bahagian dalam soal selidik iaitu 5 soalan di Bahagian A (Profil Demografi), 21 soalan di Bahagian B (Tahap Kebimbangan Pelajar), dan 10 soalan di Bahagian C (Tahap Kemahiran Sosial Pelajar). Borang selidik yang digunakan dalam kajian ini menggunakan Skala Tekanan, Kebimbangan, Kemurungan (*Depression Anxiety Stress Scale*) 21 atau lebih dikenali sebagai DASS 21 untuk mengukur tahap kebimbangan pelajar, dan Skala Kemahiran Sosial daripada Soal Selidik Kecerdasan Emosi (*Emotional Intelligence Questionnaire*) untuk mengukur tahap kemahiran sosial pelajar IKMAS.

**Jadual 1: Pecahan Bahagian dalam Soal Selidik.**

Bahagian	Keterangan	Jumlah Soalan
A	Profil Demografi Responden	5
B	Tahap Kebimbangan Pelajar	21
C	Tahap Kemahiran Sosial Pelajar	10

Soal selidik menggunakan gaya Skala Likert 4 mata digunakan dalam soalan-soalan di dalam borang soal selidik Bahagian B dan Bahagian C. Skala Likert membolehkan pengkaji mengenal pasti percanggahan dalam maklum balas daripada responden, selain ia mempunyai kebolehpercayaan yang sangat tinggi disebabkan had jawapan yang disediakan (Chua, 2014). Jadual 2 di bawah menunjukkan interpretasi bagi Skala Likert yang digunakan.

**Jadual 2: Skala Likert**

Tahap Persetujuan	Skala
Tidak langsung	1
Sedikit/Jarang-jarang	2
Banyak/Kerap Kali	3
Sangat banyak/Sangat Kerap	4

DASS adalah merupakan idea dan ciptaan Peter Lovinbond pada tahun 1995. Pada asalnya DASS mengandungi 42 item. Pengubahsuaian telah dilakukan sehingga mengandungi 21 item. DASS yang mengandungi 21 item dan diadaptasikan ke dalam Bahasa Melayu. Penggunaan DASS telah meluas di pusat-pusat kesihatan di Malaysia. Ia juga digunakan bagi pengesanan awal kesihatan mental selain menggunakan pendekatan pemerhatian dan komunikasi. Fungsi DASS 21 adalah untuk mengukur tahap kemurungan, kebimbangan, dan tekanan dengan menggunakan skala pengukuran gaya Likert. Interpretasi keputusan DASS adalah seperti berikut:

### ***Kesahan, Kebolehpercayaan dan Kajian Rintis***

Kesahan instrumen kajian, iaitu borang soal selidik yang digunakan dalam kajian ini akan melalui 2 proses iaitu kesahan kandungan dan kesahan konstruk. Memandangkan borang soal selidik mengguna pakai Skala DASS 21 dan Skala Kemahiran Sosial daripada Soal Selidik Kecerdasan Emosi yang standard dan telah diguna pakai secara meluas bagi mengukur tahap kebimbangan dan tahap kemahiran sosial seseorang individu, kesahan konstruk bagi skala ini telah dipastikan. Manakala bagi mengesahkan kebolehpercayaan setiap konstruk yang membentuk setiap pemboleh ubah bagi kajian ini, kaedah analisis menggunakan nilai Cronbach Alpha digunakan. Menurut Chua (2006) Alpha Cronbach merupakan satu kaedah saintifik yang digunakan bagi menguji kebolehpercayaan borang soal selidik yang digunakan bagi sesuatu kajian. Jadual 4 menunjukkan interpretasi nilai Cronbach Alpha.

**Jadual 4: Interpretasi Nilai Cronbach Alpha**

Alpha Cronbach	Tahap Perkaitan	
1	0.1 hingga 0.59	Lemah
2	0.6 hingga 0.69	Sederhana
3	0.7 hingga 0.79	Baik
4	0.8 hingga 0.89	Sangat Baik
5	0.9 hingga 1.0	Cemerlang

Sumber: Chua Yan Piaw (2014)

Kajian rintis dilakukan terhadap 30 orang pelajar yang tidak terlibat dalam kajian sebenar bagi menguji kebolehpercayaan item-item yang digunakan dalam soal selidik. Berikut merupakan hasil analisis kebolehpercayaan menggunakan nilai Alpha Cronbach:

**Jadual 5: Ujian Kebolehpercayaan Bagi Faktor Yang Dikaji**

Pembolehubah	Cronbach Alpha	Keputusan
Kebimbangan	0.937	Cemerlang
Kemahiran Sosial	0.949	Cemerlang

### *Analisis Statistik Deskriptif*

Analisis deskriptif menggunakan analisis kekerapan dan peratusan digunakan untuk menganalisis profil demografi bagi setiap responden seperti jantina, umur, bangsa, bidang pengajian, dan tahun pengajian. Selain itu, tahap kebimbangan pelajar dan tahap kemahiran sosial pelajar-pelajar ini diukur menggunakan analisis skor min. Jadual 6 menunjukkan interpretasi skor min.

**Jadual 6: Interpretasi Skor Min.**

Nilai (Peratus/Min)	Tahap
3.00 – 4.00	Tinggi
2.00 – 2.99	Sederhana
1.00 – 1.99	Rendah

Sumber: Landell (1977)

### *Analisis Statistik Inferensi*

Analisis inferensi dilakukan untuk menguji hipotesis kajian yang telah ditetapkan. Kajian ini akan menggunakan ujian Kolerasi Pearson bagi menguji hubungan di antara tahap kebimbangan pelajar dan tahap kemahiran sosial mereka. Menurut Chua (2014), kekuatan hubungan korelasi diantara kedua-dua pembolehubah akan ditentukan mengikut panduan. Hipotesis akan diuji dengan menggunakan aras signifikan  $\alpha=0.5$ .

**Jadual 7: Nilai Korelasi Dan Kekuatan Hubungan**

Saiz Pekali Kolerasi	Interpretasi
0 - 0.19	Sangat rendah
0.2 - 0.39	Rendah
0.40 - 0.59	Sederhana
0.60 - 0.79	Tinggi
0.80 - 1.00	Sangat tinggi
0 - 0.19	Sangat rendah

Sumber: Kowang, Long and Rasli (2015)

## **4. Dapatan Kajian**

### *Demografi Responden*

**Jadual 8: Taburan Respoden**

Profil Demografi	Frekuensi	Peratusan (%)
Jantina		
Lelaki	51	63.7%
Perempuan	29	36.3%
Umur		
18-22 tahun	75	83.8%



	23 tahun ke atas	13	16.3%
Bangsa	Melayu	61	76.3%
	Melanau	18	22.0%
	Kenyah	1	1.3%
Bidang	Diploma Tahfiz Wal Qiraat	7	8.8%
	Diploma Dakwah Islamiyyah	73	91.3%
Tahun Pengajian	Satu (1)	32	40.0%
	Dua (2)	29	36.3%
	Tiga (3)	19	23.8%

Jadual 8 menunjukkan majoriti 51 responden (63.7%) adalah lelaki manakala 29 responden (36.3%) adalah perempuan. Manakala, majoriti responden yang terlibat dalam kajian ini adalah mereka yang berumur 18-22 tahun dengan peratusan 83.80%, dan selebihnya adalah mereka yang berumur 23 tahun ke atas dengan peratusan 16.30%. Seterusnya, responden berbangsa Melayu adalah majoriti yang terlibat dalam kajian ini dengan peratusan 76.3%, diikuti bangsa Melanau dengan peratusan 22.0%, dan bangsa Kenyah dengan peratusan 1.3%. Responden juga terbahagi kepada dua bidang pengajian di mana majoriti yang terlibat dalam kajian ini adalah daripada bidang Diploma Dakwah Islamiyyah dengan peratusan 91.3%, dan diikuti dengan responden daripada bidang Diploma Tahfiz wal Qiraat dengan peratusan 8.8%. Akhir sekali, dapat dilihat daripada Jadual 8 bahawa majoriti responden berada dalam Tahun 1 bidang pengajian mereka (40.0%), diikuti dengan 36.3% yang berada dalam tahun 2, dan 23.8% yang berada dalam Tahun 3 bidang pengajian mereka.

#### ***Analisis Tahap Kebimbangan dan Tahap Kemahiran Pelajar***

Ukuran kecenderungan di dalam analisis deskriptif ini menghasilkan nilai kuantitatif yang dapat menerangkan tentang data kajian. Nilai min, median dan mod ialah tiga ukuran kecenderungan yang biasa digunakan. Namun, hanya nilai min sahaja yang digunakan untuk menghuraikan data dalam kajian ini.

**Jadual 9: Tahap Kebimbangan dan Tahap Kemahiran Sosial**

Bahagian	Min	Tahap
Tahap Kebimbangan	1.98	Rendah
Tahap Kemahiran Sosial	3.54	Tinggi

Berdasarkan jadual di atas, pelajar menunjukkan tahap kebimbangan yang rendah dengan skor min 1.98 dengan tahap kemahiran sosial yang tinggi dengan skor min 3.54.

#### ***Hubungan antara Kebimbangan dan Tahap Kemahiran Sosial Pelajar***

Korelasi ialah kaedah statistik yang digunakan untuk menguji hubungan linear antara dua pembolehubah kuantitatif (Mukaka, 2012). Dalam kajian ini, Korelasi Pearson digunakan untuk mengukur hubungan antara pembolehubah.

**Jadual 10: Nilai Korelasi Pearson untuk Faktor yang Dikaji**

	Kemahiran Sosial	
Kebimbangan	Korelasi Pearson	-0.261*
	Sig. (2-tailed)	0.019
	N	80

Jadual 10 menunjukkan terdapat hubungan signifikan negatif antara kebimbangan dan kemahiran sosial pelajar ( $r=-0.261$ ,  $p<0.05$ ). Hubungan negatif menunjukkan bahawa peningkatan pada tahap kebimbangan pelajar mempunyai hubungan dengan penurunan tahap

kemahiran sosial mereka. Namun, korelasi negatif yang ditemui berada pada tahap yang rendah.

## 5. Perbincangan

Kebimbangan sosial merupakan fenomena yang berlaku apabila seseorang individu berasa takut akan keadaan sosial serta menjangka penilaian yang tidak baik oleh orang sekeliling serta mengganggu kehadiran mereka menimbulkan ketidakselesaan kepada mereka (Jefferies et al, 2020). Berdasarkan dapatan kajian tahap kebimbangan majoriti pelajar adalah dalam keadaan yang rendah. Faktor ini merupakan perkara yang penting dalam menentukan kejayaan seseorang dalam bidang pendidikan dan seluruh aspek sosial dalam kehidupan secara keseluruhannya. Meskipun tahap kebimbangan pelajar berada dalam kategori yang terkawal, namun peranan pihak berwajib dan dominan sangat penting bagi pencegahan awal sebelum terjadinya sesuatu perkara yang menyebabkan terjadinya masalah yang buruk seperti kemurungan dan pengasingan diri.

Peranan pihak institusi pendidikan tinggi dan pensyarah dalam mengenali dan membentuk pelajar untuk lebih aktif dan menyertai aktiviti bermanfaat boleh membantu menangani permasalahan seperti ini. Permasalahan kebimbangan ini dinilai melalui pengalaman pelajar dalam soal selidik DASS-21 yang melibatkan pertanyaan seperti simptom dan tanda-tanda kebimbangan yang berlaku kepada pelajar seperti kesukaran bernafas, situasi panik dan melakukan perkara yang membodohkan diri sendiri, degupan jantung laju, mulut terasa kering, serta berasa takut yang tidak munasabah. Secara statistik simptom ini dapat dilihat secara global sebanyak 24.9 % orang dewasa mengalami kebimbangan dan lebih daripada 7 juta rakyat malaysia mengalami simptom seperti ini ("Anxiety Disorders: Introduction", 2021).

Manakala, tahap kemahiran sosial pelajar adalah dalam kategori sederhana tinggi iaitu tidak memuaskan sepenuhnya. Pengajaran kemahiran sosial adalah digalakkan kerana kegagalan untuk mengajar kemahiran ini hanya boleh menjejaskan kerjaya masa depan pelajar di tempat kerja dan dalam masyarakat setempat. Kemahiran sosial adalah perkara yang sangat penting bagi seorang pelajar dalam penyesuaian kolej dan kejayaan akademik. Kemahiran sosial mempunyai hubungan yang positif dengan kejayaan akademik. Ukuran kemahiran sosial adalah faktor kepada ukuran kebahagiaan hidup.

Manakala secara keseluruhannya mengenai hubungan antara tahap kebimbangan dan kemahiran sosial bagi pelajar adalah signifikan iaitu semakin tinggi tahap kebimbangan, semakin rendah tahap kemahiran sosial mereka. Malah, deomografi agama pelajar sebagai individu yang beragama Islam juga menunjukkan terdapat hubungan antara tahap kebimbangan dan kemahiran sosial mereka. Dapatan kajian ini adalah sesuai dengan kajian lepas, iaitu terdapat hubungan yang positif antara defisit kemahiran dengan tingkah laku yang janggal dan cemas. Kajian ini melibatkan beberapa peserta yang mengalami fobia sosial yang menunjukkan kurang hubungan mata dengan ketara semasa bercakap. Penilaian tingkah laku melalui gerak isyarat, kelancaran pertuturan oleh golongan fobia sosial adalah tidak memuaskan.

### *Implikasi dan Cadangan*

Implikasi kajian ini turut menggalakkan pelajar agar mempelajari serta mempraktikkan kemahiran sosial sejak awal agar dapat membuat persediaan dalam menghadapi alam pekerjaan dan cabaran kehidupan lain selepas tamat pengajian. Peranan pelajar sendiri adalah penting dengan meningkatkan daya tahan untuk menguruskan tekanan, kebimbangan dan

menyelesaikan masalah kompleks yang dihadapi dalam tempoh krisis. Selain kebolehpayaan untuk keluar daripada keadaan yang traumatik kesan dari kebimbangan.

Pihak pengurusan IPT juga perlulah menganjurkan aktiviti kesedaran mengenai isu kebimbangan dalam kalangan pelajar selain memperkukuhkan aktiviti lain bagi menggalakkan penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum bagi meningkatkan kemahiran sosial kepada pelajar. Oleh itu, tahap kebimbangan yang tinggi akan dapat diatasi dalam kalangan pelajar seterusnya melahirkan generasi yang berdaya saing dan sentiasa aktif dalam memajukan diri dengan penglibatan sosial seperti kesukarelawanan.

Kajian yang meluas perlulah dilakukan dalam mengatasi masalah kebimbangan dalam kalangan pelajar untuk menurunkan statistik yang agak tinggi mengenai isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar Malaysia. Kerajaan juga perlulah mengambil inisiatif lain yang lebih berkesan dengan memanjangkan isu ini kepada umum dan mengetengahkan peranan kaunselor serta rawatan lanjut kepada pelajar yang mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi atau sederhana tinggi. Oleh itu, masyarakat serta ibu bapa yang lain juga tidak akan mengambil ringan mengenai isu ini dan sentiasa berwaspada agar prestasi anak mereka tidak terjejas.

### **Rumusan**

Secara kesimpulannya, hasil kajian ini mendapati bahawa semakin rendah tahap kebimbangan pelajar, semakin tinggi tahap kemahiran sosial pelajar. Tahap kebimbangan pelajar juga adalah dalam keadaan rendah manakala, tahap kemahiran sosial berada dalam kategori sederhana tinggi. Kajian ini menunjukkan bahawa, pengukuhan kemahiran interpersonal dalam kalangan pelajar adalah amat penting dan merupakan tanda ukur untuk dalam pencapaian akademik, sosial dengan masyarakat setempat dan kejayaan serta dalam keseluruhan aspek kehidupan seorang pelajar. Peranan masyarakat persekitaran seperti tenaga pengajar, institusi pendidikan tinggi, dan ibu bapa juga adalah penting bagi mengatasi masalah kemahiran sosial dan mengenalpasti gejala kebimbangan yang dialami pelajar. Kajian ini juga telah mencadangkan tentang faktor-faktor yang boleh meningkatkan kemahiran sosial serta mengurangkan kebimbangan dalam kalangan pelajar.

Limitasi kajian telah dikenalpasti melalui pendekatan kajian ataupun metodologi yang digunapakai untuk mengukur objektif kajian. Kaedah pengumpulan data melalui soal selidik boleh diperbaiki dalam masa yang akan datang dengan mempelbagaikan soalan di bahagian A mengenai demografi pelajar untuk mendapat lebih banyak data mengenai tahap kebimbangan pelajar. Selain soal selidik, penyelidik juga boleh mendapatkan maklumat lain melalui kaedah temubual, pemerhatian dan lain-lain. Penggunaan masa menjawab soal selidik juga dikurangkan bagi mengelakkan data yang tidak lengkap dan tidak sah. Pengkaji mencadangkan pada masa hadapan, kajian perlu dijalankan untuk mengesahkan dengan lebih tepat mengenai perkaitan antara kebimbangan sosial dan kemahiran sosial dengan pendekatan metodologi yang lebih baik. Kemahiran sosial adalah penting bagi pelajar yang mengalami kebimbangan, manakala khidmat kaunselor dan rawatan boleh dilakukan untuk mengelakkan prestasi kehidupan individu tersebut terjejas.

### **Rujukan**

- American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistics manual of mental disorders*. 4th ed. Washington, DC: Author.
- Angélico, A. P., Crippa, J. A. S., & Loureiro, S. R. (2006). Social Phobia and Social Skills: A Literature Review. *Interaction in Psychology*, 10(1), 113-125.

- Barrington, M. (2017). Assessing the link between grit and academic achievement in reading, mathematics, and writing among 4th graders: An explanatory sequential mixed methods inquiry. Dissertation for the Degree of Doctor of Education. Texas A&M University-Corpus Cristi.
- Bolsoni-Silva, A. T. (2011). Social skills and mental health of university students: Construction and validation of the Q-ACC-VU and clinical studies in behavior analysis. Unpublished professorship thesis. "Júlio de Mesquita Filho" São Paulo State University, Bauru, SP.
- Bolsoni-Silva, A.T. dan Loureiro, S.R. (2014). The role of social skills in social anxiety of university students. *Paideia (Ribeirao Preto)*, 24(58), 223-232.
- Chua Y.P. (2006). *Kaedah Penyelidikan Buku 1*. McGrawHill (Malaysia) Sdn. Bhd.
- Chua, Y.P. (2014). *Ujian Regresi, Analisis Faktor dan Analisis SEM*. Published by McGraw-Hill Education (Malaysia).
- Delice, A. (2010). The sampling issues in quantitative research. *Educational Science Theory and Practice*, 10(4), 1-18.
- Eisenberg, D., Downs, M.F., Golberstein, E., dan Zivin, K. (2009). Stigma and help seeking for mental health among college students. *Medical Care Research and Review*, 1-20.
- Eisenberg, N., Spinrad, T.L., dan Egg, N.D. (2010). Emotion related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review in Clinical Psychology*, 6, 495-525.
- Farrington, C., A., Roderick, M., Allensworth, E., Nagaoka, J., Keys, T., S., Johnson, D., W., dan Beechum, N., O. (2012). Teaching adolescents to become learners. The role of noncognitive factors in shaping school performance: A critical literature review. Diakses daripada
- Garcia, E. (2014). The need to address noncognitive skill in the education policy agenda. Economic Policy Institute. Diakses daripada <http://www.epi.org/publication/the-need-toaddress-noncognitive-skills-in-the-education-policy-agenda/#epi-toc-11>
- Garlow, S.J., Rosenberg, J., dan Moore, J.D. (2008). Depression, desperation, and suicidal ideation in college students: results from the American Foundation for Suicide Prevention College Screening Project at Emory University. *Depress Anxiety*, 25(6), 482-488.
- Hammarberg K. et al. (2016). Qualitative Research Methods: When to Use Them and How to Judge Them. *Human Reproduction*, 31 (3), pp. 498-501, <https://doi.org/10.1093/humrep/dev334>.
- Hamzah, D. (2021). Kemahiran Sosial untuk Remaja - Positive Parenting. Positive Parenting. Retrieved 21 December 2021, from <https://mypositiveparenting.org/ms/2018/01/12/kemahiran-social-untuk-remaja/>.
- Hanlon B. & Larget B. (2011). Samples and Population. *The Scientific Literature*. Department of Statistics, University of Wisconsin-Madison.
- Holdan, E.G., Lias, A.R., Locke, R.J., Elfen, H.H., dan Buzzelli, A.A. (2018). Success without grit: An exploratory study of individuals with low grit scores and high academic performance. *International Journal of Current Research*, 10(9), 73250-73252. <https://consortium.uchicago.edu/sites/default/files/publications/Noncognitive%20Report.pdf>
- Hunt, J., dan Eisenberg, D (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescence Health*, 46(1), 3-10.
- Iqbal, S., Gupta, S., dan Venkatarao, E (2015). Stress, anxiety & depression among medical undergraduate students & their socio-demographic correlates. *Indian J Med Res.*, 141(3), 354-357.
- Kowang, T. O., Long, C. S., & Rasli, A. (2018). Innovation Management and Performance Framework for Research University in Malaysia. *International Education Studies*, 8(6), 32-45.

- Landell, K. (1997). *Management by Menu*. London: Wilay and Sms Inc.
- Little, S., Swangler, J., & Akin-Little, A. (2017). *Defining Social Skills*. *Autism And Child Psychopathology Series*, 9-17. [https://doi.org/10.1007/978-3-319-64592-6\\_2](https://doi.org/10.1007/978-3-319-64592-6_2)
- Monteiro, S. O. M., Tavares, J. P. C., & Pereira, A. M. S. (2008). Dispositional optimism, psychopathological symptoms, well-being and academic performance in first-year higher education students. *Psychology Studies (Christmas)*, 13(1), 23-29. doi:10.1590/S1413-294X2008000100003
- Muhammad Jeffrery Hizwan Bin Said (2018). *Tahap Sikap Kerja dan Hubungannya dengan Prestasi Kerja Pekerja: Kajian di Syarikat Triple A*. Kertas Cadangan Penyelidikan (Sarjana Muda).
- Mustaffa, N. (2020). Mengatasi Kebimbangan Semasa Pandemik Covid-19 Dengan Pendekatan Teori Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT). *Malaysian Journal of Social Sciences And Humanities (MJSSH)*, 5(11), 10-16. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i11.553>
- Osada, J., Rojas, M., Rosales, C., & Vega-Dienstmaier, J. M. (2010). Anxious and depressive symptoms in medical students. *Journal of Neuropsychiatry*, 73(1), 15-19.
- Paulo Angelico, A., Crippa, J.A.S., dan Regina Loureiro, S. (2009). *Social Anxiety Disorder and Social Skills: A Critical Review of the Literature*. *International Journal of Behavioral Consultation and Therapy*, 6(2), 95-110.
- Ribeiro, D. C., & Bolsoni-Silva, A. T. (2011). Interpersonal potentials and difficulties of university students: Characterization study. *Behavioral Minutes*, 19(2), 205-224
- Seedat, S., Scott, K.M., dan Angermeyer, M.C. (2009). Cross-national associations between gender and mental disorders in the World Health Organization World Mental Health Surveys. *Arch Gen Psychiatry*, 66(7), 785-795.
- Segrin, C. dan Kinney, T. (1995). *Social Skills Deficits among the Socially Anxious: Rejection from others and Loneliness*. Springer Link, 19, 1-24.
- Setia, M.S. (2016). *Methodology Series Module 3: Cross-sectional Studies*. *Indian J Dermatol*, 61(3), ms. 261–264. doi: 10.4103/0019-5154.182410
- Sheard, J. (2018). *Research Methods*. Second Edition. Chandos Publishing, m.s. 429 – 452.
- Soares, A. B., & Martins, J. S. R. (2010). Students' anxieties about the expectation of the entrance exam. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 20(45), 57-62. doi:10.1590/S0103-863X2010000100008
- Stallman, H.M. (2010). Psychological distress in university students: a comparison with general population data. *Aust Psychol.*, 45(4), 249-257.
- Storrie, K., Ahern, K., dan Tuckett, A. (2010). A systematic review: students with mental health problems—a growing problem. *Int J Nurs Pract*, 16(1), 1-6.
- Taherdoost, H. (2017). Determine Sample Size: How to Calculate Survey Sample Size. *International Journal of Economics and Management Systems*, 2, 237-239.
- Tough, P. (2016). *Helping children succeed: What works and why*. Boston: Houghton Mifflin Harcourt.
- Valverde, B. S. C. L., Vitale, M. S. S., Sampaio, I. P. C., & Schoen, T. H. (2012). Survey of behavioral/emotional problems in an adolescent outpatient service. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 22(53), 315-323. doi:10.1590/S0103-863X201200030000
- Wood, R., Siberry, L. (2014). *Cognitive skills: what are they and how do we use them?* Australian Broadcasting Corporation. Diakses daripada <https://www.activememory.com/news/2014/cognitive-skills-what-are-they-and-how-doweuse-them>

## Lampiran

### (1) Ujian Reliabiliti (Kesahan)

#### Kebimbangan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.937	7

#### Kemahiran Sosial

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.949	10

### (2) Ujian Normaliti

Descriptive Statistics					
	N	Skewness		Kurtosis	
		Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
Kebimbangan	80	1.171	.269	1.037	.532
Kemahiran Sosial	80	-.203	.269	-.348	.532
Valid N (listwise)	80				

### (3) Analisis Diskriptif

Statistics			
		keimbangan	kemahiransosial
N	Valid	80	80
	Missing	0	0
Mean		1.98	3.54

### (4) Analisis Korelasi Pearson

Correlations			
		Kebimbangan	Kemahiran Sosial
Kebimbangan	Pearson Correlation	1	-.261*
	Sig. (2-tailed)		.019
	N	80	80
Kemahiran Sosial	Pearson Correlation	-.261*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	
	N	80	80

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).