

Hubungan antara Ketegasan Diri dan Kepuasan Hidup dalam
Kalangan Pelajar Institusi Pengajian Tinggi
(The Relationship between Assertiveness and Satisfaction with Life
Among Students at a Higher Learning Institution)

SALLEH AMAT
ZURIA MAHMUD

ABSTRAK

Kerta ini melaporkan sebuah kajian yang meninjau hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di sebuah institusi pengajian tinggi. Seramai 170 pelajar yang terdiri daripada pelajar tahun dua dan pelajar tahun tiga yang mengikuti satu kursus berkaitan kemahiran kaunseling di peringkat ijazah sarjana muda menyertai kajian ini secara sukarela. Dua set soal selidik, iaitu Rathus Assertiveness Schedule dan Satisfaction With Life Scale telah diterjemahkan ke dalam bahasa Melayu untuk mengukur ketegasan diri dan kepuasan hidup. Dapatan kajian menunjukkan perhubungan yang signifikan antara skor ketegasan diri dan skor kepuasan hidup dalam kalangan responden yang dikaji. Namun demikian, ketegasan diri dan kepuasan hidup didapati tidak mempunyai perhubungan yang signifikan dengan pencapaian akademik. Begitu juga pelajar Tahun 2 dan 3 tidak berbeza dari segi ketegasan diri dan kepuasan hidup mereka. Implikasi kajian terhadap pelajar institusi pengajian tinggi juga dibincangkan dalam laporan ini.

Kata Kunci: *Ketegasan diri, kepuasan hidup, pelajar Institusi Pengajian Tinggi, kemahiran generik, pencapaian akademik*

ABSTRACT

This paper reports a study that investigates the relationship between assertiveness and satisfaction with life among students at a higher learning institution. One hundred and seventy undergraduate students (second and first year students) studying an introductory counseling course voluntarily participated in this study. Two sets of instruments: The Rathus Assertiveness Schedule and the Satisfaction with Life Scale were translated into Malay language to measure assertiveness and satisfaction with life. The finding shows a significant relationship between assertiveness and satisfaction with life. Nevertheless, assertiveness and satisfaction with life are not significantly related with academic achievement. In addition, the level of assertiveness and

satisfaction with life among 2 and 3 Year students are not significantly different. Implications of the study on students at higher learning institutions are discussed in this report.

Key Words: *Assertiveness, life satisfaction, Higher Learning Institution, generic skills, academic achievement*

PENGENALAN

Pada masa ini, aspek kemahiran insaniah atau kemahiran generik sangat ditekankan dalam proses pengajaran dan pembelajaran di institusi pengajian tinggi (IPT) (Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia 2006; Mohd. Majid & Zakaria 2007; Radin Umar 2008; Salleh & Zuria 2007; Salleh & Mohd. Mokhtar 2008). Aspek kemahiran generik ini ditekankan dengan harapan untuk melahirkan pelajar yang bukan hanya berpengetahuan dalam bidang akademik, tetapi juga seorang pelajar yang mempunyai daya saing yang tinggi, mampu berkomunikasi dengan berkesan, berupaya berfikir secara kreatif dan kritis serta mampu bertindak secara rasional. Salah satu aspek yang penting dalam pembentukan sahsiah yang baik adalah aspek ketegasan diri. Ini kerana ketegasan diri dapat membantu pelajar menjadi lebih terbuka, berkeyakinan, meningkatkan kepuasan hidup dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan semua pihak (Salleh & Zuria 2007).

Ketegasan diri didefinisikan sebagai kemampuan seseorang menolak permintaan, meluahkan perasaan tanpa menyinggung perasaan orang lain, memulakan atau menolak perbualan, serta dapat membuat permintaan peribadi tanpa merasa tertekan. Ia juga berkaitan dengan keupayaan seseorang berinteraksi secara lisan dan bukan lisan dalam perhubungan seharian (Rakos 1991; Shan Rees & Roderick 1991; Townend 1991). Dalam kajian ini ketegasan diri diukur dengan menggunakan soal selidik *the Rathus Assertiveness Schedule (RAS)* yang telah dibina oleh Rathus (1973). Skor tinggi menggambarkan seseorang itu mempunyai tahap ketegasan diri yang lebih baik atau positif.

Ketegasan diri juga digambarkan sebagai keupayaan seseorang itu meluahkan perasaan sama ada positif atau negatif dengan penuh keyakinan (Shan Rees & Roderick 1991; Townend 1991). Begitu juga keupayaan berkomunikasi dengan baik dapat dikaitkan dengan ketegasan diri seseorang. Ini kerana individu yang tegas akan dapat menyampaikan apa yang dikehendakinya atau yang difikirkannya dengan lebih yakin dan tanpa teragak-agak. Di samping itu, individu yang tegas dapat menyatakan haknya tanpa menyakiti hati orang lain (Dwairy 2004; Fukuyama & Greenfield 1983; Lange & Jakubowski 1976; McCartan & Hargie 2004; Richmond & McCroskey 1985; Stewart & Lawton 2005; Townend 1991).

Kepuasan hidup didefinisikan sebagai penilaian seseorang terhadap kehidupannya secara menyeluruh atau g holistik. Ia merupakan penilaian terhadap kualiti hidup seseorang individu berdasarkan kepada kriteria yang dipilih oleh

individu itu sendiri (Diener 1984). Dalam kajian ini kepuasan hidup diukur dengan menggunakan soal selidik kepuasan hidup, *the Satisfaction with Life Scale* yang dibina oleh Diener dan rakan-rakan untuk mengukur kepuasan hidup seseorang secara keseluruhan (Diener 1984; Pavot & Diener 1993). Skor tinggi menggambarkan seseorang itu mempunyai tahap kepuasan hidup yang lebih baik atau lebih memuaskan.

Secara umumnya kepuasan hidup merujuk kepada sejauh manakah seseorang itu berpuas hati dengan apa yang telah diperolehnya setakat ini. Ia adalah aspek yang diukur secara kognitif oleh seseorang terhadap dirinya sendiri. Kepuasan hidup sukar untuk didefinisikan kerana aspek kepuasan hidup ini adalah bersifat subjektif. Michalos (1991) menegaskan kepuasan hidup adalah melibatkan pelbagai konstruk yang memerlukan seseorang itu menilai pelbagai aspek kehidupannya seperti kesihatan, kewangan, kerja, serta hubungan interpersonalnya. Masyarakat meletakkan pelbagai nilai terhadap sesuatu perkara. Contohnya ada orang yang berpuas hati dengan hanya memiliki sebuah kereta yang biasa (contohnya Proton Saga), tetapi mungkin ada sesetengah orang yang hanya akan berasa puas hati apabila memandu sebuah kereta mewah seperti Mercedes Benz ataupun BMW. Shin dan Johnson (1978) mendefinisikan kepuasan hidup sebagai satu penilaian keseluruhan kualiti kehidupan seseorang individu berdasarkan kriteria-kriteria yang ditetapkannya sendiri. Diener (1984) juga Pavot dan Diener (1993) menyatakan kepuasan hidup sebagai penilaian secara keseluruhan terhadap perasaan dan sikap seseorang berkaitan kehidupannya pada sesuatu waktu. Diener (1984) juga menegaskan seseorang itu perlu melihat kepada aspek kepuasan hidupnya secara kognitif dan menyeluruh. Sementara itu Sosusa dan Lyubomirsky (2001) menyatakan kepuasan hidup seseorang itu merujuk kepada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh manakah seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh.

Daripada perbincangan, dapatlah disimpulkan bahawa individu yang mempunyai kepuasan hidup yang baik akan lebih selesa dan teratur kehidupan sehariannya. Dalam konteks pelajar di IPT pula, pelajar yang mempunyai tahap kepuasan hidup yang lebih baik pula akan dapat menumpukan perhatian kepada pelajaran serta mempunyai gaya hidup yang lebih sihat serta kurang mempunyai tekanan hidup. Dijangkakan bahawa individu yang mempunyai sikap tegas diri yang baik akan mempunyai tahap kepuasan hidup yang lebih baik berbanding dengan individu yang kurang tegas. Oleh itu, dua aspek ini mungkin akan dapat mempengaruhi seseorang pelajar itu mencapai pencapaian akademik yang lebih baik semasa menuntut di IPT.

Ketegasan diri dan kepuasan hidup ialah satu konsep yang baru di Malaysia. Tambahan pula konsep ketegasan diri ini sering ditakrifkan berbeza dengan takrifan di barat (Dwairy 2004; Poyrazli 2000; Sue et al. 1983; Sue & Sue 1990). Malahan kadang-kadang sikap tegas diri ini disalah tafsirkan sebagai sikap yang biadab dalam sesetengah budaya, terutamanya dalam budaya timur (Sue & Sue

1990). Sebagai contoh, di Barat anak-anak boleh menyatakan “tidak” kepada arahan yang diberikan oleh ibu bapa jika mereka tidak bersetuju dengan arahan yang diberikan oleh ibu bapa mereka. Namun demikian, secara umumnya, membantah arahan ibu bapa adalah sesuatu yang tidak wajar dilakukan oleh anak-anak dalam budaya di Malaysia.

KETEGASAN DIRI DAN KEPUASAN HIDUP

Kajian terdahulu menunjukkan ketegasan diri dapat meningkatkan keyakinan sendiri dan *esteem* sendiri seseorang serta dapat membina hubungan interpersonal yang positif (Delamater & McNamara 1985). Individu yang tegas akan lebih mudah menyesuaikan diri dalam persekitaran budaya yang baru (Chen 1992) dan akan lebih mudah berinteraksi dalam situasi sosial. Dalam masyarakat Barat terutamanya di Amerika Syarikat, ketegasan diri dianggap sebagai satu kaedah dalam usaha untuk mencapai sesuatu matlamat dalam kehidupan seseorang. Ini bermakna untuk mencapai sesuatu matlamat seseorang itu perlu berupaya menyatakan pendapatnya dengan tegas tanpa merosakkan hubungan dengan orang lain (Sue et al. 1983). Malahan dalam penyesuaian di kampus, Althen (1991) menyatakan pelajar yang mempunyai sikap yang tegas dapat membina hubungan yang lebih positif dengan pensyarah serta rakan-rakan lain berbanding dengan mereka yang pasif. Dari segi budaya, masyarakat di Barat sering dianggap mempunyai sikap yang lebih tegas berbanding dengan masyarakat di sebelah Asia (Fukuyama & Greenfield 1983; Sue et al. 1983; Thompson & Klopff 1995; Thompson et al. 1990; Zane et al. 1991). Kajian oleh Yager dan Rotheram-Borus (2000) pula mendapati pelajar Amerika yang berketurunan dari Eropah menunjukkan sikap tegas yang lebih tinggi berbanding dengan warga Amerika yang berketurunan Afrika ataupun pelajar yang berketurunan Amerika Latin.

Ketegasan diri juga dapat dikaitkan dengan penyesuaian dan pencapaian akademik yang baik di kolej. Nelson dan Nelson (2003) mendapati sikap tegas diri dapat meningkatkan pencapaian akademik pelajar di IPT. Poyrazli (2000) dan Poyrazli et al. (2002) pula mendapati sikap tegas diri mempengaruhi tahap penyesuaian di kolej dalam kalangan pelajar antarabangsa di Amerika. Poyrazli et al. (2002) juga mendapati pelajar yang lebih tegas lebih mudah melibatkan diri dalam perbincangan dan meminta bantuan apabila berhadapan dengan masalah akademik.

Mungkin belum ada kajian yang mengkaji hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup secara khusus, namun beberapa kajian menunjukkan ketegasan diri mempunyai hubungan yang negatif dengan kekecewaan. Kekecewaan dan tekanan dapat dikaitkan dengan tahap kepuasan hidup yang negatif. Barbaree dan Davis (1984) dan Gudleski dan Shean (2000) dalam kajian masing-masing mendapat responden yang mengalami kekecewaan yang tinggi

adalah juga responden yang mempunyai skor ketegasan diri yang rendah. Fine dan Olson (1997) pula mendapati individu yang mudah marah adalah individu yang mempunyai sikap tegas diri yang rendah. Orang yang mempunyai kebimbangan yang tinggi juga adalah terdiri daripada mereka yang mendapat skor yang rendah dari segi ketegasan dirinya (Delamater & McNamara 1991). Begitu juga Elliott & Gramling (1990) dalam kajian mereka mendapati individu yang mendapat skor yang tinggi dalam aspek ketegasan menunjukkan skor yang rendah dari segi depresi (depression).

Dari segi jantina pula tidak ada satu keputusan yang konklusif yang mengatakan orang lelaki lebih tegas berbanding wanita. Fakta ini mungkin banyak dipengaruhi oleh faktor budaya seseorang itu sendiri. Beberapa kajian seperti kajian Hollandsworth dan Wall (1977), Mueen et al. (2006), dan Thompson dan Klopff (1995) menunjukkan lelaki lebih bersikap tegas berbanding wanita. Namun kajian oleh Zane et al. (1991), Kilkus (1993), dan Fukuyama dan Greenfield (1983) mendapati tidak ada perbezaan yang signifikan dari segi ketegasan diri berdasarkan jantina.

Dari segi kepuasan hidup, kajian-kajian di Amerika Syarikat menunjukkan satu perhubungan yang positif antara kepuasan hidup dengan pemboleh ubah-pemboleh ubah seperti status pekerjaan, taraf perkahwinan, latar belakang pendidikan serta sokongan sosial responden (Boschen 1996; Mehnert et al. 1990; Sousa & Lyubomirsky 2003). Kajian oleh Huebner, Drane dan Valois (2000) pula mendapati pelajar Amerika berkulit putih (Caucasian) menunjukkan skor kepuasan hidup yang lebih tinggi berbanding pelajar Amerika yang berketurunan dari Afrika. Kajian Diener dan Frank Fujita (1995) mendapati faktor sokongan keluarga dan rakan-rakan adalah peramal kepada kepuasan hidup. Namun demikian faktor-faktor tersebut adalah peramal yang lebih signifikan dalam meramal kepuasan hidup kepada golongan wanita. Individu yang mempunyai sistem sokongan sosial yang lebih baik didapati mempunyai kepuasan hidup yang lebih baik (Sousa & Lyubomirsky 2003).

Kajian Bugay (2007) berhubung kesunyian dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar universiti di Turki menunjukkan bahawa jantina membawa pengaruh terhadap tahap kesunyian dan kepuasan hidup pelajar. Pelajar lelaki dilaporkan secara signifikan kurang mengalami kesunyian berbanding pelajar perempuan. Sebaliknya pelajar perempuan pula didapati mempunyai tahap kepuasan hidup yang lebih tinggi daripada pelajar lelaki.

Kebanyakan kajian kepuasan hidup dijalankan ke atas golongan dewasa. Kajian Diener dan Suh (1998) yang melihat hubungan antara umur dan kepuasan hidup mendapati terdapat sedikit peningkatan dalam kepuasan hidup dari usia 20-an hingga 80-an. Kepuasan terhadap domain-domain kehidupan juga meningkat bersama peningkatan usia. Kajian Herzog dan Rodgers (1981) dan Shueng-Tak Cheng (2004) mendapati semakin meningkat usia seseorang, semakin kurang kepuasan hidup individu tersebut terhadap aspek kesihatan dirinya.

Rask et al. (2002) dalam kajian mereka mendapati kebanyakan responden berpuas hati dengan kehidupan mereka. Dapatan kajian mereka juga mendapati tidak ada perbezaan yang signifikan dalam kepuasan hidup di antara remaja lelaki dan remaja perempuan. Faktor spiritual juga didapati menjadi salah satu pemboleh ubah yang signifikan dalam penentuan makna kepuasan hidup dan kepercayaan keupayaan diri individu. Aspek spiritual ini merujuk kepada ramalan dan kepercayaan individu terhadap kuasa tertinggi yang merupakan pemerintah bagi kewujudan sesuatu. Individu yang dikatakan mempunyai tahap spiritual dan nilai keagamaan yang tinggi akan lebih mudah menerima latihan fizikal, bertanggungjawab terhadap latihan kesihatan, memiliki sokongan sosial dan perkembangan spiritual yang baik (Lee & Bradley 2007). Selain itu, kepuasan hidup remaja berkait rapat dengan hubungan positif ibu bapa dan anak serta hubungan positif dengan rakan sebaya (Huebner 1991).

Kesimpulannya, tahap kepuasan hidup seseorang merupakan suatu yang subjektif dan banyak faktor yang menjadi penyumbang kepada pembentukan kepuasan hidup. Individu yang kerap berpuas hati dengan kehidupan mereka secara umumnya lebih bahagia berbanding individu yang kurang berpuas hati dengan kehidupan yang mereka jalani. Ketegasan diri pula adalah suatu yang dianggap penting dalam membina hubungan interpersonal yang baik serta dapat meningkatkan tahap kepuasan hidup seseorang.

LATAR BELAKANG KAJIAN

Institusi pengajian tinggi (IPT) merupakan gedung ilmu yang membantu para pelajar dalam memperoleh ilmu dalam bidang pengajian masing-masing serta menyediakan diri dalam persediaan alam pekerjaan. Pencapaian akademik semata-mata bukanlah penjamin kepada memperoleh pekerjaan selepas mereka menamatkan pengajian kelak. Aspek ketegasan diri merupakan aspek penting dalam kemahiran berkomunikasi yang berkesan. Kemahiran ini juga adalah salah satu kemahiran generik yang ditekankan oleh pihak kerajaan dalam sistem pendidikan tinggi di Malaysia (Mohd. Majid & Zakaria 2007; Salleh & Zuria 2007).

Ketegasan diri juga adalah sesuatu yang penting dalam membantu seseorang pelajar untuk menjadi lebih berkeyakinan serta dapat membina hubungan yang baik semasa di menuntut di IPT. Individu yang tidak tegas akan menjadi individu yang pasif. Individu yang pasif pula sudah tentunya akan mengalami kesukaran untuk memasuki alam pekerjaan yang sebenar. Ini kerana ketidakupayaan seseorang calon untuk berkomunikasi dengan berkesan adalah penyebab utama para graduan tidak mendapat pekerjaan dewasa ini. Oleh itu, ketegasan diri penting untuk setiap individu terutamanya golongan pelajar di IPT (Althen 1991; Chen 1992; Delamater & McNamara 1985; Salleh 2007).

Tidak banyak kajian yang dijalankan di Malaysia khususnya dalam kalangan pelajar di IPT. Justeru, kajian ini adalah penting untuk mengisi lompong ilmu dalam bidang ini. Kajian ini merupakan satu kajian awal untuk meninjau hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT. Pengkaji juga berminat untuk mengetahui sama ada terdapat hubungan antara pencapaian akademik dengan aspek ketegasan diri dan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar IPT.

TUJUAN KAJIAN

Secara khususnya, kajian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara aspek ketegasan diri dengan kepuasan hidup. Pengkaji juga berminat untuk mengetahui sekiranya aspek kepuasan hidup dan ketegasan diri ini berkaitan dengan pencapaian akademik pelajar. Kajian ini juga dilakukan untuk mengetahui sekiranya terdapat perbezaan dari segi ketegasan diri dan aspek kepuasan hidup berdasarkan tahun pengajian responden yang dikaji. Empat soalan yang dikaji adalah seperti berikut:

1. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?
2. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?
3. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?
4. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dari segi ketegasan diri dan kepuasan hidup berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Berdasarkan empat persoalan kajian yang telah dinyatakan, pengkaji membina lima hipotesis nol seperti di bawah.

Hipotesis 1: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Hipotesis 2: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Hipotesis 3: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Hipotesis 4: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi ketegasan diri berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Hipotesis 5: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kepuasan hidup berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

METODOLOGI

Kajian ini adalah merupakan satu kajian awal yang berbentuk kajian kes bagi melihat hubungan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di sebuah IPT. Kajian ini menggunakan soal selidik bagi tujuan pengumpulan data.

SAMPEL KAJIAN

Penyelidik menggunakan kaedah persampelan bertujuan bagi mendapatkan sampel kajian. Sampel kajian ini terdiri daripada 170 pelajar Tahun 2 dan 3 yang mengikuti satu kursus berkaitan Kemahiran Kaunseling di peringkat ijazah sarjana muda, di salah satu fakulti di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Kursus ini merupakan kursus liberal atau pilihan bebas yang boleh dipilih oleh pelajar daripada pelbagai program pengajian di peringkat sarjana muda di UKM. Daripada jumlah ini hanya 26 (15.3%) orang pelajar adalah lelaki dan 144 (84.7%) orang pelajar adalah perempuan. Purata umur responden dalam kajian ini ialah 21.7 tahun. Dari segi tahun pengajian pula, seramai 102 (60%) adalah daripada tahun dua dan 68 (40%) orang adalah daripada tahun tiga. Dari segi akademik, nilai markah Purata Nilai Gred Kumulatif (PNGK) diambil kira. Purata PNGK keseluruhan responden dalam kajian ini ialah 3.17.

ANALISIS DATA

Data yang diperoleh kemudiannya dianalisis secara deskriptif dan inferansi berdasarkan tujuan kajian yang telah dinyatakan. Ujian korelasi Pearson dan ujian t dijalankan bagi melihat hubungan dan perbandingan berdasarkan persoalan kajian yang dikemukakan.

INSTRUMEN KAJIAN

Kajian ini menggunakan dua set soal selidik Bahasa Inggeris yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Melayu. Dua siri pengubahsuaian telah dijalankan oleh pengkaji dalam usaha untuk menyesuaikan soal selidik tersebut ke dalam Bahasa Melayu. Dalam siri pertama kedua-dua soal selidik telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Melayu setelah mendapat kerjasama daripada beberapa pensyarah yang pakar dalam bidang Bahasa Melayu dan Bahasa Inggeris. Setelah analisis dijalankan, pernyataan setiap item diperbaiki dari segi bahasa agar memberi makna yang tepat berdasarkan matlamat soal selidik yang asal. Nilai pekali alpha dapat ditingkatkan setelah memperbaiki pernyataan dalam item yang diterjemahkan. Pengkaji ingin menegaskan bahawa kajian ini adalah juga merupakan sebahagian daripada kajian awal untuk melihat kesahan dan kebolehpercayaan alat kajian ini bagi kesesuaian kegunaan tempatan. Nilai kebolehpercayaan bagi kedua-dua alat kajian yang diadaptasi adalah seperti berikut.

Alat ujian ketegasan diri *The Rathus Assertiveness Schedule (RAS)*. RAS adalah salah satu alat ujian yang sering digunakan oleh pengkaji di Amerika Syarikat untuk mengukur ketegasan diri dan ia telah diterjemahkan ke dalam pelbagai bahasa bagi kegunaan di negara-negara lain (Corcoran & Fischer 2000; Elliott & Gramling 1990; Meier & Hope 1998; Poyrazli 2000; Poyrazli et al. 2002; Quillin, Besing & Dinning 1977). Menurut Rathus (1973), alat kajian ini mengandungi 30 item yang meliputi item positif dan negatif. Responden diminta memberi respon sejauh manakah setiap item yang diberikan itu dapat menggambarkan diri mereka. Beberapa item telah diubah suai agar pernyataan yang diberikan dalam soalan tersebut dapat disesuaikan dengan budaya tempatan. Skor yang tinggi bagi ujian ini menggambarkan seseorang itu adalah seorang yang tegas. Nilai pekali alpha bagi alat kajian bagi mengukur ketegasan yang telah diterjemahkan dan digunakan dalam kajian ini ialah .83.

Alat ujian kepuasan hidup (*Satisfaction With Life Scale*). Alat ujian kepuasan hidup (*Satisfaction With Life Scale*), dibina oleh Diener dan rakan-rakan untuk mengukur kepuasan hidup seseorang secara keseluruhan (Diener 1984; Pavot & Diener 1993). Menurut Diener dan rakan-rakan lagi, aspek kepuasan hidup ini dinilai dari aspek kognitif seseorang secara keseluruhan terhadap kualiti hidupnya berdasarkan kriteria yang dipilih oleh mereka sendiri. Ini bermakna aspek kepuasan hidup bukanlah merujuk kepada kepuasan hidup dari aspek-aspek seperti kewangan, keluarga, kerjaya, taraf sosial dan taraf kesihatan seseorang. Soal selidik ini mengandungi lima item dan responden diminta memberi persetujuan kepada setiap item bermula dengan skala satu iaitu sangat tidak bersetuju dengan pernyataan yang diberikan sehinggalah kepada skala tujuh iaitu sangat bersetuju dengan pernyataan yang diberikan. Alat kajian ini sering digunakan di barat untuk menilai tahap kepuasan hidup seseorang secara menyeluruh. Aspek kesahan dan kebolehpercayaan alat kajian ini telah banyak dibincangkan oleh pengkaji-pengkaji dalam bidang psikologi di barat dan kebanyakan mereka mengakui alat kajian ini mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang baik dalam pengukuran psikometrik yang dapat mengukur aspek kepuasan hidup seseorang (Diener et al. 1999; Sousa & Lyubomirsky 2001). Skor yang tinggi bagi ujian ini menggambarkan seseorang itu mempunyai kepuasan hidup yang lebih baik. Dalam kajian ini nilai pekali alpha bagi alat ujian yang telah digunakan ialah .85.

DAPATAN KAJIAN

Dapatan kajian ini dihuraikan mengikut persoalan kajian yang telah dinyatakan.

1. Hubungan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Hipotesis 1: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Ujian pekali korelasi Pearson telah dijalankan untuk menentukan hubungan antara ketegasan diri dengan kepuasan hidup dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji. Dapatan menunjukkan wujud hubungan yang signifikan antara skor ketegasan diri dengan skor kepuasan hidup dalam kalangan responden yang dikaji, $r = .243, p = .001$. Oleh itu hipotesis pertama ini ditolak.

2. Hubungan antara ketegasan diri dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Hipotesis 2: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ketegasan diri dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Ujian pekali korelasi Pearson yang telah dijalankan bagi menentukan perhubungan antara skor ketegasan diri dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji menunjukkan nilai $r = -.08, p = .914$. Ini menunjukkan tidak wujud perhubungan yang signifikan antara kedua pemboleh ubah yang dikaji. Oleh itu hipotesis kedua di terima.

3. Hubungan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Hipotesis 3: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Ujian pekali korelasi Pearson juga telah dijalankan bagi memeriksa hubungan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji. Keputusan ujian pekali korelasi Pearson menunjukkan tidak wujud perhubungan yang signifikan antara skor kepuasan hidup dengan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji, $r = .016, p = .841$. Oleh itu hipotesis ke tiga juga diterima.

4. Perbezaan dari segi ketegasan diri dan kepuasan hidup berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji?

Hipotesis 4: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi ketegasan diri berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Ujian t telah dijalankan bagi menentukan perbezaan antara ketegasan diri responden berdasarkan tahun pengajian (antara pelajar tahun dua dan tahun tiga) mereka di UKM. Dapatan ujian t menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan bagi skor ketegasan diri dalam kedua-dua kumpulan, $t(168) = 1.85, p = .065$. Ini menunjukkan kumpulan pelajar Tahun 2 dan 3 dalam kajian ini tidak berbeza dari segi ketegasan diri dan hipotesis 4 diterima.

Hipotesis 5: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dari segi kepuasan hidup berdasarkan tahun pengajian dalam kalangan pelajar di IPT yang dikaji.

Ujian-t telah juga dijalankan bagi menentukan perbezaan skor kepuasan hidup antara pelajar Tahun 2 dan 3 yang menjadi responden dalam kajian ini. Dapatan ujian-t menunjukkan tidak wujud perbezaan yang signifikan bagi skor kepuasan hidup antara pelajar Tahun 2 dan 3 dalam kajian ini, $t(168) = .70, p = .484$ dan hipotesis 5 juga diterima.

Sebagai tambahan, responden juga ditanya sekiranya mereka pernah menemui kaunselor sepanjang mengikuti pengajian di UKM. Hanya 17(10%) orang daripada keseluruhan responden menyatakan mereka pernah menemui kaunselor sepanjang tempoh mereka berada di UKM.

PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN

Seperti yang dijangkakan, dapatan kajian menunjukkan wujudnya perhubungan yang signifikan antara skor ketegasan diri dengan skor kepuasan hidup. Ini selaras dengan dapatan kajian Delamater dan McNamara (1991) juga Elliott dan Gramling (1990) yang menggambarkan individu yang mempunyai ketegasan diri yang tinggi kurang mengalami tekanan dan kebimbangan. Orang yang tegas dapat membina perhubungan yang lebih positif dalam pergaulan sehariannya. Hubungan yang positif ini mungkin dapat membantu membina kepuasan hidup yang lebih baik dalam kehidupan seseorang. Ketegasan diri dan perhubungan interpersonal yang baik ini dapat dikaitkan dengan kepentingan kepada aspek kemahiran generik atau kemahiran insaniah yang diterapkan dalam proses pengajaran dan pembelajaran di IPT hari ini (Mohd. Majid & Zakaria 2007; Salleh & Zuria 2007; Radin Umar 2008). Ketegasan diri mungkin membantu pelajar menjadi lebih terbuka, berkeyakinan, meningkatkan kepuasan hidup dan mampu menjalin hubungan yang baik dengan semua pihak (Salleh & Zuria 2007). Dalam sistem pendidikan di IPT, penilaian terhadap sesuatu kursus tidak hanya berfokus kepada peperiksaan yang bercorak individu tetapi juga melibatkan pelbagai aktiviti berkumpulan. Pelajar yang mempunyai kemahiran berkomunikasi yang baik akan lebih mudah melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti yang melibatkan kerja-kerja berkumpulan.

Bagaimanapun kajian ini mendapati aspek pencapaian akademik tidak pula berkaitan dengan ketegasan diri ataupun kepuasan hidup. Ini bertentangan dengan dapatan kajian oleh Nelson dan Nelson (2003) dan Poyrazli (2000) yang menyatakan ketegasan diri dapat meningkatkan pencapaian akademik pelajar. Keadaan ini mungkin berlaku dalam situasi budaya di Malaysia di mana para pelajar lebih mementingkan pencapaian akademik daripada melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti sosial yang dapat dikaitkan dengan ketegasan diri. Mungkin juga aspek ketegasan diri tidak diberi penekanan oleh para pensyarah di IPT. Penerapan kemahiran insaniah atau kemahiran generik seperti yang diperlukan dalam proses pengajaran dan pembelajaran di IPT diharap akan dapat melahirkan

para pelajar yang berketerampilan dan mempunyai kemahiran berkomunikasi yang berkesan. Secara tidak langsung kemahiran berkomunikasi yang berkesan ini akan dapat menjadikan para pelajar seorang yang tegas.

Kajian-kajian lain membuktikan secara umumnya sekiranya pelajar menjadi seorang yang tegas, mereka akan lebih mudah melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti perbincangan dalam kumpulan serta dapat menyatakan pendapat mereka dengan berani semasa kuliah. Penglibatan yang baik dalam perbincangan akan membantu pelajar menyelesaikan tugas kumpulan dengan lebih baik. Ini mungkin membantu pelajar mendapat markah yang baik bagi tugas yang dibuat secara berkumpulan. Pelajar yang tegas juga didapati dapat berbincang atau berani mengemukakan pendapat kepada pensyarahnya. Oleh itu pelajar yang tegas dianggap dapat menguasai sesuatu ilmu itu dengan lebih baik. Berdasarkan dapatan-dapatan kajian lain, mereka yang tegas akan lebih berjaya dalam akademiknya berbanding dengan mereka yang kurang tegas.

Begitu juga dengan aspek kepuasan hidup, dapatan kajian ini menggambarkan seolah-olah aspek kepuasan hidup tidak berkaitan dengan pencapaian akademik. Dapatan kajian menunjukkan tidak wujud perhubungan yang signifikan antara kepuasan hidup dengan pencapaian akademik. Kajian-kajian lain mendapati individu yang mempunyai kepuasan hidup yang baik seharusnya dapat menumpukan perhatian kepada pelajaran dengan lebih baik. Dapatan kajian ini bertentangan dengan dapatan kajian terdahulu yang menyatakan wujudnya perhubungan yang positif antara kepuasan hidup dengan pemboleh ubah-pemboleh ubah seperti status pekerjaan, taraf perkahwinan, latar belakang pendidikan serta sokongan sosial (Boschen 1996; Mehnert et al. & Boyd 1990; Sousa & Lyubomirsky 2003). Dapatan kajian ini mungkin dipengaruhi oleh saiz sampel yang kecil dan hanya tertumpu pada sekumpulan pelajar yang dipilih sahaja. Begitu juga dengan kursus atau subjek yang diikuti oleh pelajar adalah berkaitan dengan kaunseling. Kursus yang diikuti sudah tentunya telah memberi peluang dan pendedahan kepada responden untuk memahami konsep ketegasan diri dan kemahiran sosial yang mungkin mempengaruhi cara mereka menjawab soal selidik yang diberikan.

Walaupun dapatan kajian tidak menunjukkan perkaitan yang positif antara pencapaian akademik dengan pemboleh ubah-pemboleh ubah ketegasan diri dan kepuasan hidup, pengkaji berpendapat aspek ketegasan diri penting dalam kehidupan pelajar di IPT. Ini kerana kajian-kajian terdahulu menekankan kepentingan ketegasan diri sebagai satu aspek yang penting dalam perhubungan interpersonal sama ada dalam konteks pendidikan mahupun dalam alam pekerjaan. Berdasarkan kepada kajian-kajian terdahulu, pengkaji berasa yakin aspek ketegasan diri boleh diajar kepada pelajar secara langsung atau pun tidak langsung kepada pelajar di IPT. Dalam hal ini kaunselor di IPT boleh memainkan peranan yang penting dalam menjalankan latihan tegas diri kepada pelajar. Program-program yang berbentuk bimbingan ataupun program-program yang dapat meningkatkan motivasi pelajar boleh dijalankan kepada pelajar oleh

kaunselor atau bahagian hal ehwal pelajar di IPT. Aktiviti-aktiviti bimbingan dan program motivasi ini secara tidak langsung akan dapat meningkatkan ketegasan diri pelajar. Ini bermakna kaunselor boleh memainkan peranan yang lebih proaktif dalam membantu pelajar mempertingkatkan kemahiran insaniah atau kemahiran generik mereka melalui aktiviti-aktiviti bimbingan atau aktiviti-aktiviti yang dapat meningkatkan kemahiran hubungan interpersonal mereka. Tambahan pula responden dalam kajian ini sebahagian besarnya tidak pernah menemui kaunselor sepanjang pengajian mereka di sini.

Dapatan kajian juga menunjukkan tempoh mereka berada di UKM tidak membantu ketegasan diri serta tahap kepuasan hidup mereka. Ini mungkin berkaitan dengan sikap pelajar itu sendiri yang hanya menumpukan aspek pencapaian akademik berbanding dengan kemahiran-kemahiran insaniah bermula daripada tahun pertama lagi. Tambahan pula mungkin para pelajar ini tidak diberi peluang untuk melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dapat meningkatkan ketegasan diri mereka. Sebagai contoh mungkin para pensyarah tidak melibatkan pelajar dalam proses pengajaran dan pembelajaran di mana pensyarah hanya menggunakan pendekatan kuliah ataupun bilangan pelajar dalam sesebuah kelas yang besar sehingga menyukarkan penglibatan pelajar dalam kelas yang dihadiri. Dengan adanya sistem kemahiran generik yang diperkenalkan oleh pihak universiti, pengkaji berasa yakin para pensyarah akan dapat memainkan peranan yang lebih aktif dalam membantu pelajar menguasai kemahiran-kemahiran generik dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Pengkaji juga yakin dengan penguasaan kemahiran-kemahiran generik ini, tahap ketegasan diri para pelajar akan dapat dipertingkatkan.

Dapatan kajian ini mungkin tidak menggambarkan keadaan yang sebenar berkaitan hubungan antara aspek ketegasan diri dengan pencapaian akademik. Kajian ini juga hanya mengambil bilangan sampel yang kecil sebagai responden kajian. Oleh itu dapatan ini tidak seharusnya dijadikan sebagai satu rujukkan yang tepat bagi menggambarkan keadaan para pelajar di IPT di Malaysia. Oleh itu juga kajian yang lebih mendalam dan menggunakan sampel yang lebih besar adalah sangat-sangat digalakkan bagi memahami keadaan yang sebenar berkaitan dengan kepuasan hidup dan ketegasan diri dalam kalangan pelajar di IPT di Malaysia.

KESIMPULAN

Secara umumnya aspek ketegasan diri dan kepuasan hidup amat berkait rapat. Individu yang bersikap tegas akan dapat melakukan apa yang dikehendakinya tanpa menyakiti hati orang lain. Oleh itu adalah wajar jika dikatakan individu yang tegas akan mencapai tahap kepuasan hidup yang lebih baik. Bagi pelajar di IPT, aspek kepuasan hidup pula akan membantu pelajar itu menjadi lebih selesa berada di IPT dan dapat menumpukan perhatian kepada pelajarannya. Para pelajar

di IPT juga harus sedar bahawa pencapaian akademik yang baik perlu disertai dengan kemahiran-kemahiran sosial atau kemahiran generik yang baik bagi memudahkan mereka mendapat pekerjaan selepas tamat pengajian kelak. Para pensyarah juga memainkan peranan yang penting dalam membantu pelajar menguasai atau memiliki kemahiran generik ini. Kemahiran ini dapat diterapkan secara langsung mahupun tidak langsung semasa proses pengajaran dan pembelajaran di IPT. Sebagai satu kajian awal yang cuba melihat hubungan antara ketegasan diri dan kepuasan hidup, dapatan kajian ini boleh dijadikan sebagai satu landasan bagi menjalankan kajian-kajian akan datang.

Oleh kerana kajian ini tidak menggambarkan hubungan antara ketegasan dari diri dengan pencapaian akademik dan kepuasan hidup seperti yang ditunjukkan oleh beberapa kajian lain, beberapa isu dapat dibangkitkan. Pertama, besar kemungkinan pengaruh saiz dan jenis sampel yang digunakan dalam kajian ini. Kedua, ia memberi implikasi terhadap isu penguasaan kemahiran insaniah di IPT. Isu graduan yang berjaya mendapat ijazah, tetapi tidak memiliki kemahiran insaniah mungkin ada kaitannya dengan data kajian ini. Dengan lain perkataan, konteks penilaian akademik di IPT Malaysia mungkin tidak berkaitan dengan kemahiran insaniah secara langsung. Justeru, adalah wajar sistem penilaian itu sendiri dikaji. Perubahan baru dalam sistem penilaian di IPT mungkin memberi nilai negara Malaysia seperti negara Asia lain yang sangat mementingkan kecemerlangan akademik. Bagaimanapun, untuk mendapatkan data yang lebih konklusif, kajian yang lebih besar dengan analisis yang lebih kukuh perlu dijalankan dengan mengambil kira aspek budaya tempatan.

RUJUKAN

- Althen, G. 1991. Some help and some myths. *The Counseling Psychologist* 19(1): 62-65.
- Barbaree, H.E. & Davis, R.B. 1984. Assertive behavior, self-expectation and self-evaluations in mildly depressed university women. *Cognitive Therapy and Research* 8(2): 153-172.
- Boschen, K.A. 1996. Correlates of life satisfaction, residential satisfaction, and locus of control among adults with spinal cord injuries. *Rehabilitation Counseling Bulletin* 39: 230-243.
- Bugay, A. 2007. Loneliness and Life Satisfaction of Turkish University Students. www.ece.salford.ac.uk/proceedings/papers/38_07.pdf (16 November 2007).
- Chen, G.M. 1992. Communication adaptability and interaction involvement as predictors of cross-cultural adjustment. *Communication Reports* (9): 33-41.
- Corcoran, K. & Fischer, J. 2000. *Measures for Clinical Practice: A Sourcebook*. Vol. 2. Adult (3rd ed.). New York: The Free Press.
- Delamater, R.J. & McNamara, J.R. 1991. Perceptions of assertiveness by women involved in a conflict situation. *Behavior Modification*. 15(2): 173-193.
- Delamater, R.J. & McNamara, J.R. 1985. Perception of Assertiveness by high and low assertive female college students. *The Journal of Psychology* 119(6): 581-586.

- Diener, E. & Frank, F. 1995. Resources, personal strivings, and subjective well-being: a nomothetic and ideographic approach. *Journal of Personality & Social Psychology* 68: 926-935.
- Diener, E. 1984. Subjective well-being. *Psychological Bulletin*. 95: 542-575.
- Diener, E. & Suh, E.M. 1998. Subjective well-being and age: An international analysis. Annual Review of Gerontology and Geriatrics, Vol 17, In edited by K. W. Schaie & M. P. Lawton, (pp. 304-324). New York: Springer.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R.E. & Smith, H. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin* 125: 276-302.
- Dwairy, M. 2004. Culturally sensitive education: Adapting self-oriented assertiveness training to collective minorities. *Journal of Social Issues* 60(2): 423-436.
- Elliott, T.R. & Gramling, S.E. 1990. Personal assertiveness and the effect of social support among college students. *Journal of Counseling Psychology* 37(4): 427-436.
- Fine, M.A. & Olson, K.A. 1997. Anger and hurt in response to provocation: Relationship to psychological adjustment. *Journal of Social Behavior and Personality* 12(2): 325-344.
- Fukuyama, M.A. & Greenfield, T.K. 1983. Dimension of Assertiveness in an Asian-American students population. *Journal of Counseling Psychology* 30(3): 429-432.
- Gudleski, G.D. & Shean, G.D. 2000. Depressed and non depressed students. Differences in interpersonal perceptions. *The Journal of Psychology* 134(1): 56-62.
- Herzog, A.R. & Rodgers, W. 1981. Age and Satisfaction: Data from Several Large Surveys. *Research on Aging* 3: 142-165.
- Hollandsworth, J.G. & Wall K.E. 1977. Sex differences in assertive behavior: An empirical investigation. *Journal of Counseling Psychology* 24(3): 217-222.
- Huebner, E.S. 1991. Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly* 6: 103-111.
- Huebner, E.S., Drane, J.W. & Valois, R.F. 2000. Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International* 21: 281-292.
- Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia. 2006. *Modul pembangunan kemahiran insaniah (soft skills) untuk institusi pengajian tinggi Malaysia*. Serdang: UPM.
- Kilkus, S.P. 1993. Assertiveness among professional nurses. *Journal of Advanced Nursing*. 18: 1324-1330.
- Lange, A. J. & Jakubowski, P. 1976. *Responsible Assertive Behavior: Cognitive/Behavioral Procedures for Trainers*. Champaign, IL: Research Press.
- Lee, S. & Bradley, K.D. 2007. *Relation between general self-efficacy, assertiveness, spirituality, and acculturative stress among international students*. <http://www.uky.edu/~kdbrad2/InternationalStudents.pdf> (12 November 2007).
- McCartan, P.J. & Hargie, O.D. 2004. *Assertiveness and caring: are they compatible?* *Journal of Clinical Nursing* 13: 703-713.
- Mehnert, T., Krauss, H.H., Nadler, R. & Boyd, M. 1990. Correlates of life satisfaction in those with disabling conditions. *Rehabilitation Psychology* 35: 3-17.
- Meier, V.J. & Hope, D.A. 1998. Assessment of Social Skills. *Behavioral Assessment: A Practical Handbook*. In edited by A. S. Bellack & M. Hersen (p. 232-255). Boston: Allyn and Bacon.
- Michalos, A. C. 1991. *Global Report on Student Well-being*. New York: Springer-Verlag.

- Mohd Majid Konting & Zakaria Kasa. 2007. Penerapan hasil pembelajaran dan kemahiran insaniah dalam kurikulum pengajian tinggi. *Monograf Pengajaran dan Pembelajaran IPTA: Pembangunan modal insan*. CADE: UPM Serdang.
- Mueen B., Khurshid M. & Hassan, I. 2006. Relationship of depression and assertiveness in normal population and depressed individuals. *Internet Journal of Medical Update 2006*. http://www.geocities.com/agnihotrmed/paper03_jul-dec2006.htm (Accessed on 15 Oktober 2006).
- Nelson, D.B. & Nelson, K.W. 2003. *Emotional Intelligence Skills: Significant Factors in Freshmen Achievement and Retention*. ERIC Document (ED 476121)
- Pavot, W. & Diener, Ed. 1993. Review of the satisfaction with life scale. *Psychological Assessment*. 5(2): 164-172.
- Poyrazli, S. 2000. The role of assertiveness, academic experiences, and academic self-efficacy on psychosocial adjustment of graduate international students. Unpublished doctoral dissertation, University of Houston.
- Poyrazli, S., Arbona, C., Nora, A., McPherson, R. & Pisecco. 2002. Relation between assertiveness, academic self-efficacy, and psychosocial adjustment among international graduate students. *Journal of College Student Development* 43(5): 632-642.
- Quillin, J., Besing, S. & Dinning, D. 1977. Standardization of the rathus assertiveness schedule. *Journal of Clinical Psychology* 33(2): 418-422.
- Radin Umar Radin Sohadi. 2008. *Teaching and learning at higher learning institutions. Kertas kerja dibentangkan di Higher Education Seminar*. Anjuran AKEPT, KPT. Putrajaya International Convention Centre (PICC), Putrajaya. 16-17 July, 2008.
- Rakos, F.R. 1991. *Assertive Behavior: Theory, Research, and Training*. London: Routledge.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P. & Laippala, P. 2002. Adolescent subjective well-being and realized values. *Journal of Advanced Nursing* 38(3): 254-263.
- Rathus, S.A. 1973. A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy* 4: 398-406.
- Richmond, V.P. & McCroskey, J.C. 1985. *Communication: Apprehension, Avoidance and Effectiveness*. Scottsdale, AZ: Gorsuch Scarisbrick.
- Salleh Amat. 2007. Refleksi sistem pendidikan negara dan kesan kepada kesihatan mental pelajar. *Prosiding Seminar Kebangsaan Isu-Isu Pendidikan Negara Ketiga*. hlm. 97-104. Bangi: Fakulti Pendidikan UKM.
- Salleh Amat & Mohd. Mokhtar Tahar. 2008. Konsep dan penekanan aspek modal insan di sekolah: Satu refleksi dalam kalangan pelajar pengajian tinggi. *Prosiding Wacana Pendidikan Islam Peringkat Kebangsaan Siri Ke 6*, 167-176. Bangi: Fakulti Pendidikan UKM.
- Salleh Amat & Zuria Mahmud. 2007. *Monograf Pengajaran & Pembelajaran IPTA-Isu Semasa dalam Pendidikan Tinggi Assertiveness: Concept and Its Roles in Developing Better Interpersonal Skills among Malaysian Undergraduate Students*. CADE: UPM Serdang.
- Shan Rees & Roderick S. Graham. 1991. *Assertion Training: How to Be Who You Really Are*. London: Routledge.
- Shin, D.C. & Johnson, D.M. 1978. Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social indicator Research* 5: 475-492.

- Shueng-Tak Cheng. 2004. Age and Subjective Well-Being Revisited: A *discrepancy Perspective Psychology & Aging* 19(3): 409-415.
- Sousa, L. & Lyubomirsky, S. 2001. Life Satisfaction. *Encyclopedia of Women and Gender: Sex Similarities and Differences and the Impact of Society on Gender*. In edited by J. Worell. (Vol. 2, pp. 667-676). San Diego, CA: Academic Press.
- Sousa, L., Lyubomirsky, S., Ward, A.H. & Nolen-Hoeksema, S. 2003. Can't commit: rumination and uncertainty. *Personality and Socio Psychology Bulletin* 29: 96-107.
- Stewart, G. & Lawton, S. 2005. Assertivness: Making yourself heard in district nursing. *British Journal of Community Nursing* 10(6): 281-283.
- Sue, D., Ino, S. & Sue, D.M. 1983. Non assertiveness of Asian Americans: An inaccurate assumption? *Journal of Counseling Psychology* 30(4): 581-588.
- Sue, D.W. & Sue, D. 1990. *Counseling the Culturally Different*. New York: John Wiley & Son.
- Thompson, C.A. & Klopff, D.W. 1995. Social style among North America, Finnish, Japanese, and Korean University Students. *Psychological Reports* 77: 60-62.
- Thompson, C.A., Ishii, S. & Klopff, D. 1990. Japanese and American compared on assertiveness/responsiveness. *Psychological Reports* 66: 829-830.
- Townend, A. 1991. *Developing Assertiveness*. London: Biddle Ltd, Guildford and King's Lynn.
- Yager, T.J. & Rotheram-Borus, M.J. 2000. Social expectation among African American, Hispanic and European American Adolescents. *Cross-Cultural Research*. 34(3): 283-305.
- Zane, N.W.S., Sue, S., Hu, L. & Kwon, J.H. 1991. Asian-American assertion: A social learning analysis of cultural differences. *Journal of Counseling Psychology* 38(1): 63-70.

Salleh Amat
Jabatan Asas Pendidikan
Fakulti Pendidikan
Universiti kebangsaan Malaysia
43600 Bangi,
Selangor, Malaysia