

AL-HIKMAH

Jilid	7	ISSN 1985-6822	2015
No	2		1438

- PROGRAM KOREKSI BERASASKAN ISLAM MELALUI PROGRAM HALAQAH SEBAGAI MEDIUM DAKWAH KEPADA BANDUAN DI PENJARA KAJANG ...03-22
Khairul Hamimah Mohammad Jodi, Syaidatun Nazirah Abu Zahrin, Hadenan Towpek & Nurul Husna Mansor
- USLŪB DAKWAH DALAM DĪWĀN IMAM SHĀFI'Ī ...23-39
Khazri Osman, Badlihisam Mohd Nasir, Siti Rugayah Tibek & Ahmad Irdha Mokhtar
- ANALISIS HADIS MAWDU' DALAM NOVEL PEREMPUAN NAN BERCINTA KARYA FAISAL TEHRANI ...40-54
Muhamad Nur Adzim Amran, Ahamad Asmadi Sakat & Latifah Abdul Majid
- FAKTOR GANGGUAN PSIKOLOGI DALAM KALANGAN MAHASISWA UNIVERSITI... 55-71
Zainab Ismail
- PEMBANGUNAN AKHLAK DAN MORAL KE ARAH MASYARAKAT LESTARI ...72-87
Zaharah Hussin, Saedah Siraj, Zai Hazreen Ab Malik, Mohd Ridhuan Mohd Jamil, Ahmad Arifin Sapar, Nurulrabihah Mat Noh
- THE ROLE OF THE EXEMPLARY FAMILY IN THE FORMATION OF A HAPPY FAMILY ACCORDING TO ISLAM .88-97
A'dawiyah Ismail, Rosma Aisyah Abd. Malek, Jawiah Dakir, Siti Rugayah Tibek, Noor Aziah Mohd.Awal, Fariza Md. Sham, Salasiah Hanin Hamjah & Rosmawati Mohamad Rasit

• الآثار الإيجابية للرسالة والرؤية والتخطيط ودورها في تطوير الرعاية والتربية بالنسبة للأُم المسلمة الريادية

113-98...

فاطمة أنيس مالك وعدوية إسماعيل وذو الكفل عيني

Faktor Gangguan Psikologi dalam Kalangan Mahasiswa Universiti

Psychological Disorder among University Students

ZAINAB ISMAIL*

ABSTRAK

Gangguan psikologi ialah suatu gangguan berkaitan dengan kognitif dan afektif. Setiap individu yang dilahirkan ke dunia akan mengalami perkembangan tingkah laku, emosi, kognitif dan rohani. Namun apabila seseorang individu tidak dapat bertoleransi dengan stres, kesemua komponen perkembangan ini akan mengalami gangguan psikologi. Walaupun mahasiswa boleh diandaikan sebagai golongan yang memiliki kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi dan kecerdasan ruhaniah, namun sebagai manusia, terdapat dalam kalangan mereka yang mengalami gangguan psikologi. Oleh kerana itu, makalah ini bertujuan untuk membincang faktor yang menyebabkan berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa universiti. Dari segi metodologi, makalah ini menggunakan data yang diperoleh melalui satu kajian deskriptif yang dilakukan melalui Borang Maklumat Klien dan Borang Bio-Psiko-Sosial terhadap 12 orang mahasiswa yang hadir sebagai klien dalam kaunseling individu. Mereka dipilih melalui persampelan mudah. Data daripada kedua-dua borang ini dianalisis secara deskriptif bagi mengenal pasti faktor yang menyebabkan berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa. Hasil analisis menunjukkan terdapat dua faktor yang menyebabkan berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa iaitu faktor dalaman dan luaran. Hasil analisis juga menunjukkan terdapat tiga indikator gangguan psikologi yang boleh dikenal pasti oleh kaunselor iaitu masalah akademik, tidak yakin diri dan masalah keluarga. Ketiga-tiga indikator ini memberi implikasi kepada kaunselor dan institusi pengajian tinggi khususnya dalam konteks penggubalan model kaunseling pencegahan, pengembangan, pemulihan, intervensi krisis dan perundingan.

Kata kunci: *emosi, kognitif, efektif, stress, Bio-Psiko-Sosial*

ABSTRACT

Psychological disorder is a disturbance associated with cognitive and affective. Each individual is born into the world will experience growth of behavior, emotion, cognitive, and spiritual. However, when an individual is unable to tolerate with

stress, all these development components will have a psychological disorder. Although students can be assumed as those who have the intellectual intelligence, emotional intelligence, and spiritual intelligence, but as human beings, there is among them who suffer from psychological disorders. Therefore, this paper is aimed to discuss the factors that affected psychological disorder among university students. In terms of methodology, this paper uses the data obtained through a descriptive research performed through the Client Information Form, and Bio-Psycho-Social Form towards 12 students who attend individual counseling as a client. They are selected by convenience sampling. Data from both forms are analysed descriptively to identify factors that are affecting psychological disorders among students. The result of the analytical analysis shows that there are two factors that cause the occurrence of psychological disorders among students, namely external and internal factors. The result of the analytical analysis also shows that there are three indicators of psychological disorder which can be identified by the counselors namely academic problems, no confidence, and family problems. These three indicators provide implications for counselors and institutions of higher education, especially in the context of the formulation of model of preventive counseling, development, remedial, crisis intervention, and consultations.

Keywords: *emotion, cognitive, affective, stress, Bio-Psycho-Social*

PENDAHULUAN

Gangguan psikologi adalah suatu gangguan berkaitan dengan kognitif dan afektif. Menurut Jersild (Azizi et al. 2005), perkembangan kehidupan manusia adalah dipengaruhi oleh dua elemen iaitu elemen kognitif dan afektif. Elemen kognitif lebih menjurus ke arah intelektual, manakala elemen afektif pula lebih menjurus ke arah emosi. Dengan kata lain, gangguan psikologi adalah satu gangguan berkaitan dengan kecerdasan intelektual dan kecerdasan emosi seseorang. Kecerdasan intelektual yang dikenali juga sebagai *intelligence quotient* (IQ) ialah kebolehan seseorang untuk berfikir, mengingat dan menyelesaikan masalah dengan menggunakan pengetahuan (Toto Tasmara 2001). Manakala kecerdasan emosi yang dikenali juga sebagai *emotional quotient* (EQ) ialah kebolehan seseorang untuk mengenal emosi diri sendiri, emosi orang lain dan membina hubungan dengan orang lain (Goleman 2005). Kecerdasan emosi juga boleh didefinisikan sebagai kebolehan seseorang untuk memproses maklumat berkaitan emosi dan mentakrifkan sebagai persepsi, sikap, memendam perasaan dan pengurusan emosi (Cobb & Mayer 2000). Selain itu, kecerdasan emosi juga bermaksud perasaan jiwa yang kuat yang dialami

oleh seseorang dalam tindak balasnya terhadap sesuatu rangsangan. Emosi ini boleh berubah, adakalanya positif seperti rasa riang, gembira, seronok, dan kasih, dan adakalanya negatif seperti sedih, marah, benci dan dendam (Amaludin 2005). Dari segi definisi, kecerdasan emosi mempunyai perkaitan dengan kecerdasan sosial. Kecerdasan sosial ialah kemahiran seseorang untuk menyesuaikan diri termasuk mendapatkan perhatian orang dewasa dan rakan sebaya, menggunakan orang lain sebagai sumber, meluahkan kasih sayang dan kemarahan, mengenal emosi-emosi tersebut dalam diri orang lain serta peka terhadap tingkah laku lisan dan bukan lisan (Shertzer & Stone 1992; Zainab 2008).

Dalam konteks pendidikan dan psikologi Islam, kecerdasan intelektual ialah kebolehan seseorang untuk berfikir menjana ilmu, berfikir kerana Allah, berfikir reflektif, berfikir strategik, berfikir kritikal, berfikir logikal, berfikir kreatif, berfikir rasional, berfikir analitikal, berfikir holistik, berfikir reaktif, berfikir proaktif, berfikir Islami, berfikir Qurani, berfikir tadabbur, berfikir saintifik Qurani dan berfikir dalam zikir (Sidek 2009). Manakala kecerdasan emosi pula ialah kebolehan seseorang untuk mengenali, memupuk dan membina kematangan emosi yang memberi kesan positif dalam menyeimbangkan kesejahteraan sendiri seseorang (Hamidah et al. 2012). Ini bererti kecerdasan seseorang dalam mengendalikan arah tuju kehidupannya adalah terletak pada kemampuannya untuk meneliti dan menghayati proses pembersihan jiwa (Najati 1975). Menurut Toto Tasmara (2001), kecerdasan intelektual sebagai satu-satunya alat ukur atau parameter telah menjadi mitos hingga akhirnya Goleman memperkenalkan kecerdasan emosi dengan menunjukkan bukti empirikal daripada penyelidikannya yang menyatakan bahawa orang yang memiliki kecerdasan emosi lebih banyak berada dalam sektor eksekutif berbanding dengan orang yang memiliki kecerdasan intelektual.

Dalam hal ini, Allah SWT berfirman dengan maksudnya:

“Sesungguhnya orang-orang yang beriman itu (yang sempurna imannya) ialah apabila mereka disebut (nama) Allah (dan sifat-sifat-Nya) gemetarlah hati mereka, dan apabila dibacakan kepada mereka ayat-ayat-Nya, menjadikan mereka bertambah iman. Dan kepada Tuhan mereka jualah mereka berserah” (Surah al-Anfal: 21).

Berdasarkan ayat ini, al-Maraghi (1953) menyatakan orang yang apabila dibacakan ayat Allah bertambah keimanan mereka, menjadi orang yang bertaqwa kepada Allah SWT, mengerjakan solat, membelanjakan harta

untuk kebaikan dan mengeluarkan zakat. Manakala Najati (1975) pula menyatakan emosi takut adalah untuk mendorong seseorang supaya dapat menghindari diri daripada pelbagai bahaya yang mengancam, menghindari manusia daripada azab Allah SWT dan menjauhkan manusia daripada perbuatan maksiat. Emosi marah adalah untuk mendorong seseorang supaya dapat mempertahankan diri dan berjuang untuk kelangsungan hidup. Manakala emosi cinta adalah untuk menjadi landasan tautan hati antara manusia. Daripada pandangan al-Maraghi dan Najati ini dapat difahami bahawa Allah SWT membekalkan manusia dengan emosi untuk kelangsungan dalam kehidupan.

Gangguan psikologi akan berlaku apabila seseorang itu tidak dapat bertoleransi terhadap tekanan. Toleransi terhadap tekanan ialah kemampuan bertahan dalam situasi yang sukar, sulit atau penuh dengan tekanan agar dapat mengatasi tekanan tersebut secara aktif dan positif. Menurut Abdul Hamid (2005), kemampuan ini berdasarkan kepada tiga aspek iaitu (1) kemampuan memilih tindakan untuk mengatasi tekanan, misalnya mampu mengatasi dengan kaedah yang efektif dan sesuai, mengetahui apa yang harus dilakukan dan bagaimana melaksanakannya; (2) kecenderungan optimistik terhadap pengalaman baru dan perubahan secara umum terhadap kemampuan diri mengatasi sesuatu masalah dengan berhasil; dan (3) suatu perasaan di mana seseorang dapat mengatasinya seperti sabar, releks, tenang dalam menghadapi sesuatu kesulitan tanpa mengalami krisis diri, masalah, perasaan tidak berdaya dan putus asa.

Gangguan psikologi adalah suatu gangguan berkaitan dengan kognitif dan afektif. Setiap individu yang dilahirkan ke dunia akan mengalami perkembangan dari segi tingkah laku, emosi, kognitif dan rohani. Namun apabila seseorang individu tidak dapat bertoleransi dengan tekanan atau *stress*, keempat-empat komponen perkembangan ini akan mengalami gangguan psikologi. Individu yang mempunyai kecerdasan intelektual yang tinggi akan menggunakan domain seperti berkonfrontasi dalam menghadapi sesuatu isu, mengelak bercakap sesuatu yang boleh menimbulkan risiko, cepat membuat strategi dan melaksanakannya, manakala individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi akan menggunakan domain mengelak konfrontasi, menggunakan perasaan secara asertif, mengambil masa untuk menyelesaikan masalah dan membuat strategi serta mengetahui bila perlu menunggu dan bila perlu bertindak untuk menyelesaikan gangguan psikologi yang mereka hadapi (Mohd Azhar 2004; Abdul Hamid 2005).

Walaupun mahasiswa boleh diandaikan sebagai golongan yang memiliki kecerdasan intelektual, kecerdasan emosi dan kecerdasan

ruhaniah, namun sebagai manusia, terdapat dalam kalangan mereka yang mengalami gangguan psikologi. Gangguan psikologi ini adalah suatu fenomena yang perlu diberi perhatian oleh para kaunselor dan semua pihak yang berkepentingan di universiti. Ini adalah kerana seseorang yang berada dalam keadaan beremosi seperti sering marah, kasar, sukar mengawal impuls mereka bila berhubung dengan individu lain boleh menyebabkan hubungan interaksi akan terganggu. Impuls ialah kemampuan seseorang menahan atau menunda impuls, dorongan atau godaan untuk bertindak sesuatu. Individu yang rendah mengawal impuls berlaku ke atas dirinya merupakan manifestasi rendahnya toleransi terhadap pengendalian diri, impulsif, mudah rasa kecewa dan melakukan perilaku yang tidak dijangka atau perlakuan yang merosak diri sendiri (Corey 1996; Abdul Hamid 2005).

Dalam konteks Islam, kesejahteraan hidup seseorang mempunyai perkaitan dengan tahap pengetahuan agama dan amalan agama seseorang seperti yang dinyatakan oleh Allah SWT dalam al-Quran yang bermaksud “Allah meninggikan darjat orang-orang yang beriman di antara kamu, dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan agama(dai kalangan kamu) – beberapa darjat” (Surah al-Mujadalah: 11). Firman Allah SWT ini adalah umum kepada semua orang yang beriman. Namun dalam konteks kajian ini, ayat ini adalah relevan dengan individu yang mengalami gangguan psikologi. Individu yang mengalami gangguan psikologi yang dimaksudkan dalam kajian ini ialah individu yang berada pada tahap perkembangan emosi dan kognitif yang tidak stabil. Pada tahap ini, individu berkenaan memerlukan kaunselor untuk membantu mereka secara proaktif terhadap gangguan psikologi yang mereka lalui. Persoalannya ialah apakah faktor yang menyebabkan berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa universiti? Berdasarkan pernyataan masalah dan persoalan berkaitan dengan faktor yang menyebabkan berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa universiti, maka objektif makalah ini adalah untuk membincangkan latar belakang mahasiswa universiti yang pernah mengalami gangguan psikologi, menghuraikan jenis gangguan psikologi, kesedaran sendiri dan faktor yang mendorong berlakunya gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa universiti.

METODOLOGI

Dari segi metodologi, makalah ini menggunakan data yang diperoleh melalui satu kajian deskriptif yang dilakukan melalui borang Maklumat Klien dan borang Bio-Psiko-Sosial terhadap 12 orang mahasiswa yang hadir

sebagai klien dalam kaunseling individu. Mereka dipilih secara mudah (*convenience*). Kajian deskriptif ini dipilih kerana kajian ini bertujuan untuk menganalisis faktor yang mendorong mahasiswa universiti mengalami gangguan psikologi. Untuk mendapatkan data dan maklumat gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa universiti, kajian ini memilih mahasiswa universiti yang mendapat perkhidmatan kaunseling individu di Unit Kaunseling dan Kerjaya (UKK), Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) bermula dari 23 Januari 2007 hingga 7 Julai 2007. Daripada 25 orang mahasiswa universiti yang mendapatkan perkhidmatan kaunseling di UKK, seramai 12 orang mahasiswa universiti dipilih sebagai sampel secara *convenience*. Menurut Crowwell (2005) dan Sherri (2006), walaupun pemilihan sampel secara *convenience* menyebabkan penyelidik tidak boleh menyatakan sampel sebagai mewakili populasi, namun data yang diperolehi daripada sampel tersebut boleh memperihalkan fenomena dan situasi sampel yang dikaji.

Kajian ini menggunakan dua jenis borang bagi mengumpul data dan maklumat gangguan psikologi dalam kalangan mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia. Borang tersebut ialah borang saringan awal kaunseling 'Borang Maklumat Klien', dan 'Borang Bio-Psiko-Sosial'. Borang Maklumat Klien adalah satu jenis borang yang mengandungi maklumat sosio demografi, manakala Borang Bio-Psiko-Sosial adalah satu jenis borang yang mengandungi maklumat berkaitan peribadi klien, nama agensi perujuk dan 12 bahagian berkaitan iaitu (1) Sejarah umum klien dari segi maklumat keluarga/perhubungan antara ahli keluarga/sejarah sosial; (2) Maklumat pendidikan; (3) Maklumat kewangan; (4) Pekerjaan; (5) Maklumat legal (undang-undang); (6) Penglibatan secara kerohanian; (7) Sejarah ketenteraan; (8) Psikologikal; (9) Sejarah penggunaan alkohol; (10) Sejarah penggunaan dadah:dadah tidak-alkohol; (11) Sejarah kesihatan; dan (12) Hobi/minat.

Data dan maklumat yang diperolehi daripada kedua-dua borang ini dianalisis secara deskriptif dengan memberi tumpuan kepada latar belakang sampel, jenis gangguan psikologi, kesedaran sendiri yang dimiliki oleh sampel, dan faktor yang mendorong sampel mengalami gangguan psikologi. Oleh kerana kajian ini memilih sampel secara *convenience*, maka teknik statistik yang dipilih ialah statistik deskriptif yang bertujuan untuk menganalisis data dalam bentuk peratus dan kekerapan.

FAKTOR GANGGUAN PSIKOLOGI

Menurut Muhammad Uthman (2007), hingga kini kajian mengenai kaunseling banyak tertumpu kepada faktor yang berkaitan dengan pengurusan tekanan (*stress*), pengurusan kemurungan, pengurusan penghargaan sendiri, pengurusan personaliti, pengurusan emosi marah dan pengurusan berfikir secara positif. Sebagai contoh kajian yang dilakukan oleh Ching Mey (2002), Strano dan Petrocelli (2005) dan Schiff (2005). Hasil kajian Ching Mey menunjukkan gangguan psikologi boleh berlaku disebabkan oleh faktor konflik dan tekanan yang timbul dalam diri seseorang akibat daripada kesalahfahaman dari segi komunikasi dan ketiadaan sikap terbuka. Konflik dan tekanan ini boleh diatasi dengan cara seseorang itu memperbaiki komunikasi, sikap serta mengenali konsep kendirinya. Hasil kajian Strano dan Petrocelli (2005) pula menunjukkan gangguan psikologi boleh berlaku disebabkan oleh faktor perasaan rendah diri yang timbul dalam diri seseorang dan mempunyai hubungan dengan pencapaian akademik. Hasil kajian ini juga menunjukkan pelajar yang mempunyai perasaan rendah diri pada tahap sederhana masih berupaya untuk mencapai prestasi akademik pada tahap yang tinggi. Manakala Schiff (2005) pula menunjukkan gangguan psikologi boleh berlaku disebabkan oleh faktor masalah keluarga di rumah seperti mangsa penderaan, sosio-ekonomi keluarga (penempatan perumahan) dan pemakanan. Faktor masalah keluarga di rumah ini didapati mempunyai perkaitan dengan berlakunya kes-kes kesukaran akademik dan tingkah laku kanak-kanak di sekolah.

Aliah (2005) serta See Ching Mey dan Tan Sin Keat (2005) pula melakukan kajian terhadap tahap gangguan psikologi yang dialami oleh pelajar dengan memberi tumpuan kepada faktor kemurungan. Menurut Aliah, tahap kemurungan pelajar di Sekolah Menengah seperti tahap gangguan perasaan, tingkah laku, sikap terhadap diri dan persekitaran, kelemahan kognitif dan perubahan fisiologi adalah rendah dan tidak membimbangkan. Namun, fenomena kemurungan didapati telah menular dalam kalangan remaja dan kanak-kanak di Malaysia. Manakala See Ching Mey dan Tan Sin Keat pula menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara tahap pencapaian akademik sama ada lulus, baik dan cemerlang dengan tahap kemurungan seseorang pelajar. Daripada 94 orang pelajar Tingkatan Enam di sebuah sekolah menengah kebangsaan di kawasan bandar, 72 orang daripada mereka didapati menghadapi kemurungan pada tahap rendah, sederhana dan tinggi.

Bagi menangani masalah gangguan psikologi ini, Rohany (2005) mencadangkan agar pendekatan kaunseling *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) diberikan kepada klien. Menurut beliau, pendekatan REBT ini berupaya untuk membantu klien meminimalkan gangguan emosi, mengurangkan tingkah laku mengalah dan kecewa serta menerima hakikat diri sendiri yang sebenar. Abdul Hamid (2005) pula mencadangkan agar pendekatan kecerdasan emosi diberikan kepada klien yang mengalami gangguan psikologi. Menurut beliau, pendekatan kecerdasan emosi ini dapat membantu klien untuk mengelola dan mengungkapkan emosi dengan sempurna tanpa menyakiti orang lain. Pandangan beliau adalah diasaskan kepada Goleman (1995), Gardner (1983) dan Mahmud Nazar (1992) yang menyatakan emosi yang timbul seperti marah, kekecewaan, tekanan dan putus asa akan mengakibatkan seseorang mengalami reaksi neurologi iaitu akan bertindak terlalu cepat dan gopoh hingga boleh merosakkan hubungan dengan seseorang individu lain. Melalui kecerdasan emosi juga, seseorang yang mengalami gangguan psikologi dapat dibentuk untuk menjadi seorang yang memahami individu lain, berempati, berhubung dengan baik, asertif, mampu memberi kebahagiaan, dorongan dan kesejahteraan kepada mereka di samping berjaya dalam pendidikan, kerjaya dan kemasyarakatan.

Manakala Hasimah et al. (2005) pula mencadangkan agar pendekatan teori Adlerian yang berpaksikan psikologi individu diberikan kepada klien. Menurut beliau, pendekatan teori Adlerian ini mengandaikan setiap manusia berhadapan dengan tugas dan tanggungjawab yang perlu dilaksanakan. Tugas dan tanggungjawab yang perlu dilaksanakan tersebut ialah kerohanian, pengarahannya sendiri, persekolahan dan masa lapang, serta hubungan, persahabatan dan kasih sayang. Individu yang dapat melaksanakan tugas dan tanggungjawab ini dengan jayanya akan memperoleh kesejahteraan hidup, sebaliknya individu yang gagal melaksanakan tugas dan tanggungjawab ini dengan jayanya akan berhadapan dengan pelbagai masalah dan kesukaran. Menurut beliau lagi, tugas kehidupan kerohanian adalah tunjang kepada tugas-tugas kehidupan yang lain. Jika tugas kehidupan kerohanian ini teguh, maka tugas-tugas kehidupan yang lain akan dapat berfungsi dengan baik.

Berdasarkan tinjauan literatur ini, dapat dirumuskan bahawa terdapat tiga faktor yang boleh menyebabkan berlakunya gangguan psikologi iaitu faktor konflik dan tekanan yang timbul dalam diri seseorang akibat daripada kesalahfahaman dari segi komunikasi dan ketiadaan sikap terbuka, faktor perasaan rendah diri yang timbul dalam diri seseorang dan mempunyai hubungan dengan pencapaian akademik dan faktor masalah keluarga di rumah seperti mangsa penderaan, sosio-ekonomi keluarga

(penempatan perumahan) dan pemakanan. Secara keseluruhan, gangguan psikologi dalam kalangan pelajar sama ada di peringkat kanak-kanak atau remaja boleh dikenal pasti simptomnya melalui kemurungan dan didapati berada pada tahap yang pelbagai iaitu rendah, sederhana dan tinggi. Sehubungan itu, para pakar psikologi dan kaunseling mencadangkan agar pendekatan kaunseling REBT, kecerdasan emosi dan teori Adlerian diberikan kepada klien. Namun begitu, dalam konteks Islam gangguan psikologi adalah suatu fenomena yang mempunyai perkaitan dengan akal (*al-^oaql*), ruh (*al-ruh*), hati (*al-qalb*) dan jiwa (*al-nafs*). Oleh kerana itu, kaunseling Islam adalah satu disiplin ilmu dan amalan yang berupaya untuk membantu individu yang mengalami masalah gangguan psikologi bagi mencapai kesejahteraan jiwa di dunia dan akhirat. Melalui kaunseling Islam, individu yang mengalami gangguan psikologi akan didekati dengan menggunakan pendekatan kaunseling syarie.

HASIL KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Kajian ini menumpukan perbincangan kepada empat aspek iaitu latar belakang klien, jenis gangguan psikologi, kesedaran sendiri yang dimiliki oleh klien dan faktor yang menyebabkan klien mengalami gangguan psikologi.

Latar Belakang Klien

Latar belakang klien dianalisis dengan tujuan untuk mengenal pasti identiti klien yang pernah mengalami gangguan emosi. Latar belakang klien yang dikaji ialah jantina, umur, agama, etnik, status perkahwinan, pendapatan keluarga, fakulti, tahun pengajian, matlamat pendidikan dan masalah yang dialami klien. Dari segi jantina, seramai 10 orang klien perempuan pernah mengalami gangguan psikologi. Terdapat juga klien lelaki yang pernah mengalami gangguan psikologi, namun jumlahnya adalah kecil iaitu hanya 2 orang. Walaupun jumlah klien perempuan yang pernah mengalami gangguan psikologi lebih tinggi daripada klien lelaki, namun jumlah ini tidak bererti pelajar perempuan di UKM lebih ramai mengalami gangguan psikologi berbanding pelajar lelaki. Tingginya jumlah pelajar perempuan mungkin disebabkan jumlah pelajar perempuan di UKM adalah lebih ramai daripada pelajar lelaki, dan mereka juga lebih ramai mendapatkan perkhidmatan kaunseling daripada kaunselor pelatih.

Klien yang pernah mengalami gangguan psikologi didapati berumur antara 22 hingga 32 tahun. Umur klien yang paling muda pernah mengalami gangguan psikologi adalah 22 tahun, manakala umur klien yang paling tua adalah 32 tahun. Klien yang paling ramai mengalami gangguan psikologi adalah klien yang berumur 22 tahun, kemudian diikuti oleh klien yang berumur 23 tahun. Jumlah klien yang berumur antara 24-32 tahun didapati kurang mengalami gangguan psikologi. Jika dikategorikan umur klien yang pernah mengalami gangguan psikologi kepada tiga kategori, kajian ini menunjukkan lapan orang klien adalah berumur antara 22-23 tahun, dan hanya 3 orang berumur antara 24-25 tahun. Jumlah klien yang berumur antara 26 tahun dan ke atas hanya seorang.

Dari segi agama, 11 orang klien yang pernah mengalami gangguan psikologi didapati beragama Islam, dan hanya seorang klien beragama Buddha. Dapatan ini tidak bererti klien yang beragama Islam lebih ramai mengalami gangguan psikologi. Tingginya jumlah klien yang beragama Islam dalam kajian ini adalah kerana mereka merupakan klien yang paling ramai mendapatkan perkhidmatan kaunseling daripada kaunselor pelatih di UKM, berbanding klien beragama Buddha. Dalam kajian ini, tiada seorang pun daripada klien yang beragama Hindu, Kristian dan lain-lain. Begitu juga dari segi etnik, 10 orang klien yang pernah mengalami gangguan psikologi didapati etnik Melayu. Etnik lain yang pernah mengalami gangguan psikologi ialah Cina. Bagaimanapun, jumlahnya kecil iaitu 2 orang. Dapatan ini berbeza dengan latar belakang klien dari segi agama. Walaupun terdapat dua orang klien berketurunan Cina, namun dari segi agama adalah berbeza. Ini adalah kerana seorang beragama Buddha, dan seorang lagi beragama Islam. Antara sebab klien daripada agama bukan Islam dan etnik bukan Melayu sangat kurang berbanding dengan klien beragama Islam dan etnik Melayu mungkin disebabkan kurangnya minat etnik bukan Melayu dan non-Muslim untuk mengikuti sesi kaunseling. Ini disebabkan publisiti perkhidmatan kaunseling dilakukan secara meluas di UKM dan juga di kolej-kolej.

Dari segi status perkahwinan, keseluruhan klien yang mengalami gangguan psikologi adalah bujang. Mereka belum mendirikan rumah tangga mungkin kerana mereka masih muda, masih belajar, dan masih belum mempunyai pekerjaan. Dari segi pendapatan keluarga, majoriti daripada klien (11 orang) yang pernah mengalami gangguan psikologi datang daripada latar belakang keluarga yang berpendapatan sederhana dan hanya seorang yang datang daripada latar belakang keluarga yang berpendapatan rendah. Tidak ada seorang pun daripada klien yang datang daripada keluarga yang berpendapatan tinggi. Dalam konteks kajian ini, pendapatan keluarga

dapat diandaikan sebagai salah satu faktor yang boleh memberi sumbangan kepada gaya hidup klien yang mengalami gangguan psikologi. Dari segi fakulti, klien yang pernah mengalami gangguan psikologi datang dari tiga fakulti di UKM iaitu Fakulti Ekonomi dan Perniagaan (FEP), Fakulti Pendidikan (FPEND) dan Fakulti Pengajian Islam (FPI), yang masing-masing sama banyak iaitu empat orang bagi setiap fakulti. Samanya jumlah klien dari setiap fakulti mungkin disebabkan mereka dipilih secara *convenience*, dan mereka merupakan klien yang didapati mempunyai banyak gangguan psikologi berbanding klien lain.

Dari segi tahun pengajian, klien yang tinggi pernah mengalami gangguan psikologi adalah berada dalam tahun tiga (7 orang), kemudian diikuti oleh klien dalam tahun dua (3 orang) dan klien pada peringkat Sarjana (2 orang). Dari segi matlamat pendidikan, terdapat 10 orang klien yang pernah mengalami gangguan psikologi mempunyai matlamat pendidikan untuk mencari ilmu, menjadi insan berilmu dan menjana pemikiran. Matlamat pendidikan lain seperti membantu keluarga dan memberi inspirasi kepada adik beradik adalah kecil (1 orang). Terdapat juga seorang daripada klien yang tidak tahu mengapa beliau berada di UKM dan apakah matlamat pendidikan yang hendak dicapai. Klien ini adalah beragama Buddha, dan etnik Cina.

Ringkasnya, klien dalam kajian ini adalah terhad kepada mahasiswa FEP, FPI, dan FPEND yang berada pada tahun dua, tahun tiga dan Sarjana. Hampir keseluruhan daripada mereka beragama Islam, etnik Melayu, dan mempunyai keluarga yang berpendapatan sederhana.

Jenis Gangguan Psikologi Klien

Borang Bio-Psiko-Sosial menyenaraikan 13 gejala gangguan psikologi yang diandaikan pernah berlaku dalam diri seseorang. Ketiga belas gejala gangguan psikologi tersebut ialah kemurungan, rasa bersalah, *esteem* sendiri rendah, takut tanpa sebab, fikir ingin bunuh diri, pernah cuba bunuh diri, rasa tidak tentu arah, bimbang, rasa seperti kehidupan akan musnah, marah amat sangat, perubahan *mood*, fikir ingin membunuh seseorang, dan pernah cuba untuk membunuh seseorang. Hasil kajian menunjukkan lebih separuh daripada klien pernah mengalami rasa bersalah, perasaan bimbang dan perubahan *mood*. Perasaan murung adalah jenis gangguan psikologi yang kedua tinggi dialami oleh klien, kemudian diikuti oleh rasa tidak tentu arah, dan *esteem* sendiri rendah, rasa seperti kehidupan akan musnah, serta marah amat sangat. Terdapat juga klien yang mengalami takut tanpa sebab, pernah cuba membunuh diri, dan fikir ingin membunuh seseorang. Bagaimanapun,

tiada seorang pun klien yang pernah mengalami gangguan psikologi fikir ingin membunuh diri dan pernah cuba untuk membunuh seseorang.

Secara keseluruhannya dapat dikatakan bahawa gangguan psikologi yang dialami oleh klien adalah meliputi elemen kognitif dan afektif. Jenis gangguan psikologi yang boleh dikategorikan sebagai elemen kognitif ialah fikir ingin bunuh seseorang, manakala elemen afektif ialah murung, rasa bersalah, *esteem* sendiri rendah, takut tanpa sebab, pernah cuba bunuh diri, rasa tidak tentu arah, bimbang, rasa seperti kehidupan akan musnah, marah amat sangat, perubahan *mood*.

Kesedaran Kendiri Klien

Dalam bahagian kesedaran sendiri, aspek yang diberi tumpuan ialah konsep sendiri klien dan harapan untuk masa depan. Dari segi konsep sendiri, kajian ini menunjukkan tiga orang klien mempunyai gambaran ke atas diri yang sama dari segi peramah, ceria dan suka ketawa, dua orang mempunyai gambaran ke atas diri yang sama dari segi pemalu, serta dua orang mempunyai gambaran ke atas diri yang sama dari segi penyayang dan suka menolong orang. Klien lain didapati menunjukkan gambaran ke atas diri yang berbeza antara satu sama lain. Secara keseluruhannya, dapat dikatakan semua klien yang mengalami gangguan psikologi mempunyai konsep sendiri yang unik.

Dari segi harapan masa depan, kajian ini menunjukkan empat orang klien yang mengalami gangguan psikologi berharap untuk menjadi orang berjaya dan dihormati. Tiga orang daripada mereka pula berharap untuk membantu kedua orang tua mereka pada masa depan. Klien yang lain didapati masing-masing berharap untuk memberi manfaat kepada orang lain, mempunyai teman hidup, serta mencari ketenangan dan menghindari masalah pada masa depan.

Faktor yang Menyebabkan Klien Mengalami Gangguan Psikologi

Faktor yang dikaji ialah faktor berkaitan sejarah umum klien dari segi maklumat keluarga/perhubungan antara ahli keluarga/sejarah sosial yang meliputi hubungan klien dengan ibu, hubungan klien dengan bapa, hubungan klien dengan adik beradik, masalah dengan ahli keluarga, pengalaman dikasari semasa kanak-kanak/remaja, jenis kekasaran yang dialami semasa kanak-kanak/remaja, dan perasaan klien terhadap keluarga.

Hubungan klien dengan ibu, bapa dan adik beradik

Lebih separuh daripada klien yang mengalami gangguan psikologi mempunyai hubungan yang baik dengan ibu dan bapa. Hanya seorang klien sahaja yang mempunyai hubungan kurang baik dengan bapa. Hubungan klien dengan adik beradik juga didapati berada pada tahap baik dan sangat baik. Tiada seorang pun yang menyatakan mereka mempunyai masalah hubungan dengan adik beradik.

Masalah klien dengan ahli keluarga

Tiada seorang pun klien yang mengalami gangguan psikologi menyatakan mereka mempunyai masalah dengan ahli keluarga sama ada dengan bapa saudara, ibu saudara, sepupu sebelah ibu, sepupu sebelah bapa, datuk atau nenek. Ini bererti hubungan klien dengan ahli keluarga adalah baik dan mungkin juga sangat baik.

Pengalaman klien dikasari semasa kanak-kanak/remaja dan jenis kekasaran

Terdapat 30 peratus daripada klien yang mengalami gangguan psikologi menyatakan mereka pernah dikasari dan dianiaya semasa kanak-kanak/remaja. Jenis kekasaran dan penganiayaan yang pernah dialami oleh mereka ialah dianiaya oleh abang kandung sendiri (gangguan seksual), dipukul oleh ibu dan bapa, malah ada yang dipukul dengan objek kasar di kepala dan badan oleh bapa, kakak dan nenek. Hasil kajian ini juga menunjukkan tiada seorang pun daripada klien yang mengalami gangguan psikologi pernah mendapat rawatan daripada kaunselor atau psikiatri.

Perasaan klien terhadap keluarga semasa kanak-kanak/remaja

Semasa kanak-kanak/remaja, klien yang mengalami gangguan psikologi mempunyai perasaan positif terhadap keluarga. Lebih 30 peratus daripada mereka menyatakan merasa bahagia dan sayang terhadap keluarga pada masa kanak-kanak/remaja. Jumlah mereka yang menyatakan mempunyai perasaan dendam, perasaan kurang mendapat perhatian, perasaan tidak baik dan perasaan biasa terhadap keluarga semasa kanak-kanak/remaja adalah kecil iaitu kurang daripada 10 peratus. Walaupun peratusannya kecil, namun perasaan dendam, perasaan kurang mendapat perhatian, perasaan tidak baik

dan perasaan biasa terhadap keluarga semasa kanak-kanak/remaja ini adalah suatu fenomena yang perlu didekati melalui kaunseling.

Secara keseluruhannya, faktor yang menyebabkan klien mengalami gangguan psikologi ialah faktor pengalaman dan perasaan klien dikasari semasa kanak/remaja oleh ibu bapa, adik beradik dan ahli keluarga. Pengalaman dan perasaan yang dilalui dan dialami oleh klien ini diatasi sendiri oleh klien tanpa mendapat khidmat kaunseling atau bantuan psikologi. Namun, sikap dan tindakan mereka menyelesaikan masalah yang dihadapi secara sendiri ini menjadikan mereka menyimpan empat jenis perasaan terhadap ibu bapa, adik beradik dan ahli keluarga iaitu (1) perasaan dendam; (2) perasaan kurang mendapat perhatian; (3) perasaan tidak baik; dan (4) perasaan biasa.

KESIMPULAN

Sebagai kesimpulan, terdapat dalam kalangan mahasiswa universiti yang mengalami gangguan psikologi akibat daripada penderaan dan penganiayaan yang dialami oleh mereka semasa usia kanak-kanak/remaja. Pengalaman dan perasaan didera dan dianiaya semasa usia kanak-kanak/remaja ini tidak mengganggu hubungan baik mereka dengan ibu bapa, adik beradik dan ahli keluarga. Namun begitu, pengalaman dan perasaan ini telah menjadi faktor utama timbulnya gangguan psikologi dalam diri mereka seperti rasa bersalah, perasaan bimbang, perubahan *mood*, kemurungan, rasa tidak tentu arah dan *esteem* sendiri rendah, rasa seperti kehidupan akan musnah, marah amat sangat, takut tanpa sebab, pernah cuba membunuh diri dan fikir ingin membunuh seseorang. Bagaimanapun, tiada seorang pun daripada mereka yang pernah mengalami gangguan psikologi fikir ingin membunuh diri dan pernah cuba untuk membunuh seseorang. Selain itu, walaupun mereka mengalami gangguan psikologi, namun kesedaran sendiri mereka adalah positif. Mereka menaruh harapan untuk menjadi orang yang berjaya dan dihormati, dapat membantu kedua orang tua, memberi manfaat kepada orang lain, mempunyai teman hidup, serta mencari ketenangan dan menjauhkan masalah pada masa depan. Kesedaran sendiri ini memberi implikasi yang besar dalam diri mahasiswa universiti dan ia perlu dibantu oleh kaunselor dan semua pihak yang berkaitan dengan menawarkan pendekatan teori kaunseling syarie sama ada dalam bentuk bimbingan, motivasi atau khidmat sesi kaunseling.

RUJUKAN

- Abdul Hamid Kamarudin, Hj. 2004. Kemahiran EQ dalam menangani gejala sosial, *Prosiding seminar kebangsaan Ke-3 psikologi dan masyarakat*, hlm. 380-397.
- Abdul Hamid Kamarudin, R.C., Hj. 2005. Kompetensi EQ sebagai nilai tambah personaliti kaunselor. *Prosiding Persidangan Kaunseling Universiti Malaya 2005*, hlm. 1-8.
- Aliah Ismail. 2005. Pelaksanaan latihan praktikum perkhidmatan bimbingan dan kaunseling di Sekolah Menengah Kebangsaan Bandar Baru Bangi. Laporan Praktikum. Sarjana Pendidikan, Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Amaludin Ab. Rahman. 2005. Keperluan pelaksanaan kaunseling Islam dalam menangani masalah sosial di kalangan remaja: Satu kajian kes di pusat pemulihan akhlak di Malaysia. Tesis Doktor Falsafah, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Azizi Yahaya, Fawziah Yahya, Zurihanmi Zakariya & Noordin Yahaya. 2005. *Pembangunan sendiri*. Skudai: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.
- Ching Mey, Susie See. 2002. Conflict and stress management in organisations. *Prosiding Seminar Kaunseling Kebangsaan Ke-IV*, hlm. 46-59.
- Cobb, Casey D. & Mayer, John D. 2000. Emotional Intelligence: What the Research Says. *Educational Leadership* November. http://www.unh.edu/emotional_intelligence.pdf. [1 Disember 2015].
- Corey, Stephen R. 1996. *7 tabiat orang yang amat berkesan – Pelajaran hebat dalam perubahan peribadi*. Terj. Leo Ann Mean. *Seven habits of highly effective people*. Selangor: Prentice Hall Malaysia.
- Crowwell, J. W. 2005. *Educational research: Planning, conducting and evaluating quantitative research*. Edisi Ke-2. New Jersey: Pearson Merrill.
- Goleman, Daniel. 2005. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- Hamidah Sulaiman, Zawawi Ismail & Rorlinda Yusof. 2013. Kecerdasan emosi menurut al-Quran dan al-Sunnah: Aplikasinya dalam membentuk akhlak remaja. *The Online Journal of Islamic Education* 1 (2) June: 51-57.

- Hasimah Ibrahim, Zuria Mahmud & Amla Salleh. 2005. Tinjauan tentang tugas kehidupan remaja di Malaysia Berdasarkan Teori Adlerian. *Prosiding Persidangan Kaunseling Universiti Malaya 2005*, hlm. 46-57.
- Mohd Azhar Yahaya. 2004. Kompetensi kecerdasan emosi dan kesannya terhadap keberkesanan organisasi. *Jurnal Pengurusan Awam*, 3 (1) Januari: 21-26.
- Muhammad Uthman El-Muhammady. 2007. Memartabatkan kaunselor bagi menjana generasi ululalbab. *Kompilasi Kertas Kerja Seminar Kaunseling Peringkat Kebangsaan 2007*, hlm. 15-32.
- Najati, Muhammad °Uthman. 1975. *al-Qur'an wa °ilm al-nafs*. al-Taba°ah al-Thaniyah: Dar al-Shuruk.
- Nor Hayati Fatmi Talib, Bani Hidayat Mohd Shafie, Alias Mat Saad & Ab. Halim Tamuri. 2012. Kecerdasan emosi dan sikap pembelajaran pelajar terhadap pencapaian kursus Tamadun Islam di Politeknik Port Dickson, Negeri Sembilan, *Journal of Islamic and Arabic Education*, 4 (2): 25-34.
- Rohany Nasir. 2005. Rational Emotive Therapy (REBT) dan pendekatannya dalam pengurusan kaunseling organisasi. *Prosiding Seminar Kaunseling Kebangsaan Ke-V*, hlm. 2007-214.
- Sidek Baba. 2009. *Fikir dan Zikir*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Schiff, Neil P. 2005. Cabaran dan dugaan seorang pelajar kaunseling: Satu perkongsian pengalaman. *Prosiding Persidangan Kaunseling Universiti Malaya 2005*, hlm. 2007-214.
- Sherri L. Jackson. 2006. *Research methods and statistics: A critical thinking approach*. Edisi Ke-2. United States: Thomson Wadsworth.
- Shertzer, Bruce & Stone, Shelley, C. 1992. *Asas-asas Bimbingan*. Terj. Amla H. M. Salleh & Puteh Mohamed. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- See Ching Mey & Tan Sin Keat. 2005. Kemurungan di kalangan pelajar tingkatan enam: Satu kajian kes. Kertas kerja Konvensyen Kebangsaan Persatuan Kaunseling Malaysia XII. Institut Latihan Keselamatan Sosial KWSP (ESSET), Bangi, 24-26 Jun 2005.
- Toto Tasmara, K.H. 2001. *Kecerdasan Ruhaniah (Transcendental Intelligence)*. Jakarta: GEMA INSANI Penerbit Buku Andalan.
- Zainab Ismail. 2008. Pelaksanaan latihan praktikum bimbingan dan kaunseling di Unit Kaunseling dan Kerjaya Universiti Kebangsaan Malaysia. Laporan Penyelidikan. Dlm. Laporan Praktikum. Sarjana Pendidikan, Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

***ZAINAB ISMAIL**
Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan
Fakulti Pengajian Islam
Universiti Kebangsaan Malaysia
Mel-e: zainab@ukm.edu.my