



HUBUNGAN PRESTASI AKADEMIK DENGAN KESIHATAN
MENTAL PELAJAR ISMP SEMESTER 7 FAKULTI
PENGURUSAN DAN EKONOMI (FPE), DI UNIVERSITI
PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI)



KEMY CAMELIA BALINGI

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2024



**HUBUNGAN PRESTASI AKADEMIK DENGAN KESIHATAN MENTAL
PELAJAR ISMP SEMESTER 7 FAKULTI PENGURUSAN DAN EKONOMI
(FPE), DI UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI)**

KEMY CAMELIA BALINGI

**PROJEK AKHIR TAHUN INI DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI
SEBAHAGIAN DARIPADA SYARAT UNTUK MEMPEROLEH IJAZAH
SARJANA MUDA PENDIDIKAN PENGURUSAN PERNIAGAAN (DENGAN
KEPUJIAN)**

**FAKULTI PENGURUSAN DAN EKONOMI
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS**

2024

PENGHARGAAN

Terlebih dahulu saya ingin mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan kepada semua pihak yang telah memberikan sokongan dan bantuan dalam menjayakan tugas ini. Terima kasih kepada pensyarah penyelia saya, Profesor Madya Dr Suriani Binti Abdul atas bimbingan, nasihat, dan dorongan yang tidak ternilai. Terima kasih atas kesabaran, dedikasi, dan ilmu yang telah diberikan, yang telah memberikan sumbangan besar dalam menjayakan kajian ini

Selain itu saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pensyarah yang telah mendidik dan mengajar saya sejak dari awal semester sehingga bakal menamatkan pengajian ijazah sarjana muda pendidikan dengan kepujian. Tanpa ilmu yang dicurahkan, mustahil untuk saya dapat menyiapkan kajian ini pada masa yang ditetapkan. Jasa kalian amatlah dihargai dan tidak akan mungkin saya lupakan.

Akhir sekali, terima kasih kepada Tuhan yang Maha Esa kerana memberikan kekuatan dan petunjuk sepanjang perjalanan penyelidikan ini. Semoga kajian ini dapat memberi manfaat kepada masyarakat dan menyumbang kepada perkembangan ilmu pengetahuan. Sekali lagi, terima kasih kepada semua yang terlibat dalam menjayakan kajian ini.

Sekian, terima kasih

Kemy Camelia Balingi

Universiti Pendidikan Sultan Idris

2024

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara jantina dan prestasi akademik dengan kesihatan mental pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan Dan Ekonomi (FPE), Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI). Kajian ini menggunakan kaedah kuantitatif iaitu soal selidik dengan menggunakan skala Likert empat mata melalui aplikasi *Google Form*. Sampel kajian terdiri daripada 108 pelajar tahun akhir, iaitu pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi (FPE) di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) menggunakan teknik pensampelan mudah (*Convenience sampling*). Semua data yang diperolehi dianalisis secara deskriptif dan inferensi menggunakan perisian komputer *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 25. Analisis deskriptif digunakan untuk menerangkan profil responden serta menganalisis tahap kesihatan mental pelajar. Hasil dapatan kajian mendapati skor min bagi tahap kesihatan mental pelajar adalah sederhana. Selain itu, analisis ujian-t menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan tahap kesihatan mental pelajar berdasarkan jantina. Seterusnya, analisis korelasi Pearson menunjukkan prestasi akademik tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap kesihatan mental pelajar. Justeru, diharapkan melalui kajian ini masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar IPT dapat diambil perhatian oleh semua pihak. Kesihatan mental pelajar universiti haruslah diberi perhatian yang serius oleh semua pihak agar mereka dapat melangsungkan hidup di kampus dengan baik dan meneruskan suasana pembelajaran dengan sempurna.

**THE RELATIONSHIP OF ACADEMIC PERFORMANCE WITH THE MENTAL
HEALTH AMONG ISMP SEMESTER 7 STUDENTS OF THE FACULTY
MANAGEMENT AND ECONOMICS (FPE), SULTAN IDRIS UNIVERSITY OF
EDUCATION (UPSI)**

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between gender and academic performance with the mental health of ISMP students in the 7th semester of the Faculty of Management and Economics (FPE), Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI). This study uses a quantitative method which is a questionnaire using a four-point Likert scale through the Google Form application. The study sample consisted of 108 final year students, namely ISMP semester 7 students of the Faculty of Management and Economics (FPE) at Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) using a convenience sampling technique. All the data obtained were analyzed descriptively and inferentially using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) version 25 computer software. Descriptive analysis was used to explain the profile of the respondents as well as analyze the mental health level of the students. The results of the study found that the mean score for the level of mental health of students is moderate. In addition, t-test analysis shows that there is no significant difference in the level of mental health of students based on gender. Next, Pearson's correlation analysis shows that academic performance has no significant relationship with the level of mental health of students. Therefore, it is hoped that through this study mental health problems among IPT students can be taken into consideration by all parties. The mental health of university students should be given serious attention by all parties so that they can survive on campus well and continue the learning environment perfectly.



KANDUNGAN

Muka Surat

PENGHARGAAN	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
KANDUNGAN	iv
SENARAI JADUAL	ix
SENARAI RAJAH	x
SENARAI SINGKATAN	xi
SENARAI LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.0 Pengenalan	1
1.1 Latar Belakang Kajian	2
1.2 Penyataan Masalah	6
1.3 Objektif Kajian	10
1.4 Persoalan Kajian	10
1.5 Hipotesis Kajian	11
1.6 Kerangka Konseptual Kajian	11
1.7 Kepentingan Kajian	12
1.7.2 Pelajar	12
1.7.2 Pihak Universiti	13
1.7.3 Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT)	14



1.7.4 Kajian Kesihatan Mental	15
1.8 Batasan kajian	15
1.9 Definisi operasional kajian	16
1.9.1 Kesihatan Mental	16
1.9.2 Prestasi Akademik	17
1.10 Kesimpulan	17

BAB 2

SOROTAN LITERATUR

2.0 Pengenalan	19
2.1 Penjelasan konstruk	20
2.1.1 Kesihatan Mental Pelajar	20
2.1.2 Kesihatan Mental Berdasarkan Jantina	22
2.1.3 Prestasi Akademik	23
2.1.4 Prestasi Akademik Dengan Kesihatan Mental	24
2.2 Kerangka teori	26
2.2.1 Teori Terapi Rasional Emotif Tingkah Laku (Rational Emotive Behavior Therapy-REBT)	26
2.3 Pembangunan hipotesis	27
2.3.1 Terdapat Perbezaan Tahap Kesihatan Mental Berdasarkan Jantina	27
2.3.2 Terdapat Hubungan Prestasi Akademik Dengan Tahap Kesihatan Mental Pelajar	29
2.4 Kesimpulan	31

BAB 3

METODOLOGI

3.0 Pengenalan	32
3.1 Reka bentuk kajian	33
3.2 Lokasi kajian	34
3.3 Populasi dan sampel	34
3.4 Instrumen kajian	37
3.4.1 Pembahagian Item Soal Selidik	38
3.5 Prosedur Kajian	41
3.6 Kesahan Dan Kebolehpercayaan	42
3.6.1 Kesahan	42
3.6.2 Kebolehpercayaan	43
3.7 Kajian Rintis	45
3.8 Pengumpulan Data	46
3.9 Analisis Data	47
3.10 Analisis Statistik Deskriptif	49
3.11 Analisis Inferensi	50
3.12 Ujian Normaliti	51
3.13 Analisis Ujian Korelasi	52
3.14 Analisis Ujian-T	53
3.10 Kesimpulan	54

BAB 4

DAPATAN KAJIAN

4.0 Pengenalan	55
4.1 Analisis Demografik	55
4.1.1 Jantina	56
4.1.2 Umur	57
4.1.3 Etnik	58
4.1.4 Program Pengajian	59
4.1.5 <i>Cumulative Grade Point Average (CGPA)</i>	60
4.2 Analisis Deskriptif Dan Inferensi	60
4.2.1 Tahap Kesihatan Mental Pelajar	60
4.2.2 Analisis Perbezaan Tahap Kesihatan Mental Pelajar Berdasarkan Jantina	63
4.2.3 Analisis Ujian Korelasi	64
4.2 Kesimpulan	66

BAB 5

PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN

5.0 Pengenalan	67
5.1 Rumusan Hasil Kajian	67
5.2 Perbincangan	68
5.2.1 Persoalan 1	69
5.2.2 Persoalan 2	70
5.2.3 Persoalan 3	72



5.3 Implikasi Dapatan Kajian	73
5.3.1 Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT)	74
5.3.2 Pihak Universiti	75
5.3.3 Pensyarah	76
5.3.3 Ibubapa	77
5.3.5 Pengetahuan Am Tentang Kesihatan Mental	77
5.4 Cadangan Kajian Lanjutan	78
5.5 Kesimpulan	79
RUJUKAN	81
LAMPIRAN	83



SENARAI JADUAL

No. Jadual	Muka Surat
Jadual 3.1 : Jumlah Populasi Kajian	35
Jadual 3.1 : Jadual Penentu Saiz Sampel Krejcie dan Morgan (1970)	36
Jadual 3.3 : Item Dalam Borang Soal Selidik	38
Jadual 3.4 : Latar Belakang Responden	39
Jadual 3.5 : Skala Likert	39
Jadual 3.6 : <i>Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS 21)</i>	40
Jadual 3.7 : Prestasi Akademik Pelajar ISMP Semester 7, FPE, UPSI	41
Jadual 3.8 : Interpretasi Alpha Cronbach dan Tahap Kebolehpercayaan	44
Jadual 3.9 : Nilai Alpha Cronbach Bagi Item yang Dikaji	45
Jadual 3.10 : Interpretasi Skor Min	47
Jadual 3.11 : Ujian Normaliti	51
Jadual 3.12 : Skala Pekali Korelasi	53
Jadual 4.1 : Taburan Responden Mengikut Jantina	56
Jadual 4.2 : Taburan Responden Mengikut Umur	57
Jadual 4.3 : Taburan Responden Mengikut Etnik	58
Jadual 4.4 : Taburan Responden Program Pengajian	59
Jadual 4.5 : Taburan Responden Cumulative Grade Point Average (CGPA)	60
Jadual 4.6 : Tahap Kesihatan Mental Pelajar	60
Jadual 4.7 : Analisis Ujian-t	63

Jadual 4.9 : Analisis Ujian Korelasi

64

SENARAI RAJAH

No. Rajah

Muka Surat

Rajah 1.1 : Kerangka Konseptual Kajian

11

SENARAI SINGKATAN

FPE	: Fakulti Pengurusan dan Ekonomi
UPSI	: Universiti Pendidikan Sultan Idris
IPT	: Institusi Pengajian Tinggi
KPT	: Kementerian Pendidikan Tinggi
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
ISMP	: Ijazah Sarjana Muda Pendidikan

SENARAI LAMPIRAN

- A : Instrumen
- B : Kesahan Instrumen
- C : Ujian Normaliti
- D : Taburan Data Responden
- E : Analisis Deskriptif
- F : Analisis Ujian-t
- G : Analisis Ujian Korelasi

BAB 1

PENDAHULUAN

1.0 Pengenalan

Bab ini merangkumi aspek penting yang menjadi asas kajian untuk dibincangkan. Ini termasuklah latar belakang kajian, pernyataan masalah, objektif kajian, persoalan kajian, hipotesis kajian, kerangka konseptual kajian, kepentingan kajian, batasan kajian, definisi operasi, struktur kajian dan kesimpulan. Setiap aspek yang dirangkumi akan dijelaskan secara teliti dan terperinci dalam bahagian masing-masing. Diharapkan kajian ini dapat membantu pembaca untuk memahami secara mendalam lagi asas kajian yang dijalankan.

1.1 Latar Belakang Kajian

Kesihatan mental merupakan asas kepada kesejahteraan hidup seseorang individu. Individu yang mempunyai kesihatan mental yang baik berupaya untuk mengendali tekanan yang dihadapi supaya dapat menjalankan tanggungjawab secara produktif serta dapat memberikan sumbangan yang baik dalam masyarakat. Kesihatan mental yang baik bermaksud individu tersebut boleh menyesuaikan diri mereka dalam menangani tekanan hidup seharian serta berkemampuan berkomunikasi dengan masyarakat secara lebih efektif.

Laporan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS, 2020) mendapati tiga daripada setiap sepuluh orang dewasa yang berusia 16 tahun dan ke atas di Malaysia akan menderita masalah kesihatan mental. Selain itu, suatu kajian yang dijalankan oleh Eskin et al. (2016) dalam McMaster et al. (2021) yang mana dilaksanakan pada 12 buah negara termasuk Jepun, menunjukkan bahawa masalah psikologi tidak asing dalam kalangan pelajar universiti. Isu kesihatan mental kebiasaannya meningkat dalam kalangan pelajar universiti yang memberi impak besar terhadap peringkat kehidupan mereka (Wenjuan et al., 2020; Bruffaerts et al., 2018). Pelajar prasiswazah dan pascasiswazah di universiti berada dalam keadaan yang mana gangguan berkaitan dengan tekanan adalah suatu kebiasaan (Ribeiro et al., 2018).

Melanjutkan pengajian tinggi sangat memberi tekanan kepada pelajar kerana mereka perlu melalui proses penyesuaian persekitaran pendidikan dan persekitaran sosial yang baru (Habeeb, 2010; Ramachandiran dan Dhanapal, 2018). Walaupun pelajar universiti dianggap

sebagai generasi yang bernasib baik kerana berjaya menempatkan diri di universiti, namun realitinya mereka merupakan individu yang melalui tekanan berterusan kerana perubahan hidup sepanjang tempoh pengajian (Ganesan et al., 2018). Menurut Yikealo et al. (2018), pelajar universiti mengalami pelbagai kesukaran seperti penyesuaian pendidikan, sosial, persekitaran, dan psikologi dalam suasana kampus baru yang boleh mempengaruhi kesejahteraan psikososial dan hasil pembelajaran mereka.

Masalah kesihatan mental ini perlu segera ditangani dan diambil perhatian oleh pelbagai pihak terumatanya bagi golongan pelajar institusi pengajian tinggi (IPT) agar masalah seperti tekanan dan kemurungan dapat dirawat di peringkat awal. Hal yang demikian agar pembelajaran dan kehidupan pelajar tidak terjejas. Bukan itu sahaja, langkah pencegahan awal bagi isu ini dapat membantu pelajar supaya tidak hilang fokus terhadap pengajian mereka. Terdapat pelbagai faktor yang boleh mendorong kepada masalah kesihatan mental.

Antaranya ialah bagi pelajar-pelajar universiti, mereka datang dari pelbagai latar belakang yang berbeza. Disebabkan itu, mereka perlu menjalani proses sosialisasi dengan pelbagai ragam dan personaliti di kalangan mereka. Menurut (Kohn dan Frazer, 1986: Mohd, 2022), tekanan dalam bidang pendidikan yang memerlukan pelajar bersaing antara satu sama lain juga telah dikatakan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kesihatan mental pelajar. Tekanan ini termasuk beban tugas, situasi pembelajaran, penyesuaian dengan persekitaran, persaingan akademik, dan kegagalan dalam pengurusan masa. Kestabilan kesihatan mental

memainkan peranan penting dalam menyeimbangkan proses psikologikal dan sosialisasi pelajar serta sebaliknya.

Disamping itu, perbezaan jantina juga memainkan peranan penting dalam menentukan tahap kesihatan mental seseorang individu (Srividhya, 2007: Abdul, 2022). Beberapa kajian telah dilakukan untuk meneliti hubungan antara stres dan jantina pelajar (Abdul, 2021). Kajian-kajian tersebut menunjukkan bahawa pelajar perempuan lebih cenderung memiliki tahap kesihatan mental yang lebih baik berbanding dengan pelajar lelaki. Di Malaysia, lelaki dikatakan mengalami lebih banyak tekanan dari segi psikologi berdasarkan kepada budaya tempatan yang menekankan keperluan bagi lelaki untuk menunjukkan kekuatan dan menyembunyikan kelemahan mereka (Mohamad dan Ibrahim, 2018). Sikap memendam masalah tanpa berkongsi kepada sesiapa serta tabiat yang mengutamakan maskuliniti untuk menunjukkan bahawa mereka tidak lemah telah menambah bebanan emosi para kaum lelaki. Manakala bagi kaum wanita, mereka dikenali dengan kecenderungan untuk berkongsi dan mendapatkan sokongan daripada individu di sekeliling, yang boleh membantu mengurangkan tekanan yang mereka hadapi. Namun, menurut Wade et al. (2002), berdasarkan kajian-kajian lepas yang berkaitan tentang hubungan kesihatan mental dengan jantina, ia tidak memberikan keputusan yang konsisten. Oleh itu, kajian ini akan mengkaji perbezaan tahap kesihatan mental antara jantina dalam kalangan pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi di Universiti Pendidikan Sultan Idris.

Seterusnya, terdapat juga kajian yang menyatakan bahawa prestasi akademik merupakan salah satu faktor yang dapat menyumbang kepada masalah kesihatan mental (Yahaya et al.,

2005: Muhammad et al., 2020). Hal ini kerana ketika pelajar berada di universiti mereka harus menyesuaikan diri dengan persekitaran yang baharu seperti perubahan faktor psikososial dan tekanan akademik yang berlaku sepanjang tempoh pengajian bagi menyiapkan diri mereka untuk kerjaya professional yang lebih mencabar (Uehara et al., 2010). Disamping itu, Johari dan Ahmad (2019) turut menyatakan, faktor akademik merupakan pendorong utama wujudnya tekanan dalam kalangan pelajar universiti dan diikuti dengan faktor fizikal, sosial serta emosi. Selain itu, pelajar juga cenderung untuk mengalami masalah kesihatan mental seperti tekanan disebabkan oleh keperluan untuk memastikan kelangsungan akademik dan persediaan untuk melanjutkan kerjaya mereka (Yikealo et al., 2018).

Tujuan lain kajian ini dijalankan adalah kerana pengkaji mendapati tahap kesihatan mental pelajar yang rendah akan menjadikan pelajar tersebut berpotensi besar untuk tidak dapat menghabiskan pengajian mereka. Justeru, tahap kesihatan mental pelajar haruslah diambil perhatian yang sewajarnya agar masalah kesihatan mental dikalangan pelajar (IPT) dapat dicegah sebelum menjadi semakin teruk. Di samping itu, rawatan awal bagi masalah ini akan dapat membantu untuk melahirkan seorang pelajar yang bersifat modal insan kepada negara Malaysia agar terus berkembang maju.

1.2 Pernyataan Masalah

Kehidupan seorang pelajar dipenuhi dengan pelbagai cabaran sejak dari sekolah rendah sehingga bergelar sebagai pelajar institusi pengajian tinggi (IPT). Suasana di IPT adalah lebih mencabar berbanding dengan semasa berada di alam persekolahan. Sebagai seorang pelajar yang berada di IPT, mereka perlulah bersedia dari segi mental dan fizikal bagi mengharungi dunia pembelajaran di IPT (Norli, 2023). Walaubagaimanapun, masih terdapat lagi segelintir pelajar yang tidak mampu untuk menyesuaikan diri dan sukar mencari jalan keluar dari kemelut tekanan dan cabaran di menara gading. Disebabkan itu, isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar IPT semakin hangat diperkatakan pada masa kini. Isu kesihatan mental bukan la sesuatu yang boleh diambil mudah sebaliknya perlu diberikan perhatian oleh pelbagai pihak. Isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar IPT ini berpunca daripada tekanan dan masalah yang dihadapi oleh mereka sepanjang tempoh pengajian di universiti. Oleh itu, kajian ini dijalankan untuk menganalisis tahap kesihatan mental pelajar di institusi pengajian tinggi (IPT).

Data kajian statistik daripada kajian yang dijalankan oleh Saloni Dattani et al. (2021) menunjukkan seramai 970 juta orang diseluruh dunia mengalami masalah kesihatan mental dan gangguan penyalahgunaan bahan. Selain itu, berdasarkan suatu kajian oleh Eskin et al. (2016) dalam McMaster et al. (2021) yang dilaksanakan pada 12 buah negara termasuk Jepun, hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa masalah psikologi tidak asing asing dalam kalangan pelajar universiti. Masalah psikologi tersebut adalah seperti bunuh diri dan idea untuk bunuh diri. Berdasarkan statistik data WHO (2017) dalam Carter et al. (2017), kesihatan mental di Australia

semakin membimbangkan kerana terdapat peningkatan pada masalah kesihatan mental dan kesemua pesakit mental yang dilaporkan bermula pada umur yang masih muda iaitu sebelum berumur 14 tahun, dan 75% daripada kalangan belia dalam kalangan umur pertengahan 20-an.

Berdasarkan statistik yang dikeluarkan oleh Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan yang dijalankan pada tahun 2019, kira-kira satu per tiga penduduk di Malaysia mengalami masalah kemurungan. Statistik tersebut menunjukkan terdapatnya peningkatan sebanyak 29.2% iaitu seramai 4.2 juta rakyat negara Malaysia yang berusia 16 tahun keatas menghadapi masalah kesihatan mental seperti kemurungan berbanding pada tahun 2006 yang hanya mencatat 11.2%. Data tersebut menunjukkan golongan remaja termasuk kelompok pelajar yang berada di institusi pengajian tinggi turut terlibat dengan permasalahan ini.

Pelajar lebih cenderung untuk mengalami masalah kesihatan mental kerana mereka harus menghadapi cabaran melanjutkan pengajian tinggi seperti berjauhan dengan keluarga, masalah kewangan dan tekanan akademik (Nur et al., 2020). Lokman (2023) turut menyatakan bahawa terdapat pelajar IPT yang kerap tidak hadir ke kelas kerana masalah kesihatan mental sehingga terpaksa menangguh pengajian mereka.

Menurut Ahmad (2022) pelajar yang berada di institusi pengajian tinggi memerlukan mereka untuk memberikan komitmen yang tinggi dalam menyesuaikan diri dan saling bersaing bagi menentukan kejayaan yang lebih baik dalam pelbagai bidang yang diceburi. Namun perkara

ini mengundang pelbagai kesan kepada tahap kesihatan mental mereka. Antara kesan penyakit mental yang sering dihadapi adalah Kecelaruhan Defisit-Perhatian (hiperaktif), Kecelaruhan pemakanan dan Personaliti, serta penyalahgunaan bahan yang menyebabkan kemurungan dan kecelaruhan jiwa yang lain. Penyakit mental yang biasa dihadapi oleh para pelajar universiti ialah kemurungan, keresahan, kecelaruhan Bipolar dan Skizofrenia.

Disamping itu, antara masalah kesihatan mental yang sering dihadapi oleh pelajar juga adalah tekanan, kebimbangan, dan serangan panik yang disebabkan oleh perubahan dalam gaya hidup mereka. Hal ini menjadi lebih ketara lagi, terutamanya di kalangan remaja universiti yang masih berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan pembelajaran yang baru. Fakta ini terbukti dengan peningkatan jumlah individu yang mencari bantuan melalui mendapatkan sokongan menerusi Talian Bantuan Perkhidmatan Sokongan Psikososial (MHPSS) iaitu inisiatif di bawah Pusat Kecemerlangan Kesihatan Mental Kebangsaan, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), yang telah meningkat sebanyak lima kali ganda pada tahun 2022 berbanding tahun 2020 (Berita Harian, 2022).

Kajian yang telah dilaksanakan oleh Zaid et al., (2017) menunjukkan bahawa pelajar perempuan lebih cenderung menghadapi tekanan yang tinggi ketika menjalankan tanggungjawab dan peranan sebagai pelajar universiti. Kajian terkini oleh Carlos et al., (2021) turut menyatakan bahawa perempuan lebih cenderung mengalami emosi yang lebih kuat kerana bebanan kehidupan harian yang lebih besar berbanding lelaki. Namun, terdapat juga kajian yang menunjukkan hasil yang berbeza, seperti kajian yang dilakukan oleh I'zzatul et al. (2019) yang

menyatakan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan dalam tahap tekanan antara belia lelaki dan perempuan.

Selain itu, prestasi akademik yang kurang baik, tugas yang berlebihan, persaingan akademik dan masalah kewangan akan menyebabkan pelajar berasa tertekan sehingga mampu menyebabkan mereka mengalami kesihatan mental (Karyotaki et al., 2020; Pascoe et al., 2020; Reddy et al., 2018). Hal ini kerana pelajar harus berdepan dengan pelbagai cabaran akademik sehingga menyebabkan mereka mempunyai persepsi negatif terhadap keupayaan mereka dalam menguruskan tuntutan persekitaran dan tuntutan sebagai seorang pelajar (Sri Nurhayati et al., 2020). Kajian yang dijalankan oleh Zhang dan Zheng (2017) mendapati tekanan akademik yang pelajar alami disebabkan oleh prestasi akademik mereka yang kurang memberangsangkan mempunyai perkaitan yang positif dengan emosi negatif seperti tekanan, gejala kemurungan dan kebimbangan.

Sehubungan dengan itu, kesihatan mental merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari serta kesejahteraan manusia. Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) menyatakan bahawa kesejahteraan mental merujuk kepada keadaan yang baik di mana seseorang individu memahami keupayaan diri, mampu mengurus tekanan dengan efektif, dapat menjalankan tugas secara produktif, dan turut memberi sumbangan kepada masyarakat. Ini menegaskan bahawa kesejahteraan mental amat kritikal bagi setiap individu untuk memastikan kebolehan mereka beroperasi secara berkesan. Namun, sering kali aspek ini diabaikan oleh

masyarakat yang lebih memberi penekanan kepada kesihatan fizikal berbanding kesejahteraan mental.

1.3 Objektif Kajian

Bagi memastikan kajian ini terarah, pengkaji akan mencapai tiga objektif berikut:

1. Mengenalpasti tahap kesihatan mental pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi.
2. Mengenalpasti perbezaan tahap kesihatan mental pelajar berdasarkan jantina.
3. Mengenalpasti hubungan antara prestasi akademik dengan tahap kesihatan mental pelajar

1.4 Persoalan Kajian

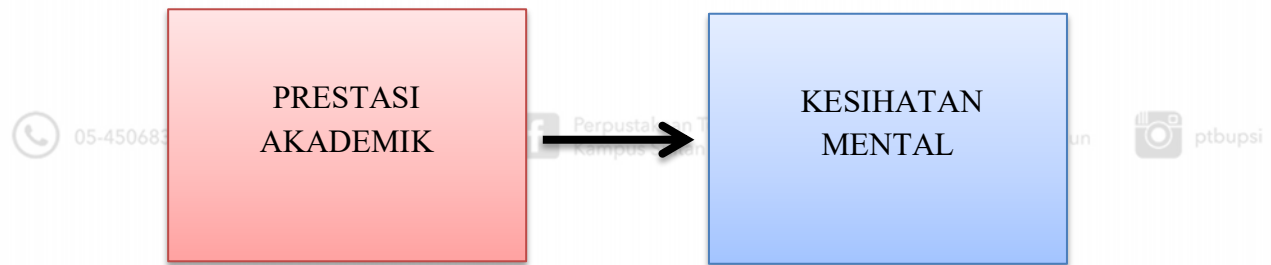
1. Apakah tahap kesihatan mental pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi?
2. Adakah terdapat perbezaan tahap kesihatan mental berdasarkan jantina?
3. Adakah terdapat hubungan antara prestasi akademik dengan tahap kesihatan mental?

1.5 Hipotesis Kajian

H1: Terdapat perbezaan yang signifikan tahap kesihatan mental pelajar berdasarkan jantina.

H2: Terdapat hubungan yang signifikan antara prestasi akademik dengan tahap kesihatan mental pelajar.

1.6 Kerangka Konseptual Kajian



Rajah 1.1: Kerangka konseptual kajian

Rajah diatas merupakan kerangkah konseptual yang diguna pakai dalam kajian ini. Kajian ini dijalankan untuk mengkaji tahap kesihatan mental pelajar institusi pengajian tinggi. Kajian ini juga dijalankan untuk mengenalpasti sama ada terdapat perbezaan tahap kesihatan mental berdasarkan jantina. Selain itu kajian ini juga akan mengkaji sekiranya terdapat hubungan antara

prestasi akademik dengan tahap kesihatan mental. Kesihatan mental merupakan pembolehubah bersandar manakala jantina dan prestasi akademik adalah pembolehubah tidak bersandar.

1.7 Kepentingan Kajian

Bahagian ini memperincikan secara jelas kepentingan daripada hasil kajian yang telah dijalankan. Diharapkan melalui kajian ini ia dapat memberikan maklumat yang jelas tentang hubungan antara jantina dan prestasi akademik dengan kesihatan mental pelajar kepada pihak-pihak berkepentingan seperti pelajar, Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT), pihak universiti dan kajian mengenai kesihatan mental.

1.7.1 Pelajar

Kajian ini amat penting bagi pelajar institusi pengajian tinggi kerana ia dapat memberikan pemahaman yang mendalam tentang keadaan psikologi dan emosi mereka. Hasil kajian ini boleh menjadi panduan bagi pelajar dalam mengenalpasti faktor-faktor yang mungkin mempengaruhi kesejahteraan emosi mereka, seperti tekanan akademik, masalah interpersonal, atau beban kerja yang berlebihan. Dengan memahami aspek-aspek ini, pelajar dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk menguruskan tekanan dan meningkatkan keseimbangan kehidupan mereka.

Pentingnya kesihatan mental dalam konteks pendidikan tinggi juga dapat dilihat melalui impak positifnya terhadap pencapaian akademik dan kejayaan pelajar. Pelajar yang memahami dan menguruskan kesihatan mental mereka dengan baik cenderung mempunyai daya tahan yang lebih tinggi terhadap tekanan akademik, dapat meningkatkan fokus dan produktiviti, serta memiliki keupayaan untuk menangani cabaran hidup dengan lebih baik.

Melalui kajian ini juga pelajar dapat mencegah daripada menghadapi masalah kesihatan mental yang lebih serius. Menitikberatkan kesihatan mental di kalangan pelajar universiti dapat membantu mengenal pasti masalah kesihatan mental awal, mencegah perkembangan masalah yang lebih serius seperti kecemasan kronik, kemurungan, atau gangguan lain. Oleh itu kajian ini dapat menambah ilmu pengetahuan sedia ada pelajar berkaitan tentang bagaimana mengurus kesihatan mental mereka dengan lebih baik.

1.7.2 Pihak Universiti

Kajian tentang tahap kesihatan mental adalah penting bagi pihak universiti kerana ia membolehkan mengenalpasti serta pemahaman terhadap isu-isu kesihatan mental yang dihadapi oleh pelajar dan kakitangan. Dengan kajian ini pihak universiti dapat memahami tahap kesihatan mental pelajar dan dapat menyediakan sokongan serta perkhidmatan yang sesuai untuk membantu mereka menguruskan tekanan akademik, mengurangkan stres, dan meningkatkan kecekapan serta kebahagiaan pelajar.

Selain itu, kajian ini juga memberikan peluang kepada pihak universiti untuk merancang dan melaksanakan program-program berkaitan kesihatan mental yang berkesan. Dengan menggunakan dapatan dari kajian ini, universiti boleh mengenal pasti strategi yang sesuai untuk meningkatkan kesedaran mengenai kesihatan mental, memperkenalkan program sokongan emosi, dan mencipta persekitaran yang lebih mesra dan penyayang bagi komuniti universiti secara keseluruhannya. Ini memberikan impak positif kepada prestasi akademik, kesejahteraan dan perkembangan keseluruhan pelajar di universiti.

1.7.3 Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT)

Kajian tentang tahap kesihatan mental penting dalam konteks pendidikan tinggi dan pengurusan institusi pengajian. Melalui kajian ini pihak (KPT) dapat memahami secara mendalam lagi mengenai kesihatan mental dalam kalangan pelajar di institusi pendidikan tinggi membolehkan Kementerian Pendidikan Tinggi (KPT) untuk menyediakan sokongan yang lebih efektif. Dengan dapatan kajian yang diperoleh dari kajian ini, KPT dapat merancang program-program sokongan, perkhidmatan kaunseling, dan inisiatif kesihatan mental yang lebih baik bagi memastikan kesejahteraan holistik bagi komuniti universiti.

Tambahan pula, kajian ini juga dapat membantu (KPT) mengenal pasti isu-isu yang berkaitan dengan kesihatan mental dalam konteks pendidikan tinggi. Ini termasuklah tekanan akademik yang berlebihan, kecemasan pelajar, depresi, dan isu-isu lain yang mungkin

mempengaruhi prestasi akademik serta kesejahteraan emosi. Dengan memahami cabaran-cabaran ini melalui kajian yang dijalankan oleh pengkaji, (KPT) dapat bekerjasama dengan institusi pendidikan tinggi untuk menyusun strategi yang lebih efektif dalam mengendalikan dan mengatasi masalah kesihatan mental dalam kalangan komuniti universiti.

1.7.4 Kajian Kesihatan Mental

Melalui kajian ini, para penyelidik dapat mengumpulkan data yang relevan untuk memahami keadaan kesihatan mental dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi. Dapatan kajian ini membantu dalam meningkatkan kesedaran dalam diri semua masyarakat akan pentingnya untuk membantu pelajar IPT mengekalkan keseimbangan emosi agar membolehkan mereka untuk berfungsi dengan baik dalam kehidupan sehari-hari serta meningkatkan kualiti hidup.

1.8 Batasan Kajian

Kajian ini hanya terhad kepada jumlah sampel yang dipilih sahaja. Disebabkan itu, sampel bagi kajian ini hanya terdiri daripada pelajar-pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi (FPE) Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) dan hanya menggambarkan fenomena dalam populasi tersebut. Rentetan itu, dapatan kajian yang dijalankan hanya boleh digeneralisasikan kepada pelajar-pelajar ISMP semester 7 Fakulti Pengurusan dan Ekonomi

(FPE) Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) dan tidak mewakili semua pelajar institusi pengajian tinggi di Malaysia.

Kajian ini dijalankan dengan kesedaran bahawa terdapat beberapa batasan di dalam komponen instrumen kajian dan reka bentuk yang digunakan. Pengumpulan data kajian ini berbentuk instrumen soal selidik dengan cara mendapat respon sampel. Beberapa pengubahsuaian telah dibuat dalam instrumen soal selidik mengikut keperluan pelajar masa kini untuk melihat kesesuaian terhadap fenomena sekarang. Terdapat banyak kesan kesihatan mental terhadap pelajar namun kajian ini hanya memfokuskan kepada perbezaan tahap kesihatan mental antara jantina lelaki dan perempuan, serta prestasi akademik pelajar yang mengalami kesihatan mental.

1.9 Definisi Operasional Kajian

1.9.1 Kesihatan Mental

Menurut World Health Organization (WHO), kesihatan mental merujuk kepada keadaan kesejahteraan di mana seseorang individu sedar akan kebolehan diri, mampu mengatasi tekanan kehidupan secara biasa, dapat bekerja secara efektif, serta memberi sumbangan kepada masyarakat (WHO, 2007: Sohana, 2019). Kesihatan mental juga menggambarkan keadaan di mana seseorang individu mampu mengawal dan mengendalikan emosi serta pemikiran mereka. Hal ini sangat berkait rapat dengan proses berfikir, perasaan, dan tindakan seseorang ketika mereka berada dalam situasi yang memberikan mereka tekanan (WHO, 2001: Muhammad,

2020). Secara ringkasnya dalam kajian ini, kesihatan mental merujuk kepada keadaan minda seseorang pelajar dalam mengawal emosi, pemikiran, dan tindakan mereka ketika menghadapi tekanan akademik, kepercayaan diri, konflik interpersonal, jiwa dalam, serta tekanan sosial yang boleh mengganggu fokus dan kehidupan mereka sebagai pelajar di universiti.

1.9.2 Prestasi Akademik

Prestasi akademik pelajar merujuk kepada pencapaian yang diperoleh melalui usaha serta komitmen yang diberikan dalam menguasai ilmu atau kemahiran yang dipelajari. Ia dinilai berdasarkan nilai mata yang terkumpul dari penilaian gred, skor mentah, dan pangkat bagi subjek atau keseluruhan kursus (Hafizah, 2015; Doreen dan Shahlan, 2021). Oleh itu dalam kajian ini, prestasi akademik merujuk kepada elemen yang digunakan untuk ukur keberhasilan atau kegagalan pelajar dalam ujian dan penilaian atau lebih dikenali sebagai *Cumulative Grade Point Average* (CGPA).

1.10 Kesimpulan

Bab ini memperkenalkan isu-isu yang berkaitan dengan topik yang sedang dikaji serta menjelaskan konsep asas pengkajian. Lebih khusus lagi, bab ini merangkumi ringkasan tentang situasi atau keadaan yang memerlukan kajian mengenai hubungan antara faktor jantina dan prestasi akademik terhadap kesihatan mental pelajar semester 7 FPE, UPSI. Selain itu, bab ini menggariskan matlamat kajian yang ingin dicapai, soalan-soalan yang akan dikaji, hipotesis yang

akan diuji, definisi bagi konstruk-konstruk tertentu, dan struktur keseluruhan laporan kajian ini. Pada bab seterusnya, terdapat perbincangan mengenai kajian-kajian yang telah dilakukan sebelum ini serta penerangan terperinci mengenai teori-teori yang membentuk asas rangka kerja pengkajian dan hipotesis pengkajian.