



**UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA**

***TEKANAN, PENYESUAIAN DIRI DAN KERELAAN MENDAPATKAN  
PERKHIDMATAN KAUNSELING DALAM KALANGAN PELAJAR  
PRASISWAZAH UNIVERSITI SWASTA***

**YIEW SOOK PIN**

**FPP 2015 42**



**UPM**  
UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA  
BERILMU BERBAKTI

**TEKANAN, PENYESUAIAN DIRI DAN KERELAAN MENDAPATKAN  
PERKHIDMATAN KAUNSELING DALAM KALANGAN PELAJAR  
PRASISWAZAH UNIVERSITI SWASTA**

Oleh

**YIEW SOOK PIN**

**Tesis ini Dikemukakan Kepada Sekolah Pengajian Siswazah, Universiti Putra  
Malaysia, Sebagai Memenuhi Keperluan untuk Ijazah Master Sains**

**April 2015**

Semua bahan yang terkandung dalam tesis ini, termasuk tanpa had teks, logo, ikon, gambar dan semua karya seni lain, adalah bahan hak cipta Universiti Putra Malaysia kecuali dinyatakan sebaliknya. Penggunaan mana-mana bahan yang terkandung dalam tesis ini dibenarkan untuk tujuan bukan komersil daripada pemegang hak cipta. Penggunaan komersil bahan hanya boleh dibuat dengan kebenaran bertulis terdahulu yang nyata daripada Universiti Putra Malaysia.

Hak cipta © Universiti Putra Malaysia



Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia  
Sebagai memenuhi keperluan untuk ijazah Master Sains

**TEKANAN, PENYESUAIAN DIRI DAN KERELAAN MENDAPATKAN  
PERKHIDMATAN KAUNSELING DALAM KALANGAN PELAJAR  
PRASISWAZAH UNIVERSITI SWASTA**

Oleh

**YIEW SOOK PIN**

**April 2015**

**Pengerusi : Wan Marzuki bin Wan Jaafar, PhD**  
**Fakulti : Pengajian Pendidikan**

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti korelasi antara tekanan dan penyesuaian diri pelajar tahun pertama universiti swasta dengan kerelaan mereka untuk mendapat perkhidmatan kaunseling. Sampel kajian terdiri daripada 385 orang pelajar tahun pertama yang diambil secara persampelan rawak strata daripada empat buah universiti swasta di Lembah Klang. Kajian ini menggunakan reka bentuk kajian korelasi. Alat kajian yang digunakan terdiri daripada *Recent Perceived Stress Questionnaire (Recent PSQ)* untuk mengukur tahap tekanan pelajar, *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* untuk mengukur penyesuaian diri pelajar di universiti, dan *Inventory of Attitudes toward Seeking Mental Health Services (IASMHS)* untuk melihat kerelaan pelajar mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Data yang dikumpul dianalisis dengan menggunakan ujian korelasi *Pearson* dan *Multiple Linear Regression*. Hasil kajian mendapati bahawa terdapat korelasi negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dan tekanan pelajar dengan petunjuk  $r = -.605, p < .05$ . Korelasi antara tekanan dengan kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta juga didapati signifikan secara negatif, dengan petunjuk  $r = -.178, p < .05$ . Selain itu, hasil kajian juga menunjukkan bahawa terdapat korelasi positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan kerelaan pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dengan petunjuk  $r = .192, p < .05$ . Keputusan *Multiple Linear Regression* menunjukkan bahawa tekanan dan penyesuaian diri mempunyai pengaruh yang signifikan kepada kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling,  $R^2 = .043, F(2, 375) = 8.333; p < .05$ .

Secara keseluruhan, hasil kajian menunjukkan tekanan dan masalah penyesuaian diri pelajar merupakan peramal kepada kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Keputusan kajian ini juga didapati telah mencapai tujuan kajian ini. Hasil daripada dapatan kajian ini dapat memberikan gambaran kepada kaunselor dan pendidik IPTS tentang tahap tekanan dan masalah penyesuaian diri pelajar tahun pertama. Selain itu, kajian ini juga memberikan panduan kepada para kaunselor tentang kepentingan perkhidmatan kaunseling kepada para pelajar dan keperluan meneroka cara pelaksanaan perkhidmatan kaunseling yang berkesan. Secara keseluruhannya hasil

dapatan kajian ini memberikan implikasi yang amat berguna dalam profesion kaunseling pada tahap universiti, terutamanya tentang kualiti perkhidmatan yang dibekalkan oleh para kaunselor.



Abstract of thesis presented to the Senate of Universiti Putra Malaysia in fulfilment  
of the requirement for the degree of Master of Science

**STRESS, ADAPTATION AND WILLINGNESS TO SEEK COUNSELLING  
SERVICES AMONG PRIVATE UNIVERSITY UNDERGRADUATE  
STUDENTS**

By

**YIEW SOOK PIN**

**April 2015**

**Chairman : Wan Marzuki Bin Wan Jaafar, PhD**  
**Faculty : Educational Studies**

The purpose of this study is to determine the relationship between stress, adaptation and willingness to seek counselling services among first year private university students. There were total of 385 first year students from four private universities at Klang Valley as research sample through strata sampling. Correlational research design was used in this study. There were three inventories used in this study. Recent Perceived Stress Questionnaire (Recent PSQ) was used to determine the stress level of students; Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) was used to measure the adaptation of students to university and Inventory of Attitudes toward Seeking Mental Health Services (IASMHS) was used to determine students' willingness to seek counselling services. The data was analyzed using the Pearson Product Moment Correlation Coefficient and Multiple Linear Regression. The result showed that there was a significant relationship between stress and adaptation among first year students,  $r = -.605, p < .05$ . Relationship between stress and willingness to seek counselling services was significant too,  $r = -.178, p < .05$ . Besides, result showed that there was significant relationship between adaptation and willingness to seek counselling services,  $r = .192, p < .05$ . Result from Multiple Linear Regression showed that stress and adaptation were significant predictor for willingness to seek counselling services,  $R^2 = .043, F(2, 375) = 8.333; p < .05$ .

Overall, the results showed that stress and adaptation of students are predictors of their willingness to seek counseling services. The study also found to have reached the purpose of this study. The findings of the study provide a picture for the counsellors and educators in university regarding the stress and adaptation level of first year students. It also can guide the counsellors about the importance of counselling services to students and effective implementation of counselling services has to be explored. Overall, the findings from this study give a useful implication in counselling profession at university level especially about the quality of services provided by the counsellors.

## PENGHARGAAN

Setinggi-tinggi kesyukuran ingin saya luahkan ikhlas dari hati kerana telah dapat menjalankan kajian ini dengan berjaya serta dapat menyempurnakan tesis ini setelah usaha sepanjang masa ini dengan bantuan dan sokongan daripada beberapa pihak sepanjang proses ini.

Pertama sekali, saya ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada Dr. Wan Marzuki Wan Jaafar atas bimbingannya dalam sepanjang proses saya menjalankan kajian serta menyiapkan tesis ini. Selain itu, jasa Prof. Dr. Sidek Mohd Noah juga tidak dilupakan. Kedua-dua penyelia tesis saya ini telah memberi banyak cadangan dan teguran untuk kajian saya. Ucapan terima kasih juga ingin disampaikan kepada Prof. Madya Dr. Jamaluddin Ahmad, Dr. Halimatun Halaliah Mokhtar, Dr. Maznah Baba dan Puan Asmah Ismail atas bantuan mereka untuk menjadi pakar kesahan kandungan alat ukur dalam kajian ini.

Ribuan terima kasih ingin saya ucapkan kepada Dekan, Timbalan Dekan, Ketua-ketua Jabatan, pensyarah-pensyarah serta rakan-rakan sekelas dari Universiti Putra Malaysia yang sentiasa memberi semangat dan motivasi sepanjang masa saya menjalankan kajian ini.

Seterusnya, penghargaan ingin disampaikan kepada pihak pengurusan, pegawai-pegawai dan pelajar-pelajar dari University of Management and Technology (kini dinamakan University International of UNITAR), Universiti Tunku Abdul Rahman (UTAR), Universiti Perdana (PU) serta Universiti Perubatan Antarabangsa (IMU) yang banyak membantu dan memberi kerjasama sepanjang proses pengumpulan data untuk kajian ini.

Saya juga ingin menggunakan kesempatan ini untuk mengucapkan terima kasih kepada keluarga saya yang tersayang, iaitu ibu bapa dan adik-beradik yang turut memberi sokongan dan pertimbangan yang sepenuhnya untuk saya. Untuk suami saya, Tan Chung Hiang, yang sentiasa berada di sisi saya dengan memberi sokongan dan bantuan semasa saya menyiapkan tesis ini.

Akhir sekali, penghargaan yang tinggi ingin disampaikan kepada rakan-rakan dan pelajar-pelajar yang memberi bantuan dan sokongan untuk saya menyiapkan tesis ini.

Sekian, terima kasih.

Tesis ini telah dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia dan telah diterima sebagai memenuhi syarat keperluan untuk ijazah Master Sains. Ahli Jawatankuasa Penyelidikan adalah seperti berikut:

**Wan Marzuki Bin Wan Jaafar, PhD.**

Pensyarah Kanan  
Fakulti Pengajian Pendidikan  
Universiti Putra Malaysia  
(Pengerusi)

**Sidek Mohd Noah, PhD.**

Profesor  
Fakulti Pengajian Pendidikan  
Universiti Putra Malaysia  
(Ahli)

**BUJANG BIN KIM HUAT, PhD**

Profesor dan Dekan  
Sekolah Pengajian Siswazah  
Universiti Putra Malaysia

Tarikh:



## Perakuan pelajar siswazah

Saya memperakui bahawa:

- tesis ini adalah hasil kerja saya yang asli;
- setiap petikan, kutipan dan ilustrasi telah dinyatakan sumbernya dengan jelas;
- tesis ini tidak pernah dimajukan sebelum ini, dan tidak dimajukan serentak dengan ini, untuk ijazah lain sama ada di Universiti Putra Malaysia atau di institusi lain;
- hak milik intelek dan hakcipta tesis ini adalah hak milik mutlak Universiti Putra Malaysia, mengikut Kaedah-Kaedah Universiti Putra Malaysia (Penyelidikan) 2012;
- kebenaran bertulis daripada penyelia dan Pejabat Timbalan Naib Canselor (Penyelidikan dan Inovasi) hendaklah diperoleh sebelum tesis ini diterbitkan (dalam bentuk bertulis, cetakan atau elektronik) termasuk buku, jurnal, modul, prosiding, tulisan popular, kertas seminar, manuskrip, poster, laporan, nota kuliah, modul pembelajaran atau material lain seperti yang dinyatakan dalam Kaedah-Kaedah Universiti Putra Malaysia (Penyelidikan) 2012;
- tiada plagiat atau pemalsuan/fabrikasi data dalam tesis ini, dan integriti ilmiah telah dipatuhi mengikut Kaedah-Kaedah Universiti Putra Malaysia (Pengajian Siswazah) 2003 (Semakan 2012-2013) dan Kaedah-Kaedah Universiti Putra Malaysia (Penyelidikan) 2012. Tesis telah diimbaskan dengan perisian pengesanan plagiat.

Tandatangan: \_\_\_\_\_ Tarikh: \_\_\_\_\_

Nama dan No. Matrik: Yiew Sook Pin (GS21641)

## **Perakuan Ahli Jawatankuasa Penyeliaan**

Dengan ini, diperakukan bahawa:

- penyelidikan dan penulisan tesis ini adalah di bawah seliaan kami;
- tanggungjawab penyeliaan sebagaimana yang dinyatakan dalam Kaedah- Kaedah Universiti Putra Malaysia (Pengajian Siswazah) 2003 (Semakan 2012-2013) telah dipatuhi.

Tandatangan:

Nama Pengerusi

Jawatankuasa

Penyeliaan:

\_\_\_\_\_  
**Wan Marzuki Bin Wan Jaafar, PhD.**

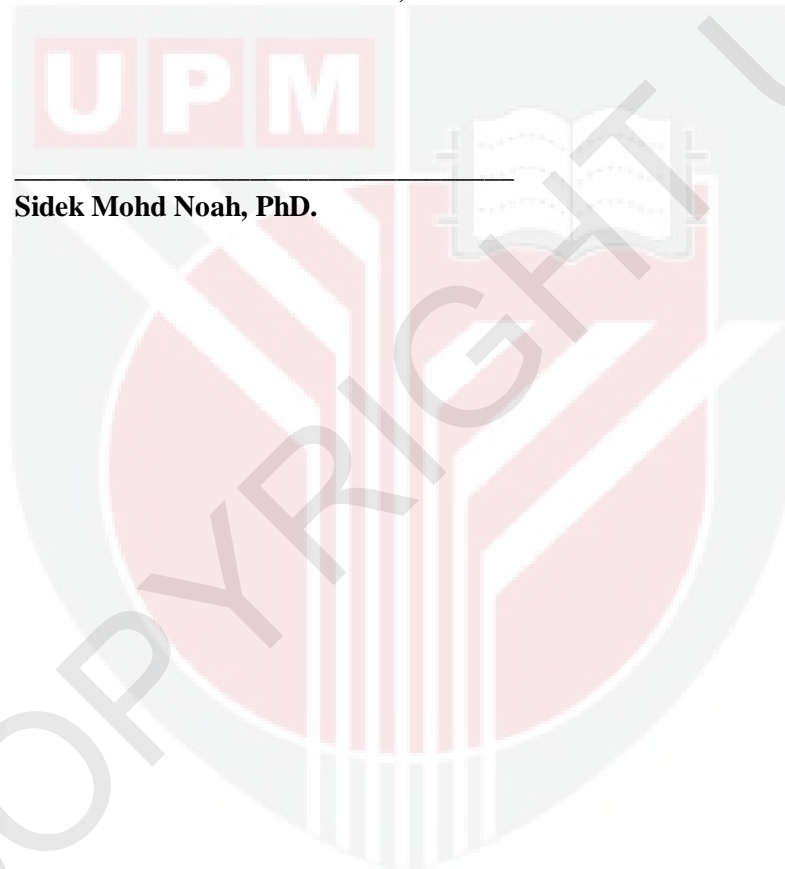
Tandatangan:

Nama Ahli

Jawatankuasa

Penyeliaan:

\_\_\_\_\_  
**Sidek Mohd Noah, PhD.**



## JADUAL KANDUNGAN

	<b>Muka Surat</b>
<b>ABSTRAK</b>	i
<b>ABSTRACT</b>	iii
<b>PENGHARGAAN</b>	iv
<b>PENGESAHAN</b>	v
<b>BORANG PERAKUAN</b>	vii
<b>JADUAL KANDUNGAN</b>	ix
<b>SENARAI JADUAL</b>	xii
<b>SENARAI RAJAH</b>	xv
<b>BAB</b>	
<b>1 PENGENALAN</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Kajian	1
1.2 Pernyataan Masalah	3
1.3 Tujuan Kajian	5
1.4 Persoalan Kajian	6
1.5 Hipotesis Kajian	6
1.6 Signifikan Kajian	6
1.7 Definisi Konsep dan Operasional	7
1.7.1 Tekanan	7
1.7.2 Penyesuaian Diri di Universiti	7
1.7.3 Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	8
1.7.4 Universiti Swasta	8
1.7.5 Pelajar Universiti	8
1.7.6 Pelajar Tahun Pertama	9
1.8 Batasan Kajian	9
1.9 Pertimbangan Etika	9
1.10 Rumusan	10
<b>2 SOROTAN LITERATUR</b>	<b>11</b>
2.1 Tekanan	11
2.2 Penyesuaian Diri	13
2.3 Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	14
2.4 Teori Utama	15
2.4.1 Teori Pembangunan Pelajar oleh Chikering	15
2.4.2 Teori Tekanan dan Penanggulan oleh Lazarus ( <i>Lazarus Theory of Stress and Coping</i> )	19
2.4.3 Model Penyesuaian Diri oleh Baker dan Siryk	21
2.4.4 Teori Tingkah Laku Terencana oleh Icek Ajzen ( <i>Theory of Planned Behaviour - TPB</i> )	24

2.5	Kerangka Teoritikal Kajian	26
2.6	Kajian Berkaitan	30
2.6.1	Kajian Lepas Berkaitan dengan Tekanan	30
2.6.2	Kajian Lepas Berkaitan dengan Penyesuaian Diri	32
2.6.3	Kajian Lepas Berkaitan dengan Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	33
2.6.4	Kajian Lepas Berkaitan dengan Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Tekanan	35
2.6.5	Kajian Lepas Berkaitan dengan Hubungan antara Tekanan dan Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	36
2.6.6	Kajian Lepas Berkaitan dengan Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	37
2.7	Rumusan Kajian Berkaitan	38
2.8	Kerangka Konseptual Kajian	39
2.9	Rumusan	40
<b>3</b>	<b>METODOLOGI</b>	41
3.1	Reka Bentuk Kajian	41
3.2	Populasi dan Persampelan	41
3.3	Saiz Sampel	43
3.3.1	Saiz Sampel untuk Ujian Korelasi	45
3.3.2	Saiz Sampel untuk Ujian Regresi	45
3.4	Alat Kajian	46
3.4.1	<i>Perceived Stress Questionnaire (PSQ)</i>	46
3.4.2	<i>Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)</i>	49
3.4.3	<i>Inventory of Attitudes toward Seeking Mental Health Services (IASMHS)</i>	51
3.5	Kajian Rintis	52
3.6	Kesahan Alat Kajian	53
3.7	Kebolehpercayaan Alat Kajian	55
3.8	Tatacara Pengumpulan dan Penganalisan Kajian	55
3.8.1	Pengumpulan Data	55
3.8.2	Penganalisan Data	56
3.9	Rumusan	57
<b>4</b>	<b>DAPATAN KAJIANDAN PERBINCANGAN</b>	58
4.1	Pemboleh ubah Demografi	58
4.2	Pemboleh ubah Bebas dan Bersandar	62
4.2.1	Tekanan	62
4.2.2	Penyesuaian Diri	63
4.2.3	Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	67

4.3	Andaian Umum Analisis Korelasi dan Regresi	69
4.4	Analisis Kolerasi dan Analisis Regresi untuk Pengujian Hipotesis Kajian	72
4.5	Ringkasan Dapatan Kajian	75
4.6	Perbincangan Berdasarkan Pemboleh ubah	76
4.6.1	Tekanan	76
4.6.2	Penyesuaian Diri	77
4.6.3	Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	79
4.7	Perbincangan Berdasarkan Hipotesis Kajian	79
4.7.1	Hubungan Penyesuaian Diri dan Tekanan Pelajar	79
4.7.2	Hubungan Tekanan dan Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	80
4.7.3	Hubungan Penyesuaian Diri dan Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	80
4.7.4	Pengaruh Tekanan dan Penyesuaian Diri Terhadap Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	81
4.8	Rumusan	81
<b>5</b>	<b>KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN</b>	<b>82</b>
5.1	Kesimpulan	82
5.2	Implikasi Kajian	82
5.2.1	Implikasi Kajian Kepada Teori/Model	83
5.2.2	Implikasi Kajian Kepada Bidang Pengajian Tinggi serta Bidang Kaunseling	83
5.3	Cadangan	84
5.4	Cadangan untuk Kajian Lanjutan	86
5.5	Penutup	86
	<b>RUJUKAN</b>	<b>87</b>
	<b>LAMPIRAN</b>	<b>95</b>
	<b>BIODATA PELAJAR</b>	<b>122</b>

## SENARAI JADUAL

Jadual		Muka Surat
1	Pemadanan antara teori Chickering dan model Baker dan Siryk	24
2	Bilangan kemasukan pelajar ke universiti swasta di seluruh Negara pada tahun 2010 dan 2011	42
3	Senarai universiti swasta terpilih di sekitar Lembah Klang	43
4	Mata sebenar untuk item negatif PSQ	48
5	Bilangan dan nombor item bagi sub skala PSQ	48
6	Item positif dan negatif SACQ	49
7	Mata sebenar untuk item negatif SACQ	49
8	Bilangan dan nombor item bagi dimensi penyesuaian dan sub skala SACQ	50
9	Mata sebenar untuk item negatif IASMHS	52
10	Nombor item bagi sub skala IASMHS	52
11	Senarai pakar penilai kesahan kandungan alat kajian	54
12	Kesahan kandungan alat kajian	54
13	Perbandingan pekali konsistensi dalaman alpha alat kajian berdasarkan sorotan literatur, kajian rintis dan kajian sebenar yang dijalankan	55
14	Penganalisan data berdasarkan hipotesis kajian	57
15	Taburan responden mengikut universiti	59
16	Taburan responden mengikut jantina	59
17	Taburan responden mengikut umur	59
18	Taburan responden mengikut kewarganegaraan	59
19	Taburan responden mengikut keturunan	60

20	Taburan responden mengikut tempat tinggal asal dan tempat tinggal semasa	60
21	Taburan responden mengikut semester pelajaran	60
22	Taburan responden mengikut peringkat pengajian	61
23	Taburan responden mengikut pengalaman menerima perkhidmatan psikologikal	61
24	Taburan responden mengikut masa terakhir menerima perkhidmatan psikologikal	61
25	Ringkasan tahap tekanan responden berdasarkan indeks PSQ	62
26	Tahap tekanan responden berdasarkan indeks PSQ mengikut jantina	62
27	Tahap tekanan responden berdasarkan indeks PSQ mengikut semester pelajaran	63
28	Tahap tekanan responden berdasarkan indeks PSQ mengikut peringkat pengajian	63
29	Ringkasan tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ	64
30	Tahap penyesuaian diri responden sub-sub skala SACQ	65
31	Tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ mengikut jantina	65
32	Tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ mengikut tempat tinggal asal	66
33	Tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ mengikut tempat tinggal semasa	66
34	Tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ mengikut semester pelajaran	66
35	Tahap penyesuaian diri responden berdasarkan skor SACQ mengikut peringkat pengajian	67

36	Ringkasan tahap kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling responden berdasarkan skor IASMHS	67
37	Tahap kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling responden berdasarkan skor IASMHS mengikut jantina	68
38	Tahap kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling responden berdasarkan skor IASMHS mengikut semester pelajaran	68
39	Tahap kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling responden berdasarkan skor IASMHS mengikut peringkat pengajian	68
40	Korelasi matriks antara pemboleh ubah kajian	72
41	Ringkasan model <i>Multiple Linear Regression</i>	73
42	ANOVA kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling, penyesuaian diri dan tekanan	73
43	Pekali piawai beta kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling, penyesuaian diri dan tekanan	74
44	Ringkasan keputusan kajian berdasarkan hipotesis kajian.	76



## SENARAI RAJAH

Rajah		Muka Surat
1	Teori Tingkah Laku Terencana (Azjen, 1991)	25
2	Kerangka Teoritikal Kajian	29
3	Kerangka Konseptual Kajian	39
4	Histogram bagi Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	69
5	Plot <i>Stem-and-leaf</i> bagi Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	70
6	<i>Boxplot</i> bagi Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	71
7	Plot <i>Normal Probability</i> bagi Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling	71
8	Hubungan antara Pemboleh ubah mengikut Kerangka Konseptual Kajian	75

# BAB 1

## Pengenalan

Bab ini memperkenalkan latar belakang kajian, pernyataan masalah, tujuan kajian, persoalan kajian, hipotesis kajian, signifikan kajian, definisi operasional, batasan kajian, had kajian serta pertimbangan etika.

### 1.1 Latar Belakang Kajian

Di Malaysia, institusi pengajian tinggi (IPT) memainkan peranan yang amat penting untuk menjanakan insan yang berpengetahuan dan berkebolehan untuk bersaing di persada antarabangsa. Selain ilmu yang disampaikan, kehidupan di IPT penting untuk membentuk sikap dan pemikiran yang matang bagi seseorang serta membekalkannya dengan kemahiran insaniah yang amat membantu apabila ia menceburi alam pekerjaan nanti. Hal ini demikian kerana dalam dunia pekerjaan sekarang, pekerja berpengetahuan atau *knowledge worker (K-worker)* dan pengurusan berasaskan pengetahuan (*knowledge management*) telah menjadi suatu permintaan yang tertinggi dalam pasaran. *K-worker* bukan lagi pekerja yang bekerja mengikut arahan sahaja, tetapi bekerja dalam satu keadaan yang memerlukan keupayaan menganalisis, menilai, mengenal pasti dan memahami perkembangan terkini, menjanakan perhubungan, memahami sebab dan kesan, berfikir, mencipta dan sebagainya (Wikipedia, 2013). Maka, untuk berjaya dalam sesuatu bidang kerjaya, seseorang itu bukan sahaja perlu menguasai kemahiran teknikal yang diperlukan, tetapi juga perlu menguasai kemahiran insaniah, mengetahui perkembangan terkini serta berkeupayaan untuk berfikir secara kreatif dan kritikal. Oleh itu, peranan IPT kian dalam menjanakan pemimpin dunia kerjaya masa depan yang menuntut kemahiran yang holistik.

Selain itu, daripada data Jabatan Perangkaan (2011), dalam tempoh tahun 1982 hingga tahun 2010, bilangan siswazah yang memasuki pasaran buruh telah meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 1982, bilangan siswazah yang memasuki pasaran buruh hanya lebih kurang 228,100 orang manakala pada tahun 2010, bilangan ini telah meningkat kepada 2.03 juta orang. Ini jelas menunjukkan bahawa dalam perkembangan dunia sekarang penawaran tenaga buruh yang lebih berkualiti semakin kritikal. Ijazah telah menjadi satu syarat yang penting bagi pencari pekerjaan untuk melayakkannya memperoleh sesuatu kerjaya yang dapat menjamin kehidupan yang lebih berkualiti.

Pada asasnya, IPT di Malaysia dapat dikategorikan kepada institusi pengajian tinggi awam (IPTA) dan institusi pengajian tinggi swasta (IPTS). Mengikut sumber data Jabatan Pengajian Tinggi (JPT, 2011), terdapat 20 IPTA di Malaysia pada tahun 2011. Manakala bilangan IPTS jauh lebih banyak daripada bilangan IPTA, iaitu sebanyak 460 buah pada tahun 2011 (kemaskini pada 29 September 2011). Selain itu, bilangan IPTS yang berstatus universiti telah meningkat dari 11 buah pada tahun 2002 kepada 25 buah pada tahun 2011. Ternyata IPTS telah menjadi satu pilihan utama untuk generasi sekarang melanjutkan pelajaran mereka pada peringkat tinggi. Penubuhan IPTS yang semakin banyak juga merupakan usaha sektor swasta dalam usaha memenuhi keperluan pasaran. Dengan adanya usaha pihak swasta ini, tidak dapat dinafikan bahawa peluang melanjutkan pelajaran di menara gading sekarang

menjadi tinggi berbanding dengan abad yang lepas. Di samping itu, pihak kerajaan juga telah melakukan usaha dalam pengawalan kualiti pendidikan yang dibekalkan oleh IPTS dengan adanya Akta Institusi Pendidikan Tinggi Swasta 1996 (Akta 555) serta Akta Lembaga Akreditasi Negara 1996 (Akta 556) (KPT, 2010).

See dan Ng (2010) juga turut menunjukkan bahawa IPTS di Malaysia yang tumbuh secara pesat sejak kebelakangan ini telah berjaya menarik semakin banyak pelajar antarabangsa. Pelajar ini menjadikan institusi pengajian tinggi Malaysia sebagai satu pilihan alternatif untuk menyambungkan pelajaran tinggi kerana yuran pelajaran IPT di Malaysia yang lebih murah berbanding dengan yang ada di negara Barat. Dengan ini, persekitaran sosial IPTS sekarang adalah sangat berbeza. Pelajar yang baharu memasuki IPTS bukan sahaja perlu menyesuaikan diri dengan persekitaran dan cara pengajaran dan pembelajaran yang baharu, tetapi juga perlu berdepan dengan perbezaan budaya yang wujud dalam kalangan pelajar seuniversiti.

Memandangkan begitu banyak cabaran yang perlu dihadapi oleh pelajar universiti, ramai penyelidik telah membuat kajian tentang keadaan psikologi pelajar universiti sama ada dari segi positif (kesejahteraan psikologi) ataupun negatif (tekanan, kemurungan dan sebagainya). Salah satu isu yang selalu menjadi fokus para penyelidik ialah tekanan. Aspek berkaitan dengan tekanan yang selalu dikaji oleh penyelidik sama ada di negara barat ataupun negara timur, termasuklah akademik (Habibah, Wong dan Maria, 2011; Misra dan Castillo, 2004; Akgun dan Ciarrochi, 2003), budaya (Thomson, Rosenthal dan Russell, 2006), sosial (Lee, Keough dan Sexton, 2002) serta keluarga (Castillo et al., 2008).

Sejak abad yang lepas, ramai penyelidik yang telah membuat kajian tentang tekanan yang dihadapi oleh pelajar kolej atau universiti serta hubungannya dengan beberapa faktor yang penting. Antara kajian yang dimaksudkan termasuklah hubungan antara tekanan dengan pembudayaan (*acculturation*) (Nilsson, Butler, Shouse, dan Joshi, 2008), tekanan dengan penyesuaian diri (Jarama, Belgrave dan Zea, 1996), tekanan dengan persepsi diri (Goldman dan Wong, 1997) serta tekanan dengan efikasi swadiri akademik (Zajacova, Lynch dan Espenshade, 2005). Kajian tentang punca tekanan pelajar universiti turut menjadi fokus. Kajian lepas membuktikan bahawa antara punca tekanan yang dideritai oleh pelajar yang ketara termasuklah pertukaran tabiat tidur (*changing in sleeping habits*), cuti semester (*vacations / breaks*), pertukaran tabiat makan (*change in eating habits*), beban kerja yang bertambah (*increased work load*), dan tanggungjawab baharu (*new responsibilities*) (Ross, Nielbling dan Hockett, 1999). Punca tekanan pelajar ini sangat berkaitan dengan cara hidup pelajar pada zaman ini.

Salah satu isu yang menyumbang masalah tekanan ialah masalah menyesuaikan diri di universiti. Kajian tentang penyesuaian diri pelajar tahun pertama juga turut dikaji sama ada di negara barat ataupun negara timur. Kajian Wang, Chen, Zhao dan Xu (2006) menunjukkan penyesuaian diri pelajar tahun pertama di universiti dipengaruhi oleh latar belakang pelajar. Selain itu, mereka turut mendapati bahawa strategi menanggapi (*coping strategy*) dan sokongan sosial memainkan peranan penting dalam penyesuaian tingkah laku pelajar. Smith (2006) pula membuat kajian tentang pengaruh corak keibubapaan kepada penyesuaian diri pelajar tahun pertama di universiti.

Sebagaimana yang disarankan oleh Tinto (1996), terdapat tujuh punca pelajar menarik diri daripada kolej atau universiti. Punca tersebut ialah masalah akademik, masalah penyesuaian diri, matlamat yang tidak jelas, komitmen yang rendah, masalah kewangan, ketidakserasian antara pelajar dengan institusi serta pengasingan. Mariah, Habibah, Rahil dan Jegak (2009) mendapati bahawa pelajar universiti yang mengalami masalah penyesuaian diri mempunyai kecenderungan gagal untuk meneruskan pengajian mereka di universiti.

Dari segi perkhidmatan kaunseling pula, kualitinya meningkat dari semasa ke semasa. Sejak kebelakangan ini, perkhidmatan kaunseling sangat diberi perhatian di Malaysia. Pada tahun 1960-an, perkhidmatan kaunseling hanya disediakan dalam bentuk bimbingan di sekolah (See dan Ng, 2010), tetapi pada masa ini perkhidmatan kaunseling di Malaysia telah diperluas ke tempat lain seperti hospital, penjara, pusat pemulihan dadah, universiti, bahagian kebajikan serta sektor swasta seperti syarikat swasta dan institusi pengajian swasta serta perbadanan bukan kerajaan yang lain. Suradi dan Rafidah (2005) menunjukkan bahawa kaunseling di sektor swasta bertumbuh dengan pesat sejak 1980-an memandangkan sumbangannya yang besar dalam usaha meningkatkan potensi dan produktiviti manusia.

Glamcevski (2008) juga turut mengemukakan suatu kronologi perkembangan perkhidmatan kaunseling di Malaysia. Didapati bahawa perkhidmatan kaunseling di Malaysia agak mantap di sektor pendidikan sama ada di sekolah atau di universiti. Walau bagaimanapun, Suradi (2009) mendapati bahawa penggunaan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar universiti di Malaysia masih di bawah jangkaan walaupun keperluannya adalah tinggi. Suradi (2010) juga menunjukkan bahawa walaupun kebanyakan pelajar di kolej dan di universiti di Malaysia pernah didedahkan kepada perkhidmatan bimbingan dan kaunseling semasa di sekolah menengah, kebimbangan untuk mendapatkan pertolongan psikologikal masih berterusan.

Memandangkan betapa pentingnya peranan perkhidmatan kaunseling, terdapat beberapa kajian yang memberikan gambaran tentang kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar universiti dengan faktor yang mempengaruhi kerelaan pelajar (Lee, Wong dan Poth, 2013; Nam, Chu, Lee, Lee, Kim dan Lee, 2010; Cairns, Massfeller dan Deeth, 2010; Leech, 2007; Mackenzie, Gekoski dan Knox, 2006; Setiawan, 2006; Constantine, Wilton dan Caldwell, 2003).

## **1.2 Pernyataan Masalah**

Walaupun kehidupan di universiti menyeronokkan serta boleh mendatangkan pengalaman yang tidak ternilai, banyak kajian telah membuktikan bahawa pelajar universiti mengalami tekanan (Pierceall and Keim, 2007; Brougham, Zail, Mendoza dan Miller, 2009), terutamanya dalam kalangan pelajar tahun pertama (D'Zurilla dan Sheedy, 1991). Tekanan yang dialami oleh pelajar ini kebanyakannya disebabkan oleh masalah penyesuaian diri (Jarama, Belgrave dan Zea, 1996), ketidakstabilan matlamat dan kekurangan sokongan sosial (Robbins, Lese dan Herrick, 1993) dan masalah rindu akan rumah (*homesickness*) (Smith, 2007).

Selain tekanan yang dihadapi, suatu isu yang hangat bagi pelajar universiti ialah isu penyesuaian diri di dalam universiti (Al-Qaisy, 2010; Munro dan Pooley, 2009;

Gerdes dan Mallinckrodt, 1994). Kajian yang telah dijalankan oleh Mariah, Habibah, Rahil dan Jegak (2009) dalam kalangan pelajar tahun pertama di universiti di Malaysia yang berdasarkan model penyesuaian diri Baker dan Siryk (1984) telah menunjukkan bahawa penyesuaian diri keseluruhan pelajar adalah berada pada tahap sederhana sahaja. Selain itu, penyelidik tersebut mendapati bahawa penyesuaian diri adalah penting bagi pelajar tahun pertama universiti untuk berjaya di universiti (Mariah, Habibah, Rahil dan Jegak, 2009).

Dalam satu kajian untuk memahami sikap mendapatkan pertolongan psikologikal dalam kalangan pelajar universiti awam di Malaysia, Suradi (2010) telah menunjukkan bahawa hanya 9.3% pelajar yang menunjukkan sikap positif terhadap penggunaan pertolongan psikologikal manakala 49.1% pelajar menunjukkan sikap negatif terhadap pertolongan psikologikal ini. Ini menunjukkan satu fenomena yang ketara, yakni pelajar institusi pengajian tinggi lebih cenderung mendapatkan pertolongan daripada sumber lain seperti keluarga, kawan, serta pihak sosial yang lain berbanding dengan pertolongan profesional (Setiawan, 2006).

Walaupun kajian lepas di atas ini memberikan gambaran bagi keadaan tekanan, penyesuaian diri serta kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar universiti tahun pertama sama ada di luar atau dalam negara, namun hubungan antara pemboleh ubah ini perlu dilihat untuk dijadikan sebagai garis panduan kepada para pendidik serta kaunselor universiti.

Terdapat beberapa kajian lepas yang mengkaji hubungan antara penyesuaian diri dan tekanan (Clinciu, 2013; Salami, 2011; Sim dan Ng, 2007; Jarama, Belgravedan dan Zea, 1996). Sim dan Ng (2007) mendapati bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan dengan penyesuaian diri dalam kalangan pelajar Malaysia yang melanjutkan pelajaran di Singapura. Walaupun hasil kajian ini menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara tekanan dengan penyesuaian diri, namun faktor perapatan dengan ibu bapa merupakan pengaruh yang penting dalam kajian ini. Selain itu, populasi yang dikaji ialah pelajar yang melanjutkan pelajaran di luar negara. Jadi, kajian untuk meneliti hubungan antara penyesuaian diri dan tekanan secara lebih fokus dan sesuai dalam konteks Malaysia perlu dilakukan.

Dari segi hubungan antara tekanan dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling, didapati bahawa beberapa kajian telah dijalankan di luar negara (Nam dan Lee, 2015; Lee, Wong dan Poth, 2013; Constantine, Wilton dan Caldwell, 2003). Walaupun hasil kajian tersebut mendapati bahawa terdapat hubungan antara tekanan dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling, namun keputusan tersebut tidak begitu selaras. Kajian Li, Wong dan Poth (2013) mendapati bahawa hubungan tekanan dan kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling adalah secara songsang manakala kajian Nam dan Lee (2015), serta kajian Constantine, Wilton dan Caldwell (2003) menunjukkan hubungan yang positif antara tekanan dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Maka, adalah penting untuk mengkaji hubungan tekanan dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling di dalam konteks Malaysia demi memberikan makna yang bernilai kepada para kaunselor.

Selain itu, hasil daripada kajian lepas tentang hubungan antara penyesuaian diri dengan sikap untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling (Ajayi-Nabors, 2011;

Baysden, 2002) mendapati bahawa pelajar yang dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik di universiti menunjukkan sikap yang lebih positif untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Kedua-dua kajian tersebut memberikan gambaran dan panduan yang jelas tentang hubungan antara penyesuaian diri dengan kerelaan seseorang pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Walau bagaimanapun, kajian tersebut hanya dijalankan dalam kalangan pelajar antarabangsa (Baysden, 2002) serta pelajar India dan Amerika Syarikat (Ajayi-Nabors, 2011). Maka, kajian ini perlu dijalankan untuk mengkaji hubungan penyesuaian diri dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling supaya maklumat yang diperoleh dapat memberikan pencerahan yang lebih mendalam tentang keadaan di Malaysia.

Dengan berdasarkan senario yang dinyatakan di atas ini, didapati bahawa kajian lepas telah dijalankan untuk menyelidik hubungan antara penyesuaian diri dengan tekanan, hubungan antara tekanan dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling, serta hubungan antara penyesuaian diri dengan kerelaan untuk mendapatkan kaunseling. Setakat ini, belum terdapat kajian yang menggabungkan hubungan pemboleh ubah tersebut. Maka, terdapat keperluan untuk mengkaji hubungan antara ketiga-tiga pemboleh ubah, iaitu hubungan antara tekanan, penyesuaian diri dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling sebagai usaha melihat sejauh mana tekanan dan penyesuaian diri mempengaruhi kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta di Malaysia.

Maka, kajian ini penting untuk mengkaji sama ada tekanan dan penyesuaian diri merupakan peramal kepada kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama di universiti swasta. Ini adalah sangat penting untuk menampung kekurangan hasil kajian emperikal untuk memberikan implikasi kepada kaunselor semasa mempertimbangkan keperluan pelajar tahun pertama serta perkhidmatan kaunseling yang diberikan.

### **1.3 Tujuan Kajian**

Kajian ini secara umumnya adalah untuk mengetahui hubungan antara tekanan dan penyesuaian diri pelajar-pelajar tahun pertama universiti swasta dengan kerelaan mereka untuk mendapat perkhidmatan kaunseling.

Secara khususnya, tujuan kajian ini adalah untuk:

- i. Mengenal pasti hubungan antara penyesuaian diri dengan tekanan dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta;
- ii. Mengenal pasti hubungan antara tekanan dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta;
- iii. Mengenal pasti hubungan antara penyesuaian diri di universiti dengan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta; dan
- iv. Mengenal pasti pengaruh tekanan dan penyesuaian diri pelajar tahun pertama universiti swasta terhadap kerelaan untuk mereka mendapatkan perkhidmatan kaunseling.

## **1.4 Persoalan Kajian**

Secara khususnya, kajian ini adalah bertujuan untuk menjawab soalan-soalan kajian berikut:

- i. Adakah terdapat hubungan antara penyesuaian diri dan tekanan dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta?;
- ii. Adakah terdapat hubungan antara tekanan dan kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta?;
- iii. Adakah terdapat hubungan antara penyesuaian diri dan kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta?; dan
- iv. Apakah pengaruh tekanan dan penyesuaian diri pelajar tahun pertama universiti swasta terhadap kerelaan mereka untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling?

## **1.5 Hipotesis Kajian**

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hipotesis berikut:

- H1. Terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan tekanan dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta;
- H2. Terdapat hubungan yang signifikan antara tekanan dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta;
- H3. Terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dan kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajartahun pertama universiti swasta; dan
- H4. Terdapat pengaruh yang signifikan antara tekanan dan penyesuaian diri terhadap kerelaan mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama universiti swasta.

## **1.6 Signifikan Kajian**

Di Malaysia, beberapa kajian telah dijalankan dalam kalangan pelajar universiti tentang tekanan (Habibah, Wong dan Maria, 2011; Redhwan, Sami, Karim, Chan dan Zaleha, 2009), penyesuaian diri (Mariah, Habibah, Rahil dan Jegak, 2009) serta kerelaan untuk meminta pertolongan psikologikal (Suradi, 2010). Kekurangan kajian dalam menghubungkan masalah tekanan serta penyesuaian diri dengan kerelaan untuk mendapatkan pertolongan kaunseling dijangka membuatkan kajian ini signifikan.

Selain itu, kajian ini juga penting dalam memberikan kesedaran kepada para kaunselor, terutamanya kaunselor universiti tentang hubungan antara penyesuaian diri dan tekanan pelajar, serta sejauh mana faktor ini memberikan pengaruh kepada kerelaan pelajar untuk meminta perkhidmatan kaunseling. Pemahaman tentang keadaan tekanan dan penyesuaian diri pelajar universiti juga boleh membantu pihak kaunselor universiti untuk membangunkan satu piagam pelanggan yang berkesan serta membekalkan perkhidmatan yang lebih baik untuk memenuhi keperluan pelajar ini. Dari segi perkhidmatan kaunseling, kajian ini dijangka boleh membantu kaunselor IPTS (atau IPTA dan institusi lain) untuk memahami punca masalah

pelajar serta meninjau tahap kerelaan pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dan sebabnya. Seterusnya, kajian ini dijangka boleh dimanfaatkan oleh kaunselor dalam usaha meningkat kualiti perkhidmatan kaunseling.

Maklumat yang dihasilkan dalam kajian ini juga penting untuk dijadikan panduan kepada pihak universiti untuk merancang program intervensi kepada pelajar yang mengalami tekanan serta isu penyesuaian diri, terutamanya dalam kalangan pelajar tahun pertama demi mengurangkan kadar keciciran.

## **1.7 Definisi Konsep dan Operasional**

### **1.7.1 Tekanan**

Tekanan merupakan hubungan antara seseorang individu dengan persekitaran, dan dinilai oleh individu itu sebagai berat atau melampaui keupayaannya serta membahayakan kesejahteraannya (Lazarus dan Folkman, 1984). Dalam kajian ini, tekanan merujuk kepada cara para pelajar menilai kehidupannya yang tertekan di universiti. Ini akan dilihat dari empat perspektif, iaitu kebimbangan, ketegangan fikiran, kekurangan kegembiraan dan permintaan (Fliege, Rose, Arck, Walter, Kocalevent, Weber, dan Klapp, 2005).

Mengikut Fliege et al. (2005), kebimbangan (*worries*) memberikan gambaran tentang kebimbangan dan kegelisahan seseorang terhadap masa depan serta perasaan yang berkaitan dengan putus asa dan kecewa, manakala ketegangan fikiran (*tension*) pula menunjukkan ketegangan sebagai akibat kebimbangan, kepenatan dan kekurangan ketenangan. Selain itu, kekurangan kegembiraan (*lack of joy*) merujuk kepada kekurangan ketenangan, keseronokan dan tenaga positif. Permintaan (*demands*) pula merujuk kepada permintaan persekitaran yang melibatkan kekurangan masa, tekanan dari luar dan beban yang berlebihan.

Dalam kajian ini, tekanan merujuk kepada maklum balas yang diberikan oleh pelajar tahun pertama universiti swasta dengan berdasarkan *Perceived Stress Questionnaire* (PSQ) oleh Levenstein, Prantera, Varvo, Scribano, Berto, Luzi, dan Andreoli (1993).

### **1.7.2 Penyesuaian Diri di Universiti**

Penyesuaian diri di universiti merujuk kepada cara seseorang pelajar menyesuaikan diri dalam kehidupannya di universiti. Ini akan ditinjau dari segi penyesuaian akademik, penyesuaian sosial, penyesuaian personal-emosi dan komitmen matlamat / perhubungan dengan institusi (Baker dan Sirk, 1999).

Penyesuaian akademik merujuk kepada pelbagai aspek permintaan pendidikan yang mencakupi pengalaman di universiti. Penyesuaian sosial pula merujuk kepada pelbagai aspek penyesuaian pelajar yang berkaitan permintaan interpersonal dan sosial dalam pengalamannya. Penyesuaian personal-emosi menentukan cara pelajar merasai sesuatu pengalaman secara psikologikal dan fizikal, iaitu adakah mereka mengalami kemurungan psikologikal dan masalah somatiknya. Akhirnya, komitmen matlamat / perhubungan dengan institusi, iaitu aspek yang berkaitan dengan perasaan pelajar apabila berada di universiti secara umumnya serta kualiti hubungan antara pelajar dengan universiti yang berkaitan (Baker dan Sirk, 1999).



Dalam kajian ini, penyesuaian diri merujuk kepada maklum balas yang diberikan oleh pelajar tahun pertama universiti swasta dengan berdasarkan *Student Adaptation to College Questionnaire* (SACQ) yang dibangunkan oleh Baker dan Siryk (1999).

### **1.7.3 Kerelaan Mendapatkan Perkhidmatan Kaunseling**

Kajian ini mengkaji kerelaan pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling melalui aspek keterbukaan psikologikal, kecenderungan mendapatkan bantuan dan pengabaian stigma mereka seperti yang disarankan oleh Mackenzie, Knox, Gekoski dan Macaulay (2004).

Aspek keterbukaan psikologikal merujuk kepada sikap keterbukaan seseorang individu untuk menerima sesuatu masalah psikologikal serta kemungkinan mendapatkan pertolongan psikologikal bagi masalah tersebut. Aspek kecenderungan meminta bantuan pula merujuk kepada sejauh mana individu mempercayai bahawa mereka rela dan boleh menerima pertolongan psikologikal profesional. Akhirnya, pengabaian stigma pula merujuk kepada sejauh mana individu itu mengambil perhatian berat tentang fikiran orang yang signifikan jika individu itu mendapatkan pertolongan psikologikal profesional untuk menangani masalah psikologikalnya.

Kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kajian ini merujuk kepada maklum balas yang diberikan oleh pelajar tahun pertama universiti swasta berdasarkan *Inventory of Attitudes toward Seeking Mental Health Services* (IASMHS) oleh Mackenzie, Knox, Gekoski dan Macaulay (2004).

### **1.7.4 Universiti Swasta**

Universiti merujuk kepada institusi atau pusat pengajian tinggi yang memberikan ilmu dalam pelbagai bidang, menjalankan penyelidikan ilmiah, dan menganugerahkan pelbagai peringkat ijazah (Kamus Dewan, 2005).

Universiti swasta dalam kajian ini merujuk kepada Institusi Pengajian Tinggi Swasta (IPTS) yang bertaraf universiti di Malaysia. Terdapat 25 buah universiti swasta di Malaysia dan antaranya terdapat 19 buah yang terletak di Lembah Klang (KPT, 2011).

### **1.7.5 Pelajar Universiti**

Mengikut Kamus Dewan (2005), pelajar ialah orang yang belajar (seperti murid sekolah, penuntut di maktab, dan sebagainya) atau orang yang mengaji (menyelidiki ilmu).

Pelajar universiti dalam kajian ini merujuk kepada pelajar prasiswazah yang mengikuti program pengajian bersemuka (*face-to-face study*) di empat universiti swasta di sekitar Lembah Klang, iaitu Universiti Perubatan Antarabangsa (IMU), University of Management and Technology (UMTECH), Universiti Tunku Abdul Rahman (UTAR), dan Perdana University (PU). Peringkat pelajaran pelajar prasiswazah dalam kajian ini termasuklah peringkat pengajian asas (*foundation*), diploma, serta sarjana muda.

### **1.7.6 Pelajar Tahun Pertama**

Pelajar tahun pertama dalam kajian ini merujuk kepada pelajar prasiswazah yang sedang menuntut dalam semester pertama, kedua atau ketiga di universiti swasta. Mengikut kalendar akademik kebanyakan IPTS, terdapat tiga semester dalam setahun iaitu dua semester panjang (*long semester*) yang mengandungi 14 minggu akademik dan satu semester pendek (*short semester*) yang mengandungi 7 minggu akademik.

Pelajar tahun pertama dalam kajian ini ialah pelajar tahun pertama daripada Universiti Perubatan Antarabangsa (IMU), University of Management and Technology (UMTECH), Universiti Tunku Abdul Rahman (UTAR) dan Perdana University (PU).

### **1.8 Batasan Kajian**

Dalam proses pengumpulan data, hanya tekanan, penyesuaian diri serta kerelaan pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling akan diambil. Data yang diperoleh adalah untuk mengkaji hubungan antara ketiga-tiga pemboleh ubah tersebut. Selain itu, dalam proses penganalisan data, pengalaman mendapatkan pertolongan psikologikal responden tidak akan diambil kira dalam hubungan antara pemboleh ubah kajian ini. Cara pengumpulan data yang digunakan dalam kajian ini adalah dengan pengedaran borang soal selidik. Oleh sebab kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, penganalisan data hanya berpandukan maklumat yang diperoleh daripada respon pelajar melalui alat kajian yang dipilih untuk mengukur tahap tekanan, penyesuaian diri serta kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Ini akan mengehendkan respon pelajar yang lebih tepat terhadap tahap tekanan, penyesuaian diri dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Maka, pandangan yang lebih spesifik daripada responden akan menjadi terhad. Walau bagaimanapun, pengaruh had kajian ini dikurangkan dengan mendapatkan bilangan sampel yang lebih banyak.

Kajian ini hanya dibataskan untuk mengkaji pelajar tahun pertama yang melanjutkan pelajaran di universiti swasta di sekitar Lembah Klang. Lembah Klang dipilih kerana 19 daripada 25 buah universiti swasta Malaysia terletak di Lembah Klang (KPT, 2011). Mengikut maklumat, Lembah Klang merujuk kepada kawasan sekitar Sungai Klang dan antara bandar utama yang terletak dalam kawasan ini termasuk Kuala Lumpur, Shah Alam, Petaling Jaya, Subang Jaya, Puchong, Klang, Pelabuhan Klang, Ampang, Gombak, Selayang, dan Cheras (Wikipedia, 2012).

### **1.9 Pertimbangan Etika**

Terdapat beberapa isu etika yang diambil kira dalam kajian ini. Pertama sekali ialah isu identiti responden. Maklumat yang sensitif seperti nama dan nombor pengenalan responden tidak diperlukan dalam borang soal selidik. Dengan ini, identiti responden dapat dilindungi. Selain itu, satu perjanjian bahawa data yang diperoleh adalah untuk tujuan kajian sahaja telah ditunjukkan kepada para responden. Dalam proses mengumpulkan data, penyelidik telah mendapatkan juga persetujuan bermaklum (*informed consent*) daripada responden untuk menyertai kajian ini secara sukarela sebelum menjawab soal selidik. Persetujuan daripada pihak pengurusan universiti

yang terpilih dalam kajian ini juga menjadi keutamaan sebelum pengumpulan data dapat dijalankan. Pengumpulan data tidak akan dijalankan di universiti yang tidak memberikan persetujuan atau tidak memberikan respon kepada permintaan penyelidik.

### **1.10 Rumusan**

Bab ini bermula dengan penghuraian latar belakang kajian yang berfokus kepada keadaan pelajar universiti dari segi tekanan, penyesuaian diri serta kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Perkembangan perkhidmatan kaunseling di dalam negara juga dibincangkan untuk memberikan gambaran keadaan terkini dalam bidang kaunseling, terutamanya pada peringkat institusi pengajian tinggi.

Seterusnya, pernyataan masalah kajian telah dibincang. Didapati bahawa wujud keperluan untuk mengkaji kerelaan pelajar universiti untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam konteks Malaysia serta sejauh mana tekanan dan penyesuaian diri mempengaruhi kerelaan pelajar untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling. Justeru, kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara tekanan, penyesuaian diri dan kerelaan untuk mendapatkan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan pelajar tahun pertama di universiti swasta.

Hasil kajian ini dapat memberikan maklumat kepada pihak universiti dalam usaha merancang program yang bermanfaat kepada para pelajar tahun pertama. Kajian ini juga penting untuk memberikan panduan kepada para kaunselor untuk membekalkan perkhidmatan kaunseling yang lebih berkualiti.

## RUJUKAN

- Ajayi-Nabors, M. (2011). *Students of Indian heritage and United States citizen students' adaptation of college, opinions about mental illness and attitudes toward seeking professional counseling help*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses Global. (Order No. 3455068).
- Ajzen, I. (1985). From intentions to actions: A theory of planned behavior. In J. Kuhi & J. Beckmann (Eds.), *Action-control: From Cognition to Behavior* (pp. 11-39). Heidelberg: Springer.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.
- Al-Qaisy, L. M. (2010). Adjustment of college freshmen: the importance of gender and the place of residence. *International Journal of Psychological Studies*, 2(1), 142-150.
- Akgun, S. & Ciarrochi, J. (2003). Learned resourcefulness moderates the relationship between academic stress and academic performance. *Educational Psychology*, 23(3), 287-294.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31, 179-189.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1986). Exploratory intervention with a scale measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 33(1), 31-38.
- Baker, R. W., & Siryk, B. (1999). *SACQ: Student Adaptation to College Questionnaire Manual* (2<sup>nd</sup> Ed.). Los Angeles: Western Psychological Services.
- Baysden, M. F. (2002). *International and United States citizen student adaptation to college, opinions about mental illness, and attitudes toward seeking professional counseling help*. (Doctoral dissertation). Retrieved from ProQuest Dissertations & Theses Global. (Order No. 3080509).
- Blonna, R. (2007). *Coping With Stress in a Changing World* (4<sup>th</sup> Ed.). New York: McGraw-Hill.

- Brougham, R. R., Zail, C. M., Mendoza, C. M. & Miller, J. R. (2009). Stress, sex differences, and coping strategies among college students. *Current Psychology*, 28(2), 85-97.
- Cairns, S. L., Massfeller, H. F. & Deeth, S. C. (2010). Why do postsecondary students seek counselling? *Canadian Journal of Counselling*, 44(1), 34-50.
- Castillo, L. G., Cano, M. A., Chen, S. W., Blucker, R. T. & Olds, T. S. (2008). Family conflict and intragroup marginalization as predictors of acculturative stress in Latino college students. *International Journal of Stress Management*, 15(1), 43-52.
- Chickering, A. W. & Reisser, L. (1993). *Education and Identity*. (2<sup>nd</sup> Ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Cliniciu, A. I. (2013). Adaptation and stress for the first year university students. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 78, 718-722.
- Coakes, S. J. (2005). *SPSS: Analysis without Anguish: Version 12.0 for Windows*. Milton: John Wiley & Sons Australia Ltd.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Buletin*, 112(1), 155-159.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. (2000). *Research Methods in Education*. (5<sup>th</sup> Ed.). London: RoutledgeFalmer.
- Cohen, R. J. (1994). *Psychology and Adjustment: Values, Cultures, and Change*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Cohen, S., Janicki-Deverts, D. & Miller, G. E. (2007). Psychological stress and disease. *The Journal of the American Medical Association*, 298(14), 1685-1687.
- Constantine, M. G., Wilton, L. & Caldwell, L. D. (2003). The role of social support in moderating the relationship between psychological distress and willingness to seek psychological help among black and Latino college students. *Journal of College Counseling*, 6, 155-165.
- D'Zurilla, T. J. & Sheedy, C. F. (1991). Relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(5), 841-846.
- Edward, D., Burnard, P., Bennet, K. & Hebden, U. (2009). A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse Education Today*, 30, 78-84.

- Fischer, E. H. & Turner, J. L. (1970). Orientations to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35*, 79-90.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fliege, H., Rose, M., Arck, P., Walter, O.B., Kocalevent, R., Weber, C. & Klapp, B. F. (2005). The Perceived Stress Questionnaire (PSQ) reconsidered: validation and reference values from different clinical and healthy adult samples. *Psychosomatic Medicine, 67*, 78-88.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology, 48*, 571-579.
- Folkman, S. & Lazarus, R.S. (1988). *Manual for the Ways of Coping Questionnaire*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Gadzella, B. M. & Baloglu, M. (2001). Confirmatory factor analysis and internal consistency of the Student-life Stress Inventory. *Journal of Instructional Psychology, 28*(2), 84-94.
- Gay, L. R., & Airasian, P. (2000). *Educational Research: Competencies for Analysis and Application* (6<sup>th</sup> ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Gerdes, H. & Mallinckrodt, B. (1994). Emotional, social, and academic adjustment of college students: a longitudinal study of retention. *Journal of Counseling & Development, 72*, 281-288.
- Glamcevski, M. (2008). The Malaysian counselling profession, history and brief discussion of the future. *Special Issue: Counselling in the Asia Pacific Rim: A Coming Together of Neighbours. Counselling, Psychotherapy, and Health, 4*(1), 1-18.
- Goffman, E. (1963). *Stigma: Notes on the Management of Spoiled Identity*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Goldman, C. S. & Wong, E. H. (1997). Stress and the college student. *Education, 117*(4), 604-610.
- Gravetter, F. J. & Wallnau, L. B. (2008). *Essentials of Statistics for the Behavioral Sciences* (6<sup>th</sup> Ed.). Belmont, CA: Wadsworth.

- Habibah Elias, Wong Siew Ping & Maria Chong Abdullah (2011). Stress and academic achievement among undergraduate students in Universiti Putra Malaysia. *Social and Behavioral Science*, 29, 646-655.
- Hale, J. L.; Householder, B. J. & Greene, K. L. (2003). The Theory of Reasoned Action. In J.P. Dillard & M. Pfau (Eds.), *The Persuasion Handbook: Developments in Theory and Practice* (pp. 259–286). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hamaideh, S. H. (2010). Gender differences in stressors and reactions to stressors among Jordanian university students. *International Journal of Social Psychiatry*, published online at 8 September 2010.
- Hicks, T. & Miller, E. (2006). College life styles, life stressors and health status: differences along gender lines. *Journal of College Admission*, 192(1), 22-29.
- Hinson, J. A. & Swanson, J.L. (1993). Willingness to seek help as a function of self-disclosure and problem severity. *Journal of Counseling & Development*, 71, 465-470.
- Jabatan Perangkaan (2011). Perangkaan tenaga buruh siswazah Malaysia 2011. Retrived 25 July 2012 from [http://www.statistics.gov.my/portal/download\\_Labour/files/BPTMS/PERANGKAAAN\\_%20SISWAZAH\\_2011.pdf](http://www.statistics.gov.my/portal/download_Labour/files/BPTMS/PERANGKAAAN_%20SISWAZAH_2011.pdf)
- Jarama, A. S. L., Belgrave, F. Z., & Zea, M. C. (1996). Stress, social support, and college adjustment among Latino students. *Cultural Diversity and Mental Health*, 2(3), 193-203.
- Kamus Dewan*. (4th ed.) (2005). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kementerian Pengajian Tinggi (2009). *Bilangan IPTS (2002-2007)*. Retrieved 17 December 2010 from [www.mohe.gov.my/web\\_statistik/statistik\\_pdf\\_2008\\_05/ipts\\_3-40.pdf](http://www.mohe.gov.my/web_statistik/statistik_pdf_2008_05/ipts_3-40.pdf)
- Kementerian Pengajian Tinggi (2009). *Jadual 2.27: Senarai Institusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA) dan Tahun Penubuhannya sehingga 2007*. Retrieved 17 December 2010 from [www.mohe.gov.my/web\\_statistik/statistik\\_pdf\\_2008\\_05/ipta\\_2-27.pdf](http://www.mohe.gov.my/web_statistik/statistik_pdf_2008_05/ipta_2-27.pdf)
- Kementerian Pengajian Tinggi (2010). *Akta Universiti*. Retrieved 17 December 2010 from [www.portal.mohe.gov.my/portal/page/portal/ExtPortal/Kementerian/Informasi/ACT](http://www.portal.mohe.gov.my/portal/page/portal/ExtPortal/Kementerian/Informasi/ACT)

- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisals and Coping*. New York: Springer.
- Li Peiwei, Wong Joel & Toth, P. (2013). Asian international students' willingness to seek counseling: a mixed-methods study. *International Journal for the Advancement of Counseling*, 35, 1-15.
- List of IPTS (2011). *Laman Web Rasmi Jabatan Pengajian Tinggi*. Retrieved 12 January 2012, from <http://jpt.mohe.gov.my/menudirektori.php>.
- Lee, R. M., Keough, K. A. & Sexton, J. D. (2002). Social connectedness, social appraisal, and perceived stress in college women and men. *Journal of Counseling and Development*, 80, 355-361.
- Leech, N. L. (2007). Cramer's model of willingness to seek counseling: a structural equation model for counseling students. *The Journal of Psychology*, 14(4), 435-445.
- Levenstein, S., Prantera, C., Varvo, V., Scribano, M. L., Berto, E., Luzi, C. & Andreoli, A. (1993). Development of the Perceived Stress Questionnaire: A new tool for psychosomatic research. *Journal of Psychosomatic Research*, 37(1), 19-32.
- Mariah Chong Abdullah, Habibah Elias, Rahil Mahyuddin & Jegak Uli (2009). Adjustment amongst first year students in a Malaysian university. *European Journal of Social Sciences*, 8(3), 496-505.
- Mackenzie, C. S., Knox, V. J., Gekoski, W. L., & Macaulay, H. L. (2004). An adaptation and extension of the Attitudes toward Seeking Professional Psychological Help scale. *Journal of Applied Social Psychology*, 34, 2410–2435.
- Mackenzie, C. S., Gekoski, W. L. & Knox, V. J. (2006). Age, gender, and the underutilization of mental health services: The influence of help-seeking attitudes. *Aging & Mental Health*, 10(6), 574-582.
- Mandleco, B. L. & Peery, J. C. (2000). An organizational framework for conceptualizing resilience in children. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 13, 99-111.



- Misra, R & Castillo, L. G. (2004). Academic stress among college students: Comparison of American and international students. *International Journal of Stress Management*, 11(2), 132-148.
- Mohd Majid Konting (1993). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Munro, B. & Pooley, J. A. (2009). Differences in resilience and university adjustment between school leaver and mature entry university students. *The Australian Community Psychologist*, 21(1), 50-61.
- Nam Suk Kyung, Chu Hui Jung, Lee Mi Kyoung, Lee Ji Hee, Kim Nuri & Lee Sang Min (2010). A meta-analysis of gender differences in attitudes toward seeking professional psychological help. *Journal of American College Health*, 59(2), 110-116.
- Nam Suk Kyung & Lee Sang Min (2015). The role of attachment and stigma in the relationship between stress and attitudes toward counseling in South Korea. *Journal of Counseling & Development*, 93, 212-224.
- Nevid, J. S. & Rathus, S. A. (2005). *Psychology and the Challenges of Life: Adjustment in the New Millennium*. (9<sup>th</sup> Ed.). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Nilsson, J. E., Butler, J., Shouse, S., & Joshi, C. (2008). The relationships among perfectionism, acculturation, and stress in Asian international students. *Journal of College Counseling*, 11, 147-158.
- Othman Mohamed (2001). *Penulisan Tesis dalam Bidang Sains Sosial Terapan*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Pierceall, E. A., & Keim, M. C. (2007). Stress and coping strategies among community college students. *Community College Journal of Research and Practice*, 31(9), 703-712.
- Redhwan, A. A. N., Sami, A. R., Karim, A. J., Chan, R. & Zaleha, M. I. (2009). Stress and coping strategies among Management and Science University Students: A qualitative study. *The International Medical Journal*, 8(2), 11-15.
- Robbins, S. B., Lese, K. P., & Herrick, S. M. (1993). Interactions between goal instability and social support on college freshman adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 71, 343-348.

- Ross, S. E., Niebling, B. C. & Heket, T. M. (1999). Sources of stress among college students. *College Student Journal*, 33, 312-317.
- Salami, S. O. (2011). Psychosocial predictors of adjustment among first year college of education students. *US-China Education Review*, 8(2), 239-248.
- See Ching Mey & Ng Kok-Mun (2010). Counseling in Malaysia: History, current status, and future trends. *Journal of Counseling & Development*, 88, 18-22.
- Setiawan, J. L. (2006). Willingness to seek counseling, and factors that facilitate and inhibit the seeking of counseling in Indonesian undergraduate students. *British Journal of Guidance & Counseling*, 34(3), 403-419.
- Selye, H. (1976). Forty years of stress research: principal remaining problems and misconceptions. *CMA Journal*, 115, 53-57.
- Selye, H. (1993). History of the stress concept. In L. Goldberger & S. Breznitz (Eds.), *Handbook of stress: Theoretical and clinical aspects* (2<sup>nd</sup> Ed.) (pp. 7-17). New York: The Free Press.
- Sim Tick Ngee & Ng Ee Lynn (2007). Parental attachment and adjustment to higher learning institutions: The role of stress for a Malaysian sample of late adolescents. *Journal of Counseling & Development*, 85, 467-474.
- Smith, G. J. (2006). *The impact of different parenting styles on first-year college students' adaptation to college*. Paper presented at the 15<sup>th</sup> Biennial Conference of the Society for Research in Human Development held on March 30 – April 1, 2006 at Fort Worth, TX.
- Smith, G. J. (2007). *Effects of self-efficacy and self-esteem on homesickness and college adjustment*. Paper presented at the Western Psychological Association Annual Convention held on May 3 – 6, 2007 at Vancouver, British Columbia, Canada.
- Suradi Salim & Rafidah Aga Mohd Jaladin (2005). Development of counselling services in Malaysia. In Zafar, A. A., Noraini, M. N., & Amber, H. (Eds.). *Contemporary Issues In Malaysian Psychology* (pp.237-264). Singapore: Thomson Learning.
- Suradi Salim (2010). Psychological help seeking attitudes among Malaysian college and university students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 426-430.

- Thomson, G., Rosenthal, D. & Russell, J. (2006). Cultural stress among international students at an Australian university. *Australian International Education Conference 2006* – [www.idp.com/aiec](http://www.idp.com/aiec)
- Tinto, V. (1996). Reconstructing the first year of college. *Planning for Higher Education*, 25(1), 1-6.
- Wang Aiping, Chen Lang, Zhao Bo & Xu Yan (2006). First-year students' psychological and behavior adaptation to college: The role of coping strategies and social support. *US-China Education Review*, 3(5), 51-57.
- Wikipedia (2012). *Adjustment*. Retrived 15 January, 2012, from <http://en.wikipedia.org/wiki/Adjustment>
- Wikipedia (2013). *Knowledge worker*. Retrived 25 July, 2013, from [en.wikipedia.org/wiki/Knowledge\\_worker](http://en.wikipedia.org/wiki/Knowledge_worker)
- Wikipedia (2012). *Lembah Klang*. Retrived 15 January, 2012, from [http://ms.wikipedia.org/wiki/Lembah\\_Klang](http://ms.wikipedia.org/wiki/Lembah_Klang)
- Zajacova, A., Lynch, S.M. & Espenshade, T.J. (2005). Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research in Higher Education*, 46(6), 677-706.