

PENGARUH OPTIMISTIK, KECEKAPAN KENDIRI UMUM DAN SOKONGAN SOSIAL TERHADAP KEBAHAGIAN REMAJA MISKIN DI SABAH

(Optimistic influence, general self efficiency and social support towards the happiness of poor teenagers in Sabah)

Mahirah Binti Masdin, Balan Rathakrishnan & Getrude Cosmas

ABSTRAK

Kajian dijalankan bertujuan untuk mengkaji pengaruh optimistik, kecekapan sendiri umum, sokongan sosial dan afek positif-negatif ke atas kebahagiaan remaja miskin di Sabah. Kajian rintis dijalankan ke atas 110 remaja miskin. Terdapat lima set soal selidik yang digunakan, iaitu Extended Life Orientation Test (ELOT) mengukur optimistik, General Self-Efficacy Scale (GSES) mengukur efikasi sendiri umum, Inventory of Socially Supportive Behaviors (ISSB)-Short Form mengukur sokongan sosial, Positive Affective and Negative Affective Schedule (PANAS) mengukur afek positif dan negatif, dan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) mengukur kebahagiaan. Analisis kebolehpercayaan dijalankan adalah melihat kepada pekali Cronbach Alfa menggunakan Statistical Packages of Social Science (SPSS) versi 21. Hasil kajian mendapati bahawa Extended Life Orientation Test (ELOT) menunjukkan nilai Cronbach Alfa 0.697, General Self-Efficacy Scale (GSES) sebanyak 0.704, Inventory of Socially Supportive Behaviors (ISSB)-Short Form sebanyak 0.925 dan Positive Affective and Negative Affective Schedule (PANAS) sebanyak 0.730. Manakala, bagi alat kajian pemboleh ubah terikat Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) menunjukkan nilai sebanyak 0.823. Analisis inferensi mendapati sokongan sosial lebih mempengaruhi kebahagiaan remaja miskin, iaitu sebanyak 20.2%. Dapatan juga mendapati afek positif mempunyai kesan mediator antara hubungan optimistik dan kebahagiaan remaja miskin di Sabah.

Kata Kunci: Optimistik, Kecekapan Kendiri Umum, Sokongan Sosial, Afek Positif dan Negatif, Kebahagiaan

ABSTRACT

The study was conducted to investigate the effect of optimism, general self-efficiency, social support and positive-negative effect on happiness among poverty adolescents in Sabah. A pilot study carried out on 110 poor adolescents. There are five sets of questionnaires were used, namely; Extended Life Orientation Test (LOT) to measures optimistic, General Self-Efficacy Scale (GSEs) to measure general self-efficacy, Inventory of Socially Supportive Behaviors (SSB) -short Form measuring social support, Positive Affective and negative Affective Schedule (HEAT) to measure positive and negative affect, and Oxford happiness Questionnaire (OHQ) measure of happiness. Reliability analysis was conducted to see the Cronbach Alpha coefficients using the Statistical Package of Social Science (SPSS) version 21. The study found that the Extended Life Orientation Test (LOT) shows the Cronbach Alfa 0.697, General Self-Efficacy Scale (GSEs) of 0.704, Inventory of Socially Supportive Behaviors (SSB) -short Form of 0.925 and Positive and Negative Affective Affective Schedule (PANAS) of 0.730. Meanwhile, for Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) showed 0.823 of Cronbach Alpha. The inferential analysis found that social support affects

more on happiness among poverty adolescents, namely by 20.2%. The findings also showed that there is a positive affective mediating effect on the relationship between optimism and happiness among poverty adolescents in Sabah.

Keywords: Optimistic, General Self-efficacy, Social Support, Positive and Negative Affect, Happiness

PENGENALAN

Berdasarkan konsep kebahagiaan, remaja yang mempunyai tahap kepuasan hidup yang tinggi serta emosi positif yang baik, maka akan dianggap mempunyai tahap kebahagiaan yang tinggi. Kebahagiaan dan remaja miskin merupakan dua perkara yang saling berkait rapat (Pradhan & Ravallion, 2000; Kingdon & Knight, 2006; Rojas, 2008). Hal ini kerana, hidup dalam komuniti miskin mampu memberi perubahan yang pelbagai dalam kehidupan remaja tersebut, sama ada perubahan tersebut secara positif atau negatif. Perubahan kehidupan yang disebabkan oleh hidup dalam komuniti miskin itulah yang memberi kesan penting kepada kebahagiaan. Menurut Frey dan Stutzer (2002), remaja yang hidup dalam komuniti miskin cenderung menilai kebahagiaan mereka bergantung kepada keadaan hidup mereka, serta membandingkan diri dengan orang lain yang lebih berkemampuan daripadanya berdasarkan pengalaman lalu dan jangkaan akan datang. Perbandingan yang dilakukan remaja tersebut cenderung melihat kekurangan yang ada pada dirinya yang disebabkan oleh kemiskinan, yang mana menjejaskan kebahagiaannya (Shields & Behrman, 2004).

Ahli psikologi positif percaya bahawa setiap individu mempunyai hak untuk mempelajari bagaimana cara untuk memberi makna yang lebih mendalam dalam hidup dan mencapai kebahagiaan (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000). Remaja pula merupakan golongan rapuh yang cenderung kepada elemen yang boleh mengurangkan kebahagiaan. Park (2004) menyatakan bahawa kebahagiaan remaja adalah suatu yang amat penting kerana berhubung kait dengan kesejahteraan dan kesihatan mental remaja. Bagi remaja miskin, kemiskinan mendedahkan golongan remaja tersebut kepada situasi persekitaran yang berisiko dan menyumbang kepada risiko kesejahteraan emosi serta masalah tingkah laku (Loukas & Prelew).

Berdasarkan kajian lepas, penerokaan berkenaan kebahagiaan golongan remaja miskin cenderung tertumpu kepada faktor peristiwa negatif seperti stres yang mempengaruhi kebahagiaan (Ensiyeh, Sachin & Cardona, 2011; Daniel, Shek & Rachel, 2013; Jung, 2014), kemurungan (Piqueras et al., 2011; Menezes et al., 2013; Schutz et al., 2013) dan penghargaan sendiri yang rendah (Ermisch et al., 2001; Malejkah, 2004; Johnston & Mooney, 2007). Cowen (1991;1994) dalam Park (2004) mencadangkan bahawa faktor positif dan negatif kebahagiaan perlu diteroka secara berasingan bagi memahami kebahagiaan, sekali gus keberkesanan ke atas program pencegahan dan intervensi khususnya. Malah, pemahaman tentang bagaimana seseorang remaja seperti remaja miskin menginterpretasikan keadaan hidupnya boleh menjadi langkah penting dalam meneroka mekanisme yang boleh membawa kepada kebahagiaan (Froh, Yurkewicz & Kashdan, 2009). Terdapat pelbagai faktor yang mempengaruhi kebahagiaan remaja dari aspek kekuatan psikologi positif berdasarkan dapatan kajian lepas dan penjelasan teori, antaranya ialah optimistik (Turkum, 2005; Bailey et al., 2007; Ho et al., 2010), afek positif dan negatif (Turkum, 2005; Burriss et al., 2009), kecekapan akademik (Harper, Marcus & Moore, 2003; Vansteenkiste et al., 2006; Wagmiller & Adelman, 2009), sokongan sosial (Edward & Lopez, 2006; Deniz, 2006), kawalan sendiri

(Muraven & Baumeister, 2000; Vohs & Baumeister, 2004; Tangney, Baumeister & Boone, 2004) dan pengalaman positif seharian (McCullough, Huebner & Laughlin, 2000).

Dalam melihat kebahagiaan remaja miskin, salah satu konsep utama mempengaruhi kebahagiaan ialah optimistik. Optimistik merupakan peramal positif kepada kebahagiaan (Rand, 2009). Optimistik merujuk kepada set mental remaja yang menjangkakan hasil positif tentang masa hadapannya (Peterson & Vaidya, 2003; Carver & Scheier, 2004). Menurut Seligman (2002), remaja optimistik cenderung mempunyai kemampuan untuk berhadapan dengan tekanan-tekanan negatif dengan cara yang lebih baik, berbeza dengan remaja pesimistik yang cenderung menilai sesuatu keadaan secara negatif. Dalam tahun kebelakangan ini, optimistik menarik perhatian ramai pengkaji dalam meramal kebahagiaan (Bailey et al., 2007). Ho dan rakan-rakan (2010) mendapati bahawa optimistik berhubungan secara langsung dengan kebahagiaan dalam kalangan remaja miskin. Hal tersebut dijelaskan kerana, optimistik dalam kalangan remaja miskin melibatkan suatu matlamat dalam hidup yang ingin dicapai (Turkum, 2005). Penjelasan teoritikal daripada Teori Jangkaan-Nilai (Carver & Scheier, 1998) menjelaskan bahawa setiap individu mempunyai matlamat hidup yang dijangkakan untuk dicapai pada masa hadapan. Walaupun setiap matlamat itu berbeza-beza mengikut individu atau masa, namun jangkaan positif tersebut yang meningkatkan set emosi positif, iaitu rasa bahagia (Scheier & Carver, 1992; Carver & Scheier, 1998). Peterson (2006) menyatakan bahawa optimistik menyumbang kepada perasaan yang negatif kerana menjadikan seseorang individu menafikan realiti kehidupannya. Malah, optimistik lebih memanjangkan lagi penderitaan yang dialami oleh individu. Sebagai contoh, optimistik dalam kalangan remaja miskin boleh menjadikan remaja tersebut menafikan kedudukan sosialnya dan berkhayal tentang masa hadapan positif yang dijangkakan. Menurut Freud (1928) dalam Peterson (2000), optimistik membawa kepada perkembangan yang positif, akan tetapi sangat berisiko kerana ia menyebabkan individu menafikan sifat semulajadinya dan realiti hidupnya.

Selain itu, satu lagi aspek yang dapat menyumbang kepada kebahagiaan ialah kecekapan sendiri. Kecekapan sendiri merupakan elemen asas kepada kebahagiaan remaja (Sharp & Pritchard, 2006), termasuklah remaja miskin. Berdasarkan Teori Kognitif Sosial yang diperkenalkan oleh Albert Bandura (1977) menyatakan bahawa remaja yang menunjukkan kecekapan sendiri yang tinggi maka cenderung mengalami perasaan yang lebih positif berbanding negatif (Santrock, 2014). Di antara perasaan positif tersebut merujuk kepada berpuas hati, gembira dan bersyukur (Segerstrom & Sephton, 2010). Malah, pada tahap perkembangan remaja juga diketahui sebagai tahap penerokaan diri yang tinggi (Jessor, Donovan & Costa, 1991), yang mana remaja meneroka kemampuan diri yang membantunya untuk bebas daripada kekangan ibu bapa dan pengaruh institusi kekeluargaan (Settersten, Furstenberg & Rumbaut, 2005). Oleh itu, remaja yang dapat meneroka kemampuan dan kecekapan diri tahap tinggi akan mudah beradaptasi dengan corak kehidupan baru, jangkaan sosial dan peranan diri dalam sosial (Hurlock, 1980). Havighurst (1972) menekankan bahawa kebahagiaan adalah bergantung kepada keberhasilan remaja meneroka kecekapan dirinya. Kecekapan sendiri mempengaruhi cara remaja berfikir dan bertindak secara dalaman apabila berhadapan dengan situasi hidup negatif, seperti kemiskinan (Pajares, 2002). Remaja yang mempercayai kemampuan dirinya akan lebih selesa dan produktif apabila berhadapan dengan kesukaran hidup, berbanding remaja yang menunjukkan kecekapan diri rendah cenderung berfikiran sempit dengan kemampuan diri sebenar (Bandura, 1994). Walau bagaimanapun, Cakar (2012) menyatakan bahawa kajian yang meneroka peranan kecekapan sendiri ke atas kebahagiaan adalah terhad untuk menjelaskan peranan tersebut ke atas tempoh perkembangan

remaja, khususnya apabila melibatkan remaja dalam kemiskinan. Malah, sokongan literatur dalam menjelaskan peranan tersebut juga masih belum mencukupi (Cakar, 2012).

Seterusnya, sokongan sosial juga merupakan aspek yang dapat memberikan kebahagiaan remaja miskin. Sokongan sosial telah dikaji secara meluas (Goodwin & Plaza, 2000). Walaupun begitu, kajian ke atas remaja yang mempunyai kekurangan seperti kemiskinan adalah baru sahaja mendapat perhatian (Kef, 2002; Chien-Huey & Schaller, 2000; Huurre, 2000). Sokongan sosial boleh menyumbang hubungan secara langsung kepada kebahagiaan remaja miskin (Cohen, 2004; Chong et al., 2010). Model Convoy menyatakan bahawa sokongan sosial merupakan struktur hierarki dinamik dalam kehidupan individu, termasuklah remaja (Kahn & Antonucci, 1980). Berdasarkan kajian lepas, banyak menjelaskan peranan penerimaan sokongan sosial ke atas kebahagiaan remaja miskin. Edward dan Lopez (2006) melaporkan bahawa sokongan ibu bapa merupakan peramal signifikan kepada kepuasan hidup remaja miskin, iaitu menyumbang kepada kebahagiaan mereka. Namun, Deniz (2006) pula menyatakan bahawa sokongan daripada rakan-rakan adalah sangat memberi manfaat kepada perkembangan emosi positif remaja miskin, iaitu memberikan rasa kepuasan dan kebahagiaan. Walau bagaimanapun, terdapat perbandingan dalam model sokongan sosial ke atas kebahagiaan remaja miskin. Sebagai contoh, Zimet, Dahlem, Zimet dan Farley (1988) merumuskan bahawa kajian daripada ramai pengkaji mendapati model persepsi sokongan sosial sebagai peramal yang lebih baik kepada kebahagiaan berbanding model sokongan sosial yang lain ke atas kebahagiaan remaja yang bertaraf sosioekonomi rendah, iaitu miskin.

Selain itu, terdapat satu lagi konsep yang dilihat mempunyai pengaruh ke atas kebahagiaan remaja miskin iaitu afek positif dan negatif. Walaupun begitu, afek positif dan negatif bukannya memberi pengaruh yang langsung, sebaliknya bertindak sebagai perantara di antara optimistik dengan kebahagiaan remaja miskin. Hal ini dapat dijelaskan daripada beberapa kajian lepas seperti kajian yang dijalankan oleh Burriss dan rakan-rakan (2009) dan Turkum (2005) menjelaskan bahawa afek positif dan negatif menjadi perantara di antara hubungan optimistik dan kebahagiaan. Seligman (2002) menyatakan bahawa remaja mempunyai sosio-ekonomi rendah yang optimistik membentuk perkembangan yang positif, bertolak ansur, mempunyai emosi kognitif yang kreatif dan meningkatkan kemahiran sosial, intelektual serta fizikal yang bermanfaat kepada tahap yang lebih tinggi, iaitu kebahagiaan. Dalam kata lain, afek positif meningkatkan kepuasan dan rasa bahagia dengan kehidupan, manakala, afek negatif mengurangkan kebahagiaan. Namun begitu, terdapat perbandingan kajian yang tidak konsisten berhubung dengan isu afek positif dan negatif sebagai perantara optimistik dan kebahagiaan remaja miskin. Hal ini kerana, terdapat juga kajian lepas yang menggunakan afek positif dan negatif sebagai penyederhana (moderator) di antara optimistik dan kebahagiaan remaja miskin. Sebagaimana, kajian yang dijalankan oleh Chang dan rakan-rakan (2003) mendapati afek positif dan negatif tidak berperanan sebagai perantara (mediator) hubungan di antara optimistik dengan kepuasan hidup, sebaliknya menjadi penyederhana (moderator) hubungan di antara kedua pemboleh ubah tersebut. Chang dan rakan-rakan (2003) menjelaskan perbezaan tersebut boleh disebabkan oleh faktor kelainan aspek budaya. Hal ini kerana, pemilihan kepada kualiti budaya yang berbeza menghasilkan dapatan kajian yang berbeza-beza (Kapikiran, 2012).

Berdasarkan kajian-kajian lepas yang dijelaskan, didapati aspek-aspek yang telah diterangkan tersebut dapat memberi kesan kepada kebahagiaan remaja miskin. Akan tetapi, daripada dapatan kajian-kajian tersebut dapat tidak konsisten antara satu sama lain, sebagai

mana sokongan sosial dan afek positif dan negatif. Tambahan pula, kajian-kajian lepas yang digunakan dalam menjelaskan kebahagiaan remaja miskin adalah terhad kepada konteks kajian di Barat. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Suh dan Koo (2008) bahawa biarpun pencapaian kebahagiaan merupakan matlamat umum dalam kehidupan setiap manusia, namun terdapat perbezaan inter- dan intrabudaya dalam cara setiap manusia mencapai dan menghargai kebahagiaan. Maka dengan itu, kajian mengikut konteks Malaysia dalam meneroka kebahagiaan golongan remaja miskin adalah diperlukan bagi memahaminya dengan lebih mendalam dan mampu mencadangkan penjelasan yang baru tentang kebahagiaan mereka. Malah, kajian ini tertumpu di Sabah kerana berdasarkan peratusan kemiskinan didapati kadar kemiskinan negeri paling tinggi adalah negeri Sabah. Selain itu, penerokaan kebahagiaan remaja miskin dalam bidang psikologi dapat dipelbagaikan secara empirikal.

Oleh itu, objektif kajian ini dijalankan adalah seperti berikut:

1. Mengkaji pengaruh optimistik ke atas kebahagiaan golongan remaja miskin di Sabah.
2. Mengkaji pengaruh kecekapan sendiri ke atas kebahagiaan golongan remaja miskin di Sabah.
3. Mengkaji pengaruh sokongan sosial dan kebahagiaan golongan remaja miskin di Sabah.
4. Mengenal pasti sama ada afek positif dan negatif bertindak sebagai perantara di antara
 - a. optimistik dan kebahagiaan golongan remaja miskin di Sabah.
 - b. Di samping itu, kajian rintis ini juga turut melihat kebolehpercayaan alat kajian yang digunakan untuk kajian sebenar.

METODOLOGI

Kajian merupakan kajian jenis tinjauan dengan menggunakan borang soal selidik. Kajian ini merupakan kajian rintis yang dijalankan untuk meneroka dapatan awal berkenaan pengaruh pemboleh ubah bebas ke atas pemboleh ubah terikat.

Kajian melibatkan 110 remaja miskin, yang berumur di antara 20 hingga 25 tahun. Penentuan remaja miskin dikenal pasti berdasarkan remaja yang membesar dalam pendapatan isi rumah yang ditentukan oleh Paras Garis Kemiskinan (PGK) bagi negeri Sabah yang telah dikemas kini oleh Unit Perancang Ekonomi, Rancangan Malaysia ke-10, iaitu di bawah RM 1090 sebulan. Terdapat lima set soal selidik yang digunakan dalam kajian ini. Alat kajian pertama iaitu *Extended Life Orientation Test (ELOT)* (Chang et al., 1994) mengukur optimistik. Alat kajian ELOT mengandungi 15 item dan menggunakan skala Likert 5-poin, iaitu di antara (1) sangat tidak setuju hingga (5) sangat setuju. Manakala, *General Self-Efficacy Scale (GSES)* (Sherer et al., 1982) mengukur efikasi sendiri umum yang menggunakan skala Likert 5-poin, iaitu di antara (1) sentiasa hingga (5) tidak pernah. Alat kajian ini mengandungi 17 item. Alat kajian bagi mengukur sokongan sosial adalah *Inventory of Socially Supportive Behaviors (ISSB)-Short Form* (Barera, Sandler & Ramsey, 1981), yang

mengandungi 19 item dan menggunakan skala Likert 5-poin, iaitu daripada (1) tidak sama sekali hingga (5) hampir setiap hari. Seterusnya, *Positive Affective and Negative Affective Schedule (PANAS)* (Watson, Clark & Tellegen, 1988) digunakan untuk mengukur afek positif dan negatif. Alat kajian PANAS mengandungi 20 pernyataan emosi (10 afek positif dan 10 afek negatif), yang menggunakan skala Likert 5-poin, iaitu (1) tidak sama sekali hingga (5) sangat merasakan. Manakala, alat kajian yang digunakan untuk mengukur pemboleh ubah terikat, iaitu kebahagiaan adalah *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* (Argyle & Hills, 2002). Alat kajian ini mengandungi 29 item kebahagiaan yang menggunakan skala Likert 6-poin, iaitu (1) sangat tidak setuju hingga (6) sangat setuju.

Data mentah kajian dianalisis menggunakan perisian IBM SPSS versi 20.0. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis Regresi Mudah bagi meneroka pengaruh ke atas pemboleh ubah terikat, dan teknik ujian Indirect untuk melihat kesan mediator afek positif dan negatif ke atas hubungan optimistik dan kebahagiaan. Manakala, ujian kebolehpercayaan menggunakan pekali *Cronbach* alfa.

DAPATAN KAJIAN

Bahagian ini akan menerangkan tentang hasil kajian secara analisis kebolehpercayaan dan inferensi, yang mana dijalankan mengikut objektif kajian rintis ini.

- a. Kebolehpercayaan alat kajian menggunakan pekali *Cronbach* Alfa.

Jadual 1
 Nilai *Cronbach* Alfa bagi Alat Kajian Pemboleh Ubah Bebas dan Pemboleh Ubah Terikat

Pemboleh Ubah	Alat Kajian	N	Nilai Alfa Cronbach (α)
Optimistik	<i>Extended Life Orientation Test</i>	60	0.697
Kecekapan Kendiri Umum	<i>General Self-Efficacy Scale</i>	60	0.704
Sokongan Sosial	<i>Inventory of Socially Supportive Behaviors-SF</i>	60	0.925
Afek Positif & Negatif	<i>Positive Affective and Negative Affective Schedule</i>	60	0.730
Kebahagiaan	<i>Oxford Happiness Questionnaire</i>	60	0.823

Berdasarkan Jadual 1 menunjukkan bahawa secara keseluruhannya nilai pekali *Cronbach* alfa yang diperoleh adalah baik dan tinggi. Menurut Sekaran (1992) alat kajian yang boleh diterima pakai adalah nilai Alfa di antara 0.60 hingga 0.80, manakala nilai yang melebihi 0.80 adalah di anggap baik.

- b. Pengaruh optimistik, kecekapan diri umum dan sokongan sosial ke atas kebahagiaan remaja miskin di Sabah.

Jadual 2

Regresi Mudah Pengaruh Optimistik , Kecekapan Diri Umum dan Sokongan Sosial ke atas Hubungan Kebahagiaan

Pemboleh Ubah Bebas	Beta	R ²	t
Sokongan Sosial	0.449	0.202	5.222
<i>Excluded Variable</i>	Beta	t	Sig
Kecekapan sendiri umum	0.153	1.729	0.087
Optimistik	0.102	1.156	0.250

Analisis yang dijalankan mendapati sokongan sosial mempengaruhi kebahagiaan remaja miskin di Sabah. Nilai sumbangan yang ditunjukkan adalah 20.2%. Manakala, kecekapan sendiri umum dan optimistik didapati tidak memberi sebarang sumbangan ke atas kebahagiaan remaja miskin di Sabah, apabila analisis menggunakan metod *stepwise* menolak andaian kedua pemboleh ubah tersebut sebagai mempunyai peranan sumbangan. Analisis menggunakan metod *stepwise* digunakan bertujuan untuk mendapatkan model sumbangan yang paling kukuh ke atas pemboleh ubah terikat (Drapper & Smith, 1981).

c. Kesan peranan mediator sokongan sosial ke atas hubungan optimistik dan kebahagiaan remaja miskin di Sabah.

Jadual 3

Teknik Indirect Kesan Mediator Afek Positif dan Negatif ke atad Hubungan Optimistik dan Kebahagiaan

Mediator	Lower	Upper	Rumusan
Afek Positif	0.7556	1.986	Ada
Afek Negatif	-0.8873	0.2449	Tiada

Berdasarkan analisis kesan mediator menggunakan teknik *indirect effect* yang diperkenalkan oleh Preachers & Hayes (2008a), mendapati bahawa afek positif menunjukkan kesan mediator di antara hubungan optimistik dengan kebahagiaan remaja miskin di Sabah. Manakala, afek negatif pula tidak menunjukkan kesan mediator di antara kedua hubungan.

PERBINCANGAN

Analisis regresi mudah yang dijalankan mendapati bahawa sokongan sosial mempunyai sumbangan ke atas kebahagiaan remaja miskin di Sabah. Dapatan ini menyokong kajian oleh Cohen (2004) dan Chong dan rakan-rakan (2006), yang menjelaskan bahawa sokongan sosial memberikan hubungan positif ke atas kebahagiaan. Hubungan tersebut juga mempengaruhi tahap pencapaian kebahagiaan remaja miskin dengan mampu membantu mengurangkan kadar tekanan yang dialami kesan akibat daripada situasi kehidupan yang kurang memuaskan (Seccombe, 2000). Kahn dan Antonucci (1980) menjelaskan menerusi Model Convoy bahawa peranan sokongan sosial ke atas kehidupan individu tidak kira perbezaan status kehidupan adalah penting khususnya ke atas kesihatan dan kesejahteraan. Hal ini di mana, sokongan yang saling diberi-diterima antara remaja miskin dan sumber sokongan dapat

mengurangkan risiko ancaman kesihatan seperti tekanan dan meningkatkan tahap kesihatan dan kesejahteraan.

Sumber sokongan yang diterima adalah pelbagai, yang mana bagi peringkat umur remaja pula sumber sokongan utama adalah daripada ibu bapa dan rakan sebaya (Chien-Huey & Schaller, 2000; Huurre, 2000; Kef, 2002). Sebagaimana, Edward dan Lopez (2006) menyatakan bahawa ibu bapa sebagai pengaruh penting ke atas kepuasan hidup, yakni yang menyumbang kepada peningkatan tahap kebahagiaan remaja miskin. Dan, Deniz (2006) pula menyarankan peranan rakan sebaya sebagai sumber sokongan utama yang lebih bermanfaat kepada perkembangan kepuasan dan kebahagiaan. Walaupun, terdapat pelbagai pandangan berkenaan sumber sokongan utama ke atas kebahagiaan remaja miskin, namun kedua sumber tersebut tetap dianggap penting kerana mereka mempunyai peranan yang berbeza ke atas tempoh perkembangan hidup remaja miskin sebagai seorang remaja yang berkembang.

Namun, hasil kajian mendapati optimistik dan kecekapan sendiri umum tidak menyumbang ke atas kebahagiaan remaja miskin. Bagi aspek optimistik, dapatan kajian ini agak bertentangan dengan dapatan kajian-kajian lepas yang meneroka peranan optimistik dalam meningkatkan kebahagiaan. Seperti mana, kajian oleh Ho dan rakan-rakan (2010) serta kajian oleh Turkuum (2005) yang menjelaskan bahawa wujud sumbangan optimistik ke atas kebahagiaan remaja miskin. Hal ini kerana, optimistik didapati berperanan penting ke atas penentuan matlamat dan makna dalam kehidupan di samping kesukaran hidup dalam desakan faktor materialistik, iaitu akibat daripada kemiskinan. Remaja miskin yang mengamalkan optimistik akan meletakkan jangkaan masa hadapan yang positif dan meningkatkan makna serta kebahagiaan yang dialami (Ho *et al.*, 2010). Walau bagaimanapun, hasil kajian ini dapat dilihat menyokong pandangan Freud (1928), yakni optimistik sememangnya berhubung positif dengan kebahagiaan. Namun, optimistik tidak mampu meningkatkan rasa bahagia kerana ia boleh memisahkan individu daripada realiti kemampuan dan status kehidupan sebenar. Hal yang sama apabila diaplikasikan kepada remaja miskin, yakni optimistik berhubung kait dengan matlamat hidup dan jangkaan masa hadapan, akan tetapi jangkaan yang terlalu optimistik boleh menyebabkan remaja miskin menafikan realiti kehidupannya, yang mana menyumbang kepada perasaan negatif dan mengurangkan kebahagiaan (Peterson, 2006).

Seterusnya, bagi aspek kecekapan sendiri umum pula, terdapat perbandingan dalam dapatan kajian yang diperolehi dengan kajian-kajian lepas. Sebagaimana, WHO (2001) menjelaskan bahawa kecekapan sendiri umum merupakan kemahiran dalam hidup yang dicadangkan dapat meningkatkan kesejahteraan dan kebahagiaan (Maddux, 2002). Seperti mana optimistik, kecekapan sendiri umum juga merupakan trait karakteristik diri yang aktif, yakni yang berperanan secara dinamik dalam membantu individu berinteraksi dengan sistem sosial secara aktif walaupun wujud elemen tekanan akibat status kehidupan (Maddux, 2002), sebagai contoh kemiskinan. Oleh itu, kecekapan sendiri umum dianggap sebagai faktor penting dalam meningkatkan dan mengekalkan kesejahteraan secara menyeluruh, serta menjaga keyakinan dalam kemampuan remaja miskin menguruskan tekanan dan kesukaran kehidupan (Gupta & Kumar, 2010). Akan tetapi, dalam kajian ini kecekapan sendiri umum didapati tidak memainkan peranan ke atas kebahagiaan remaja miskin. Hal ini berkemungkinan kerana, ciri karakteristik diri seperti kecekapan sendiri umum dan optimistik dinilai sebagai berhubung dengan kebahagiaan namun tidak menyumbang secara penting ke atas kebahagiaan, kerana remaja miskin lebih menitikberatkan peranan sokongan sosial dalam meningkatkan kebahagiaan mereka.

Selain itu, kajian juga mendapati bahawa terdapat kesan mediator afek positif ke atas hubungan antara optimistik dengan kebahagiaan remaja miskin. Dapatan ini menyokong Burris dan rakan-rakan yang turut mendapati afek positif menjadi perantara hubungan optimistik dengan kebahagiaan. Hal ini dapat dijelaskan kerana, remaja miskin yang mengamalkan optimistik dalam kehidupan adalah cenderung menunjukkan emosi yang positif, yang mana sekali gus meningkatkan kebahagiaan mereka (Seligman, 2002). Di samping itu, amalan optimistik yang dikuatkan lagi dengan afek positif membantu remaja miskin tegar mengembangkan tingkah laku adaptif kepada risiko ancaman yang boleh disumbangkan daripada status kehidupan miskin. Tingkah laku adaptif yang dikembangkan mempengaruhi kognitif positif yang menyumbang kepada kebahagiaan. Walau bagaimanapun, kajian mendapati afek negatif tidak memberikan kesan mediator di antara optimistik dan kebahagiaan. Hal ini berkemungkinan kerana, peranan optimistik ke atas kebahagiaan akan lebih dapat dicapai tanpa wujudnya pengaruh kesan afek negatif ke atas hubungan tersebut, yang mana boleh menurunkan kadar kebahagiaan.

KESIMPULAN

Kajian rintis ini dijalankan untuk meneroka pengaruh ke atas kebahagiaan remaja miskin menggunakan konstruk optimistik, kecekapan sendiri umum dan sokongan sosial. Kajian juga turut mengkaji sekiranya wujud kesan mediator afek positif dan negatif di antara hubungan optimistik dan kebahagiaan. Dapatan kajian mendapati bahawa, faktor yang mempengaruhi kebahagiaan remaja miskin adalah sokongan sosial, dan di mana pula optimistik dan kecekapan sendiri umum tidak menunjukkan sebarang sumbangan. Selain itu, kesan mediator yang telah dikenal pasti adalah afek positif ke atas hubungan optimistik dan kebahagiaan, sedangkan afek negatif tidak menunjukkan sebarang kesan sumbangan. Oleh itu, dapatan kajian rintis ini menyimpulkan bahawa sokongan sosial merupakan penyumbang utama ke atas kebahagiaan remaja miskin di Sabah, dan di samping afek positif lebih menunjukkan kesan mediator di antara optimistik dan kebahagiaan. Implikasi kajian ini secara khususnya dapat menambahkan penjelasan empirikal berkenaan kebahagiaan dalam konteks remaja miskin dari aspek perbincangan psikologi positif.

RUJUKAN

- Argyle, M., & Hills, P. (2000). Religious experiences and their relations with happiness and personality *International Journal for the Psychology of Religion*, 10, 157–172.
- Bailey, T. C., Eng, W., Frisch, M. B., & Snyder, C. R. (2007). Hope and optimism as related to life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168-175.
- Bandura, A. (1977). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York, NY: W. H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, pp. 71-81. New York: Academic Press.

- Barrera, M., Sandler, I. N., & Ramsay, T. B. (1981). Preliminary development of a scale of social support: Studies on college students. *American Journal of Community Psychology* 9(4), 435-447.
- Burris, J. L., Brechting, E. H., Salsman, & Carlson, C. R. (2009). Factors associated with the psychological well-being and distress of university students. *Journal of American College Health*, 57(5), 536-544.
- Cakar, F. S., (2012). The Relationship between the Self-efficacy and Life Satisfaction of Young Adults. *International Education Studies*, 5(6), 123-130.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2004). *Perspectives on personality* (5th Ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Chang, E. C., D’Zurilla, T. J., & Maydeu-Olivares, A., (1994). Assessing the dimensionality of optimism and pessimism using a multi-measure approach. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 143-160.
- Chang, E. C., Sanna, L. J., & Yang, K. M. (2003). Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: a test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*, 34, 1195–1208.
- Chien-Huey Chang, S., & Schaller, J. (2000). Perspectives of adolescents with visual impairment on social support from their parents. *Journal of Visual Impairment and Blindness*, 94, 69-84.
- Chong, W., Huan, V., Yeo, L.S., & Ang, R. (2006). Asian adolescents' perceptions of parent, peer, and school support and psychological adjustment: the mediating role of dispositional optimism. *Current Psychology*, 25, 212-228.
- Chong, W. H., Huan, V. S., Quek, C. L., Yeo, L. S., & Ang, R. P. (2010). Teacher-student relationship:
The influence of teacher interpersonal behaviours and perceived beliefs about teachers on the school adjustment of low achieving students in Asian middle schools. *School Psychology International*, 31, 312–328.
- Cohen, S. (2004). Social relationships and health. *American Psychologist*, 59(8), 676-684.
- Daniel T., Shek, L., & Rachel, C. F. (2013). *Development and Evaluation of Positive Adolescent*. Hong Kong: Springer.
- Deniz, M. E. (2006). The relationships among coping with stress, life satisfaction, decision making styles and decision self-esteem: an investigation on turkish university students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34, 1161-1170.
- Draper, N. R. & Smith, H. (1981). *Applied regression analysis*. (2nd Ed.) New York: Wiley.

- Edwards, L., & Lopez, S. (2006). Perceived family support, acculturation, and life satisfaction in Mexican American youth: A mixed method exploration. *Journal of Counseling Psychology, 53*, 279–287.
- Ensiyeh, B., Sachin, J., & Cardona, B. (2011). Comparative Study of Hope and Happiness among the Children of Veterans and Non-Veterans. *Education, 132*(2).
- Ermisch, J. M., Francesconi, & Pevalin, D. (2001). Outcomes for Children of Poverty. *Research Report of the Department of Work and Pensions, 158*.
- Freud, S. (1928). *The future of an illusion*. London: Hogarth.
- Frey, B. S., & Stutzer, A. (2002). What Can Economists Learn from Happiness Research? *Journal of Economic Literature, American Economic Association, 40*(2), 402-435.
- Froh, J. J., Yurkewicz, C., & Kashdan, T.B. (2009). Gratitude and subjective well-being in early adolescence: Examining gender differences. *Journal of Adolescence, 32*, 633-650.
- Furstenberg, F. F., Rumbaut, R. G., & Settersten, R. A. (2005). On the frontier of adulthood: Emerging themes and new directions. In R. A. Settersten, F. F. Furstenberg & R. G. Rumbaut (Eds.), *On The Frontier of Adulthood: Theory, Research, and Public Policy* (pp. 3-25). Chicago: The University of Chicago Press
- Goodwin, R., & Plaza, S. H. (2000). Perceived and received social support in two cultures: Collectivism and support among British and Spanish students. *Journal of Social and Personal Relationships, 17*, 282–291.
- Gupta, G., & Kumar, S. (2010). Mental health in relation to emotional intelligence and self-efficacy among college students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology, 36*, 61-67.
- Harper, C., Marcus, R., & Moore, K. (2003). Enduring poverty and conditions of childhood: life course and intergenerational poverty transmissions. *World Development, 31*(3), 535-544.
- Havighurst, R. J. (1972). *Development Tasks and Education* (3rd ed), New York, Mckay.
- Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well being. *Personality and individual Differences, 48*, 658-666.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
- Huurre, T. (2000). *Psychosocial development and social support among adolescents with visual impairment*. Tampere: University of Tampere
- Jessor, R., Donovan, J. E., & Costa, F. M. (1991). *Beyond adolescence: Problem behavior and young adult development*. New York: Cambridge University Press

- Johnston, C., & Mooney, G. (2007) Problem' people, problem places? New Labour and council estates, In: Atkinson, R., & Helms, G. (Ed.) *Securing an Urban Renaissance: Crime, community and British urban policy*. Bristol: Policy Press
- Jung, J. (2014). Erratum to: Religious Attendance, Stress, and Happiness in South Korea: Do Gender and Religious Affiliation Matter? *Social Indicators Research*, 118(3).
- Kahn, R. L., & Antonucci, T. C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. In P. B. Baltes & O. Brim (Ed.) *Life-span development and behavior* (pp. 253-268). New York: Academic Press
- Kapikiran, N. A. (2012). Positive and Negative Affectivity as Mediator and Moderator of the Relationship between Optimism and Life Satisfaction in Turkish University Students. *Social Indicators Research*, 106(2), 333-345
- Kef, S. (2002). Psychosocial Adjustment and the Meaning of Social Support for Visually Impaired Adolescents. *Journal of Visual Impairment and Blindness*. 96, 22-37
- Kingdon, G., & J. Knight. (2006). The measurement of unemployment when unemployment is high. *Labour Economics*, 13(3), 291 -315.
- Loukas, A., & Prelow, H. M. (2004) Externalizing and internalizing problems in Latino early adolescents: Risk, resource, and protective factors. *Journal of Early Adolescence*, 24(3), 250-273
- Maddux, J. E. (2002). Self-Efficacy : The Power of Believing You Can. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (pp. 277-287). New York: Oxford University Press
- Malekjah, R. (2004). *A Study of the Relationship of Happiness and Self-esteem Among College Students* (Master Dissertation, Counseling, California State University, Long Beach). Diakses daripada Proquest Digital Dissertations
- McCullough, G., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). Life events, self-concept, and adolescents' positive subjective well-being. *Psychology in the schools*, 37, 281-290
- Menezes, A. M. B., Murray, J., László, M., Wehrmeister, F. C., Hallal, P. C., et al. (2013) Happiness and Depression in Adolescence after Maternal Smoking during Pregnancy: Birth Cohort Study. *PLoS ONE*, 8(11).
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does self-control resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, 126, 247-259
- Pajares, F. (2002). *Overview of social cognitive theory and of self-efficacy*. Diakses pada April 2016 daripada [http:// www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html](http://www.uky.edu/~eushe2/Pajares/eff.html)
- Park, N. (2004). Character strengths and positive youth development. *The Annals of the American Academy of Political and Social Science*, 591, 40-54

- Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologist*, 55(1), 44-55.
- Peterson, C. (2006). The Values in Action (VIA) Classification of Strengths. In Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. S., *A Life Worth Living: Contributions to Positive Psychology* (pp. 29-48). New York: Oxford
- Peterson, C., & Vaidya, R. S. (2003). Optimism as virtue and vice. In E. C. Chang & L. J. Sanna (Ed.), *Virtue, vice, and personality: The complexity of behavior* (pp. 23-37). Washington, D.C.: American Psychological Association
- Piqueras, J. A., Kuhne, W., Vera-Villarreal, P., Van Straten, A., & Cuijpers, P. (2011). Happiness and health behaviours in Chilean college students: A cross-sectional survey. *BMC Public Health*, 11.
- Pradhan, M., & Ravallion, M. (2000). Measuring poverty using qualitative perceptions of consumption adequacy. *Review of Economics and Statistics*, 82, 462-71
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008a). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40, 879-891
- Rand, L. K. (2009). Hope and Optimism: Latent Structures and Influences on Grade Expectancy and Academic Performance. *Journal of Personality*, 77(1), 231-260
- Rojas, C. (2008). Price Competition in U.S. Brewing. *Journal of Industrial Economics*, 56, 1-31.
- Santrock, J. W. (2014). *Essentials of Life-Span Development*. US: McGraw Hill.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 16, 201-228
- Schütz, E., Nima, A. A., Sailer, U., Andersson-Arntén, A. C., Archer, T., & Garcia, D. (2013). *The affective profiles in the USA: Happiness, depression, life satisfaction, and happiness-increasing strategies*. In press
- Secombe, K. (2000). Families in poverty in the 1990s: Trends, causes, consequences and lesson learned. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1094-1113.
- Segerstrom, S.C., & Sephton, S.E. (2010). Optimistic expectancies and cell-mediated immunity: The role of positive affect. *Psychological Science*, 21, 448-455
- Sekaran, U. (1992). *Research Methods for Business* (2nd). John Wiley & Sons, New York.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment*. New York: Free Press/Simon and Schuster.

- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14
- Sharp, T. J., & Pritchard, M. T. (2006). Research Findings - The Role of Self-Efficacy Validation of the Happiness in Happiness: Self-Efficacy Scale. *Asia-Pacific Biotech News*, 10(94).
- Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The Self-Efficacy Scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671
- Shields, M. K., & Behrman, R. E. (2004). *Children of Immigrant Families: Analysis and Recommendations. The Future of Children: Children of Immigrant Families*. USA: The David and Lucile Packard Foundation.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72, 271-324
- Türküm, A. S. (2005). Do optimism, social network richness and submissive behaviors predict well-being? Study with a Turkish sample. *Social Behavior and Personality*, 33(6).
- Vansteenkiste, M., Duriez, B., Simons, J., & Soenens, B. (2006). Materialistic values and well-being among business students: Further evidence of their detrimental effect. *Journal of Applied Social Psychology*, 36(12), 2892-2908.
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding selfregulation: An introduction. In R. F. Baumeister, & K. D. Vohs (Ed.), *Handbook of self-regulation: Research, theories, and applications* (pp. 1-9). New York: Guilford Press.
- Wagmiller, R. L., & Adelman, R. M. (2009). *Childhood and intergenerational poverty: The long-term consequences of growing up poor*. New York City: National Center for Children in Poverty, Columbia University Mailman School of Public Health.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52, 30-41.

Mahirah Binti Masdin, Prof. Madya Dr. Balan Rathakrishnan & Dr. Getrude Cosmas
Universiti Malaysia Sabah
balanratha1973@gmail.com