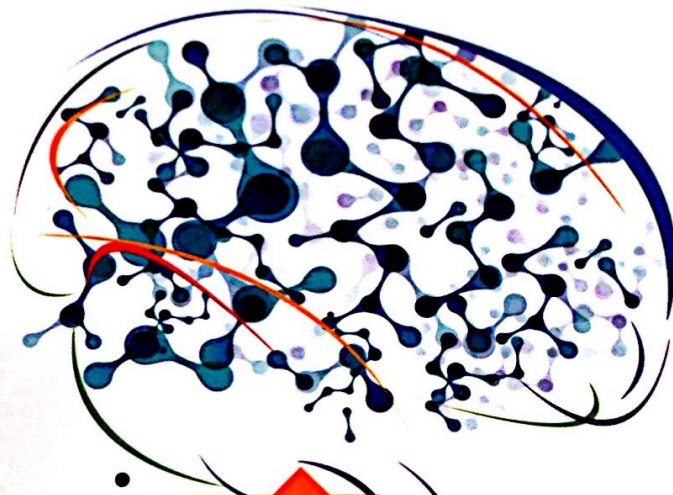




# PROSIDING



ANNUAL  
COUNCIL

PSYCHOLOGY &  
CONFERENCE

September 2018  
Premises Kuala Lumpur

# APCC

“Workplace Wellbeing”  
<http://apcc.mara.gov.my>

Hak cipta terpelihara.

Tiada bahagian daripada terbitan ini boleh diterbitkan semula, disimpan untuk pengeluaran atau ditukarkan ke dalam sebarang bentuk atau dengan sebarang alat juga pun, sama ada dengan cara elektronik, gambar serta rakaman dan sebagainya tanpa kebenaran bertulis daripada penulis dan penerbitan terlebih dahulu.

Diterbitkan di Malaysia oleh/ *Published in Malaysia by*

**PENERBIT MARA**

MAJLIS AMANAH RAKYAT (MARA)  
Ibu Pejabat MARA,  
21 Jalan MARA, 50609 Kuala Lumpur  
Tel: 03-26132000

Dicetak di Malaysia oleh/ *Printed in Malaysia by*

**FIRDAUS PRESS SDN BHD**

No.28 Jln PBS 14/4  
Taman Perindustrian Bukit Serdang  
43300 Seri Kembangan Selangor  
Tel/Faks: 03-8940 5595  
E-Mel: [onlineprint@gmail.com](mailto:onlineprint@gmail.com)

Perpustakaan Negara Malaysia

Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

Majlis Amanah Rakyat (MARA)

Prosiding ASEAN Psychology & Counselling Conference (APCC) 2018  
Majlis Amanah Rakyat  
ISBN 978-967-15188-7-8

Editor

Salpiah Suradi, PhD

Ahmad Amin Bin Mohamad Sulaiman, PhD

Sa'aidah Binti Abdul Rahman, PhD

Jamaliah Bt Ijak, PhD

Zulkifli Bin Hussain @ Mat Hassan

<i>Armad Amin bin Mohamad Sulaiman &amp; Farhanis Binti Akashah</i>	
Kepimpinan berkesan melalui pengaplikasian kecekapan kecerdasan emosi dalam kalangan barisan pengurusan tertinggi institusi pengajian tinggi <i>Tengku Elmi Azlina Binti Tengku Muda</i>	1
<i>The development of Supervisor, Peer Support Questionnaire (SPSQ)</i> <i>Fatmawati Binti Latada</i>	9
<i>School-based Consultation and adolescents' self-injury</i> <i>Hui Chie Fung &amp; Prof. Madya Dr. Gunasegaran A/L Karuppanan</i>	22
Pembinaan Modul Latihan Pembangunan Profesional Berterusan Berteraskan Kompetensi Kaunseling Pelbagai Budaya (Modul CPD-K <sup>2</sup> PB) <i>Rafidah Aga Mohd Jaladin, Haslee Sharil Lim Abdullah, Salleh Bin Amat, Haniza Binti Rais, Noh Bin Amit, Sakinah Binti Salleh &amp; Azad Athahiri Anuar</i>	31
Teori perkembangan kerjaya dan kepentingannya dalam pilihan kerjaya <i>Dr. Sakhilah Binti Shahkat Ali</i>	44
Modul Psiko-Pendidikan Persediaan Menghadapi Menopaus <i>Salmah Mohamad Yusoff, Gazy Glory Anak Temeling, Siti Norazilah Mohd Said, Mohamad Azhari Abu Bakar &amp; Amalia Madihie</i>	55
Pendekatan guru bimbingan dan kaunseling dalam menangani krisis murid <i>Nor Shafrin Binti Ahmad, Ahmad Amin Bin Mohamad Sulaiman</i>	62
Penyuntikan kaunseling demi cakna kesejahteraan di tempat kerja <i>Mayury Chantiran, Azmawaty Mohamad Nor</i>	68
<i>Caring for A Cure: Rawatan pemulihan klien penyalahgunaan bahan.</i> <i>Nor Shadira Jamaludin</i>	73
Keperluan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan warga emas <i>Nur Dini Dayana Bt Ahmad Rozaino</i>	79
<i>The solutions to workplace sexual harassment as expressed by the labour-force in Lagos State, Nigeria</i> <i>David Obafemi Adebayo, Mohd Tajudin Ninggal &amp; Samuel Kolawole Ajiboye</i>	8
<i>Real-time web-based Work Values Identification and analysis preference in the intake interview sacilitation</i> <i>Othman Mohamed</i>	
<i>Bullying behavior in junior high school students in Pekanbaru City Riau province</i> <i>Roby Maiva Putra, Zulfan Saam, R. Arlizon</i>	



**APCC**  
Workplace Wellbeing  
SUPPORTING THE PEOPLE WHO SUPPORT US

20-27 September 2018  
Pusat Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia

# Modul Psiko-Pendidikan Persediaan Menghadapi Menopaus

- Salmah Mohamad Yusoff  
Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Malaysia Sarawak  
mysalmah@unimas.my
- Gazy Glory Anak Temeling  
Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Malaysia Sarawak  
gazyglory@gmail.com
- Siti Norazilah Mohd Said  
Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Malaysia Sarawak  
mssnorazilah@unimas.my
- Mohamad Azhari Abu Bakar  
Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Malaysia Sarawak  
abmazhari@unimas.my
- Amalia Madihie  
Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Malaysia Sarawak  
mamalia@unimas.my

## Abstrak

Modul Psiko-Pendidikan Persediaan Menghadapi Menopaus ini bertujuan untuk memberi maklumat, pengetahuan dan kefahaman mengenai perubahan dari aspek fizikal dan psikologikal yang akan berlaku pada peringkat peralihan pertengahan usia. Modul ini dibina untuk memberi pengetahuan dan kesedaran kepada wanita mengenai persediaan aspek fizikal dan psikologikal dalam menghadapi menopaus. Kajian rintis dijalankan untuk melihat kesesuaian modul dari pandangan partisipan kajian yang terdiri daripada kaunselor pelatih UNIMAS. Hasil kajian mendapati bahawa modul ini membantu peserta untuk lebih memahami pelbagai pengetahuan khususnya berkaitan dengan konsep menopaus, simptom dan perubahan dari aspek fizikal dan psikologikal yang berlaku pada seseorang wanita pada peringkat peralihan pertengahan usia. Kajian ini menyumbang kepada salah satu bentuk latihan atau modul perkembangan diri yang dibina untuk kaunselor pelatih, khasnya dalam mengendalikannya bimbingan yang memfokuskan aspek kestabilan kesihatan mental dalam menghadapi menopaus.

Kata kunci: pembinaan modul, menopaus, wanita

pendahuluan