



**MEMUPUK SEMANGAT SUKARELAWAN PELAJAR
MELALUI AKTIVITI FORUM DALAM PROSES
PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN BAGI KURSUS
ZT1062 PEMBANGUNAN DIRI DI UKM SERTA
KAITANNYA DENGAN MINAT**

Wan Zulkifli Wan Hassan*, Jamsari Alias, Nazri Muslim, Mohamad Taha &
Aminuddin Basir @ Ahmad

*wenzoul@ukm.my

Universiti Kebangsaan Malaysia

Abstract

Ketidakupayaan pelajar mengaplikasikan konsep yang telah dipelajari dalam bentuk perkataan sendiri secara ilmiah dan intelektual serta kurang minat terhadap pembelajaran mata pelajaran itu menyebabkan pelajar kurang berketerampilan dalam pembinaan personaliti mereka. Ini merupakan satu cabaran kepada pensyarah supaya mereka tidak hanya menyampaikan bahan pengajaran melalui kuliah atau perbincangan di tutoran dengan kaedah yang konvensional, tetapi perlu menggunakan pelbagai kaedah pengajaran untuk menggerakkan minda pelajar dan merangsangkan pelajar untuk menimba ilmu. Sebagai satu usaha untuk mempelbagaikan kaedah pengajaran dan pembelajaran, kajian telah dilakukan bagi memperbaiki kekurangan kaedah pengajaran dan pembelajaran dengan menganjurkan forum untuk memupuk semangat sukarelawan pelajar dalam aktiviti forum supaya mereka mendapati konsep-konsep yang telah dipelajari adalah relevan dengan kehidupan seharian mereka dan seterusnya merangsang minat pelajar untuk terus menimba ilmu tentang pembangunan diri dan diaplikasikan di luar bilik kuliah. Forum itu disusuli dengan satu kajian tindakan. Kajian ini bertujuan untuk meneliti semangat sukarelawan pelajar terhadap forum sebagai satu alternatif pengajaran dan pembelajaran bagi kursus Pembangunan Diri. Sampel kajian ini melibatkan 80 pelajar daripada pelbagai jurusan seperti pengajian Islam, teknologi maklumat, sains teknologi, ekonomi dan perniagaan sesi 2012/2013 yang terlibat secara langsung dalam aktiviti forum. Sampel dibahagi kepada dua kumpulan utama iaitu kumpulan yang menjadi ahli panel dan kumpulan yang menjadi pendengar. Kumpulan panel akan menulis laporan mengenai pengalaman sebanyak dua tahap dari mula menyediakan bahan hinggalah terlibat dengan forum dan perbahasan. Kumpulan pendengar akan dinilai dari segi minat dalam penglibatan mereka terhadap aktiviti forum dan perbincangan semasa forum dan perbahasan dijalankan. Keberkesanan strategi ini adalah berdasarkan analisis terhadap laporan pelajar mengenai forum dan perbahasan yang diadakan. Dapatan kajian menunjukkan forum telah mendapat respon yang positif di kalangan pelajar. Pendekatan forum telah meningkatkan kemahiran pelajar untuk mengaitkan permasalahan semasa dalam menerangkan sesuatu fakta yang telah dipelajari dan menggalakkan semangat sukarela di kalangan pelajar untuk menyelesaikan sesuatu masalah, serta meningkatkan kemahiran berinteraksi dan membina keyakinan diri pelajar. Dengan ini mereka dapat mengasah kemahiran insaniah mereka dan mampu menyelesaikan masalah-masalah dan isu-isu yang berkaitan dengan kemanusiaan.

Keywords: sukarelawan, forum, ZT1062, pembangunan diri, UKM, minat

PENGENALAN

Pengajaran pensyarah boleh dikatakan berkesan apabila pelajar-pelajar yang berada di bawah bimbingannya menunjukkan minat dan telah belajar sesuatu daripada apa yang telah diutarakan oleh pensyarah berkenaan. Manakala pembelajaran pula berlaku apabila wujud sesuatu perubahan terhadap tingkah laku pelajar setelah mereka mengalami proses pengajaran.

Dalam memperkatakan tentang pembelajaran kursus Pembangunan Diri, matlamat pembelajaran tercapai apabila pelajar bukan sahaja untuk memastikan pelajar mengingati isi kandungan yang telah disampaikan, bahkan mereka juga perlu berupaya menghuraikan konsep-konsep yang dipelajari dalam bentuk perkataan sendiri secara ilmiah dan intelektual. Dengan ini mereka dapat memupuk semangat sukarelawan dan mengasah kemahiran insaniah mereka serta mampu menyelesaikan masalah-masalah dan isu-isu yang berkaitan dengan kemanusiaan.

Tambahan pula kursus ini melatih pelajar mengaplikasikan empat kemahiran insaniah iaitu (1) komunikasi yang berkesan dalam pelbagai situasi, (2) kemahiran pemikiran kritikal, penyelesaian masalah dan pendekatan saintifik, (3) kemahiran kepimpinan dan kerja berpasukan, dan (4) kemahiran pengurusan maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat. Pengaplikasian empat kemahiran boleh dilaksanakan menggunakan pendekatan forum yang dilakukan secara berkumpulan. Pelajar dikehendaki mengaplikasikan ke empat-empat kemahiran insaniah tersebut secara praktikal bagi mengukuhkan dan memantapkan elemen-elemen kemahiran insaniah tersebut dalam diri mereka. Keperluan aspek praktikal ini akan melahirkan pelajar yang holistik yang dapat menyumbang secara sukarela kepada masyarakat dan organisasi (Pusat Pengajian Umum, 2011).

Namun kadang-kadang usaha para pensyarah untuk memupuk minat pelajar terhadap pembelajaran kursus Pembangunan Diri akan menemui jalan buntu kerana antara tanggapan pelajar yang salah terhadap kursus ini adalah kerana kursus ini adalah kursus sampingan fakulti dan memerlukan kemahiran insaniah yang tinggi untuk diaplikasikan dalam dunia yang nyata. Ini kadang-kadang boleh menyebabkan minat pelajar UKM dalam kursus ini masih belum dapat mencapai tahap yang dihasratkan oleh pihak universiti.

Masalah ini barangkali mempunyai kaitan rapat dengan metodologi pengajaran yang dipakai. Ini merupakan suatu cabaran kepada pensyarah supaya mereka tidak hanya menyampaikan bahan pengajaran melalui kuliah atau perbincangan di tutorial dengan kaedah yang konvensional iaitu hanya bergantung kepada syarahan yang dikemukakan oleh pensyarah tanpa melibatkan perbincangan secara aktif dengan pelajar. Justeru timbul persoalan, Adakah kaedah forum membantu meningkatkan minat pelajar terhadap pembelajaran kursus Pembangunan Diri? Adakah kaedah forum membantu pelajar dalam pembelajaran kursus Pembangunan Diri? Adakah forum mampu memupuk semangat sukarelawan dalam kalangan mereka?

Sebagai langkah intervensi, kajian ini mengemukakan suatu cadangan agar pendekatan pengajaran berpusatkan pelajar yang menggalakkan penglibatan pelajar secara sukarela perlu diadakan. Dengan ini, ia dapat memotivasikan pelajar agar mereka berminat untuk belajar dan menggalakkan pelajar menimba ilmu dan menerima cabaran untuk terus membina kemahiran mereka serta semangat sukarelawan mereka. Antara method pengajaran yang diperkenalkan oleh pensyarah adalah melalui pendekatan kaedah dan aktiviti forum. Melalui pendekatan dan aktiviti ini adalah diharapkan pelajar menyedari bahawa pembelajaran kursus Pembangunan Diri bukan sekadar memahami teori atau menghafal dan mengingati konsep semata-mata tetapi mereka perlu mengaitkan apa yang dipelajari dengan pelaksanaan dalam kehidupan mereka khususnya memupuk semangat sukarelawan supaya pembelajaran Pembangunan Diri menjadi realistik dan menarik minat mereka.

Berdasarkan latar belakang ini, kajian tindakan ini dijalankan untuk memupuk semangat sukarelawan pelajar melalui aktiviti forum dalam proses pengajaran dan pembelajaran bagi kursus ZT1062 Pembangunan Diri di UKM serta kaitannya dengan minat mereka. Kajian tindakan ini juga bertujuan untuk merintis alternatif yang lebih sesuai untuk memupuk minat pembelajaran Pembangunan Diri dalam kalangan pelajar UKM dan membetulkan persepsi yang salah terhadap pembelajaran Pembangunan Diri.

METODOLOGI

Kajian ini memberi penekanan kepada keberkesanan strategi pembelajaran yang berpusatkan pelajar iaitu forum. Teknik forum merupakan salah satu aktiviti lisan yang sesuai, di mana pelajar akan berkongsi pengetahuan dan pengalaman secara langsung untuk meningkatkan kemahiran menyampaikan idea dan fikiran dengan jelas, objektif, kreatif dan rasional. Untuk menjayakan aktiviti ini, tajuk forum yang dipilih haruslah mudah, menarik dan mencabar selaras dengan kemahiran, pencapaian serta peringkat umur pelajar. Persediaan yang rapi perlu dibuat sama ada sebelum, semasa dan selepas aktiviti. Dalam melaksanakan teknik

forum yang merupakan satu sesi perbincangan yang melibatkan beberapa ahli panel untuk mencanai fikiran dan mengemukakan pendapat tentang sesuatu tajuk dan ia dijalankan secara formal.

Sampel kajian ini melibatkan sebuah kelas yang mempunyai jumlah pelajar sekitar 73 orang yang melibatkan tiga set kursus. Sampel dibahagi kepada dua kumpulan utama iaitu kumpulan yang menjadi ahli panel dan kumpulan yang menjadi pendengar. Kumpulan panel akan menulis laporan mengenai pengalaman sebanyak dua tahap dari mula menyediakan bahan hinggalah terlibat dengan forum. Kumpulan pendengar akan dinilai dari segi minat dan penghayatan mereka terhadap isi forum semasa forum berlangsung. Keberkesanan strategi ini adalah berdasarkan analisis terhadap laporan pelajar terhadap aktiviti forum. Mereka diminta agar mengisi borang yang disediakan sebaik sahaja setiap kali aktiviti selesai.

Bagi kumpulan ahli panel dan kumpulan pendengar, borang ini mempunyai tiga bahagian:

- a. Bahagian A: Bahagian ini mengandungi maklumat mengenai latar belakang responden iaitu jantina, bangsa, umur dan fakulti.
- b. Bahagian B: Bahagian ini mengandungi 26 soalan berkaitan respons pendengar terhadap forum. Pelajar perlu menjawab soalan-soalan dalam bentuk mengemukakan laporan dan pandangan mereka terhadap kaedah forum dan kaitannya dengan minat mereka.
- c. Bahagian C: Bahagian ini hanya mengandungi 6 soalan temu bual bagi mendapatkan respon serta cadangan daripada pelajar.

Data yang dipungut dianalisis dan dikodkan secara kualitatif dengan menggunakan teknik analisis tekstual (content analysis) terhadap laporan yang dijawab oleh pelajar. Ini membolehkan pengkaji memahami dengan lebih mendalam terhadap isu yang dikaji. Terdapat 5 peringkat yang terlibat:

- a. Peringkat 1: Tentukan unit analisis iaitu unit analisis menggunakan perkataan/ayat/perenggan tertentu dan ia ditentukan berdasarkan kepada persoalan kajian.
- b. Peringkat kedua: Memecahkan transkrip kepada unit analisis.
- c. Peringkat 3: Membina kategori.
- d. Peringkat 4: Menandakan unit analisis kepada kategori (pengekodan) iaitu setiap unit maklumat akan dikelaskan mengikut kategori yang telah ditetapkan. Setiap unit maklumat dalam satu kategori tidak boleh bertindih dengan kategori yang lain.

Analisis juga dilakukan dengan menentukan teori/hipotesis daripada data yang dikumpul (*grounded theory*). Begitu juga mencari maklumat yang tersirat di dalam teks (*discourse analysis*), analisis ke atas petunjuk seperti perkataan, bahasa badan dan sebagainya (*semiotic*) dan pemahaman ke atas perspektif/pandangan dan pengalaman seseorang individu atau pelajar (*interpretative phenomenological experience*).

REFLEKSI MASALAH KAJIAN

Kursus Pembangunan Diri antara kursus umum universiti yang ditawarkan kepada pelajar di UKM. Di samping penggunaan kaedah penyampaian kuliah secara konvensional yang lebih kepada berpusatkan pensyarah, ia juga perlu diberi penekanan kepada kaedah yang dilihat berpusatkan pelajar. Ini kerana dengan jumlah pelajar yang besar merentasi fakulti, program dan jabatan serta jumlah kumpulan yang besar, kadang-kadang boleh membantut proses pengajaran dan pembelajaran yang berkesan (Zarina Muhammad, 2007).

Mengikut pemerhatian yang lepas, antara permasalahan yang dihadapi ialah terdapat sebahagian pelajar yang masih lemah dalam penguasaan kemahiran asas dalam isu-isu diperbincangkan. Mereka kurang mahir dalam mengembangkan idea dengan menggunakan perkataan sendiri. Kecenderungan pelajar dalam subjek Pembangunan Diri bergantung kepada tajuk-tajuk yang tertentu sahaja. Mereka kurang mendapat motivasi dari pensyarah dalam mempelajari Pembangunan Diri. Tambahan pula antara faktor mereka kurang berminat terhadap kursus Pembangunan Diri adalah disebabkan waktu kuliah yang kurang sesuai. Ditambah pula masalah saiz pelajar yang besar semasa kuliah, kaedah pengajaran yang menggunakan kaedah kuliah atau syarahan mungkin kurang menarik minat mereka serta kurangnya penglibatan pelajar dalam interaksi bilik kuliah.

Walau bagaimanapun, kaedah pengajaran dan pembelajaran yang berpusatkan pelajar kadang kala akan berhadapan dengan kesulitan disebabkan jumlah pelajar yang ramai dan perlu menggunakan suatu kaedah tambahan.

Justeru kajian ini akan melihat adakah kaedah forum dapat membantu meningkatkan minat pelajar terhadap pembelajaran kursus Pembangunan Diri. Tujuan pendekatan forum ini diketengahkan agar pelajar mendapat pendedahan dan diberi peluang untuk mentafsirkan dan mengaitkan permasalahan semasa dengan teori-

teori pembangunan diri yang telah dipelajari dalam kehidupan mereka. Selain itu, diharap pendekatan forum dapat menanam sikap persaingan yang sihat dalam kalangan pelajar untuk menimba ilmu dan mengembangkan minat dan sikap ingin tahu terhadap fenomena kehidupan mereka.

SOROTAN KARYA BERKAITAN

Dr Ragbir Kaur (2006) mendefinisikan pengajaran sebagai satu proses di mana kegiatan-kegiatan disusun untuk membawa perubahan tingkah laku pada diri pelajar dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Ia juga mengetengahkan cara-cara bagaimana pengajar/pensyarah mengendalikan sesuatu aktiviti pembelajaran secara sistematik dan bukan dengan cara cuba jaya (Ragbir Kaur, 2006). Ini kerana pengajaran adalah usaha yang dilakukan oleh pengajar/pensyarah untuk membantu para pelajar mendapat atau mampu mengubah kemahiran, pengetahuan, sikap, penghargaan atau persepsi mereka (Ragbir Kaur, 2006).

Strategi Pemusatan Pengajar/Pensyarah merupakan strategi pengajaran dan pembelajaran yang telah lama diamalkan di dalam bilik darjah/kuliah. Dalam strategi ini, pengajar/pensyarah menguasai dan mengawal segala aktiviti pembelajaran. Kaedah ini hanya tertumpu kepada penyampaian fakta-fakta kerana pembelajaran pelajar banyak berbentuk mengingat dan menghafal. Justeru pelajar kurang berupaya membuat interpretasi. Akibatnya pelajar-pelajar menjadi kurang kreatif dan berinisiatif (Ragbir Kaur, 2006). Oleh demikian, pengajaran pensyarah hendaklah mempunyai ciri-ciri kreatif, inovatif dan proaktif supaya proses pengajaran dan pembelajaran yang berlangsung boleh menarik minat pelajar dan menjadikan mereka lebih efektif dan efisien.

Antara strategi yang perlu diketengahkan adalah forum. Strategi ini adalah berasaskan kepada pemusatan pelajar dan tugas kerana pelajar digalakkan melibatkan diri dalam aktiviti-aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dirancang oleh pengajar/pensyarah dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Jika tugas yang diberikan dan dirancang oleh pengajar/pensyarah menarik, ia akan dapat menarik minat dan meningkatkan penglibatan murid-murid dalam proses pengajaran dan pembelajaran (Pusat Perkembangan Kurikulum, 1997).

Teknik forum merupakan salah satu aktiviti lisan yang dianggap efektif. Ini kerana ia melibatkan pelajar berkongsi pengetahuan dan pengalaman secara langsung bagi meningkatkan kemahiran menyampaikan idea dan fikiran dengan jelas, kreatif dan rasional. Kaedah ini juga pelajar mampu memantapkan pemahaman dan penerokaan ilmu pengetahuan di samping membolehkan mereka mengasah bakat dan menonjolkan kepetahan berbahasa.

Perbincangan tentang sesuatu isu memberi peluang kepada pelajar untuk berinteraksi di antara satu sama lain serta berkongsi maklumat terhadap sesuatu topik atau masalah dalam pembangunan diri dan personaliti dengan tujuan mencapai sesuatu penyelesaian. Walau bagaimanapun, kaedah forum hanya melibatkan beberapa orang pelajar. Ini menyebabkan pelajar lain hanya mendengar dan sebagai pemerhati kerana tidak melibatkan secara aktif dalam kaedah tersebut (Hazri Jamil, et. al. 2004).

Kaedah forum boleh menggalakkan lagi suasana pembelajaran secara koperatif. Ini kerana menurut Salvin (1991) pembelajaran koperatif adalah satu kaedah yang memerlukan pelajar bekerjasama untuk belajar dan bertanggungjawab ke atas pembelajaran rakan-rakan sepasukan mereka selain daripada pembelajaran mereka sendiri.

Pelajar perlu melibatkan diri secara aktif dalam sesi perbincangan bagi menjayakan aktiviti forum. Di samping itu, mereka dilatih dengan akauntabiliti diri dan bertanggungjawab sesama ahli kumpulan serta dapat memupuk kemahiran dan interaksi sosial (Raghir Kaur, 2006).

HASIL KAJIAN

Kajian ini hanya terbatas kepada kumpulan sasaran iaitu 73 pelajar yang mengikuti Kursus ZZT1062 Pembangunan Diri II yang menuntut di UKM semester 2 sesi 2012-2013. Data yang diperolehi adalah berdasarkan laporan responden dalam borang soalan yang disediakan dan dijadikan sebagai bahan teks kajian.

Ia terdiri dari kalangan lelaki sebanyak 34 orang dan pelajar perempuan sebanyak 39 orang. Hampir kesemuanya berbangsa Melayu dan seorang sahaja dari kalangan warga Indonesia. Responden terdiri dari tiga fakulti iaitu Fakulti Islam seramai 63 orang atau 86.3%, diikuti Fakulti Ekonomi dan Perniagaan seramai 7 orang pelajar atau 9.58% dan selebihnya dari Fakulti Sains dan Teknologi iaitu hanya 3 orang atau 4.12%.

Dari 73 orang, majoriti dalam kalangan mereka iaitu 40 orang pelajar atau 54.8% belum pernah terlibat dengan aktiviti forum sebelum melangkah ke UKM. Seramai 25 responden atau 34.25% sahaja yang pernah terlibat dengan aktiviti forum. Manakala selebihnya iaitu 8 orang responden atau 10.95% menjawab kurang pasti sama ada mereka pernah terlibat atau belum.

Kajian ini cuba melihat sama ada kaedah forum berkesan dalam pembelajaran Pembangunan Diri ataupun tidak dan kaitannya dengan minat pelajar. Hasil kajian mendapati, majoriti responden iaitu 49 orang atau 67.12% setuju forum sesuai dilaksanakan dalam pengajaran dan pembelajaran. Ini kerana menurut mereka dengan kaedah pengajaran yang sama iaitu syarahan dan tayangan *power point* sahaja boleh menyebabkan pelajar rasa jemu dan bosan. Justeru dengan pelbagai pendekatan pengajaran menjadikan suasana pengajaran dan pembelajaran lebih menarik dan memupuk minat pelajar serta tidak membosankan seperti tayangan video, gambar-gambar, jenaka, cerita dan sebagainya. Memandangkan waktu kuliah bagi Kursus Pembangunan Diri diadakan di sebelah petang, sewajarnya pensyarah menggunakan pelbagai kaedah tersebut, pelajar dapat didedahkan dengan cabaran-cabaran dengan aktiviti-aktiviti yang disertai oleh pelajar. Namun terdapat segelintir responden iaitu 7 orang atau 9.5% yang mengatakan forum kurang sesuai dilaksanakan dalam pengajaran dan pembelajaran. Sementara 17 orang atau 23.38% mengatakan kurang pasti adakah kaedah tersebut sesuai ataupun tidak. Hal ini berlaku kerana kemungkinan sebahagian pelajar berminat dengan satu kaedah pengajaran seperti kuliah yang disampaikan oleh pensyarah kerana ia akan mudah difahami dan diketahui dengan cara yang mendalam berbanding dengan menggunakan kaedah forum oleh pelajar kerana boleh menimbulkan kekeliruan terhadap tajuk-tajuk yang dibincangkan.

Walau bagaimanapun majoriti pelajar memberi respon yang positif bahawa kursus PD banyak membantu dalam mengendalikan forum yang dianjurkan. Ini kerana kajian mendapati seramai 56 orang atau 76.72% responden mengatakan kursus PD banyak membantu mereka dalam mengendalikan forum. Sementara hanya 6 orang atau 8.2% sahaja yang kurang setuju bahawa kursus PD dapat membantu mereka dalam mengendalikan kuliah. Manakala 11 orang atau 15.08% memberi jawapan tidak pasti.

Apa yang menarik, majoriti pelajar menunjukkan kesungguhan dan semangat sukarelawan yang sangat tinggi sebelum mereka mengadakan forum dalam kelas. Ini kerana seramai 56 orang atau 76.7% yang bersetuju bahawa mereka mampu menyusun strategi bagi memperoleh data dan maklumat untuk dibentangkan di dalam forum. Manakala 10 orang atau 13.7% yang menjawab tidak pasti dan hanya 7 orang atau 9.6% sahaja yang tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Ini menggambarkan kebanyakan dari kalangan mereka telah membuat persiapan yang cukup sebelum mereka terlibat dalam aktiviti forum. Bahkan majoriti responden iaitu seramai 50 orang atau 68.5% menunjukkan pendapat tidak setuju terhadap alasan yang mengatakan bahawa forum tidak sesuai dipraktikkan ke atas pelajar baru. Hanya 3 orang atau 4.1% sahaja. Sementara 20 orang atau 27.4% yang memberi jawapan tidak pasti.

Kajian juga mendapati bahawa forum mampu mengembangkan domain kognitif yang tinggi pelajar dan dapat meningkatkan keupayaan pelajar untuk menyelesaikan masalah. Menurut majoriti responden iaitu seramai 63 orang atau 86.3% bersetuju mengatakan bahawa forum dapat meningkatkan keupayaan pelajar untuk menyelesaikan masalah. Hanya 2 orang atau 2.73% sahaja yang menunjukkan tidak setuju dan selebihnya seramai 8 orang atau 10.97% yang tidak pasti atas pernyataan di atas. Bagi mendapat gambaran secara lebih jelas, lihat Jadual 1 di bawah:

Jadual 1. Forum Meningkatkan Keupayaan Menyelesaikan Masalah

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	63	86.30
2	Tidak pasti	8	10.97
3	Tidak setuju	2	2.73
Jumlah		73	100.00

Justeru itulah majoriti daripada mereka iaitu seramai 53 orang atau 72.6% berpendapat perbahasan dalam forum tersebut dianggap tidak membosankan dan tidak membazir masa. Bagi mereka forum boleh memperkembangkan lagi kreativiti pelajar, meningkatkan kemahiran dalam menyelesaikan masalah dan mampu mengolah isu-isu semasa dengan berkesan. Namun begitu, 5 orang atau 6.84% responden sahaja yang mengatakan forum dilihat boleh menyebabkan mereka merasa bosan dan membazir masa. Selebihnya, 15 orang atau 20.56% daripada responden kurang pasti dengan pernyataan tersebut.

Selain itu, kesesuaian topik-topik yang dipilih oleh setiap kumpulan dan dibincangkan dalam forum juga dapat menggalakkan pembelajaran PD secara mendalam. Berdasarkan analisis, sebanyak 57 orang atau

78.08% daripada responden bersetuju mengatakan topik-topik yang dipilih mereka dalam forum mampu membangunkan semangat kesukarelaan dan kerjasama yang tinggi dalam kalangan mereka.. Ini kerana topik yang dibincangkan dalam forum dan perbahasan mempunyai kesesuaian dengan tajuk-tajuk kursus. Hanya 7 orang atau 9.58% daripada responden sahaja yang menyatakan kurang setuju dengan pernyataan di atas kerana bagi mereka kemungkinan topik yang dibincangkan adalah kurang sesuai dengan apa yang dibincangkan dalam PD. Manakala responden yang lain iaitu 9 orang 12.34% yang menjawab tidak pasti terhadap pernyataan di atas.

Selain daripada membangunkan kemahiran insan dan pembelajaran PD secara mendalam, forum juga dapat memperkembangkan kemahiran berkomunikasi antara pelajar. Ini jelas ditunjukkan bahawa hampir keseluruhan responden iaitu 72 orang atau 98% daripada responden yang bersetuju mengatakan forum dalam pengajaran dan pembelajaran PD boleh memperkembangkan kemahiran berkomunikasi antara pelajar. Ini kerana, kebanyakan mereka yang mengambil bahagian dalam aktiviti forum dan perbahasan telah membuat persediaan sama ada dari sudut bahan-bahannya dan mental mereka.

Bukan itu sahaja, forum juga dijadikan medan oleh mereka untuk mempamerkan kemahiran komunikasi bukan lisan. Ini kerana seramai 48 responden atau 65.75% yang bersetuju mengatakan bahawa forum dapat membantu mereka mempamerkan kebolehan mereka dalam komunikasi bukan lisan.

Walau bagaimanapun, terdapat sebanyak 11 orang atau 15.06% daripada responden yang membuat pendirian bahawa forum kurang membantu mereka mempamerkan kebolehan mereka dalam komunikasi bukan lisan. Wujud juga dalam kalangan responden iaitu sebanyak 14 orang atau 19.19% yang menunjukkan sikap tidak pasti dengan pernyataan ini. Bagi mendapat gambaran secara lebih jelas, lihat Jadual 2 di bawah:

Jadual 2. Forum Boleh Mempamerkan Komunikasi Bukan Lisan

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	48	65.75
2	Tidak Setuju	11	15.06
3	Tidak Pasti	14	19.19
Jumlah		73	100.00

Apa yang menarik, ramai dalam kalangan responden menunjukkan sikap yang positif terhadap kaedah forum dan keberkesanannya berbanding kaedah pengajaran secara kuliah. Ini kerana hasil kajian yang mendapati 40 orang atau 54.79% daripada responden bersetuju mengatakan kaedah pengajaran berdasarkan teknik forum yang disertai oleh pelajar lebih berkesan berbanding kuliah yang disampaikan oleh pensyarah. Kemungkinan mereka bertanggapan bahawa pengajaran dan pembelajaran secara kuliah hanya melibatkan satu hala dan kurang menarik sehingga menyebabkan terdapat pelajar kurang memberi perhatian kepada topik yang diajar serta menyebabkan pelajar tertidur. Bagi mereka teknik forum, pelajar lebih memahami tentang sesuatu topik dengan lebih jelas kerana komunikasi dua hala di samping teknik tersebut menyebabkan mereka saling bantu-membantu antara satu sama lain. Selain itu, pendekatan ini juga memberi peluang kepada pelajar interaksi antara ahli panel dan pendengar.

Sementara 25 orang atau 34.25% daripada responden kurang pasti dengan pernyataan di atas. Kemungkinan bagi mereka idea dan maklumat yang diutarakan oleh mereka dalam forum kadang-kadang kurang memberi suatu gambaran yang menyeluruh dan sewajarnya diberi penerangan oleh pensyarah kerana ia kurang sesuai dengan tahap pengetahuan seseorang pelajar.

Selebihnya, 8 orang atau 10.96% daripada responden yang menganggap kuliah yang disampaikan oleh pensyarah lebih menarik berbanding teknik forum. Kemungkinan antara sebab mengapakan mereka mengatakan demikian adalah penjelasan yang dikemukakan oleh pensyarah lebih mendalam kupasan terhadap setiap isu yang dibangkitkan. Tutar kata dan cara penyampaian pensyarah juga lebih teratur dan mudah difahami kerana setiap isi yang dihuraikan dan diterangkan yang disertai dengan contoh-contoh berdasarkan ilmu pensyarah yang meluas dan pengetahuan yang lebih mendalam terhadap setiap topik yang dibincangkan. Tambahan pula forum yang dikendalikan oleh pelajar kadang-kadang kurang memberi kefahaman kepada pelajar-pelajar lain berbanding pensyarah disebabkan oleh cara penyampaian pelajar kurang memberi kesan kepada pendengar yang lain. Huraian di atas boleh dilihat dengan lebih lanjut seperti Jadual 3.

Selain menggambarkan keberkesanan kaedah pengajaran, kajian juga mengenal pasti kaitannya dengan minat pelajar. Hasil kajian juga menunjukkan majoriti responden iaitu 49 orang atau 67.12% daripada responden bersetuju bahawa forum dapat menimbulkan minat terhadap pembelajaran PD dalam kalangan mereka. Bagi

mereka pembelajaran kursus PD bukan sekadar memahami teori atau menghafal dan mengingat konsep semata-mata tetapi perlu dipraktikkan dalam kehidupan mereka.

Jadual 3. Kaedah Forum Kurang Menarik Berbanding Pembentangan Pensyarah

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	8	10.96
2	Tidak Setuju	40	54.79
3	Tidak Pasti	25	34.25
Jumlah		73	100.00

Namun begitu, terdapat segelintir pelajar iaitu hanya 3 orang atau 4.12% sahaja daripada responden mengatakan forum tidak dapat menimbulkan minat terhadap pembelajaran PD dalam kalangan mereka. Antara alasan mereka adalah, untuk melaksanakan aktiviti forum, ia memerlukan format tertentu sehingga terdapat dari kalangan mereka yang kurang mengetahui cara untuk mengendalikan forum tersebut.

Walau bagaimanapun terdapat sebahagian responden iaitu seramai 21 orang atau 28.76% responden memberi jawapan tidak pasti terhadap pernyataan di atas. Bagi mereka, timbul rasa minat adalah berdasarkan kepada persembahan yang ditunjukkan oleh ahli panel. Jika ahli panel tidak menunjukkan persembahan yang baik, ia akan menyebabkan aktiviti forum tersebut kurang menarik. Huraian di atas boleh dilihat dengan lebih lanjut seperti Jadual 4 di bawah

Jadual 4. Forum Dapat Menimbulkan Minat Pelajar

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	49	67.12
2	Tidak Setuju	2	4.12
3	Tidak Pasti	21	28.76
Jumlah		73	100.00

Bagi mengukuhkan lagi dapatan di atas, kajian mendapati kebanyakan pelajar iaitu 62 orang atau 84.94% daripada responden bersetuju mengatakan bahawa forum mampu mengembangkan lagi kemahiran dalam pengurusan maklumat secara mendalam dan pembelajaran sepanjang hayat. Ini kerana, forum bukan sahaja dapat membina keyakinan mereka bahkan ia berupaya mendapatkan maklumat dan mengolahnya dengan lebih berkesan.

Manakala seramai 4 orang atau 5.5% daripada responden sahaja yang mengatakan tidak bersetuju forum mampu mengembangkan kemahiran dalam pengurusan maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat. Alasan mereka adalah teknik forum dan perbincangan, kurang membantu pelajar mempamerkan kebolehan mereka serta mengembangkan kemahiran mereka dalam pengurusan maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat kerana sesetengah pelajar kurang bersedia sehingga menyebabkan forum yang dikendalikan oleh mereka kurang tersusun dan tertumpu pada teks sahaja. Di samping itu juga, terdapat sesetengah ahli panel kurang mahir dalam membincangkan sesuatu isu menyebabkan pelajar merasa bosan dan mengantuk. Manakala selebihnya, 7 orang atau 9.56% daripada responden menyatakan kurang pasti terhadap pernyataan di atas. Huraian di atas boleh dilihat dengan lebih lanjut seperti Jadual 5 di bawah:

Jadual 5. Kaedah Forum Boleh Mengembangkan Kemahiran Dalam Pengurusan Maklumat dan Pembelajaran Sepanjang Hayat

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	62	84.94
2	Tidak Setuju	4	5.50
3	Tidak Pasti	7	9.56
Jumlah		73	100.00

Forum bukan sahaja mampu mengembangkan kemahiran pengurusan maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat, bahkan ia juga menggalakkan pelajar agar berfikir secara kritis dan mampu mengenal pasti serta mensintesiskan permasalahan secara terperinci. Hal ini boleh dilihat berdasarkan jawapan yang dikemukakan oleh responden apabila majoriti dari kalangan mereka iaitu 59 orang atau 80.82% yang mengatakan setuju

bahawa forum dalam pengajaran dan pembelajaran mampu menggalakkan pelajar berfikir secara kritis dan mampu mengenal pasti serta mensintesis permasalahan secara terperinci. Hanya 4 responden atau 5.47% sahaja mengatakan tidak setuju terhadap pernyataan di atas. Manakala 10 orang atau 13.71% yang menjawab tidak pasti.

Berdasarkan analisis juga, forum memberi peluang kepada pelajar untuk membina sifat kepimpinan dalam diri mereka dan memupuk semangat kesukalerawan dalam kalangan mereka. Ini kerana terdapat 83.56% daripada responden bersetuju menyatakan bahawa perbincangan forum memberi peluang kepada pelajar untuk membina sifat kepimpinan dalam diri mereka dan memupuk semangat kesukalerawan dalam kalangan mereka. Hanya 4.1% daripada responden yang tidak bersetuju dengan pernyataan ini. Selebihnya iaitu 12.34% yang berpendirian kurang pasti terhadap pernyataan tersebut.

Jadual 6. Kaedah Forum Boleh Membina Sifat Kepimpinan Dalam Diri Mereka Dan Memupuk Semangat Kesukalerawan

Bil	Perkara	Jumlah	Peratus
1	Setuju	61	83.56
2	Tidak Setuju	3	4.4
3	Tidak Pasti	9	12.34
Jumlah		73	100.00

Sementara itu hampir kesemua responden iaitu 94.52% mengatakan setuju bahawa forum dapat membantu mengeratkan hubungan sesama rakan dengan adanya kerja berpasukan. Hanya 5.48% sahaja daripada responden yang tidak bersetuju dengan pernyataan ini.

RUMUSAN

Kaedah pengajaran forum banyak memberi kesan yang positif kepada pelajar serta boleh menanamkan minat pelajar dan memberi pembelajaran secara mendalam. Ia juga mampu meningkatkan keupayaan pelajar dalam menyelesaikan masalah dan menggalakkan komunikasi yang membina di kalangan pelajar serta berjaya memupuk semangat sukarelawan dalam kalangan mereka.

Walau bagaimanapun, faktor-faktor kelemahan dari sudut kemahiran, pengalaman dan pengetahuan dalam kalangan pelajar yang membuat persembahan dalam forum menyebabkan minat pendengar atau pelajar berkurangan sehingga keberkesanannya kurang menyerlah jika hendak dibandingkan dengan persembahan daripada pensyarah. Dalam masa yang sama, pensyarah perlu mengambil pelbagai inisiatif terhadap kaedah pengajaran dan pembelajaran agar pelajar tidak merasa bosan dan kurang berminat dengan kursus PD.

Justeru, teknik forum tidak seharusnya diadakan dalam waktu kuliah sahaja tetapi ia boleh dilakukan secara ringkas dalam waktu-waktu lain. Ini boleh membantu pelajar untuk mempertingkatkan kemahiran mereka dalam komunikasi, pemikiran kritis, penyelesaian masalah, kepimpinan, kerja berpasukan, pengurusan maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat.

Pelajar beranggapan bahawa pendekatan forum dalam kursus PD merupakan kaedah yang menyeronokkan kerana mereka berpeluang untuk berbincang antara satu sama lain dan bertukar-tukar idea dengan dibimbing oleh pensyarah. Forum juga boleh dilakukan dengan menggunakan teknologi maklumat seperti dalam i-Folio dan seumpamanya. Pendekatan ini juga boleh memupuk mereka ke arah melahirkan insan yang lebih berketerampilan dan cemerlang dalam kerjaya.

CADANGAN

Berdasarkan penemuan analisis kajian, beberapa cadangan telah dibuat bagi memperbaiki kekurangan yang ada dalam proses pengajaran dan pembelajaran Kursus ZZZT1062 Pembangunan Diri di UKM agar keberkesanan kaedah forum dan perbahasan dapat meningkatkan lagi semangat kesukarelawan serta lebih menarik lagi minat pelajar:

Persediaan Pelajar Yang Mencukupi

Salah satu sebab pelajar menganggap forum kurang berkesan dan menarik adalah kerana pelajar kurang bersedia untuk membuat suatu persembahan yang menarik dan meyakinkan. Justeru pensyarah perlu mewujudkan suasana pembelajaran secara kolaboratif dan koperatif terlebih dahulu dalam kelas tutorial agar mereka dapat berbincang antara satu sama lain, mengemukakan idea dan bertukar-tukar pendapat.

Perbincangan tersebut mampu membantu mereka membuat persembahan yang baik dalam forum yang akan diadakan. Ini kerana menurut Saemah (2009) dengan pendekatan seumpama itu mereka dapat belajar bekerja dengan pelbagai individu dan mempunyai banyak peluang untuk membuat refleksi tentang pelbagai respon yang timbul. Mereka juga berpeluang menambah perbincangan dengan pelbagai isu berkaitan tamadun dari perspektif yang berbeza

Forum dan Perbahasan Mini Dalam Tutorial Dan Laman Web

Teknik forum tidak seharusnya diadakan dalam waktu kuliah sahaja tetapi ia boleh dilakukan secara ringkas dalam waktu tutorial. Ini boleh membantu pelajar untuk memupuk semangat kesukarelawan dalam kalangan mereka dan mempertingkatkan kemahiran mereka dalam forum dan perbahasan. Di samping itu, dengan mengadakan forum mini, pelajar akan beranggapan bahawa pendekatan tersebut merupakan kaedah yang menyeronokkan kerana mereka berpeluang untuk berbincang antara satu sama lain dan bertukar-tukar idea dengan dibimbing oleh pensyarah. Bahkan forum juga boleh dilakukan dengan menggunakan teknologi maklumat seperti dalam i-FOLIO dan seumpamanya. Ini kerana menurut Supyan (2009) forum antara pelajar tidak terhad kepada ruang fizikal dan ruang masa disebabkan adanya kemudahan teknologi maklumat melalui komputer, internet dan telefon bimbit. Pensyarah boleh mengemukakan soalan-soalan yang berkaitan dengan isu-isu berkaitan pembinaan personaliti yang akan dibincangkan. Pelajar juga boleh mengemukakan pertanyaan atau persoalan mengenai pembangunan diri pada bila-bila masa.

Mewujudkan Pembelajaran Secara Kontekstual

Pertandingan forum dan perbahasan yang dianjurkan perlu dipertingkatkan agar minat pelajar terhadap pembelajaran pembinaan personaliti seseorang atau secara khususnya semangat kesukarelawan dapat dipupuk. Ini kerana mereka bukan sahaja mempelajari ilmu pembangunan diri secara teori tetapi mereka juga perlu menghayati kesesuaian pembelajaran ilmu pembangunan diri dengan kehidupan mereka. Justeru dicadangkan pensyarah dan mereka yang terlibat agar memperkasakan modul Pembangunan Diri untuk menggalakkan pembelajaran kontekstual dan mampu menyesuaikan bahan bacaan yang diajar dengan kehidupan mereka.

PENUTUP

Generalisasi dapatan kajian ini adalah berdasarkan respon 73 sampel pelajar yang mengambil bahagian dalam aktiviti forum. Oleh itu kajian yang lebih menyeluruh perlu dijalankan melibatkan sampel yang lebih ramai dan bilangan soalan selidik juga perlu ditambah bagi mendapatkan gambaran yang lebih tepat serta lebih ramai lagi yang terlibat dalam aktiviti yang menggambarkan kerjasama dan kesukarekawan.

RUJUKAN

- Hazri Jamil, et. Al. (2004). Pengantar Kaedah Mengajar Mata Pelajaran Ilmu Kemanusiaan, Shah Alam: Karisma Publications.
- Ragbir Kaur. (2006). Panduan Ulangkaji Ilmu Pendidikan Untuk Kursus Perguruan Lulusan Ijazah (KPLI), Subang Jaya: Kumpulan Budiman Sdn. Bhd.
- Saemah Rahman. (2009). Pembelajaran Kolaboratif dan Koperatif, Panduan Amalan Pengajaran & Pembelajaran Berkesan, Bangi: Pusat Pembangunan Akademik, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Samri Sainuddin dan Ishak Haron (2004), Pengalaman Mengajar TITAS di UPSI, Prosiding Bengkel Kebangsaan Ketiga, Pengajaran TITAS di IPTA 2004 anjuran Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Slavin, R.E. (1991). An Introduction to Curriculum Research and Development. London: Heineman
- Supyan Hussin. (2009). Pengendalian Forum Atas Talian, Panduan Amalan Pengajaran & Pembelajaran Berkesan, Bangi: Pusat Pembangunan Akademik, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Pusat Perkembangan Kurikulum. (1997). Aplikasi Teori Kecerdasan Pelbagai dalam Pengajaran dan Pembelajaran, Kuala Lumpur: Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Zarina Muhammad. (2007). Pelaksanaan Kaedah Student Centered Learning (SCL) dalam Pengajaran dan Pembelajaran Kurikulum Tamadun Islam, Tamadun Asia & Kenegaraan Malaysia di Universiti Putera Malaysia, Jurnal Pengajian Umum, 8, UKM: Pusat Pengajian Umum.



ISDC2014 CONFERENCE PROCEEDINGS

ISBN: 978-967-0474-74-8

PERUBAHAN KADAR FERTILITI DAN MORTALITI PENDUDUK PELBAGAI ETNIK DI MALAYSIA (2000- 2010)

Nurhayati Ibrahim, Nurhidayah Rosle, Mohd Mahzan Awang, Faridah Mydin Kutty
& Abdul Razaq Ahmad

nurhayati8860@gmail.com
Universiti Kebangsaan Malaysia

Abstract

Data fertiliti dan mortaliti merupakan pembolehubah demografi penting dalam melihat pertumbuhan penduduk sesebuah negara. Di Malaysia kajian keatas unjuran pertumbuhan penduduk memberikan kesan signifikan ke atas pembangunan ekonomi dan sosial. Mengikut Malthus "kematian, penyakit dan peperangan akan membawa kepada kestabilan sesebuah populasi manusia secara semulajadi". Justeru analisis dalam kajian ini bertujuan melihat kadar fertiliti dan mortaliti penduduk di Malaysia sepanjang tempoh 10 tahun bermula tahun 2000 hingga 2010. Secara terperinci kajian ini adalah untuk melihat trend fertiliti dan mortaliti daripada aspek jantina, etnik, kumpulan umur dan status sosioekonomi penduduk. Kajian ini juga akan mengupas faktor kadar fertiliti dan mortaliti berlaku penurunan dan peningkatan serta perbezaan antara kadar kedua-dua pemboleh ubah ini. Kajian ini menggunakan analisis secara "Time series" iaitu dengan membuat penelitian terhadap kadar kelahiran dan kematian kasar terhadap sumber daripada Jabatan Perangkaan Negara. Dapatan kajian menunjukkan berlaku peningkatan populasi yang ketara bagi kategori umur bawah 14 tahun pada tahun 2000 hingga 2002. Dapatan kajian menunjukkan bahawa kadar kelahiran lebih tinggi berbanding kadar kematiann. Walaubagaimanapun data menunjukkan mortaliti dalam kalanga bayi lebih tinggi berbanding dengan kanak-kanak dan orang dewasa. Jangka hayat masyarakat cina di malaysia menunjukkan peningkatan yang lebih berbanding etnik lain. Dari segi gender jangka hayat penduduk wanita di Malaysia lebih tinggi berbanding lelaki. Berdasarkan data-data sekunder ini, kualiti hidup rakyat malaysia turut dibincangkan dalam artikel ini. Secara keseluruhan, artikal ini mengetengahkan aspek penting dalam pengajian kependudukan dan kesejahteraan rakyat termasuk saiz, struktur dan arah (projection) penduduk negara pada masa akan datang.

Keywords: *fertiliti, mortaliti, ekonomi, sosial, etnik*

PENGENALAN

Malaysia merupakan sebuah negara yang terdiri daripada pelbagai kaum dan berbilang agama. Kaum Melayu merupakan etnik terbesar di Malaysia dan diikuti oleh kaum-kaum lain seperti Cina, India dan lain-lain. Sejak lebih daripada lima dekad yang lalu, komposisi penduduk Malaysia yang terdiri daripada pelbagai etnik ini telah berubah baik daripada segi kadar kelahiran, kadar kematian, penghijrahan, struktur umur dan jantina. Situasi ini dipengaruhi oleh pembangunan dan perubahan sosioekonomi yang berlaku di Malaysia sejak kebelakangan ini dan ia telah meninggalkan impak ke atas profil demografi penduduk khususnya dalam aspek fertiliti, mortaliti dan migrasi. Perubahan profil demografi penduduk dijangka akan terus berlaku tatkala

negara Malaysia terus berusaha bagi mencapai status negara maju menjelang tahun 2020. Perbandingan antara jangka masa di atas menunjukkan bahawa kadar pertumbuhan sekarang ini adalah lebih tinggi sedikit dari kadar pertumbuhan bagi 1970 - 1980. Ini adalah disebabkan oleh kadar kesuburan yang lebih tinggi dalam tahun lima puluhan dan enam puluhan dan bertambahnya jumlah wanita-wanita muda yang mencapai umur perkahwinan.

Berdasarkan kajian Lim Chong Yah 1967, dalam sejarah pertumbuhan penduduk Semenanjung Malaysia, unsur fertiliti dan mortaliti memainkan peranan penting selepas perang dunia kedua. Kesan ini juga dirasakan oleh negara jiran dengan meningkatnya kemasukan migran untuk mencari pekerjaan telah menyumbang kepada kadar pertumbuhan penduduk di negara ini. Menurut kajian (Jackson,1961;Vlieland,1932 dan Nathan,1922) Pertumbuhan penduduk Negara sebelum ini lebih banyak dipengaruhi oleh faktor migrasi (Hairi Abdullah, 1989).

FAKTOR-FAKTOR MEMPENGARUHI PERUBAHAN FERTILITI SERTA MORTALITI PENDUDUK

Pengaruh Pendidikan Formal

Pendidikan memainkan peranan penting ke atas kehidupan seseorang manusia. Selain menjadi salah satu saluran untuk mencapai mobiliti sosial secara menegak, pendidikan juga berperanan mengubah cara manusia berfikir dan menguruskan diri dan alam sekelilingnya, termasuk berkaitan hidup berkeluarga. Dalam konteks ini, pendidikan dilihat berkaitan rapat dengan amalan melewati perkahwinan dan mengawal bilangan kelahiran. Tindakan untuk melanjutkan pelajaran ke peringkat lebih tinggi menyebabkan ramai daripada kalangan wanita dan juga lelaki telah menangguhkan urusan perkahwinan atau mendirikan rumahtangga ke usia yang lebih lewat. Tindakan sedemikian telah menyebabkan baki usia reproduktif seseorang wanita telah berkurangan, lantaran membawa kepada pengurangan jumlah anak yang mampu dilahirkan wanita berkenaan apabila mendirikan rumah tangga kelak. Menurut Weeks, J R. (2002) berdasarkan data bancian dari sumber-sumber kesihatan di Amerika Syarikat pada tahun 1991 jelas menunjukkan bahawa semakin tinggi pendidikan seorang wanita itu maka semakin kurang bilangan anak yang dipunyainya. Pengalaman di Malaysia menunjukkan terdapat seolah-olah wujud korelasi secara negatif antara pendidikan dengan kelahiran anak. Di Semenanjung Malaysia, peratus peningkatan wanita dalam pendidikan formal adalah sebanyak 69.4% berbanding penduduk lelaki yakni 63.8%. Di Sabah, peratus peningkatannya adalah lebih tinggi lagi dengan masing-masing lelaki dan wanita mencatatkan peningkatan sehingga 117.6 peratus dan 147.2 peratus dalam tempoh 24 tahun ini. Bagi Sarawak pula, trend peningkatan yang sama turut diperhatikan dengan peningkatan peratus penduduk lelaki berpendidikan formal adalah sebanyak 55.8 peratus, manakala wanita pula di sekitar 72.8 peratus.

Secara keseluruhan, trend peningkatan peratusan wanita dalam berpendidikan formal yang tinggi di ketiga-tiga wilayah tersebut telah memberi impak tertentu ke atas tingkat fertiliti di negara ini. Peningkatan peluang menimba pengetahuan dan kemahiran ke tahap lebih tinggi di kalangan wanita telah menyebabkan ramai berpeluang menceburi bidang-bidang pekerjaan yang lebih luas, lantas telah menangguhkan perkahwinan masing-masing ke usia lebih lewat. Tindakan sedemikian telah membawa kepada berkurangnya penduduk melahirkan anak pada usia lebih muda berbanding beberapa dekad sebelum ini. Hakikatnya, perubahan yang berlaku ke atas institusi keluarga ini juga telah membawa kepada perubahan dalam cara pasangan menguruskan perlakuan reproduktif mereka.

Pengaruh Kos Sara Hidup dan Amalan Merancang Keluarga

Malaysia merupakan sebuah negara yang pesat membangun. Ini berlaku sejak kemerdekaan pada tahun 1957, yang mana ia telah mengalami pelbagai perubahan yang baik dalam bidang politik, mahupun dalam bidang sosial dan ekonomi. Kesemua perubahan yang berlaku ini, semestinya membawa kesan-kesan terhadap perkembangan ekonomi dan sara hidup di Malaysia. Tambahan lagi, kemajuan Malaysia dapat juga dilihat dari segi teknologi baru yang mana dapat menyaingi negara lain. Walau bagaimanapun, Malaysia tidak tertinggal dengan menghadapi masalah dari pelbagai aspek dan aspek yang sering menjadi isu adalah seperti kos sara hidup, yang mana dapat dilihat kos sara hidup semakin meningkat dari semasa ke semasa. Hal ini banyak memberi kesan kepada masyarakat di mana kebanyakan masyarakat terpaksa bekerja lebih masa bagi menampung perbelanjaan harian mereka (Kosmo Online, 25 Jun 2008).

Berdasarkan kajian oleh LPPKN (2004), secara keseluruhannya peratusan wanita yang mempraktikkan amalan merancang keluarga di negara ini agak tinggi. Kajian juga mendapati wanita di Sarawak mencatatkan peratusan agak tinggi dalam mengamalkan perancangan keluarga mengikut kaedah moden seperti penggunaan pil dan tubaligasi. Sementara, di Semenanjung Malaysia pula, penggunaan pil (26.9%), kondom (14.3%) dan

tubaligasi (12.6%) merupakan tiga kaedah moden yang paling banyak digunakan. Bagi kaedah bukan moden, cara waktu selamat adalah popular di Semenanjung Malaysia (17.9%) berbanding di Sabah (14.5%) dan Sarawak (11.7%). Pengaruh pendedahan wanita kepada pendidikan dan penglibatan mereka dalam pekerjaan dikenalpasti telah meningkatkan lagi pendedahan mereka kepada program-program perancangan keluarga tersebut, dan sekaligus membantu ke arah penurunan fertiliti di peringkat unit isi rumah.

Pengaruh Kesihatan dan Amalan Gaya Hidup Sihat

Dalam aspek penjagaan kesihatan, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti kurang tahap pengetahuan dan kesedaran tentang kesihatan, kekangan masa, kurang menitikberatkan pengambilan makanan sihat, masa pemakanan yang tidak konsisten, rehat dan tidur kurang sistematik serta prinsip-prinsip penjagaan kesihatan yang disarankan dalam Islam tidak diamalkan. Dari segi penjagaan pemakanan, faktor-faktor yang mempengaruhinya ialah pemilihan makanan yang tidak berlandaskan tuntutan agama, pengabaian dalam aspek kebersihan dan kehalalan makanan, suka mengambil makanan secara berlebihan, kurang tahap pengetahuan dan kesedaran serta sikap sambil lewa dalam memilih makanan.

Tahap kesihatan merupakan faktor penting dan masyarakat harus memberi keutamaan dalam penjagaan kesihatan yang boleh membantu kesejahteraan dan keseimbangan sesebuah komuniti. Komuniti yang sihat sepenuhnya akan menghasilkan sebuah negara yang produktif serta melahirkan individu yang berada dalam keadaan tenang secara fizikal, psikologi dan mental. Hanya dengan keadaan seperti ini komuniti akan berada dalam harmoni, tenang dan bergerak ke arah yang lebih baik pada masa akan datang.

Malahan, penyesuaian kesihatan keluarga memainkan peranan penting dalam membantu kepada kesejahteraan komuniti. Komuniti yang sejahtera adalah lahir daripada keluarga yang sihat dan makmur. Kebergantungan dua aspek ini sangat mempengaruhi keadaan keseluruhan alam sekitar termasuklah keharmonian sesebuah negara. Namun, kesihatan keluarga secara khasnya melibatkan urusan keluarga yang bebas daripada perceraian, gejala sosial, dan bebas mencari nafkah yang halal. Setiap keluarga yang sihat sudah pasti akan melalui perkara-perkara tersebut sehingga mencapai sebuah keluarga yang sejahtera. Kesejahteraan keluarga banyak bergantung kepada lokus kawalan kesihatan. Elemen ini merujuk dalam diri manusia yang bertindak sebagai kebolehan individu untuk mengawal kesihatan diri berasaskan kepada lokus kesihatan dalaman dan luaran (Makzan, 1992).

Lokus kawalan kesihatan dalaman ialah pengawalan dari segi pemakanan, kebersihan diri, penggunaan rawatan dan lain-lain. Manakala, lokus kawalan kesihatan luaran merujuk kepada faktor nasib, takdir, doa, kuasa ghaib, bala, dan melanggar pantang larang (Makzan, 1992). Justeru, elemen kekeluargaan dan komuniti yang sihat wajar diambil kira untuk perkembangan sesebuah negara. Kekayaan, kemasyhuran, gelaran dan pangkat tidak akan menjadi nikmat yang indah dan bermakna dalam hidup jika sentiasa diselubungi dengan sakit (Mat Saad, 2008). Keperluan fizikal merujuk kepada makan, minum, rehat, seks, perlindungan, alam sekitar yang bersih dan riadah, manakala keperluan spiritual ialah akidah yang benar dan amal ibadat yang tulus ikhlas kepada Pencipta (Mat Saad, 2008). Tuntutan sebegini mempengaruhi kesihatan sesebuah komuniti yang bermula dari individu dan keluarga. Tumpuan ini berasaskan kepada psikologi individu yang perlu diteliti dan difahami sepenuhnya dalam usaha membawa kesejahteraan kepada mereka (Ma'Rof & Asnarulkhadi, 2006).

Lahey (2000) (dlm Ma'Rof & Asnarulkhadi, 2006) menyatakan bahawa psikologi komuniti bertanggungjawab untuk mengoptimumkan kesejahteraan individu dan masyarakat melalui campur tangan inovatif dan kreatif ahli-ahli komuniti tertentu dengan disiplin-disiplin lain yang berkaitan (sosiologi, ekonomi dan politik). Tegasnya, kesejahteraan komuniti melihat kepada individu sebagai makhluk biologi yang mempengaruhi pemikiran dan tingkah laku. Mereka adalah unik dan mempunyai persamaan serta perbezaan sehingga boleh difahami dari segi budaya, identiti etnik, dan juga gender (Ma'Rof & Asnarulkhadi, 2006). Hakikatnya, komuniti itu bertunjang kepada individu dan keluarga yang sihat secara fitrahnya. Manusia tidak boleh bersendirian dalam memenuhi kehendak mereka sama ada dari segi psikologi ataupun fizikal.

Dari segi konsep gaya hidup sihat terdapat pelbagai kempen yang telah diwujudkan untuk memastikan masyarakat tidak mengabaikan kesihatan dalam kehidupan. Kempen gaya hidup sihat merupakan suatu kempen aspirasi kerajaan bagi melahirkan masyarakat yang sihat, cergas, sejahtera dan bebas dari penyakit yang disebabkan oleh gaya hidup sedentari. Sasaran utama kempen ini ialah semua golongan rakyat Malaysia terutamanya remaja dan pelajar institusi pengajian tinggi (IPT). Empat komponen utama yang menjadi teras konsep gaya hidup sihat ini ialah: (1) peningkatan pengetahuan dan amalan pemakanan; (2) peningkatan pengetahuan dan amalan menangani stres; (3) peningkatan pengetahuan dan amalan anti-merokok; dan (4) peningkatan pengetahuan dan amalan sukan dan rekreasi.

Walaupun bagaimanapun, keberkesanan kempen ini dalam mempertingkatkan tahap kesihatan di kalangan rakyat Malaysia boleh diragui. Ini kerana kurangnya penyelidikan khusus untuk menilai keberkesanan kempen

ini selain peningkatan bilangan pesakit hipokinteik membuktikan bahawa keberkesanan kempen ini boleh diragui (Jabatan Perangkaan Malaysia, 2004; Penang Cancer Registry, 2000). Tambahan pula, terdapat bukti kajian luar negara yang mendapati bahawa walaupun pengetahuan penduduk dunia terhadap gaya hidup sihat semakin meningkat, namun ia tidak diamalkan sepenuhnya dalam hidup seharian lantas mengundang pelbagai risiko penyakit (Farooqi, Nagra, Edgar, & Khunti, 2000). Namun masih ramai pelajar yang tidak mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam amalan seharian mereka.

Douglas dan Douglas (1984) menjalankan kajian terhadap 943 orang atlet universiti di Connecticut dan mendapati bahawa wanita mempunyai pengetahuan pemakanan yang lebih baik berbanding lelaki. Namun begitu, lelaki mempunyai amalan pemakanan yang lebih baik berbanding wanita. Kajian Thatcher dan Rhea (2003) pula mendapati bahawa media massa, keluarga dan rakan sebaya merupakan pengaruh utama terhadap stail pemakanan pelajar. Males dan Kerr (1996) melalui kajian tahap stres mendapati bahawa individu yang mempunyai jawatan atau tahap akademik yang tinggi memiliki tahap stres yang tinggi berbanding individu berpendidikan rendah.

Dapatan kajian juga menunjukkan bahawa ramai responden tidak mempunyai pengetahuan menangani stres dengan baik. Nasution (2000) pula menegaskan bahawa stres yang berpanjangan akan mengganggu pola hidup individu sehingga kesihatan mereka mungkin terganggu. Selain kesan negatif terhadap kesihatan, stres juga telah mendatangkan pelbagai kesan negatif terhadap kemerosotan prestasi atlet sukan (Davies, 1989; Kerr & Leith, 1993; Kerr & Svebak, 1994; Kerr & Van-Schaik, 1995) Kajian yang dijalankan oleh Aldinger, Dawood, Hanson, Lee dan Rinaldi (1999) mendapati bahawa tahap pengetahuan bahaya merokok yang tinggi dikalangan pelajar kolej tidak dapat menghentikan amalan merokok mereka. Wechler, Rigotti, Gleduill, Hoyt, dan Lee (1998) pula melaporkan terdapat peningkatan sebanyak 28 peratus dikalangan bilangan pelajar kolej yang merokok dari tahun 1993 – 1997. Beliau juga mendapati bahawa lebih sepertiga pelajar baru kolej-kolej tersebut mempunyai tabiat merokok.

Mourey dan McGinnis (2003) menjalankan kajian terhadap kempen Wheeling Walks Health Education and Media Campaign yang bertujuan untuk menggalakkan masyarakat sekitar menggiatkan diri secara aktif dalam aktiviti sukan dan rekreasi khusus untuk penjagaan kesihatan. Dapatan kajian menunjukkan bahawa lebih 90 peratus masyarakat melibatkan diri dalam program ini, malangnya hanya 14 peratus sahaja yang mempraktikkannya dalam hidup seharian. Ini menyebabkan populasi penduduk menjadi semakin berkurangan kerana masyarakat tidak menjaga kesihatan dan kurang memahami konsep gaya hidup sihat itu sendiri. Sikap penduduk yang lewa menyebabkan kesihatan diabaikan. Faktor yang menyebabkan masyarakat mengabaikan gaya hidup sihat seperti terlalu mementingkan pekerjaan tanpa mengambil masa bersama keluarga misalnya untuk beriadah dan mengamalkan pemakanan yang sihat.

TEORI MALTHUS : PRINSIP-PRINSIP POPULASI MATHUS

Pada abad yang ke-18, seorang ahli ekonomi Inggeris bernama Thomas Malthus menghasilkan penulisan tentang prinsip kependudukan. Bagi menjamin kelangsungan populasi penduduk di dunia, Malthus menyenaraikan dua hukum biologi iaitu i) Makanan merupakan keperluan asas manusia untuk terus hidup dan ii) Keperluan kepada hubungan intim antara jantina adalah fitrah. Berdasarkan dua hukum tersebut, Malthus mengemukakan teori bahawa satu ancaman besar yang bakal dihadapi oleh manusia ialah kekurangan makanan. Hal ini kerana menurut beliau, setiap 25 tahun, populasi manusia akan meningkat sebanyak dua kali ganda. Namun, dunia tidak dapat menampung pertumbuhan populasi penduduk kerana sumber makanan yang terjejas dan penyakit. Bagi menghadapi dan mengatasi ancaman ini, mengikut Malthus, manusia harus dapat mengawal kadar pertumbuhan populasi manusia. Justeru, Malthus telah mencetuskan dua jenis kawalan pertumbuhan bilangan manusia, iaitu:

- a. Kawalan pencegahan (*preventive check*)
- b. Kawalan positif (*positive check*)

Dalam konteks populasi di Malaysia, jumlah penduduk pada akhirnya tidak penting sekiranya negara ditadbir dengan baik dan sistem ekonomi dapat menampung keperluan rakyat. Dalam masa 57 tahun semenjak merdeka telah berlaku peningkatan 23.7 juta penduduk. Sehingga tahun 2014, penduduk di Malaysia dianggarkan sebanyak 30,075,276 orang dan dalam masa 61 hari, Malaysia mencatatkan pertumbuhan 101,599 orang dengan 23,761 kematian. Ini bermakna secara purata 1,600 rakyat Malaysia lahir dan 389 mati setiap hari (Berita Harian, Mac 2014).

Teori malthus ini tidak boleh digunakan pada zaman kini, ini kerana pada zaman kini terdapat pelbagai teknologi terkini yang dapat mempercepatkan produksi makanan. Malahan pertumbuhan penduduk tidak mengurangkan makanan. Malahan tenaga manusia telah ditambahbaik dengan penggunaan alat –alat

teknologi untuk menghasilkan makanan. Semakin ramai penduduk semakin banyak penyediaan makanan yang dapat dihasilkan. Isu pembatasan penduduk tidak menjadi topik dalam zaman ini. Ini disokong oleh Karl Marx yang menyatakan bilangan penduduk yang ramai menyebabkan penyediaan makanan semakin bertambah kerana adanya tenaga kerja yang ramai. Oleh yang demikian manusia mampu menguruskan tanah untuk menghasilkan tanaman supaya penyediaan makanan dapat diteruskan untuk menampung kos sara hidup. Kesimpulannya populasi manusia tidak menjejaskan atau mengurangkan penyediaan makanan malahan menghasilkan lebih banyak makanan dengan tenaga-tenaga kerja yang ramai. Dengan ramainya penduduk, pelbagai idea-idea yang rasional dapat diketengahkan untuk memajukan sesebuah negara tersebut.

OBJEKTIF KAJIAN

- Melihat kadar fertiliti dan mortaliti penduduk di Malaysia sepanjang tempoh 10 tahun bermula tahun 2000 hingga 2010 daripada aspek jantina, etnik, kumpulan umur
- Membincangkan faktor berlakunya penurunan dan peningkatan kadar fertiliti dan mortaliti serta perbezaan antara kadar kedua-dua pemboleh ubah ini.

METODOLOGI

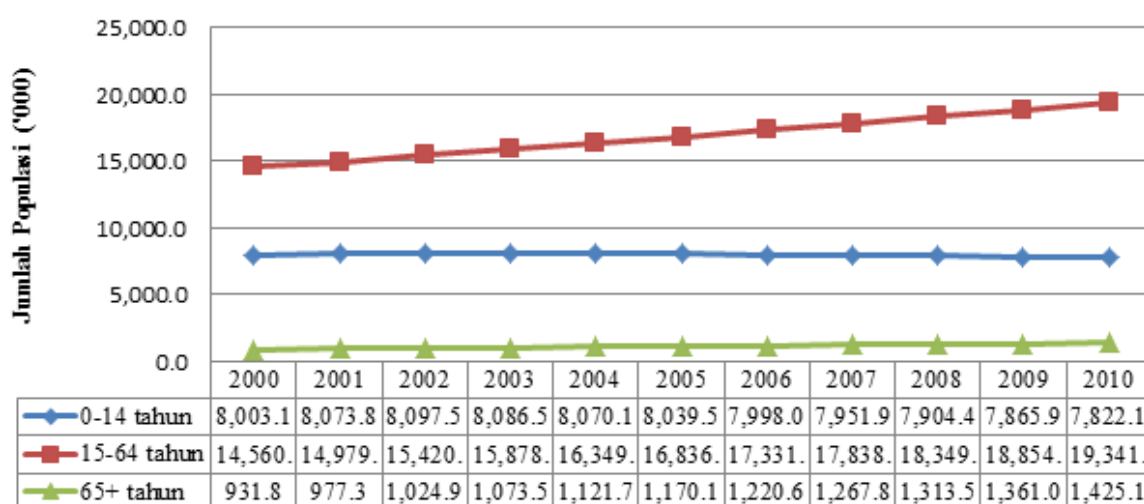
Kajian ini menggunakan kaedah analisis siri masa. Secara spesifiknya, pemboleh ubah dalam bentuk total yang dipilih untuk dianalisis seperti jantina, etnik dan kumpulan umur. Data siri masa ini meliputi tempoh 2000-2010 iaitu selama 10 tahun. Sumber data sekunder utama diperolehi melalui Jabatan Perangkaan Negara.

TREND PERUBAHAN DAN PERTUMBUHAN PENDUDUK MALAYSIA

Perubahan Populasi Penduduk di Malaysia Mengikut Kumpulan Umur di Malaysia

Fenomena dan corak pertumbuhan semula jadi populasi penduduk di Malaysia adalah berbeza mengikut kumpulan umur. Rajah 1 menunjukkan populasi penduduk di Malaysia yang terbahagi kepada tiga kumpulan. Secara keseluruhan, maklumat dari jadual ini jelas menunjukkan berlaku peningkatan daripada segi populasi bagi ketiga-tiga kumpulan umur di Malaysia dalam tempoh berkenaan. Namun, kumpulan 0-14 tahun hanya mengalami peningkatan populasi dari tahun 2000 ke 2002 sahaja kemudian menurun secara mendatar dari tahun 2002 ke 2010.

Rajah 1: Populasi Penduduk di Malaysia Mengikut Kumpulan Umur di Malaysia 2000-2010



Berdasarkan hasil kajian lepas, kumpulan 0-14 tahun menunjukkan kemerosotan fertiliti sejak 15 tahun yang lalu. Nisbah ini dijangkakan akan mengalami penurunan sehingga 2020 dan selepasnya pada kadar kemerosotan 0.8 peratus dalam tempoh lima tahun (Abdul Majid Salleh, 1983). Kumpulan 15-64 tahun merupakan golongan remaja dan dewasa yang paling produktif dari segi ekonomi. Oleh yang demikian, perancangan kepada kumpulan umur ini harus diberi perhatian, terutama dari aspek pendidikan dan peluang-peluang kerjaya. Dengan satu perancangan strategik, maka pastinya kumpulan ini mempunyai keberkesanan dalam membantu kerajaan ke arah satu matlamat menjadi sebuah negara maju melalui tenaga kerja yang

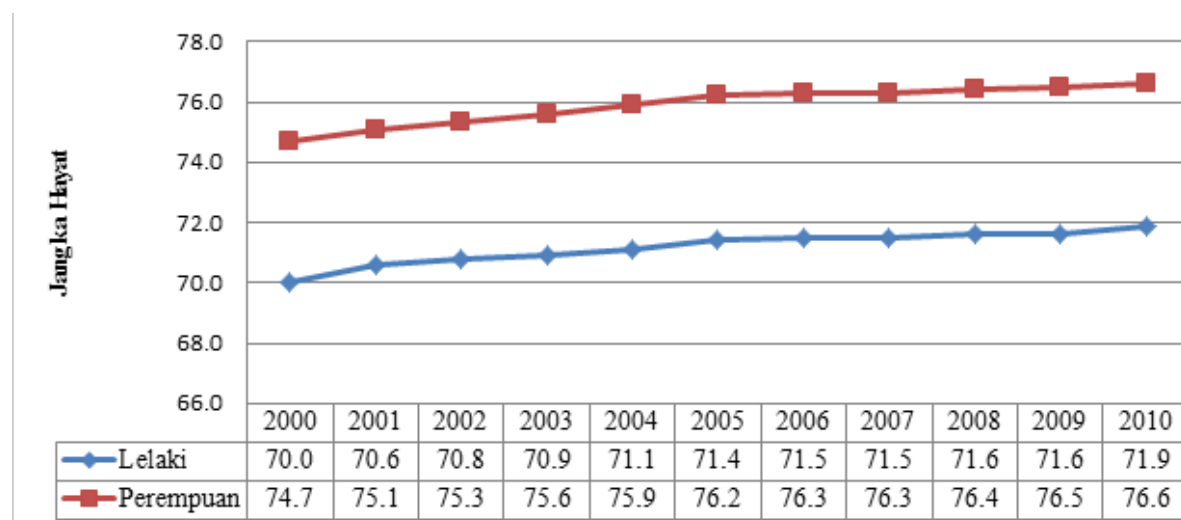
berkualiti dan mengembangkan ekonomi negara.

Sementara itu, peratus penduduk warga emas yang kian meningkat juga perlu diberi perhatian dalam perancangan pembangunan. Nisbah penduduk warga emas di Malaysia telah meningkat dengan kadar yang sekata. Peningkatan penduduk tua disumbangkan terutamanya oleh penurunan kadar kelahiran dan mortaliti, wujud penambahbaikan dalam kemudahan kesihatan dan peningkatan kawalan penyakit berjangkit. Hasilnya, peratus warga emas di Malaysia meningkat daripada 5.7% pada tahun 1990 kepada 6.3% pada tahun 2000. Bagi tahun 2020, jumlah warga emas di negara ini dijangka meningkat kepada 3 juta iaitu kira-kira 10.0% daripada anggaran 32 juta penduduk (Norazam, 2000).

Jangka Hayat Penduduk di Malaysia Mengikut Etnik dan Jantina

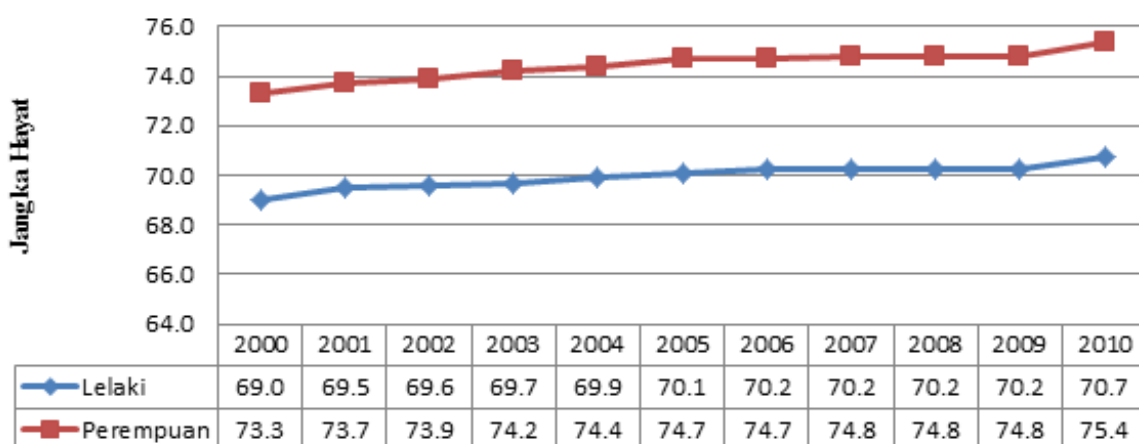
Rajah 2 menunjukkan jangka hayat penduduk di Malaysia secara umum mengikut jantina dan ia menunjukkan berlaku peningkatan jangka hayat yang jelas bagi kedua-dua jantina, lelaki dan perempuan. Merujuk Rajah 2, secara puratanya di Malaysia, jangka hayat untuk lelaki meningkat daripada 70 tahun (2000) kepada 71.9 (2010), sementara untuk perempuan daripada 74.7 tahun (2000) kepada 76.6 (2010).

Rajah 2: Jangka hayat penduduk di Malaysia secara umum mengikut jantina pada tahun 2000-2010

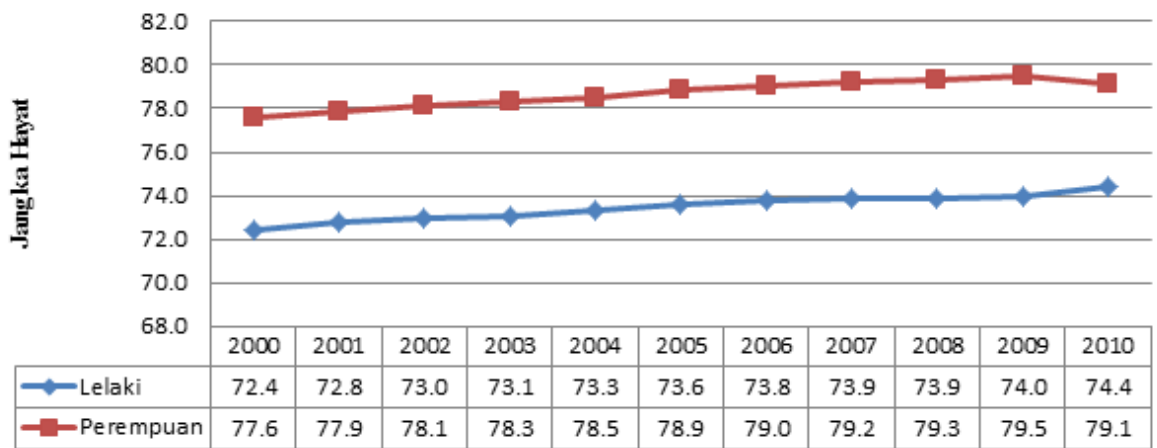


Jangka hayat penduduk dijangka akan meningkat ekoran peningkatan tahap kesihatan khususnya di negara-negara maju. Purata jangka hayat bagi lelaki kini ialah 72.3 tahun, manakala wanita 76.9 tahun. Jabatan Kebajikan Masyarakat Malaysia (JKMM) menjangka menjelang 2020, jangka hayat bagi lelaki adalah 75.4 tahun dan wanita 80.4 tahun (Buletin Perangkaan Sosial, 2007). Secara lebih khusus, merujuk kepada rajah 3, rajah 4, dan rajah 5 menunjukkan jangka hayat penduduk untuk tiga kumpulan utama di Malaysia iaitu Bumiputera, Cina, dan India.

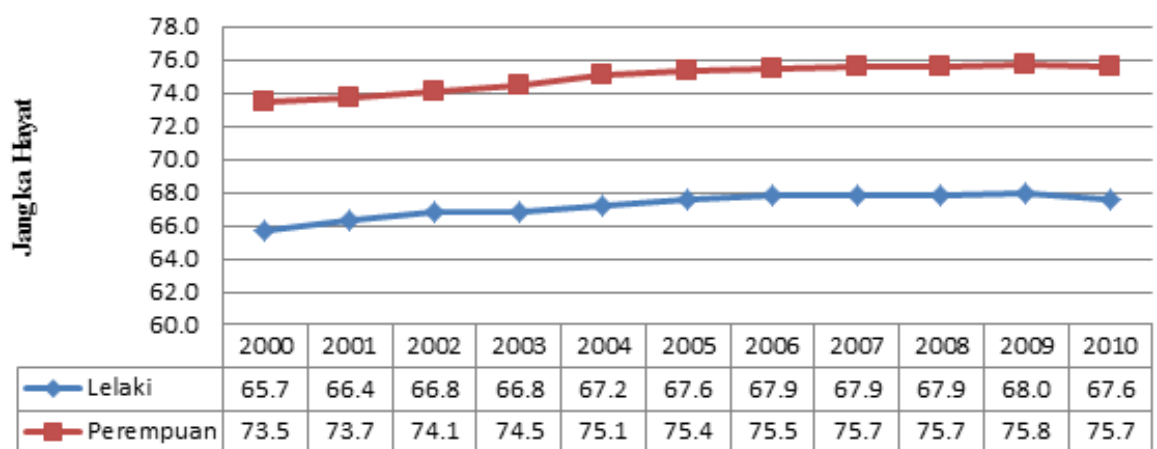
Rajah 3: Jangka Hayat Penduduk Bumiputera di Malaysia 2000-2010



Rajah 4: Jangka Hayat Penduduk Cina di Malaysia 2000-2010



Rajah 5: Jangka Hayat Penduduk India di Malaysia 2000-2010



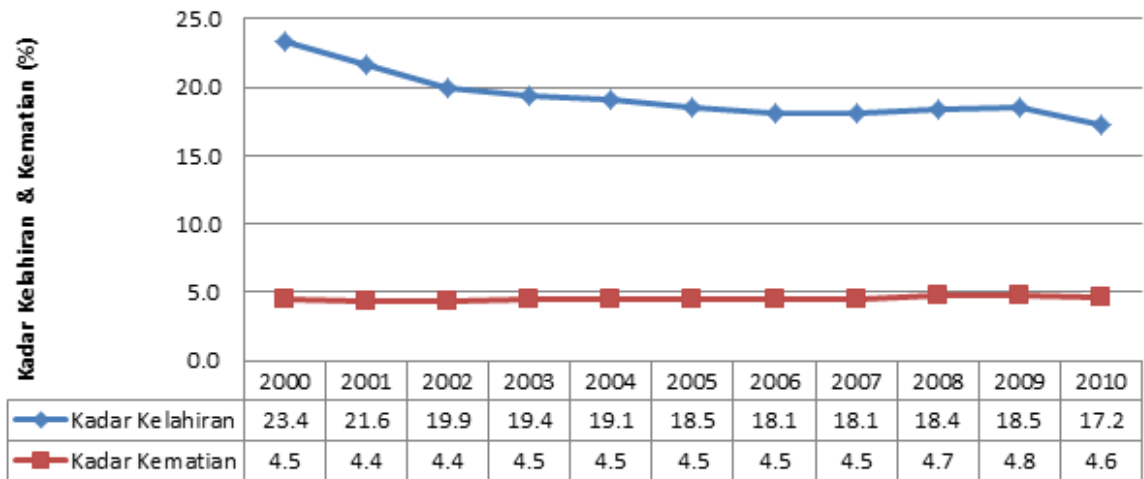
Berdasarkan kepada Rajah 3, Rajah 4 dan Rajah 5 di atas, perbezaan jangka hayat bagi keempat-empat kumpulan etnik iaitu Bumiputera, Cina dan India dapat dilihat secara jelas antara lelaki dan perempuan. Pada kebiasaannya wanita hidup lebih lama daripada lelaki dan kesannya penduduk tua didominasi oleh kaum perempuan (Abdul Majid Salleh, 2007). Merujuk rajah di atas, kumpulan Bumiputera, Cina dan India mempunyai peningkatan jangka hayat yang sekata.

Kadar Kelahiran dan Kematian di Malaysia

Rajah 6 menunjukkan kadar kelahiran di Malaysia adalah lebih tinggi daripada kadar kematian. Kadar kelahiran menunjukkan berlaku penurunan daripada 23.4% (2000) kepada 17.2% (2010). Namun, Kadar kematian menunjukkan tiada perubahan yang ketara iaitu 4.5%(2000) kepada 4.6%(2010).

Penurunan kadar kelahiran berlaku disebabkan peningkatan peratusan penduduk bujang di Malaysia. Salah satu sebab mengapa seseorang individu itu memilih untuk membujang ialah jangka masa persekolahan yang lebih panjang berbanding generasi sebelumnya. Tambahan pula, sesetengah individu lebih mementingkan pekerjaan dan oleh itu keinginan untuk berkahwin semakin pudar. Lamanna, M dan Riedmann, A (2006) merumuskan bahawa kesan peningkatan peluang melanjutkan pendidikan dan keterlibatan wanita dalam pasaran pekerjaan menyebabkan ramai telah menangguhkan perkahwinan ke usia lebih lewat dengan tempoh membujang telah dipanjangkan. Jelas di sini, melambatkan kelahiran anak merendahkan kadar pertumbuhan penduduk. Isu lambat berkahwin dan kemerosotan fertiliti disumbangkan oleh faktor-faktor seperti tahap pendidikan penduduk yang lebih tinggi, peningkatan dalam penglibatan wanita ke dalam tenaga kerja, peningkatan kadar urbanisasi, dan pembaikan dalam taraf hidup.

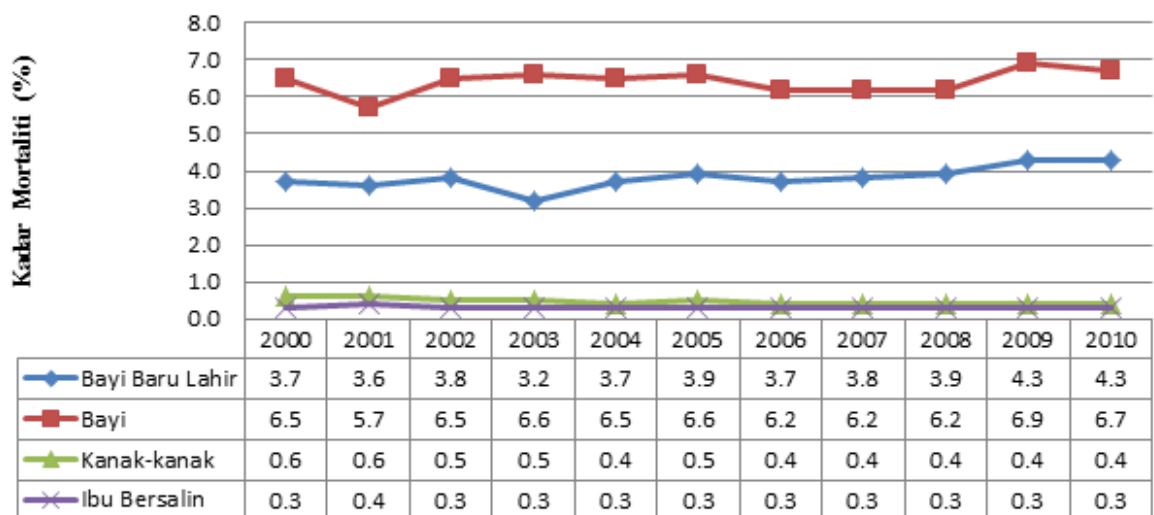
Rajah 6 :Kadar Kelahiran dan Kematian di Malaysia 2000-2010



Kadar Mortaliti Mengikut Kumpulan Umur di Malaysia

Rajah 7 pula menunjukkan kadar mortaliti mengikut kumpulan bayi baru lahir, bayi, kanak-kanak dan ibu bersalin. Merujuk rajah pada tahun 2010, kadar mortaliti bayi adalah paling tinggi(6.7%) diikuti oleh bayi baru lahir(4.3%), kanak-kanak (0.4%) dan ibu bersalin(0.3%).

Rajah 7: Kadar Mortaliti Mengikut Kumpulan Umur 2000-2010



Kadar mortaliti bayi melibatkan kematian bayi berumur kurang daripada 1 tahun bagi setiap 1,000 kelahiran. Manakala kumpulan bayi baru lahir melibatkan bayi berumur 0 hingga 14 hari. Kadar mortaliti bayi dan bayi baru lahir menunjukkan purata yang tinggi dan ini amat merisaukan. Hal ini mungkin berlaku disebabkan penjagaan yang tidak baik oleh ibu bapa. Kebanyakan ibu masa kini sibuk bekerja. Hal ini menyebabkan mereka tidak mempunyai masa untuk menyediakan susu badan kepada bayi. Kebanyakan ibu lebih memilih untuk memberi susu formula atau susu badan yang dicampur dengan susu formula kepada bayi mereka. Justeru, ini mengundang masalah kesihatan pada bayi dan kadar mortaliti bayi meningkat.

CADANGAN KAJIAN

Pendidikan formal mempengaruhi gaya hidup masyarakat terutama dari aspek jantina. Pada zaman kini, wanita kebanyakannya memilih untuk bekerja dan ini menyebabkan kadar kelahiran semakin menurun. Oleh yang demikian, pihak kerajaan dan lain-lain perlu memberi peluang terhadap wanita untuk bekerja dan pada masa yang sama menyumbang kepada kadar fertiliti. Hal ini dengan memberi insentif yang lebih dan memberi pertimbangan dalam pengambilan cuti yang lebih panjang untuk waktu bersama keluarga. Dari segi pengaruh gaya hidup sihat adalah gaya hidup yang memberikan keutamaan kepada amalan hidup yang aktif, mengekalkan kesihatan dan mencegah daripada berlakunya sebarang gejala penyakit. Bukanlah menjadi satu kemustahilan bagi seseorang itu menikmati kesihatan yang berpanjangan dan mengalami kehidupan yang

selesa. Gaya hidup sihat perlu diamalkan oleh setiap orang tanpa halangan usia, latar belakang kehidupan, perkauman, agama mahupun status kehidupan mereka.

Oleh itu, kedua-dua faktor ini penting dalam pertambahan penduduk, untuk meningkatkan ekonomi supaya lebih ramai lagi tenaga kerja dapat dilahirkan. Selain itu,, masyarakat perlu peka dalam menjaga kesihatan dan memahami konsep gaya hidup sihat. Masyarakat juga perlu melakukan perubahan dalam hidup mereka. Bagi mengurangkan tekanan masyarakat perlu meluangkan masa untuk diri sendiri, keluarga dan rakan-rakan. Umum menyedari bahawa kesihatan amat mempengaruhi pertumbuhan penduduk, oleh itu diharapkan lebih banyak lagi kempen-kempen kesihatan yang akan dijalankan, dan penduduk perlu banyak membaca berkenaan dengan gaya hidup yang sihat. Tambahan lagi, penduduk perlu mempunyai kesedaran dalam menyayangi diri sendiri. Kematian mungkin boleh dielakkan sekiranya manusia mampu mengubahnya. Melihat kepada kemalangan yang semakin meningkat terutamanya pada musim perayaan penduduk tidak peka dan mengambil lewa tentang keselamatan diri. Misalnya tidak mematuhi undang –undang jalanraya yang ditetapkan.

RUJUKAN

- Abdul Majid Mat Salleh. (1983). "Effect of Socioeconomic Changes and Family Planning on Fertility in Peninsular Malaysia," Ph.D economics dissertation, University of Hawaii.
- Davies, D. (1989). Psychological factors in competitive sport . London: Burgess.
- Douglas, P. D., & Douglas, J. G. (1984). Nutrition knowledge and food practices of high school athletes. *Journal of the Nutrition Education*, 84, 120 – 125.
- Farooqi, A., Nagra, D., Edgar, T., & Khunti, K. (2000). Attitudes to lifestyle risk factors for coronary heart disease amongst South Asians in Leicester: A focus group study. *Health and Medical Complete*, 17(4), 293 - 297.
- Hairi Abdullah. (1989). *Penduduk Semenanjung Malaysia : Struktur, Proses Dan Masalah*. Universiti Kebangsaan Malaysia. Bangi.
- Penang Cancer Registry. (2003). *Penang Cancer Registry report: 1994 - 1998 (No. 6)*. Penang: Penang Cancer Registry.
- Reader, E. G., Carter, A., & Crawford, A. (1998). *Smoking, knowledge, attitudes and behaviours: Lamanna, M & Riedmann, A . (2006). Marriage and Families : Making Choices In A Diverse Society*. Thomson Wadsworth. USA. Lim Chong Yah 1967
- Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara. (2004). *Kajian Penduduk dan Keluarga Malaysia, 2004*.
- Ma'Rof & Asnarulkhadi, (2006). Hubungan latar Belakang Terpilih dengan Kesejahteraan Subjektif Dikalangan Orang tua di Malaysia. *Kertas Dibentangkan di Seminar Psikologi Pembangunan Komuniti*. ISM-UKM. Kuala Lumpur.
- Mohd Makzan Musa (1992) *Psikologi kesihatan: Satu pengenalan*. *Jurnal Kebajikan Masyarakat* 15(2), 30-39
- Mat Saad Abd. Rahman (2008) *Isu-isu dalam masyarakat Islam Malaysia*. iBook Publication Sdn Bhd., Rawang
- Mourey, R. L., & McGinnis, J. M. (2003). Making the case for active living communities. *American Journal of Public Health*, 93(9), 1386 - 1389.
- Nasution, S. (2000) *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*, Bumi Aksara, Jakarta.
- Thatcher, W., & Rhea, D. (2003). Influences of body image and disordered eating among secondary school students. *American Journal of Health Education*, 34(6), 343 – 350.
- Wechsler, H., Rigotti, N. A., Gledhill-Hoyt, J., & Lee, H. (1998). Increased levels of cigarette use among college students: A cause for national concern. *The Journal of the American Medical Association*, 289, 1673–1678
- Weeks, John R. 2002. *Population : An Introduction to Concepts and Issues*, Edisi ke 8. Belmont, CA: Wodsworth.