



Kementerian Belia dan Sukan
Malaysia



Institut Penyelidikan
Pembangunan Belia Malaysia

Malaysian Journal of Youth Studies

EDISI KHAS YOURS'18 AGENDA SOSIAL VOL 1

(Tema : Gejala Sosial Tradisional , Gejala Hidup Sedentari & Promosi Kesihatan)

Makalah/Articles

Fighting Traditional Social Problems Through Non-Traditional Means: A Case Study on The Transformation of At-Risk Youth Through The Sports of Muay Thai
Jamali Samsuddin

Exposure to Pornography among Muslim Youth in Kelantan: A Preliminary Finding

Norazlifah Muhamad, Azriani Ab Rahman, Mohd Ismail Ibrahim, Razlina Abd Rahman, Wan Arifin Wan Mansor & Mokhtarrudin Ahmad

Anime dan Gejala Sosial dalam Kalangan Remaja di Selangor

Nor Afian Yusof & Khairul Anwar Mastor

Pengaruh Aktiviti Sukarela Terhadap Tingkah Laku Sedentari Belia Institusi Pengajian Tinggi di Malaysia

Siti Raba'ah Hamzah, Turiman Suandi & Ismi Arif Ismail

Tahap Obesiti dan Gaya Hidup Belia di Daerah Muallim, Perak

Gunathevan Elumalai, Ahmad Hashim, Fariba Hossein Abadi & Saidil Mazlan

Understanding The Needs of Disabled Athletes in School: The Case of Impaired Vision Athletes

Baidruel Hairiel Abd Rahim & Nurazzura Mohamad Diah

Kesan Keterlibatan Belia dalam Aktiviti Gay di Kuala Lumpur

Azlina Mohd Khir, Che W Hashimi Rafsanjani Che W Raksan, Aini Azeqa Ma'rof & Amna Md Noor

Personal and Social Factors of Risky Malaysian Motorcyclists: A Case Study in Klang Valley

Siti Maryam Md Nor & Haslinda Abdullah

Malaysian Journal of Youth Studies

EDISI KHAS YOURS'18 AGENDA SOSIAL VOL 1

(Tema : Gejala Sosial Tradisional , Gejala Hidup Sedentari & Promosi Kesehatan)

Makalah/Articles

- Fighting Traditional Social Problems Through Non-Traditional Means: A Case Study on The Transformation of At-Risk Youth Through The Sports of Muay Thai** 1-20
Jamali Samsuddin
- Exposure to Pornography among Muslim Youth in Kelantan: A Preliminary Finding** 21-36
Norazlifah Muhamad, Azriani Ab Rahman, Mohd Ismail Ibrahim, Razlina Abd Rahman, Wan Arifin Wan Mansor & Mokhtarrudin Ahmad
- Anime dan Gejala Sosial dalam Kalangan Remaja di Selangor** 37-55
Nor Afian Yusof & Khairul Anwar Mastor
- Pengaruh Aktiviti Sukarela Terhadap Tingkah Laku Sedentari Belia Institusi Pengajian Tinggi di Malaysia** 56-68
Siti Raba'ah Hamzah, Turiman Suandi & Ismi Arif Ismail
- Tahap Obesiti dan Gaya Hidup Belia di Daerah Muallim, Perak** 69-79
Gunathevan Elumalai, Ahmad Hashim, Fariba Hossein Abadi & Saidil Mazlan
- Understanding The Needs of Disabled Athletes in School: The Case of Impaired Vision Athletes** 80-92
Baidruel Hairiel Abd Rahim & Nurazzura Mohamad Diah
- Kesan Keterlibatan Belia dalam Aktiviti Gay di Kuala Lumpur** 93-106
Azlina Mohd Khir, Che W Hashimi Rafsanjani Che W Raksan, Aini Azeqa Ma'rof & Amna Md Noor

Personal and Social Factors of Risky Malaysian Motorcyclists: A Case Study in Klang Valley Siti Maryam Md Nor & Haslinda Abdullah	107-122
Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah: Satu Penilaian Mengenai Keberkesanan Strategi Media Cetak dalam Kalangan Belia di Pulau Pinang Mohamad Hafifi Jamri, Nurzali Ismail, Jamilah Hj. Ahmad & Darshan Singh	123-135
Kajian Kes Terhadap Tahap Kemurungan dalam Kalangan Remaja Perempuan: Kupasan dan Cadangan Aini Azeqa Ma'rof & Haslinda Abdullah	136-152
Shifting Priorities: Understanding Physical Inactivity From The Perspective Of Female Youth Nurazzura Mohamad Diah & Suhaiza Samsudin	153-170
Tingkah Laku Sedentari dan Permasalahan Obesiti dalam Kalangan Belia Pada Masa Kini Amiraa Ali Mansor, Haslinda Abdullah, Asnarulkhadi Abu Samah & Ahmad Hariza Hashim	171-185
Big Five Personality Traits, Self-Esteem and Aggressive Behaviour among Adolescents In Selangor Adibah Azman, Amna Md Noor & Azlina Mohd Khir	186-203
Kepentingan Memperkasakan Kesihatan Belia dalam Mempromosikan Kreativiti dan Transformatif Kesihatan Malaysia Rosnah Sutan	204-216



Penasihat / Advisor

YBhg. Prof. Emeritus Dr. Samsuddin A. Rahim
Felo Pemikir
Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia

Ketua Editor / Editor-in-Chief

Dr. Zainah Shariff
Ketua Pegawai Eksekutif
Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia

Editor Eksekutif / Executive Editor

Dr. Asma Abdullah - Ahli Lembaga Pengarah IYRES
Prof. Madya Dr. Sarjit S. Gill - Universiti Putra Malaysia
Ts. Syariffanor Hisham - IYRES
Shariffah Mamat - IYRES

Reviewer/Pewasit

Jawatankuasa Jemputan Pembentang, Penilaian Abstrak, Kertas Penyelidikan Penuh, Prosiding dan Penerbitan Kerja YOURS'18



© Hak cipta Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia, 2019
Copyright Institute for Youth Research Malaysia, 2019

FIGHTING TRADITIONAL SOCIAL PROBLEMS THROUGH NON-TRADITIONAL MEANS: A CASE STUDY ON THE TRANSFORMATION OF AT-RISK YOUTH THROUGH THE SPORTS OF MUAY THAI

JAMALI SAMSUDDIN

ABSTRAK

Tujuan kajian kualitatif ini adalah untuk meneroka bagaimana gejala sosial tradisional seperti aktiviti gengster dan buli boleh ditangani menerui kaedah bukan tradisional. Kes kajian deskriptif mendalam ini melaporkan bagaimana satu inisiatif sosial berdasarkan sukan Muay Thai yang diterajui oleh tiga belia mengubah kehidupan belia berisiko. Data diperolehi menerusi temu bual bersama pengasas-pengasas Discover Muay Thai, dan Perbincangan Kumpulan Berfokus (FGD) bersama benefisiari mereka. Data sekunder juga diperolehi bagi menyokong data primer. Dapatan kajian menunjukkan bahawa kaedah tradisional seperti hukuman bukan lagi cara yang efektif untuk menangani belia berisiko dan gejala sosial tradisional boleh ditangani dengan lebih efektif menerusi inisiatif “peer-to-peer” yang diterajui oleh belia sendiri. Kajian juga mendapati perniagaan sosial menyediakan platform alternatif (kaedah bukan tradisional) untuk belia terlibat dalam aktiviti sivik yang membentuk mereka menjadi individu yang lebih seimbang. Kajian ini menekankan keperluan untuk mengguna pakai kaedah baru apabila menangani masalah belia berisiko.

Kata Kunci: *Belia, Gejala Sosial, Gangsterisme, Hukuman, Penyertaan, Perniagaan Sosial*

ABSTRACT

The purpose of this qualitative research was to explore how traditional social problems such as gangsterism and bullying can be tackled using a non-traditional means. This in-depth descriptive single case study documented how a social initiative based on the sports of Muay Thai was initiated by three youths to transform the lives of at-risk youth. The data was collected through face-to-face interviews with the co-founders of Discover Muay Thai and a Focus Group Discussion (FGD) with their beneficiaries. Secondary data was also collected to complement the primary data. Results showed that traditional means like punishment may no longer be effective to deal with troubled youth and that traditional social problems can be tackled more effectively through peer-to-peer youth-led initiative. The findings also showed that social business provides an alternative platform (a non-traditional means) for youth to participate in civic activities that develop them to be more balanced individuals. This research underlines the need to adopt a new approach when dealing with at-risk youth.

Keywords: *Youth, Social Problems, Gangsterism, Punishment, Participation, Social*

*Business***INTRODUCTION**

Malaysians generally have come to accept that youth social problems are on the rise. There is enough evidence documented by academic studies, media reports and national statistics. In recent times, however, concern over the statistics has been eclipsed by the severity – and fatality – of the cases. In 2017 alone, three back-to-back juvenile cases shocked the nation. In March, a navy cadet, Zulfarhan, was tortured to death by his fellow students. Three months later, a Penang teenager, Nhaveen, died after he was brutally assaulted by bullies. In September, a tahfiz (religious school) was burned down in an arson attack, killing 21 students and 2 teachers.

These did not happen without a warning. In hindsight, the alarming numbers in recent years had more than hinted at these tragedies. The Ministry of Home Affairs reported that the number of juvenile delinquency cases in 2013 increased by one hundred and fifty six percent in just one year (Mallow, 2015). From January to September 2012, the National Anti-Drug Agency of Malaysia reported that young people accounted for sixty six percent of the total number of drug abusers (6,935) in the country. The Ministry of Education recorded 111,484 (2011) and 108,650 (2012) disciplinary cases involving secondary and primary school students, respectively, in Selangor alone. These cases would potentially lead to either suspension or expulsion, thus giving rise to the number of school dropouts (Choon, Hasbullah & Ling, 2013).

Dropping out, suspension and expulsion are not the only pathway to social ills. In gangsterism cases, it starts even earlier – when they are still in schools. According to Foster (2013), Malaysian schoolchildren have been the target of gangs who lingered outside schools to recruit new members. Those that ended up in gangs were driven by many factors such as lack of parental supervision, alienation, and peer pressure. A survey by a Christian NGO, Malaysian Care, revealed that eight out of nine Malay and Indian gang members were coerced by their peers (Foster, 2013).

In his keynote address for the National Youth Research Seminar (YOURS) 2017, the former Minister of Youth and Sports, YB Brig. Jen. Khairy Jamaluddin, proposed a social agenda focusing on five categories of social ills: (i) traditional social problems; (ii) sedentary lifestyle; (iii) screen addiction; (iv) mental health; and (v) lack of compassion in young Malaysians. He also cited bullying and gangsterism as examples of traditional social problems.

This study explored a non-traditional means to combat traditional social problems. The participants of this study included at-risk and marginalized youth who were previously involved in gang activities and violence.

OBJECTIVES

1. To demonstrate how traditional social problems such as gangsterism and bullying can be combatted using a non-traditional means
2. To identify the benefits and social impact of such means
3. To identify the lessons and challenges

REVIEW OF LITERATURE

On a broader context, youth gang is the result of social exclusion and extreme inequality brought by urbanization (Kwaghga, 2014). In Malaysia, this is often the case for marginalized and at-risk youth who sought for alternative support system that would provide them with a sense of identity and belonging. Neglected by families and alienated by their communities, marginalized youth sought for attention, validation, and protection from gang members. As observed by Aderinto (1994), “the roots of urban violence have been attributed to the loss of traditional structures that kept people together.” This is also true for other countries. The World Youth Report 2013 provided statistical evidence that in many countries, juvenile delinquency was often associated with groups (Shong *et. al*, 2018).

In low and middle-income countries, responses to youth gang problem can be grouped into two categories: suppression or prevention (Higginson, Benier, Shenderovich, Bedford, Mazerolle, & Murray, 2016). Reactive in nature, suppression relies heavily on legislative measures. On the other hand, prevention is a proactive approach that either takes an early action or rehabilitate (Esbensen, 2000; Van Der Merwe & Dawes, 2007). Malaysia falls into the former category where schools’ disciplinary policies are based on zero tolerance and punitive measures (Chong, Lee, Roslan & Baba, 2015).

Some scholars believed that suppression is not the answer. Chong *et al*. (2015) found that traditional punishment seeks a quick fix that only provides a short-lived reprieve from disciplinary problems. Graves and Mirsky (2007) believed that suppression-driven measures led to negative outcomes such as hindered academic achievement as well as increased disciplinary problems and drop-out rates. Past studies had also shown that traditional means are not effective long-term solutions. Mayer, Caruso and Salovey (2000) found that punishment and exclusion in the long run produced repeat offenders. These findings suggested that suppressing

something will only cause it to resurface.

This posits an important question: is traditional means like punishment enough or even relevant for traditional social problems such as gangsterism and bullying? The answer has a lot to do with the profile of the offenders. While the crime is the same, the offenders are not. They have evolved from Baby Boomers and Generation X to Generation Y and the Millennials. Each generation has its own characteristics and personality traits. Thus, traditional responses to traditional social problems may no longer be relevant.

Alternative solutions, therefore, are needed. One of which is social business, created by Professor Muhammad Yunus based on the concepts of microcredit and microfinance that he pioneered. He was awarded the Nobel Peace Prize for his contributions to fight poverty through the establishment of Grameen Bank in Bangladesh. In his books, Professor Yunus defined social business as a business created and designed to address a social problem or triple bottom line (social, environmental and financial). Yunus Centre provides a formal definition of social business as follows:

Social business is a cause-driven business. In a social business, the investors/owners can gradually recoup the money invested, but cannot take any dividend beyond that point Purpose of investment is purely to achieve one or more social objectives through the operation of the company, no personal gain is desired by the investors. The company must cover all costs and make profit, at the same time achieve the social objective, such as, healthcare for the poor, housing for the poor, financial services for the poor, nutrition for malnourished children, providing safe drinking water, introducing renewable energy, etc. in a business way.

Social business can be explored as an alternative platform to encourage young people to participate in civic activities, which eventually, would lead to political participation. Declining youth civic and political participation is a global phenomenon that is threatening democracies everywhere. In Malaysia, youth's political participation was ranked in the bottom five among 51 Commonwealth countries (Commonwealth Youth Programme Report, 2013). It is therefore necessary to promote civic engagement beyond traditional means such as volunteerism. Starting a social business, or even just participating in one, is a new way of engaging young people in civic activities, deterring them from social ills.

The purpose of this study is to explore how traditional social problems (gangsterism, bullying and violence) can be combatted using a non-traditional means such as social business. It also provides a detailed

example of how youth participation in civic activities can help others in their community. This case study examines how a social business known as Discover Muay Thai, or DMT, transformed a group of at-risk and marginalized youths to lead a life of dignity.

METHODOLOGY

According to Creswell (1998), qualitative research uses “thick, rich description to uncover patterns in data, and to give voice to the participants.” The role of case study method in research becomes more prominent when issues with regard to education (Gulsecen & Kubat, 2006), sociology (Grassel & Schirmer, 2006) and community-based problems (Johnson, 2006), such as poverty, unemployment, drug addiction, illiteracy, and so forth were raised.

This research adopted a single-case design to provide an in-depth descriptive case study of Discover Muay Thai (DMT), a social business established to transform the lives of at-risk and marginalized youth, who were previously involved in traditional social problems including gangsterism, bullying and violence.

Instruments comprising open-ended questions were developed in April 2018 based on key themes such as the beginning, development history, focus, support, relationships with stakeholders and contexts, business model, social impact, achievements, lessons and challenges, and vision for the future.

Data were collected in May 2018 through face-to-face interviews with DMT’s founder and two co-founders, as well as a Focus Group Discussion (FGD) with ten DMT’s beneficiaries. Secondary data were used to complement the primary data. Interviews with the founder and the FGD were conducted at Dragon Muay Thai gym in Jalan Alor, Kuala Lumpur while the two co-founders were interviewed in Damansara Intan, Petaling Jaya.

All the audio-taped recordings were then transcribed and used as raw data for analysis. The data were reviewed and grouped based on the instruments’ key themes. New themes that emerged from the data set were further investigated through follow-up interviews with the participants to get a deeper understanding.

RESULTS

According to Gustafson (2017), one way to report a case study is by presenting it as a chronological report that tells the readers a story.

McDonough and McDonough (1997) also suggested that descriptive case studies may be in a narrative form (Zainal, 2007). Therefore, the following section provides a detailed story of DMT presented in a chronological order – from how it started to how they transform the lives of at-risk and marginalized youth.

A Life-Changing Trip

In 2013, Imran took his first ever trip to Thailand. His neighborhood friend, Hans, who is a Muay Thai fighter, called and asked him to join him in Phuket. Hans had been there for three months and was about to compete in a Muay Thai fight – his first in a foreign country, representing Malaysia. At the airport, Imran was greeted by a group of five mysterious young boys. From the airport, Hans drove to a small, secluded village, located in a town called Chalong, also known as Chalong Bay.

At 5am, the sound of a huge gong pierced the stillness of predawn darkness. The same group of young boys knocked on the door, bringing him running shoes. They pulled his hand and led him to an open area where everyone was queuing up. Imran realized that he had spent the night in a Muay Thai training camp, known as Suwit.

Donning gaudy Muay Thai shorts, the five young boys then led everyone on a 10-kilometre jog, which ended uphill at a Buddha temple. The boys changed their clothes and prayed, while the rest took a breather and watched the sunrise. After prayer, the boys led them to a beach nearby where they had fitness training before heading back to the camp. At 7.30am, a Muay Thai training session began at the gym, located in front of the hostel where Imran had spent the night.

The village leader, Ajan, told Imran that he's in a sports village of Thailand. The young boys are among victims of domestic violence, orphans, and delinquents. But the largest in number are victims of child trafficking. The boys – as young as eight to early 20s – came from the big cities like Chiang Mai and Bangkok to learn Muay Thai. "Because to them, Muay Thai is like religion where they learn discipline and respect," Ajan said. In Thailand, Muay Thai is a national sport and is even taught in prisons as part of a rehabilitation program, turning outward aggression into something that could make inmates more settled and healthier.

Their story, dedication, and especially mannerism, inspired Imran. As he left Phuket, Imran dreamed of such a village back home.

Sowing the Seeds

Upon graduation in 2013, Imran joined Tourism Malaysia, serving in the International Marketing department. But it only lasted a year. Imran had his mind set on a little-known organization, which first caught his attention when they ran a program at KDU University College, where he studied. That organization is myHarapan, a non-profit officially registered as Youth Trust Foundation in August 2010. As part of its mandate to develop local youth, myHarapan runs many outreach programs in schools, public universities, and private colleges across the country.

A strong advocate of social business from its inception, myHarapan proved to be just the right environment for Imran to grow. It was there that he first learned about social business – and met his co-founders, Azri and Sanul, who served in the Youth Engagement and Integrated Marketing Communication Department, respectively. In its early years – when social business was still very new in Malaysia – myHarapan was the first to introduce programs such as Social Business Boot Camp and Social Business 101 workshop targeted at Malaysian youths aged from 16 to 30 years old. In its efforts to bring youth closer to social business, myHarapan also organized the Youth Social Business Summit (YSBS) in 2012 where the Nobel Peace Prize Laureate, Professor Muhammad Yunus, was the keynote speaker. These programs helped create awareness on social business, a tool myHarapan uses to develop young people.

In 2012, barely one year old, myHarapan won the bid for Malaysia to host the prestigious Global Social Business Summit (GSBS) 2013 in Kuala Lumpur. Created by the “father of social business” Professor Muhammad Yunus and his Creative Advisor, Hans Reitz, GSBS is the biggest social business event in the world, bringing together experts from the private sector, civil society, governments and academia. It was a major milestone for Malaysia, for many reasons. One, it marked the first time GSBS was held outside of Europe, thus allowing more people from this region to learn about social business. Two, former Malaysian Prime Minister announced a RM20 million social business fund for the country, therefore, catalyzing social business activities locally – from conversations with local stakeholders to supporting local social businesses, myHarapan social business programs, YSBS, and GSBS gave a good exposure in terms of knowledge and skills to become social entrepreneurs. Internally, the employees benefit from seeing how social business works and more importantly, how it can transform beneficiaries’ lives. Like his co-founders, Imran also discovered social business through myHarapan. Over time, they began to see how social business works the social aspect – as a platform to develop young people.

The Birth of DMT

In 2014, Imran, Sanul and Azri brainstormed ideas, mainly using sports to help at-risk youth unleash their potentials. They pitched the idea to myHarapan's senior management and by the first quarter of 2015, DMT was given the go-ahead with a budget of RM50,000 to train two batches of underprivileged youths under the proposed DMT Academy, which led Imran to embark on an uncharted journey into one of the toughest neighborhoods in Kuala Lumpur.

Setting Up the Academy

In May 2015, DMT made its introduction to the public through a series of promotional activities. Online, DMT published its very first Facebook post – a profile picture, “Discover Muay Thai: Birth of a Hero.” myHarapan's logo was included to indicate that DMT was part of myHarapan's program. On the ground, DMT was featured at myHarapan's booth during “Festival Belia Putrajaya” while Imran gave a talk on his journey and inspiration at the same event. In the same month, myHarapan ran its annual program called the Social Business Challenge (SBC), a competition to encourage youth to ideate and generate solutions to address social problems using social business. DMT conducted its first group training for four secondary schools as part of SBC's itinerary.

In May 2015 Imran decided to leave myHarapan to focus on DMT. After he left myHarapan, Imran continued with Azri and Sanul, who were given the greenlight to work on DMT, two days a week, two hours a day. Azri, who has been doing outreach work for several years under myHarapan's Youth Engagement Department, focused on the social aspect of DMT; while Sanul capitalized on his business development experience. Imran provided the vision and overall direction of DMT. Together, they worked on the Theory of Change and business model canvas, from scratch.

At the same time, top on Imran's to-do list was looking for a gym partner to run the first DMT Academy. He pitched the idea to gym operators in the Klang Valley but was rejected at least ten times. They were expecting him to pay for rent if he were to use their space. But all the rejections only set him on fire. It was during this time that Imran heard about the story of the “KL Robin Hood,” who influenced the Muay Thai movement in Malaysia. The story goes that the movement was not started by the government, but by a man named Leko. Intrigued, Imran sought a friend's help to meet him.

The first meeting with Leko took place in Cheras, Kuala Lumpur. After a few discussions they came to an agreement – Imran will help run Leko’s gym, for a monthly salary of RM1,300 and DMT will run its first academy there for free. Owned by Leko, the Dragon Muay Thai gym is located along Jalan Alor, Kuala Lumpur, one of the city’s most famous roads for food – not to mention prostitution, street crime, drugs, gangs, and related ills.

In June 2015, DMT held a recruitment session made possible through a collaboration with MySkills Foundation, a non-profit established to transform the lives of youth in crisis, especially among the Indian communities. Many of whom were involved in gangs. Fifteen pre-selected at-risk Indian youths attended the session, held at MySkills’ center in Klang, Selangor. But only five would be enrolled in the DMT Academy.

By August 2015, DMT, registered as an enterprise, was ready to officially offer its services, which include Muay Thai classes (for individuals, corporate, and schools); team building aimed at unleashing participants’ potentials and help them achieve excellence through team work, discipline, respect, and honor; and participation in Muay Thai tournaments nationwide organized by DMT with the support of Dragon Muay Thai Club and the Malaysian Muay Thai Association.

On September 9, DMT kicked off its first academy with a batch of eight underprivileged youths, who stayed at Dragon Muay Thai gym and underwent an intensive four-month boot camp. In addition to Muay Thai skill, they were also exposed to a variety of self-development activities – from motivational and English classes to team building, volunteering work, and project management. Combined, the on- and off-the ring activities were aimed at developing them to become independent, which then enables them to lead a life of dignity.

A typical day started off with an early morning 10-km jog, from Jalan Alor all the way to the Kuala Lumpur City Centre park and back to the gym, where they were then required to finish their homework. English classes helped develop basic communication skill, which they immediately applied through interactions with the gym’s customers, trainers, and anyone within the Academy. Muay Thai training was led by DMT Academy’s Head Coach, Kru Selatan from Thailand, a two-time World Muay Thai Council Champion. Every now and then, they trained with a guest trainer, such as Faizal Ramli, nick-named “The Golden Elbow”, Malaysian Champion/The Contender Asia, who also complemented his training with motivational talks. “I was like you before, famous for the wrong things. Got into fights and sent to rehab. Muay Thai helped me a lot, giving me direction and discipline. I want to be a champion in the

ring, not a street-side gangster,” he told them.

The boys were also involved in weekly volunteering work, with different partnering organizations, including Muay Thai Gym Club and social enterprises such as Eats, Shoots & Roots, and Biji-Biji. For example, Leko and Dragon Muay Thai Club, organized a day trip to old folks’ home in Semenyih where the boys helped transporting and handing out daily essentials. A day with a social enterprise, Eats, Shoots & Roots, exposed them to permaculture and sustainable living, with hands-on gardening activities led by the founders.

To monitor their own progress and development, the participants were required to keep a diary for daily reflections on the activities performed. In addition, as part of the agreement, DMT was required to submit a progress report to myHarapan based on pre-determined milestones. Apart from financial progress, myHarapan also required DMT to submit a behavioral change development report to keep track of the beneficiaries’ personal development. The report, therefore, helps to keep DMT focused on both its financial and social goals as it grows as a budding social business. The evaluation showed not only attitude change among the boys but also measurable behavioral change, which they testified during the graduation ceremony.

After a grueling four-month boot camp, the first batch of DMT Academy graduated on December 30. A graduation ceremony was held at the gym, attended by parents, partners, trainers, and close friends. It was an emotional time, especially for the boys, as they reflected on their personal journeys. Muhammad Shahmi had been kicked out of schools for three times due to discipline problem. He was not allowed to attend schools within Petaling Utama district as a result. “Joining this Academy, I experienced changes in me. I was given knowledge,” he said to an equally emotional audience. Dayvindram was a mindless angry kid who lashed out at people and caused problems. “I wasn’t thinking. Now I understand. If there’s something you want to do, you must be confident first. Step by step, you think it through,” he said. On the contrary, Ashwin was a shy kid but DMT Academy helped him overcome his weakness. Wan Mohd Hakim used to spin out of control, struggling to keep his life together. “My daily routine wasn’t managed properly,” he said. Whatever the results, DMT Academy transformed their lives in more ways than one. Financially, DMT’s main source of revenue comes from the services it offers – boot camp, group training, personal training, and events. One of DMT’s first clients was myHarapan’s CEO, Nurfarini Daing, who also plays the role of a mentor to DMT. She hired Imran to conduct a weekly personal Muay Thai training for her and her family at her residence. At the same time, Imran also conducted personal training for a few employees of

oil and gas giant, Sapura, situated next to the Kuala Lumpur City Centre park, where the DMT boys used to jog.

Branching Out

In January 2016, work began to prepare for the second batch of DMT Academy. Again, top on their list was recruitment. The first batch comprised eight at-risk youths but for the second batch, DMT wanted to include youths with basic martial arts background. Open interviews were conducted at the Dragon Muay Thai gym. Sanul flew back to his home state Sabah, and then Sarawak, in search of the best candidates. At the end of the recruitment process, seven youths were identified – one through a recommendation, three through MySkills Foundation, and three through Sanul's on-the-road search (one from Sabah and two from Sarawak).

Just before the second academy started in February 2016, DMT was invited to be part of an initiative called Volunteering for International Professionals (VIP) Fellowship Program, introduced by the Malaysian government to create a large pool of talented professionals, who are passionate about sharing their expertise and experience with non-profit organizations, to contribute towards nation-building in ASEAN countries. As a host organization, DMT were assigned five professional volunteers to collaborate with over the period of four months. The goal is to develop and implement a social impact framework, using a RM10,000 seed grant provided by the Ministry of Finance. The invitation came through myHarapan, who took part in the same program the previous year.

The organizer of VIP program invited several stakeholders to attend the mid-term report presentation held at Dragon Muay Thai gym in Jalan Alor, including representatives from the National Blue Ocean Strategy (NBOS) and iM4U, an initiative of the Malaysian government to promote volunteering among Malaysian youth. Impressed by what he saw, the representative from iM4U offered Imran to run DMT's next academy at iM4U Sentral, which was launched in April 2016 as a youth creative hub. The space comes complete with its own gym.

In a follow-up meeting, the iM4U representative suggested to take it one step at a time – instead of running the academy, DMT could use the space for free to run boot camps and Muay Thai-related activities to help drive traffic to iM4U Sentral, located in Puchong, Selangor. For four months, DMT proved to them that they could make money and create traction. Motivated by that achievement, Imran pitched to them a business proposal – let DMT turn an unused open space at iM4u Sentral into a permanent commercial Muay Thai gym and in return, DMT will pay ten percent of its revenue back to iM4U every month. iM4U agreed

because they want people to go to iM4U Sentral and the one activity that makes people go there is Muay Thai. It was a win-win deal. Financially, the partnership saves DMT from paying rental and renovation cost, which they must bear if they were to start from scratch.

Under the two-year agreement, members of DMT gym are also allowed to use iM4U Sentral's gym, which comes with dressing rooms and lockers. DMT gym members are charged RM250 per month but if they commit to three months, the fee is RM480 (RM160 per month). This is the same fee structure commonly used by commercial gyms. The longer the commitment, the cheaper it gets. Muay Thai classes run every day, except Friday, 3.00pm – 4.30pm and 8.30pm – 10pm. A few of the boys from the first and second batch will be hired by DMT to train and run the gym. In addition, as part of the agreement, iM4U will also promote DMT every time it runs outreach programs in universities and schools. To complement the facilities, iM4U will also introduce sports physiotherapy. DMT plans to launch the gym in July 2017, just two years after DMT was first conceived as a program under myHarapan.

Supportive Ecosystem

myHarapan was established as a not-for-profit, but with for-profit strategies. As part of its long-term business plan, myHarapan would fund and incubate youth-led social businesses through a zero-percent loan or convertible loans, as well as equity. Once matured, these social businesses would contribute a portion of their profits to myHarapan social business fund, over a stipulated time. myHarapan would also generate revenue from incubator rental and business development services. In 2014, Social Enterprise Ventures (SEV) was established as myHarapan's funding arm to expand its funding activities by enlarging monetary allotments and enhancing them through industry-sourced coaching sessions. The focus of SEV is on youth-initiated social businesses, which are enterprises that exist to solve specific social problems for the benefit of local communities.

Financially, DMT started off with RM50,000 as a myHarapan's program in May 2015. In December 2016, DMT pitched to SEV, in its efforts to scale up. By the first quarter of 2017, DMT is generating revenue of RM6,000 to RM10,000 per month. One of its corporate clients is UniKL. Forty of its students signed up for Muay Thai boot camp, which costs RM120 to RM250 per person. As a social business, DMT also pays its employees a market rate. To train the UniKL students, the DMT boys are paid RM100 per class, two times a week. Combined with income as co-trainers for the DMT boot camps conducted twice a week for 25 to 30 participants per session, the boys earn RM400 to RM500 per week, which brings their total monthly income to RM1,500. Since September

2016, DMT has been conducting its boot camps eight times in a month, amassing close to 100 members. The number is expected to grow following the launch of DMT's first gym.

As of May 2017, DMT has not reached a break-even point. That's considered normal in the second year of any business, for-profit or otherwise. But with the seed funding of RM158,000 received from SEV and steady income coming from its very first Muay Thai gym operating at iM4U Sentral, DMT is expected to break even in the next few years as it expands its operation. In the pipeline is opening more Muay Thai gyms and providing Muay Thai services at the comfort of the clients' homes across the country, beyond the Klang Valley.

As DMT grows, so do the three founding members. "I grow more as an individual since I started DMT than ever before," Imran said. When he first started DMT, he was more focused on the social aspect. Today, Imran finds himself evolving as a business man and beginning to think and act like one – how to make money for the company. "I have to talk to more people who are in this line of business, I have to attend more business talks and business training," he said. Meanwhile, Azri believes that DMT has helped him to become a better role model for the youth. His years with myHarapan have shaped him to be the person he is today – independent and wholesome – the kind of youth myHarapan aims to develop as part of its mandate.

Being a mentor to the beneficiaries trains him to lead by example. "You need to be careful on how you present yourself, the way you talk, and what advice to give," he said. As for Sanul, DMT gives him a sense of purpose. "My twenty-four hours are more meaningful now because I know exactly how to spend them," he said. Today, he spends nine to five with myHarapan, after which, he devotes his time to DMT. Working for both organizations also helps him to improve his personal finances.

Lessons and Challenges

For the course of DMT Academy's four-month cycle we learned that, given the incentive and the right platform, a deadbeat youth can transform himself from a street loser to a worthy contender to fight for a whole new life – dignified and independent.

DMT is a story of bravery. We learn from the story that both the founder and the beneficiaries fought with exemplary heroism, in and off the ring. As a young student, Imran struggled with academics, while excelling in sports. As a young professional, he wrestled with a career dilemma, trying to balance between his parents' expectations and his own aspirations. As a budding social entrepreneur, he struggled with financial

difficulties and battled with his fear of the unknown. But each time, he hauled himself up by his own bootstraps. Meanwhile, DMT's beneficiaries battled with their personal demons to brighten up their seemingly bleak lives.

Such evidences of bravery are not uncommon in the journey of a startup, but they never fail to inspire.

Running the first DMT Academy provides Imran with his biggest lesson – perseverance is the key to success, as clichéd as it may sound. In the case of DMT, persistence and tenacity proved to be far more crucial than the physical strength required to train the boys. Personal change doesn't necessarily follow physical regime. It's a time-consuming process. By the second month of the first academy, Imran wanted to give up. The three co-founders had to deal with the boys' discipline problems daily, from fighting with each other to waking up late and not finishing their homework. "It's a major headache. We're so stressed and tired," he said. But their perseverance paid off. The academy observed not only attitude change among the beneficiaries but also measurable behavior changes.

We also learn that it isn't enough just to have a good heart in the right place. Good intentions are good, but they need to be backed up by a supportive and an enabling environment. Imran's dream of a Muay Thai village did not materialize when he was working in a corporate world. It stalled at the back of his mind. But when he jumped into the third sector, he found a conducive environment – courtesy of myHarapan – for his vision to take shape. Without myHarapan, through which the co-founders first learned about social business, it's hard to imagine where DMT would be today. Sure, they might be young and naive, but if you dangle the right carrot in front of them, they come around. For myHarapan, the right carrot is social business.

DMT is as much a story of hardship as it is success. One of the biggest challenges faced by the co-founders was to prove to their colleagues that they could pull it off. "We could see a big question mark in their heads," said Sanul, who was going through a personal difficulty during the ideation stage. But the trust the three of them shared, coupled with the support from the senior management, helped push them beyond the initial doubts.

Mindset was also one of the big challenges, especially when they ran the first academy. "Eight boys were looking at you up and down. Are you ready for it?" Imran said. It was unnerving. According to Imran, ensuring that they're in the right mindset is always a challenge. But he loves the challenge, admitting that he's addicted to it now. "I can't wait for the third batch to start. I'm ready for it," he said. Seeing how the boys

transformed and where they would go after the academy is his biggest motivation.

The second batch presented with a familiar set of challenges, which the DMT founders had learn how to tackle. After the first batch, they knew what to expect. For example, on discipline issues, they came to learn what kind of punishment works best. So, the more they do, the more they learn. “With the second batch, we’re less stressed because we knew a lot already,” Imran said.

But there’s one challenge that was unique to DMT – negative public perception about Muay Thai. “People who don’t know Muay Thai, they think it’s rough,” Imran said. Despite the aggression often associated with martial arts, 80 percent of DMT’s boot camp members are female. Today, people see Muay Thai in a more positive light. There are more gyms offering Muay Thai these days, which helps improve people’s perception. Growing media coverage of Muay Thai also bodes well for the future of the sports, not to mention that Malaysia will be sending a team to compete at the 2020 Olympics.

DISCUSSION

This case study documented how a social initiative based on the sports of Muay Thai was initiated by three youths to transform the lives of juvenile offenders. It brings to light a new perspective on how to tackle traditional social problems using non-traditional means. Three important insights arose from this study.

First, traditional means like punishment may no longer be the most effective way to deal with juvenile offenders. Youth today are different from youth of yesteryears. While the crime is the same, the offenders are not. Generation Y have a different set of characteristics and personality traits compared to Generation X. Therefore, a new approach is needed to fight traditional social problems. The adoption of an alternative platform – in this case, a social business based on a sport – proved to be more effective because it appeals to youth. All the at-risk youths who participated in this study experienced attitude change and demonstrated measurable behavioral changes because the program run by DMT was appealing to them. Unlike traditional means where offenders are punished, DMT program empowered them to take control of their own lives. This finding was supported by past research by Higginson et al. (2016) who found that “programs that provided alternate avenues of engagement for youth, such as art, sport, dance and drama were identified as engaging youth in alternative activities, which helped to combat the social exclusion associated with gang membership.”

Second, traditional social problems can be tackled more effectively through youth-led approach. This does not mean that adult-driven approach should stop. It should complement youth-led mechanism, not the other way around. More importantly, adult intervention is more effective if it comes by way of empowering. As demonstrated by the case study, DMT is a social business led by youth (the co-founders) for youth (the beneficiaries), but its execution was complemented by adults (NGO, myHarapan) whose grassroots intervention empowered the co-founders of DMT to fulfill both their social mission and financial goal. Peer pressure is very powerful, although its strength is often associated with negative outcomes. However, this study showed that peer pressure can also be used to produce positive outcomes. According to Rosenberg (2011), who documented success stories of people using a different way to solve a social ill, behavioral change can happen if people obtain the respect of their peers. As we learned from the case study, respect is one of DMT's main tenets that help transform the lives of their beneficiaries.

Third, social business provides an alternative platform (a non-traditional means) for youth to participate in civic activities and in return, shapes them to be a more balanced individual – one that cares about money as much as he or she does the community or the environment. The case study demonstrated how social business developed the three young co-founders of DMT to become entrepreneurs while delivering social impact by helping the at-risk youth to lead a life of dignity and independence. In the long run, this could also address the lack of compassion in young Malaysians. The social impact delivered by DMT underlined the importance of social business (or in broader context, social entrepreneurship) as an alternative platform to combat traditional social problems. A past study conducted by Universiti Kelantan Malaysia also suggested that social entrepreneurship should be given serious attention to ensure that the future generation would not be a citizen of greed, unaccountable, and irresponsible to the society (Zakaria, 2012).

IMPLICATIONS

In terms of academic relevance, this research will move forward current scholarly debates around the future role of the government, corporate sector, academia and NGOs in empowering Malaysian youth in the truest sense of the word. Empowerment – instead of punishment – works more effectively in fighting social ills plaguing our youth. This research also deepens our understanding of the use of youth empowerment as a strategy toward positive youth development. In the long run, this will help reduce the tendency toward juvenile delinquent behavior. In addition, this study also offers some ideas on greater sophistication in future youth

empowerment studies, particularly in relation to social business or social entrepreneurship as youth development tools.

While the collective effort by the government, private sector and NGOs to introduce more youth development programs is generally perceived as valuable, there is one fundamental failing in its construct – the ‘top-down’ approach. Therefore, in terms of practical implications, this study will provide practitioners from the public, private and third sector with better insights in understanding youth empowerment solely from the perspectives of the young people who are the main beneficiaries of youth empowerment programs. Moving forward, practitioners should capitalize on the power of peer-to-peer initiatives to tackle social problems.

This study also has important policy implications. Public policy makers need to enhance the institutional framework and develop a guideline in order to support social business and social entrepreneurship and as tools that can be used to empower young people. In addition, policy makers should also take note that existing government policies on juvenile delinquency need to be reconsidered. Past studies had already shown the shortcomings of traditional punishment. Statistically, juvenile crimes continue to rise despite years of efforts to suppress or prevent them. This clearly indicates that traditional punishments are either ineffective or no longer suffice.

CONCLUSION

The results of this study confirmed the promise of social business as an “alternative platform” to tackle traditional social problems. When combined with sports, the outcomes were transformative. The story of DMT underlines the need to adopt a new approach when dealing with troubled youth. The program worked because DMT treated its beneficiaries as active participants, who were empowered to change their own lives. Traditional means would treat them as outcasts waiting to be punished, thus promoting non-participatory behavior.

For years, Malaysia, like many developing countries, has been responding to traditional social problems using traditional means marked by suppression and prevention. Unfortunately, this no longer suffices. In the spirit of a “new Malaysia”, it is time to explore and adopt non-traditional means to fight traditional social problems plaguing our youth.

ACKNOWLEDGEMENT

I wish to thank the co-founders of Discover Muay Thai for trusting me to tell their story. I am also privileged to have the trust of their beneficiaries,

whose plight has been the inspiration behind this case study. Their voices were heard, loud and clear.

REFERENCES

- Aderinto, A. (1994). *Students unrest and urban violence in Nigeria in urban management and urban violence in Africa*. Vol.1 and 2 (Eds.), Isaac Albert; Jinmi Adisa,
- TundeAgbola; and G. Herault. *Proceedings of an international symposium on Urban Management and Urban Violence in Africa held at Ibadan, 7-11 November, Ibadan:IFRA (French Institute for Research in Africa)*, pp. 233-238.
- Chong, A.M., Lee, P.G., Roslan, S., & Baba, M. (2015). *Emotional intelligence and at-risk students*. SAGE Open. 1-8.doi:10.1177/2158244014564768
- Choon, L.J., M. Hasbullah and Ling, W.S. (2013). *Parental attachment, peer attachment, and delinquency among adolescents in Selangor, Malaysia*. *Asian Social Science* 9(15):214–9.
- Creswell, J.W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (2nd ed.)*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Esbensen, F-A. (2000). *Preventing adolescent gang involvement. Juvenile Justice Bulletin September*. Retrieved from <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/ojjdp/182210.pdf>
- Foster, R. (2013). *Public Enemies*. Retrieved from [http:// sea-globe.com/public-enemies-gangs-crime-malaysia/](http://sea-globe.com/public-enemies-gangs-crime-malaysia/)
- Grassel, E. & Schirmer, B., (2006). *The use of volunteers to support family careers of dementia patients: results of a prospective longitudinal study investigating expectations towards and experience with training and professional support*. *Zeitschrift Fur Gerontologie Und Geriatrie* 39 (3): 217-226 Jun.
- Graves, D., & Mirsky, L. (2007). *American Psychological Association report challenges school zero tolerance policies and recommends restorative justice [Restorative Practices E-Forum]*. Retrieved from http://www.iirp.edu/lib_online_collection.php
- Gulsecen, S., & Kubat, A. (2006). *Teaching ICT to teacher candidates using PBL: A qualitative and quantitative evaluation*. *Educational Technology & Society*, 9 (2): 96-106.

- Gustafsson, J. (2017). *Single case studies vs. multiple case studies: A comparative study*. Student thesis. Retrieved from <http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1064378/FULLTEXT01.pdf>
- Higginson, A., Benier, K., Shenderovinch, Y., Bedford, L., Mazerolle, L., & Murray, J. (2016). *Youth gang violence and preventive measures in low- and middle-income countries: a systematic review (Part II)*. International Initiative for Impact Evaluation (3ie).
- Johnson, M.P., (2006). *Decision models for the location of community corrections centers*. Environment And Planning B-Planning & Design, 33 (3): 393-412 May.16
- Kwaghga, B. (2014). Criminal gangs in urban areas: A threat to democratic governance in Nigeria. *International Journal of African and Asian Studies*, 3.
- Mallow, M.S. (2015). *Juvenile delinquency in Malaysia: Current issues and promising Approaches*. Proceedings of INTCESS15 – 2nd International Conference on Education and Social Sciences, Istanbul, 2–4 February. Available online at: http://www.ocerint.org/intcess15_e-publication/papers/49.pdf
- Mayer, J. D., Caruso, R., & Salovey, P. (2000). *Emotional intelligence meets traditional students for an intelligence*. *Intelligence*, 27, 267-298.
- McDonough, J. & McDonough, S., (1997). *Research Methods for English Language Teachers*. London: Arnold.
- Rosenberg, T. (2011). *Join The Club*. London, England: Icon Books Ltd.
- Shong, T. S., Abu Bakar, S.H., & Islam, M. R. (2018). *Poverty and delinquency: A qualitative study on selected juvenile offenders in Malaysia*. *International Social Work*, 1-15.doi:10.1177/0020872818756172
- Van der Merwe, A., & Dawes, A. (2007). Youth violence: A review of risk factors, causal pathways and effective intervention. *Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 19(2), 95–113.
- Zainal, Z. (2007). Case study as a research method. *Jurnal Kemanusiaan*, Bil. 9.
- Zakaria, F. (2012). *Social Enterprise in Malaysia: The UMK Experience*. Retrieved from:<http://umkeprints.umk.edu.my/id/eprint/599>

Author Profile:***Jamali bin Samsuddin****Youth Trust Foundation (myHarapan)**jamali@myharapan.org**Faculty of Modern Languages and Communication**Universiti Putra Malaysia**jamali16@gmail.com*

EXPOSURE TO PORNOGRAPHY AMONG MUSLIM YOUTH IN KELANTAN: A PRELIMINARY FINDING

NORAZLIFAH MUHAMAD, AZRIANI AB RAHMAN,
MOHD ISMAIL IBRAHIM, RAZLINA ABD RAHMAN, WAN
ARIFIN WAN MANSOR & MOKHTARRUDIN AHMAD

ABSTRACT

Our young generations have been exposed to pornography at a very early age, where internets and mobile phones become their major source. A survey by Malaysian Commission of Multimedia Communication (MCMC) showed that the levels of internet penetration and mobile phone usage by adolescents were 53.6% and 75.9% respectively. As the number of pornography exposure increasing, our understandings on the issues are still lacking. This study aims to seek the prevalence of pornography exposure and factors that associate with pornography exposure. We use a validated questionnaire to do a cross sectional study on randomly selected college students in both Government and Private Colleges in Kelantan. The questionnaires were self-administered and done in each institutions. Data were collected between June to August 2018. Our preliminary findings show that 87.2% were exposed to pornography, and 69.8% claimed that their exposure was unintentional. Univariate analysis show that not praying [p-value 0.034(1.088,8.259)], masturbation [p-value 0.009(1.969,111.662)], internet use [p-value 0.008(2.271,226.506) and mobile phone use [p-value 0.030(1.180,26.397)] as factors that contribute to pornography exposure. Therefore there is a need for multicollaborative effort from different stakeholders such as parents, MCMC, Ministry of Youth and Sports and NGOs to work together to curb the pornographic viewing activities among our youth.

Keywords: *Exposure to pornography, Factors associated, Youth*

ABSTRAK

Generasi kita telah didedahkan kepada pornografi seawal usia muda di mana mereka biasanya akan mendapatkan maklumat daripada internet atau telefon bimbit dengan mudah. Satu kajian yang dijalankan oleh Suruhanjaya Komunikasi Multimedia Malaysia (SKMM) menunjukkan bahawa seramai 53.6% remaja menggunakan internet manakala 75.9% daripada remaja menggunakan telefon bimbit. Namun begitu, pengetahuan kita tentang isu pornografi di Malaysia masih lagi terkebelakang berbanding dengan penggunaan pornografi. Justeru itu, tujuan kajian ini adalah untuk melihat prevalen dan factor-faktor yang berkaitan dengan pendedahan terhadap pornografi. Untuk tujuan itu, satu soalan berkenaan pornografi yang telah divalidasi telah digunakan di dalam kajian keratan rentas yang melibatkan pelajar-pelajar Kolej Kerajaan dan Swasta yang di pilih secara rawak di Kelantan. Soalan kajian telah diisi oleh pelajar secara 'self administer' di institusi masing-masing. Kerja-kerja pengutipan data telah dilakukan dari

Bulan Jun sehingga Ogos 2018. Analisa awal kajian kami menunjukkan bahawa seramai 87.2% responden terdedah kepada pornografi manakala 69.8% melihat atau menonton pornografi secara tidak sengaja. Analisa 'univariate' menunjukkan bahawa tidak sembahyang [p-value 0.034(1.088,8.259)], masturbasi [p-value 0.009(1.969,111.662)], penggunaan internet [p-value 0.008(2.271,226.506)] dan penggunaan telefon bimbit [p-value 0.030(1.180,26.397)] sebagai factor-faktor yang terlibat di dalam pendedahan terhadap pornografi. Oleh itu, gabungan kerjasama daripada mereka yang terlibat seperti ibu bapa, SKMM, Kementerian Belia dan Sukan, dan Badan Bukan Kerajaan perlu untuk membendung aktiviti-aktiviti melihat atau menonton pornografi di kalangan belia.

Kata Kunci: Pendedahan terhadap pornografi, Faktor-faktor berkaitan, Belia

INTRODUCTION

Pornography is defined as materials that are sexually explicit (SEM), which intended to create sexual arousal in the consumers (Habidin, 2016). SEM include genitals or sexual activities such as masturbation, oral sex, vaginal and anal penetration in unconcealed way (Peter and Valkenburg, 2016; Carroll *et. al.*, 2008). Pornography is still considered as a taboo especially in a society that still uphold modesty and positive value such as Malaysia (Habidin, 2016). Nevertheless, it has penetrated into the society as the materials are easily accessible from mobile or internet since the past 20 years (Gnasigamoney, 2014). Recent Malaysian statistic revealed that 94.2% of children and teenagers spend approximately about three (3) hours a day on pornographic websites (Huda, 2017). This is consistent with a survey by a Malaysian Non Governmental Organisation (NGO) that showed 80% exposure to pornography in which half of the teenagers actually admit of watching pornography deliberately (Shamimi, 2017). Pornography exposure can lead to either positive or negative outcomes. However, most studies had demonstrated negative outcomes such as premarital sexual activity (Johansson and Hammar, 2007), sex addiction (Peter and Valkenburg, 2008), sexual violence such as rape (Morgan, 2011), viewing women as sex objects (Peter and Valkenburg, 2007), sexual abuse and paedophilia (Marret, 2016). Other studies which demonstrated negative outcomes include relationship problems such as reduce sexual intimacy and infidelity (Flood, 2009; Morgan, 2011). Despite the increasing negative evidence of pornography, study which specifically focused on pornography is still lacking. Hence, this study was done to explore more on the pornography practice among youth in Malaysia.

OBJECTIVES

1. To determine the prevalence of pornography exposure among youth
2. To determine the factors associated with pornography exposure among youth

LITERATURE REVIEW

Pornography appeals to many individuals across all-aged group, especially those who are easily connected to the mobile phones or internets (Wright, 2013). Pornography usage has been associated with increasing age in many studies (Shek & Ma, 2012; Wolak *et al.*, 2007; Ybarra, 2005). Similar case has also been documented by LPPKN study in 2014, where 43% of youth aged 18-24 had highest exposure to pornography compared to adolescents aged 13-17 years old. This increase in exposure was linked to easy access to pornographic material via internet or mobile phones. Nevertheless, exposure to pornography has been shown to occur in as young as 11 year old (Dines, 2010; Popovic, 2011). It was also shown that men were exposed to pornography at younger age compared to women (Hald, 2006).

In terms of gender, many studies found male uses pornography more than female in terms of time and frequency (Peter, 2016; Ybarra & Mitchell, 2005; Freysteinsdyttir, 2007; Ma, 2013; Mattebo, 2014a). A study by Morgan (2011) and Carroll *et al.* (2008) revealed that 50% and 10% of male and female college students respectively watch pornography every week. Nevertheless, study by Peter *et al.* (2016) demonstrated no differences in genders when it comes to the use of pornography. Male had more positive attitudes towards pornography compared to female (Flood, 2009) and thus was classified more often as “porno enthusiasts” (Morgan, 2011). Study by Hald (2006) revealed that male preferred hardcore pornography and less soft core pornography than women. Younger boys were more likely to watch pornography with friends, and tend to watch pornography alone as their age increased where as girls tend to watch pornography alone at younger age and seemed to watch in groups as they get older (Mattebo, 2014a; Flood, 2009).

Social factors was found to be related to pornography use in some studies. For example, adolescents and youth who use substance abuse have been reported to use pornography more frequently (Ybarra & Mitchell, 2005), as well as adolescents with major delinquents (Hasking *et al.*, 2011). Young adults who use SEM tend to use alcohol or another substance at their last sexual encounter and didn't use contraception during sexual intercourse (Braun-Courville & Rojas, 2009; Carroll *et al.*, 2008). They were also more likely to engage in risky sexual behaviours e.g. anal sex, sex with multiple partners, and using drug during sex (Braun-Courville &

Rojas, 2009).

Nevertheless, religious adolescents and those who attend religious schools use pornography less frequently, partly due to the factors that religiosity has been shown to be associated with higher self-control, more negative attitudes toward pornography, and the feeling that watching pornography violates the social expectations and norms (Hardy *et al.*, 2013; Mesch, 2009).

Family factors such as less commitment to the family, poor family functioning and less mutuality in family functioning have been found to be associated with pornography use among adolescents (Mesch, 2009; Shek and Ma, 2012; Shek and Ma, 2014). Adolescents who are using internet pornography also was found to have less emotionally bonding with the caregivers (Ybarra and Mitchell, 2005) and family conflict with poor family communication (Ma and Shek, 2013). In another study by Ybarra and Mitchell (2005), adolescents who use traditional pornography tend to have a caregiver who used coercive discipline. On the other hand, restrictive parental mediation and installed blocking software was shown to be less associated with pornography via internet use among adolescents (Wolak *et al.*, 2007).

Internet usage has been increasing since its introduction in 1996. According to MCMC, the levels of internet penetration and mobile phone usage by adolescents were 53.6% and 75.9% respectively (MCMC, 2017a; MCMC, 2017b). According to Marret (2014), majority of adolescents had access to a mobile phone by the age of 12. Expansion of Internet access was linked to increase in pornography consumption (Wilburn, 2016). According to a survey in Malaysia, 12% of children surfed porn website when parents are not around (Zulhuda, 2015). This is thought to be due to easily accessibility of internet in cybercafe, free wifi in restaurants or affordable internet package or inexpensive device (MCMC, 2017).

Adolescents with greater sexual experience tend to use internet pornography more frequent (Peter, 2016). In a Malaysia study, pornographic viewing was positively associated with pre marital sexual activity (Awaluddin, 2015). According to Mattebo (2014a), boys tend to have more sexual fantasy inspired by watching pornography where as girls who were exposed to pornography had experienced sexual abuse compared to boys (Mattebo, 2014b). A study done in Croatian women revealed that pornography was positively associated with masturbation (adjusted odds ratio [AOR] = 1.92, $p < 0.01$) (Bacak and Stulhofer, 2011). Another study by Carvalheira (2015) showed that 70% of those who used pornography frequently also had frequent masturbation.

METHODOLOGY

This study was conducted in Kelantan, which is located in northeast part of Peninsular Malaysia. The total population in Kelantan in 2017 is 1,829 700 where majority (93%) is Bumiputra (Department of Statistics Malaysia, 2017). The study was a cross sectional study using self-administered questionnaire. About ten (10) out of 15 private and government colleges in Kelantan were randomly selected and invited to participate in this study. From each college, a few classes were selected based on random sampling. All students aged from 18 to 25 from selected classes were then invited to participate in this study. The inclusion criteria was youth aged 18 to 25 from selected classes who are consented for the study, where as exclusion criteria was those who do not understand Malay language, non Muslim and non Malaysian.

We used a validated questionnaire which we developed to suit the different culture and sensitivity in Malaysia. The questionnaires were divided into a few sections. The first section consists of sociodemographic factors such as age, gender, race, religion and state of origin. The next section consists of questions on family background such as parents' status, parents' education, parents' job and household income. The next part of the questionnaire was on family relationship such as whether the parents were caring, loving or strict. Questions on religiosity such as praying five times a day, fasting during Ramadhan, reading Quran were asked. For high risk behaviour, students were asked about smoking behaviour, 'rempit', history of substance abuse, history of molest, masturbation, sexual fantasy and sexual activity. The final part of the questionnaire was on internet use, source of internet, duration of internet use, internet surfing accompany and lastly pornography exposure and age of first exposure. This study were conducted upon approval by the ethics committee of Universiti Sains Malaysia. Data was collected from June 2018 to August 2018. About 919 students gave their consent and participated in this study. Data collection were done in each institution by researchers. Students were briefed about the questionnaires and were ensured their confidentiality. All the completed questionnaires were collected and kept in a sealed envelope by the researchers after the completion of each session. The data were analysed using IBM SPSS statistics version 24.

RESULT

Data were collected from ten (10) colleges, which were randomly selected in Kelantan. Six (6) of the colleges were Government sponsored; where as another four (4) were Private colleges. From 919 respondents, 50 were excluded due to incomplete or missing data. We have entered and analysed data from 218 respondents. Our preliminary results for socio

demographic show that mean age of our respondents was 19.7 (SD 0.99), male respondents predominates female (57.3% male compared to 42.7% female) and reside in Kelantan (90.4%) (Table 1).

In terms of family background, majority of the students came from a stable family background with stable income. Majority of the students also claimed that their family is loving, caring and strict. On religious factors, it was shown that majority of the students claimed that they fast during the fasting month, more than half prays 5 times a day, but less than half claims that they read Quran. In terms of personal behaviour, majority denied their involvement in high-risk behavior such as smoking, substance abuse or 'rempit', or sexual risk factors such as history of being molested, raped or masturbation. About 98.2% of the students use Internet, in which majority claimed that most of the Internet access is via mobile telephone (Table 2). Mean average for the Internet use was 5 hours a day, and more than half of the students preferred to use Internet with friends.

Table 1: Socio demographic characteristic, family background, family relationship, religious practice and personal behaviour of respondents (n=218)

Variables	Mean(SD)	n(%)
Sociodemographic		
Age	19.7(0.99)	
Gender		
Male		125(57.3)
Female		93(42.7)
Race		
Malay		218(100.0)
Others		0
State of origin		
Kelantan		194(90.2)
Luar Kelantan		21 (9.8)
Family Background		
Parent Status		
Married		192(88.9)
Divorce		24(11.1)
Education		
Mother		
Lower education		34(16.0)
Higher education		178(84.0)
Father		

Lower education	32(15.2)
Higher education	178(84.8)
Income	1952.1(3039.9)

Family relationship

Caring parents	
Yes	210(96.3)
No	8 (3.7)
Loving parents	
Yes	205(94.0)
No	13 (6.0)
Strict parents	
Yes	172(79.3)
No	45 (20.7)

Religious Practice

Praying 5 times a day	
Yes	135(62.2)
No	82 (37.8)
Fasting during Ramadhan	
Yes	197(90.8)
No	20 (9.2)
Reading Quran	
Yes	96(44.2)
No	121(55.8)

Personal behavior

Smoking	
Yes	37(17.1)
No	180(82.9)
Substance abuse	
Yes	6 (2.8)
No	210(97.2)
'Rempit'	
Yes	32(14.7)
No	185(85.3)
History of being molest	
Yes	16 (7.4)
No	200(92.6)
History of being rape	
Yes	5 (2.3)
No	210(97.7)
Sex fantasy	

Yes	27(12.4)
No	190(87.6)
Masturbate	
Yes	70(32.3)
No	147(67.7)
Sex Activity	
Yes	20 (9.2)
No	197(910.8)

Table 2: Characteristics of internet use among respondents (n=218)

Variables	Mean(SD)	n(%)
Internet Use		
Yes		214(98.2)
No		4 (1.8)
Medium of internet		
Mobile phone		
Yes		211(96.8)
No		7 (3.2)
Computer		
Yes		61(28.0)
No		157(72.0)
Duration of internet use	4.9(4.45)	
Internet surfing accompany		
Alone		83 (38.6)
Others		132(61.4)

The prevalence for the pornography exposure was 87.2%, in which more than half claimed that it was unintentional (69.8%). Male were intentionally exposed to pornography more than female. The mean age for pornography exposure was 15.1(2.78); where as the earliest age of exposure was at 5 year old (Table 3).

Table 3: Prevalence of pornography exposure among youth in Kelantan

Variables	Mean(SD)	n(%)
Exposures		
Yes		190(87.2)
No		28 (12.8)

Age of pornography exposure	15.1(2.78)	
Intentional		63 (30.6)
Male		47 (42.0)
Female		14 (15.6)
Unintentional		141(69.8)

Analysis for simple logistic regression has been conducted, a few factors shown to be associated with pornography exposure. These factors were not praying [p-value 0.034(1.088,8.259)], masturbation [p-value 0.009(1.969,111.662)], internet use [p-value 0.008(2.271,226.506) and mobile phone use [p-value 0.030(1.180,26.397)] (Table 4).

Table 4: Factors associated with pornographic exposure analyzed by simple logistic regression

Variables	Pornography exposure		Crude OR (95% CI)
	Yes n(%)	No n(%)	
Sociodemographic			
Age			0.873
Gender			
Male	110(88.0)	15(12.0)	0.666
Female	80 (86.0)	13(14.0)	1
State of origin			
Kelantan	170(87.6)	24(12.4)	0.802
Luar Kelantan	18(85.7)	3(14.3)	1
Family Background			
Parent Status			
Married	167(87.0)	25(13.0)	1
Divorce	21(87.5)	3(12.5)	0.943
Education			
Mother	153(86.0)	25(14.0)	
Lower education	31(91.2)	3 (8.8)	0.415
Higher education			1
Father			
Lower education	30(93.8)	2 (6.3)	0.215

Higher education	152(85.4)	26(14.6)	1	
Family relationship				
Caring parents				
Yes	184(87.6)	26(12.4)	1	
No	6(75.0)	2(25.0)		0.309
Loving parents				
Yes	170(87.3)	26(12.7)	1	
No	11(84.6)	2(15.4)		0.778
Strict parents				
Yes	147(85.5)	25(14.5)	1	
No	42(93.3)	3(6.7)		0.172
Religious Practice				
Praying 5 times a day				
Yes	113(83.7)	22(16.3)	1	
No	77(93.9)	5(6.1)		0.034
Obligatory Fasting				
Yes	172(87.3)	25(12.7)	1	
No	18(90.0)	2(10.0)		0.729
Reading Quran				
Yes	83(86.5)	13(13.5)	1	
No	107(88.4)	14(11.6)		0.662
Personal behavior				
Smoking				
Yes	34(91.9)	3(8.1)		0.386
No	156(86.7)	24(13.3)	1	
'Rempit'				
Yes	159(85.9)	26(14.1)		0.118
No	31(96.9)	1(3.1)	1	
History of being molest				
Yes	15(93.8)	1(6.3)		0.444
No	174(87.0)	26(13.0)	1	
Sex fantasy				
Yes	25(92.6)	2(7.4)		0.404
No	165(86.8)	25(13.2)	1	
Masturbate				
Yes	69(98.6)	1(1.4)		0.009
No	121(82.3)	26(17.7)	1	

Internet Use				
Yes	189(88.3)	25(11.7)		0.008
No	1(25.0)	3(75.0)	1	
Medium of internet				
Mobile phone				
Yes	186(88.2)	25(11.8)		0.030
No	4(57.1)	3(42.9)	1	
Computer				
Yes	55(90.2)	6(9.8)		0.410
No	135(86.0)	22(14.0)	1	
Duration of internet use				
Internet surfing accompany				
Alone	76(91.6)	7(8.4)		0.197
Others	113(85.6)	19(14.4)	1	
Age of first exposure				

DISCUSSION

Our findings showed that the proportion of youth who were exposed to pornography was 87.2%, in which almost 70% was unintentional. This finding is consistent with a study in Klang Valley, which revealed 80% exposure to pornography (Shamimi, 2017). This number is high compared to the LPPKN survey in 2014, which showed only 43% of those aged 18-24 were exposed to pornography. This sharp rise in pornography exposure within 4 years maybe explained by the higher accessibility, affordability and usability of mobile phone among the college students.

The mean age for pornography exposure in this study was 19.7(0.99). As this study involved college students, the pornography exposure between different age group has no difference. However, the earliest age of exposure to pornography was noted to be as young as 5 years old. This is far younger compared to earliest age of exposure from the previous studies (Dines, 2010; Popovic, 2011). This finding is consistent with the fact more than 90% of children and teenagers in Malaysia spend about three (3) hours a day on pornographic websites (Huda, 2017). Therefore, strict parental guidance and monitoring may prevent early exposure to pornography materials among children from the young ages.

Unlike other studies (Peter, 2016; Ybarra & Mitchell, 2005; Freysteinsdyttir, 2007; Ma, 2013; Mattebo, 2014a; Shamimi, 2017), males and females were almost equally exposed to pornography in our study. However, male seems to predominate in terms of intentional exposure to pornography compared to female. This might be due to the fact that male are more “porno enthusiast” or have more positive attitudes to pornography compared to female (Flood, 2009; Morgan, 2011). The difference between the pattern of pornography exposure or consumption between both gender may thus need to be explored in further study.

A few factors shown to be associated with pornography exposure. These factors were not praying, masturbation, internet use and mobile phone use. From this study, we found that those who don't pray five times a day has almost three (3) times the odds to be exposed to pornography. This finding is consistent with previous literature that suggests religiosity has some influence on the pornography exposure (Hardy *et. al.*, 2013; Mesch and Maman, 2009).

Sexual risk factor such as masturbation has also been associated with pornography exposure. In our study, masturbation has almost 15 times the odds for pornography exposure. We note that the wide confidence interval may indicate that this result is not representing the whole population as the data analyzed was small compared to the actual study sample. Even though the actual explanation for association between masturbation and pornography exposure is not clear, several literatures has been linking frequent masturbation with increase in pornography consumption (Bacak and Stulhofer, 2011; Carvalheira, 2015).

Our finding showed 98.2% of our respondents were using internet, in contrast with the report by MCMC (2017) which showed lower percentage of adolescents using internet (53.6%) and mobile phones (75.9%) in Malaysia. This might be due to the easy accessibility, affordability and the need for college students to use internet as part of their learning process. During univariate analysis, internet use has shown to have almost 23 times the odds for pornography exposure, which is consistent with a report by Wilburn (2016) who claimed that internet access was linked to increased in pornography consumption. Nevertheless, we also note that the wide confidence interval may indicate that this result is not representing the whole population as the data analyzed was small compared to the actual study sample.

In comparison to pornography exposure via computer, mobile phone usage has a 5.6 times the odds to be exposed to pornography. This can be explained by the fact that all of the respondents were college students whom majority use mobile phones to communicate with their

colleagues, teachers and families.

IMPLICATION

Our preliminary findings from this study showed that a few factors were associated with pornography exposure at univariate analysis. Thus further study will need to extend to multivariate level analysis to get a more accurate result after controlling the confounding factors. Nevertheless, this study raise the importance of implementing good religious teachings to the children and adolescents, as well as parental guidance and discipline on mobile phone usage among children. There should be a guideline or recommendations on what age is appropriate for a child to be exposed to a mobile phone. The higher percentage of pornography exposure among mobile phone and internet users may indicate the need to revise a few regulations or restrictions on certain internet contents which are sexually persuasive. It is also important to create awareness among school students on the negative implications of pornography as some of them have been exposed to pornography at an early age. Thus, pornography exposure and its outcomes can be introduced in schools as part of sex education subject.

CONCLUSION

Based on our preliminary findings, we found that multifactorial factors involve in pornography exposure. These factors include religious factor such as not praying, sexual behavior such as masturbation, usage of internet and mobile phones. Therefore, multi collaboration from different stakeholders such as parents, education ministry, multimedia commission, Ministry of Youth and Sports and NGOs is needed in order to control if not prevent the pornography exposure and it's negative outcomes.

ACKNOWLEDGEMENT

We would like to thank the Ethical Committee of University Science Malaysia for giving us the permission to conduct this research. We also want to thank TIPPS grant for the financial contribution for this project.

REFERENCES

- Awaluddin, S. M., Ahmad, N. A., Saleh, N. M., Aris, T., Kasim, N. M., Sapri, N. A. M. & Rashid, N. R. N. A. (2015). *Prevalence Of Sexual Activity In Older Malaysian Adolescents And Associated Factors*.
- Ba□ak A, V. & □tulhofer, A. (2011). Masturbation Among Sexually Active Young Women In Croatia: Associations With Religiosity And Pornography Use. *International Journal Of Sexual Health*, 23, 248-257.

- Braun-Courville, D. K. & Rojas, M. (2009). Exposure To Sexually Explicit Web Sites And Adolescent Sexual Attitudes And Behaviors. *Journal Of Adolescent Health*, 45, 156-162.
- Carroll, J. S., Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., Olson, C. D., Mcnamara, B. C. & Madsen, S. D. (2008). Generation Xxx. Pornography Acceptance And Use Among Emerging Adults. *Journal Of Adolescent Research*, 23, 6-30.
- Carvalho, A., Trzhen, B. & Stulhofer, A. (2015). *Masturbation And Pornography Use Among Coupled Heterosexual Men With Decreased Sexual Desire: How Many Roles Of Masturbation?* *Journal Of Sex & Marital Therapy*, 41, 626-635.
- Department Of Statistic Malaysia. (2017). *Population Quick Info*.
- MCMC. (2017a). *Internet Users Survey 2017 Statistical Brief Number Twenty-One*. Cyberjaya: Mcmc.
- MCMC. (2017b). *Hand Phone Users Survey 2017 Statistical Brief Number Twenty-Two*. Cyberjaya: Mcmc.
- Dines, G. (2010). *Pornland: How Porn Has Hijacked Our Sexuality*, Boston, Beacon Press.
- Flood, M. (2009). *The Harms Of Pornography Exposure Among Children And Young People*. *Child Abuse Review*, 18, 384-400.
- Freysteinsdyttir, F. J. & Benediktsdyttir, B. E. (2017). *Sexual Behaviour, Sexual Health And Pornography Consumption Among Secondary School Students In Iceland*. *Research In Health Science*, 2, 55.
- Gnasigamoney, S. S. & Sidhu, M. S. (2014). *E-Behaviour Trends And Patterns Among Malaysian Pre-Adolescents And Adolescents*. *Cyber Behavior: Concepts, Methodologies, Tools, And Applications*. Igi Global.
- Habidin, N., Abdullah, M. Y. & Salleh, M. A. M. (2016). *Online Pornography On Smartphones Amongst The Teenage Juvenile*.
- Hald, G. M. (2006). *Gender Differences In Pornography Consumption Among Young Heterosexual Danish Adults*. *Archives Of Sexual Behavior*, 35, 577-585.
- Hardy, S. A., Steelman, M. A., Coyne, S. M. & Ridge, R. D. (2013).

Adolescent Religiousness As A Protective Factor Against Pornography Use. *Journal Of Applied Developmental Psychology*, 34, 131-139.

Hasking, P. A., Scheier, L. M. & Abdallah, A. B. (2011). *The Three Latent Classes Of Adolescent Delinquency And The Risk Factors For Membership In Each Class*. *Aggressive Behavior*, 37, 19-35.

Huda, N. A. (2017). *94% Of Malaysian Kids Exposed To Online Porn*.

Johansson, T. & Hammarin, N. (2007). Hegemonic Masculinity And Pornography: Young People's Attitudes Toward And Relations To Pornography. *The Journal Of Men's Studies*, 15, 57-70.

LPPKN.(2014). *Malaysia's 5th Population And Family Survey*.

Ma, C. M. & Shek, D. T. (2013). Consumption Of Pornographic Materials In Early Adolescents In Hong Kong. *Journal Of Pediatric And Adolescent Gynecology*, 26, S18-S25.

Marret, M. J. & Choo, W.Y. (2016). Victimization After Meeting With Online Acquaintances: A Cross-Sectional Survey Of Adolescents In Malaysia. *Journal Of Interpersonal Violence*, 0886260515625502.

Mattebo, M. (2014a). *Use Of Pornography And Its Associations With Sexual Experiences, Lifestyles And Health Among Adolescents*. *Acta Universitatis Upsaliensis*.

Mattebo, M., Tydén, T., Högström-Nordin, E., Nilsson, K. W. & Larsson, M. (2014b). Pornography And Sexual Experiences Among High School Students In Sweden. *Journal Of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 35, 179-188.

Mesch, G. S. (2009). Social Bonds And Internet Pornographic Exposure Among Adolescents. *Journal Of Adolescence*, 32, 601-618.

Morgan, E. M. (2011). Associations Between Young Adults' Use Of Sexually Explicit Materials And Their Sexual Preferences, Behaviors, And Satisfaction. *Journal Of Sex Research*, 48, 520-530.

Peter, J. & Valkenburg, P. M. (2007). *Adolescents' Exposure To A Sexualized Media Environment And Their Notions Of Women As Sex Objects*. *Sex Roles*, 56, 381-395.

Peter, J. & Valkenburg, P. M. (2008). *Adolescents' Exposure To Sexually Explicit Internet Material And Sexual Preoccupancy: A Three-Wave Panel*

- Study. *Media Psychology*, 11, 207-234.
- Peter, J. & Valkenburg, P. M. (2016). Adolescents And Pornography: A Review Of 20 Years Of Research. *The Journal Of Sex Research*, 53, 509-531.
- Popovic, M. (2011). *Pornography Use And Closeness With Others Man*. M. Arch Sex Behaviour, 40, 449.
- Shahimi, I. M. A. (2017). *Pornografi Di Malaysia*. Harian Metro.
- Shek, D. T. & Ma, C. (2012). Consumption Of Pornographic Materials Among Early Adolescents In Hong Kong: Profiles And Psychosocial Correlates. *International Journal On Disability And Human Development*, 11, 143-150.
- Shek, D. T. & Ma, C. (2014). Using Structural Equation Modeling To Examine Consumption Of Pornographic Materials In Chinese Adolescents In Hong Kong. *International Journal On Disability And Human Development*, 13, 239-245.
- Wilburn, B. S. (2016). *Examining The Effects Of Pornography On The Individual And The Family*. Eastern Illinois University.
- Wolak, J., Mitchell, K. & Finkelhor, D. (2007). *Unwanted And Wanted Exposure To Online Pornography In A National Sample Of Youth Internet Users*. *Pediatrics*, 119, 247-257.
- Wright, P. J. (2013). Us Males And Pornography, 1973–2010: Consumption, Predictors, Correlates. *Journal Of Sex Research*, 50, 60-71.
- Ybarra, M. L. & Mitchell, K. J. (2005). *Exposure To Internet Pornography Among Children And Adolescents: A National Survey*. *Cyberpsychology & Behavior*, 8, 473-486.
- Zulhuda, S. (2015). *Cyberlaw On Pornography*. National Law Students Conferene Universiti Utara Malaysia.

Authors Profile:

Norazlifah bt Muhamad

Bahagian Pengurusan Latihan
Kementerian Kesihatan Malaysia
ipahmohd@yahoo.com

ANIME DAN GEJALA SOSIAL DALAM KALANGAN REMAJA DI SELANGOR

NOR AFIAN YUSOF & KHAIRUL ANWAR MASTOR

ABSTRAK

Gejala sosial dikalangan remaja berdekatan-dekat sudah telah memberikan kesan yang besar terhadap pembentukan insan dalam sebuah masyarakat yang hidup dalam dunia teknologi yang serba canggih. Sering kali gejala sosial dikaitkan dengan media massa yang menerima teknologi maklumat yang serba pantas dan canggih. Anime adalah hiburan yang dibawa menerusi media massa elektronik untuk golongan kanak-kanak, remaja dan belia yang telah mendominasi dunia animasi seluruh dunia. Perbezaan nilai akhlak, adab dan budaya yang berbeza dikhuatiri menjadi penyebab kepada salah satu faktor keruntuhan akhlak dikalangan remaja kerana terdapatnya unsur-unsur keganasan, seks, hayalan dan tahyul yang boleh merosakkan dan meracuni pemikiran remaja yang akhirnya boleh menjerumuskan mereka kepada gejala sosial. Banyak kajian terhadap anime yang memberikan kesan buruk kepada remaja dan tak kurang juga kajian yang mendapati kesan yang positif. Statistik daripada Jabatan Perangkaan Malaysia 2016 merekodkan bilangan pesalah juvana menurun 10.3 peratus daripada 5,096 kes pada tahun 2014 kepada 4,569 kes pada tahun 2015. Namun bilangan tersebut belum cukup untuk melepaskan kerisauan dikalangan masyarakat terhadap masalah ini. Kajian rintis ini dilakukan ke atas 85 orang responden remaja yang berusia 13 dan 16 tahun disebuah sekolah di Selangor dengan menggunakan kaedah kuantitatif. Dapatan kajian mendapati terdapatnya kesan positif yang kecil hasil daripada tontonan anime, manakala sebahagian besarnya menunjukkan tidak terdapatnya hubungan yang signifikan ke atas keruntuhan akhlak yang membawa kepada masalah gejala sosial.

Kata Kunci: *Anime, Gejala Sosial, Remaja.*

ABSTRACT

Social problems among adolescents have been giving a huge impact on the formation of people in a community who live in the world of modern technology. Social problems are oftenly associated with fast-paced mass media that that come with information technology and sophistication. Anime is the entertainment brought by the electronic mass media for the children, youth and adults who have dominated the world of animation today. The difference in the characters, morals and cultures are believe to be a major for moral declination among teenagers. The elements of violence, sex, fantasy and superstition can be damage teenagers mind. A lot of anime studies show adversely and positive effects to the teenagers. Statistics from the Department of Statistics show the number of juvenile offenders in 2016 recorded a decline of 10.3% from 5,096 cases in 2014 to 4,569 cases in 2015. However the

number is not enough to release anxiety among the public on this issue. A pilot study was conducted on 85 respondents teenagers aged 13 and 16 years old by using quantitative methods. Results showed that there was positive effect on the result of watching anime, while the remainder showed there was no significant relationship to the social problems on this issue.

Keywords: *Anime, Social Problem, Adolescents.*

PENGENALAN

Gejala sosial yang berlaku akibat dari bencana keruntuhan akhlak akibat daripada pendedahan media massa yang melampau dan meluas tanpa sempadan kian meruntum kerisauan masyarakat kita hari ini. Berita gejala sosial ini sering kita lihat dan dengar melalui berita-berita di akhbar mahupun televisyen. Tambah parah lagi isu ini melibatkan golongan remaja yang menjadi modal insan negara di masa hadapan.

Kehidupan remaja hari ini yang terdedah dengan pelbagai maklumat dan budaya luar yang tidak bertapis yang dibawa oleh media massa boleh mempengaruhi minda dan tingkah laku mereka. Gejala sosial seperti pergaulan bebas, lumba haram, penyalahgunaan dadah, buang bayi, judi, buli, gangsterism dan sebagainya masih berada dalam keadaan yang menakutkan walaupun statistik menunjukkan penurunan sebanyak 15% pada tahun 2010. Statistik tersebut menunjukkan seramai 4,474 kanak-kanak berumur seawal tujuh (7) tahun ditahan dalam pelbagai kes jenayah. Statistik Bukit Aman ini juga merekodkan sebanyak 135,121 kes jenayah melibatkan golongan kanak-kanak, pelajar dan remaja keseluruhannya (arkib Berita Harian, 12 Jan 2011). Dapatan daripada statistik tersebut masih membimbangkan dan menakutkan. Perkara ini diakui oleh Ketua Pengarah Pelajaran, Datuk Abdul Ghafar Mahmud ketika merasmikan uniform Kelab Pencegahan Jenayah peringkat kebangsaan 2011 (arkib Utusan Malaysia 18 April 2011). Menurut beliau, statistik yang dikeluarkan daripada Bukit Aman telah menunjukkan peningkatan sebanyak 111 peratus kes jenayah melibatkan pesalah juvana dalam tempoh setahun. Sebanyak 7,816 kes telah direkodkan pada tahun 2013 berbanding 3,700 kes pada tahun 2012 yang menunjukkan peningkatan sebanyak 4,116 kes. Tambah mengerutkan lagi angka kegiatan jenayah yang melibatkan remaja yang tamat persekolahan juga telah meningkat sehingga 137 peratus iaitu 2,011 pada tahun 2013 kes berbanding 849 kes pada tahun sebelumnya. Jenayah berat yang melibatkan remaja berusia antara 12 hingga 17 tahun juga turut menyaksikan peningkatan sehingga 47 peratus diseluruh negara dan ada yang terlibat dengan kes bunuh dan juga rogol (arkib Harian Metro, 11 Mac 2015).

Salah satu statistik yang dibentangkan oleh Datuk Seri Ahmad Zahid Hamidi di dalam sidang Parlimen ialah sebanyak 751 kes juvana yang melibatkan kesalahan rogol telah direkodkan pada tahun 2014, 674 kes pula pada tahun 2015 dan 691 kes pada tahun 2016. Manakala bagi kes jenayah ganas pula mencatatkan 2,907 kes pada tahun 2014, diikuti 2529 kes pada tahun 2015 dan 2,526 kes pada tahun 2016. Kes yang melibatkan jenayah kecurian motosikal telah merekodkan angka 3,110 kes pada tahun 2014 yang melibatkan remaja berusia antara tujuh hingga sepuluh tahun. Kes menurun kepada 2,634 pada tahun 2015 dan meningkat sedikit pada tahun 2016 sebanyak 2,655 kes. Manakala kes yang melibatkan jenayah harta benda telah direkodkan sebanyak 6,386 pada tahun 2014, menyaksikan penurunan angka kes kepada 5,605 pada tahun 2015 dan 5,459 pada tahun 2016 (arkib Malaysiakini, 5 Mei 2017).

Mengapakah gejala sosial ini boleh berlaku dan apakah punca yang menyebabkan ianya berlaku dan semakin serius?. Telah banyak kajian ilmiah dilakukan terhadap punca terjadinya masalah gejala sosial ini. Secara umumnya gejala sosial ini boleh dihuraikan sebagai satu keadaan atau cara hidup yang berlaku di dalam sesuatu masyarakat yang mana ianya bertentangan atau berlawanan dengan ciri-ciri atau nilai budaya dan juga nilai-nilai keagamaan sesebuah masyarakat. Menurut Hamzah (1983), gejala sosial dilihat sebagai satu perlakuan manusia yang terkeluar dari batas-batas normal dan diterima umum, baik dari aspek agama, sosial serta budaya kehidupan masyarakat. Gejala sosial yang berpunca daripada keruntuhan pegangan nilai akhlak ini bukan sahaja turut melibatkan hanya golongan muda dan remaja malah ianya turut melibatkan golongan dewasa, namun apabila memperkatakan masalah gejala sosial di kalangan remaja, banyak kajian yang menunjukkan hubung kait dan signifikan dengan kandungan negatif yang terdapat dalam media massa khususnya majalah dan juga televisyen (Abd. Halim Tamuri & Zarin Ismail, 2005). Jika begitu, apakah anime yang wujud dan berkembang dalam media massa hari ini juga turut memberikan kesan kepada bencana gejala sosial remaja hari ini?.

Anime secara umumnya dikenali sebagai animasi daripada Jepun yang mempunyai ramai peminat diseluruh dunia termasuklah Malaysia. Kemasukan anime di Malaysia dimulakan dengan siri Doraemon di RTM sekitar tahun 1980an telah menetuskan fenomena kepada peminat siri animasi khususnya kanak-kanak dan remaja. Permintaan yang tinggi ini kemudiannya telah membawa pelbagai lagi siri animasi Jepun ke rangkaian televisyen Malaysia. Pelbagai watak superhero, aksi, paparan grafik yang menarik dan jalan cerita yang sukar diduga merupakan daya tarikan anime. Menurut Novianti (2007), sebahagian masyarakat menerima anime secara positif dengan alasan untuk mendalami bahasa dan budaya Jepun, namun tidak kurang juga timbul isu tentang pengaruh gejala sosial hasil daripada

kemunculan anime.

Kehadiran anime yang membawa unsur negatif dan budaya asing yang bertentangan dengan budaya setempat bukan sahaja telah merisaukan masyarakat kita di Malaysia tetapi juga telah merisaukan masyarakat dunia amnya. Pada awal tahun 2008 di Semarang, Indonesia, seorang kanak-kanak berusia 10 tahun, Revino Siahaya telah meninggal dunia akibat dipercayai meniru aksi hero anime Naruto kegemarannya. Manakala di Rusia, seorang remaja berusia 14 tahun telah terjun dari apartment rumahnya di Chaikovsky setelah hero anime pujaannya Itachi Uchiha tewas dalam cerita tersebut (Hernita, 2014). Pelbagai kajian tentang anime telah dilakukan dan pelbagai dapatan negatif dan positif telah direkodkan. Hakikatnya disebalik isu yang merisaukan, wujud pula dapatan positif berkaitan anime. Antaranya, kajian dari Sameen (2014) terhadap anime dapat meningkatkan interaksi sosial disamping memupuk minat terhadap seni dan bahasa di kalangan remaja. Namun tidak menolak jika pendedahan melampau terhadap anime boleh menyebabkan remaja terlibat ketagihan menonton, menyekat aktiviti lain serta boleh menyebabkan masalah sikap dan tingkah laku. Kajian Eng (2001) turut juga mendapati remaja yang menonton anime dapat meningkatkan interaksi sosial diantara mereka. Begitu juga dapatan kajian daripada Gaylican (2013) yang mendapati interaksi sosial dikalangan remaja meningkat serta boleh merubah remaja yang pemalu menjadi seorang yang berani. Pelbagai dapatan kajian sama ada positif mahupun negatif perlulah merujuk kepada data-data kajian yang terperinci berdasarkan kepada subjek dan lokasi kajian. Jesteru kajian ini dibuat untuk melihat apakah anime juga menjadi penyumbang kepada salah satu faktor gejala sosial yang berlaku dalam masyarakat hari ini atau sekadar persepsi daripada sikap prejudis sahaja?

OBJEKTIF

Kajian ini bertujuan untuk memenuhi objektif berikut:-

- i. Mengenalpasti faktor mengapa remaja meminati anime.
- ii. Mengenalpasti tahap kekerapan menonton anime dikalangan remaja.
- iii. Mengenalpasti hubungan anime dengan gejala sosial dikalangan remaja.

SOROTAN LITERATUR

Anime, Remaja dan Gejala Sosial

Anime diambil daripada singkatan perkataan bahasa Inggeris '*animation*' yang dipendekkan kepada tiga suku kata dalam bahasa Jepun yang membawa maksud animasi yang berasal dari komik atau Manga dalam bahasa Jepun. Menurut Lent (2001) manga adalah komik yang dicipta di

Jepun, atau oleh pencipta Jepun dalam bahasa Jepun serta mematuhi gaya yang dibangunkan di Jepun pada akhir abad ke-19. Di Jepun, masyarakat peringkat umum membaca manga yang terdiri daripada pelbagai genre seperti pengembaraan, cinta, sukan, drama, sejarah, komedi, fiksiyen sains, fantasi, misteri, penyiasatan, seram, seks, perniagaan dan sebagainya (Gravett, 2004).

Sejak tahun 1950-an, manga telah menjadi salah satu industri penerbitan yang utama di Jepun. Malah ianya telah berkembang dan diminati diseluruh dunia. Menurut Danica Davidson (2012) Pasaran di Eropah dan Timur Tengah telah merekodkan angka keuntungan sehingga 250 juta dollar, manakala bagi pasaran Amerika telah mencatatkan angka sebanyak 120 juta dollar sehingga tahun 2012. Begitulah popularnya Manga diseluruh dunia. Anime pula lahir daripada populariti Manga Jepun. Menurut kamus Merriam-Webster Anime adalah animasi daripada Jepun dan ianya lahir dari cerita-cerita Manga yang popular dibangunkan dan dipersembahkan dalam bentuk animasi. Manga dan Anime adalah sebuah karya kreatif orang Jepun yang tidak dapat dipisahkan, Cuma bezanya ialah Manga dalam bentuk bercetak, manakala Anime pula dalam bentuk animasi yang ditayangkan di televisyen.

Kini anime telah menjadi bahan tontonan hiburan kegemaran kanak-kanak dan remaja dari pelosok dunia termasuklah negara kita. Penayangan siri-siri anime ini turut membawa sekali budaya-budaya luar, khususnya Jepun ke kotak pemikiran remaja. Penerapan budaya asing yang tidak menepati dan berlawanan dengan nilai budaya serta agama setempat boleh memberikan nilai negatif terhadap remaja yang terdedah dengannya (Roosfa, 2012). Kekuatan pada siri-siri anime ini terletak kepada kehebatan watak-watak seperti Naruto, Goku, Doraemon, Sin Chan dan pelbagai lagi, ditambah pula dengan persembahan estetik pada grafik yang dipaparkan. Inilah yang menjadi daya penarik kepada anime.

Apa yang membimbangkan kini anime ini boleh ditonton tidak kira waktu dan tempat dengan adanya teknologi internet tanpa had yang turut menyajikan remaja dengan pelbagai cerita, kisah dan watak Anime yang langsung tidak ditapis kandungannya. Situasi ini dikhuatiri mengandungi elemen-elemen negatif yang boleh mempengaruhi akhlak dan tingkah laku remaja seterusnya mendorong mereka melakukan perkara negatif yang menyumbang kepada meningkatnya jumlah gejala sosial yang membimbangkan. Pendedahan bebas dan keterlaluan tanpa had ini boleh mengancam pemikiran dan nilai akhlak remaja jika ianya tidak dibendung (Umi Khattab dan Gee Chee Tang, 2008) dalam kajian yang bertajuk kenapa penduduk Asia begitu terbuka dan mudah meminati siri-siri Anime Jepun?. Situasi ini dikaitkan dengan rancangan televisyen tempatan dimana slot untuk kanak-kanak dan remaja dipenuhi dengan

siri-siri animasi Jepun. Apa yang membimbangkan ialah kandungan Anime tersebut tidak sesuai dengan nilai akhlak dan budaya tempatan sekaligus boleh mendatangkan satu masalah yang serius terhadap perkembangan remaja.

Perbincangan tentang keburukan anime di Indonesia pernah menjadi satu isu hangat yang diperbincangkan dimajalah-majalah mahupun laman sembang internet. Seto Mulyadi dalam majalah *Gamma* (2001) seorang psikologi kanak-kanak dari Indonesia berpendapat bahawa watak seperti Crayon Shin Chan tidak sesuai untuk kanak-kanak dan remaja kerana ia dipenuhi dengan kata-kata kurang sopan dan berunsur lucah. Pendapat ini disokong oleh Suherman (2002) yang menyatakan telah banyak seminar dan artikel ditulis yang menyimpulkan bahawa Anime Shin Chan mempunyai pengaruh yang buruk terhadap kanak-kanak dan remaja kerana ia banyak mengandungi unsur pornografi yang dikhuatiri boleh memberikan kesan buruk terhadap tingkah laku mereka. Seorang lagi komentar, Widyastuti (2009) juga menyatakan perkara yang sama berkaitan dengan watak Shin Chan yang bersifat dangkal dari segi artistik mahupun falsafahnya dan dikhuatiri boleh merosakkan pemikiran remaja. Chambers (2012) turut menyatakan anime membawa unsur negatif seperti keganasan dan tidak sesuai ditonton oleh remaja. Kajian daripada Sallehuddin dan Omar (2011) turut mendapati bahawa kebanyakan kanak-kanak dan remaja meminati anime kerana visual grafiknya yang cantik, unsur humor dan keganasan yang diselitkan dalam penceritaan. Namun anime yang mempunyai unsur keganasan melampau boleh juga menyumbang kepada sikap dan tingkah laku agresif dikalangan remaja.

Namun begitu, terdapat juga kajian-kajian lain menunjukkan kesan positif yang lahir daripada pendedahan anime. Antaranya kajian daripada Jesus (2014) yang menyatakan remaja yang terdedah kepada anime dapat meningkatkan penghayatan estetik terhadap seni apabila dewasa. Pendapat ini juga turut dikongsi oleh Gaylican (2013) bahawa mereka yang menonton anime akan lebih tertarik kepada bidang seni. Manakala Eng (2001) berpendapat anime boleh meningkatkan interaksi sosial dikalangan remaja dan meningkatkan minat terhadap budaya dan bahasa Jepun. Dapatan kajian daripada Sameen (2014) menunjukkan bahawa anime bukan sahaja membuatkan remaja dapat menghayati seni dengan baik tetapi secara tidak langsung dapat meningkatkan kreativiti mereka. Menurut Sameen lagi, anime dapat membantu remaja memahami perbezaan antara betul dan salah dan menanamkan sikap bertanggungjawab atas tindakan sendiri selain mengajar sikap jujur, murah hati dan menghormati orang lain. Namun disebalik kesan positif tersebut anime juga memberikan kesan negatif jika ditonton secara berlebihan dan akan mengakibatkan remaja menjadi ketagihan dan tidak dapat menumpukan perhatian terhadap pembelajaran mereka selain boleh merosakkan sikap

dan tingkah laku akibat dari unsur keganasan yang dipamerkan. Selain itu, pendedahan anime yang melampau boleh menjadikan remaja meniru watak anime yang menjadi idolanya dan berfantasi menjadi watak tersebut. Seorang remaja berusia 21 tahun dari Kelantan, Amirul Rizwan Musa atau lebih dikenali sebagai Miyyo Rizone telah membuat pembedahan wajah untuk kelihatan seperti watak pada anime *Final Fantasy*. Begitulah kesan yang dibawa oleh pengaruh anime terhadap remaja yang diselitkan dengan pelbagai unsur positif mahupun negatif.

Remaja didefinisikan sebagai satu tempoh peralihan dari zaman kanak-kanak ke dewasa dan menurut PBB (Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu) remaja diklasifikasikan dari umur 15 tahun hingga 24 tahun (Unesco.org). Manakala Azizi Yahaya et. Al (2005) mentakrifkan remaja ialah mereka yang berusia di antara 11 hingga 21 tahun, merupakan transisi antara zaman kanak-kanak dengan zaman dewasa yang melibatkan perubahan biologi, psikologi, sosial dan ekonomi serta melibatkan perubahan peringkat tidak matang ke peringkat matang.

Menurut Eggen & Kauchak (1997), pakar psikologi berpendapat bahawa zaman remaja merupakan tempoh yang amat kritikal dalam perkembangan diri remaja kerana ianya penuh dengan cabaran dan tekanan. Pada tempoh tersebut remaja sering kali mahu mencuba sesuatu yang kadang kala perbuatan mereka boleh mencetuskan konflik sosial dan juga anti sosial. Manakala menurut Roosfa (2004), remaja adalah golongan muda yang sudah mulai dewasa, sudah akil baligh, sudah cukup umur untuk berkahwin, sudah timbul rasa cinta berahi dan bolehlah dianggap golongan yang bukan kanak-kanak lagi, dengan kata lainnya, remaja adalah golongan muda yang memisahkan antara kanak-kanak dan orang dewasa. Oleh itu pakar psikologi berpendapat golongan remaja seharusnya diberikan kebebasan dalam mendalami dan mencari pengalaman hidup supaya ianya berkesesuaian dengan perkembangan diri mereka (Woolfork 1998).

Gejala sosial merujuk kepada sesuatu yang merangkumi pelbagai tingkah laku negatif di dalam anggota masyarakat yang tidak memberikan faedah kepada kekuatan sistem dan struktur ekonomi yang diamalkan oleh sesuatu masyarakat, komuniti ataupun negara (Zainudin & Norazmah 2011). Banyak faktor yang mendorong remaja pada masa kini terlibat dalam gejala sosial yang kurang sihat ini. Menurut Abd. Rahim (2006), penglibatan remaja dalam pelbagai gejala sosial berpunca daripada beberapa faktor, antaranya faktor dalaman diri remaja itu sendiri dari aspek perkembangan personaliti, kegagalan fungsi institusi keluarga dan juga pengaruh rakan sebaya. Zainal dan Sharani (2004) pula menyatakan pengaruh persekitaran di sekolah juga menjadi punca gejala sosial di kalangan remaja.

Manakala Tengku Elmi Azlina *et.al* (2015) mengaitkan faktor dalaman dan perkembangan personaliti remaja itu sendiri menjadi faktor tercetusnya gejala sosial seandainya mereka tidak mendapat bimbingan sepenuhnya dalam menghadapi cabaran alam keremajaan. Sementara Abd. Halim Tamuri & Zarin Ismail (2005) pula menyatakan bahawa kandungan negatif yang terdapat dalam media massa turut menjadi penyumbang kepada gejala sosial yang berlaku ke atas remaja hari ini. Pendapat ini disokong oleh Sohana Abdul Hamid (2016), kandungan media massa yang mengandungi unsur negatif boleh memberi kesan kepada masalah sosial yang berlaku keatas remaja. Kesan buruk akibat daripada unsur negatif dalam media massa ini turut dipersetujui oleh Azizan (1998) dan Abdullah Sulong (2010). Justeru, peranan media massa dalam gejala sosial remaja pada hari ini tidak boleh dipandang ringan kerana kandungan yang dibawa oleh media massa lebih mudah tersebar dengan adanya bantuan teknologi maklumat tanpa sempadan pada era ini.

METODOLOGI

Kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan set soal selidik berskala likert 5 yang telah dibangunkan oleh pengkaji dengan nilai *reliability* dan *validity* 0.865 *alpha cronbach* pada instrumen Penyelewengan Akhlak. Set soal selidik ini dibina untuk mengukur hubungan anime terhadap keruntuhan akhlak yang membawa kepada masalah gejala social dikalangan remaja di negeri Selangor.

Set soal selidik ini meneliti tahap pendedahan atau penontonan anime dikalangan remaja serta hubungannya terhadap penyelewengan akhlak yang terdiri daripada 26 item dalam pecahan domain seperti agama, nyawa, akal dan harta yang membawa kepada permasalahan sosial. Data yang diambil akan dianalisis menggunakan perisian SPSS dan akan dinilai sebagai data primer dalam kajian ini.

Instrumen Kajian

Instrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini diambil dan diadaptasi daripada Siti Syaznira (2014) untuk disesuaikan dengan objektif kajian. Keseluruhannya terdapat 26 item sahaja telah digunakan daripada 49 item yang merangkumi 4 domain iaitu agama, nyawa, akal dan harta. Borang soal selidik ini mengandungi 2 bahagian iaitu Bahagian A berkaitan demografi responden dan Bahagian B pula ialah instrumen penyelewengan akhlak (gejala sosial).

Satu bancian awal terhadap anime yang paling banyak ditonton remaja telah dilakukan di Sekolah Menengah Bukit Changgang yang melibatkan 100 orang responden yang terdiri daripada 50 orang berusia 13 tahun dan 50 orang lagi yang berusia 16 tahun. Sebanyak 34 buah

siri anime telah disenarai pendekkan untuk mencari 5 buah siri anime yang paling banyak ditonton oleh remaja. Berikut adalah jadual bancian tersebut:-

Jadual 1: Keputusan bancian populariti anime

Anime	Jumlah	Peratus
Kiteretsu	28	5.6
Detective Conan	63	12.6
Chibi Maruko	16	3.2
Muscleman	4	.8
Ninja Boy	10	2.0
Doraemon	60	12.0
Nonochan	1	.2
Cardfight!!!	3	.6
Ninja Hatori	10	2.0
Inazuma Eleven	16	3.2
Full Metal Alchemist	12	2.4
Dragon Ball	29	5.8
Dr. Slump Arale	5	1.0
Stitch	6	1.2
Chimpui	1	.2
Digimon Fusion	5	1.0
Naruto	51	10.2
Little Battlers	2	.4
Sket Dance	3	.6
Letter Bee	1	.2
Hunter X Hunter	6	1.2
Keroro Season	11	2.2
Ryukendo	7	1.4
Scan2go	3	.6
Hagemaru	32	6.4
One Peice	32	6.4
Origami	4	.8
Crayon Shin Chan	40	8.0
Beezlebub	4	.8
Fairy Tail	27	5.4
Lucky Star	2	.4
Lain-Lain	6	1.2
Jumlah	500	100

Responden diminta untuk menyenaraikan 10 anime yang paling diminati. Hasil daripada bancian tersebut, 5 anime yang mendapat tempat teratas adalah; 1. Detective Conan, 2. Doraemon, 3. Naruto, 4. Crayon Shin Chan dan juga 5. One Piece. Justeru pendedahan anime dalam kajian ini tertumpu kepada 5 buah siri ini sahaja dan tidak melibatkan siri-siri anime yang lain.

Pemarkatan

Model Likert ini dipilih kerana kebolehpercayaannya dalam dapatan data yang dapat ditentukan dengan mudah dan tepat serta dapat mengurangkan kesilapan dalam prosesan data. (Murphy dan Davidshofer 1998).

Untuk kajian ini, skala likert yang menggunakan sistem pilihan lima jawapan persetujuan digunakan seperti Jadual 1 dibawah:-

Jadual 2: Darjah Persetujuan Sistem Likert

Darjah Persetujuan	Skor
Tidak Pernah	1
Jarang-Jarang	2
Kadang-Kadang	3
Kerap	4
Selalu	5

Responden

Kajian ini dijalankan ke atas remaja yang terdiri daripada pelajar Sekolah Menengah Bandar Baru Salak Tinggi di Sepang, Selangor yang beragama Islam. Responden dihadkan dalam lingkungan umur 13 dan 16 tahun sahaja, iaitu tingkatan 1 dan tingkatan 4 yang terdiri daripada lelaki dan juga perempuan yang terdedah dengan penontonan anime. Setelah tapisan dibuat, seramai 85 orang responden sahaja yang telah terlibat dengan kajian soal selidik ini. Tapisan dibuat terlebih dahulu dimana pelajar yang tidak terdedah dengan anime tidak dilibatkan dalam kajian ini.

DAPATAN KAJIAN

Demografi

Berikut adalah jadual berkaitan dengan demografi responden yang terlibat:

Jadual 3: Demografi Responden

Item	Dapatan (Frekuensi/Peratus)
Jantina	Lelaki (49 / 57.6%) Perempuan (36 / 42.4%)
Umur	13 tahun (29 / 34.1%) 16 tahun (56 / 65.9%)
Bangsa	Melayu (84 / 98.8%) Cina (1 / 1.2%)
Tingkatan	Satu (29 / 34.1%) Empat (56 / 65.9%)
Pekerjaan bapa	Kerajaan (34 / 40.0%) Swasta (32 / 37.6%) Sendiri (19 / 22.4%)
Pekerjaan ibu	Kerajaan (29 / 34.1%) Swasta (14 / 16.5%) Sendiri (42 / 49.4%)
Pendapatan keluarga	RM1000 kebawah (11 / 12.9%) RM1000 – RM3000 (37 / 43.5%) RM3000 – RM5000 (26 / 30.6%) RM5000 keatas (11 / 12.9%)

Demografi kajian menunjukkan bahawa jumlah responden lelaki lebih tinggi daripada responden perempuan. Ini menjelaskan bahawa responden lelaki lebih banyak menonton anime daripada responden perempuan jika diambil kira pra-syarat kajian yang menghadkan kepada responden yang menonton dan meminati anime sahaja. Data juga menunjukkan bahawa responden berumur 16 tahun lebih tinggi daripada responden yang berumur 13 tahun dan data ini serupa dengan dapatan data tentang tingkatan responden. Majoriti 98.8% responden berbangsa Melayu dan hanya 1.2% berbangsa Cina. Sementara majoriti bapa responden bekerja disektor awam, manakala majoriti ibu responden pula bekerja sendiri atau suri rumah. Jumlah pendapatan keluarga pula menunjukkan majoriti adalah sekitar RM1000 – RM3000 sebulan.

Kebolehpercayaan Item

Kebolehpercayaan item Penyelewengan Akhlak secara keseluruhannya daripada 26 item ialah 0.865 nilai *alpha cronbach* yang menunjukkan bahawa instrumen ini boleh dipercayai. Sementara Jadual 4 pula menunjukkan taburan min kekerapan menonton anime dan penyelewengan akhlak yang menunjukkan data kedua-dua variable berada pada tahap yang rendah.

Jadual 4: Kebolehpercayaan Item

	Alfa Cronbach	Bilangan Item
Penyelewengan akhlak	0.865	26

Jadual 5: Nilai Min dan Sisihan Piawai

	Min	SP	Tahap
Kekerapan menonton anime	1.51	0.629	Rendah
Penyelewengan akhlak	1.41	0.301	Rendah

Faktor Remaja Meminati Anime

Jadual 6 menunjukkan dapatan 3 faktor mengapa remaja meminati anime. Majoriti responden seramai 67.1% meminati anime disebabkan oleh karektor watak anime yang dilihat hebat seperti mempunyai kuasa sakti, lucu, comel dan sebagainya, manakala 24.7% lagi meminati anime kerana visual grafiknya yang cantik dan menarik. Hanya 8.2% sahaja meminati anime kerana faktor jalan ceritanya yang menarik dan tidak membosankan. Dapatan ini menyokong kajian Roslina (2014) dimana remaja meminati anime kerana faktor karektor anime itu sendiri yang memiliki sikap berani, bekerja keras, humor, menghargai perhubungan dan memiliki kebolehan istimewa. Sementara kajian Rosi Nungki (2017) pula mendapati majoriti remaja meminati anime kerana nilai moral yang terdapat dalam anime, manakala selebihnya adalah faktor-faktor seperti jalan cerita yang menarik, visual yang cantik dan karektor watak anime.

Jadual 6: Faktor Remaja Meminati Anime

Faktor	Bilangan	Peratus
Karektor watak anime yang hebat seperti mempunyai kuasa sakti, lucu, comel dan sebagainya.	57	67.1
Visual grafik yang cantik dan menarik	21	24.7
Jalan cerita yang menarik dan tidak membosankan	7	8.2
Jumlah	85	100.0

Mengenalpasti Tahap Kekerapan Menonton Anime

Jadual 7 di bawah menunjukkan pecahan kekerapan menonton anime dalam seminggu bagi 85 orang responden yang terlibat dalam kajian ini. Majoriti 56.5% responden memperuntukkan masa 1 – 3 jam seminggu,

manakala 36.5% lagi menonton anime pada tahap 3 – 5 jam seminggu dan hanya sebahagian kecil 7.1% sahaja responden yang menonton anime melebihi 5 jam seminggu. Dapatan ini menunjukkan bahawa kekerapan menonton responden dalam kajian ini berada pada tahap yang rendah. Ini boleh dirujuk kepada majoriti tahap tontonan yang rendah pada Jadual 7 dan nilai min 1.51 pada Jadual 5.

Jadual 7: Kekerapan menonton anime dalam seminggu

Jam Tontonan	Bilangan	Peratus
1-3 jam	48	56.5
3-5 jam	31	36.5
5 jam keatas	6	7.1
Jumlah	85	100.0

Hubungan Anime Dengan Gejala Sosial dikalangan Remaja

Jadual 9 menunjukkan hubungan anime dengan 26 item penyelewengan akhlak yang merujuk kepada keruntuhan akhlak dalam kajian ini. Analisis korelasi Pearson telah digunakan untuk melihat hubungan atau pengaruh kekerapan menonton anime dengan 26 item penyelewengan akhlak. Untuk lebih memahami hubungan tersebut, berikut adalah jadual kriteria korelasi daripada Guilford (1956) yang diguna pakai:-

Jadual 8: Kriteria Guilford (1956)

Koefisien Korelasi	Indikator
=0.20	Hubungan yang sangat lemah
>0.20-0.40	Hubungan yang lemah
>0.40-0.70	Hubungan yang sederhana
>0.70-0.90	Hubungan yang kuat
>0.90	Hubungan yang sangat kuat

Sumber: Guilford, J.P (1956)

Jadual 9: Hubungan Anime dengan Gejala Sosial dikalangan Remaja

Bil.	Penyelewengan Akhlak	Pekali korelasi	Nilai p
Domain Agama			
1	Sengaja meninggalkan solat 5 waktu	-0.154	0.160
2	Sengaja tidak berpuasa pada bulan Ramadhan	-0.284*	0.008
3	Merderhakai ibu bapa	-0.225*	0.038
4	Bercakap kasar dengan orang lebih tua	-0.129	0.238

5	Memutuskan silaturrahim antara keluarga/kaum kerabat	-0.164	0.133
6	Mengadu domba (memperlagakan seseorang untuk memecah belahkan persahabatan dsb.)	-0.160	0.145
7	Syirik kepada Allah s.w.t.	-0.042	0.701
8	Tidak beristinjak lepas berhadad	-0.032	0.774
9	Mengumpat/memburukkan orang lain	-0.063	0.566
10	Mencari kesalahan orang lain	-0.189	0.083
Domain Nyawa			
11	Merokok	0.074	0.501
12	Merempit	-0.170	0.120
13	Bergaduh secara fizikal (memukul, menyepak dsb.)	-0.071	0.520
14	Berjudi hingga timbul pergaduhan	-0.002	0.988
15	Sengaja mencederakan diri sendiri	-0.039	0.726
Domain Akal			
16	Menghidu gam	-0.088	0.422
17	Berbelanja boros	0.075	0.494
18	Mendengar muzik sehingga lalai	-0.126	0.251
19	Mempelajari ilmu tapi menyembunyikan pengetahuan	-0.067	0.543
Domain Harta			
20	Mencuri harta berharga orang lain	-0.056	0.608
21	Memecah masuk rumah orang lain	-0.001	0.989
22	Merosakkan harta benda sendiri atau keluarga	0.047	0.669
23	Mengambil duit ahli keluarga tanpa memberitahu	0.035	0.752
24	Menipu duit orang lain	-0.025	0.819
25	Membazir (makanan/elektrik dsb.)	-0.294*	0.006
26	Merosakkan harta benda awam	-0.088	0.423

*Nilai Alpha Cronbach $p < 0.05$

Data pada Jadual 8 diatas menunjukkan bacaan hubungan korelasi Pearson yang dibahagikan kepada 4 domain utama iaitu agama, nyawa, akal dan harta. Domain agama menunjukkan bahawa terdapat 2 item yang mempunyai hubungan yang signifikan, manakala item-item lain dalam domain agama semuanya tidak signifikan. “Sengaja tidak berpuasa dibulan Ramadan” dan “menderhakai ibu bapa” mempunyai hubungan korelasi negatif terhadap kekerapan menonton anime. Ini menunjukkan bahawa semakin kerap remaja menonton anime, maka mereka tidak akan sengaja meninggalkan puasa dibulan Ramadan, begitu juga dengan menderhakai ibu bapa. Namun jika dilihat dari kriteria Guilford (1956), hubungan

korelasi ini berada pada tahap yang lemah. Tetapi ini menjelaskan bahawa wujudnya satu hubungan nilai yang baik ke atas responden yang menonton anime, sekaligus membuktikan bahawa menonton anime tidak mendatangkan kesan buruk terhadap keruntuhan akhlak dalam domain agama.

Analisis ke atas domain nyawa pula menunjukkan bahawa langsung tidak terdapat hubungan yang signifikan kerana nilai alpha yang lebih besar pada paras $p > 0.05$. Begitu juga dengan domain akal yang menunjukkan kesemua 4 item tidak signifikan. Sementara domain harta pula menunjukkan hanya 1 sahaja item yang mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kekerapan menonton anime sementara 6 lagi item tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. “Membazir (makanan, elektrik dsb.)” dilihat mempunyai hubungan pekali korelasi negatif yang signifikan. Ini menjelaskan bahawa kekerapan menonton anime mempunyai hubungan yang negatif terhadap pembaziran. Data membuktikan bahawa menonton anime tidak membuatkan remaja melakukan pembaziran. Justeru kajian ini menolak hubungan anime dengan keruntuhan akhlak remaja yang membawa kepada permasalahan gejala sosial yang berlaku hari ini.

PERBINCANGAN

Berdasarkan kepada dapatan kajian diatas, didapati bahawa anime mempunyai hubungan yang lemah pada hanya 3 item sahaja iaitu ‘sengaja tidak berpuasa dalam bulan ramadhan’, ‘menderhakai ibu bapa’ dan ‘membazir’. Kesemua hubungan korelasi tersebut dalam bentuk negatif yang menunjukkan bahawa anime mempunyai pengaruh yang baik terhadap ketiga-tiga item negatif tersebut. Sementara majoriti 23 item negatif penyelewengan akhlak yang membawa kepada gejala sosial semuanya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

Data kajian ini sememangnya memeranjatkan apabila kebanyakan masyarakat disekeliling masih berpersepsi buruk terhadap anime yang ditonton oleh kanak-kanak dan remaja. Banyak kajian mendapati impak buruk terhadap anime jika ditonton berlebihan dan tidak kurang juga kajian yang mendapati anime memberikan kesan positif dalam beberapa perkara. Contohnya kajian yang mendapati anime membawa kesan negatif ialah kajian Iza Sharina dan Faradillah Iqmar (2011), Chamimah (2011), Dewi Hutabalian (2011) dan Wisdayuti (2012). Manakala kajian yang menunjukkan kesan positif anime adalah kajian Roslina Mamat et.al (2014), Ranny Rastati (2015), Andina (2016), Andini Arieska (2016), Farhat (2017) dan Rosi Nungki (2017).

Terdapat dua faktor mengapa data kajian ini didapati mempunyai hubungan yang positif terhadap anime dan menolak gejala sosial berpunca

daripada anime. Faktor pertama adalah kerana 5 buah siri anime yang ditonton oleh responden adalah anime dari genre ‘Kodomo’ dan ‘Shounen’ yang tidak keterlaluan, kurang unsur negatif dan terdapat unsur positif yang boleh dijadikan pengajaran. Faktor yang kedua pula ialah kerana kurangnya kekerapan responden menonton anime. Data kajian hanya merekodkan majoriti 56.5% responden menonton anime dengan kekerapan 1 hingga 3 jam sahaja dalam seminggu, manakala 36.5% lagi menonton anime dengan kekerapan 3 hingga 5 jam, dan hanya sebilangan kecil 7.1% sahaja remaja yang menonton anime melebihi 5 jam seminggu. Justeru, unsur negatif yang terdapat dalam anime yang ditonton tidak mendatangkan kesan ke atas diri remaja, sebaliknya terdapat unsur positif yang memberikan kesan yang baik ke atas remaja direkodkan walaupun sedikit. Hasil kajian mungkin akan berbeza jika genre anime yang ditonton mempunyai nilai negatif yang melampau dengan kekerapan yang tinggi seperti kajian Putera (2015) yang mendapati semakin banyak responden menonton anime semakin tinggi mereka meniru elemen negatif yang dilihat. Begitu juga dengan kajian Zudin (2016), semakin banyak elemen negatif yang ditonton maka semakin tinggi juga pengaruhnya kepada remaja dan kesilapan menonton anime pada genre yang salah juga akan memberi kesan buruk terhadap remaja.

RUMUSAN

Dapatan ini merupakan dapatan awal bagi melihat hubungan di antara pendedahan anime dan pengaruhnya terhadap sikap remaja. Dari dapatan diatas, dapat dirumuskan bahawa tahap pendedahan anime yang rendah tidak memberi kesan kepada sikap remaja yang terdedah dengan penontonan anime. Ini mungkin kerana kategori anime yang ditonton oleh remaja masih dalam kelompok anime kodomo dan shounen (Detective Conan, Doraemon, Naruto, Crayon Shin Chan dan One Piece) yang mempunyai nilai negatif yang tidak keterlaluan.

Rumusannya, kajian awal ini telah menolak semua dapatan kajian berkaitan anime yang membawa kesan negatif terhadap remaja dan juga menolak bahawa anime boleh menyebabkan keruntuhan akhlak remaja yang akan menyumbang kepada gejala sosial. Namun kajian ini hanya mewakili sebahagian kecil sampel responden yang terlibat sebagai kajian rintis. Dapatan mungkin berbeza jika melibatkan sampel yang lebih besar dan cakupan lokasi yang lebih luas. Anime seharusnya tidak dilihat dari hanya satu perspektif yang negatif sahaja. Kandungan anime yang ditonton remaja seharusnya diteliti oleh ibu bapa dan penjaga dengan memberikan bimbingan dan nasihat terhadap mesej-mesej dan pengajaran yang hendak disampaikan dalam sesebuah siri anime. Justeru, kajian seterusnya perlu dilakukan bagi melihat kecenderungan anime terhadap sikap, personaliti, tingkah laku dan perubahan sosial remaja, sesuai dengan peranan remaja

sebagai modal insan negara pada masa akan datang.

RUJUKAN

- Ab. Halim Tamuri & Zarin Ismail (2005). *Hubungan media massa dengan pegangan nilai akhlak dan pengajaran pendidikan Islam*. Kod penyelidikan GG003/2003. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Abdullah Sulong (2010). *Pengaruh Media Elektronik Terhadap Keruntuhan Akhlak Pelajar*. UTM. pp. 1-9.
- Andini Arieska (2016). *Pengaruh Tayangan Kekerasan dalam Serial Kartun Naruto Terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia 9-12 Tahun di Kelurahan Rappang Kecamatan Panca Rijang Kabupaten Sidrap*. Tesis Ijazah Sarjana, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Azizan Bahari (1998). *Modenisasi: Implikasi Dan Cabaran Kepada Belia. Penguhaan Sinergi Belia Dan Negara*. Kuala Lumpur. Aslita Sdn. Bhd.
- Chambers, S. (2012). Anime: From Cult Following to Pop Culture Phenomenon. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*, 3(2), 94-107. Retrieved from <http://www.elon.edu/docs/eweb/academics/communications/research/vol3no2/08ChambersEJFall12.pdf>.
- Chamimah, S.U. (2011). *Pengaruh Nilai-Nilai Pendidikan Dalam Film Upin Dan Ipin Terhadap Peniruan Ibadah Dalam Kehidupan Sehari-Hari Siswa Di Mi Al Masykuriyah Desa Dawung-Palang-Tuban*. Tesis Ijazah Sarjana, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Data Statistik Juvana. <http://www.data.gov.my/>
- Eng, L. (2001). *The Politics of Otaku*. <http://www.cjas.org/~leng/otaku-p.htm>.
- Farhat, F. (2017). *Nilai Moral Dalam Anime Naruto The Movie Road To Ninja Karya Masashi Kishimoto*. *Naruto The Movie: Road to Ninja*. Tesis Ijazah Sarjana. Universitas Diponegoro.
- Gaylican, J.D. (2013). *Discrimination of Otaku culture in Japan and in the Philippines*. <http://janediannegaylican.blogspot.com/2013/04research-paper-discrimination-of-otaku.html>.
- Gravett. P. (2004). *Manga: Sixty Years of Japanese Comics*. Harper Design.

- Harian Metro (2015). *Statistik Moral Remaja Kita*. <https://www.hmetro.com.my/node/36116>. Accessed 20 May 2016.
- Hernita Noviarina (2014). *Pengaruh Menonton Anime Terhadap Perilaku*. https://www.academia.edu/6496305/Pengaruh_anime_terhadap_perilaku. Accessed 5 April 2016
- Hutabalian, D.M. (2011). *Pengaruh Anime Naruto Terhadap Anak-Anak Sekolah Dasar Studi Kasus: Sd Swasta Antonius I Dan II, Kelas 1, 2, Dan 3*. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/29755>. Dilayari pada 20 Mac 2017.
- Iza Sharina Binti Sallehuddin & Faradillah Iqmar Binti Omar (2011). *The Perceived Impact Of Anime On School Children's Aggressive Behaviors*. Proceeding at the LANCOMM International Conference 2011, 19-20 October 2011, IOI Resort Putrajaya.
- Jesus, F.D. (2014). *Asian Persuasion: Whether Asian culture (specifically anime) affects western people's aesthetic views after adolescence*. <http://librarydb.saintpeters.edu:8080/bitstream/123456789/128/1/Francisco%20De%20Jesus.pdf>
- Muhammad Zudin (2016). *Pengaruh anime terhadap pola perilaku anak*. Dilayari pada 12 Oktober 2017. <http://revolusizaman.blog.uns.ac.id/pengaruh-anime-terhadap-pola-perilaku-anak/>
- Novianti N. (2007). *Dampak Drama, Anime, dan Musik Jepang terhadap Minat Belajar Bahasa Jepang*. *Lingua Cultura*, 1 (2), 151-156.
- Putera, A. P. (2015). *Pengaruh tayangan film kartun "crayon shinchon" terhadap perilaku anak dengan orang tua pada sekolah dasar yayasan wisma semen gresik*. [http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-Artikel%20Jurnal%20-%20Angga%20Pradana%20070517608%20\(C\).doc](http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-Artikel%20Jurnal%20-%20Angga%20Pradana%20070517608%20(C).doc). Dilayari pada 5 Februari 2016.
- Rastati, R., (2015). *Dari Soft Power Jepang Hingga Hijab Cosplay From Japanese Soft Power To Cosplay Hijab*. *Jurnal Masyarakat Dan Budaya*, 17(3), Pp.371-388.
- Roosfa Hashim (2012). *Bentuk budaya asing dalam majalah dan komik remaja di pasaran tempatan*. *Jurnal Melayu* (9). pp. 85-98. ISSN 1675-7513
- Roslina Mamat, Roswati Abdul Rashid, Normaliza Abdul Rahim & Hazlina Abdul Halim (2014) *Imej Karakter Animasi Jepun (Anime)*

dalam Kalangan Remaja di Selangor. Sains Humanika, 67(1).

Sallehuddin, I. S. & Omar, F. I. (2011). *The perceived impact of anime on school children's aggressive behaviour*. Retrieved from https://www.academia.edu/6448924_/THE_PERCEIVED_IMPACT_OF_ANIME_ON_SCHOOL_CHILDREN_S_AGGRESSIVE_BEHAVIOUR.

Sameen Ahsan (2014). *Watching Anime Can Help Develop Child Psychology in Moral and Social Aspects*. https://www.academia.edu/12134874/Watching_Anime_Can_Help_Develop_Child_Psychology_in_Moral_and_Social_Aspects. Dilyari pada 10 Jun 2016

Sohana Abdul Hamid (2016). Pengaruh Media Massa Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat. *Jurnal E-Bangi, Special Issue 1*, 214-226

Tengku Elmi Azlina Tengku Muda, Nor 'Adha Binti Abdul Hamid, Azizah Binti Mat Rashid, Norul Huda Binti Bakar, Norashikin Binti Azmi (2015). *Kesalahan Akhlak Dan Perkaitannya Dengan Faktor Kematangan, Kerohanian Dan Kesedaran Kendiri Individu*. World Academic And Research Congress 2015 (World-AR 2015) Ar-Rahim Hall, YARSI University, Jakarta, Indonesia.

Wisdayuti Purbani (2012). *Membaca Komik Crayon Shinchan Dengan Wacana Posmodernisme*. *Diksi*, 13(1).

Zainudin Sharif dan Norazmah Mohamad Roslan (2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi remaja terlibat dalam masalah sosial di Sekolah Tunas Bakti, Sungai Lereh, Melaka. *Journal of Education Psychology & Counseling*, 1(7), pp.115-140.

Profil Penulis:

Nor Afian Yusof
Institut Islam Hadhari
Universiti Kebangsaan Malaysia
43600 Bangi, Selangor
affian@ukm.edu.my

Khairul Anwar Mastor, Ph.D
Pusat Citra Universiti
Universiti Kebangsaan Malaysia
43600 Bangi, Selangor
kam2000@ukm.edu.my

PENGARUH AKTIVITI SUKARELA TERHADAP TINGKAH LAKU SEDENTARI BELIA INSTITUSI PENGAJIAN TINGGI DI MALAYSIA

SITI RABA'AH HAMZAH, TURIMAN SUANDI & ISMI ARIF ISMAIL

ABSTRAK

Aktiviti fizikal memberi banyak faedah kepada kesihatan tubuh badan, hubungan sosial dan perkembangan emosi. Objektif kajian ini adalah untuk mengenal pasti pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari dalam kalangan belia institusi pengajian tinggi di Malaysia. Kajian adalah berbentuk kajian tinjauan yang menggunakan borang soal selidik Aktiviti Fizikal Antarabangsa (IPAQ) untuk mengukur tingkah laku sedentari dan indeks kesukarelawanan belia Malaysia. Seramai 500 responden yang terdiri daripada belia di lima buah institusi pengajian tinggi telah terlibat dalam kajian ini. Kesemua data yang diperolehi telah dianalisis menggunakan perisian SPSS versi 23. Keputusan analisis korelasi Pearson menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara aktiviti sukarela dengan gaya hidup sedentari. Analisis regresi pula mendapati aktiviti sukarela mempengaruhi gaya hidup sedentari belia institusi pengajian tinggi. Hasil kajian dapat memberikan maklumat untuk membantu pihak yang bertanggungjawab dalam merancang strategi dan memperkemas program dan aktiviti yang berkaitan dengan aktiviti fizikal, khususnya berkaitan dengan kesihatan.

Kata Kunci: tingkah laku sedentari, aktiviti fizikal, belia, aktiviti sukarela

ABSTRACT

Physical activity benefits many of the healths of the body, social relationships and emotional development. This study aims to identify the influence of volunteer activities on sedentary lifestyles among youth in higher learning institutions in Malaysia. The study is a survey research using the International Physical Activity Questionnaires (IPAQ) to measure sedentary lifestyle as well as Malaysia youth volunteerism index. A total of 500 respondents comprising youth volunteer at five institutions of higher learning institutions participated in this study. All the data obtained were analyzed using the SPSS version 23. Result of Pearson correlation shows that there was a significant relationship between volunteer activities and sedentary lifestyles. Regression analysis shows that volunteer activities affect sedentary lifestyles of youth in higher learning institutions. The findings can provide information to assist responsible parties to planning strategies and rearrangement programs and activities related to physical activity, particularly in relation to health.

Keyword: sedentary behaviour, physical activity, youth, volunteer activities

PENGENALAN

Umumnya tingkah laku sedentari dikaitkan dengan seseorang individu yang tidak aktif. Kajian mengenai tingkah laku sedentari semakin mendapat perhatian para penyelidik di Malaysia dan di luar negara sejak dua dekad yang lalu. Walau bagaimanapun definisi tingkah laku sedentari masih dipertikaikan dan menjadi semakin rumit dengan dua (2) definisi, iaitu menyelidik kesan tingkah laku sedentari (dalam bidang biologi dan kesihatan) dan menentukan tingkah laku sedentari kerana tidak aktif atau tidak terlibat dalam tahap minimum aktiviti fizikal (sukan dan gerak kerja). Menurut Sternfeld dan Goldman-Rosas (2012) dan Tremblay et al., (2017) tingkah laku sedentari ialah tingkah laku seseorang yang menggunakan tahap tenaga yang sangat kurang seperti duduk atau berehat dan bukan tidur. Peterson et al., (2017) mengkategorikan tingkah laku seseorang dalam masa seharian kepada tiga fasa, iaitu tidur, aktiviti fizikal dan tingkah laku sedentari. Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (My Health, 2018) aktiviti fizikal ialah semua pergerakan tubuh badan yang menggunakan tenaga. Antara jenis aktiviti –fizikal ialah bergerak dan beredar, bergerak tanpa beredar, bergerak dengan alatan, bersenam, bersukan dan berekreasi.

Dalam kajian ini, tingkah laku sedentari ditakrifkan dengan kurangnya melakukan aktiviti fizikal atau tidak aktif. Dari semasa ke semasa, tingkah laku sedentari boleh mengakibatkan keadaan kronik seperti obesiti yang memudaratkan kesejahteraan individu dan menimbulkan satu beban kesihatan awam kepada masyarakat (Greenwell, 2014). Sebagai contoh di China, tingkah laku sedentari bertambah dua kali ganda berbanding tahun 2010 dan dipercayai dipengaruhi oleh ledakan teknologi (Zhang, Soe, Kolbe, Middlestadt & Zhao, 2012). Penglibatan tidak aktif dalam aktiviti fizikal telah menjadi satu isu kesihatan yang berlaku di seluruh dunia (WHO, 2011).

Bagi mengukur tahap aktiviti fizikal yang dikaitkan dengan tingkah laku sedentari, borang soal selidik Aktiviti Fizikal Antarabangsa atau *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) telah diperkenalkan dan diterima pakai di seluruh dunia (Hagstrumer, Oja, & Sjustrum,, 2006). Borang soal selidik IPAQ mengukur tahap aktiviti fizikal dikira dalam bentuk nilai MET-minit/minggu. Pengiraannya adalah seperti yang berikut: tahap MET x jumlah minit aktiviti sehari x jumlah hari seminggu dan tahap aktiviti fizikal seseorang individu itu di kategorikan kepada rendah, sederhana, dan tinggi. Tahap aktiviti fizikal yang berintensiti kurang daripada 600 MET- min/minggu dikategorikan sebagai rendah manakala tahap aktiviti fizikal yang melebihi 1500 MET-min/minggu dikategorikan sebagai tinggi. Bagi tahap aktiviti fizikal sederhana pula dikira apabila individu yang melakukan aktiviti fizikal berintensiti sederhana

sekurang-kurangnya selama 30 minit selama lima (5) hari seminggu, atau melakukan aktiviti fizikal berintensiti berat sekurang-kurangnya 20 minit selama tiga (3) hari seminggu, atau kombinasi antara kedua-dua aktiviti dengan jumlah sekurang-kurangnya 600 MET-min/minggu. Penerangan lebih lanjut tentang protokol soal selidik ini, boleh diperoleh di laman sesawang (www.ipaq.ki.se).

Laporan Kad Aktiviti Kesihatan Kanak-kanak Malaysia (MAHK) pada tahun 2016 mendapati majoriti kanak-kanak di Malaysia berada di tahap yang rendah untuk aktiviti fizikal, tetapi berada di tahap tinggi untuk penggunaan masa dalam sehari semasa berhadapan dengan skrin. Laporan Kad Aktiviti Kesihatan Kanak-kanak Malaysia adalah bertujuan mengumpul data mengenai aktiviti fizikal serta faktor yang berkaitan dengan gaya hidup kesihatan kanak-kanak dan remaja yang berumur 5 hingga 17 tahun. Walau bagaimanapun, laporan MAHK 2016 ini memberikan laporan yang bertentangan terutamanya bila dibandingkan dengan usaha serta promosi gaya hidup sihat oleh pihak kerajaan yang telah dijalankan di sekolah-sekolah serta oleh agensi yang berkaitan. Oleh yang demikian, kelemahan hubungan antara polisi dengan tingkah laku aktiviti fizikal ini perlu diperbaiki dengan usaha yang lebih menjurus kepada mengenal pasti penglibatan remaja dan belia dengan aktiviti fizikal serta faktor-faktor yang mempengaruhi aktiviti fizikal mereka di Malaysia.

Kajian mengenai tingkah laku sedentari dan aktiviti fizikal belia sangat penting kerana di peringkat inilah mereka mula membentuk tingkah laku serta sebagai asas kepada pola kehidupan mereka ke peringkat dewasa (Irwin, 2004). Belia di universiti ialah pemimpin masa hadapan serta sumber tenaga kerja kepada negara, selain menjadi aset utama dalam pembangunan sosial. Mereka akan menjadi seorang guru, pegawai pentadbiran, pegawai kesihatan dan yang berkaitan dan mampu mempengaruhi tingkah laku kesihatan pelajar, pekerja dan komuniti keseluruhannya.

SOROTAN KAJIAN

Model ekologi yang disarankan oleh Owen *et al.*, (2011) telah mengenal pasti empat (4) domain tingkah laku sedentari yang melibatkan orang dewasa, iaitu pengisian masa lapang, pengangkutan, pekerjaan dan kerja rumah. Setiap domain ini dipengaruhi oleh faktor individu, sosial, organisasi, komuniti, persekitaran dan polisi. Model ini menerangkan perkaitan antara faktor fizikal individu dengan hubungan sosial yang mengakibatkan wujudnya tingkah laku sedentari. Oleh yang demikian, dengan memahami setiap faktor tersebut, strategi dan tindakan boleh dirancang bagi mengurangkan tingkah laku sedentari. Sebahagian daripada faktor tersebut berkemungkinan relevan kepada kajian tingkah laku sedentari belia dan sangat penting untuk dimaklumkan kepada komuniti

hari ini di Malaysia.

Kajian lepas mendapati tahap aktiviti fizikal yang rendah merupakan isu utama kanak-kanak di Malaysia. Kajian yang sama menunjukkan risiko obes adalah lebih menyerlah dalam kalangan remaja yang tidak aktif dalam aktiviti fizikal (Su *et al.*, 2014) kajian ini bersamaan dengan kajian oleh Abdul Majid *et al.*, (2016) bahawa lebih 64 peratus remaja yang obes adalah mereka yang tidak aktif dengan aktiviti fizikal. Fakta menarik untuk dikongsi ialah laporan oleh Herbalife Malaysia dan Singapura (2016) melaporkan 9 daripada 10 pekerja di Malaysia menghabiskan masa selama 6 jam duduk dan berada di kerusi serta meja bekerja dan 5 daripadanya akan makan di kerusi yang sama pada waktu rehat dalam masa dua hingga lima kali seminggu. Kajian tersebut juga melaporkan 7 daripada 10 orang pekerja melakukan aktiviti fizikal kurang daripada 30 minit sehari di tempat kerja mereka. Dari segi gender, wanita lebih lama berada di kerusi dan meja bekerja mereka berbanding dengan golongan lelaki. Seterusnya golongan milenium menunjukkan jumlah yang kurang berbanding bukan milenium untuk duduk di kerusi serta meja bekerja. Golongan milenium berpendapat mereka perlu lebih aktif di tempat kerja kerana memenuhi keperluan budaya di agensi mereka bekerja.

Kajian oleh Peltzer dan Pengpid (2016) pada tahun 2012 terhadap 16,095 orang pelajar menunjukkan sebanyak 42.7 peratus responden kajian ialah mereka yang bertingkah laku sedentari. Purata masa yang digunakan oleh kanak-kanak dan remaja yang berumur 9-10 tahun di Malaysia dalam aktiviti fizikal adalah antara 442 dengan 490 minit seminggu (Nor Aini, Poh, Chee, 2013) dan lebih kurang 60 minit sehari berbanding dengan 1,380 minit yang masih berbaki setiap hari (*Malaysian Dietary Guidelines*, 2010). Mengikut Kajian Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan Malaysia, 2015 (NHMS), satu daripada dua remaja dilaporkan tidak aktif dalam melakukan aktiviti fizikal. Contoh aktiviti fizikal yang berintensiti tinggi adalah seperti berlari, bersukan, permainan aktif yang memerlukan larian dan pergerakan seperti permainan bola keranjang, hoki atau bola sepak. Bagi aktiviti fizikal yang berkematan sederhana adalah seperti permainan yang melibatkan lontaran dan tangkapan, menunggang basikal dan berjalan dengan pantas.

Pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari

Penglibatan pelajar dalam aktiviti sukarela di universiti telah menjadi satu bentuk kokurikulum yang digalakkan oleh pihak universiti. Kajian menunjukkan lebih 74.6 peratus (5019) golongan belia yang terlibat sebagai responden menyatakan mereka sedang terlibat dengan aktiviti serta program sukarela yang dijalankan (Turiman *et al.*, 2011). Walau bagaimanapun masih kurang laporan kajian mengenai pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari belia di universiti. Kajian ini

amat penting dilaksanakan untuk memahami dan mengenal pasti tahap tingkah laku sedentari serta pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari belia universiti.

Secara amnya, kebanyakan aktiviti sukarela melibatkan tenaga atau tulang empat kerat dalam semua program sukarela. Kajian lepas menunjukkan aktiviti sukarela memberikan pengaruh yang positif kepada tingkah laku sedentari. Kajian yang dijalankan terhadap pelajar di sekolah menunjukkan pelajar yang terlibat dengan aktiviti sukarela selepas waktu sekolah menunjukkan peningkatan daripada 41% kepada 71% keaktifan dalam aktiviti fizikal dan secara tidak langsung mempengaruhi tingkah laku sedentari secara positif (Annesi, Walsh & Greenwood, 2016).

Secara umumnya, pelbagai sebab dan faktor yang mempengaruhi tingkah laku sedentari. Kajian ini dijalankan untuk mengenal pasti pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari khususnya aktiviti fizikal yang dilaksanakan oleh belia di institusi pengajian tinggi di Malaysia. Hasil kajian diharapkan dapat menjelaskan serta membantu mencari strategi dan tindakan yang lebih sesuai untuk memastikan tingkah laku sedentari tidak terus meningkat tetapi dapat diatasi melalui aktiviti sukarela yang sedia ada dalam institusi pengajian tinggi di Malaysia.

METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan secara kuantitatif dan data kajian dikutip dengan menggunakan borang soal selidik. Populasi bagi kajian ini tertumpu kepada belia yang sedang belajar di institusi pengajian tinggi. Lokasi kajian di sekitar Lembah Klang dipilih memandangkan kawasan ini ialah kawasan yang mempunyai populasi penduduk yang padat dan mengalami pembangunan yang pesat dari segi infrastruktur dan pemodenan serta perubahan sosiobudaya (Dribe, Van Bavel & Campbell, 2012).

Populasi Kajian

Populasi bagi kajian ini tertumpu kepada golongan belia yang sedang belajar di institusi pengajian tinggi di sekitar Lembah Klang dengan lebih 800,000 orang golongan belia yang sedang belajar di lima (5) buah universiti awam dan lebih 23 buah universiti swasta yang bertaraf universiti. Kajian ini menggunakan persampelan rawak mudah dengan menentukan jumlah sebenar universiti awam yang ada di sekitar Lembah Klang, iaitu lima (5) buah universiti.

Sampel kajian

Penyelidik telah memilih sampel kajian yang terdiri daripada belia universiti awam yang mempunyai persamaan iaitu yang menganggotai mana-mana persatuan kesukarelawan di universiti awam tersebut. IPTA

yang terlibat ialah Universiti Malaya, Universiti Putra Malaysia, Universiti Teknologi Mara, Universiti Pertahanan Nasional Malaysia dan Universiti Kebangsaan Malaysia. Seramai 500 responden yang telah terlibat dengan kajian ini.

Instrumen kajian

IPAQ ialah soal selidik yang dibangunkan khas untuk mengukur tahap aktiviti fizikal komuniti yang berumur antara 15 hingga 69 tahun dan kesahan soal selidik ini telah dilaporkan oleh pengkaji terdahulu (Fogelholm et al., 2006; Hagstrumer, Oja, & Sjustrum, 2006). Penyelidik menerima pakai borang soal selidik aktiviti fizikal antarabangsa yang telah diterjemahkan dalam Bahasa Melayu (Chaskar & Loh, 2013; Hagstrumer, Oja & Sjustrum, 2006) dengan mengambil kira aktiviti fizikal yang dilakukan dalam masa 7 hari yang lepas melalui aktiviti fizikal berat, aktiviti fizikal sederhana dan jangka masa berjalan. Soal selidik ini terbahagi kepada 4 bahagian. Bahagian 1 merupakan 7 item soalan yang berkaitan dengan aktiviti fizikal berasaskan kerja. Bahagian 2 terdiri daripada 6 item soalan yang berkaitan dengan aktiviti fizikal iaitu menggunakan kenderaan untuk ke suatu tempat. Bahagian 3 terdiri daripada 6 item soalan yang berkaitan dengan aktiviti fizikal berasaskan kerja harian dan kerja-kerja yang dilakukan di rumah. Bahagian 4 terdiri daripada 6 item soalan yang berkaitan aktiviti fizikal berasaskan rekreasi, sukan, dan aktiviti riadah dan seterusnya bahagian terakhir terdiri daripada 2 item soalan yang berkaitan jumlah masa yang diguna bagi aktiviti fizikal yang dilakukan ketika duduk.

Penyelidik menerima pakai instrumen Indeks Kesukarelawanan Belia Malaysia (Siti Raba'ah *et al.*, 2017) dengan 63 item yang mengukur enam dimensi, iaitu altruism, khidmat masyarakat, pembangunan sendiri, amalan nilai murni, menderma dan perjuangan sejagat. Skala interval dan ratio digunakan dalam bahagian B yang mengukur aktiviti kesukarelawanan (Indeks Kesukarelawanan Belia Malaysia, 2017). Penyelidik menggunakan skala interval oleh Likert (1932) dengan setiap item diberikan skala 1, 2, 3, 4 dan 5 untuk menentukan respons seperti tidak pernah, jarang-jarang, kadang-kadang, pernah dan selalu.

Pengumpulan data

Kajian rintis telah dijalankan di sebuah universiti dan kajian sebenar dijalankan di lima (5) buah universiti awam di sekitar Lembah Klang dengan jumlah responden sebanyak 500 orang. Kesemua 500 orang responden dipilih melalui kaedah persampelan rawak mudah. Persampelan rawak mudah membolehkan pengkaji memilih responden secara bebas kerana jumlah populasi yang besar dan mustahil bagi mereka untuk mengambil bahagian dalam kajian ini. Persampelan rawak mudah membenarkan kesemua belia mempunyai kebarangkalian untuk terpilih sebagai responden. Oleh yang demikian, sifat mewakili yang ada pada setiap responden adalah

seimbang bagi mewakili universiti di sekitar Lembah Klang.

Analisis data

Kaedah soal selidik digunakan sebagai kaedah utama mengumpulkan data daripada responden kajian. Bentuk skala dan alat pengukuran yang digunakan dalam kajian ini ialah nominal, ordinal, interval dan ratio. Data nominal dan ordinal digunakan dalam Bahagian A, iaitu faktor demografi seperti umur, jantina, etnik, tempat tinggal, tahun pengajian dan penglibatan dengan aktiviti sukarela dan bahagian C, iaitu Soal Selidik Aktiviti Fizikal Antarabangsa (IPAQ).

HASIL KAJIAN

Jadual 1 menunjukkan profil demografi responden kajian, iaitu umur, jantina, etnik, kawasan tempat tinggal, tahun pengajian dan penglibatan dengan aktiviti sukarela. Terdapat 113 responden yang berumur 18 hingga 21 tahun (22.6%), diikuti oleh 306 responden berumur 22-24 tahun (61.2%) dan 61 responden (12.2%) berumur 25-30 tahun. Seterusnya, bagi peratusan jantina responden, sebanyak 53% responden lelaki (265) dan 47% responden perempuan (235) telah menjawab soalan. Manakala peratusan etnik belia dalam kajian ini, majoriti responden berbangsa Melayu iaitu sebanyak (67%), diikuti bangsa Cina (18%), bangsa India (14%) dan bangsa-bangsa lain (1.0%). Bagi kediaman responden pula, 73.6% responden datang dari bandar (368) dan 26.4% responden datang daripada pinggir bandar (132). Akhir sekali, kebanyakan responden (31.4%) berada dalam tahun ketiga pengajian, diikuti dengan tahun kedua pengajian (26.0%), tahun pertama pengajian (23.8%) dan tahun keempat pengajian (18.6%).

Jadual 1: Profil Responden Kajian

	Jumlah populasi		Tahap aktiviti fizikal		
	Frekuensi	Peratus (%)	Rendah %	Sederhana %	Tinggi %
Umur					
18-21	113	22.6	37.2	23.8	39.0
22-24	306	61.2	82.0	7.5	10.5
25-30	61	12.2	91.0	3.8	5.2
Jantina					
Lelaki	265	53.0	75.4	9.8	14.8
	235	47.0	72.0	11.0	17
Etnik					
Melayu	335	67	68.9	19.5	11.6

Cina	90	18	83.3	8.8	7.9
India	70	14	84.3	7.1	8.6
Lain-lain	5	1	16.6	33.2	50.2
Tempat Tinggal					
Bandar	368	73.6	79.6	7.6	12.8
Pinggir bandar	132	26.4	59.0	17.4	23.6
Tahun pengajian					
Pertama	119	23.8	68.0	12.6	19.4
Kedua	130	26.0	74.6	14.7	10.7
Ketiga	157	31.4	71.9	11.4	16.7
Keempat	93	18.6	82.7	5.3	12.0
Terlibat aktiviti sukarela					
Ya	356	71.2	2.2	18.0	51.0
Tidak	144	28.8	7.0	7.0	14.8

Tahap aktiviti fizikal

Merujuk kepada Jadual 1, secara keseluruhannya, tahap aktiviti fizikal responden dalam kajian ini adalah majoriti di tahap yang rendah. Kajian menunjukkan majoriti (75.4%) responden lelaki mempunyai tahap yang rendah dalam aktiviti fizikal berbanding hanya 14.8% tinggi dan 9.8% tahap yang sederhana. Begitu juga dengan responden perempuan, 72% adalah berada pada tahap yang rendah diikuti 11% pada tahap sederhana dan 17% pada tahap yang tinggi. Dapatan kajian menunjukkan terdapat perbezaan pada tahap umur, iaitu responden yang berumur antara 18 hingga 21 tahun menunjukkan tahap aktiviti fizikal yang lebih tinggi (39%) berbanding yang berumur 22-24 tahun dengan 10.5% dan yang berumur 25 hingga 30 tahun, iaitu hanya 5.2%.

Dapatan kajian juga menunjukkan terdapat perbezaan dalam kalangan responden yang tinggal di kawasan bandar dan pinggir bandar. Responden yang tinggal di pinggir bandar menunjukkan peratus yang lebih tinggi (23.6%) dalam aktiviti fizikal berbanding dengan responden yang tinggal di bandar (12.8%). Jadual 1 juga menunjukkan dapatan kajian yang menarik, iaitu terdapat perbezaan yang ketara antara responden yang terlibat dengan aktiviti sukarela, iaitu hampir setengah daripada mereka terlibat dengan aktiviti fizikal yang berat (51%) dan aktiviti fizikal yang sederhana (18%). Namun begitu responden yang tidak terlibat dengan aktiviti sukarela juga menunjukkan 14.8% terlibat dengan aktiviti fizikal yang berat.

Pengaruh aktiviti sukarela terhadap tingkah laku sedentari

Analisis korelasi Pearson digunakan bagi menganalisis hubungan antara

aktiviti sukarela dengan aktiviti fizikal. Dapatan kajian mendapati terdapat hubungan yang signifikan antara aktiviti sukarela dengan aktiviti fizikal ($r=.400$, $p=.006$). Melalui analisis regresi, nilai $\beta=.427$, menunjukkan aktiviti sukarela mempengaruhi tingkah laku sedentari responden kajian, manakala nilai $R=0.452$, $R^2=0.204$, $F=4.490$, $p=0.001$ pemboleh ubah aktiviti sukarela telah menyumbang sebanyak 20.4% kepada aktiviti fizikal belia dan secara tidak langsung merupakan salah satu faktor yang boleh mempengaruhi tingkah laku sedentari responden.

PERBINCANGAN

Kajian ini telah menyumbang satu dimensi baharu dalam memahami tingkah laku sedentari dalam kalangan belia di institusi pengajian tinggi. Sungguhpun terdapat laporan kajian yang lain mengenai tingkah laku sedentari pelajar dan remaja di Malaysia (Nor Aini, Poh, Chee, 2013; Su *et al.*, 2014; Abdul Majid *et al.*, 2016), dapatan kajian ini selari dengan kajian-kajian yang lepas bahawa majoriti belia di institusi pengajian tinggi berada pada tahap rendah aktiviti fizikalnya dan bertingkah laku sedentari. Beberapa faktor demografi didapati menunjukkan perbezaan yang jelas seperti tahap umur, belia yang berada dalam tahap umur 18 hingga 21 tahun menunjukkan tingkah laku sedentari yang kurang berbanding tahap umur yang lebih tinggi. Dapatan kajian ini menyokong kajian oleh Herbalife Malaysia dan Singapura (2016) yang melaporkan golongan milineum mencatatkan tahap aktiviti fizikal yang tinggi berbanding dengan golongan bukan milineum.

Perbezaan kawasan tempat tinggal juga memberikan dapatan yang berbeza, belia pinggir bandar menunjukkan tahap aktiviti fizikal yang lebih tinggi berbanding dengan belia yang tinggal di kawasan bandar. Dapatan kajian ini adalah selari dengan kajian oleh Springer *et al.*, (2006) dan Liu *et al.*, (2008) yang mendapati belia di bandar lebih banyak terlibat dengan tingkah laku sedentari seperti menonton televisyen, menggunakan komputer, duduk di meja makan dan duduk di meja belajar.

Fakta yang menarik dalam kajian ini ialah dapatan kajian yang menunjukkan aktiviti sukarela mempengaruhi tingkah laku sedentari belia di institusi pengajian tinggi. Aktiviti kesukarelawanan yang dijalankan di kebanyakan institusi pengajian tinggi telah memberi peluang kepada pelajar untuk terlibat dengan aktiviti fizikal semasa program sukarela dijalankan. Selain belia di institusi pengajian tinggi sibuk mengikuti kuliah masing-masing yang pastinya di bilik kuliah dengan duduk di meja masing-masing, aktiviti kokurikulum yang ditawarkan pada setiap hujung minggu membuka peluang kepada pelajar terlibat dengan aktiviti sukarela. Pengiktirafan berbentuk jam kredit turut menyumbang kepada penglibatan belia di institusi pengajian tinggi. Pelbagai aktiviti sukarela

yang dijalankan antaranya termasuklah membina rumah, mengecat bangunan sekolah, membuat perparitan, membersihkan persekitaran perumahan, mengendalikan projek pertanian, menggali telaga dan banyak lagi. Kebanyakan aktiviti sukarela yang dijalankan bersama komuniti melibatkan aktiviti fizikal yang berat. Secara tidak langsung belia yang terlibat dengan aktiviti sukarela akan terlibat dengan aktiviti fizikal yang berat.

KESIMPULAN

Hasil kajian menunjukkan majoriti responden mempunyai tahap aktiviti fizikal yang rendah dan dapatan ini merujuk kepada penglibatan responden dengan masa yang digunakan dalam keadaan aktif secara fizikal dalam tempoh 7 hari sebelum kajian ini dilaksanakan. Antara aktiviti yang diambil kira dalam kajian ini termasuklah aktiviti di tempat kerja, rumah dan kawasan halaman, untuk bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain, dan pada waktu lapang untuk rekreasi, senaman atau bersukan. Dapatan kajian adalah selari dengan laporan oleh Kajian Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan 2015 (NHMS), satu daripada dua remaja tidak aktif dalam melakukan aktiviti fizikal.

Walau bagaimanapun, terdapat perbezaan yang ketara mengikut faktor demografi dalam kajian ini, iaitu tahap umur responden antara 18 hingga 22 tahun adalah yang paling aktif tinggi berbanding tahap umur yang lain. Faktor umur turut mempengaruhi individu untuk aktif dalam aktiviti fizikal. Begitu juga dengan kawasan tempat tinggal, responden daripada pinggir bandar menunjukkan lebih aktif dalam aktiviti fizikal berbanding dengan yang tinggal di bandar. Faktor ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya pengaruh menonton skrin yang mungkin berkaitan dengan capaian internet yang kurang memuaskan. Seterusnya terdapat perbezaan antara responden yang terlibat dengan kerja sukarela yang lebih aktif dengan aktiviti fizikal berbanding dengan yang tidak terlibat dengan aktiviti sukarela. Penglibatan dengan aktiviti sukarela sememangnya menjanjikan pengalaman melakukan aktiviti bersama dengan komuniti dengan menggunakan tenaga sumber manusia. Oleh yang demikian, pembangunan dan perkembangan dalam negara terutamanya teknologi mesti diberikan perhatian dan mengambil kira peranannya dalam mempromosi aktiviti fizikal untuk golongan belia masa kini. Kajian juga menunjukkan aktiviti sukarela mempengaruhi tingkah laku sedentari belia yang terlibat dalam kajian ini.

Terdapat limitasi dalam kajian ini. Dapatan kajian tidak dapat digeneralisasikan kerana responden yang ditemui merupakan belia di institusi pengajian tinggi yang dipilih secara rawak. Oleh itu, dicadangkan supaya kajian akan datang dapat mengambil kira keseluruhan belia di Malaysia mengikut kumpulan sasaran yang disarankan oleh Kementerian

Belia dan Sukan Malaysia. Kajian juga diharapkan dapat menilai faktor-faktor yang lain secara mendalam yang mempengaruhi tingkah laku sedentari selain penglibatan dengan aktiviti sukarela.

PENGHARGAAN

Projek penyelidikan ini dibiayai oleh Universiti Putra Malaysia, 2018.

RUJUKAN

- Abdul Majid, H. *et al.* Dietary Intake among Adolescents in a Middle-Income Country: An Outcome from the Malaysian Health and Adolescents Longitudinal Research Team Study (the MyHeARTs Study). *PloS One*. 11, e0155447, doi: 10.1371/journal.pone.0155447
- Annesi, J. J., Walsh, S. M., & Greenwood, B. L. (2016). Increasing children's voluntary physical activity outside of school hours through targeting social cognitive theory variables. *Journal of Primary Care & Community Health*, 7(4), 234-241.
- Chan, Y. Y., Lim, K. K., Lim, K. H., Teh, C. H., Kee, C. C., Cheong, S. M., ... & Ahmad, N. A. (2017). *Physical activity and overweight/obesity among Malaysian adults: findings from the 2015 National Health and morbidity survey (NHMS)*. *BMC Public Health*, 17(1), 733.
- Dribe, M., Bavel, V. J., & Campbell, C. (2012). *Social mobility and demographic behavior: Long term perspectives*. *Demographic Research*, 26(8), 174-190. <http://www.demographic-research.org>.
- Hagstrumer, M., Oja, P., & Sjustrum, M. (2006). *The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): A study of concurrent and construct validity*. *Public Health Nutrition*, 9(6), 755-762.
- Irwin, J. D. (2004). *Prevalence of university students' sufficient physical activity: a systematic review*. *Perceptual and Motor Skills*, 98(3), 927-943.
- Jamil, A. T., Rosli, N. M., Ismail, A., Idris, I. B., & Omar, A. (2016). Prevalence and risk factors for sedentary behavior among Malaysian adults. *Malaysian Journal Public Health Medical*, 16(3), 147-155.
- Jerene Ang. (2016). *Staffs are spending at least six hours a day sitting at their desks*. Muat turun pada 2 Jun 2018 daripada <https://www.humanresourcesonline.net/staff-spending-least-six-hours-day-sitting-desks/>.

- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2015). *Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) 2015*. Muat turun pada 1 Jun 2018 daripada <http://www.iku.gov.my/images/IKU/Document/REPORT/nhmsreport2015 vol2.pdf>.
- Likert, R. (1932). *A technique for the measurement of attitudes*. *Archives of Psychology*, 22 (140), 55.
- Liu J, Bennett KJ, Harun N, Probst JC. Urban? Rural differences in overweight status and physical inactivity among US children aged 10-17 years. *Journal of Rural Health* 2008; 24(4): 407-415.
- Malaysian Dietary Guidelines; Ministry of Health: Putrajaya, Malaysia, 2010. 13. Muat turun pada 2 Julai 2018 daripada <http://dg.cnsoc.org/upload/affix/20140818104029708.pdf>.
- Nor Aini, J.; Poh, B.K.; Chee, W.S.S. (2013). *Validity of a children's physical activity questionnaire (cPAQ) for the study of bone health*. *Pediatr.* 55 (2), 223–228.
- Owen, N., Sugiyama, T., Eakin, E. E., Gardiner, P. A., Tremblay, M. S., & Sallis, J. F. (2011). Adults' sedentary behavior: determinants and interventions. *American Journal of Preventive Medicine*, 41(2), 189-196.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2016). Leisure time physical inactivity and sedentary behaviour and lifestyle correlates among students aged 13–15 in the association of Southeast Asian Nations (ASEAN) member states, 2007–2013. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(2), 217.
- Springer, A. E., Hoelscher, D. M., Kelder, S. H., Castrucci, B., & Perez, A. (2009). *Peer Reviewed: Prevalence of physical activity and sedentary behaviors by metropolitan status in 4th-, 8th-, and 11th-Grade Students in Texas, 2004-2005*. *Preventing Chronic Disease*, 6(1), 1-16.
- Sternfeld, B., & Goldman-Rosas, L. (2012). A systematic approach to selecting an appropriate measure of self-reported physical activity or sedentary behavior. *Journal of Physical Activity and Health*, 9(s1), S19-S28.
- Su, T. T. *et al.* Association between self-reported physical activity and indicators of body composition in Malaysian adolescents. *Prev. Med.* 67, 100–105, doi: 10.1016/j.ypmed.2014.07.001 (2014).

Survey: Sedentary lifestyle puts one at risk of obesity Read more at <https://www.thestar.com.my/news/nation/2016/05/20/survey-sedentary-lifestyle-puts-one-at-risk-of-obesity/#zWh4zwwO9dKdXYxo.99><https://www.thestar.com.my/news/nation/2016/05/20/survey-sedentary-lifestyle-puts-one-at-risk-of-obesity/#F1orxlRsdzF4SqiF.99>.

Tremblay, M. S., Aubert, S., Barnes, J. D., Saunders, T. J., Carson, V., Latimer-Cheung, A. E., . . . and on behalf of SBRN Terminology Consensus Project Participants. (2017). Sedentary Behavior Research Network (SBRN)—Terminology consensus project process and outcome. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, 75–91.

Turiman Suandi, Siti Rabaah Hamzah, Wan Mahzom Ahmad Shah, Mohd Rezal Hamzah, Azizan Bahari, Ismail Ali, Wan Ibrahim Wan Ismail, Mohd Hafizi Ismail. Determinants of student volunteering in Malaysian 10 International Journal of Education and Training (InJET) 1(2) November: 1-10 (2015) Public Universities. *International Conference on Youth Development 2011*, Palm Garden, Putrajaya. 1st-3rd November 2011.

World Health Organization. (2011). *Physical Inactivity: A Global Public Health Problem*. Muat turun pada 7 Julai 2018 daripada http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/en/.

Zhang J, Seo D.C, Kolbe L, Middlestadt S, Zhao W. (2012). Associated trends in sedentary behavior and BMI among Chinese school children and adolescents in seven diverse Chinese provinces. *International Journal Behavior Medical*.19 (3):342–350.

Profil Penulis :

Siti Raba'ah Hamzah, PhD

(sitirabaahhamzah@gmail.com/ srh@upm.edu.my)

Jabatan Pemajuan Profesional dan Pendidikan Lanjutan
Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Putra Malaysia

Turiman Suandi, PhD

Jabatan Pemajuan Profesional dan Pendidikan Lanjutan
Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Putra Malaysia

Ismi Arif Ismail, PhD

Jabatan Pemajuan Profesional dan Pendidikan Lanjutan
Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Putra Malaysia

TAHAP OBESITI DAN GAYA HIDUP BELIA DI DAERAH MUALLIM, PERAK

GUNATHEVAN ELUMALAI, AHMAD HASHIM, FARIBA
HOSSEIN ABADI & SAIDIL MAZLAN

ABSTRAK

Gaya hidup sedentari adalah punca kemerosotan kesihatan yang sempurna. Setiap individu perlu mengambil langkah untuk menjaga kesihatan sejak muda sebaik-baiknya sebelum jisim badan mencapai paras kritikal. Kajian berbentuk tinjauan ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap obesiti (BMI), tahap penglibatan aktiviti fizikal, penggunaan gajet untuk bersosial dan mengisi masa lapang di samping melihat perbezaannya berdasarkan jantina dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak. Seramai 200 orang responden yang terdiri daripada 100 orang lelaki dan 100 orang perempuan yang berumur 20 hingga 40 tahun telah dipilih secara rawak mudah di persekitaran Daerah Muallim. Dapatan kajian bagi tahap obesiti dan risiko morbiditi berdasarkan norma BMI, WHO (2004) bagi masyarakat Asia menunjukkan bahawa 32 orang (16%) berada di tahap obes kelas II dengan risiko morbiditi yang sangat tinggi. 96 orang (48%) berada di tahap obes kelas I dengan risiko morbiditi yang tinggi. 14 orang (7%) berada di tahap Pre obes dengan peningkatan risiko yang ketara. 48 orang (24%) berada di tahap normal tetapi tahap risikonya sedang meningkat. 10 orang (5%) sahaja kurang berat badan dan tidak berisiko. Penglibatan dalam aktiviti fizikal menunjukkan bahawa 56% lelaki dan 32% perempuan sahaja yang terlibat dalam aktiviti fizikal sekurang-kurangnya sekali seminggu. Penggunaan gajet untuk bersosial dan mengisi masa lapang menunjukkan bahawa 94% lelaki dan 89% perempuan menggunakan pelbagai jenis peranti elektronik untuk mengisi masa lapang dan waktu kesenggangan. Analisis inferens menggunakan ujian -t sampel tidak bersandar membuktikan bahawa tidak terdapat perbezaan darisegi tahap BMI di antara belia lelaki dan perempuan di daerah ini. Penglibatan dalam aktiviti fizikal menunjukkan perbezaan yang signifikan di antara lelaki dan perempuan. Manakala penggunaan gajet dan internet mempengaruhi kedua-dua jantina secara maksimum. Kurang beraktiviti fizikal, bersikap malas, bermain permainan komputer dan tidur berlebihan adalah punca pelbagai penyakit yang menjadi pembunuh utama masyarakat dunia khususnya di negara-negara membangun seperti Malaysia. Tindakan segera perlu dilaksanakan secara meluas supaya rakyat jelata sedar akan risiko amalan gaya hidup sedentari yang semakin menjadikan manusia sakit dan tidak produktif.

Kata Kunci: *Gaya hidup sedentari, Obesiti, Aktiviti Fizikal, Gajet & Belia*

ABSTRACT

The sedentary lifestyle contribute towards health deterioration. Practicing healthy lifestyle with proper diet and participating in physical activities will prevent the

body mass reaches a critical level among Malaysians. This survey was aimed to identify the level of obesity (BMI), the involvement in physical activity, the usage of gadget as well as to see the difference based on gender for all the variables among the youth in Muallim District, Perak. A total of 200 respondents consisting of 100 males and 100 females aged 20 to 40 were randomly selected around Muallim District. The analysis on BMI level and Co-morbidities risk based on WHO (2004) norm for Asian population showed 32 people (16%) were in obes class II and in very high risk. 96 (48%) were in obes class I and facing high risk. 14 (7%) were pre obes and in moderate risk. 58 (29%) were normal and underweight. Involvement in physical activity indicates that 56% of males and 32% of females are involved in physical activity at least once a week. The use of gadgets for socializing and leisure time indicates that 94% of men and 89% of women use various types of electronic devices to fill their free time and leisure time. Inferential analysis using the independent -t test showed that there is no differences in BMI and gadget usage between male and female youth in this area. Involvement in physical activity showed a significant difference between males and females. Less physical activity, being lazy, playing computer games and excessive sleep are the cause of many diseases that increase death among the world community especially in developing countries such as Malaysia. Immediate action needs to be taken to create awareness on healthy lifestyle and the risk of sedentary lifestyle which contributes towards shorter lifespan, less productive and illness while aging.

Keywords: *Sedentary life style, Obesity, Physical activity, Gadget & Youth*

PENGENALAN

Gaya hidup sedentari merupakan pengganggu kesihatan diri yang utama. Ia boleh menyebabkan penyakit-penyakit merbahaya yang menyumbang kepada kemerosotan jangka hayat dan produktiviti dalam kehidupan seharian. Gaya hidup sedentari tidak menjamin kesihatan yang sempurna. Setiap individu perlu mengambil langkah untuk menjaga kesihatan sejak muda sebaik-baiknya sebelum jisim badan mencapai paras kritikal. Biasanya masyarakat dunia mengkaitkan pola hidup sedentari dengan status berat badan. Tetapi sejauhmanakah tanggapan ini benar? Sekiranya meneliti statistik penyakit dan kematian di Malaysia, didapati individu yang kurang berat badan juga mengamalkan gaya hidup sedentari. Walaubagaimanapun penyumbang utama masalah kesihatan masyarakat Malaysia adalah masalah obesiti dan berlebihan lemak badan yang disebabkan oleh gaya hidup sedentari. Berdasarkan Laporan Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan (NHMS 2017), sebanyak 43.7% penduduk negara ini mengamalkan gaya hidup sedentari membabitkan lebih ramai wanita iaitu 50.5% berbanding 35.5% lelaki (Kementerian Kesihatan Malaysia 2018).

Obesiti merupakan faktor utama yang mempengaruhi kehadiran pelbagai penyakit berkaitan kardiovaskular. Obesiti merujuk kepada

keadaan lemak badan yang berlebihan, yang boleh menyebabkan risiko kesihatan seperti peningkatan paras kolesterol, trigliserida, atau insulin, tekanan darah tinggi, komplikasi ortopedik, dan masalah kesihatan mental (Nihiser *et al.*, 2007). Masalah obesiti ini semakin meningkat dari masa ke semasa disebabkan oleh amalan gaya hidup sedentari (Chandrasekharan 2012). Mohd Zaher *et.al.*, (2009), menyatakan bahawa obesiti ini mampu memberi kesan kepada kesihatan melalui peningkatan risiko darah tinggi, kencing manis, kanser dan osteoarthritis.

OBJEKTIF KAJIAN

Kajian awalan ini bertujuan untuk mengenal pasti amalan gaya hidup sihat dalam kalangan belia yang berumur 20 hingga 40 tahun di daerah Muallim, Perak. Berikut adalah empat objektif yang ditentukan oleh penyelidik.

1. Mengenal pasti tahap obesiti dan risiko pelbagai penyakit kronik dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak.
2. Mengenal pasti peratus penglibatan dalam aktiviti fizikal dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak.
3. Mengenal pasti peratus penggunaan gajet untuk bersosial dan mengisi masa lapang dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak.
4. Mengenal pasti perbezaan tahap obesiti, penglibatan dalam aktiviti fizikal dan penggunaan gajet untuk bersosial dan mengisi masa lapang berdasarkan jantina dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak.

SOROTAN LITERATUR

Laporan Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan 2017 (Kementerian Kesihatan Malaysia 2018), mendedahkan enam daripada tujuh orang remaja sekolah merupakan pengguna aktif internet. Manakala dua daripada tujuh mengalami ketagihan internet. 55% tidak aktif dalam aktiviti fizikal. Selain daripada faktor penglibatan dalam aktiviti fizikal ini, pengaruh gaya hidup masa kini juga antara faktor yang menyebabkan peningkatan masalah obesiti. Ahmad Ismail (2018), menjelaskan bahawa gaya hidup orang muda masa kini sudah berbeza memandangkan mereka ini berada dalam dunia teknologi maklumat dan komunikasi (ICT). Masyarakat Malaysia ghairah dalam penggunaan gajet, hiburan atas talian dan permainan teknologi. Ini menyebabkan mereka kurang terlibat dalam aktiviti riadah, kurang tidur, tidak aktif, dan mengamalkan pemakanan yang tidak seimbang.

Zaenal Arifin (2015), mendapati tingkah laku individu menunjukkan perubahan disebabkan oleh penggunaan gajet yang keterlaluan. Masyarakat

di Malaysia terutamanya golongan belia yang selalu menggunakan teknologi dalam kehidupan mereka telah menjadikan teknologi ini sebagai suatu keperluan dalam kehidupan. Penggunaan peranti teknologi seperti komputer, komputer riba, permainan video, televisyen, gajet-gajet seperti telefon tangan pintar, *tablets* dan *smart watch* telah menjadi kegunaan masyarakat terutamanya golongan belia dan remaja (Salmiah Omar & Malisah Latip, 2016).

Secara globalnya, jumlah penduduk yang mempunyai tahap lebih berat dan obesiti menunjukkan peningkatan yang mendadak dalam tiga (3)dekad kebelakangan ini iaitu dari 857 juta pada tahun 1980 kepada 2.1 bilion pada 2013 dan menunjukkan wanita lebih berbanding lelaki (Ying Ying Chan *et al.*, 2017). Menurut Corbin, Welk, Corbin dan Welk (2016), Obesiti atau kegemukan merupakan masalah kesihatan yang utama dihadapi oleh masyarakat dunia terutamanya kanak-kanak. Cureton (2005), mendapati 32% kanak-kanak pra sekolah mempunyai lebih berat badan dan berisiko untuk mendapat obesiti. 35% orang dewasa di Amerika berada pada zon obes dan lebih 69% diklasifikasikan mempunyai lebih berat badan. Devanthini Dewi Gunasekaran (2018), menegaskan bahawa prevalens berlebihan berat badan dan obesiti dalam kalangan kanak-kanak juga telah meningkat secara mendadak dalam beberapa dekad kebelakangan ini disebabkan oleh gaya hidup sedentri, termasuk di Malaysia. WHO (1998), juga telah menjangkakan kadar kematian akibat daripada penyakit kardiovaskular akan meningkat sebanyak 20% pada tahun 1999 kepada 40% pada tahun 2020.

Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan, (Kementerian Kesihatan Malaysia 2011), menunjukkan 29.4% belia antara 18 hingga 30 tahun berada pada tahap lebih berat badan dan 15.1 % adalah obes. Manakala laporan yang dikeluarkan pada tahun 2017, pula menunjukkan 44% berada dalam lebih berat badan dan 14% adalah obes. Daripada jumlah ini, perempuan 35% berbanding lelaki 52%. Manakala bagi tahap obesiti pula perempuan 11% dan lelaki 17% (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2018). Masalah lebih berat badan dan obesiti ini berlaku disebabkan oleh pelbagai faktor seperti amalan pemakanan yang tidak seimbang, kurang melakukan aktiviti fizikal dan lebih mengamalkan gaya hidup sedentari (De Onis & Blassner, 2008). Nor Alizawati Mokhtar dan Hishamuddin Ahmad (2007), mendapati amalan pemakanan merupakan penyebab kepada peningkatan lebih berat badan dan obesiti. Kamaruzaman Ampon (2008), menjelaskan bahawa penglibatan dan kesedaran rakyat Malaysia masih kurang terhadap pengamalan gaya hidup yang sihat dan cergas.

Menurut Norfadilawati Alias dan Fuziah Shaffie (2014), perubahan gaya hidup yang lebih moden ini telah menyebabkan serta meningkatkan

kadar obesiti secara drastik dari 4.4% pada 1996 kepada 14% pada tahun 2017 dan penyakit berkaitan kardiovaskular masih menjadi pembunuh nombor satu masyarakat Malaysia. Selain itu, menurut Ying Ying Chan *et al.* (2017), punca utama berlakunya obesiti dan lebihan berat badan adalah disebabkan oleh gaya hidup dan juga tidak melaksanakan aktiviti fizikal. Peningkatan lebihan berat badan dan obesiti ini adalah disebabkan oleh amalan pemakanan yang tidak dikawal sebaiknya. Brisson (2011), mendapati faktor pendapatan isi rumah dan bilangan ahli keluarga serta kehadiran ke sekolah merupakan faktor yang mempengaruhi BMI dan memberi kesan kepada peningkatan obesiti.

METHODOLOGI KAJIAN

Kajian berbentuk tinjauan ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap obesiti (BMI) serta risiko pelbagai penyakit kronik, tahap penglibatan dalam aktiviti fizikal dan penggunaan gajet. Di samping itu melihat perbezaan tahap obesiti, penglibatan dalam aktiviti fizikal dan penggunaan gajet untuk bersosial serta mengisi masa lapang berdasarkan jantina dalam kalangan belia di Daerah Muallim, Perak. Seramai 200 orang responden yang terdiri daripada 100 orang lelaki dan 100 orang wanita yang berumur 20 hingga 40 tahun telah dipilih secara rawak mudah di persekitaran Daerah Muallim, Perak. Data dikumpul dengan menggunakan satu set senarai semak yang ringkas dalam kalangan belia yang mengunjungi pekan Tanjung Malim pada hari Ahad antara jam 8 pagi hingga jam 5 petang. Proses pengumpulan data telah dilaksanakan oleh 5 orang pembantu dengan bimbingan penyelidik. Data yang diperolehi dianalisis secara diskriptif dan inferens menggunakan ujian -t sampel tidak bersandar melalui perisian *Statistical Package for Social Sciences (SPSS)* versi 23.

DAPATAN KAJIAN

Data tahap obesiti (BMI) yang diperolehi dalam kajian ini telah dianalisis dan dibandingkan dengan Norma BMI berdasarkan berat badan dan ketinggian masyarakat Asia serta Tahap Risiko morbiditi rakyat Malaysia yang dikeluarkan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2004 (Jadual 1).

Jadual 1: Norma BMI, WHO (2004)

Tahap	(BMI - kg/m ²)
Kurang berat badan	18.5 kebawah
Normal	18.5 – 24.9
Berlebih berat badan	25.0 keatas
Pre obes	25.0 – 29.9

Obes kelas I	30.0 – 34.9
Obes kelas II	35.0 – 39.9
Obes kelas III	40.0 keatas

Sumber : WHO Expert Consultation. (2004). *Appropriate body mass index for Asian populations and its implication for policy and intervention strategies*. Lancet. 363:157-163.

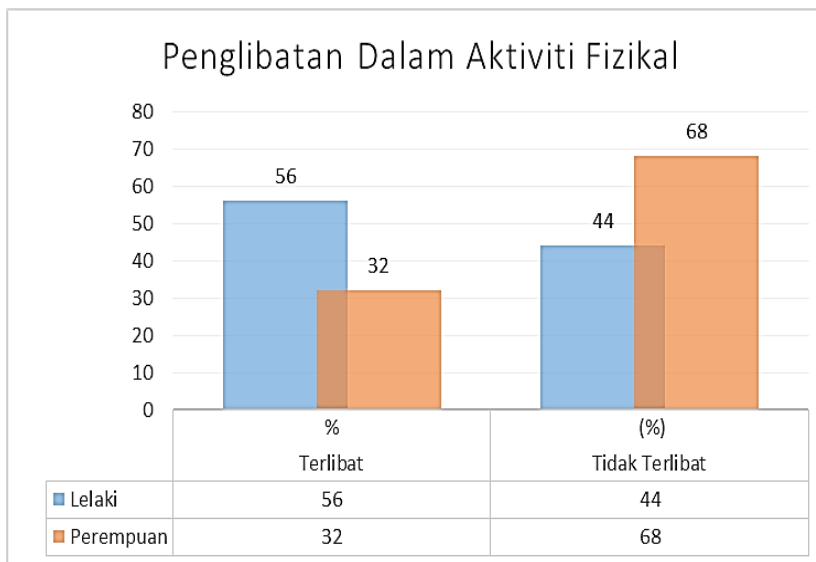
Hasil analisis tahap obesiti berdasarkan norma BMI, WHO (2004), bagi masyarakat Asia menunjukkan bahawa 32 orang (16%) berada di tahap obes kelas II dengan risiko morbiditi yang sangat tinggi. 96 orang (48%) berada di tahap obes kelas I dengan risiko morbiditi yang tinggi. 14 orang (7%) berada di tahap Pre obes dengan peningkatan risiko yang ketara. 48 orang (24%) berada di tahap normal tetapi tahap risikonya sedang meningkat. 10 orang (5%) sahaja kurang berat badan dan tidak berisiko (Jadual 2). Berdasarkan dapatan kajian ini, penyelidik dapat menyatakan bahawa 64% responden sedang menghadapi risiko pelbagai penyakit yang mengancam tahap kesihatan mereka.

Jadual 2: Tahap BMI dan Risiko penyakit Kronik berdasarkan norma , WHO (2004)

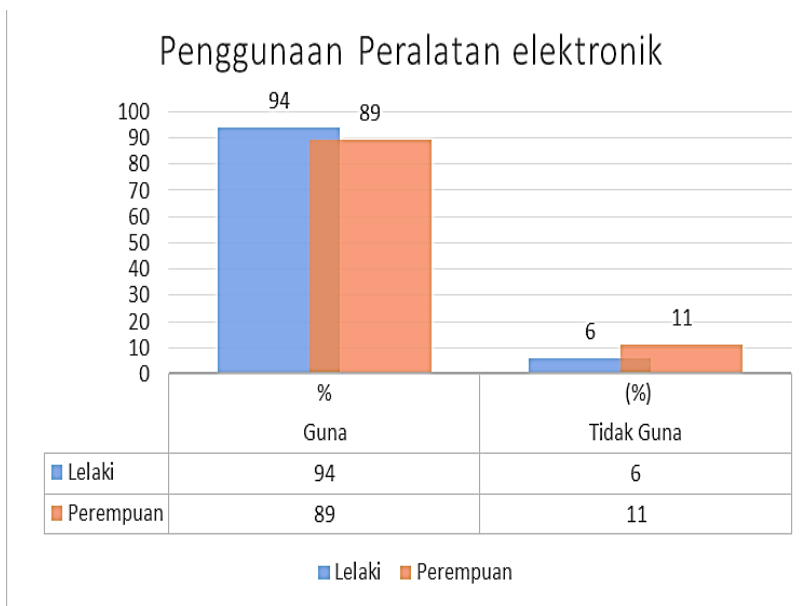
Tahap (BMI - kg/m ²)	Bilangan	Peratus (%)	Risiko Morbiditi
18.5 kebawah <i>Kurang berat badan</i>	10	5	Risiko rendah
18.5 – 24.9 <i>Normal</i>	48	24	Risiko meningkat
25.0 – 29.9 <i>Pre obes</i>	14	7	Risiko meningkat dengan ketara
30 – 34.9 <i>Obes kelas I</i>	96	48	Risiko tinggi
35 – 39.9 <i>Obes kelas II</i>	32	16	Risiko sangat tinggi
Jumlah	200	100%	

Penglibatan dalam aktiviti fizikal menunjukkan bahawa 56% lelaki dan 32% perempuan sahaja yang terlibat dalam aktiviti fizikal sekurang-kurangnya sekali seminggu (Rajah 1). Keseluruhannya 44% (88 orang) orang sahaja melakukan aktiviti fizikal. Sebanyak 66% belia di daerah ini tidak aktif dan tidak melakukan sebarang aktiviti fizikal secara berkala. Penggunaan gajet untuk bersosial dan mengisi masa lapang menunjukkan bahawa 94% lelaki

dan 89% perempuan menggunakan pelbagai jenis peranti elektronik untuk mengisi masa lapang dan waktu kesenggangan (Rajah 1). Keseluruhannya 91.5% menggunakan peralatan elektronik secara maksimum sebagai medium untuk bersosial dan hiburan.



Rajah 1: Penglibatan dalam aktiviti fizikal



Rajah 2: Penggunaan Peralatan elektronik

Analisis inferens menggunakan ujian-t sampel tidak bersandar membuktikan bahawa tidak terdapat perbezaan darisegi tahap obesiti dan berlebihan berat badan di antara belia lelaki dan perempuan di daerah ini. Penglibatan dalam aktiviti fizikal menunjukkan perbezaan yang signifikan di antara lelaki dan perempuan. Manakala penggunaan gajet dan internet mempengaruhi kedua-dua jantina secara maksimum.

PERBINCANGAN

Hasil kajian ini menggambarkan satu situasi yang hampir sama dengan kajian-kajian lampau yang di laksanakan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (NHMS 2011 & 2017), Norfadilawati Alias dan Fuziah Shaffie (2014), Devanthini Dewi Gunasekaran (2018), Kamaruzaman Ampon (2008) dan lain-lain lagi. Kesemua kajian yang berkaitan menegaskan kekurangan kesedaran terhadap gaya hidup sihat dan ancaman pelbagai penyakit yang memudaratkan kehidupan masyarakat Malaysia. Apabila dilihat secara terperinci 64% belia di Daerah Muallim menghadapi risiko pelbagai penyakit yang berkaitan kardiovaskular kerana memiliki BMI yang tinggi. Keadaan ini dapat menggambarkan tahap penglibatan dalam aktiviti fizikal yang rendah serta amalan pemakanan yang tidak teratur. Hasil kajian juga membuktikan peratus penglibatan dalam aktiviti fizikal yang rendah serta penggunaan peralatan elektronik yang tinggi untuk bersosial dan mengisi masa lapang.

Dapatan kajian ini selaras dengan beberapa kajian lampau yang menegaskan kepentingan amalan gaya hidup sihat. Ada kajian yang menyatakan bahawa aktiviti fizikal boleh ditakrifkan sebagai pergerakan badan yang dihasilkan oleh otot rangka yang menghasilkan penggunaan tenaga. Pelaksanaan aktiviti fizikal pada tahap yang biasa dan mencukupi bagi orang dewasa merupakan penyumbang utama kepada penggunaan tenaga dari tubuh badan dan ini penting untuk keseimbangan metabolik serta kawalan berat badan (World Health Organization, 2016; Caspersen, Powell, & Christenson, 1985). Banyak kajian-kajian lampau yang menunjukkan bahawa pelaksanaan aktiviti fizikal mampu untuk mengawal berat badan. Sil (2016), menjelaskan bahawa amalan gaya hidup sihat mampu meningkatkan dan mengekalkan kecergasan dan kesihatan individu serta memberikan kesan ke atas peratusan jisim lemak badan dan mampu mengekalkan tahap kecergasan.

Perbandingan berdasarkan jantina juga membuktikan bahawa tahap obesiti dan penggunaan peralatan elektronik di antara belia lelaki dan perempuan tidak mempunyai perbezaan yang nyata. Keadaan ini wujud kerana gaya hidup, corak pemakanan dan aktiviti sosial bagi kedua-dua jantina adalah sama. Perkembangan pesat dunia multimedia sangat

mempengaruhi amalan gaya hidup sihat belia dan beliawanis secara global. Salmiah Omar & Malisah Latip (2016), juga menyokong hasil kajian ini dengan menyatakan bahawa penggunaan peranti teknologi telah menjadi ketagihan masyarakat terutamanya golongan belia dan remaja tanpa mengira perbezaan jantina, etnik dan status.

RUMUSAN

Dapatan kajian ini jelas menunjukkan bahawa belia di daerah Muallim, memiliki gaya hidup yang sedentari dan menghadapi risiko pelbagai penyakit kronik dan yang berkaitan kardiovaskular. Tahap BMI yang diperolehi menggambarkan ancaman terhadap kemerosotan tahap kesihatan dan kesukaran hidup yang bakal dihadapi oleh masyarakat di daerah Muallim. Penglibatan dalam aktiviti fizikal yang rendah serta penggunaan peralatan elektronik yang tinggi untuk mengisi masa lapang membuktikan bahawa amalan gaya hidup sedentari agak tinggi dalam kalangan belia dan beliawanis di daerah ini. Sekiranya keadaan ini berterusan belia pada hari ini akan menjadi warga emas yang berpenyakit dan akan menderita dalam kehidupan seharian mereka. Amalan gaya hidup sedentari tidak boleh dipandang rendah kerana implikasinya sangat tinggi dalam kehidupan seharian setiap individu, keluarga malah masyarakat dan negara. Kurang beraktiviti fizikal, bersikap malas, bermain permainan komputer dan tidur berlebihan adalah punca pelbagai penyakit yang menjadi pembunuh utama masyarakat dunia khususnya di negara-negara membangun seperti Malaysia. Tindakan segera perlu dilaksanakan secara meluas supaya rakyat jelata sedar akan risiko amalan gaya hidup sedentari yang semakin menjadikan manusia sakit dan tidak produktif.

RUJUKAN

- Ahmad Ismail. (2018, Januari 23). *Fokus kecergasan masyarakat bandar elak masalah obesiti*. Berita Harian. m/s 12.
- Brisson, E. R. (2011). *The Relationship between Overweight and Obesity and Acculturation of 12- to 19-Year-Old Mexican American Children*. (Doctoral Dissertation, The Warlen University, United States) Retrieved from <https://scholarworks.waldenu.edu/2011/948>.
- C J Caspersen, Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research*. Public Health Report, 100(2).
- Corbin, C. B., Welk, G. J., Corbin, W. R., & Welk, K. A. (2016). *Concepts of Fitness and Wellness (11th Ed.)*. New York: McGraw Hill Education.

- Cureton, K. J. (2005). Body Mass Index Screening in Public Schools. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 76(8).
- De Onis, M., & Blassner, M. (2008). *Prevalance and trends of overweight among preschool children in developing countries*. *American Journal of Clinical Nutrition*, 72, 1032–1039.
- Devanthini Dewi Gunasekaran, Ruzita Abd Talib, Nik Shanita Safil, Razinah Sharif, Mahadir Ahmad, & Poh Bee Koon. (2018). Juara SihatTM: Reka Bentuk Kajian Program Pendidikan Pemakanan Obesiti Kanak-kanak Berasaskan Sekolah di Kuala Lumpur, Malaysia. *Jurnal Sains Kesihatan Malaysia*, 17, 119–127.
- Kamaruzaman Ampon. (2008). *Jom senam bah*. Retrieved from <http://eprints.ums.edu.my/id/print/2591>.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2018). *Laporan Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan (NHMS 2017)*. Institut Kesihatan Umum. Kuala Lumpur.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2011). *Laporan Kajian Kesihatan Morbiditi Kebangsaan (NHMS 2011)*. Institut Kesihatan Umum. Kuala Lumpur.
- Nihiser, A. J., Lee, S. M., Wechsler, H., McKenna, M., Odom, E., Reinold, C., Grummer-Strawn, L. (2007). Body mass index measurement in schools. *Journal of School Health*, 77(10), 651–671.
- Nor Alizawati Mokhtar, & Hishamuddin Ahmad. (2007). *Obesiti Di Kalangan Pelajar Lelaki Dan Perempuan Sekolah Rendah Sekitar Tanjong Malim*. Retrieved from <http://merr.utm.my/id/eprint/1430>
- Norfadilawati Alias, & Fuziah Shaffie. (2014). *Kesan obesiti ke atas psikososial remaja*. International Social Development Conference 2014 (ISDC 2014), 12 – 13 August 2014, Bayview Hotel Langkawi, Malaysia.
- Salmiah Omar, & Malisah Latip. (2016). Pengaruh Peranti Teknologi Kepada Perkembangan Sosial Dan Permasalahan Kesihatan Kanak-Kanak. *Jurnal Kebajikan Masyarakat*, (October 2015), 11.
- Sidek Mohd Noah. (2003). *Reka Bentuk Penyelidikan Falsafah, Teori dan Praktis*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Sil, P. (2016). Study of flexibility and body composition of aged women participating morning walk regularly, *Journal of Obesity* .3(3), 347–

349.

Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2011). *Research Method in Physical Activity (6th Ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

World Health Organization. (1998). *Obesity: preventing and Managing the Global Epidemic*. Geneva: World Health Organization.

World Health Organization. (2004). *Expert Consultation appropriate body mass index for Asian populations and its implication for policy and intervention strategies*. *Lancet*. 363:157-163.

World Health Organization. (2016). *Global strategy on diet, physical activity and health*. Geneva: World Health Organization.

Ying Ying Chan, Kuang Kuay Lim, Kuang Hock Lim, Chien Huey Teh, Che Cheong Kee, Siew Man Cheong, Noor Ani Ahmad. (2017). *Physical activity and overweight / obesity among Malaysian adults : findings from the 2015 National Health and morbidity survey BMC Public Health*, 17. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4772-z>

Zaenal Arifin. (2015). Perilaku remaja pengguna gadget; analisis teori sosiologi pendidikan, *Jurnal Tribakti* . 26(9), 287–315.

Profil Penulis:

Gunathevan Elumalai

Fakulti sains Sukan dan Kejurulatihan
Universiti pendidikan Sultan Idris
gunathevan@fsskj.upsi.edu.my

Ahmad Hashim

Fakulti sains Sukan dan Kejurulatihan
Universiti pendidikan Sultan Idris
h.ahmad@fsskj.upsi.edu.my

Friba Hossein Abadi

Fakulti sains Sukan dan Kejurulatihan
Universiti pendidikan Sultan Idris
friba@fsskj.upsi.edu.my

Saidil Mazlan

Fakulti sains Sukan dan Kejurulatihan
Universiti pendidikan Sultan Idris
saidilmazlan@yahoo.com

UNDERSTANDING THE NEEDS OF DISABLED ATHLETES IN SCHOOL: THE CASE OF IMPAIRED VISION ATHLETES

BAIDRUEL HAIRIEL ABD RAHIM & NURAZZURA MOHAMAD DIAH

ABSTRACT

The contribution of students with vision disabilities particularly in sport is essential. Unlike their able-bodied peers in the mainstream system, their participation in education is exclusive. For many years, the trend of schools and disability research focuses more on adapted physical education rather than the sport related aspect. Therefore, this study aims to understand the needs of student-athletes with impaired vision in sport. In-depth interviews were conducted to obtain meaningful data among ten Malay and Indian student-athletes with impaired vision category B1, B2 and B3 from Kuala Lumpur. They are between 14-19 years old and all of them are actively involved in the goalball sport and have won several tournaments. Data analysis was performed through qualitative process. The findings revealed three essential needs that must be met in order to ensure the continuous participation of students with disability in sports: i) maintaining a strong support system particularly from the school authority, coaches and parents, ii) ensuring disable student's continuous participation in sport after they completed school and iii) sport should be free from emotional and physical distresses for the well-being of students with disabilities. In conclusion, understanding the needs of student-athletes with disabilities requires a critical evaluation on the support system and a holistic approach is needed to accomplish the work.

Keywords: goalball; impaired-vision; student-athletes with disability; sport; wellness

ABSTRAK

Sumbangan pelajar-pelajar masalah penglihatan terutama sekali dalam sukan amatlah penting. Tidak seperti rakan-rakan mereka (yang normal) daripada sistem perdana, penyertaan mereka dalam bidang pendidikan adalah bersifat eksklusif. Untuk beberapa tahun, kajian mengenai sekolah dan aspek kelainan upaya berfokus kepada pendidikan jasmani suai daripada aspek kesukanan. Justeru, kajian ini adalah untuk memahami keperluan-keperluan pelajar-atlit masalah penglihatan dalam sukan. Untuk mendapatkan data-data penting, beberapa sesi temubual telah dijalankan dalam kalangan sepuluh pelajar-atlit masalah penglihatan kategori B1, B2 dan B3 berketurunan Melayu dan India dari Kuala Lumpur. Pelajar-atlit ini adalah berumur dalam lingkungan 14-19 tahun. Kesemua mereka aktif dalam sukan goalball dan telah memenangi pelbagai pertandingan. Analisis data telah dijalankan menerusi proses kualitatif. Dapatan kajian mendapati terdapat tiga keperluan penting yang perlu dipenuhi bagi memastikan kesinambungan penyertaan

pelajar kelainan upaya dalam sukan: i) mengekalkan sistem sokongan terutama sekali oleh pihak pentadbiran sekolah, jurulatih dan ibubapa, ii) memastikan kesinambungan penyertaan sukan setelah tamat persekolahan dan iii) sukan seharusnya bebas daripada tekanan emosi dan fizikal demi kesejahteraan pelajar kelainan upaya. Ringkasnya, memahami keperluan-keperluan pelajar-atlit kelainan upaya ini memerlukan penilaian kritikal terhadap sistem sokongan dan pendekatan yang menyeluruh diperlukan.

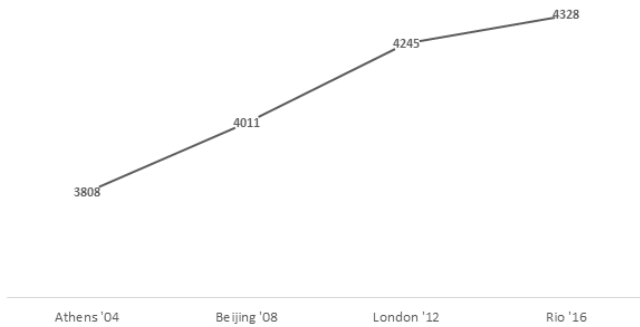
Kata Kunci: *goalball; masalah penglihatan; pelajar-atlit kelainan upaya; sukan; kesejahteraan*

INTRODUCTION

In most countries, sports development and initiatives are crucial for nation building. Over the years, many nations in the world have invested heavily in the construction of sports facilities to cater the sporting needs of their citizens either in competitive or social levels. In Malaysia, approximately RM 1 billion has been allocated for the sporting initiative purposes, namely grassroots program, coaching and training, and facilities' upgrade (New Straits Times, 2017). The initiative towards sport development is not new. For the past few decades, sports programs that cater specifically for marginalized groups have been the focal interest under the sport for development and peace (SPD) program. Ever since the declaration of sport and physical activities as a basic human right was made, it has prompted the participation of various minority groups including refugees and people with disabilities in sports (Giulianotti, 2004).

The involvement of athletes with disabilities in competitive sport has started significantly in the 1960s, through the introduction of the Paralympic Games. The Paralympic Games were created for athletes with a wide range of disabilities, in order to help them compete in the international stage. Limitations in both physical and performance aspects restrict their opportunities to participate in the normal Olympic Games. Their participation in sports is equally important as able-bodied athletes who competed in the Olympics. This can be seen through the significant number of participation among athletes with disabilities in the previous four editions of Paralympics as illustrated in Figure 1.

Figure 1: Total Number of World Para Athletes in previous four summer Paralympics



Note. Data of World Para Athletes competing in Paralympics, 2004 - 2016 from <https://www.paralympic.org>

Based on the Figure 1 above, the numbers of para-athletes competing in each Paralympics edition have increased substantively. This is the result of the serious initiatives that was carried out by the National Para Sports bodies in ensuring their athletes qualify on the merit basis. Nevertheless, their future prospect and challenges should incorporate the concern over their needs and wellness in their physical limitations. With that in mind, this study seeks to understand the needs of student-athletes with impaired vision and their determination to maintain interest in sport especially after completing school.

This paper starts with an ephemeral introduction to this study. Then, the objectives of this paper will be discerned, followed by the related past and present literatures in which the researchers elucidated some ideas for this study. After narrating the methods used, the results of this study will be described followed by major discussion based on selected theoretical framework.

OBJECTIVES

There are two main objectives of this study:

1. To examine the needs of student-athletes with impaired vision in maintaining their interest in sport.
2. To identify strategies to encourage the participation of people with disabilities in sport.

LITERATURE REVIEW

Anthropological interest in sports and disability research

For many years, there are limited studies related to anthropology, sport and disability as they have attracted minimal engagement and interest among

researchers, both in Malaysia and around the globe. This subject has rarely been explored and studied, making the discourse of anthropology, sport and disability rather unique. According to Kumar (2016), the discourses have become multi-disciplinary particularly with the involvement of medical sociologists from various countries such as Britain, the USA, Canada, Australia, France and Germany. Historically, the study of anthropology and disability can be traced back as early as 1930 when Ruth Benedict has published a cross-cultural study on epilepsy (Benedict cited in Kumar, 2016). The disciplines of anthropology and disability were then developed to a new level. Cunningham (2009) and Kumar (2016) have also noted the contributions of medical anthropologists to the current understanding of impairments and disabilities. Medical anthropologists have created various related medical terms with disabilities (Hershenson, 2000; Cunningham, 2009; Kumar, 2016) and rehabilitation (Hershenson, 2000). Indeed, the first signal of public acceptance towards people with disabilities was addressed by Margaret Mead, a student of Ruth Benedict. According to Mead (cited in Cunningham 2009: 101), “the study of American national character should include all types of Americans”. The statement by Mead had potential significant impact on the image of people with disabilities to be included in future anthropological inquiries. In the context of this research, the anthropological approach will bring significant impact to the visibility and well-being of student athletes with disabilities in schools.

Moreover, there are a few terminologies in sports that also need to be considered and analyzed such as play, game, leisure and pastime (Norbeck, 2013). These terms are interchangeably used in different contexts by both sports sociologists and anthropologists. Hence, it is not surprising to see them utilize those words contextually in referring to the same physical activity. It is also significant to state that the actors for sport include athletes, coaches, supporters, officials and organizers (Archetti, 1998). Initially, the relationship between anthropology and sport is rather obstructive. Anthropology, as a discipline, concerns with rituals, identity, rites de passage and simple organization. Sport, on the other hand, is associated with modernity. Both are incompatible together. By definition, the field of anthropology in the past was particularly detached from sports and games because they were considered modern in nature (Archetti, 1998). Nevertheless, in line with modernity and complex society, the analysis on the anthropology of sport concerns a discussion on the cultural meaning of sport (Kummels, 2013). Therefore, using similar analysis on the issues of sport and disabilities will be interesting and stimulating.

Furthermore, it is interesting that anthropological investigations, particularly among cultural and social anthropologists, considered the element of sport (and play) highly associated to the activities of homo sapiens. According to Norbeck (2013), sport, play and game could be

viewed as mirror of pervasive values and attitudes. They also function as mechanisms for social control. Sport, play and game denote the idea of social psychological problem of Western society and relate to linguistics, communication, cognition and symbolism. They could also link to religious rituals. At this point, the researchers believe that the anthropological approach to sport and disability will give a new insight to the development of knowledge on sport in Malaysia.

Wellness and disability research

Apart from those researches in sport and anthropology, the research of wellness and disability is also indispensable in the context of people with disabilities, for many years. In the study of pain-related activity difficulty (PRAD) and quality of life, Strine et al. (2005) stated that PRAD was closely connected with negative life styles such as obesity, smoking habit, physical inactivity, impaired general health, infrequent vitality, and frequent occurrences of physical distress, mental agony, symptoms of depression, insomnia, and symptoms of anxiety. The study conducted by Kinney and Coyle (1992), also found that leisure satisfaction is essential in improving the livelihood of people with disabilities.

In the study of psychological impact of sport among disabled sports participants, Valliant et al. (1985) found higher scores of self-esteems, life satisfaction and happiness among disabled athletes than non-athletes. Shapiro and Martin (2010) reported significant association between psychological wellness and variables such as athletic identity, affect and peer relation.

Local interest in sports and disability research

In recent years, the involvement of students with disabilities particularly in physical activities in Malaysia supports the National Education Philosophy that stresses the four (4) aspects of intellectual, spiritual, emotional and physical growth. As such, there is a limited research relating to local setting of sport and disability. The scope of local research in sport and disability focuses on the factors and barriers of their sports participation (Omar Fauzee et al. 2010; Meera Abdullah et al. 2015; Nizam et al. 2017; Wilson and Khoo 2013). Apart from barriers while participating in sport, the focus of local research in sport and disability stresses on these athletes' visibility and wellbeing. Cheong, Khoo and Razman (2016) however focus on studying the images and coverage of athletes with disabilities during the 2012 London Paralympics games. Interestingly, there is similar interest and focus among local researchers while studying sport and disability. First and foremost, we found that the participants involved in their studies were the elite national para-athletes, unlike the target participants of this study who is student-athletes. Secondly, they employed mixed method approach in getting their research data. Though they have adopted mixed

method, the qualitative data is rarely highlighted compared to quantitative one. In the context of this study, it should be noted that the concept of disability in this study has been in line with the Operational Guide Book for Integrated Special Education Program which was released by the Ministry of Education in 2015. There are six (6) categories of students with disabilities namely; with vision disability, with hearing disability, with speech disability, with physical disability due to trauma or dysfunctional nerve system, with learning difficulties, and with multiple disabilities (UNICEF Malaysia, 2014; MOE, 2015). This recent development and new scenario suggested that research related to sport and disability especially among student-athletes in schools should be emphasized equally to other aspects of their education. Nonetheless, this study is timely addressed and needs urgent attention and consideration.

METHODS

In this study, the researchers utilize case study methods. Hence, it allows the researchers to understand the issues from participants' (emic) perspectives. Unlike numerical data and figures, the researchers' data are mainly in the form of words, photo, sentences, impression and symbols. In order to obtain meaningful data, the researchers have employed their participants by using purposive sampling. They have chosen 10 goalball student-athletes from Kuala Lumpur and from the ethnic group of Malay and Indian. They are from the impaired vision categories of B1, B2 and B3. These student-athletes are between 14 – 19 years old and won many tournaments. All respondents are the residents of school hostel. To protect their confidentiality, all names used for this study were pseudonyms. The researchers use in depth interviews because it is flexible and relaxing in nature. All interview sessions were conducted in Malay language. In order to preserve the actual words by the research participants, all interviews have been audio-taped with their guardians' consent and knowledge. The data collected from in-depth interviews was analysed using thematic analysis.

RESULTS

The findings of this study indicated that in ensuring continuous participation in sport among student-athletes with disabilities, three (3) aspects need to be analysed:

a) A strong support system - the school authority, coaches and parents

Based on this study, it was found that the first need outlined by the respondents is related to a strong support system. Their participation in sport at the competitive level is an output of strong collaborative action and effort from the school administrator, coaches and parents. The participants were pleased with the motivations and supports that they received from

these three (3) entities:

Since primary school in Alma, I received a lot of encouragement and support from teachers to play goalball until now. After many years, I can continue to play this sport and feel very fortunate because the teacher in-charge of our goalball is also the coach and at the same time is the warden.

(Harisah, 17 years old)

However, the authorities need to be aware with some of their additional needs. It is true that they have received enough support from school authority and coaches. They also received financial support from NSC while joining the national camp prior to Para Asean Games. The additional extra need is from the support from parents during tournaments:

During the Para Asean Games in Kuala Lumpur, mom and dad were there at the time of the opening ceremony just to support me. However, I hope they will come to support me during the competition as well. Their presence while we play will have an impact on our performances.

(Mageswary, 17 years old)

b) Continuous participation in sport

The researchers found that the need to continuously participate in competitive sport among these student-athletes is important. They have chosen to join sport because of their interest and passion. Therefore, we should be aware that their passion to compete is not only during schooling period but also after completing their secondary education level. With many up and coming commitments in their mind, their priority in fulfilling family needs come first:

If you gave me an option either to stop or play, I would love to continue playing after completing my school. However, I will also see other opportunities too. Whatever it is, commitment to work (getting money) in fulfilling the needs of the family must be the priority.

(Naquib, 18 years old)

It was also discovered that they are not only good at one competitive sport which is goalball, most of them are multi-talented and mentioned their intention to join other sports team especially after finishing school:

I have been thinking to join NSC after completing my schooling education. Thus, there are two possible sports namely goalball and blind futsal in my mind because I love and skill in both sports. Additionally, my parents are not objected to my continuous participating in competitive sports after completing secondary education.

(Hijratuddin, 18 years old)

c) Emotional and physical distresses from sports activities

The final outcome is related to the emotional and physical agonies faced by the participants while participating in sports activities. It is evident that their participation and commitment in sports have been underrated:

There are some teachers especially those who favour academics, underestimated our commitments and dedications in sports. They said that our participation in sport was insignificant (at all) compared to academic excellent.

(Rubiyah, 16 years old)

Apart from emotional woes, they might lose interest in sport due to physical distress. Considering their limitations, coaches must identify and determine their preferences in training routines:

The most unpleasant thing during training session is having to practice repeatedly, especially the push-up routines. You feel like going back to room straightaway and rest. That routine is painful and only God knows how painful it is.

(Farhah, 17 years old)

DISCUSSION

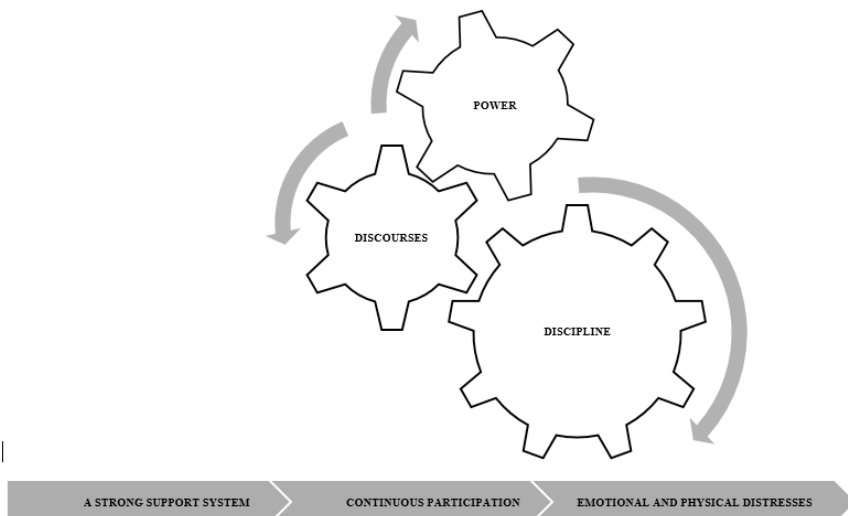
This study focuses on the concerns faced by student-athletes with impaired vision. The researchers combined their empirical findings obtained in the field with Michel Foucault's proposition of power through discourses and disciplines (Lynch, 2014; Foucault, 2012; O'Neill, 1986). According to Foucault's propositions, the concept of power is ubiquitous, as it is manifested everywhere. There are a few characteristics of Foucault's concept of power. Firstly, power is exercised in all levels of relationships. Secondly, power stands in other type of relations. Thirdly, power comes from people. Discourses are considered an instrument of power as it can transfer, harvest, weaken and disclosures power. Foucault's concept of power is also closely connected to discipline. Discipline is a form of power, comprises of instruments, techniques, procedures, applications and targets. Discipline is an essential tool in ordering groups and institutions. It is aimed at minimizing the cost and maximizing the efficiency as well as improving docility and utility of people who are disciplined (Lynch, 2014). The substance of Foucault's proposition is important in understanding the needs of student-athletes with impaired vision. The participation of student-athletes with disabilities in sports is determined by all actors namely school authority, coaches, parents and the student-athletes themselves. With the exclusion of the student-athletes, the rest form a strong support system for the athletes. This support system is important in the sporting career of student-athletes as they give empowerment to the athletes through moral

and physical support. They make up the backbone of these student-athletes through continuous support and encouragement. Furthermore, the power of the support system is unassailable as a mechanism to ensure discipline among student-athletes with disabilities.

There are other factors needed in order to preserve the continuous participation of student-athletes in competitive sports after completing schools. First, the student-athletes need to have the determination and willpower in deciding their future. They need to have the passion and drive to continue their journey of becoming professional para-athletes after completing school. Next, the families of student-athletes also play an important role in influencing their continued participation in sports. Through their unwavering support and love, student-athletes can continue participating in competitive sports after completing school with ease.

Finally, the power, discourse and discipline of these student-athletes with disabilities are heavily relied upon the way they conceptualized sports activities as seen in the third empirical findings of this study. Sport, as perceived by many, should be free from emotional and physical distresses and serve as a powerful platform to express their thoughts and actions. Hence, their physical and emotional wellbeing while performing in competitive sport should be made a priority to all parties particularly school authority and coaches. As suggested by Foucault, these athletes exercised their power in handling emotional and physical struggles through the resistances that come from the training routines and teachers.

Diagram 1: Foucault's Theory of Power and Student-Athletes with Disabilities



In summary, as simplified in Diagram 1, there is a need to ensure the continuous participation of these student-athletes after completing their secondary education while at the same time empowering the support system that helped their competitive participation in the near future. The manifestation of power, discourse and discipline as suggested by Michel Foucault is hugely applied to the findings of this study.

IMPLICATIONS

The potential impacts of this study are twofold. First and foremost, limited research in sport, disability and school in local settings allows the researchers to explore the new aspect by studying the needs of these student-athletes. Due to the qualitative nature of this paper, the stakeholders especially Ministry of Youth and Sport together with the Ministry of Education can review and revive their programs and plan of actions to fit the needs of these student-athletes. For the Ministry of Youth and Sport, the findings of this study have some positive implications especially in assessing their existing programs. The Ministry of Education on the other hand, is also indispensable in supporting the program proposed for these student-athletes with disabilities throughout the years and also in unearthing new sports talents among special needs students. Secondly, the study is also relevant in giving an added value to the existing knowledge particularly in the area of sport, disability and school, qualitative research methods, and adapted physical education as it focuses on the issues related to student-athletes with disabilities and sport.

SUMMARY

All relevant authorities and stakeholders need to understand the various needs of student-athletes with disabilities. Therefore, a similar study might be conducted to other para-sports in order to see the similarities and differences of findings. Hence, by giving more autonomy to school authorities to manage these talents and empowering the role of coaches, the future of sports disabilities in Malaysia looks promising.

ACKNOWLEDGEMENT

The researchers wish to thank the Ministry of Education, particularly the State Department of Education, all participants and schools where this research was undertaken.

REFERENCES

- Archetti, E. P. (2002). *Anthropology of sport*. In N. Smelser & P. Baltes (Eds.), *International Encyclopedia of Social and Behavioural Sciences* (Vol. 1, pp. 14913–14916). Stanford: Elsevier.
- Cheong, J. P. G., Khoo, S., & Razman, R. (2016). *Spotlight on athletes with a disability: Malaysian newspaper coverage of the 2012 London Paralympic Games*. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 33, 15–32. <https://doi.org/10.1123/APAQ.2015-0021>
- Foucault, M. (2012). *Discipline and punish: The birth of the prison*. Vintage.
- Giulianotti, R. (2004). *Human rights, globalization and sentimental education: the case of sport*. *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics*, 7(4), 355 – 369.
- Hershenson, D. B. (2000). *Toward a cultural anthropology of disability and rehabilitation*. *Rehabilitation Counselling Bulletin*, 150–157.
- Kumar, V. (2016). Anthropological perspective of disability. *International Journal of Information Research and Review*, 3(2), 1892–1901.
- Kummels, I. (2013). *Anthropological perspectives on sport and culture: Against sports as the essence of western modernity*. In K. Bromber, B. Krawietz, & J. Maguire (Eds.), *Sport Across Asia: Politics, Cultures, and Identities* (pp. 11–31). New York: Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203074626>
- Lynch, R. A. (2014). *Foucault's theory of power*. In Michel Foucault (pp. 21-34). Routledge.
- Meera Abdullah, N., Appukutty, M., Darus Abdullah, M., & Parnabas, V. (2013). Physical fitness profiles among national powerlifters with disabilities. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1), 1–6. Retrieved from <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/miki>
- Ministry of Education (MOE) Malaysia. (2015). *Buku Panduan Pengoperasian Program Pendidikan Khas Integrasi*. (K. Bahagian Pendidikan Khas, Ed.) (Edisi Pert). Putrajaya: KPM.
- New Straits Times. (2017). *Budget 2018: Boost for sports*. Retrieved October 27, 2017, from <https://www.nst.com.my/sports/others/2017/10/295732/budget-2018-boost-sports>

- Nizam, M., Shapie, M., Abdullah, N. M., Lan, N. C., Pilus, A. M., & Nazarudin, M. N. (2017). *Persons with disabilities and their motives for participating in sports*. *Pertanika J. Soc. Sci. & Hum*, 25, 51–58. Retrieved from <http://www.pertanika.upm.edu.my/>
- Norbeck, E. (1974). *The anthropological study of human play*. *Rice University Studies*, 60(3), 1–8.
- Official Website of Paralympic Movement. (n. d.). <https://www.paralympics.org>
- Omar-Fauzee, M., Mohd Ali, M., Geok, S. K., & Ibrahim, N. (2010). Participation motive in the paralympics. *Journal of Alternative Perspectives in the Social Sciences*, 2(1), 250– 272.
- O’Neill, J. (1986). The disciplinary society: from Weber to Foucault. *British Journal of Sociology*, 42-60.
- Reid-cunningham, A. R. (2009). Anthropological theories of disability. *Journal of Human Behaviour in the Social Environment*, 19, 99–111. <https://doi.org/10.1080/10911350802631644>
- UNICEF Malaysia. (2014). *Inclusive education Malaysia*. Kuala Lumpur.
- Wilson, N. C., & Khoo, S. (2013). *Benefits and barriers to sports participation for athletes with disabilities: the case of Malaysia*. *Disability & Society*, (February), 37–41. <https://doi.org/10.1080/09687599.2012.758034>
- Valliant, P. M., Bezzubik, I., Daley, L., & Asu, M. E. (1985). *Psychological impact of sport on disabled athletes*. *Psychological reports*, 56(3), 923-929.
- Kinney, W. B., & Coyle, C. P. (1992). *Predicting life satisfaction among adults with physical disabilities*. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 73(9), 863-869.
- Strine, T. W., Hootman, J. M., Chapman, D. P., Okoro, C. A., & Balluz, L. (2005). Health-related quality of life, health risk behaviors, and disability among adults with pain-related activity difficulty. *American journal of public health*, 95(11), 2042-2048.
- Shapiro, D. R., & Martin, J. J. (2010). Athletic identity, affect, and peer relations in youth athletes with physical disabilities. *Disability and health journal*, 3(2), 79-85.

Authors Profile:***Baidruel Hairiel Abd Rahim****Educational Sponsorship Division**Malaysia Ministry of Education**baidruel@gmail.com****Nurazzura Mohamad Diah, PhD****Department of Sociology and Anthropology, KIRKHS**International Islamic University Malaysia**nurazzura@iium.edu.my*

KESAN KETERLIBATAN BELIA DALAM AKTIVITI GAY DI KUALA LUMPUR

AZLINA MOHD KHIR, CHE W HASHIMI RAFSANJANI CHE W RAKSAN, AINI AZEQA MA'ROF & AMNA MD NOOR

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk menghuraikan latar belakang informan, meneroka kesan keterlibatan informan dalam aktiviti gay dan harapan informan pada masa akan datang khususnya di sekitar Kuala Lumpur. Seramai enam orang belia yang terlibat dalam kajian ini dipilih melalui teknik persampelan snowball. Kajian ini menggunakan kaedah temubual mendalam secara tidak berstruktur. Data dianalisis dengan teknik menterjemah rakaman temubual bersama informan dalam bentuk persembahan kes. Hasil kajian mendapati empat kesan negatif keterlibatan belia dalam aktiviti gay adalah masalah kesihatan, masalah psikologi, masalah keluarga dan masalah pergaulan. Di samping itu, informan turut berharap agar dapat keluar dari permasalahan ini pada masa akan datang. Dapatan kajian merumuskan bahawa individu yang telah terjebak ini menyedari mengenai kesan negatif yang mereka alami dan sangat mengharapkan mereka “diselamatkan” daripada kemelut yang mereka hadapi. Semua pemegang taruh dalam masyarakat terutamanya daripada insititusi sosial, institusi politik, institusi keluarga, institusi kesihatan dan juga institusi pendidikan perlu menggembeling tenaga dan usaha untuk menolong mereka yang terjebak keluar daripada permasalahan ini dan meningkatkan program yang bersifat pencegahan bagi menghalang ahli masyarakat lain turut terlibat dalam aktiviti gay ini.

Kata Kunci: *Gay, Belia, Kuala Lumpur*

ABSTRACT

This study aims to describe the informants' background, exploring the impact of informants' engagement in gay activities, and their future expectations specifically in Kuala Lumpur. A total of six youths involved in this study were selected using the snowball sampling technique. This study uses unstructured in-depth interviews. The data were analyzed by interpreting the recorded interviews with informants in a form of case presentation. The findings revealed that there were four negative effects of the youth involvement in gay activities such as health, psychological, family, and social problems. However, informants also hope to get out of these problems in the near future. The findings conclude that these involved individuals are aware of the negative effects they are experiencing and most of them expected to be “saved” from the problems they are facing. Therefore, all stakeholders in the society, especially social, political, family, health, and educational institutions need to empower their efforts and provide help to these suffering individuals to overcome their problems, and increase prevention programs to prevent community members from engaging in

gay activities.

Keywords: *Gay, Youth, Kuala Lumpur*

PENGENALAN

Kebelakangan ini, terdapat peningkatan bilangan kajian berkaitan isu homoseksualiti di seluruh dunia. Ini membawa kepada interpretasi bahawa bilangan pengamal homoseksual kian meningkat dan seterusnya mendatangkan masalah bukan sahaja kepada individu tetapi juga masalah sosial dalam perspektif yang lebih luas. Homoseksual adalah kecenderungan seseorang untuk tertarik secara seksual ke atas pasangan yang bersamaan jantina (Ciccarelli & White, 2012). Istilah yang biasanya dikaitkan dengan homoseksual adalah lesbian bagi perempuan dan gay bagi lelaki. Homoseksual pernah diisytiharkan sebagai suatu penyakit dalam Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental III (DSM III). Walau bagaimanapun, bersandarkan kepada hak setiap individu di Amerika Syarikat, homoseksual dikeluarkan dari manual pada tahun 1974 (DSM-IV-TR). Namun demikian, masih terdapat sebilangan besar golongan profesional yang mengklasifikasikan homoseksual sebagai satu bentuk kecelaruan gender (American Psychological Association, 2009). Oleh itu, pengamalan homoseksual yang jelas bertentangan dengan norma masyarakat sudah pasti dilihat sebagai satu aktiviti yang negatif dan bertentangan dengan lumrah setiap individu yang secara nalurnya tertarik dengan jantina yang berlawanan atau dikenali sebagai heteroseksual.

Sehingga kini, para saintis masih tidak dapat membuktikan faktor signifikan yang menentukan orientasi seksual individu. Namun, secara teorinya mereka menjelaskan ia adalah disebabkan interaksi kompleks antara genetik, hormon, dan pengaruh persekitaran, tanpa melihatnya sebagai pilihan individu tersebut (Lamanna, Riedmann & Stewart, 2014; Stuart, 2014). Aktiviti homoseksual pada umumnya adalah satu ungkapan sosial atau gaya hidup yang bertentangan dengan naluri manusia yang normal dan tidak diterima dalam kebanyakan masyarakat dunia. Namun, yang lebih membimbangkan adalah kesan daripada aktiviti homoseksual itu sendiri yang bukan sahaja merosakkan individu terbabit secara biologi tetapi juga membawa kepada pengaruh yang negatif kepada masyarakat sekeliling.

Di Malaysia, pergerakan dan perkembangan homoseksual tidak segalak di negara Barat yang mempunyai organisasi kebangsaan tersendiri. Hal ini kerana penerimaan sosial terhadap golongan homoseksual di Malaysia masih terbatas berpandukan garis panduan yang ditetapkan dalam Islam, agama rasmi di Malaysia yang melarang sama sekali golongan ini (Mahfudzah, 2015). Namun demikian, masih juga wujud

beberapa organisasi bukan kerajaan yang menyokong aktiviti homoseksual di Malaysia seperti Suara Rakyat Malaysia (SUARAM), Sisters in Islam (SIS), dan Women's Aid Organisation (WAO). Malah, terdapat juga penganjuran festival tahunan yang dikenali sebagai Seksualiti Merdeka yang memberi ruang kepada golongan ini untuk mempertahankan hak seksualiti mereka. Walaupun sedemikian, sejak tahun 2011, kerajaan Malaysia telah berusaha untuk mencegah festival ini dari diraikan. Usaha membanteras festival seperti ini menunjukkan bahawa aktiviti homoseksual bukan sahaja membawa kesan buruk terhadap pengamal homoseksual itu sendiri terutamanya dari aspek kesihatan dan psikologi, malahan turut mempengaruhi institusi rumahtangga dan kekeluargaan, dan juga persepsi dan penerimaan masyarakat.

Justeru, kajian secara kualitatif ini dilakukan bertujuan untuk menghuraikan latar belakang informan dan meneroka kesan daripada keterlibatan informan dalam aktiviti gay di sekitar Kuala Lumpur. Dengan meneroka dan mengenal pasti kesan daripada cara hidup songsang ini, pihak bertanggungjawab dapat meneliti, merangka strategi, dan kemudiannya membantu individu yang terlibat bagi membanteras kesan-kesan negatif daripada aktiviti gay ini dari terus merebak dan merosakkan bukan sahaja institusi kekeluargaan, tetapi komuniti setempat dan juga negara

SOROTAN LITERATUR

Adakah homoseksual bahaya kepada masyarakat dan kesihatan? Satu kajian oleh Cameron, Cameron, dan Proctor (1989) ke atas 4,340 responden di lima kawasan bandar di Amerika Syarikat melaporkan bahawa biseksual dan homoseksual berbanding heteroseksual: (1) lebih terdedah kepada aktiviti yang membahayakan biologi tubuh (contoh: mengamalkan sadomi, seks liar); (2) mempunyai kecenderungan untuk bertukar-tukar pasangan (contoh: terlibat dengan parti liar, pasangan seksual yang ramai); (3) terdedah kepada aktiviti seks yang berbahaya (contoh: menyebarkan jangkitan atau penyakit kelamin kepada orang lain dengan sengaja, menipu dalam perkahwinan, membuat panggilan lucah); dan (4) lebih kerap terlibat dalam aktiviti gangguan sosial (contoh: jenayah, mencuri, menipu). Ini membuktikan bahawa pengamalan homoseksual bukan sahaja berbahaya kepada individu terbabit tetapi juga mengancam kesihatan dan perkembangan masyarakat yang lain umumnya.

Secara khususnya, individu yang mengamalkan gaya hidup homoseksual cenderung untuk berhadapan dengan pelbagai isu sendiri dan sosial. Dari aspek psikologi, golongan homoseksual terdedah kepada isu mental termasuk stres, kemurungan, dan tingkah laku ketagihan (Sandfort et al., 2001; Hiatt & Hargrave, 1994). Isu-isu mental ini adalah hasil daripada kesukaran yang dialami disebabkan haluan orientasi seksual

mereka yang melawan arus. Percubaan membunuh diri juga tinggi dalam kalangan homoseksual berbanding heteroseksual (Fergusson, Horwood, Ridder, & Beautrais, 2005; Silenzio, Pena, Duberstein, Cerel, & Knox, 2007). Kajian mendapati kadar percubaan bunuh diri bagi homoseksual berbanding heteroseksual dengan kadar 4.6 kali lebih tinggi bagi lesbian dan 14.6 kali lebih tinggi bagi gay (Saghir, Robins, Walbran, & Gentry, 1970). Seringkali golongan gay dan lesbian yang cuba untuk membunuh diri adalah kesan daripada penolakan masyarakat dan kurang kemahiran dalam berhadapan dengan diskriminasi, pengasingan, dan kesepian (Rotheram-Borus, Hunter, & Rosario, 1994; Proctor & Groze, 1994) serta lebih cenderung dipinggirkan ahli keluarga (Ryan, Huebner, Diaz, & Sanchez, 2009).

Dari aspek kesihatan, pelaku homoseksual dilaporkan menjadi penyumbang kepada peningkatan jangkitan HIV di Malaysia. Statistik dari Jabatan Kesihatan Kuala Lumpur bagi tahun 2017 menunjukkan bahawa 65 peratus jangkitan HIV adalah berpunca daripada golongan homoseksual berbanding 31 peratus jangkitan melalui hubungan seksual antara lelaki dan wanita. Keadaan ini menggambarkan bahawa pelaku homoseksual sangat berisiko untuk dijangkiti HIV dan populasi mereka terus meningkat dari tahun ke tahun. Malah, dapatan kajian 'Integrated Bio-Behavioral Surveillance' (IBBS) di antara tahun 2012 dan 2014 melaporkan kadar jangkitan HIV dalam kalangan golongan gay dan transgender meningkat daripada 7.1% (2012) kepada 8.9% (2014). Kementerian Kesihatan Malaysia turut melaporkan, selain dari HIV, pengamal gay turut berhadapan dengan penyakit lain seperti kemurungan, kanser anus, penyakit kardiovaskular, hepatitis A, B, atau C, dan menjadi mangsa keganasan (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2017). Lebih membimbangkan apabila Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM) melaporkan golongan gay atau homoseksual kini telah mencecah puluhan ribu orang (Amran & Noriah, 2014).

Dari aspek kekeluargaan dan rumahtangga pula, keadaan sangat membimbangkan apabila dilaporkan bahawa daripada 92,768 kes perceraian di Malaysia pada tahun 2012 hingga 2014, pasangan seorang lesbian, gay, biseksual dan transgender (LGBT) turut menjadi penyumbang kepada keruntuhan institusi kekeluargaan ini. Fenomena homoseksual yang bersandarkan hak asasi manusia dilihat semakin menular dalam masyarakat. Keadaan ini boleh menggugat ikatan kekeluargaan terutamanya apabila suami atau isteri kurang keinginan atau tarikan kepada pasangannya, tetapi tertarik kepada pasangan sejenis (Utusan Malaysia, 2013). Aktiviti yang dianggap tidak bermoral ini membolehkan pasangan masing-masing untuk menuntut perceraian di mana ia termaktub dalam seksyen 52 Akta Undang-undang Keluarga Islam (Wilayah Persekutuan) 1984 yang memperuntukkan alasan yang membolehkan sesebuah perkahwinan itu

dibubarkan.

Secara keseluruhannya, walaupun aktiviti homoseksual terutamanya di Malaysia agak mencemaskan, tetapi bilangan individu yang dikenal pasti sebagai gay atau lesbian dan nisbah individu yang berpengalaman mengamalkan seks-sejenis adalah sukar untuk dianggarkan kerana pelbagai sebab. Ini termasuklah kebanyakan di antara mereka yang terlibat dengan aktiviti gay ini tidak dapat dikenalpasti secara luarannya malah menyembunyikan identiti mereka disebabkan homofobia – ketakutan kepada golongan yang anti-homoseksual (Levey, 1996). Oleh itu, kajian ini cuba untuk mendekati dan menyingkapi jawapan kepada kesan yang dialami informan melalui gaya hidup homoseksual, khususnya gay.

METODOLOGI

Kajian ini adalah suatu kajian kualitatif dengan reka bentuk kajian kes. Kajian kes merupakan satu kaedah yang digunakan untuk mengkaji individu atau institusi secara mendalam dan terperinci dalam konteksnya tersendiri. Seramai enam orang belia yang berumur antara 19 hingga 28 tahun dan terlibat dalam aktiviti gay di Kuala Lumpur telah dijadikan informan untuk kajian ini. Informan dipilih menggunakan teknik persampelan snowball. Teknik persampelan snowball adalah teknik yang dilakukan bagi memperoleh maklumat daripada informan untuk mendapatkan informan yang seterusnya. Informan kajian diminta untuk mencadangkan informan seterusnya yang mempunyai ciri-ciri yang sesuai berdasarkan kajian yang dijalankan.

Data dikumpul menggunakan teknik temubual secara mendalam dan tidak berstruktur. Temubual tidak berstruktur membolehkan informan meluahkan sesuatu pengalaman dan pandangan secara terperinci dan mendalam. Temubual ini sesuai dalam kajian kes kerana ianya membenarkan soalan terbuka dan proses menjawab (*open-ended question and answering*) antara pengkaji dan informan dengan menekankan penerokaan terhadap sesuatu yang dianggap penting terutamanya satu fenomena. Perakam suara telah digunakan dalam kajian ini bagi mendapatkan data dan maklumat yang ingin dikumpul. Data dianalisis dengan teknik menterjemah rakaman temubual bersama informan dalam cara persembahan kes. Tema serta kod-kod yang tertentu diberikan kepada semua maklumat yang berkaitan dan maklumat tersebut dianalisis berdasarkan objektif yang telah ditetapkan.

DAPATAN KAJIAN

Latar Belakang Informan

Jadual 1 memaparkan maklumat latar belakang informan. Lima daripada enam informan berumur antara 20 hingga 29 tahun, manakala seorang

informan berumur kurang daripada 20 tahun. Selain itu, seorang sahaja informan berasal dari Kuala Lumpur manakala lima lagi informan berasal dari luar Kuala Lumpur iaitu Selangor, Kelantan, Johor dan Sabah.

Seterusnya, didapati lima orang informan adalah beragama Islam dan berbangsa Melayu manakala seorang informan adalah beragama Kristian dan berbangsa Suluk. Bagi status perkahwinan, hanya seorang sahaja informan yang pernah berkahwin dan kini berstatus duda, manakala lima lagi responden adalah bujang. Bagi turutan dan bilangan adik beradik, dua orang informan adalah anak tunggal, dua orang informan adalah anak pertama dan selebihnya merupakan anak kedua dan kelima dalam keluarga. Dalam konteks tahap pendidikan, semua informan dalam kajian ini mempunyai pendidikan pada tahap tertiar sama ada A-Level, diploma mahupun ijazah pertama. Seterusnya, empat daripada enam informan mempunyai pekerjaan yang tetap manakala dua lagi informan masih belajar. Pendapatan bulanan informan yang bekerja adalah dalam lingkungan RM2000 hingga RM3000.

Jadual 1: Latar Belakang Informan

Latar belakang	Informan					
	A	B	C	D	E	F
Umur	25	19	27	26	24	28
Asal	Kota Tinggi, Johor	Ranau, Sabah	Kuala Lumpur	Kota Bharu, Kelantan	Shah Alam, Selangor	Klang, Selangor
Agama	Islam	Kristian	Islam	Islam	Islam	Islam
Bangsa	Melayu	Suluk	Melayu	Melayu	Melayu	Melayu
Status Perkahwinan	Bujang	Bujang	Bujang	Bujang	Bujang	Duda
Turutan Adik Beradik	1 drpd.5	1 drpd.1	2 drpd.3	1 drpd.2	5 drpd.5	1 drpd.1
Pendidikan	Diploma	A-Level	Ijazah	Diploma	Ijazah	Ijazah
Pekerjaan	Kerani Bank	Pelajar	Eksekutif	Pegawai	Pelajar	Guru
Pendapatan	RM2000	-	RM2500	RM2100	-	RM3000

Kesan Keterlibatan Belia dalam Aktiviti Gay

Dapatan kajian mendapati empat tema telah dikenal pasti sebagai kesan utama keterlibatan informan dalam aktiviti gay. Tema tersebut ialah masalah kesihatan, masalah psikologi, masalah keluarga dan masalah pergaulan.

Tema Pertama: Masalah Kesihatan

Hubungan sejenis atau gay ini adalah suatu perkara yang sama sekali

ditegah dalam Islam. Ini kerana aktiviti gay ini mendatangkan pelbagai keburukan termasuk memberi kesan negatif terhadap kesihatan secara amnya. Dalam kajian ini, pengkaji mendapati tiga daripada enam informan mengalami masalah kesihatan kesan daripada aktiviti gay. Kenyataan ini dapat dibuktikan menerusi hasil temubual pengkaji bersama informan:

“Saya ingat lagi, waktu tu saya tengah kencing...Ermm, masa kencing tu, air kencing saya ada darah sekali...Saya terkejut, sebab ada darah kan... tapi saya biarkan je...Lama-lama tu kemaluan saya tu jadi merah-merah... Nampak bengkak...Saya pergi klinik, doktor kata saya kena penyakit kencing bernanah...” (Informan A)

“Saya pernah ada penyakit Gonorrhoea...Saya dapat tahu sebab time kencing tu keluar lendir macam nanah...Saya pun pergi jumpa doktor...doktor yang sahkan saya terkena Gonorrhoea...” (Informan E)

“Saat yang paling down sepanjang hidup saya bila doktor sahkan saya menghidap H.I.V...Hmm waktu tu, hanya Tuhan je tahu perasaan...Dapat tahu saya positif H.I.V, memang rasa dunia saya dah hancur...” (Informan D)

Berdasarkan kenyataan di atas, ketiga-tiga informan menghadapi masalah kesihatan yang berpunca daripada amalan homoseksual. Pengkaji mendapati antara masalah kesihatan yang dihadapi informan adalah penyakit kelamin seperti Gonorrhoea, penyakit kencing bernanah malah terdapat informan yang telah disahkan positif HIV. Ini kerana salah satu punca penyebaran H.I.V adalah melalui hubungan sejenis terutama gay. Menurut *Global AIDS Response Progress Report Malaysia (2015)*, penularan penyakit HIV adalah daripada hubungan seksual yang tidak terkawal. Salah satunya adalah hubungan seks di antara lelaki dengan lelaki (*gay*). Oleh itu, masalah kesihatan ini dapat dielakkan jika permasalahan gay ini dapat dihindarkan dan semua pihak mempunyai rasa tanggungjawab terhadap perkara ini.

Tema Kedua: Masalah Psikologi

Individu yang mengamalkan gaya hidup homoseksual cenderung untuk berhadapan dengan pelbagai masalah psikologi. Menurut Sandfort *et al.*, (2001), dari aspek psikologi, golongan homoseksual terdedah kepada isu kesihatan mental termasuk stres, kemurungan, dan tingkah laku ketagihan. Dalam kajian yang dilakukan ini, pengkaji mendapati terdapat informan yang mengalami masalah psikologi seperti kebimbangan, tekanan, kemurungan, tiada perasaan terhadap wanita dan takut untuk berkahwin.

Kebimbangan merupakan kecelaruan psikologi yang biasa berlaku. Menurut Ma'rof dan Haslinda (2004), kebimbangan adalah perasaan yang

kabur, ketidakselesaian umum bahawa sesuatu perkara yang buruk akan berlaku. Kebimbangan juga merupakan perasaan yang tidak menyelesaikan yang dirasai akibat daripada bertindak balas terhadap ketakutan untuk dcederakan atau kehilangan sesuatu yang bernilai. Kebimbangan adalah sesuatu yang normal, namun ia boleh menjadi satu kecelaruan apabila terjadi dalam bentuk ekstrim dan bilazim.

Kenyataan mengenai kebimbangan yang dihadapi oleh informan dalam kajian ini dibuktikan melalui hasil temubual seperti berikut:

“Hal yang paling buat saya bimbang sekarang pasal diri saya...Saya bimbang bila kena fikir tentang masa depan saya...Saya kadang-kadang runsing takut nanti saya tetiba dapat penyakit yang bukan-bukan...Nak-nak HIV...Ermmm tu yang paling satu takut sekarang...” (Informan B)

“Kadang-kadang bila duk sorang-sorang, aku start lah fikir bukan-bukan... Pernah jugak rasa gelisah, tak senang duduk...Bukan apa, bimbang jugak lah, kot-kot nanti keluarga aku tau yang aku ni gay...Tak tahu la nanti macam mana mak ayah aku nak mengaku aku ni anak diorang...” (Informan C)

“Lagi satu saya bimbang pasal family...Tak tahu macam mana nak bagitahu kat parents...Agak-agak macam mana lah nanti penerimaan dia orang kat saya...” (Informan D)

“Sepanjang hari-hari saya sekarang, gelisah je sepanjang masa... Bila fikir masa depan, terus rasa gelisah, hati ni berdebar je...Bimbang kot-kot suatu masa nanti family dapat tahu status saya...Malu tak tahu mana nak letak muka...” (Informan E)

Berdasarkan kenyataan di atas, pengkaji mendapati empat (4) orang informan sering berasa bimbang apabila memikirkan masa hadapan mereka. Selain kebimbangan, informan B turut berasa runsing dan takut sekiranya dijangkiti penyakit seperti HIV. Manakala tiga lagi informan iaitu Informan C, D dan E sering berasa bimbang sekiranya ibu bapa dan keluarga mereka mengetahui gaya hidup songsang mereka sebagai seorang lelaki gay. Kebanyakan informan juga bimbang jika keluarga tidak dapat menerima hakikat setelah mengetahui hal yang sebenar dan malu dengan apa yang berlaku.

Selain itu, tiga daripada enam informan turut mengalami stres, kemurungan serta menyatakan rasa kesedihan. Kenyataan ini dapat dibuktikan melalui respon informan seperti berikut:

“...bila asyik fikir bukan-bukan...Sampai satu tahap tu, aku stres giler...Rasa macam batu yang duk kat kepala ni...Sebab stres jadi kerja pun tak leh nak

fokus...Pernah kena tegur dengan ketua jabatan sebab katanya prestasi aku menurun...” (Informan C)

“Lepas dapat tahu kena HIV, jujur saya cakap, saya down giler...Rasa macam hari-hari saya murung...Rasa seolah saya dah tak ada kehidupan... Masa awal-awal dapat tahu ada HIV tu, saya menangis je sepanjang masa... Nak makan semua dah tak lalu... Rasa macam nak mati dah...” (Informan D)

“Bila budak-budak kat tempat kerja macam pulaukan saya, rasa macam sedih jugak... Nak kerja pun dah macam tak ada mood... Kat sekolah, saya senyap je lah bila dalam office... Senyap tak bergaul dengan orang... Rasa resah jugak lah dengan apa yang menimpa kat saya...” (Informan F)

Berdasarkan kenyataan di atas, informan berasa tertekan apabila terlalu memikirkan tentang masa hadapan sehingga menjejaskan prestasi kerja. Terdapat juga informan yang mengalami kemurungan akibat dijangkiti HIV, di samping berasa sedih akibat disisihkan oleh rakan sekerja. Keadaan ini menunjukkan gaya hidup homoseksual memberi kesan yang tidak sihat secara psikologinya kepada pengamal.

Selain daripada masalah psikologi seperti kebimbangan, tekanan dan kemurungan, terdapat informan yang menekankan bahawa dirinya tidak lagi mempunyai perasaan terhadap kaum wanita. Bahkan bukan itu sahaja, ada juga informan kini tidak yakin untuk berkahwin dan mempunyai anak. Kenyataan itu dapat dibuktikan melalui hasil temubual seperti berikut:

“Jujur apa yang saya cakap ni, saat sekarang saya memang tak ada langsung perasaan, tak ada langsung nafsu kat kaum perempuan ni...Erm, saya tengok perempuan pun, macam tengok my mom... Tak ada rasa timbul ghairah sikit pun kat perempuan sekarang...Perempuan yang baik dengan saya pun, saya anggap macam kawan baik atau anggap macam adik lah, tak lebih dari tu...” (Informan B)

“Buat masa ni, aku tak yakin nak kahwin lagi...Erm, perasaan nak ada isteri semua tu macam dah tak ada...Mungkin sebab aku rasa takut, macam trauma lagi... Kalau nak kawin pun, aku macam tak yakin nak boleh ada anak...” (Informan C)

Tema Ketiga: Masalah Keluarga

Institusi keluarga merupakan komponen penting dalam membentuk sesebuah masyarakat dan melahirkan modal insan yang mulia. Namun begitu, pelbagai masalah sosial hari ini telah mengancam institusi keluarga yang mencetuskan kebimbangan kepada semua pihak. Antara masalah sosial yang turut mengancam institusi keluarga adalah aktiviti gay. Jelasnya,

aktiviti gay ini telah memberi kesan buruk dengan mengurangkan kadar populasi dalam masyarakat. Perbuatan melakukan hubungan seksual bersama pasangan sejenis bukan sahaja dilaknat oleh Allah S.W.T malah bertentangan dengan fitrah manusia. Islam menggalakkan perkahwinan yang halal dengan mengikut sunnah Nabi Muhammad S.A.W dan mengembangkan zuriat keturunan dengan pernikahan yang sah di sisi syarak.

Dalam kajian yang dilakukan ini, pengkaji mendapati hanya seorang informan yang pernah mendirikan rumah tangga dengan gadis pilihan keluarganya. Hasil perkahwinan tersebut, informan dikurniakan seorang anak perempuan. Walau bagaimanapun, perkahwinan tersebut tidak dapat diselamatkan apabila si isteri mengetahui suaminya adalah gay dan menjalinkan hubungan dengan kaum sejenis. Rumah tangga informan berakhir dengan penceraian dan informan tidak mendapat hak penjagaan anak. Kenyataan ini dapat dibuktikan melalui hasil temubual yang telah dilakukan oleh pengkaji terhadap informan tersebut:

“Dah hampir enam tahun saya berkahwin, bekas isteri saya dapat tahu yang saya ni gay... Dia tak leh terima kenyataan... Dia failkan tuntutan cerai kat mahkamah, last-last kami berpisah... Dia pula dapat hak penjagaan anak...” (Informan F)

Dapat dilihat permasalahan gay ini memberi kesan yang buruk terutama kepada institusi kekeluargaan. Ini menyebabkan berlakunya perpisahan dan penceraian. Oleh itu, aktiviti gay ini seharusnya dielakkan bagi menjaga keharmonian institusi kekeluargaan.

Tema Keempat: Masalah Pergaulan

Dalam kajian ini, terdapat informan yang menghadapi masalah dari segi pergaulan sesama rakan. Ini terjadi kerana status gay informan telah diketahui oleh rakan-rakan sekerja. Memandangkan informan adalah seorang guru, informan telah mendapat cemuhan dan dipinggir oleh rakan-rakan sekerjanya. Kenyataan ini dibuktikan melalui hasil temubual pengkaji bersama informan tersebut:

“Kat tempat kerja orang asyik nak bercakap pasal saya... Semua macam nak tak nak je berkawan... Kadang-kadang rasa macam kena pulau...Hmmm sedih jugak, tapi nak buat macam mana kan...Budak-budak kerja pun macam hilang rasa hormat kat saya...” (Informan F)

Dapat dilihat bahawa informan telah dipulaukan oleh rakan-rakan sekerjanya. Ini kerana status informan sebagai lelaki gay telah diketahui. Informan mengakui bahawa dirinya bertambah resah akan nasib yang menimpa kehidupannya. Malah informan turut berasa kesunyian apabila

tidak bergaul sesama rakan sekerja. Keadaan ini serba sedikit menjejaskan kehidupan seharian informan. Dapatan ini menyokong kajian-kajian lepas yang mendapati golongan gay mahupun lesbian berhadapan dengan diskriminasi, pengasingan, dan kesepian akibat penolakan masyarakat, dan lebih malang lagi mempunyai cubaan untuk membunuh diri (Rotheram-Borus, Hunter, & Rosario, 1994; Proctor & Groze, 1994).

Harapan Informan Pada Masa Akan Datang

Pada akhir temubual bersama keenam-enam informan, pengkaji turut menemubual tentang harapan informan pada masa akan datang. Pengkaji mendapati tiga tema telah dikenal pasti sebagai harapan informan pada masa akan datang iaitu keluar dari dunia gay, mencari pasangan berlainan jantina dan hasil temubual dikongsikan dengan dengan masyarakat.

Tema Pertama: Keluar dari dunia gay

Pengkaji mendapati lima daripada enam informan berharap agar dapat keluar dari permasalahan gay ini. Ini dibuktikan melalui temubual yang dijalankan seperti berikut:

“...saya harap saya dapat keluar dari dunia gay ini..” (Informan A)

“hmm...Saya harap nanti saya dapat keluarlah dari kancah masalah ni... harap juga dapat jadi orang yang berguna satu masa nanti...(Informan B)

“Aku harap kau doakanlah aku dapat hidayah dari Allah...mudah-mudahan aku dapat keluar la dari masalah gay ni...(Informan C)

“Aku sebenarnya kesal dengan apa yang dah berlaku...aku harap satu hari nanti aku dapatla ubah semua ni...” (Informan D)

“Doakan la saya...dapat hidup dengan baik lepas ni...mudah-mudahan segala urusan saya dipermudahkan nanti...” (Informan F)

Berdasarkan kenyataan di atas, pengkaji mendapati informan sedar dan kesal akan kelakuan songsang mereka. Mereka juga berharap agar dapat berubah dan keluar dari masalah gay ini. Malah, ada informan yang berharap agar menjadi seorang yang berguna suatu hari nanti dan meminta pengkaji untuk mendoakannya agar dapat menjalani kehidupan yang baik selepas ini.

Tema Kedua: Mencari pasangan hidup berlainan jantina

Pengkaji mendapati seorang informan mempunyai keinginan untuk mencari pasangan yang berlainan jantina pada masa akan datang. Informan juga berhasrat untuk berkahwin dan tidak terus hanyut sebagai pengamal homoseksual. Kenyataan informan adalah seperti berikut:

“Saya ada berhajat nak cari pasangan hidup...nak kahwin dengan perempuan... dan tak terus hanyut dalam dunia gay ni...” (Informan A)

Tema Ketiga: Hasil kajian memberi manfaat kepada masyarakat

Selain daripada harapan untuk diri sendiri, pengkaji mendapati dua daripada enam informan berharap agar kajian yang dijalankan ini berjaya disiapkan dengan baik dan sempurna. Mereka juga berharap agar urusan pengkaji dipermudahkan dan hasil kajian ini dapat memberi manfaat kepada pihak-pihak yang terlibat. Dapatan ini dibuktikan daripada kenyataan informan seperti berikut:

“Saya harap awak dapat siapkan la kajian awak ni dengan baik...harap dapatla bagi manfaat kepada yang terbabit” (Informan E)

“Semoga awak dipermudahkan urusan...harap dapatla siapkan kajian ni dengan sempurna...” (Informan F)

Berdasarkan kenyataan di atas, jelaslah bahawa informan hakikatnya sedar akan kesilapan mereka, dan mempunyai hasrat untuk berubah. Mereka juga sanggup berkongsi pengalaman dan memberikan kerjasama untuk ditemubual kerana mereka berharap agar hasil kajian ini memberi manfaat kepada masyarakat. Pengkaji berharap agar kesemua informan akan berubah dan diberi kekuatan untuk menjadi seorang lelaki normal dan diterima oleh agama dan masyarakat.

KESIMPULAN

Dapatan kajian ini mendedahkan kepada kita kesan yang dialami oleh individu yang terlibat dengan aktiviti homoseksual. Pengkaji cuba untuk menyeimbangkan penemuan kesan yang positif dan juga negatif, tetapi ternyata kajian membuktikan bahawa hanya kesan negatif yang lebih diakui oleh informan. Sorotan literatur dari kajian lepas juga telah membuktikan secara saintifik bahawa kesan negatif ini adalah yang sering dialami dan ianya bukan sahaja membawa kesan buruk kepada pengamalannya, malah turut mempengaruhi institusi kekeluargaan, dan juga masyarakat secara keseluruhan. Insititusi sosial, institusi politik, institusi keluarga, institusi kesihatan dan juga institusi pendidikan dalam masyarakat terkesan secara langsung daripada aktiviti homoseksual ini.

Tema yang terhasil dari analisis data *verbatim* dalam kajian ini menunjukkan masalah yang dihadapi oleh pengamal meliputi masalah kesihatan, masalah psikologi, masalah pergaulan dan juga masalah keluarga. Dari aspek kesihatan, pengamal homoseksual berisiko untuk dijangkiti HIV, selain berhadapan dengan risiko penyakit kelamin, kanser dan mental. Antara masalah psikologi yang dihadapi adalah kebimbangan,

stres dan kemurungan. Selain itu, keruntuhan institusi keluarga turut berlaku apabila pasangan mengetahui suaminya terlibat dalam aktiviti songsang ini.

Dapatan kajian juga merumuskan bahawa individu yang telah terjebak ini menyedari mengenai kesan negatif yang mereka alami dan sangat mengharapkan mereka “diselamatkan” daripada kemelut yang mereka hadapi. Dari sini jelas kepada kita bahawa semua pemegang taruh dalam masyarakat terutamanya dari insitituti sosial, institusi politik, institusi keluarga, institusi kesihatan dan juga institusi pendidikan perlu menggembeling tenaga dan usaha untuk menolong mereka keluar dari permasalahan ini dan paling penting meningkatkan usaha dan program yang bersifat pencegahan bagi menghalang ahli masyarakat terlibat dalam aktiviti songsang ini.

RUJUKAN

- Amran, H. & Noriah, M. (2014). Alternatif keagamaan dan kaunseling; Sebagai rawatan utama mengatasi permasalahan homoseksualiti. *Journal of Human Development and Communication*, 3, 79-92.
- Cameron, P., Cameron, K., & Proctor, K. (1989). *Effect of homosexuality upon public health and social order. Psychological Reports*, 64(3), 1167-1179.
- Ciccarelli, S. K. & White, J. N. (2012). *Psychology: An Exploration*. Pearson Higher Ed.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., Ridder, E. M., & Beautrais, A. L. (2005). *Sexual orientation and mental health in a birth cohort of young adults. Psychological Medicine*, 35(7): 971-981.
- Hiatt, D., & Hargrave, G. E. (1994). Psychological assessment of gay and lesbian law enforcement applicants. *Journal of Personality Assessment*, 63(1), 80-88.
- Lamanna, M. A., Riedmann, A., & Stewart, S. D. (2014). *Marriages, families, and relationships: Making choices in a diverse society*. Cengage Learning.
- Levay, S. (2011). *From mice to men: Biological factors in the development of sexuality*. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 32, 110–113.
- Mahfudzah, M. (2015). Lesbian, Gay, Bisexual dan Transgender: Perspektif Undang-undang Jenayah Syariah. *Jurnal Undang-undang*

dan Masyarakat, 19, 29-36.

Ma'rof, R. & Haslinda, A. (2004). *Psikologi*. Edisi Kedua. Kuala Lumpur: McGraw Hill.

Proctor, C. D., Groze, V. K. (1994). *Risk factors for suicide among gay, lesbian, and bisexual youths*. *Social Work*, 39(5), 504-513.

Rotheram-Borus, M. J., Hunter, J., Rosario, M. (1994). Suicidal behavior and gay-related stress among gay and bisexual male adolescents. *Journal of Adolescent Research*, 9(4), 498-508.

Ryan, C., Huebner, D., Diaz, R. M., Sanchez J. (2009). *Family rejection as a predictor of negative health outcomes in white and Latino lesbian, gay, and homosexual young adults*. *Pediatrics*, 123(1), 346-52.

Saghir, M. T., Robins, E., Walbran, B., & Gentry, K. A. (1970). Homosexuality. IV. Psychiatric disorders and disability in the female homosexual. *The American Journal of Psychiatry*, 127(2), 147-54.

Profil Penulis:

Azlina Mohd Khir, PhD

Jabatan Sains Kemasyarakatan dan Pembangunan
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
m_azlina@upm.edu.my

Che W Hashimi Rafsanjani Che W Raksan

Bachelor Sains Pembangunan Manusia
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia

Aini Azeqa Ma'rof, PhD

Jabatan Sains Kemasyarakatan dan Pembangunan
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
azeqa@upm.edu.my

Amna Md Noor, PhD

Jabatan Sains Kemasyarakatan dan Pembangunan
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
amna@upm.edu.my Articles

PERSONAL AND SOCIAL FACTORS OF RISKY MALAYSIAN MOTORCYCLISTS: A CASE STUDY IN KLANG VALLEY

SITI MARYAM MD NOR & HASLINDA ABDULLAH

ABSTRACT

Risk-taking is associated with increased morbidity and mortality among adolescents (Short and Weber, 2018). Most evidence suggests that risk-taking is the most important major factor underlying the high crash rates among adolescents. This study endeavours and investigates the risk-taking behaviour of motorcyclists in Malaysia. The study also determines the relationship between personal and social factors of motorcyclists and risk-taking behaviour. Previous researches have found that motorcyclists do practice some negative behaviours while on the road. Among the behaviours mentioned are taking off their helmet before reaching their destination, not wearing a helmet while riding in an area where there is no policemen or along a deserted road. A total of 540 respondents were selected using convenience sampling to represent the motorcyclists' population in Klang Valley. Three areas of Klang Valley were selected in this study. From each area, the places with the highest number of accidents were selected. The survey was conducted over a period of three weeks, in six places in Klang Valley namely Petaling Jaya (Lebuhraya Damansara Puchong and Bt 16 Jalan Kuala Selangor-Sg.Buloh), Klang (Jalan Meru and Jalan Kapar) and Jalan Bandar (Jalan Ampang and Jalan Tun Razak). Data was conducted by distributing the questionnaires to the respondents. The respondents must be a motorcycle user. The relationship between personal and social factors was found to be significant using regression analysis. Specifically, road safety interventions, driver education and training programs or social campaign should be designed.

Keywords: *Risk-taking behaviour, motorcyclists, helmet, policemen, adolescents*

INTRODUCTION

Motorcycle is one of the most popular modes of transportation among road users. Due to the features of reasonable price, easy to handle, economical usage of petrol, high mobility, motorcycle riding has become a popular and convenient means of transportation in many countries, including Malaysia (Siti Maryam and Haslinda, 2014). However, the increasing number of motorcycles are expected to lead to an increasing number of motorcycle accidents. Many research have been done and found that motorcyclists are at higher risk of being killed or injured in a road traffic crash compared to others (Trinh and Linh Le, 2018).

The Malaysian Automotive Association (MAA) has released Malaysian vehicle registration in 2017, with the total unit of vehicles on our roads standing at 28, 181,203 units. From the overall vehicles

registered, 12,933,042 are motorcycles. For those keeping score, that is 0.88 vehicles for every person in the country.

In Malaysia, there has been a great challenge related to road accidents involving motorcyclists, especially in urban areas where traffic networks are busy and complex (Tarigan and Nur Sabahiah, 2018). According to police statistics, in year 2017, out of the 7,152 people who died in road accidents, 4,484 (62.7%) of them were motorcyclists. The high number of fatalities involving motorcyclists does not come as a surprise considering that motorcycles make up half the vehicles on Malaysian roads. Police statistics show that 521,466 road accidents occurred last year compared to 489,606 in 2015. There was a total of 6,570 fatal accidents in 2016 compared with 6,193 in the previous year. The number of people who died in road accidents increased from 6,706 in 2015 to 7,152 in 2016. According to MIROS, motorcyclists make up the highest number of road accident victims and fatalities every year (Malay Mail, 28 July 2017).

Malaysia has the highest road fatality risk (per 100,000 population) among the ASEAN countries and more than 50% of the road accident fatalities involve motorcyclists (Abdul Manan and Varhelyi, 2012). A report from PDRM showed that road injuries and fatalities are a growing concern in Malaysia, with more than 6000 killed and over 25,000- recorded injuries yearly for the past 5 years. More alarmingly, Malaysia has had the highest fatality risk, i.e. death per 100,000 population, in the world since 1996! (Jacobs, Aeron-Thomas and Astrop, 2000).

In general, this study endeavoured to examine the risk-taking behaviour of motorcyclists. In more specific, the main objectives of this study is to examine the extent of risk-taking behaviour of Malaysian motorcyclists and to investigate the relationship between the personal and social factors of motorcyclists and risk-taking behaviour.

BACKGROUND OF THE STUDY

Risky driving is a significant contributor to road traffic crashes, especially in young drivers (Albert, Ouimet, Jarret, Cloutier, Paquette, Badeau and Brown, 2018). In Malaysia, majority of the road accident fatalities involve motorcyclists, constituting more than 50% of the total number of fatalities (Abdul Manan and Varhelyi, 2012). Based on the research done, they reported that motorcycle fatalities are 3 times higher than car fatalities, 6 times higher than pedestrian fatalities and nearly 50 times higher than bus passenger fatalities. Risk taking has been identified as a critical contribution to the occurrence of many health problems such as motor-vehicle crashes (Jelalian, Alday and Spirito, 2000). The concept of risk-taking behaviour is certainly appropriate for that subset of risk

behaviours that entail a conscious awareness of the risk or danger involved and a deliberate seeking for the thrill that issues from the uncertainty of beating the odds (Jessor, 1991).

Lin *et al.* (2003) showed that young motorcyclists with crash experience had higher risk-taking levels during the study period than those without previous crash experience. It seems that motorcyclists who perceive a higher risk after experiencing a crash do not adopt precautionary behaviour or do not reduce their risk-taking levels. According to Sexton *et al.*, (2006), all the experienced groups thought themselves (on average) less likely to be involved in an accident than other riders of their own age and sex, but this effect was stronger for very experienced riders. This difference is consistent with the well-established effect of experience on accident risk. The experienced riders were more likely than the inexperienced to see themselves as avoiding some of the risk by being good riders, and they also worried less about the risk.

The media is the main scapegoat in experts' debates of risk policy dilemma and it is frequently asserted that media have a very large effect on risk perception (Okrent, 1998). The media are often seen as irresponsible and only interested in disseminating negative information, with a special inclination to cover low probability or high consequence risk. But typically, few references are given to support such statements. Nowadays, adolescents or young motorcyclists can easily access and watch videos or movies which show risky motorcycling such as *YouTube* videos where it replaces television watching. *YouTube* videos which show risky driving are perceived negatively because of potential negative consequences to drivers and others (Vingilis, Yenier, Jaremko, Seeley, Wickens, Grushka and Fleiter, 2018). *YouTube* features millions of videos of high risk driving behaviours and negative consequences of high risk driving, such as injuries or deaths. Unfortunately, no information is available on *YouTube* viewership of these types of sites or on the effects of these videos on viewers (Vingilis, *et al.*, 2018).

Enforcement is seen as a good measure to improve the traffic order and to enhance the traffic safety of motorcyclists (Hsu, Ahmad Farhan and Nguyen, 2003). However, enforcement is usually difficult to implement. In Taiwan and Malaysia, the enforcement against motorcyclists is becoming more aggressive in recent years, while in Vietnam, there is virtually no enforcement. Other than this factor, peer influence is also one of the factors which can pressure young motorcyclists to take risk when riding on the motorcycle. Researchers recognize that adolescents' driving behaviour depends on who is in the car with them. Teenagers drive faster and take more risks when carrying peers than when carrying adults as passengers, especially if the peers are young men (Allen & Brown, 2008).

Adolescents tend to be influenced by their peers rather than their parents and teachers. If they befriended with those who are risk takers, they will also be high in risk taking. The results in a study by Duong and Parker (2018) showed misperceptions of perceived speeding norms among both male and female young motorcyclists. There was a connection between normative misperceptions and speeding behaviour, and between speeding behaviour and approval to speeding behaviour by young motorcyclists. In addition, peer presence was found to be a catalyst in the relationship between misperceptions of speeding norms and speeding behaviour.

Consistent with many previous studies, we found that parental monitoring had a highly significant main effect on adolescent smoking in our population-based, epidemiological sample; however, monitoring accounted for only 2% of the variance in smoking. Dick *et al.* (2007) found that the influence of unique environmental effects decreased with increasing levels of parental monitoring. This indicates that at higher levels of monitoring, adolescents' smoking patterns are less likely to be influenced by unique environmental events. Reports have suggested that those who are involved tend to come from a broken family. As such parental guidance tends to be less in this group compared to other group. Therefore, we can say that parental guidance will have a positive effect on risk taking behavior.

Motorcyclist safety is a major concern in many developing countries. Understanding motorcycle riders' risky behaviours, particularly among the younger population, is essential to developing effective interventions (Truong, Nguyen and Gruyter, 2018). According to Johnston, Brooks and Savage (2008), excessive speed was considered to be the main contributing factor to 58% of single-vehicle and 34% of multiple vehicle fatal motorcycle crashes. Approximately 20% of motorcyclists killed did not have a valid motorcycle license. Of all riders killed, 10% were not wearing a helmet and 18% were wearing a helmet that was judged to have come off or 'probably came off'. Alcohol and drugs were considered to be main contributing factor in 38% of single vehicle crashes and 18% of multiple vehicle crashes. Based on the above discussions, examples of risk taking behaviour of motorcyclists can be summarized in Table 1.

Table 1 Examples of Risk Taking Behaviour of Motorcyclists

Risk-Taking Behaviour of Motorcyclists	
1.	Choose faster speeds than the car drivers
2.	Overtook more

3. Pulled into smaller gaps in traffic though they did not travel any closer to the vehicle in front
 4. Taking off their helmet before reaching their destination
 5. Not wearing a helmet while riding in an area where there is no policemen or along a deserted road
 6. Overtaking in an where it is not allowed
 7. Traffic errors – e.g. ‘fail to notice that pedestrians are crossing when turning into a side street from a main road’; ‘attempt to overtook someone that you hadn’t noticed to be signaling a right turn’.
 8. Performing stunts and other high risk behaviour
 9. Control errors- e.g. ‘run wide when going round a corner’; ‘brake or throttle back when going round a corner or bend’; ‘find that you have difficulty in controlling the bike when riding at speed.
 10. Mobile phone usage while riding was associated with multiple risky riding behaviours.
-

The current study proposed five personal and social factors that would have impacts on risk-taking behaviour of motorcyclists namely, crash experience, exposure towards action movie, enforcement of traffic law, peer influence and parental guidance and monitoring.

METHODOLOGY

This research is a quantitative research. A questionnaire will be prepared. Survey research is widely used to determine specific characteristics of groups and measure attitudes and opinions of groups towards certain issues (Ary, Jacobs, and Razaveih, 2002). A survey was conducted to examine the risk-taking behaviour of Malaysian motorcyclists in Klang Valley.

Research Instrument

The questionnaire consisted of three (3) pages excluding the cover page. The questionnaire contained 11 demographic questions. In this part, simple demographic questions such as the gender of the respondents, their highest education level and their personal income were asked. This part seeks information on the respondents’ background, which is important for the findings and analysis part. It is useful in testing possible relationships between demographic factors and other constructs in this study (e.g., the relationship between gender and crash experience). Specifically, the questions in this part include gender, age, race, highest education level, personal income and experience in riding motorcycle.

Originally, this questionnaire was developed using the English language because all the adapted questions from previous literature used the English version. The researcher translated the questionnaire into the Malay language. The translation of the questions into Malay language was deemed appropriate since the levels of English language proficiency among Malaysians are different. Furthermore, the translation needs to be simple and easily understood by the respondents in order to get more meaningful answers. Both languages are presented in sequences in the questionnaire.

Sampling

A total of 550 questionnaires were distributed to collect the data. The minimum targeted sample size was set at 540 respondents. This number of respondents was delivered by using G-Power analysis software. This sample size is considered to be feasible as well as being time and cost efficient for the researcher. A sample size that is too small might affect the generalizability of the results, whereas a sample size that is too large will not be feasible for the researcher to complete the data collection due to time and cost constraints.

Basically, Klang Valley is an area in Malaysia comprising Kuala Lumpur and its suburbs, and adjoining cities and towns in the state of Selangor. Six places have been chosen from the Klang Valley area. These places have recorded the highest number of road accident. In this case, area sampling was used. In selecting the respondents in these localities, convenience sampling was used to select the target respondents. It was a self-administered and drop-off method of survey where no personal interview was involved but short briefing was given to the respondents prior to distributing the questionnaire. Using the convenience sampling, the researcher got the respondents from any places that the researcher could see motorcyclists such as in front of the shops, side of the road, at the shopping centres, etc.

ANALYSIS OF RESULTS

The demographic profile of the respondents, i.e., age, gender, race, higher education level and personal income were included in this study. Frequency distribution and percentage distributions were used to describe responses on categorical demographic variables. In terms of gender, the majority of the respondents were male (76%), whilst female consisted of 24% of the respondents. In terms of age, most of the respondents were in the 21 – 30 age bracket (46.6%). In terms of race, the majority of the respondents were Malays (90.2%). For the education level, the majority of the respondents were SPM or MCE holders (46.4%). In terms of personal income, the study found that approximately half of the total

respondents earned less than RM1,000.

Objective 1: To examine the extent of risk-taking behaviour of Malaysian motorcyclists.

Generally, as shown in Table 2 most motorcyclists are not risk takers. They generally abide traffic laws. Only for statement no.5, “I always ride my motorcycle without using a crash helmet in a residential area.”, they tend to violate the traffic law (Mean=3.127). The highest level of agreement was for the statement no.14, “While riding on motorcycle, as I am overtaking or turning into a junction, I will indicate or signal to the other drivers and ensure that it is safe to do so.”, 85 percent of the respondents agree with the statement (Mean=4.259).

Objective 2: To determine the relationship between personal and social factors of motorcyclists and risk-taking behaviour.

The dependent variable in this study is risk-taking behaviour. The result of factor analysis shows an excellent KMO value, with a value of 0.842, showing that it is adequate to use the factor analysis for this construct. In addition, the Barlett’s test of sphericity also exhibited a significant value of 0.000, indicating the appropriateness of using factor analysis. The summary of the factor analysis results are presented in Table 2.

Table 3 shows that there are four factors extracted. See also Table 4. Factor 1 was basically loaded by the items related to ‘riding over speed limit’. There were five items on this factor. Factor 1, labelled ‘Riding over Speed Limits’, depicts motorcyclists who are riding over the limit. Factor 2, on the other hand, was loaded by the items related to ‘riding without crash helmet’. In total, three items were loaded on this factor. Factor 2, ‘Riding without Crash Helmet’ portrays individuals who do not wear helmet when riding a motorcycle. For the items from the ‘riding without using signal’, it was basically loaded into the third factor. In total, two items were loaded into Factor 3. Factor 3, labelled as ‘Riding without using Signal’, refers to motorcyclists who do not like to use signal before they want to turn right or left. In Factor 4, two items from ‘riding without headlights and not stopping at three-way junction’ were loaded into this factor. Factor 4, ‘Riding without Headlights and not Stopping at Three-way Junction’, reflects to individuals who think that riding with headlights is unnecessary. They also do not want to stop at a three-way junction.

Table 2 Risk-Taking Behaviour: Mean and Percentage

Risk-Taking Behaviour	Mean **	Standard Deviation	Agree ***	Not Sure	Disagree ****
-----------------------	------------	-----------------------	--------------	-------------	------------------

1	When I ride on my motorcycle, I always stop at a stop sign.*	3.860	1.137	70.7	14.9	14.4
2	When I ride on my motorcycle, I used to overtake another vehicle in an area where overtaking is not allowed.	2.438	1.260	24.6	13.4	62.0
3	I always ride my motorcycle over the speed limit.	2.615	1.302	28.7	18.1	53.2
4	I always ride my motorcycle along a deserted road without using a crash helmet.	2.832	1.406	39.1	13.4	47.5
5	I always ride my motorcycle without using a crash helmet in a residential area.	3.127	1.384	51.0	11.5	37.5
6	I always take off my crash helmet while riding motorcycle before reaching my destination.	2.415	1.289	25.4	10.6	64.0
7	When I ride on motorcycle, I like to ride fast (over the speed limit).	2.589	1.360	29.6	15.6	54.8
8	I will ride fast on motorcycle even though I am not late for an appointment.	2.524	1.254	57.7	16.6	25.7
9	I like to beat the 'traffic light' when I ride on my motorcycle.	2.285	1.245	20.4	12.3	67.3
10	Sometimes I feel it is unnecessary to keep my motorcycle headlights on while I am driving in the daytime.	2.582	1.418	33.0	10.4	56.5
11	Wearing a crash helmet while riding a motorcycle is uncomfortable.	2.386	1.383	25.7	8.6	65.7

12	When riding on motorcycle, I do not have to stop at a three-way junction if there are no vehicles coming from the right and left directions.	2.407	1.350	62.6	11.6	25.8
13	While riding on motorcycle, I will indicate/signal to other vehicles behind me before turning left or right.*	4.108	1.046	80.4	9.0	10.6
14	While riding on motorcycle, as I am overtaking or turning into a junction, I will indicate or signal to the other drivers and ensure that it is safe to do so.*	4.259	0.938	85.0	8.0	6.9

* *Reversed Score*

** *Based on 5-point scale from 1= strongly disagree, 2= disagree, 3= not sure, 4= agree, 5= strongly agree - (Agree : Strongly Agree and Agree), (Disagree : Strongly Disagree and Disagree)*

****Category 'Strongly Agree' and 'Agree' were merged into one category called "Agree".*

*****Category 'Strongly Disagree' and 'Disagree' were merged into a category called "Disagree".*

Table 3 Results of Exploratory Factor Analysis on Risk-Taking Behaviour

Risk-Taking Behaviour	Factor Loadings			
	F1	F2	F3	F4
1. When I ride on my motorcycle, I always stop at a stop sign.				
2. When I ride on my motorcycle, I used to overtake another vehicle in an area where overtaking is not allowed.	.515			
3. I always ride my motorcycle over the speed limit.	.797			
4. I always ride my motorcycle along a deserted road without using a crash helmet.		.788		
5. I always ride my motorcycle without using a crash helmet in a residential area.		.816		
6. I always take off my crash helmet while riding motorcycle before reaching my destination.		.660		

7.	When I ride on motorcycle, I like to ride fast (over the speed limit).	.816	
8.	I will ride fast on motorcycle even though I am not late for an appointment.	.735	
9.	I like to beat the 'traffic light' when I ride on my motorcycle.	.701	
10.	Sometimes I feel it is unnecessary to keep my motorcycle headlights on while I am driving in the daytime.		.761
11.	Wearing a crash helmet while riding a motorcycle is uncomfortable.		
12.	When riding on motorcycle, I do not have to stop at a three-way junction if there are no vehicles coming from the right and left directions.		.800
13.	While riding on motorcycle, I will indicate/signal to other vehicles behind me before turning left or right.	.875	
14.	While riding on motorcycle, as I am overtaking or turning into a junction, I will indicate or signal to the other drivers and ensure that it is safe to do so.	.868	

Table 4 Risk-Taking Behaviour Dimensions

Factor	Risk-Taking Behaviour Dimension	No of Items
F1	Riding over Speed Limit	5
F2	Riding without Crash Helmet	3
F3	Riding without using Signal	2
F4	Riding without Headlights and not Stopping at 3-way Junction	2

The Relationship between Personal and Social Factors and Risk-Taking Behaviour Dimensions

In this study, a multiple linear regression analysis was done to examine the relationship between Personal and Social Factors and the Risk-Taking Behaviour dimensions as a whole. See Table 5.

Table 5 The Relationship between Personal and Social Factors and Risk-Taking Behaviour Dimensions*

Factors	Riding over Speed Limit	Riding without Crash Helmet	Riding without using Signal	Riding without Headlights and not Stopping at 3-way Junction
Peer Influence	0.536***	0.303***	-0.171***	0.193***
Exposure towards Action Movies	0.040	0.083	-0.010	0.108*
Parental Guidance and Monitoring	0.025	0.020	0.229***	-0.005
Past Crash Experience	0.132***	0.034	0.009	0.029
Enforcement of Traffic Law	0.057	0.100*	-0.049	0.141***
Greater Care after Experiencing Accident	-0.076*	-0.023	0.136***	-0.151***
Confident after Experiencing Accident	0.022	-0.022	0.130**	0.039
F	42.562	11.799	16.916	10.711
Adjusted R Square	0.356	0.125	0.175	0.114
Sig.	.000	.000	.000	.000

* - significant at $p \leq 0.05$

** - significant at $p \leq 0.01$

***- significant at $p \leq 0.001$

*Using multiple linear regression, the coefficients shown in the table are standardized coefficient.

Looking at the dependent variable, “riding over speed limit”, the researcher found that there is a significant relationship between this dependent variable and the independent variables ($F=42.562$: $p= .000$ and Adjusted R Square= 0.356). Three of the independent variables were found to be significant. They are “peer influence”, “past crash experience” and “greater care after experiencing accident”. Table 5 shows

that “peer influence” was the most important variable influencing “riding over speed limit” (standardized regression coefficient= 0.536). This was followed by “past crash experience” and “greater care after experiencing accident” respectively. There was a positive relationship between “peer influence” and “past crash experience” and “riding over speed limit”. This shows that “peer influence” and “past crash experience” resulted with the motorcyclists “riding over speed limit”. However, there was a negative relationship between “greater care after experiencing accident” and “riding over speed limit”.

In terms of dependent variable “riding without crash helmet”, the result shows that there is a significant relationship between this dependent variable and the independent variables ($F=11.799$: $p= .000$ and Adjusted R Square=0.125). Two of the independent variables were found to be significant. They are “peer influence” and “enforcement of traffic law”. The result shows that “peer influence” was the most important variable influencing “riding without crash helmet” (standardized regression coefficient=0.303). This was followed by “enforcement of traffic law” (standardized regression coefficient=0.100) respectively. There was a positive relationship between “peer influence” and “enforcement of traffic law” and “riding without crash helmet”.

Looking at the dependent variable, “riding without using signal”, the researcher found that there is a significant relationship between this dependent variable and the independent variables ($F=16.916$: $p= .000$ and Adjusted R Square=0.175). Four of the independent variables were found to be significant. They are “peer influence”, “parental guidance and monitoring”, “greater care after experiencing accident” and “confident after experiencing accident”. Table 5 shows that “parental guidance and monitoring” was the most important variable influencing “riding without using signal” (standardized regression coefficient= 0.229). This was followed by “greater care after experiencing accident”, “confident after experiencing accident” and “peer influence” respectively. There was a positive relationship between “parental guidance and monitoring”, “greater care after experiencing accident” and “confident after experiencing accident” and “riding without using signal”. This shows that “parental guidance and monitoring”, “greater care after experiencing accident” and “confident after experiencing accident were result in the motorcyclists “riding without using signal”. However, there was a negative relationship between “peer influence” and “riding without using signal”.

In terms of dependent variable “riding without headlights and not stopping at three-way junction”, the result shows that there is a significant relationship between this dependent variable and the independent variables ($F=10.711$: $p= .000$ and Adjusted R Square=0.114). Four of

the independent variables were found to be significant. They are “peer influence”, “exposure towards action movies”, “enforcement of traffic law” and “greater care after experiencing accident”. The result shows that “peer influence” was the most important variable influencing “riding without headlights and not stopping at three-way junction” (standardized regression coefficient=0.193). This was followed by “enforcement of traffic law” (standardized regression coefficient=0.141), “exposure towards action movies” (standardized regression coefficient=0.108) and “greater care after experiencing accident” (standardized regression coefficient= -0.151) respectively. There was a positive relationship between “peer influence”, “exposure towards action movies” and “enforcement of traffic law” and “riding without headlights and not stopping at three-way junction”. However, there was a negative relationship between “greater care after experiencing accident” and “riding without headlights and not stopping at three-way junction”.

CONCLUSION

Being the preferred transport mode for those in the middle and lower-income groups, the option of introducing new regulations to impose tighter control on the number of motorcycles on our roads is not something the government may be willing to consider unless it is forced to as various parties may potentially resist such a move. More education about road safety should be exposed to the motorcyclists. The importance of wearing crash helmet for example needs to be taught. More enforcement of traffic laws needs to be done to ensure that motorcyclists follow the rules. Guidance and monitoring by parents must be done to make sure that their children do not break traffic laws. Parents’ guidance and monitoring, especially in terms of watching action movies, can influence youngsters from engaging in dangerous acts while riding motorcycles on the road. In conclusion, this study found that a large number of motorcyclists tend to take risk when riding their motorcycles. They do not take care of their safety seriously.

The limitation of the study lays in the use of selected variables, especially for antecedents, independent and dependent variables. The current study examines the factors which can affect the risk-taking behaviour of motorcyclists. The factors are crash experience, exposure towards action movies, enforcement of traffic law, peer influence and parental guidance and monitoring. There are some other variables such as mobile phone usage when riding motorcyclists that could be interesting to study in future research in order to examine the factors that affect the risk-taking behaviour of Malaysian motorcyclists.

REFERENCES

- Abdul Manan, M. M., & Varhelyi, A. (2012). *Motorcycle fatalities in Malaysia*. International Association of Traffic and Safety Sciences, 36: 30-39.
- Albert, D. A., Ouimet, M. C., Jarret, J., Cloutier, M. S., Paquette, M., Badeau, N., & Brown, T. G. (2018). *Linking mind wandering tendency to risky driving in young male drivers*. Accident Analysis & Prevention, 111: 125-132.
- Allen, J. P., & Brown, B. B. (2008). Adolescents, peers and motor vehicles. The perfect storm?. *American Journal of Preventive Medicine*, 35(3): 289-293.
- Ary, D., Jacobs, L. C. & Razavieh, A. (2002). *Introduction to Research in Education (6th ed.)*, Belmont, CA: Wadsworth/ Thomson Learning.
- Chen, S. J., Chen, C. Y., & Lin, M. R. (2018). *Risk factors for crash involvement in older motorcycle riders*. Accident Analysis & Prevention, 111: 109-114.
- Dick, D.M., Viken, R., Purcell, S., Kaprio, J., Pulkkinen, L., & Rose, R.J. (2007). Parental monitoring moderates the importance of genetic and environmental influences on adolescent smoking. *Journal Abnormal Psychology*, 116(1): 213-218.
- Duong, H. T., & Parker, L. (2018). Going with the flow: Young motorcyclists' misperceived norms and motorcycle speeding behaviour. *Journal of Social Marketing*, 8(3): 314-332.
- Hsu, T.-P., Ahmad Farhan, M. S., & Nguyen, X. D. (2003). *A comparison study on motorcycle traffic development in some Asian countries – case of Taiwan, Malaysia and Vietnam*. The Eastern Asia Society for Transportation Studies (EASTS), International Cooperative Research Activity.
- Jacobs, G. A., Aeron-Thomas, A., & Astrop, A. (2000). *Estimating Global Road Fatalities, TRL Report*, 445, Transport Research Laboratory. London: United Kingdom.
- Jelalian, E., Alday, S., & Spirito, A. (2000). Adolescents motor vehicle crashes: the relationship between behavioral factors and self-reported injury. *Journal Adolescent Health*, 27: 84-93.

- Jessor, R. (1991). Risk Behavior in Adolescence: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*, 12: 597-605.
- Johnston, P., Brooks, C., & Savage, H. (2008). *Fatal and serious injury crashes involving motorcyclists*. Monograph 20. Canberra: Infrastructure and Surface Transport Policy, Department of Infrastructure, Transport, Regional Development and Local Government.
- Lin, M.R., Huang, W., Hwang, H.F., Wu, H.I., & Yen, L.L. (2003), *The effect of crash experience on changes in risk taking among urban and rural young people*. *Accident Analysis and Prevention*, 1-10.
- Okrent, D. (1998). *Risk perception and risk management: on knowledge, resource allocation and equity*. *Reliability Engineering and System Safety*, 59, 17-25.
- Police statistics: Motorcyclists form bulk of road accident fatalities. 28 July 2017. Malay Mail. <https://www.malaymail.com/s/1430839/police-statistics-motorcyclists-form-bulk-of-road-accident-fatalities>
- Royal Malaysia Police Annual Report. (2009). Royal Malaysia Police, Ed Kuala Lumpur, Malaysia.
- Sexton, B., Hamilton, K., & Baughan, C. (2006). *Risk and motorcyclists in Scotland*. Scottish Executive Social Research.
- Short, M.A., & Weber, N. (2018). *Sleep duration and risk-taking in adolescents: A systematic review and meta-analysis*. *Sleep Medicine Reviews*.
- Siti Maryam, M. N., & Haslinda, A. (2014). The relationship between demographic variables and risk-taking behaviour among young motorcyclists. *Pertanika Journal Social Sciences & Humanities*, 22(4): 1007-1019.
- Tarigan, A. K. M., & Nur Sabahiah, A. S. (2018). *Consistent versus inconsistent behaviour of helmet use among urban motorcyclists in Malaysia*. *Safety Science*, 109: 324-332.
- Trinh, T. A., & Linh Le, T. P. (2018). *The association between risk-taking behaviour and helmet use among motorcyclist*. *Earth and Environment Science*, 143: 1-8.
- Truong, L. T., Nguyen, H. T. T., & Gruyter, C. D. (2018). *Correlations between mobile phone use and other risky behaviours while riding a motorcycle*. *Accident Analysis & Prevention*, 118: 125-130.

Vehicle registrations in Malaysia hit 28.2 million units. 3 October 2017.
<https://paultan.org/2017/10/03/vehicle-registrations-in-malaysia-hit-28-2-million-units/>

Vingilis, E., Yenier, Z. Y., Jaremko, L. V., Seeley, J., Wickens, C. M., Grushka, D. H., Fleiter, J. (2018). Young male drivers; perceptions of and experiences with YouTube videos of risky driving behaviour. *Accident Analysis and Prevention*, 12: 46-54.

Author's Profile :

Siti Maryam Md Nor

Faculty of Human Ecology

Universiti Putra Malaysia

43400 UPM Serdang, Selangor

Haslinda Abdullah, PhD

Faculty of Human Ecology

Universiti Putra Malaysia

43400 UPM Serdang, Selangor

KEMPEN BAHAYA PENYALAHGUNAAN DADAH: SATU PENILAIAN MENGENAI KEBERKESANAN STRATEGI MEDIA CETAK DALAM KALANGAN BELIA DI PULAU PINANG

MOHAMAD HAFIFI JAMRI, NURZALI ISMAIL, JAMILAH HJ.
AHMAD & DARSHAN SINGH

ABSTRAK

Penggunaan media dan komunikasi dalam kempen kesedaran kesihatan awam di negara ini adalah semakin semakin meluas. Penggunaan media dan komunikasi jelas menonjolkan kepentingannya sebagai medium penyampaian maklumat yang efektif. Walau bagaimanapun, kajian berkenaan keberkesanan media dan komunikasi dalam kempen kesedaran kesihatan awam di negara ini dirujuk masih terhad, terutamanya dalam Kempen Kesedaran Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk menilai tahap keberkesanan strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah di Malaysia. Dua konstruk iaitu strategi kandungan dan strategi teknikal dinilai oleh pengkaji menerusi penggunaan kaedah tinjauan borang soal selidik. Sejumlah 400 orang responden direkrut secara rawak bagi kajian ini dan terdiri daripada golongan belia berusia 18 tahun hingga 29 tahun. Pengrekrutan responden ini adalah dari 11 kawasan berisiko tinggi di lima daerah utama di Pulau Pinang. Dapatan utama kajian menunjukkan bahawa keberkesanan strategi kandungan dan strategi teknikal bagi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah adalah di tahap sederhana tinggi. Secara keseluruhannya, strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah masih mempunyai keberkesanannya. Justeru itu, inovasi dan transformasi terhadap strategi sedia ada boleh dijalankan supaya medium ini boleh berperanan dengan lebih baik serta membawa kepada penghasilan kempen yang berimpak tinggi kepada masyarakat.

Kata Kunci: Media, Kempen, Dadah, Belia, Malaysia

ABSTRACT

The usage of media and communication in public health awareness campaign in this country is growing. The usage of media and communication clearly indicates its importance as an effective medium of information delivery. However, studies on the effectiveness of media and communication in public health awareness campaigns are still limited, especially on the awareness campaign about the danger of drug abuse. The purpose of this study is to evaluate the effectiveness of the print media strategy in awareness campaign about the danger of drug abuse in Malaysia. Two constructs namely 'the content strategy' and 'the technical strategy' were investigated using questionnaire survey method. A total of 400 respondents randomly recruited for this study which consisted of youths aged 18 to 29 years old. The recruitment of all these respondents was from 11 high risk areas in five major areas in Penang.

The main findings showed that the effectiveness of 'the content strategy' and 'the technical strategy' for print media in awareness campaign about the danger of drug abuse is at 'Moderately High' level. Overall, the print media strategy in awareness campaign about the danger of drug abuse in Malaysia still has its effectiveness. Hence, innovation and transformation of existing strategies can be carried out, so that this medium can play a better role as well as bringing about high impact campaigns to the public.

Keywords: Media, Campaign, Drug, Youth, Malaysia

PENGENALAN

Kempen komunikasi didefinisikan sebagai satu aktiviti komunikasi yang tersusun, memiliki khalayak sasaran dan tempoh masa yang ditetapkan, serta memiliki matlamat yang telah digariskan untuk dicapai (Snyder, 2007). Mesej bermaklumat dirujuk memainkan peranan yang penting dalam sesebuah kempen dengan matlamat supaya dapat mewujudkan kesedaran terhadap khalayak (Atkin & Rice, 2013, p. 8). Dalam hal ini, penggunaan media massa berfungsi sebagai saluran ke arah penyampaian maklumat kepada masyarakat (Hamid, 2016). Kempen media juga dilihat sebagai satu usaha mempengaruhi tingkah laku kesihatan masyarakat dan telah digunakan sejak puluhan tahun yang lalu (Wakefield, Loken, & Hornik, 2010).

Dalam konteks Malaysia, antara kempen kesihatan yang dijalankan termasuklah kempen gaya hidup sihat serta kempen derma darah (Abdullah, 2002). Pelaksanaan kempen-kempen kesedaran kesihatan awam di negara ini ekoran daripada risiko ancaman pelbagai penyakit yang dihadapi oleh masyarakat seperti diabetes, strok, kanser, kerosakan hati dan berat badan berlebihan akibat daripada kurangnya amalan gaya hidup sihat (Dain, 2013). Malah, terdapat laporan berkenaan tahap kesedaran tentang bahaya kanser dalam kalangan wanita di negara ini yang dirujuk sebagai rendah dan perkara ini jelas merupakan satu hal yang membimbangkan dalam konteks isu kesihatan awam (Bakar, 2018).

Permasalahan penyalahgunaan dadah juga dilihat sebagai antara isu kesihatan awam di negara ini dan masih berada dalam keadaan yang membimbangkan. Buktinya, jumlah keseluruhan penagih berdaftar yang direkodkan di negara ini dari tahun 1988 hingga tahun 2016 adalah seramai 444,480 orang (Agensi Antidadah Kebangsaan Kementerian Dalam Negeri, 2017). Permasalahan penyalahgunaan dadah yang berlaku ini sekiranya terus dibiarkan akan mengundang kepada kesan buruk yang lain seperti penularan wabak HIV/AIDS. Berdasarkan statistik yang dikeluarkan oleh Majlis Aids Malaysia, adalah didapati bahawa jumlah keseluruhan kes HIV yang dilaporkan dari tahun 1986 hingga tahun 2016 adalah sebanyak

111,916 kes dan kes penyalahgunaan dadah melalui suntikan antara penyumbang kepada jumlah ini (Malaysian AIDS Council & Malaysia AIDS Foundation, 2017). Dalam hal ini, kerajaan telah menjalankan pelbagai siri Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah termasuklah yang terbaru iaitu Kempen Perangi Dadah Habis-habisan yang dilancarkan pada awal tahun 2016 akibat daripada jumlah bilangan penagih berdaftar yang dirujuk mengalami peningkatan pada waktu tersebut (Abdullah, 2016).

Sungguhpun pelbagai siri Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah telah dilaksanakan, kajian-kajian yang dijalankan untuk menilai tahap keberkesanan strategi media dan komunikasi dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah amatlah terhad. Berdasarkan kepada jurang penyelidikan yang wujud ini, maka fokus kajian ini adalah untuk menilai keberkesanan strategi media cetak sebagai salah satu intervensi dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah di Malaysia. Dapatan kajian yang diperolehi ini boleh digunakan sebagai panduan oleh pihak-pihak yang terlibat secara langsung menangani isu penyalahgunaan dadah di negara ini seperti Agensi Antidadah Kebangsaan Malaysia (AADK). Malah, kajian ini dirujuk boleh menjadi pencetus kepada kajian-kajian masa hadapan yang melihat dari sudut media yang lain.

OBJEKTIF

1. Untuk menilai tahap keberkesanan strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.
2. Untuk menilai kekuatan hubungan antara strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.
3. Untuk menilai pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.

SOROTAN LITERATUR

Media merupakan satu medium maklumat yang berfungsi sebagai pembawa kandungan untuk disalurkan menerusi bentuk berita seperti hiburan, bahkan propaganda yang mempunyai unsur negatif dan berniat jahat (Sauffiyani, 2017). Kini, masyarakat di Malaysia telah memiliki pelbagai pilihan media hasil perkembangan teknologi maklumat di peringkat global yang turut memberikan kesan ke atas perkembangan komunikasi di negara ini (Mahmud & Pitchan, 2017). Bentuk-bentuk media yang muncul terdiri daripada media elektronik seperti internet; media cetak misalnya akhbar dan majalah; media sosial seperti Twitter dan Facebook; serta aplikasi-aplikasi atas talian seperti WhatsApp, WeChat dan Telegram (Samad,

2014).

Di Malaysia, media baharu dirujuk sebagai lebih dominan dalam penggunaan oleh masyarakat berbanding dengan media tradisional seperti media cetak (Mustafa & Hamzah, 2011). Perkara ini bertitik tolak daripada kemudahan dalam media baharu seperti media sosial yang dilihat oleh masyarakat sebagai memberikan akses kepada maklumat yang kadangkala tidak dapat diperolehi di surat khabar, di samping kecepatan dalam penyampaian maklumat berkenaan pelbagai isu termasuklah ekonomi, politik, hiburan, sukan dan isu-isu semasa yang berlaku (Destiana, Salman, & Rahim, 2013).

Selain itu, terdapat juga andaian dalam kalangan masyarakat bahawa penggunaan media cetak kini akan beransur-ansur hilang ditelan zaman dan seterusnya diambil alih oleh media digital (Tamboo, 2013). Hal ini demikiran kerana sifat kesemasaan dalam akhbar dipandang sebagai sudah hilang dan ketinggalan ekoran daripada tawaran maklumat yang lebih pantas dan selari dengan sesuatu kejadian yang sedang berlangsung oleh media baharu (Shahid, 2016). Dalam hal ini, perubahan perlu dilakukan dalam industri media cetak bagi membolehkannya kekal relevan seiring dengan perkembangan dunia digital yang sedang berlaku (Yazid, 2017).

Dalam konteks isu bahaya penyalahgunaan dadah di Malaysia, kerajaan menerusi Kementerian Komunikasi dan Multimedia Malaysia (KKMM) telah membantu membasmi gejala ini melalui Radio Televisyen Malaysia (RTM) dan agensi-agensinya yang berusaha mempergiatkan kempen memerangi dadah (“KKMM bantu KDN kempen perangi dadah,” 2016). Walau bagaimanapun, pengiklanan tentang isu ini di media pernah dilabelkan sebagai ketinggalan zaman oleh Pengarah Yayasan Sukarelawan Siswa sendiri iaitu saudara Wan Ahmad Hazman Wan Daud (“Iklan dadah ketinggalan zaman,” 2017).

Justeru itu, kajian yang dijalankan ini dirujuk sebagai penting dan berguna dalam merungkai persoalan sama ada penggunaan media dan komunikasi dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah mempunyai keberkesanan ataupun tidak kepada masyarakat dari segi strategi yang digunakan. Strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah akan dinilai keberkesanannya melalui kajian yang dijalankan ini.

METODOLOGI KAJIAN

Kajian yang dijalankan ini menggunakan kaedah kuantitatif iaitu tinjauan borang soal selidik bagi perolehan data kajian. Sejumlah 400 orang responden telah direkrut di mana kesemua mereka terdiri daripada

golongan belia berusia 18 tahun hingga 29 tahun sahaja. Jumlah 400 orang responden ini dirujuk wajar dalam kajian berdasarkan pengiraan saiz sampel yang sesuai untuk digunakan di Sample Size Calculator by Raosoft di samping pertimbangan jumlah populasi di negeri Pulau Pinang yang telah diambil kira. Kesemua mereka direkrut secara rawak menggunakan kaedah persampelan rawak berkelompok (cluster random). Kaedah ini adalah sesuai untuk digunakan bagi populasi yang mempunyai perbezaan dari segi geografi seperti zon utara, timur dan selatan (Ibrahim, 2017). Dalam konteks kajian ini, pecahan nisbah populasi belia yang direkrut telah dibuat berdasarkan lima daerah utama di Pulau Pinang (Barat Daya, Timur Laut, Seberang Perai Utara, Seberang Perai Tengah dan Seberang Perai Selatan) iaitu peruntukan sebanyak 80 orang bagi satu daerah.

Pemilihan golongan belia sebagai khalayak sasaran bagi kajian ini dibuat atas dasar bahawa berlakunya peningkatan bilangan golongan ini dalam kes-kes penyalahgunaan dadah di negara ini. Buktinya, sehingga tahun 2016, kes penyalahgunaan dadah yang direkodkan di negara ini yang melibatkan belia adalah seramai 22,709 orang (Agensi Antidadah Kebangsaan Kementerian Dalam Negeri, 2017).

Dalam konteks lokasi, kajian ini dijalankan di negeri Pulau Pinang sahaja. Sebanyak 11 tapak kajian di lima daerah utama di negeri ini terlibat. Kesemua tapak kajian tersebut merupakan kawasan-kawasan berisiko tinggi di negeri ini. Faktor utama negeri Pulau Pinang dipilih sebagai lokasi kajian adalah disebabkan berlakunya peningkatan bilangan penagih berdaftar di negeri ini dalam tempoh 7 tahun berturut-turut. Negeri Pulau Pinang mengungguli carta dalam konteks jumlah bilangan penagih berdaftar tertinggi di Malaysia sejak tahun 2010 hingga 2016. Terkini, jumlah penagih berdaftar di negeri Pulau Pinang sudah pun mencecah seramai 59,091 orang iaitu jumlah yang direkodkan dari tahun 1988 hingga tahun 2016 (Agensi Antidadah Kebangsaan Kementerian Dalam Negeri, 2017).

Instrumen (borang soal selidik) bagi kajian ini telah direka bentuk oleh pengkaji sendiri hasil daripada penambahbaikan yang dibuat berdasarkan dapatan kebolehpercayaan konstruk dan item bagi kajian rintis yang dijalankan sebelumnya. Terdapat dua bahagian soalan yang ditanyakan merangkumi bahagian 1 iaitu demografi dan bahagian 2 iaitu keberkesanan strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Bagi bahagian 2, sebanyak dua konstruk iaitu strategi kandungan dan strategi teknikal dinilai terhadap responden yang terlibat. Reka bentuk instrumen ini dibuat berdasarkan rujukan kepada literatur-literatur lepas yang mengkaji kepada penggunaan media dalam kempen dan sejauh manakah keberkesanannya dalam kalangan peserta-peserta yang terlibat dalam kempen. Analisis data dalam kajian ini menggunakan perisian

analisis statistik SPSS versi 24.

DAPATAN KAJIAN

Bahagian ini akan menerangkan dapatan kajian yang diperolehi hasil tinjauan yang dijalankan. Huraian dapatan ini akan dibahagikan kepada dua bahagian iaitu bahagian demografi dan bahagian keberkesanan strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Huraian kajian akan mengandungi hasil analisis deskriptif, analisis ujian korelasi serta analisis ujian anova yang telah dijalankan.

Bagi bahagian pertama iaitu bahagian demografi, hasil analisis deskriptif yang dijalankan menunjukkan bahawa seramai 400 orang responden terlibat dalam kajian ini ($n=400$). Dari segi jantina responden, mereka adalah terdiri daripada 328 orang lelaki dan 72 orang perempuan. Majoriti responden adalah terdiri daripada bangsa Melayu seramai 356 orang, diikuti dengan bangsa India seramai 35 orang, responden berbangsa Cina seramai 6 orang dan lain-lain bangsa seramai 3 orang. Dari segi kumpulan umur, sejumlah 258 orang responden terdiri daripada kumpulan Belia Pertengahan (19 tahun hingga 24 tahun), diikuti dengan 73 orang responden daripada kumpulan Belia Awal (18 tahun) dan 69 orang responden daripada kumpulan Belia Akhir (25 tahun hingga 29 tahun). Majoriti responden juga adalah beragama Islam iaitu seramai 360 orang, diikuti dengan responden beragama Hindu seramai 31 orang, responden beragama Buddha seramai 5 orang, responden beragama Kristian seramai 3 orang dan responden beragama Sikh iaitu seorang. Dari segi tahap pendidikan, seramai 245 orang responden yang terlibat adalah memiliki pendidikan Sijil Pelajaran Malaysia dan ke bawah (11 tahun pendidikan dan ke bawah) manakala 155 orang responden memiliki pendidikan Sijil Tinggi Pelajaran Malaysia dan ke atas (lebih daripada 11 tahun pendidikan).

Bagi bahagian kedua iaitu bahagian keberkesanan strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah, hasil analisis deskriptif ke atas dua konstruk dari bahagian ini iaitu konstruk strategi kandungan dan strategi teknikal masing-masing memperoleh purata Min yang sama iaitu 3.97. Purata Min yang diperolehi ini menunjukkan bahawa keberkesanan strategi kandungan dan strategi teknikal bagi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah adalah di tahap sederhana tinggi.

Selain itu, analisis korelasi turut dijalankan untuk mengenalpasti kekuatan hubungan antara strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Pemaknaan kekuatan hubungan nilai pekali korelasi kedua-dua konstruk ini adalah merujuk kepada Ibrahim (2010). Dapatan analisis korelasi yang dijalankan

menunjukkan bahawa *Min Konstruk Strategi Kandungan* ($M = 3.97, SP = 0.73$) dan *Min Konstruk Strategi Teknikal* ($M = 3.97, SP = 0.74$) mempunyai hubungan positif yang kuat dan signifikan, $r(400) = .825, p = .000$.

Di samping itu, analisis ujian anova juga dijalankan untuk mengenalpasti pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Dalam konteks strategi kandungan, keputusan ujian ANOVA sehalu menunjukkan bahawa perbezaan tahap keberkesanan strategi kandungan antara kedua-dua jantina adalah tidak signifikan secara keseluruhan $F(1, 398) = .009, p > .05$. Selain itu, keputusan ujian ANOVA sehalu yang dijalankan juga menunjukkan bahawa perbezaan tahap keberkesanan strategi kandungan antara kumpulan umur adalah tidak signifikan secara keseluruhan $F(2, 397) = 1.813, p > .05$.

Dalam konteks strategi teknikal, keputusan ujian ANOVA sehalu menunjukkan bahawa perbezaan tahap keberkesanan strategi teknikal antara kedua-dua jantina adalah tidak signifikan secara keseluruhan $F(1, 398) = .141, p > .05$. Selain itu, keputusan ujian ANOVA sehalu yang dijalankan turut menunjukkan bahawa perbezaan tahap keberkesanan strategi teknikal antara kumpulan umur belia adalah tidak signifikan secara keseluruhan $F(2, 397) = 2.769, p > .05$.

PERBINCANGAN

Dapatan utama kajian ini menunjukkan bahawa keberkesanan konstruk strategi kandungan dan strategi teknikal terhadap belia adalah di peringkat sederhana tinggi. Purata Min yang diperolehi oleh kedua-dua strategi ini juga adalah sama iaitu 3.97 sekaligus menunjukkan bahawa skor yang diperolehi amat menghampiri keberkesanan di peringkat tinggi. Dapatan ini jelas mencapai objektif pertama kajian yang telah digariskan iaitu berkenaan penilaian tahap keberkesanan strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.

Dalam konteks item-item di bawah kedua-dua konstruk yang dibangunkan, terdapat beberapa item yang dilihat sebagai menarik untuk dibincangkan. Bagi konstruk strategi kandungan, antara item yang mendapat keputusan yang baik adalah item 'Kandungan penulisan tentang bahaya penyalahgunaan dadah membuatkan saya tidak mahu mengambil dadah dan tidak berkawan dengan mereka yang mengambil dadah' dengan purata Min 4.03 iaitu di tahap tinggi. Dalam hal ini, purata Min yang diperolehi tersebut jelas menunjukkan bahawa pendedahan mesej Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah menerusi kandungan penulisan di media cetak mendatangkan keberkesanan yang tinggi kepada khalayak

yakni belia dalam konteks kajian ini. Perkara ini juga jelas menunjukkan ketepatan andaian dalam Teori Tindakan Bersebab iaitu faktor norma subjektif boleh mempengaruhi niat sekaligus membawa kepada tingkah laku seseorang individu (Litchfield & White, 2006). Dalam konteks item ini, faktor norma subjektif adalah merujuk kepada kandungan penulisan di media cetak tentang bahaya penyalahgunaan dadah yang telah mendorong responden dalam kajian ini untuk tidak mahu mengambil dadah dan tidak berkawan dengan mereka yang mengambil dadah.

Selain itu, bagi konstruk strategi teknikal, antara item yang mendapat keputusan yang menarik adalah item 'Penggunaan bahasa yang sesuai dalam penulisan dan iklan antidadah memudahkan pemahaman saya' dengan purata Min 4.09 iaitu di tahap tinggi. Dalam hal ini, purata Min yang diperolehi tersebut jelas menunjukkan bahawa penyampaian maklumat berkenaan bahaya penyalahgunaan dadah dalam media cetak mendatangkan keberkesanan yang tinggi kepada responden ekoran strategi teknikal iaitu penggunaan bahasa yang mudah difahami. Selain itu, dapatan ini juga jelas selari dengan konsep dalam Teori Kegunaan dan Kepuasan yang mana penggunaan media dilihat sebagai cara untuk memberikan kepuasan kepada keperluan manusia (Rui & Stefanone, 2016). Dalam konteks item ini, pemahaman yang diperolehi hasil daripada penggunaan bahasa yang sesuai dalam penulisan dan iklan antidadah di media cetak jelas merupakan satu kepuasan yang telah dicapai oleh responden.

Bagi dapatan kedua iaitu terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak, perkara ini menunjukkan bahawa semakin tinggi keberkesanan strategi kandungan dalam media cetak, maka semakin tinggillah keberkesanan strategi teknikal dalam media cetak terhadap responden dan begitulah sebaliknya. Perkara ini jelas selari dengan hasil kajian oleh Saari & Mahiyaddin (2017) yang menjelaskan bahawa aspek teknikal seperti penggunaan singkatan dan simbol yang baku dalam sesebuah penulisan adalah satu keperluan dan dipentingkan bagi memastikan maklumat yang disampaikan difahami. Sekiranya dikaitkan hasil kajian tersebut dengan hasil kajian yang diperolehi ini, maka bolehlah disimpulkan bahawa keberkesanan strategi kandungan penulisan media cetak boleh dipengaruhi dengan keberkesanan aspek strategi teknikal seperti pemilihan huruf, penggunaan warna, bahasa serta atur letak dalam penyampaian maklumat berkenaan bahaya penyalahgunaan dadah bagi kempen yang dijalankan, di samping kedua-dua strategi ini adalah mempunyai kaitan antara satu sama lain dari segi keberkesanan yang dicapai. Dapatan ini jelas mencapai objektif kedua kajian yang telah digariskan iaitu berkenaan penilaian kekuatan hubungan antara strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.

Seterusnya, bagi dapatan ketiga iaitu berkenaan penilaian pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah, keputusan yang diperolehi menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal. Perkara ini jelas menunjukkan bahawa strategi kandungan dan strategi teknikal yang digunakan dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah memberikan keberkesanan kepada kedua-dua jantina iaitu lelaki dan perempuan serta ketiga-tiga kumpulan umur belia iaitu Belia Awal, Belia Pertengahan dan Belia Akhir. Dalam konteks jantina, dapatan kajian yang diperolehi ini jelas mempunyai perbezaan dengan hasil kajian yang lalu. Salah satu contoh kajian lepas berkenaan kesihatan awam yang menunjukkan wujudnya perbezaan antara lelaki dan perempuan adalah kajian oleh Bidmon & Terlutter (2015). Hasil kajian tersebut menunjukkan bahawa golongan wanita adalah mempunyai penglibatan yang lebih dalam pencarian maklumat berkenaan kesihatan berbanding dengan golongan lelaki. Dapatan ini jelas mencapai objektif ketiga kajian yang telah digariskan iaitu berkenaan penilaian pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.

Secara ringkasnya, dapatan kajian yang diperolehi ini jelas membawa kepada sumbangan yang besar dari segi memperkayakan bidang ilmu pengetahuan berkenaan penggunaan media dan komunikasi melalui dua sudut iaitu metodologikal dan praktikal. Sekiranya dilihat dari sudut metodologikal, penggunaan kaedah persampelan rawak terhadap golongan belia yang direkrut merupakan satu pendekatan yang baik di samping pemilihan negeri Pulau Pinang sebagai lokasi kajian. Dalam hal ini, kajian-kajian masa hadapan boleh menjadikan metodologi yang digunakan sebagai panduan dalam mereka bentuk kajian baharu berkaitan penggunaan media dan komunikasi dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah yang melibatkan lebih daripada satu negeri dan lebih daripada satu khalayak sasaran. Dengan cara ini, idea kajian penyelidikan sedia ada dapat berkembang sekaligus membawa kepada perolehan dapatan yang lebih berimpak tinggi.

Dari sudut praktikal, dapatan kajian yang diperolehi ini berupaya menyumbang kepada penambahbaikan strategi media cetak dalam Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah. Pengisian yang dimasukkan ke dalam kandungan media cetak berkenaan maklumat bahaya penyalahgunaan dadah boleh diusahakan untuk dilihat sebagai masih relevan oleh khalayak dengan ciri-ciri kandungan serta teknikal yang moden dan mutakhir. Perkara ini membolehkan media cetak dirujuk setanding dengan kemunculan media baharu yang lain.

RUMUSAN

Secara keseluruhannya, dapatan kajian yang diperolehi ini jelas menunjukkan bahawa media cetak masih mempunyai keberkesanan yang tersendiri terhadap khalayak yakni belia dalam konteks kajian ini menerusi strategi yang digunakan. Andaian oleh segelintir pihak sebelum ini bahawa penggunaan media cetak akan hilang ditelan zaman ternyata boleh ditolak menerusi dapatan kajian yang diperolehi ini. Malah, pihak-pihak yang terlibat secara langsung dalam menangani isu penyalahgunaan dadah di negara ini seperti Agensi Antidadah Kebangsaan Malaysia (AADK) boleh menggunakan strategi media cetak dalam kempen yang dijalankan.

Selain itu, dapatan yang diperolehi ini juga jelas menunjukkan bahawa penggunaan media cetak sebagai salah satu intervensi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah dirujuk masih relevan. Walau bagaimanapun, tahap keberkesanan strategi media cetak di peringkat sederhana tinggi yang diperolehi menunjukkan bahawa ruang-ruang penambahbaikan masih boleh dibuat bagi memastikan keberkesanan strategi media cetak ke atas khalayak boleh dipertingkatkan ke tahap tinggi dan sangat tinggi. Dapatan kajian ini secara keseluruhannya telah mencapai ketiga-tiga objektif yang digariskan iaitu berkenaan penilaian tahap keberkesanan strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah; penilaian kekuatan hubungan antara strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah; serta penilaian pengaruh demografi iaitu jantina dan kumpulan umur terhadap strategi kandungan dan strategi teknikal dalam media cetak bagi Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah.

PENGHARGAAN

Setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Puan Rosliza Binti Musa, Ketua Unit Perangkawan, Pusat Penyelidikan Dasar dan Kajian Antarabangsa, Universiti Sains Malaysia serta Puan Jurina Binti Ahmad, Penolong Pegawai Teknologi Maklumat, Pusat Penyelidikan Dadah dan Ubat-ubatan, Universiti Sains Malaysia di atas bantuan panduan dan bimbingan analisis statistik dapatan kajian rintis ini. Mohamad Hafifi Jamri adalah penerima MyPhD (MyBrain15) dibiayai oleh Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia.

RUJUKAN

Abdullah, M. I. U. (2016, 28 Februari). Kempen besar-besaran perangi dadah tahun ini – TPM. *Berita Harian (Online)*. Diperolehi dari <http://www.bharian.com.my/node/128928>

- Abdullah, M. Y. H. (2002). Merancang Kempen Komunikasi Berasaskan Penilaian Formatif. *Jurnal Komunikasi*, 17, 43 - 56.
- Agensi Antidadah Kebangsaan Kementerian Dalam Negeri. (2017). *MAKLUMAT DADAH 2016*. Diperolehi dari <https://www.adk.gov.my/wp-content/uploads/BUKU-STATISTIK-2016.pdf>.
- Ahmad, Z. A., Baharudin, D. F., Hussin, A. H. M., Zakaria, Z., & Mustafa, M. Z. (2012, 3-6 Mei). Preliminary findings on the use of anti-drug campaigns and communication strategies to increase awareness about the dangers of drug abuse in Malaysia. Kertas kerja Diperolehi dari http://iafor.org/archives/offprints/acss2012-offprints/ACSS2012_0228.pdf
- Atkin, C. K., & Rice, R. E. (2012). Theory and Principles of Public Communication Campaigns. Dalam Rice, R. E., & Atkin, C. K. (Eds.), *Public Communication Campaigns* (4th ed., Chapter 1, pp. 3-19). Thousand Oaks, CA: Sage
- Bakar, S. A. (2018, 9 Oktober). Kanser servik: Tahap kesedaran wanita Malaysia masih rendah. *Utusan Online*. Diperolehi dari <http://www.utusan.com.my/berita/nasional/kanser-servik-tahap-kesedaran-wanita-malaysia-masih-rendah-1.763989>
- Bidmon, S., & Terlutter, R. (2015). Gender differences in searching for health information on the internet and the virtual patient-physician relationship in Germany: exploratory results on how men and women differ and why. *Journal of medical Internet research*, 17(6).
- Dain, R. (2013, 27 Ogos). Kempen kesedaran kesihatan. *Utusan Online*. Diperolehi dari http://www1.utusan.com.my/utusan/Kesihatan/20130827/kn_02/Kempen-kesedaran-kesihatan
- Destiana, I., Salman, A., & Rahim, M. H. A. (2013). Penerimaan Media Sosial: Kajian Dalam Kalangan Pelajar Universiti Di Palembang. *Jurnal Komunikasi*, 29(2), 125-140.
- Hamid, S. A. (2016). Pengaruh Media Massa Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat. e-Bangi: *Journal of Social Sciences and Humanities*, 1, 214-226.
- Ibrahim, M. Y. (2010). *Bimbingan Cepat Analisis Data Penyelidikan Untuk Pendidikan dan Sains Sosial*. Kuantan: Bandar Ilmu.

- Ibrahim, M. Y. (2017). *Sembang Santai Penyelidikan*. Besut: Bandar Ilmu.
- Iklan dadah ketinggalan zaman. (2017, 14 Jun). *Utusan Malaysia*. Diperolehi dari <http://edrugsnews.adk.gov.my/baca/berita/Forum%20Jihad%20Memerangi%20Dadah.pdf>
- Ismail, N. S. (2015, 25 November). Akhbar cetak masih relevan, diperlukan. *Sinar Harian (Online)*. Diperolehi dari <http://www.sinarharian.com.my/nasional/akhbar-cetak-masih-relevan-diperlukan-1.455403>
- KKMM bantu KDN kempen perangi dadah. (2016, 19 Julai). *Sinar Harian (Online)*. Diperolehi dari <http://www.sinarharian.com.my/nasional/kkmm-bantu-kdn-kempen-perangi-dadah-1.543081>
- Litchfield, R. A., & White, K. M. (2006). Young adults' willingness and intentions to use amphetamines: An application of the theory of reasoned action. *E-Journal of Applied Psychology*, 2(1).
- Mahmud, W. A. W., & Pitchan, M. A. B. (2017). Media Baharu dan Institusi Raja di Malaysia: Kes Penghinaan Raja-raja di Media Sosial. *Jurnal Komunikasi*, 33(1), 406-422.
- Malaysian AIDS Council and Malaysia AIDS Foundation. (2017). Snapshot of HIV & AIDS in Malaysia 2016 [Brochure]. Diperolehi dari http://www.mac.org.my/v3/wp-content/uploads/2017/11/Snapshot-of-HIV-AIDS-in-Malaysia-2016_Brochure_31072017-Web.pdf
- Mustafa, S. E., & Hamzah, A. (2011). Media Baharu Yang Baharu: Trend Penggunaan Jaringan Sosial Dalam Kalangan Penggunaan Di Malaysia. *Jurnal Pengajian Media Malaysia*, 13(2), 93-110.
- Rui, J. R., & Stefanone, M. A. (2016). *The desire for fame: An extension of uses and gratifications theory*. *Communication Studies*, 67(4), 399-418.
- Saari, N. A. B., & Mahiyaddin, R. B. (2017). Analisis Linguistik Terhadap Penggunaan Media Sosial Dalam Kalangan Pelajar Di IPTS. *AL-Lisan International Journal for Linguistic & Literary Studies*, 1(1).
- Samad, N. R. A. (2014). *Peranan media dalam melestarikan kasih sayang*. Retrieved from <http://eseminar.dbp.gov.my/wacanakeputeraansultan/kasihayang.pdf>

- Sauffiyani, A. (2017). Kempen Politik Trump: Strategi, Taktik Dan Model Perang Saraf Media. *Jurnal Komunikasi*, 31(1), 294-312.
- Shahid, M. K. (2016). Media baharu gugat masa depan akhbar. *Berita Harian (Online)*. Diperolehi dari <https://www.bharian.com.my/node/112159>
- Snyder, L. B. (2007). Health Communication Campaigns and Their Impact on Behavior. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 39(2), S32 - S40.
- Tambo, T. K. L. (2013, 31 Mac). Media cetak tidak akan hilang ditelan zaman-Kadir Jasin. *Astro Awani (Online)*. Diperolehi dari <http://www.astroawani.com/berita-malaysia/media-cetak-tidak-akan-hilang-ditelan-zaman-kadir-jasin-11163>
- Wakefield, M. A., Loken, B., & Hornik, R. C. (2010). *Use of mass media campaign to change health behavior*. *The Lancet*, 376, 1261 - 1271.
- Yazid, Z. (2017). Industri media perlu berubah agar kekal relevan. *Utusan Online*. Diperolehi dari <http://www.utusan.com.my/berita/nasional/industri-media-perlu-berubah-agar-kekal-relevan-1.548931>

Profil Penulis:

Mohamad Hafifi Jamri

Pusat Pengajian Komunikasi

Universiti Sains Malaysia

mjj16_mas026@student.usm.my

Nurzali Ismail

Pusat Pengajian Komunikasi

KAJIAN KES TERHADAP TAHAP KEMURUNGAN DALAM KALANGAN REMAJA PEREMPUAN: KUPASAN DAN CADANGAN

AINI AZEQA MA'ROF & HASLINDA ABDULLAH

ABSTRAK

Kajian kes ini bertujuan untuk mengenalpasti tahap kemurungan pelajar perempuan di sebuah sekolah menengah di Ampang. Seramai 39 orang pelajar perempuan tingkatan 1 dan tingkatan 2 terlibat dalam kajian ini dimana mereka dipilih berdasarkan laporan dan hasil ujian kaji selidik oleh kaunselor sekolah menggunakan Depression Anxiety Stress Scale (DASS). Hasil tinjauan menunjukkan tahap stress, kebimbangan, dan kemurungan pelajar ini berada pada tahap tinggi serta ada diantara mereka yang berhadapan dengan isu tingkahlaku. Kajian ini seterusnya menggunakan inventori Kemurungan Beck (BDI) untuk melihat secara terperinci tahap kemurungan yang dihadapi oleh para pelajar ini agar bantuan yang lebih terarah dapat diberikan. Dapatan kajian menunjukkan 70% daripada responden berada pada tahap kemurungan yang membimbangkan. Lebih dikhawatiri apabila 6 daripada responden berada pada tahap kemurungan yang serius yang memerlukan rawatan susulan. Keseluruhannya, melalui pemerhatian dan hasil kajian, kemurungan dan isu tingkahlaku dalam kalangan pelajar perempuan di sekolah ini berpunca dari permasalahan keluarga serta mendambakan perhatian orang sekeliling. Oleh itu, intervensi yang bersesuaian dengan tahap kemurungan perlu diberikan dengan isu-isu berkaitan kemurungan dan cadangan intervensi turut dibincangkan.

Kata Kunci: *Kemurungan, Remaja Perempuan, Isu kemurungan, Intervensi,*

ABSTRACT

The case study was aimed at identifying the level of depression among girls in one of the high school in Ampang. A total of 39 Form 1 and Form 2 students involved in this study were selected based on the report and the survey results by the school counselor using the Depression Anxiety Stress Scale (DASS). Survey showed the levels of stress, anxiety, and depression among these students is high and there are also amongst them that facing behavioral issue. This study subsequently uses Beck's depression inventory (BDI) to examine in detail the level of depression faced by these students for more targeted assistance could be provided. The findings show that 70% of the respondents faced depression. It is more fearful that 6 of the respondents are in serious depression levels which need follow-up treatment. Overall, through observations and research findings, depression and behavioural issues among female students in the school caused by family issues and craving for attention from others. Therefore, appropriate intervention with depression levels should be provided with issues related to depression and intervention suggestions are also discussed.

Key words: Depression, Girl adolescent, Depression issues, Interventions

PENGENALAN

Kemurungan adalah gangguan mental, yang dicirikan oleh kesedihan yang berterusan dan hilang minat dalam melakukan aktiviti yang menjadi kebiasaan disebabkan ketidakupayaan dalam bertingkah laku dengan sewajarnya. Sebagaimana yang dilaporkan oleh Organisasi Kesihatan Sedunia (WHO, 2018), kemurungan dikategorikan sebagai satu penyakit yang biasa dihadapi oleh masyarakat seluruh dunia, dengan lebih daripada 300 juta orang berhadapan dengan gejala ini. Kemurungan adalah berbeza dengan keadaan emosi yang turun naik atau tindak balas emosi terhadap sesuatu cabaran dalam kehidupan. Namun, apabila emosi ini tidak dikawal, ia akan membawa kepada kemurungan tahap sederhana malahan tinggi, dan seterusnya boleh mendatangkan masalah kesihatan yang serius. Kemurungan jika tidak dibendung dari awal boleh menyebabkan individu menderita dan tidak dapat berfungsi dengan baik samada di sekolah atau di tempat kerja. Individu yang mengalami kemurungan biasanya mempunyai beberapa simptom seperti: kehilangan tenaga, perubahan selera makan, tidur yang tidak lena, berasa cemas tanpa sebab, kurang daya tumpuan, gelisah, rasa diri tidak berharga, putus asa, dan seterusnya boleh membawa kepada kecenderungan untuk mencederakan diri. Lebih serius lagi, kemurungan boleh menjadi penyebab kepada bunuh diri. Laporan dari WHO (2018), hampir setiap tahun 800,000 dilaporkan mati akibat bunuh diri dan majoritinya berusia di antara 15-29 tahun. Bunuh diri juga adalah punca kematian kedua tertinggi didunia selepas kemalangan jalan raya, dan kebanyakannya adalah berpunca dari kemurungan.

Kemurungan bukan sahaja berlaku kepada orang dewasa, malahan kanak-kanak dan remaja juga tededah kepada gejala kemurungan. Dilaporkan, 20% remaja mengalami kemurungan sebelum menginjak ke alam dewasa (Borchard, 2016). Kemurungan boleh mendatangkan kesan negatif kepada golongan usia ini seperti perencatan pertumbuhan dan perkembangan individu, prestasi sekolah merundum, masalah dalam hubungan dengan rakan sebaya dan kekeluargaan. Dari sudut bioperubatan dan psikososial, antara faktor-faktor yang membawa risiko seseorang untuk menghadapi kemurungan adalah termasuk sejarah keluarga yang pernah mengalami kemurungan, kanak-kanak yang terabai atau didera, peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, dan sakit kronik seperti penderita kanser (Bhatia & Bhatia, 2007). Kriteria diagnostik bagi kemurungan pada remaja adalah sama sebagaimana orang dewasa. Walaubagaimanapun, perbezaannya adalah dari sudut bagaimana mereka mengenalpasti simptom kemurungan berdasarkan peringkat perkembangan. Disini, kanak-kanak dan remaja mungkin mengalami kesukaran mengenalpasti dan menggambarkan

keadaan emosi dalaman berbanding orang dewasa.

Kemurungan juga selalunya dikaitkan dengan kecelaruan mental yang lain. Dilaporkan dua pertiga daripada kanak-kanak dan remaja yang mengalami masalah kemurungan yang tinggi turut didiagnosis mengalami masalah kemurungan yang berpanjangan, kebimbangan, kurang daya tumpuan atau hiperaktif, dan cenderung untuk menggunakan bahan-bahan yang terlarang seperti pengambilan dadah (Angold, Costello, & Erkanli, 1999). Kecelaruan-kecelaruan yang datang bersama dengan kemurungan ini perlu diambil berat dan diberi perhatian supaya rawatan yang bersesuaian dengan jenis kecelaruan dapat diberikan (Merikangas, Ames, Stang, *et al.*, 2007). Disini, adalah penting bagi pegawai kesihatan mengenalpasti jenis kecelaruan agar masalah kecelaruan utama dapat diatasi.

Tambahan lagi, kemurungan bukan sahaja boleh berlaku ke atas setiap lapisan usia, tetapi juga tidak kira jantina samada lelaki mahupun wanita. Namun demikian, kajian menunjukkan bahawa remaja perempuan lebih terdedah kepada gejala kemurungan berbanding lelaki. Dilaporkan bahawa remaja perempuan adalah 2 hingga 3 kali lebih tinggi untuk berhadapan dengan kemurungan dan lebih daripada dua pertiga yang mengambil ubat antidepresan adalah juga terdiri daripada golongan wanita (Bhatia & Bhatia, 2007; Borchard, 2016). Oleh itu, fokus kajian adalah terhadap pelajar perempuan yang telah dikenalpasti oleh kaunselor sekolah sebagai mengalami masalah kemurungan serta pelbagai isu berkaitan mencederakan diri dan kebimbangan yang tinggi.

SOROTAN LITERATUR

Dilaporkan pada setiap sela masa, 15% daripada populasi remaja mempunyai gejala kemurungan. 5% daripada 9 hingga 17 tahun memenuhi kriteria bagi kemurungan tahap serius (Shaffer, Gould, Fisher, *et al.*, 1996; Birmaher, Ryan, Williamson, *et al.*, 1996). Kemurungan dijangka menjadi penyebab utama kecelaruan yang berlaku dalam aktiviti seharian dan ia menjadi masalah bagi setiap lapisan masyarakat dunia (Wang, Lin, Leung, & Schooling, 2016), dengan dua kali ganda wanita dijangka mengalami masalah kemurungan tahap serius sepanjang hidup mereka berbanding lelaki (Whiteford, Degenhardt, Rehm *et al.*, 2013; Baxter, Scott, Ferrari *et al.*, 2014).

Perbezaan antara risiko kemurungan bagi wanita berbanding lelaki secara globalnya adalah disebabkan perbezaan biologi dan seks, dan tidak berkait rapat dengan faktor kaum, budaya, diet, pendidikan, mahupun sosial dan ekonomi (Albert, 2015). Tiada bukti yang jelas yang menunjukkan perbezaan status ekonomi antara lelaki dan wanita yang

menjadi penyebab kemurungan lebih tinggi dalam kalangan wanita (Rai, Zitko, Jones, Lynch, & Araya, 2013). Walaupun kemurungan adalah dua kali ganda lebih tinggi dalam kalangan remaja dan belia wanita berbanding lelaki (umur 14-25 tahun), namun demikian, nisbah ini menurun dengan faktor usia (Patten, Wang, Williams, *et al.*, 2006).

Faktor penyebab kemurungan antara lelaki dan wanita juga dibezakan dari segi sudut pandang sesuatu isu. Faktor dalaman seringkali dilihat sebagai penyebab utama kemurungan dalam kalangan wanita manakala lelaki adalah kepada faktor luaran (Bartels, Cacioppo, van Beijsterveldt, & Boomsma, 2013). Sebagai contoh, dalam mengkaji kembar tidak seiras, wanita menunjukkan keprihatinan terhadap hubungan interpersonal, manakala lelaki menunjukkan perhatian lebih tinggi terhadap kerjaya dan lebih berorientasikan matlamat (Kendler & Gardner, 2014). Dari sudut biologi, wanita juga terdedah dengan gejala-gejala yang boleh membawa kepada kemurungan seperti gangguan kitaran haidh yang tidak teratur, kemurungan selepas bersalin, serta gangguan monopos atau putus haidh yang diikuti dengan kebimbangan yang tidak terkawal. Gejala-gejala ini berhubungkait dengan perubahan hormon ovari dan menjadi penyumbang kepada peningkatan kemurungan dalam kalangan wanita (Albert, 2015). Walaupun demikian, kanak-kanak perempuan dan kanak-kanak lelaki sebelum akil baligh mempunyai aras kemurungan yang sama; dan kadarnya mungkin lebih tinggi dalam kanak-kanak lelaki berbanding perempuan (Cyranowski, Frank, Young, & Shear, 2000). Justeru, faktor tersirat yang menjadi punca utama kepada kemurungan tinggi dalam kalangan wanita masih tidak jelas; oleh itu, rawatan khusus terhadap wanita yang mengalami gejala ini masih belum di kaji.

Di Malaysia, kemurungan dalam kalangan remaja terutamanya remaja perempuan sangat membimbangkan. Sebagaimana hasil laporan daripada Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (2017), sebuah platform kajian dibawah Kementerian Kesihatan Malaysia dalam memantau tahap kesihatan berdasarkan populasi di Malaysia, hasil tinjauan menunjukkan 1 daripada 5 orang remaja cenderung untuk mengalami kemurungan dan 17.7% adalah remaja perempuan dan 18.9% adalah remaja lelaki. Peratusan tertinggi berdasarkan kaum dilaporkan berlaku pada remaja India iaitu 33%, diikuti remaja Cina, 21%, dan remaja Melayu, 16%. Kajian ini berdasarkan DASS-21 yang mengukur tahap kemurungan, kebimbangan, dan stress individu. Namun demikian, bagi jenis-jenis kecelaruan yang lain seperti kebimbangan dan stress, pelajar perempuan mendahului carta dengan menunjukkan 5.2% dan 1.4% lebih tinggi berbanding pelajar lelaki bagi setiap kecelaruan. Ini penting untuk diamati kerana gejala kebimbangan dan stress tanpa kawalan boleh menjurus kepada kemurungan di kemudian hari.

Apa yang membimbangkan ialah kemurungan bukan sahaja mendatangkan kecelaruan kepada emosi dan pemikiran, malahan jika tidak dikawal dari awal boleh membawa kepada tingkahlaku bunuh diri. Dalam Persidangan Perubatan Psikologi Malaysia (MCPM) ke-21 di Kuching, Profesor Nor Zuraida Zainal – Presiden Persatuan Psikiatri Malaysia (MPA) mendedahkan antara faktor yang mendorong individu membunuh diri ialah disebabkan kemurungan. Beliau juga mendedahkan daripada 2,000 rakyat Malaysia yang membunuh diri, majoritinya adalah golongan muda. Dalam satu kenyataan akhbar pada September 2016, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mendedahkan antara faktor yang menyumbang kepada kemurungan terutamanya dalam kalangan remaja adalah masalah keluarga, krisis kewangan, konsep sendiri yang rendah, buli, prestasi akademik yang rendah, orientasi seksual, dan juga pernah menjadi mangsa penganiayaan fizikal atau seksual.

Lazimnya, meleraikan simptom kemurungan dalam kalangan remaja adalah sukar berbanding orang dewasa. Remaja berhadapan dengan proses perubahan hormon yang menyebabkan emosi seringkali terganggu. Ini menyumbang kepada kesukaran kaunselor atau ahli terapi untuk mendapatkan petunjuk yang sewajarnya akibat daripada perbezaan yang kecil antara kecenderungan genetik kearah kemurungan atau ia hanya perubahan emosi yang sementara disebabkan perubahan situasi sesuatu tempat atau isu. Oleh yang demikian, kajian yang dijalankan ini adalah bagi mengenalpasti tahap kemurungan yang dihadapi oleh remaja, khususnya perempuan, bagi menentukan kedudukan tahap kemurungan supaya intervensi dan pengukuhan yang bersesuaian boleh diberikan.

METODOLOGI KAJIAN

Reka Bentuk Kajian

Kajian ini adalah suatu kajian kuantitatif dengan reka bentuk kajian kes. Kajian kes adalah satu penyiasatan yang intensif dan sistematik terhadap individu, kumpulan, komuniti, atau unit sosial lain di mana penyelidik meneliti secara mendalam dan terperinci akan sesuatu konteks. Dalam kajian ini, pelajar perempuan sesi petang yang dikenalpasti oleh kaunselor sekolah berhadapan dengan kemurungan dengan menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)* serta beberapa isu tingkahlaku telah dikumpulkan bagi mengikuti satu sesi bersama penceramah berhubung konsep “Menghargai Diri”.

Prosedur Kajian

Data dikumpul menggunakan soal selidik inventori Kemurungan Beck (BDI). Sebanyak 182 kajian berkaitan kemurungan yang telah dijalankan, 114 kajian dilaporkan menggunakan BDI (Ponterotto, Pace, & Kavan, 1989). Inventori ini mengukur sikap dan gejala kemurungan dengan

mengklasifikasikan kepada 6 tahap kemurungan (Beck, *et al.*, 1961) iaitu (1) normal, (2) gangguan perasaan yang ringan, (3) sempadan kemurungan klinikal, (4) kemurungan yang sederhana, (5) kemurungan yang serius, dan (6) kemurungan yang sangat serius. Penggunaan BDI bersesuaian dengan latarbelakang responden yang sudah dikenalpasti dari peringkat awal mempunyai simptom-simptom kemurungan, pengurusan emosi, dan isu tingkahlaku devian berdasarkan hasil saringan awal dengan menggunakan DASS berbanding rakan sekolah yang lain. Soal selidik telah diedarkan dan dikutip semula sebelum sesi ceramah bermula bagi mengelakkan adanya pengaruh luaran jika diedarkan sebelum sesi ceramah. Data dianalisis bagi melihat tahap kemurungan yang dihadapi oleh pelajar. Tahap kemurungan pelajar penting diketahui bagi mengenalpasti tahap sebenar kemurungan pelajar supaya sesi kaunseling atau rawatan susulan yang bersesuaian dapat diberikan. Contoh soalan dari BDI adalah seperti sejauhmana individu rasa bersalah terhadap diri dan perasaan kegagalan dan keputusasaan dalam diri sehingga mempengaruhi kemampuan untuk membuat keputusan untuk diri sendiri.

DAPATAN KAJIAN

Latar Belakang Pelajar

Jadual 1 memperincikan maklumat berhubung latarbelakang pelajar perempuan yang terlibat dalam kajian ini. Seramai 39 orang pelajar yang terdiri daripada 18 orang dari tingkatan 1 dan 21 orang dari tingkatan 2 terlibat dalam kajian ini. Berdasarkan kedudukan kelas, majoriti pelajar adalah dari kelas B iaitu kelas 5 terendah (33 orang) manakala 6 orang pelajar adalah dari kelas A iaitu kelas 5 teratas. Dari konteks bilangan adik beradik, 3 orang pelajar melaporkan mempunyai bilangan adik beradik kurang dari 2, manakala 24 orang pelajar melaporkan mempunyai 3-5 orang adik beradik, dan selebihnya 6 orang adik beradik ke atas.

Melihat kepada status perkahwinan ibu bapa, seramai tujuh (7) pelajar melaporkan ibu bapa mereka telah bercerai dan lima (5) ibu bapa tidak lagi tinggal bersama dan selebihnya masih dalam perkahwinan. Dari segi pekerjaan ibubapa, majoriti pekerjaan bapa pelajar dikategorikan dibawah bekerja sendiri. Hanya sebilangan kecil dari bapa pelajar yang berkhidmat dalam perkhidmatan awam atau swasta sebagai tentera, juruteknik, dan rela/pengawal. Manakala bagi pekerjaan ibu, majoriti adalah suri rumah dengan sebilangan besar yang berkerja adalah sebagai pembantu kedai dan pengasuh. Disini boleh dirumuskan bahawa majoriti pekerjaan ibubapa pelajar adalah dalam lingkungan status sosioekonomi rendah dengan berpendapatan dalam skala yang kecil.

Jadual 1 Latarbelakang responden

Latar belakang pelajar	Bilangan pelajar		
Umur		Bilangan adik beradik	
13 tahun	18	1-2 orang	3
14 tahun	21	3-5 orang	24
		6 ke atas	12
Kaum		Status perkahwinan ibu bapa	
Melayu	32	Berkahwin	26
Cina	7	Bercerai	7
Indian	-	Tidak tinggal bersama	5
Kelas			
A*	6		
B*	33		
		Pekerjaan (bil)	
Pekerjaan bapa		Berniaga (2), bawa van sekolah (2), pengawal/rela (3), buruh (5), pemandu lori (4), pemandu teksi (3), juruteknik (2), tentera (1), pelumba kuda (1)	
Pekerjaan ibu		Eksekutif (1), peniaga (1), pengasuh (3), jurutera (1), kerani (1), kilang (1), pembantu cafi (2), pencuci (1), pengurus (1), promoter (3), tukang masak (1), suri rumah (15)	

Nota:

Kelas A: Kelas 5 teratas

Kelas B: Kelas 5 terbawah

Jadual 2 Tahap kemurungan pelajar berdasarkan Inventori Kemurungan Beck (BDI)

Tahap kemurungan	Bilangan pelajar
Tahap 1: Normal	8
Tahap 2: Gangguan perasaan yang ringan	6
Tahap 3: Sempadan kemurungan klinikal	5
Tahap 4: Kemurungan yang sederhana	14
Tahap 5: Kemurungan yang serius	6
Tahap 6: Kemurungan yang melampau	0
Jumlah keseluruhan	39

Berdasarkan Jadual 2 di atas, keputusan menunjukkan seramai 14 orang pelajar mempunyai tahap kemurungan yang normal dan gangguan perasaan yang ringan. Pelajar-pelajar ini diklasifikasikan sebagai mempunyai episod sedih yang dialami oleh kebanyakan remaja yang normal. Perasaan sedih

dan kekusutan yang dialami hanyalah sementara dan boleh diatasi dengan melakukan aktiviti-aktiviti ringan seperti beriadah, menonton television, mendengar muzik atau melakukan apa jua aktiviti yang diminati yang boleh mengalihkan perhatian dari perasaan sedih. Selalunya individu yang mengalami perasaan ini berhadapan dengan isu semasa yang akan berakhir dalam jangka masa yang pendek.

Berbanding dengan kemurungan yang kemungkinan disebabkan oleh peristiwa lampau atau semasa yang tidak diurus dengan sebaiknya, ia akan membawa kepada kesan jangka panjang seperti gangguan tidur, kesedihan yang tidak berkesudahan, kekosongan, keputusasaan dan kecelaruan emosi yang tidak stabil. Berdasarkan hasil kajian, seramai 5 orang pelajar melaporkan berada pada tahap sempadan kemurungan klinikal ini dan 14 orang mengalami kemurungan tahap sederhana. Keputusan ini agak membimbangkan kerana jika pelajar terus pendam dan tidak cuba untuk berhadapan atau mengatasi isu yang dihadapi, ia boleh membawa kepada tahap kemurungan yang serius.

Manakala yang lebih membimbangkan, seramai 6 orang pelajar dilaporkan berhadapan dengan tahap kemurungan yang serius. Pelajar yang berada pada tahap ini selalunya lebih suka menyendiri, jiwanya kosong, air mata akan mengalir tanpa sebab-sebab yang tertentu, berasa lesu dan letih dan diikuti dengan simptom-simptom lainnya. Memandangkan kemurungan boleh sahaja berlaku kepada setiap individu tidak kira latarbelakang, oleh itu ia agak membimbangkan kerana ada diantara pelajar yang berada pada tahap ini adalah dalam kalangan pelajar yang cemerlang. Jika ia dibiarkan berterusan tanpa cuba berhadapan dengan isu yang sedang dialami oleh pelajar atau penggunaan rawatan susulan yang salah, ia boleh membawa kepada tindakan luar kawalan yang boleh mencederakan diri. Terutamanya pada tahap ini, individu berada pada tahap emosi yang sangat rapuh dan minda luar kawalan. Oleh itu adalah penting dalam mengenalpasti tahap kemurungan setiap individu agar rawatan yang bersesuaian atau sesi kaunseling boleh diberikan dan bantuan yang menyeluruh boleh disediakan.

PERBINCANGAN

Kemurungan dan kebimbangan yang melampau berkait rapat dengan mencederakan diri (Moran, Coffey, Romaniuk, *et al.*, 2012; Mars, Heron, Crane, *et al.*, 2014). Walaupun mencederakan diri tidak selalunya disebabkan oleh kemurungan, namun ia merupakan salah satu faktor penyebab kepada tindakan tersebut. Kajian melaporkan, kecederaan diri dalam kalangan remaja perempuan yang berusia antara 13 – 16 tahun adalah jauh lebih tinggi berbanding remaja lelaki (Morgan, Webb, Carr, Green, *et al.*, 2017). Ini disebabkan pelajar perempuan menganggap dengan

mencederakan diri adalah salah satu cara untuk mengurangkan kesakitan, kesedihan, stress, atau kemarahan yang dialami. Malahan ada yang menyatakan bahawa tindakan tersebut adalah cara untuk menggambarkan perasaannya dan mengeluarkan segala kesakitan yang terbuku dalam hati. Oleh itu, segala bentuk tahap kemurungan perlu diambil serius kerana jika tidak dibendung atau disalurkan dengan cara yang betul boleh menjurus individu untuk bertingklahku mencederakan diri malahan bunuh diri.

Hasil daripada kajian ini yang bertujuan melihat tahap kemurungan yang dipandu berdasarkan pemikiran dan kognitif pelajar dengan penggunaan inventori Beck, lebih daripada separuh pelajar dilihat sebagai mempunyai aras kemurungan yang ringan dan sederhana. Walaupun penggunaan inventori Beck atau apa jua jenis instrumentasi mempunyai limitasi dari sudut kecenderungan pelajar untuk memperbesarkan-besarkan isu perasaan yang dialami atau meminimakan perasaan kemurungan disebabkan memikirkan jangkaan sosial berhubung dirinya, namun demikian, soal selidik ini dapat memberi gambaran asas berhubung apa yang dirasai oleh pelajar ketika itu. Malahan, pelajar yang terlibat dalam kajian ini telah disaring terlebih dahulu dan dikenalpasti berhadapan dengan beberapa isu tingklahku yang agak serius seperti kelar tangan, tidak berminat dalam pelajaran, ponteng sekolah serta mempunyai tahap kemurungan yang agak tinggi.

Kemurungan terjadi tidak kira latarbelakang mahupun tahap pendidikan individu. Daripada hasil kajian, terdapat juga dalam kalangan pelajar yang mempunyai reputasi akademik yang baik turut berhadapan dengan kemurungan tahap serius. Dari hasil pemerhatian, pelajar-pelajar dari kelas A ini berhadapan dengan emosi yang tidak terkawal dan dipamerkan melalui tingklahku mendiamkan diri, termenung dengan pandangan kosong, serta mudah mengalirkan air mata tanpa sebab-sebab tertentu. Bagi pelajar yang mengalami masalah tingklahku, majoriti daripada mereka adalah dari kelas B dan dipamerkan melalui kemarahan kepada individu-individu tertentu atau mudah tersentuh dengan usikan rakan-rakan. Tetapi secara keseluruhannya pergolakan atau konflik dengan ibu bapa atau permasalahan keluarga dilihat sebagai faktor utama isu tingklahku dan kemurungan dalam kalangan pelajar perempuan ini. Ada diantara mereka dilihat masih memendamkan isu yang dihadapi dan perlukan penerokaan yang lebih mendalam oleh kauselor sekolah serta ada juga diantara mereka yang dilihat lebih bermatlamat. Oleh itu, melalui pemerhatian dan pengenalpastian tahap kemurungan adalah penting bagi menyediakan kaunselor dan pihak sekolah maklumat yang khusus agar rawatan dan tindakan susulan yang bersesuaian dapat dikenalpasti dan diberikan agar kemurungan tidak merebak ke tahap yang lebih serius.

Isu-isu berbangkit berkaitan kemurungan

Individu yang berhadapan dengan kemurungan selalunya tidak menyedari mereka mengalami masalah tersebut. Lebih membimbangkan apabila individu yang didiagnosis sebagai murung berhadapan dengan tahap kemurungan yang serius berbanding apa yang difikirkan. Walaupun individu sedia maklum mengalami kemurungan, kurang daripada separuh (kurang dari 10% yang maklum) yang mengetahui jenis rawatan yang bersesuaian untuk mengatasi kemurungan (WHO, 2018). Halangan ini disebabkan oleh beberapa faktor. Diantaranya ialah kekurangan sumber maklumat berkaitan kemurungan, kekurangan pengamal perubatan yang terlatih, stigma sosial yang mengaitkan kemurungan dengan kecelaruan mental, serta penafsiran yang kurang tepat berhubung tahap kemurungan individu. Di kebanyakan Negara di dunia, individu yang mengalami kemurungan sering disalah diagnosis/tidak didiagnosis dengan betul. Terdapat juga kes dimana individu yang tidak mengalami kemurungan disalah diagnosis dan diberikan ubat antidepresan yang pengambilan secara berlebihan tanpa kawalan boleh mendatangkan mudarat kepada kesihatan individu seperti sembelit, meningkatkan selera makan, insomnia atau kesukaran untuk tidur dan keletihan.

Perkara yang lebih membimbangkan adalah lebih daripada 70 peratus kanak-kanak dan remaja mengalami gangguan mood yang serius tidak menerima diagnosis dan rawatan yang bersesuaian (O'Connor, Lewandowski, Rodriguez, *et al.*, 2016). Walaupun kemurungan adalah sesuatu yang dianggap biasa dan boleh dihidapi oleh setiap lapisan umur, masalah kemurungan masih tidak diambil serius dan tidak dirawat. Oleh itu, sebagaimana yang dicadangkan oleh WHO, terdapat keperluan untuk membuka dialog dalam menangani stigma negatif yang berkaitan dengan permasalahan ini. Walaupun kemurungan boleh dirawat dan dihalang, sekurang-kurangnya 75% daripada individu yang menderita kemurungan yang serius tidak menerima rawatan yang mencukupi atau bersesuaian. Walaubagaimanapun, menurut Pengarah Serantau WHO Europe, Dr Zsuzsanna Jakab, ini tidak hanya tertumpu kepada penambahan bilangan perkhidmatan, namun juga untuk meningkatkan kesedaran serta membina pemahaman dan mengurangkan stigma dalam kalangan masyarakat. Kempen utama WHO kini adalah dalam memberitahu orang ramai tentang akibat dan pengurusan kemurungan, dan bagaimana cara memberi sokongan kepada individu yang mengalami kemurungan. Oleh itu, bukan sahaja bercakap mengenai kemurungan adalah penting tetapi juga proses memahamkan masyarakat sekeliling akan gejala kemurungan itu juga penting supaya ada sistem sokongan yang membantu antara satu sama lain.

Walaupun perkhidmatan dalam mengatasi kemurungan wujud, namun kebanyakan daripada mereka yang mengalami gejala kemurungan

seringkali mengelak dan menanggung rawatan disebabkan ketakutan akan prasangka dan diskriminasi dari masyarakat. Oleh itu, selain dari masih kurangnya perbelanjaan yang diperuntukkan oleh kerajaan dalam menangani isu ini, budaya prasangka buruk dan diskriminasi ini menyumbang kepada pembentukan jurang yang besar dalam mendiagnosis dan memberi rawatan. Hasilnya, hanya sebahagian kecil daripada individu yang mengalami kemurungan menerima bantuan yang sewajarnya. Justeru itu, kebimbangan terhadap jumlah peningkatan kemurungan dalam kalangan masyarakat terutamanya remaja, cadangan intervensi serta bantuan yang menyeluruh perlu diperkasakan dalam mengatasi gejala ini.

Cadangan Intervensi

Kemurungan walaupun bersifat jangka masa panjang, namun ia adalah suatu penyakit yang boleh dirawat. Walaupun adakalanya ia mengambil masa yang lama untuk penyesuaian sendiri, tetapi ia adalah suatu yang normal dan ada turun naiknya. Dalam merawat kemurungan, tiada istilah rawatan “satu saiz bersesuaian dengan semua”. Apa yang bersesuaian dengan seorang individu tidak semestinya bersesuaian dengan individu yang lain. Cara yang terbaik untuk merawat kemurungan ialah mengetahui segala jenis pilihan rawatan yang tersedia ada dan selarikan dengan keperluan dan kesesuaian diri.

Diantara tindakan awal apabila berhadapan dengan kemurungan ialah dengan mengenalpasti secara menyeluruh penyebab kepada kemurungan yang dihadapi. Apakah penyebab kemurungan, adakah ia disebabkan faktor perubahan atau faktor persekitaran, cara hidup dan isu-isu semasa yang sedang dihadapi. Ini adalah penting untuk dikenalpasti agar rawatan susulan yang bersesuaian dengan situasi dan tahap kemurungan boleh diberikan. Namun, dalam mengenalpasti jenis rawatan yang bersesuaian, ia mengambil masa. Terdapat individu yang selesa untuk menyuarakan apa yang dihadapinya kepada kaunselor atau ahli terapi. Namun, terdapat juga individu yang memilih untuk mengambil ubat antidepresan, tetapi kemudiannya mengetahui bahawa dengan hanya berjalan kaki selama 30 minit setiap hari mampu mengurangkan tahap kemurungannya. Dalam hal ini, individu perlu terbuka untuk perubahan dan melakukan kajian terhadap rawatan yang dirasakan bersesuaian dengan dirinya.

Berinteraksi adalah salah satu rawatan yang secara tidak langsung dapat mengurangkan bebanan yang ditanggung dalam diri. Kadangkala dengan hanya menyuarakan perasaan atau kesedihan yang dialami, ia dapat membantu individu mencapai kelegaan tanpa perlu rawatan lain. Disini, pihak yang mendengar perlulah peka dan menjadi pendengar yang baik kerana individu yang mengalami kemurungan hanya mahu isu mereka didengari tanpa mahu mendapatkan penyelesaian kepada isu mereka.

Pendengar ini selalunya ada seseroang yang signifikan dan dipercayai seperti rakan, ahli keluarga, dan ahli terapi atau kaunselor. Oleh itu, penting bagi masyarakat sekeliling untuk peka dan prihatin akan setiap isu disekeliling mereka tanpa meletakkan apa jua stigma yang berbaur kecaman.

Selain dari interaksi, mereka yang mengalami kemurungan tahap ringan boleh juga mengurangkan tahap kemurungan dengan melakukan aktiviti-aktiviti yang mereka gemari seperti bersukan, melancong, atau memasak. Ini penting bagi mengelakkan individu daripada berterusan dalam keadaan bersedih atau terlampau memikirkan isu yang dihadapi. Ia tidak membawa maksud melarikan diri dari isu yang dihadapi, tetapi ia membantu dalam mengurangkan tekanan dan bebanan dalam minda dimana individu cenderung untuk memikirkan kesan negatif daripada permasalahan yang dihadapi jika berada dalam keadaan statik. Malahan, dengan teknologi terkini, terdapat juga aplikasi dalam talian yang boleh didapati dalam membantu individu yang mengalami kemurungan. Aplikasi seperti *What's Up*, *Insight Timer*, *Happify* dan *Anxiety Reliver* boleh dimuat turun untuk digunakan bagi memantau tahap emosi individu serta menyediakan pelbagai cadangan aktiviti yang boleh dilakukan oleh individu dalam mengawal emosi yang dihadapi.

Bagi individu yang mengalami tahap kemurungan yang ringan dan sederhana, mendapatkan bantuan mereka yang profesional adalah penting. Sebagaimana dalam konteks kajian ini, iaitu pelajar sekolah, mendapatkan bantuan kaunselor sekolah berhubung kemurungan yang dihadapi boleh membantu dalam mendapatkan pilihan-pilihan yang bersesuaian untuk menghadapi isu yang dihadapi. Selalunya mereka yang mengalami kemurungan berada dalam keadaan buntu dan tidak dapat membuat keputusan. Dengan mendapatkan bantuan pakar, ia dapat membantu dalam mengurangkan kekusutan yang dialami dan mendapat pencerahan kepada isu yang sedang dihadapi. Terdapat juga dalam kalangan pelajar yang menolak sesi kaunseling bersama kaunselor, oleh itu pembentukan kaunseling kelompok bersama rakan sebaya mungkin membantu dalam merungkaikan isu yang dihadapi oleh pelajar dan membantunya untuk bersuara. Disini, kaunselor yang menjadi orang kepercayaan di sekolah memainkan peranan dan tanggungjawab yang besar dalam membantu para pelajar yang mengalami kemurungan. Dengan adanya kaunselor yang cekap, kreatif, dan proaktif di sekolah, ia dapat membantu dalam memantau perkembangan sendiri pelajar dan melahirkan pelajar yang aktif dan cerdas.

Terapi yang diambil oleh kaunselor atau ahli terapi juga memainkan peranan yang sangat penting dalam mengenalpasti dan membantu individu yang mengalami kemurungan. Dalam berhadapan dengan isu kecelaruan

mental, terapi kognitif tingkahlaku (CBT) dikenalpasti sebagai suatu bentuk pendekatan yang sangat membantu dalam merungkaikan kekusutan yang dihadapi oleh mangsa kemurungan. Konsep CBT ialah pemikiran, perasaan, sensasi fizikal, dan tindakan saling berhubung. Menurut CBT, individu mengalami kecelaruan disebabkan pemikiran dan perasaan yang negatif berputar dalam satu “kitaran ganas” yang membuatkan seseorang itu tersekat dalam kitaran itu dan tidak boleh membuat keputusan dengan rasional. Disini, CBT membantu dengan merungkaikan dan mengubah pola negatif yang sedang dialami oleh individu untuk memperbaiki cara mereka berhadapan dengan isu tertentu. Tidak seperti beberapa rawatan yang lain, CBT berurusan dengan isu semasa individu, dan tidak memberi tumpuan kepada isu masa lalu. CBT mencari cara yang praktikal untuk memperbaiki tahap minda individu supaya dapat bertindak dengan rasional. Sebagai contoh, CBT membantu individu untuk mengatasi pemikiran yang negatif dengan menyediakan landasan untuk mencabar perasaan keputusasaan kepada suatu pemikiran yang positif. Kebiasaannya CBT dilaksanakan oleh ahli terapi dan kaunselor yang bertauliah dan menagmbil masa sekurang-kurangnya 6 sehingga 8 sesi terapi atau kaunseling.

Bagi individu yang mengalami kemurungan tahap serius, kebiasaannya mereka yang didiagnosis berada pada tahap ini diberi preskripsi oleh ahli klinikal bagi mendapatkan ubat antidepresan. Rata-rata isu yang dihadapi adalah golongan muda yang mengalami kemurungan pada usia puncak kemurungan (14-25 tahun) selalunya tidak menerima rawatan antidepresan sehingga bertahun-tahun selepas itu (>45 tahun) (Pearson, Janz, & Ali, 2013). Kelewatan pemberian ubat ini boleh menyumbang kepada tahap kemurungan yang lebih serius semasa remaja dan belia serta penyumbang kepada fokus kajian berhubung kemurungan dalam kalangan remaja dan belia berbanding kajian yang menunjukkan perbezaan antara pesakit yang dirawat dan tidak dirawat – dimana ia adalah lebih penting untuk memupuk kesedaran akan pentingnya mendapatkan rawatan dari awal. Kelewatan dalam memberi rawatan juga berkait dengan stigma negatif masyarakat serta kegagalan dalam mengenalpasti kemurungan semasa peringkat remaja. Oleh itu, program antistigma dan subjek berhubung kepekaan terhadap isu kecelaruan mental yang disasarkan kepada belia secara tidak langsung boleh membantu dalam mengurangkan kemurungan dalam kumpulan umur ini (Kutcher, Bagnell, & Wei, 2015). Justeru, apa jua tahap kemurungan individu, ia perlulah bermula dengan penyuaan atau mengenalpasti alternatif atau pendekatan terapi yang bersesuaian dengan individu tersebut.

KESIMPULAN

Setiap individu terdedah kepada kemurungan, tidak kira jantina dan usia. Namun, remaja perempuan dilihat mendominasi kedudukan tertinggi

yang terdedah kepada kemurungan disebabkan oleh beberapa faktor seperti biologi, persekitaran, pemikiran dan cara berhadapan dengan perasaan. Kita sedia maklum bahawa kemurungan mengambil masa yang lama untuk dirawat dengan mengambil kira penyesuaian dan penerimaan individu yang mengalami kemurungan akan jenis rawatan yang bersesuaian dengan diri mereka. Oleh itu, setiap lapisan masyarakat perlulah prihatin dan peka akan isu kesihatan mental ini kerana jika tidak diurus dengan baik boleh menyebabkan sehingga kehilangan nyawa. Segala bentuk stigma negatif perlulah dihentikan dan bantuan serta kesedaran menyeluruh akan isu kemurungan perlulah disebarluaskan terutamanya kehidupan masa kini yang menuntut persaingan dan cabaran, sesiapa sahaja terdedah dengan kemurungan.

RUJUKAN

- Albert, P. R. (2015). Why is depression more prevalent in women? *Journal of Psychiatry & Neuroscience*, 40(4), 219-221.
- Angold, A., Costello, E. J., & Erkanli, A. (1999). Comorbidity. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 40, 57-87.
- Batels, M., Cacioppo, J. T., van Beijsterveldt, T. C., & Boomsma, D. I. (2013). *Exploring the association between well-being and psychopathology in adolescents*. *Behaviour Genetics*, 43(3), 177-90.
- Baxter, A. J., Scott, K. M., Ferrari, A. J., Norman, R. E., Vos, T., & Whiteford, H. A. (2014). *Challenging the myth of an "epidemic" of common mental disorders: Trends in the global prevalence of anxiety and depression between 1990 and 2010*. *Depress Anxiety*, 31(6), 506-16.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). *An inventory for measuring depression*. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Bhatia, S. K., & Bhatia, S. C. (2007). *Childhood and adolescent depression*. *American Family Physicians*, 75(1), 73-80.
- Birmaher, B., Ryan, N. D., Williamson, D. E., Brent, D. A., Kaufman, J., Dahl, R. E., et al. (1996). Childhood and adolescent depression: a review of the past 10 years. Part 1. *Journal of American Academy Child Adolescent Psychiatry*, 35, 1427-39.
- Borchard, T. J. (2016, June 3). *Why are so many teens depressed?* Dicapai dari <https://psychcentral.com/blog/why-are-so-many-teens-depressed/>

- Cyranowski, J. M., Frank, E., Young, E., & Shear, M. K. (2000). *Adolescent onset of the gender difference in lifetime rates of major depression: a theoretical model*. *Archives of Genetic Psychiatry*, 57(1), 21-27.
- Kementerian Kesihatan Malaysia (2017, Januari 21). *Kajian Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan 2017*. Dicapai dari <http://iku.moh.gov.my/index.php/research-eng/list-of-research-eng/iku-eng/nhms-eng/nhms-2017>
- Kendler, K. S., & Gardner, C. O. (2014). Sex differences in the pathways to major depression: A study of opposite-sex twin pairs. *The American Journal of Psychiatry*, 171(4), 426-35.
- Kutcher, S., Bagnell, A., & Wei, Y. (2015). *Mental health literacy in secondary schools: A Canadian approach*. *Child and Adolescent Psychiatric Clinic of North America*, 24(2), 233-44.
- Mars, B. Heron, J., Crane, C., Hawton, K., Kidger, J., Lewis, G., & Gunnell, D. (2014). Differences in risk factors for self-harm with and without suicidal intent: Findings from the ALSPAC cohort. *Journal of Affective Disorders*, 168, 407-414.
- Merinkangas, K. R., Ames, M., Cui, L., Stang, P. E., Ustun, T. B., Von Korff, M., & Kessler, R. C. (2007). *The impact of comorbidity of mental and physical conditions on role disability in the US adult household population*. *Archives of General Psychiatry*, 64(10), 1180-8.
- Moran, P., Coffey, C., Romaiuk, H., Olsson, C., Borschmann, R., Carlin, J. B., & Patton, G. C. (2012). *The natural history of self-harm from adolescence to young adulthood: A population-based cohort study*. *The Lancet*, 379(9812), 236-243.
- Morgan, C., Webb, R. T., Carr, M. J., Green, J., Chew-Graham, C. A., Kapur, N., & Ashcroft, D. M. (2017). Incidence, clinical management, and mortality risk following self harm among children and adolescents: Cohort study in primary care. *British Medical Journal*, 359(4), 351.
- Murray, C. J., Vos, T., Lozano, R., et al. (2013). *Disability-adjusted life years (DALYs) for 291 diseases and injuries in 21 regions, 1990-2010: a systematic analysis for the global burden of disease study 2010*. *Lancet*, 381(9867), 628.

- O'Connor, Lewandowski, R. E., Rodriguez, S. Tinoco, A., Gardner, W., Hoagwood, K., & Scholle, S. H. (2016). *Usual care for adolescent depression from symptom identification through treatment initiation*. *JAMA Pediatrics*, 170(4), 373-380.
- Patten, S. B., Wang, J. L., Williams, J. V., Currie, S., Beck, C. A., Maxwell, C. J., & El-Guebaly, N. (2006). Descriptive epidemiology of major depression in Canada. *Canadian Journal of Psychiatry*, 52(2), 84-90.
- Pearson C, Janz T, Ali J (2013, September 1). Mental and substance use disorders in Canada. Dicapai dari www.statcan.gc.ca/pub/82-624-x/2013001/article/11855-eng.htm.
- Ponterotto, J. G., Pace, T. M., & Kavan, M. G. (1989). Testing the test: Counselor's guide to the assessment of depression. *Journal of Counseling and Development*, 67, 301-309.
- Rai, D., Zitko, P., Jones, K., Lynch, J., & Araya, R. (2013). Country- and individual-level socioeconomic determinants of depression: Multilevel cross-national comparison. *British Journal of Psychiatry*, 202(3), 195-203.
- Shaffer, D., Gould, M. S., Fisher, P., Trautman, P., Moreau, D., Kleinman, M., et al. (1996). *Psychiatric diagnosis in child and adolescent suicide*. *Arch Gen Psychiatry*, 53, 339-48.
- Wang, H., Lin, S. L., Leung, G. M., & Schooling, M. (2016). *Age at onset of puberty and adolescent depression: Children of "1997" birth cohort*. *Pediatrics*, 137(6).
- Whiteford, H. A., Degenhardt, L., Rehm, J., Baxter, A. J., Ferrari, A. J., Erskine, H. E., Charlson, F. J., Norman, R. E., Flaxman, A. D., Johns, N., Burstein, R., Murray, C. J., & Vos, T. (2013). *Global burden of disease attributable to mental and substance use disorders: findings from the Global Burden of Disease Study 2010*. *Lancet*, 382(9904), 1575-86.
- World Health Organization (2018, March 22). Depression. Retrieved from <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>

Profil Penulis:***Aini Azeqa Ma'rof, PhD****Jabatan Sains Kemasyarakatan dan Pembangunan**Fakulti Ekologi Manusia**Universiti Putra Malaysia**azeqa@upm.edu.my****Haslinda Abdullah, PhD****Pejabat Timbalan Dekan,**Fakulti Ekologi Manusia**Universiti Putra Malaysia**lynn@upm.edu.my*

SHIFTING PRIORITIES: UNDERSTANDING PHYSICAL INACTIVITY FROM THE PERSPECTIVE OF FEMALE YOUTH

NURAZZURA MOHAMAD DIAH & SUHAIZA SAMSUDIN

ABSTRACT

The occurrence of many health problems among women like obesity, cancer and cardio-vascular diseases (CVDs) is associated with their physical inactivity. Often, tight work schedule, misconception of certain practices as well as socio-cultural barriers have become factors for not being actively engaged in any physical activities. Studies show that physical inactivity had become the leading cause of non-communicable diseases (NCDs) among women in many developing countries. This study employs a qualitative approach. Using unstructured interview, this study aims to (1) examine the meaning attached to physical activity among female youth and (2) identify the socio-cultural factors associated with one's level of physical inactivity. Fifteen Malay female youth aged 18-26 were recruited using the purposive sampling technique. Data were transcribed and analysed using thematic approach. The results of this study reveal that physical activity is a distressful event for female youth. They focused more on other personal obligations compared to physical activities, they are surrounded by physically inactive friends and received minimal parental support. In short, this study believes that becoming physically active among female youth should be considered as one of the core agendas of the nation as well as collective responsibility of the individual, communities and government agencies since maintaining good health in the later lives of women is essential due to women's longer life expectancy than men.

Keywords: *Female youth, Health, Non-communicable diseases, Physical inactive, Sedentary life*

ABSTRAK

Kejadian masalah kesihatan dalam kalangan wanita seperti obesiti, kanser dan penyakit-penyakit kardiovaskular (CVDs) adalah berkait rapat dengan fizikal yang tidak aktif. Selalunya, jadual kerja yang padat, salah faham tentang beberapa amalan serta kekangan sosio-budaya telah menjadi faktor yang menyebabkan mereka tidak bergiat aktif dalam aktiviti fizikal. Kajian telah menunjukkan bahawa fizikal tidak aktif telah menjurus kepada

penyebab penyakit-penyakit tidak berjangkit (NCDs) dalam kalangan wanita dalam negara-negara yang sedang membangun. Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif. Melalui temubual tidak berstruktur, matlamat kajian ini adalah untuk (1) mengkaji makna aktiviti fizikal kepada beliawanis dan (2) mengenalpasti faktor-faktor sosio-budaya yang dikaitkan dengan tahap fizikal tidak aktif seseorang. 15 beliawanis Melayu berumur antara 18-26 telah direkrut melalui kaedah persampelan bertujuan. Data telah ditranskripsi dan dianalisa menggunakan kaedah tematik. Dapatan kajian menunjukkan aktiviti fizikal adalah sesuatu yang menyakitkan kepada beliawanis. Ini kerana mereka lebih memberikan tumpuan kepada tuntutan peribadi yang lain, dikelilingi oleh rakan-rakan yang kurang membuat gerakan fizikal serta kurang mendapat sokongan dari ibubapa. Kesimpulannya, kajian ini percaya bahawa menjadi beliawanis yang aktif secara fizikal harus menjadi satu agenda teras negara dan kolektif, membabitkan tanggungjawab individu, komuniti dan agensi kerajaan memandangkan jangka hayat wanita lebih panjang dari lelaki.

Kata Kunci: *Beliawanis, Kesihatan, Penyakit tidak berjangkit, Fizikal tidak aktif, Gaya hidup sedentari*

INTRODUCTION

Physical inactivity is a term used to characterize people who do not get the recommended level of regular physical activity or are not doing enough physical activity. It is defined as an activity level that insufficiently meets WHO recommendations - which is achieving at least 30 minutes of moderate intensity physical activity per week (WHO 2010). Physical activities like walking, running, cycling or swimming help increase endurance and promote skeletal muscle strength.

Physical mobility for many girls and women in developing countries is curtailed by the social and cultural context they lived in. Studies by NCD Alliance (2011), Kamarudin and Omar-Fauzee (2007), Laxer and Janssen (2013), Henry *et al.* (2004), Bianchini de Quadros *et al.* (2009) and Kahan (2015) have unravelled that several factors contribute to the lack of physical movement like restraint from practising regular physical activity and sport, lack of safe and conducive environment, weather restriction, financial and time constraint, body image stereotyping, social norms like dress code and mobility or due to the common perception that sport or

physical activity is unfeminine. It has been recognized globally that many youth are physically inactive. Available statistics worldwide demonstrate that four out of five adolescents do not attain WHO's recommended guidelines for physical activity with females being more prominent in sedentary lifestyles (Hallal *et al.*, 2012).

It is reported by the World Health Organization (WHO) that physical inactivity is a key risk factor for non-communicable diseases (NCDs). Globally, around 31% of adults aged 15 and above are insufficiently active in 2008 (men 28% and women 34%). In addition, approximately 3.2 million of deaths each year are attributable to insufficient physical activity. In 2008, WHO reported that the prevalence of insufficient physical activity was highest in the regions of the Americas and Eastern Mediterranean. In these regions, almost 50% of women were insufficiently active, while the prevalence for men was 40% in the Americas and 36% in the Eastern Mediterranean. A national surveillance among adolescents in Iran also demonstrated a high level of physical inactivity. In this survey, 39% of Iranian girls aged between 13 to 18-years-old were found to be physically inactive as compared to only 16% of boys who were inactive. Besides, 69% of Iranian girls also spent more than two hours in a day watching television (Kelishadi *et al.*, 2017). In the South-east Asian region, WHO (2018) reported the lowest percentages of physical activity (15% for men and 19% for women). The health benefits of regular physical activity among adults are well researched (Telama *et al.*, 2005; Molanorouzi *et al.*, 2015; Wallhead & Buckworth, 2004). Less well understood is the experience of female youth who are physically inactive in Malaysia, particularly after they completed school. While previous studies have indicated that physical inactivity is one of the causes of non-communicable diseases, the experiences of female youth who are physically inactive on long-term health outcomes remain poorly understood. Therefore, the purpose of this study is to examine the experience of physical inactivity among urban female youth.

OBJECTIVES

The objectives of this study are as follow:

1. To examine the meaning attached to physical activity among female youth.

2. To identify the social and cultural barriers that contribute to physical inactivity among female youth.

LITERATURE REVIEW

Understanding physical inactivity and the reasons for not participating in physical activities is a pertinent issue in health. Incidence of physical inactivity is found to be prevalent across all age groups particularly among women. Physical inactivity is the fourth leading cause of mortality worldwide (Kohl *et al.*, 2012). WHO (2010) reports that South-east Asia now has the fastest rising NCD rates in the world, making it a barrier to sustainable development progress and claiming an estimated 8.5 million lives each year. NCDs including heart diseases, diabetes, respiratory illnesses and cancer have increased considerably across the region in recent decades.

NCDs in Malaysia contribute to 73% of the total mortality rate of the nation. In the Malaysian context, the studies on physical inactivity address issues across social roles, gender and educational level. The studies by Chan *et al.* (2014, 2015, 2017) and Lian *et al.* (2016) have proven that women tend to be physically inactive and unfit. Their studies also reveal that women who are overweight and in obese conditions scored lower than their male counterparts in various categories. While this cross-sectional study speaks loudly on women's situation in physical activity, research has yet to uncover the situation faced by educated female youth in the society. Chan *et al.* (2014) study of 33,949 samples reveals that women tend to be physically inactive than men. The study also discovers that housewives, widows and women with low educational attainment are significantly associated with physical inactivity. In 2017, they conducted another study on 17,261 participants aged 18 and above and found that women in both overweight and obese groups scored lower prevalence of physical activity than men in similar groups. Furthermore, Lian *et al.*'s (2016) survey conducted on 770 samples among adults from major ethnic groups in Malaysia reveals that the level of physical activities was significantly related to ethnicity, gender, age, occupation and educational level. They also report that the more educated Malaysians are, the lesser they will participate in any form of physical activities. Chan *et al.* (2015) on the other hand, report that women rated their health condition as poor more

often than men. The reasons behind their poor health condition are being underweight, physical inactive, smoking and drinking habit. In other words, women are susceptible to non-communicable diseases due to their lifestyle.

Apart from the above studies, similar patterns of behaviour were also discovered in some developing nations. In the Caribbean nations for instance, Howitt *et al.* (2016) found that more than 90% of their women did not meet the minimum requirement of World Health Organization (WHO) in regards to physical activities. Their studies have also revealed that the higher the education of the women, the more time they spend for leisure rather than rigorous physical activities. Some indicators have already been addressed by the Caribbean and Malaysian researchers. However, it will be interesting to see if the factor of higher educational background of female youth in Malaysia will speak the same way as those women in the Caribbean.

Nevertheless in the Arab world, a survey on the attitude and practice towards physical activity received a positive feedback as most of the sample among family understand the importance of physical activity and the risk of physical inactivity. Unfortunately, the awareness is still insufficient though they encourage their children to participate in swimming and light physical activities (Alsulami *et al.*, 2018). In another study on 420 Saudi women, the researchers found that more than half of the participants were physically inactive (Albawardi *et al.*, 2016). Obesity and being overweight are also associated with the increase of age. Indeed, physical exercise emerges as a successful non-pharmacological approach to reduce such harmful conditions. However, the literature still lacks information regarding the optimal exercise prescription to improve different conditions associated with poor prognosis in female adults. In short, it is clear that physical inactivity among women is a pertinent issue in various social contexts. It appears that most females are inactive compared to males. This will give an ample opportunity for the researchers to explore more on this aspect especially in the context of the Malaysian society.

The prevalence of a sedentary lifestyle in adults in Malaysia has gradually increased over the last two (2) decades (Lim, 2016; Jamil *et al.*, 2016). In both genders, the percentage of individuals

who reported no regular exercise increased with age and decreased with family income levels. There have been relatively few qualitative studies on physical inactivity among female youth in Malaysia. In fact, little baseline information exists from which to understand what constitutes physical inactivity experienced by female youth in Malaysia. The existing literature reviewed does not discuss the socio-cultural aspects as to why female youth are physically inactive. While the abovementioned studies have successfully shown the link between physical inactivity and NCDs, the researchers found little attention has been given to addressing the topic among female youth in Malaysia. The researchers hope to uncover other issues pertaining to physical inactivity and to fill some gaps in the knowledge of this subject area.

STUDY DESIGN

This research investigates the various factors that contribute to physical inactivity among female youth. As such, the researchers have chosen a qualitative approach to study this topic. Qualitative design is one of the most powerful tools to delve into social complexities since it allows researchers to grasp individuals' own explanations of behaviour and attitudes (Liamputtong, 2013). First, the researchers believe it is particularly important for them to gain access to women who remain silent about issues pertaining to their physical inactive experiences, health conditions and body image. Second, the researchers feel that women need somebody to listen to their stories and experiences. The researchers believe that these women have never been asked about their physical inactivity experiences except by their doctors. So, this will be an opportunity to listen to what they have to say about their concerns. Thirdly, women are often more flexible and ready to share their opinions or experiences via individual interview approach.

Using the purposive sampling technique, this study has recruited 15 female youth from the Malay ethnic group aged 18-26. Youth in Malaysia refers to individuals whose age is between 15-30 years old (IYRES, 2017). All of them are single. Some of them are currently pursuing their first degree in public or private university. Others have graduated and work in various organizations. Interestingly, all respondents were actively involved in sports during their school days. This research is not specifically focused only on

respondents' physical inactivity, but upon other experiences as well. Unstructured interview was employed to obtain the relevant data. It is designed in such a way as to give many opportunities and to allow some degree of flexibility for participants in expressing themselves about particular issues raised by the researchers (Patton, 2015). To preserve the actual words of the participants, all interviews were audio-taped with the participants' knowledge and consent. Following this, the interviews were transcribed and analysis was performed using thematic approach. Pseudonyms are used throughout the reporting to protect the privacy of the respondents who participated in this study.

RESULTS AND DISCUSSION

Physical inactivity among female youth is a complex phenomenon related to a number of different personal, social and cultural determinants. This study reveals several stimulating findings. In general, all respondents are aware of the benefits of physical activities. Physical activities are not something new to them since they have actively participated in sports and represented their schools at various competitions. For the respondents, participating in physical activities today means placing them in a distressed situation. They have to juggle multiple expectations and demands either from home, college or workplace.

a) Satisfy other personal obligations

It is obvious that all participants have shifted their priorities to other personal obligations. This has resulted in these female youth abandoning some skills in physical activities which they were good at and jeopardizing their own health. Based on the interviews, female youth indicated that after completing secondary school, their focuses have shifted to satisfy other personal obligations (see Table 1).

Table 1. Respondents' Personal Obligations

Obligations	Examples
Family needs	Attending family gatherings, sending parents for medical check-ups, shopping for groceries, fetching siblings from school

University requirements	Passing exams, submitting assignments, securing scholarship, working towards graduation
Workplace commitment	Marketing and delivering goods, increasing productivity, expanding business, getting promoted
Community service	Assisting the needy, coordinating projects, taking up part-time jobs
Maintain body image	Going to spa, getting facial work, attending make-up classes, exploring new fashion
Others	Hanging out with friends, shopping, updating Facebook, Instagram, Twitter

Based on the above table, all respondents expressed their concerns for not being physically active. They agreed that their involvement in physical activities has reduced compared to when they were in school.

After my father passed away, my mum rely on me for many things since I'm the only one who has no impaired vision. My siblings and my mum all have impaired vision. I drive her to the market, send her to the hospital for her regular check-ups and sometimes take her for a walk. Most of my time is at home looking after her.

(Aina, 24, Part-time crew)

Recently I expanded my business in Bangkok, Thailand. I frequently travel to and fro from Kuala Lumpur to manage my business, attend meetings and visit my suppliers. Travelling is draining. Most of the time I do planning, research and other things about new products. These days my time is occupied thinking about work, diversified my business, double the profit, meet new clients...I struggle to find time to participate in physical activities like I used to do during my university days.

(Rina, 26, Businessperson)

My focus now is to complete my studies and obtained good grades in my final exam. I must passed my exam with flying colours so that I am able to secure a scholarship to study in Korea university. I attended extra language classes during the weekend. I revised my notes usually after dinner till 11pm.

(Diana, 18, Student)

b) Surrounded by physically inactive friends

All respondents suggested that living around physically inactive persons have demotivated them from doing any physical activities.

I was very active in school and most of my friends play sport. We love to go training together. Today, I have changed. I behaved like my roommates who spend most of their time watching movies on their laptops, play with their mobiles or go shopping for hours and hours. All of them are not physically active. I think I have stayed in the wrong dormitory.

(Nina, 23, Trainee)

Most of my workmates work long hours. They come at 9am and leave office at 9pm every day. They talk about achieving target, pay rise, promotion, etc. They even enjoy their food in front of their computers and work. At one time, the office organized jungle trekking as part of their physical activity programme, I was the only one who signed up. I feel 'different'.

(Nina, 24, Junior executive)

My friends are not attracted to any form of physical activities. They are giving a lot of excuses like...it is painful, they dislike sweating, they fear of injury, very occupied with work and others. Interestingly, they have a lot of time talking about cosmetics, beauty products, fashions, food, etc. They don't talk about exercise, sports or the fun doing those activities.

(Diana, 22, Intern)

Friends appear to be important agents of socialisation in physical activity. Findings from this study suggest that physical inactivity greatly depends on peer influence. Bandura's (1971) social learning theory assert that behaviour is learned through direct experience and observation of others. Also, parental and peer encouragement and interest in sport and physical activity appear to influence their involvement.

c) Lack of parental support

In addition to having peers who are physically less active, parental support is one of the most paramount factors that influences children's socialization into physical activity. In many social engagements, parents is the prime source of emotional support

and encouragement to their children. This holds true particularly when their children are still attending school. However, the support gradually lessens once their children's circumstances change.

I remember my parents advised me not to go outside to do physical activities. These days it is dangerous out there. Kids are being kidnapped and raped. Today, parents are happy if their children stay indoors, close to them. Like their parents, children today spend hours and hours in front of their mobiles or computers at home.

(Lily, 19, Student)

I represented my school in rhythmic gymnastics in various tournaments. However, after I got problem with my ankle and had a slip disc, I stopped. My parents discourage me from engaging in other forms of physical activities. They fear if I do more damage to my body. Now, they want me to focus on getting my degree.

(Azni, 18, Student)

I'm frustrated because my parents have a traditional mind-set. They believed physical activities will lead to vagina tearing and uterine prolapse. Since I'm not married yet, my mother repeatedly mentioned about this.

(Yana, 26, Businessperson)

Based on the findings, determinants of physical inactivity vary over the course of life depending on the role and status of a person. For example, Coakley and White (1992) have reported that it is during childhood that the influence of parents is probably the strongest. During this time, parents encourage their children to appear physically active for health-related reasons. Nevertheless, when transition takes place in the life of our youth, they have shifted their priorities to other salient personal obligations which produce more lucrative outcomes or enhance reputation. The study concludes that participation in sport or any physical activity is inseparable in the lives of our youth, but how it is shaped, understood or performed is greatly influenced by the circumstances in which they live.

Robust evidence reveals that physical inactivity raises the risk of many adverse health conditions including the world's major non-communicable diseases (NCDs) of coronary heart disease

(CHD), type 2 diabetes, certain cancers and they also shorten life expectancy. Because much of the world's population is physically inactive, this constitutes an important public health problem (Lee et al., 2012). It is estimated that one in four adults practise sedentary life style and the majority of adolescent population (>80%) is found to be physically inactive (WHO, 2018). This is really an alarming situation knowing that various negative implications will affect those who are physically inactive. As mentioned before, females are more prone to be physically inactive and this poses a great burden to the community because nowadays female youth are equally important as males in many aspects and responsibilities.

One of the greatest health impacts of being physically inactive is the future risk of developing lifestyle-related diseases such as diabetes mellitus, hypertension, obesity as well as cerebrovascular accident and cardiovascular diseases (Australian Institute of Health and Welfare, 2017). Occurrence of such diseases among female youth will ultimately affect their future personal health. Undeniably, once individuals have established any NCD in their life, the majority of them need to be on pharmacological therapy as part of the disease management. This poses a problem to female youth, especially those who are married and planning to conceive because some of the medications used for NCD treatments are teratogenic to developing foetus (Mahmud & Mazza, 2010). In addition, this will also further increase the possibility of developing medical complications during their pregnancy as well as at the post-delivery stage. To a certain extent, fertility level may also decrease among them and the future life of the foetus may be compromised (Hussein, 2017).

Physical inactivity too has been revealed as one of the risk factors for several cancers. Among the commonly associated cancers related to physical inactivity in women are breast cancer, cervical cancer, ovary cancer and endometrial cancer. There have been numerous published evidence which demonstrate that physically active women have a lower chance of breast cancer than inactive women. In a meta-analysis of 31 prospective studies, it was found that being physically active will reduce the risk of breast cancer up to 12% (Wu et al., 2013). It is believed that embracing an active lifestyle could lessen all-cause cancer rates by as much as 46% (Shephard & Fitcher, 1997). Another form of cancer that

commonly affects younger women is germ cell tumour, a subset of ovarian cancer. This cancer is difficult to detect early and currently no screening method is available for early detection of this cancer in young women. Indeed, those diagnosed with germ cell tumour will definitely need to undergo surgical removal of the ovary and this compromises their fertility level as well as make them susceptible to early stage of menopause (Lalrinpuii *et al.*, 2017). All these will significantly contribute to the reduction in quality of life whereby to a certain extent these women may end up with psychological stress such as depression. Hence, increasing physical activity is vital because it may lower the risk of ovarian cancer through a reduction of circulating sex hormones, ovulation frequency and reducing of body fat composition (Knight, 2012).

Equally important is the economic consequences of being physically inactive. In order to prioritise physical inactivity as a national or global agenda, it is crucial to understand its economic burden. The pandemic of physical inactivity triggers diseases, mortality and costs billions of dollars to population worldwide. Cost estimation should include direct and indirect expenses. Direct cost includes expenses of related diseases and taking care of an ill person such as hospitalisation, follow-up visit, pharmacological medications and medical laboratory tests or investigations. While indirect cost include expenses used to care for or manage a person experiencing illness, loss due to premature deaths, absenteeism as well as productivity loss (Jamil, 2018).

An estimate analysis of economic burden by Ding *et al.* (2016) reveals that physical inactivity-related deaths have cost \$13.7 billion of productivity losses in 2013. Of those, \$3.8 billion was spent in Europe, \$3.5 billion in the Western Pacific region, \$3.2 billion in North America, \$0.9 billion in South-east Asia, \$0.7 billion in the Eastern Mediterranean region and \$0.6 billion in Africa. However, when this indirect cost is added to direct cost, physical inactivity is accountable for a total cost of \$67.5 billion worldwide. As for Malaysia, it was estimated that the direct cost was US\$284 million and indirect cost was US\$119 million in 2013. Jamil (2018) believes that this huge amount of money could be saved if all Malaysians are physically active.

LIMITATIONS

This study has several limitations. Firstly, the sample selection is from the Malay ethnic group. Therefore, the generalizability is limited. Another limitation is the sample criteria. This study recruited only single female youth, thus omitting female youth who are married as well as those who have only completed lower education. Despite these limitations, however, a qualitative approach is deemed appropriate to gather information that is not easily obtained through a quantitative approach.

CONCLUSION

This study creates awareness in the society on the danger of physical inactivity and the rise of non-communicable diseases (NCDs) due to passive lifestyle. Every social institution must play their role to ensure the health and well-being of their family members as well as members of the community. They must be well informed of the implications of physical inactivity. Physical activity has proven to reduce the threat of diseases that were once widespread and often fatal. This study also helps Malaysian citizens to understand that engaging in physical activity will help reduce healthcare costs to patients, health agencies and the broader healthcare system. Physical activity will reduce cases of NCDs, morbidity and mortality among the population and save millions of Ringgit as direct and indirect costs to the healthcare system every year.

REFERENCES

- Albawardi, N. M., Jradi, H., & Al-Hazzaa, H. M. (2016). *Levels and correlates of physical activity, inactivity and body mass index among Saudi women working in office jobs in Riyadh city*. *BMC Women's Health*, 16(1), 1-13. doi: 10.1186/s12905-016-0312-8
- Alsulami, A. N. J., Alghamdi, E. A., & Alshehri, A. A. (2018). *Assessment of knowledge and attitude and practice of family towards physical activity in Makkah City*. *The Egyptian Journal of Hospital Medicine*, 70(7), 1093-1096.
- Australian Institute of Health and Welfare. (2017). *Impact of physical inactivity as a risk factor for chronic conditions: Australian burden of*

- disease study. Australian Burden of Disease Study series no. 15
Cat. no. BOD 16. Canberra: AIHW.
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. Madison Avenue, NY:
General Learning Press.
- Bianchini de Quadros, T.M., Petroski, E.L., Santos-Silva, D.A.,
& Pinheiro-Gordia, A. (2009). *The prevalence of physical
inactivity amongst Brazilian university students: Its association with
sociodemographic variables*. *Rev. Salud Pública*, 11(5), 724-733.
- Chan, Y.Y., Kuay, L. K., Huey, T. C., Hock, L. K., K.H., Abd
Hamid, H.A., Omar, M.A., Ahmad, N.A., & Cheong, K.C.
(2014). Prevalence and factors associated with physical
inactivity among Malaysian adults. *Southeast Asian Journal
Tropical Medicine Public Health*, 45(2), 467-480.
- Chan, Y. Y., Teh, C. H., Lim, K. K., Lim, K. H., Yeo, P. S.,
Kee, C. C., Omar, M. A., & Ahmad, N. A. (2015). *Lifestyle,
chronic diseases and self-rated health among Malaysian adults:
Results from the 2011 National Health and Morbidity Survey
(NHMS)*. *BMC Public Health*, 15, 754. doi: 10.1186/s12889-
015-2080-z
- Chan, Y. Y., Lim, K. K., Lim, K. H., Teh, C. H., Kee, C. C.,
Cheong, S. M., Khoo, Y. Y., Baharudin, A., Ling, M. Y.,
Omar, M. A., & Ahmad, N. A. (2017). *Physical activity and
overweight/obesity among Malaysian adults: Findings from the 2015
National Health and morbidity survey (NHMS)*. *BMC Public
Health*, 17, 733. doi: 10.1186/s12889-017-4772-z
- Coakley, J., & White, A. (1992). Making decisions: Gender and
sport participation among British adolescents. *Sociology of
Sport Journal*, 9(1), 20-35.
- Ding, D., Lawson, K.D., Kolbe-Alexander, T.L., Finkelstein, E.A.,
Katzmarzyk, P.T., van Mechelen, W., & Pratt, M. (2016). *The
economic burden of physical inactivity: A global analysis of major
non communicable diseases*. *The Lancet*, 388(100051), 1311-
1324. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)30383-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)30383-X)

- Lim, K. G. (2016). *A review of adult obesity research in Malaysia*. *Med J Malaysia*, 71 Supplement 1, 1-19.
- Hallal, P.C., Andersen, L.B., Bull, F.C., Guthold, R., Haskell, W., & Ekelund, U. (2012). *Global physical activity levels: Surveillance progress, pitfalls, and prospects*. *The Lancet*, 380(9838), 247-257. doi: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60646-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60646-1)
- Henry, C.J., Lightowler, H.J., & Al-Hourani, H.M. (2004). Physical activity and levels of inactivity in adolescent females ages 11–16 years in the United Arab Emirates. *American Journal of Human Biology*, 16(3), 346-353. doi: 10.1002/ajhb.20022
- Hussein, J. (2017). *Non-communicable diseases during pregnancy in low and middle income countries*. *Obstetric Medicine*, 10(1), 26-29. doi: 10.1177/1753495X16684709
- Howitt, C., Brage, S., Hambleton, I. R., Westgate, K., Samuels, T. A., Rose, A. M., & Unwin, N. (2016). *A cross-sectional study of physical activity and sedentary behaviours in a Caribbean population: Combining objective and questionnaire data to guide future interventions*. *BMC Public Health*, 16(1), 1036. doi: 10.1186/s12889-016-3689-2
- Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IYRES). (2017). *Penilaian Outcome Indeks Belia Malaysia 2016*. Putrajaya, Malaysia: IYRES.
- Jamil, A. T. (2018). *Heal with exercise: The economic impact of physical inactivity*. Retrieved from <https://www.nst.com.my/lifestyle/heal/2017/07/258270/heal-exercise-economic-impact-physical-inactivity>
- Jamil, A.T., Mohd Rosli, N., Ismail, A., Idris, I. B., & Omar, A. (2016), Prevalence and risk factors for sedentary behaviour among Malaysian adults. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 16(3), 147-155.
- Kahan, D. (2015). *Adult physical inactivity prevalence in the Muslim world: Analysis of 38 countries*. *Preventive Medicine Reports*, 71-75. doi: <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2014.12.007>

- Kamarudin, K., & Omar-Fauzee, M.S. (2007). Attitude towards physical activities among college students. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 22(1-2), 45-54.
- Kelishadi, R., Qorbani, M., Djalalinia, S., Sheidaei, A., Rezaei, F., Arefirad, T., Safiri, S., Asayesh, H., & Motlagh, M. E. (2017). *Physical inactivity and associated factors in Iranian children and adolescents: The Weight Disorders Survey of the CASPIAN-IV study*. *J Cardiovasc Thorac Research*, 91(1), 41-48. doi: 10.15171/jcvtr.2017.06
- Kohl, H. W., Craig, C. L., Lambert, E. V., Inoue, S., Alkandari, J. R., Leetongin, G., & Kahlmeier, S. A. (2012). *The pandemic of physical inactivity: Global action for public health*. *The Lancet*, 380(9838), 294-305. doi: 10.1016/S0140-6736(12)60898-8
- Knight, J. A. (2012). *Physical inactivity: Associated diseases and disorders*. *Annals of Clinical & Laboratory Science*, 42(3), 320-337.
- Lalrinpuii, E., Bhageerathy, P.S., Sebastian, A., Jeyaseelan, L., VinothaThomas, Thomas A., Chandy, R., & Peedicavil, A. (2017). Ovarian cancer in young women. *Indian Journal Surgical of Oncology*, 8(4), 540-547. doi: 10.1007/s13193-017-0680-z.
- Laxer, R. E., & Janssen, I. (2013). The proportion of youths' physical inactivity attributable to neighbourhood built environment features. *International Journal of Health Geographics*, 12(31), 1-13.
- Lee, I. M., Shiroma, E. J., Lobelo, F., Puska, P., Blair, S. N., & Katzmarzyk, P. T. (2012). *Impact of physical inactivity on the world's major non-communicable diseases*. *Lancet*, 380(9838), 219-229. doi: 10.1016/S0140-6736(12)61031-9
- Liamputtong, P. (2013). *Qualitative research methods* (4th ed.). Melbourne, Australia: Oxford University Press Australia.
- Lian, T.C., Bonn, G., Han, Y. S., Choo, Y. C., & Piau, W. C. (2016). *Physical activity and its correlates among adults in Malaysia*:

A cross-sectional descriptive study. PLoS ONE, 11(6), e0157730.
doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0157730>

Mahmud, M., & Mazza, D. (2010). *Preconception care of women with diabetes: A review of current guideline recommendations.* BMC Women's Health, 10, 5. doi: 10.1186/1472-6874-10-5

Molanorouzi, K., Khoo, S., & Morris, T. (2015). *Motives for adult participation in physical activity: Type of activity, age, and gender.* BMC Public Health, 15, 66. doi 10.1186/s12889-015-1429-7

NCD Alliance. (2011). *Non-Communicable Diseases: A Priority for Women's Health and Development.* Retrieved from <https://ncdalliance.org/resources/noncommunicable-diseases-a-priority-for-women%E2%80%99s-health-and-development>

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed). Thousand Oaks, USA: SAGE Publications Inc.

Shephard, R.J., & Fitcher, R. (1997). *Physical activity and cancer: How may protection be maximized?.* Critical Reviews in Oncogenesis, 8(2-3), 219-272.

Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Vdlimdki, I., Wanne, O., & Raitakari, O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood a 21-year tracking study. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(3), 267-273. doi: <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2004.12.003>

Wallhead, T.L., & Buckworth, J. (2004). *The role of physical education in the promotion of youth physical activity.* QUEST, 56, 285-301. doi:10.1080/00336297.2004.10491827

World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health.* Geneva, Switzerland: WHO Press.

World Health Organization. (2018). *Fact sheets of physical activity.* Retrieved from <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

Wu, Y., Zhang, D., & Kang, S. (2013). *Physical activity and risk of*

breast cancer: A meta-analysis of prospective studies. *Breast Cancer Research and Treatment*, 137(3), 869-882. doi: 10.1007/s10549-012-2396-7.

Authors Profile:

Nurazzura Mohamad Diah, Ph.D

Department of Sociology and Anthropology

Kulliyyah of Islamic Revealed Knowledge & Human Sciences

International Islamic University Malaysia (IIUM)

nurazzura@iium.edu.my

Suhaiza Samsudin

Department of Family Medicine

Kulliyyah of Medicine

International Islamic University Malaysia (IIUM)

shaiza@iium.edu.my

TINGKAH LAKU SEDENTARI DAN PERMASALAHAN OBESITI DALAM KALANGAN BELIA PADA MASA KINI

AMIRAA ALI MANSOR, HASLINDA ABDULLAH,
ASNARULKHADI ABU SAMAH & AHMAD HARIZA HASHIM

ABSTRAK

Tingkah laku sedentari merupakan antara faktor risiko dalam penentuan tahap kesihatan individu, khususnya dalam persoalan berkenaan obesiti. Untuk memahami isu ini dengan lebih mendalam, peneliti mengusulkan beberapa tinjauan literatur bagi memahami konsep tingkah laku sedentari dan perkaitannya terhadap permasalahan obesiti. Antara istilah yang digunakan dalam pencarian sumber maklumat adalah seperti: sedentary behaviour, sedentary lifestyle, inactivity, television viewing, computer usage, video games, sitting. Manakala sumber yang diperolehi oleh peneliti adalah berasaskan pangkalan data Science Direct, PubMed dan Ebscohost. Hasil tinjauan literatur mendapati bahawa tingkah laku sedentari merupakan antara faktor risiko yang menyumbang kepada permasalahan obesiti di seluruh pelusuk dunia. Permasalahan ini adalah berpunca daripada perancangan waktu yang tidak sistematik, di mana kebanyakan golongan kanak-kanak dan belia memperuntukkan masa senggang mereka untuk melakukan tingkah laku pasif berbanding tingkah laku aktif. Dalam konteks ini, tingkah laku pasif adalah merujuk kepada suatu aktiviti yang bersifat pasif seperti bermain permainan video, permainan telefon bimbit, dan juga permainan komputer. Manakala tingkah laku aktif pula merujuk kepada suatu bentuk aktiviti yang menggerakkan tubuh badan seperti berlari, berjalan dan sebagainya. Maka disebabkan tingkah laku pasif lebih dominan, maka ia memberi implikasi buruk terhadap tubuh badan manusia dan sekaligus cenderung untuk terarah kepada permasalahan obesiti yang kian menular pada masakini.

Kata Kunci: *Sedentari, Tingkah Laku Berasaskan Skrin, Tidak Aktif, Duduk, Obesiti*

ABSTRACT

Sedentary behavior is one of the risk factors in determining individual's health, especially concerning to obesity. To understand this issue more thoroughly, the researcher proposed several literature studies to understand the concept of sedentary behaviour and its relevance to obesity problems. Among the terms used in information searching were: sedentary behavior, sedentary lifestyle, inactivity, television viewing, computer usage, video games, sitting. While the sources obtained by researcher were from databases by Science Direct, PubMed and Ebscohost. The literature review revealed that sedentary behavior is a risk factor that contributes to obesity problems across the globe. These problems arise due to non-systematic planning in term of time, where most children and youth devoted their free time to engage in passive action rather than active action. In this context, passive action

refers to passive activity such as playing video games, mobile games, and computer games. While active action refers to any form of activity that moves the body moderate or rigorously like running, and walking. Due to passive action is more dominant, it has caused bad implication which linked to the current epidemic of obesity.

Keywords: *Sedentary, Screen-Based Behaviours, Inactivity, Sitting, Obesity*

PENGENALAN

Fenomena obesiti bukanlah sesuatu fenomena yang baharu. Malah, fenomena ini seringkali menjadi antara perbincangan yang hangat, khususnya dalam konteks kesihatan masyarakat. Ia menjadi perbincangan hangat kerana masalah ini tidak hanya dihadapi di sesetengah tempat, tetapi melanda seluruh pelusuk negara dan ia memberi impak yang cukup besar kepada masyarakat dan juga negara (Abarca-Gymez *et al.*, 2017)). Fenomena obesiti ini kelihatan ketara terutamanya dalam kalangan masyarakat yang menghuni negara membangun berbanding masyarakat yang menghuni negara yang sedang membangun (□ukiewicz-Sobczak *et al.*, 2014).

Masalah obesiti lazimnya tertumpu kepada perihal pemakanan yang tidak seimbang, selain faktor persekitaran yang turut memberi pengaruh secara langsung akan peningkatannya. Akan tetapi, terdapat satu punca utama yang jarang diterokai oleh para pengkaji iaitu tingkah laku sedentari. Perbincangan mengenai tingkah laku sedentari amat jarang dibincangkan di Malaysia. Malahan, ada yang tidak menyangka bahawa tingkah laku ini boleh memberi kesan yang buruk terhadap kesihatan manusia. Tambahan pula dengan inovasi dan perkembangan teknologi, kemunculan alatan teknologi baharu seperti telefon bimbit yang dilengkapi dengan permainan video dan internet, komputer dan sebagainya memberi pengaruh yang besar terhadap perkara ini. Kehadiran alatan canggih ini datang dengan dua pesan yang berlainan kutub di mana pada satu sisi, ia memberi kemudahan kepada pengguna untuk berinteraksi tanpa mengira jarak. Tetapi pada masa yang sama, ia dilihat sebagai pengganti tingkah laku aktif yang sinonim dalam diri manusia kepada tingkah laku pasif yang lebih menjerus kepada sifat individualistik yang seterusnya boleh menyumbang kepada permasalahan kesihatan yang serius seperti obesiti. Disebabkan kebimbangan tersebut, maka penulis mengusulkan kertas konsep ini sebagai saranan untuk meneliti hubungannya dengan masalah kesihatan. Oleh itu, penulis mengusulkan tiga objektif penelitian yang bersesuaian dengan topik yang diangkat. Antara objektif tersebut adalah untuk:

1. Memahami definisi gaya hidup sedentari.
2. Mengetahui bagaimana gaya hidup sedentari diukur
3. Memahami perkaitan di antara tingkah laku sedentari dalam permasalahan obesiti

Kaedah Pencarian Sumber

Pangkalan data utama seperti *Science Direct*, *PubMed* dan *Ebscohost* digunakan untuk mencari sumber maklumat berkaitan tingkah laku sedentari dan obesiti. Pencarian sumber maklumat adalah mengikut kriteria pemilihan artikel seperti berikut:

1. Artikel yang diterbitkan di pangkalan utama dalam bahasa inggeris.
2. Artikel berkaitan tingkah laku sedentari khusus untuk golongan kanak-kanak dan belia.
3. Artikel berkaitan tingkah laku sedentari dan status berat badan khusus untuk golongan kanak-kanak dan belia.
4. Artikel yang diterbitkan di antara tahun 2011 sehingga 2018.

Definisi Tingkah Laku Sedentari

Transisi gaya hidup ke modeniti menjadikan individu lebih terdedah kepada gaya hidup sedentari. Hal ini kerana segala aktiviti sama ada berbentuk mental mahupun fizikal menjadi lebih mudah kerana perkembangan teknologi. Kehadiran teknologi tidak lagi memerlukan tenaga manusia yang banyak untuk melakukan sesuatu jenis aktiviti mahupun kerja. Sebagai contoh, dengan adanya alatan mesin dan peranti, manusia tidak lagi perlu mengerah tenaga untuk melakukan sesuatu. Malah, kecanggihan alatan mesin tersebut dapat membantu sesuatu kerja dapat dilakukan secara efisien dan pantas. Namun disebalik kenikmatan penggunaan teknologi moden ini, wujud satu gaya hidup yang baharu hasil daripada kesan teknologi iaitu, gaya hidup sedentari. Gaya hidup sedentari telah menjadi satu fenomena yang membimbangkan kerana gaya hidup sedentari didapati menjadi faktor risiko terhadap masalah kesihatan terutamanya permasalahan obesiti (Al-Domi *et al.*, 2019) akibat pergerakan yang minima oleh individu (Owen, Sparling, Healy, Dunstan, & Matthews, 2010).

Perkataan sedentari secara asas berasal daripada bahasa Latin iaitu 'sedere' yang membawa maksud duduk (Inyang, 2015). Istilah sedentari juga merujuk kepada sebarang tingkah laku yang melibatkan aktiviti secara duduk seperti menonton televisyen (Dunstan, Healy, Sugiyama, & Owen, 2009). Untuk memahami secara lebih spesifik, tingkah laku sedentari berlaku dalam keadaan duduk atau berbaring dengan penggunaan tenaga sebanyak 1 hingga 1.5 *Metabolic Equivalent of Task* (MET) (Mansoubi *et al.*, 2015). Unit ukuran MET ini adalah berbeza dengan aktiviti fizikal yang perlu dilaksanakan secara sederhana atau laju seperti aktiviti berjalan kaki atau berlari (*Moderate Vigorous Physical Activity*, MVPA) yang memerlukan

penggunaan tenaga 3 hingga 6 MET (van der Ploeg & Hillsdon, 2017).

Tingkah laku sedentari adalah berbeza dengan konsep kurang dalam aktiviti fizikal (*physically inactive*) (González, Fuentes, & Márquez, 2017). Hal ini kerana individu mungkin melakukan aktiviti fizikal pada setiap hari tetapi pada masa sama, gaya hidup sedentari masih memenuhi ruang kesehariannya. Senario seperti ini dapat digambarkan seperti berikut: Individu memperuntukkan sebahagian besar waktu berjaga dalam keadaan sedentari iaitu duduk dalam kenderaan ketika dalam perjalanan ke sekolah. Setibanya di sekolah, individu akan duduk di dalam kelas untuk memberi fokus kepada sesi pembelajaran. Seterusnya individu akan sekali lagi duduk di dalam kenderaan untuk pulang dan kembali ke rumah untuk berehat.

Melalui senario yang diberikan, dapat digambarkan bahawa individu bercenderung untuk mengamalkan tingkah laku sedentari dengan melibatkan sebahagian besar daripada waktu berjaga dengan aktiviti secara duduk atau berbaring. Berbeza pula dengan kurang dalam melakukan aktiviti fizikal (*physically inactive*), individu tidak menjalankan aktiviti fizikal seperti senaman seperti yang disarankan mengikut garis panduan aktiviti fizikal, misalnya 60 minit sehari bagi individu berusia 13 hingga 17 tahun (Australian Government Department of Health and Ageing, 2014).

Domain Tingkah Laku Sedentari

Berdasarkan tinjauan literatur, tingkah laku sedentari boleh dibahagikan kepada 3 jenis iaitu:

Jadual 1: Domain Tingkah Laku Sedentari

Domain Tingkah Laku Sedentari	Contoh tingkah laku sedentari	Pengkaji
Tingkah laku sedentari berkaitan pengangkutan.	Duduk di dalam kereta (sebagai pemandu atau penumpang) atau duduk dalam pengangkutan awam.	(Mensah <i>et al.</i> , 2016)
Tingkah laku sedentari berkaitan tugas pejabat atau sekolah.	Duduk untuk menyiapkan sesuatu tugas melalui penggunaan komputer atau duduk di meja untuk menyiapkan sesuatu tugas.	(Parry & Straker, 2013)

Tingkah laku sedentari pada waktu senggang.	Menonton television telah dikenal pasti sebagai aktiviti sedentari yang paling ketara untuk waktu senggang.	(Du <i>et al.</i> , 2013)
---	---	---------------------------

Tingkah Laku Sedentari berkaitan Pengangkutan

Tingkah laku sedentari berkaitan pengangkutan merujuk kepada penggunaan pengangkutan awam atau kenderaan sendiri untuk ke sesuatu destinasi. Duduk di dalam kereta (sebagai pemandu atau penumpang) adalah tingkah laku sedentari yang telah menjadi kebiasaan kerana kereta atau pengangkutan awam merupakan pengangkutan utama yang digunakan untuk ke sekolah atau ke tempat kerja. Jarak jauh untuk ke sekolah, tempat kerja, kedai merupakan halangan untuk individu berjalan secara aktif dan hanya bergantung kepada kenderaan untuk bergerak (Sugiyama *et al.*, 2017). Tambahan pula, keadaan astetik persekitaran dan faktor keselamatan menyumbang kepada mengapa individu lebih cenderung untuk menggunakan kenderaan sendiri daripada berjalan kaki untuk ke destinasi (Sallis *et al.*, 2011)

Tingkah laku Sedentari berkaitan Tugas

Tingkah laku sedentari turut berlaku dalam menyiapkan tugas sama ada dalam konteks tugas pejabat mahupun tugas sekolah. Tugas pejabat misalnya, tingkah laku sedentari berlaku apabila pekerja menggunakan sebahagian besar daripada waktu kerja secara duduk untuk menyiapkan sesuatu tugas di meja atau duduk untuk perbincangan mesyuarat mahupun duduk untuk menggunakan komputer. Thorp *et al.*, (2012) melaporkan bahawa 77% waktu pejabat ataupun sekurang-kurangnya 6 jam sehari diggunakan secara sedentari dalam pejabat dan hal ini menjadi satu kebimbangan yang kian meruncing (Marshall & Ramirez, 2011) dan menjadi isu kesihatan awam yang kian menular (Trost, Blair, & Khan, 2014)

Tingkah Laku Sedentari Waktu Senggang

Menonton television (TV) telah dikenal pasti sebagai aktiviti sedentari yang paling ketara untuk waktu senggang (Hussain *et al.*, 2016). Kajian oleh Foley, Maddison, Jiang, Olds dan Ridley (2011) melaporkan kanak-kanak dan belia di New Zealand yang berumur 5 hingga 24 menghabiskan 521 minit (8 jam 41 minit) setiap hari untuk tingkah laku sedentari dan sekurang-kurangnya 181 minit (3 jam 1 minit) diperuntukkan untuk menonton TV. Selain itu, walaupun komputer menjadi peralatan yang penting pada masa kini, namun penggunaan komputer pada waktu senggang dilaporkan tidak setinggi dengan jumlah masa yang dihabiskan untuk menonton TV (Roberts, Rodkey, Ray, Knight, & Saelens, 2017). Selain daripada

menonton televisyen, tingkah laku sedentari yang diggunakan untuk waktu senggang adalah seperti bermain musik dan membuat kerja seni dan tingkah laku sedentari seperti ini boleh memberi kesan negatif terhadap status kesihatan (Haapala *et al.*, 2014).

Ukuran Tingkah Laku Sedentari

Tingkah laku sedentari boleh diukur menggunakan dua kaedah iaitu ukuran secara objektif atau ukuran secara subjektif seperti berikut:

Jadual 2: Jenis dan Alat Ukuran Tingkah Laku Sedentari

Jenis ukuran	Alat	Kajian yang Terlibat
Objektif	Accelerometer	(Byrom, Stratton, McCarthy, & Muehlhausen, 2016) (Badala, Nouri-mahdavi, & Raof, 2013) (I.-M. Lee <i>et al.</i> , 2017)
Subjektif	Soal selidik International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)	(J. Lee & Hong, 2010) (Van Holle, De Bourdeaudhuij, Deforche, Van Cauwenberg, & Van Dyck, 2015)
	Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ)	(Rosenberg <i>et al.</i> , 2010) (Bakar, Tugral, Ozel, Devran Altuntas, & Yakut, 2018)
	Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ)	(Hardy, Booth, & Okely, 2007) (de F6tima Guimarras, da Silva, Legnani, Mazzardo, & de Campos, 2013) (Asare & Danquah, 2015)
	Transportation and Activity Questionnaire (STAQ)	(Mensah <i>et al.</i> , 2016)

Accelerometer seperti ActiGraph dan activPAL diggunakan untuk mengukur pergerakan individu dan peranti ini boleh mengesan sama ada individu sedang membuat aktiviti fizikal yang ringan mahupun berat (Ridgers *et al.*, 2012). Alat ini perlu diletakkan di pergelangan tangan atau di pinggul. Keadaan sedentari berlaku apabila penggunaan tenaga di bawah nilai 1.5 iaitu apabila individu duduk atau berbaring (Schoepp *et al.*, 2017).

Kajian oleh *The National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES) menggunakan peralatan ini untuk mengukur tingkah laku sedentari dimana peralatan ini perlu diletakkan di pergelangan tangan atau di pinggul. Keadaan sedentari berlaku apabila penggunaan tenaga di bawah

nilai 1.5 iaitu apabila individu duduk atau berbaring. Walau bagaimanapun, peralatan ini mempunyai satu limitasi di mana accelerometers tidak dapat membezakan dua (2) keadaan apabila individu duduk atau berdiri tanpa bergerak (Dowd, Harrington, & Donnelly, 2012).

Jenis ukuran subjektif pula melibatkan penggunaan soal selidik di mana maklumat berkaitan tingkah laku sendiri dikumpul berdasarkan jawapan individu terhadap soalan-soalan yang ditanya berkaitan frekuensi atau durasi tingkah laku sedentari pada setiap hari. Misalnya, *Sedentary Behaviour Questionnaire* mengandungi soalan berkaitan dengan jumlah masa yang diggunakan untuk menonton TV, penggunaan komputer, mendengar musik, bercakap telefon dan membuat tugas sekolah atau pejabat. Jumlah waktu untuk tingkah laku sedentari akan diambil kira pada setiap hari minggu dan juga pada setiap hujung minggu.

Tinjauan Terhadap Perkaitan Di Antara Tingkah Laku Sedentari Dan Obesiti Dalam Kalangan Kanak-Kanak Dan Belia

Belia merujuk kepada individu yang berada dalam fasa transisi daripada zaman kanak-kanak ke dewasa, mempunyai kepentingan dalam membuat keputusan dan had umur belia adalah berbeza mengikut sesebuah negara bergantung kepada polisi dan pelan pembangunan negara tersebut (Eurostat, 2015).

Had umur belia mengikut negara adalah seperti berikut:

Jadual 3: Negara dan Had Umur Belia (Youth Policy Organization, 2014)

Negara	Had Umur Belia
Australia	15-24 tahun
Canada	15-28 tahun
Denmark	15 -29 tahun
Filipina	15-30 tahun
Singapore	15-35 tahun
Thailand	18-25 tahun
USA	<25 tahun
Vietnam	16-30 tahun

Berdasarkan tinjauan literatur, tingkah laku sedentari menjadi isu yang membimbangkan kerana terdapat perkaitan diantara tingkah laku sedentari dan obesiti dalam kalangan belia dan kanak-kanak (Rouse & Biddle, 2010). Golongan kanak-kanak dan belia tidak harus dipinggirkan dalam penelitian hal ini bagi mengekalkan generasi masa depan yang sihat kerana golongan ini adalah aset penerus kesinambungan kepimpinan negara pada masa hadapan. Jika aspek kesihatan tidak dititiberatkan, negara akan mengalami kerugian dari segi produktiviti di masa hadapan, kerugian dari

segi kos perbelanjaan perubatan serta kos sosial untuk pencegahan dan ini akan menjadi satu liabiliti yang merugikan kepada negara.

Walaupun tingkah laku sedentari telah menjadi lazim dalam masyarakat kontemporari, terutamanya disebabkan perkembangan teknologi secara drastik, kesan terhadap tingkah laku sedentari tidak boleh dipandang enteng. Ini adalah gejala obesiti merupakan masalah kesihatan yang kian meruncing tanpa menggira had umur yang berkait rapat dengan tingkah lake sedentari (Hruby & Hu, 2016).

Analisa sistematik berkaitan tingkah laku sedentari dan obesiti oleh Prentice-Dunn dan Prentice-Dunn (2012) yang melibatkan kanak-kanak dan remaja berusia di antara 11-18 daripada negara Portugal, Usa, Germany, New Zealand menunjukkan bahawa, 7 daripada 9 kajian lepas yang telah ditinjau melaporkan tingkah laku sedentari terutamanya menonton televisyen mempunyai perkaitan positif dengan peningkatan berat badan. Selain itu, Costigan, Barnett, Plotnikoff dan Lubans (2013) turut melaksanakan tinjauan sistematik khusus terhadap remaja perempuan. Hasil laporan sistematik mendapati bahawa 17 daripada 19 literatur yang melibatkan remaja berumur 12 hingga 18 tahun daripada negara USA, Holland dan Canada turut melaporkan perkara yang sama yang mana tingkah laku sedentari mempunyai perkaitan positif dengan peningkatan berat badan dan juga berkait rapat dengan amalan pemakanan tidak sihat, masalah tidur dan kurang melakukan aktiviti fizikal.

Selain itu, Vasques, Mota, Correia dan Lopes (2012) menjalankan satu kajian di portugal melibatkan kanak-kanak sekolah dan remaja dengan mengukur tingkah laku sedentari dari segi jumlah jam dalam penggunaan kenderaan untuk pergi dan balik sekolah, memonton tv dan bermain permainan video. Hasil kajian mendapati bahawa kanak-kanak dan remaja yang menghabiskan kurang daripada 1.5 jam sehari untuk aktiviti sedentari mempunyai 75.4 % kurang risiko untuk mengalami masalah obesiti. Shang *et al.*, (2015) berpendapat bahawa jumlah masa yang lama yang diluahkan untuk menonton TV berkait dengan masalah obesiti kerana individu berkecenderungan untuk mengambil makanan ringan dan minuman soda sewaktu sedang menonton.

Coombs dan Stamatakis (2015) turut menjalankan kajian tingkah laku sedentari di England dengan melibatkan kanak-kanak dan remaja berusia 5 hingga 15 tahun. Tingkah laku sedentari yang di ukur adalah dengan mengambil kira jumlah jam yang diggunakan untuk menonton television dan waktu duduk yang diggunakan untuk menyiapkan tugas sekolah, membuat tugas seni, menggunakan komputer atau bermain permainan video. Hasil mendapati bahawa tingkah laku sedentari menonton tv mempunyai perkaitan positif dengan status berat badan

$p < 0.001$. Walaubagaimanapun, tingkah laku sedentari selain menonton televisyen mempunyai perkaitan negatif $p = 0.004$ dengan status berat badan.

Walaupun terdapat kajian yang telah dilakukan di antara tingkah laku sedentari dan obesiti di peringkat antarabangsa, namun pengkaji mendapati kajian ini masih lagi berkurangan dalam konteks negara Malaysia.

Kajian yang dijalankan oleh Peltzer dan Pengpid (2016) misalnya hanya melaporkan tahap prevalens tingkah laku sedentari sahaja di antara anggota ASEAN (Indonesia, Malaysia, Myanmar, Filipina, Thailand dan Vietnam. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa kanak-kanak dan remaja Malaysia menunjukkan peratusan tertinggi iaitu 42.7% dalam tingkah laku sedentari melebihi 3 jam sehari, diikuti Thailand 39.6% Vietnam 35%, Indonesia 33.7%, Filipina 32.3% dan Myanmar 10.5 %. Selain itu, kajian Adolescent Health Survey yang dijalankan dalam kalangan remaja Malaysia mendapati bahawa 50.1% terlibat dalam tingkah laku sedentari melebihi 3 jam sehari (Institute for Public Health, 2017).

Kajian-kajian yang melibatkan negara Malaysia adalah bersifat stand alone. Ini bererti, kajian yang dijalankan hanya melihat kadar prevalens tingkah laku sedentari sahaja. Kajian yang melaporkan dapatan perkaitan diantara tingkah laku sedentari dan obesiti di Malaysia masih berkurangan dan perlu diambil serius. Ini adalah kerana tingkah laku sedentari berkemungkinan menjadi faktor risiko terhadap masalah berat badan dalam kalangan belia di Malaysia dan intervensi yang sewajarnya diperlukan

Implikasi Dan Rumusan Kajian

Walaupun artikel ini adalah berbentuk kertas konsep, namun hasil tinjauan sorotan literatur telah membuktikan yang mana tingkah laku sedentari mempunyai perkaitan dengan obesiti. Memandangkan permasalahan ini kian menular dan menjadi polemik dalam kesihatan awam, kajian ini adalah relevan dan harus diperkembangkan dalam konteks negara Malaysia. Selain daripada tingkah laku sedentari, pengkaji meyarankan supaya kajian di masa hadapan meneliti faktor-faktor lain yang berpotensi untuk menjadi faktor risiko terhadap permasalahan obesiti. Kajian sebegini adalah wajar dan signifikan selari dengan dasar kerajaan dalam bidang keberhasilan utama (KRA) Rancangan Malaysia Kesebelas yang menitikberatkan terhadap penjagaan kesihatan berkualiti dan gaya hidup yang sihat untuk masyarakat di Malaysia. Hasil dapatan kajian di masa akan datang boleh dijadikan sebagai panduan berkaitan literasi kesihatan terutamanya untuk golongan belia di Malaysia.

RUJUKAN

- Abarca-Gyomez, L., Abdeen, Z. A., Hamid, Z. A., Abu-Rmeileh, N. M., Acosta-Cazares, B., Acuin, C., Ezzati, M. (2017). *Worldwide trends in body-mass index, underweight, overweight, and obesity from 1975 to 2016: a pooled analysis of 2416 population-based measurement studies in 128.9 million children, adolescents, and adults*. *The Lancet*, 390(10113), 2627–2642. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32129-3](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32129-3)
- Al-Domi, H. A., Faqih, A., Jaradat, Z., AL-Dalaeen, A., Jaradat, S., & Amarneh, B. (2019). *Physical activity, sedentary behaviors and dietary patterns as risk factors of obesity among jordanian schoolchildren*. *Diabetes and Metabolic Syndrome: Clinical Research and Reviews*, 13(1), 189–194. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2018.08.033>
- Asare, M., & Danquah, S. A. (2015). *The relationship between physical activity, sedentary behaviour and mental health in Ghanaian adolescents*. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 9(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s13034-015-0043-x>
- Australian Government Department of Health and Ageing. (2014). *Make your move - Sit less - Be active for life (3-17 years)*. Retrieved from [http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/F01F92328EDADA5BCA257BF0001E720D/\\$File/brochure PA Guidelines_A5_5-12yrs.pdf](http://www.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/Content/F01F92328EDADA5BCA257BF0001E720D/$File/brochure_PA_Guidelines_A5_5-12yrs.pdf)
- Badala, F., Nouri-mahdavi, K., & Raof, D. A. (2013). Patterns of Accelerometer-Assessed Sedentary Behavior in Older Women. *JAMA : The Journal of the American Medical Association*, 310(23), 2562–3. <https://doi.org/10.1001/jama.2013.278896>.
- Bakar, Y., Tugral, A., Ozel, A., Devran Altuntas, Y., & Yakut, Y. (2018). Reliability and Validity of Sedentary Behavior Questionnaire in Turkish Population: Evaluation of Psychometric Properties. *Middle East Journal of Rehabilitation and Health*, 5(2), 63576. <https://doi.org/10.5812/mejrh.63576>
- Byrom, B., Stratton, G., McCarthy, M., & Muehlhausen, W. (2016). Objective measurement of sedentary behaviour using accelerometers. *International Journal of Obesity*, 40(11), 1809–1812. <https://doi.org/10.1038/ijo.2016.136>
- Coombs, N. A., & Stamatakis, E. (2015). *Associations between objectively assessed and questionnaire-based sedentary behaviour with BMI-defined obesity among general population children and adolescents*

living in England. *BMJ Open*, 5(6), 1–7. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-007172>

Costigan, S. A., Barnett, L., Plotnikoff, R. C., & Lubans, D. R. (2013). The health indicators associated with screen-based sedentary behavior among adolescent girls: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 52(4), 382–392. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.07.018>

de F6tima Guimarras, R., da Silva, M. P., Legnani, E., Mazzardo, O., & de Campos, W. (2013). Reproducibility of adolescent sedentary activity questionnaire (ASAQ) in Brazilian adolescents. *Brazilian Journal of Kinanthropometry*, 15(3), 276–285. <https://doi.org/10.5007/1980-0037.2013v15n3p276>

Dowd, K. P., Harrington, D. M., & Donnelly, A. E. (2012). *Criterion and Concurrent Validity of the activPALTM Professional Physical Activity Monitor in Adolescent Females*. *PLoS ONE*, 7(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0047633>

Du, H., Bennett, D., Li, L., Whitlock, G., Guo, Y., Collins, R., Chen, Z. (2013). Physical activity and sedentary leisure time and their associations with BMI , waist circumference , and percentage body fat in 0 . 5 million adults : the China Kadoorie Biobank study. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 97, 487–496. <https://doi.org/10.3945/ajcn.112.046854>

Dunstan, D. W., Healy, G. N., Sugiyama, T., & Owen, N. (2009). “Too much sitting” and metabolic risk - Has modern technology caught up with us? *US Endocrinology*, 5, 29–33. <https://doi.org/10.17925/EE.2010.06.00.19>

Eurostat. (2015). *The EU in the world 2015*. <https://doi.org/10.2785/35119>

Foley, L., Maddison, R., Jiang, Y., Olds, T., & Ridley, K. (2011). It’s not just the television: Survey analysis of sedentary behaviour in New Zealand young people. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(1), 132. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-8-132>

Gonz6lez, K., Fuentes, J., & M6rquez, J. L. (2017). Physical inactivity, sedentary behavior and chronic diseases. *Korean Journal of Family Medicine*, 38(3), 111–115. <https://doi.org/10.4082/kjfm.2017.38.3.111>

- Haapala, E. A., Poikkeus, A.-M., Kukkonen-Harjula, K., Tompuri, T., Lintu, N., Vdistu, J., Lakka, T. A. (2014). *Associations of Physical Activity and Sedentary Behavior with Academic Skills – A Follow-Up Study among Primary School Children*. PLoS ONE, 9(9), e107031. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0107031>
- Hardy, L. L., Booth, M. L., & Okely, A. D. (2007). *The reliability of the Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ)*. Preventive Medicine, 45(1), 71–74. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2007.03.014>
- Hruby, A., & Hu, F. B. (2016). *HHS Public Access. Pharmacoeconomics*, 33(7), 673–689. <https://doi.org/10.1007/s40273-014-0243-x>.The
- Hussain, S. M., Urquhart, D. M., Wang, Y., Dunstan, D., Shaw, J. E., Magliano, D. J., Cicuttini, F. M. (2016). *Associations between television viewing and physical activity and low back pain in community-based adults*. Medicine (United States), 95(25). <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000003963>
- Institute for Public Health. (2017). *NATIONAL HEALTH AND MORBIDITY SURVEY 2017*.
- Inyang, M. P. (2015). *Sedentary Lifestyle: Health Implications*. IOSR Journal of Nursing and Health Science Ver. I, 4(2), 2320–1940. <https://doi.org/10.9790/1959-04212025>
- Lee, I.-M., Shiroma, E. J., Evenson, K. R., Kamada, M., LaCroix, A. Z., & Buring, J. E. (2017). *Accelerometer-Measured Physical Activity and Sedentary Behavior in Relation to All-Cause Mortality: The Women's Health Study*. Circulation, CIRCULATIONAHA.117.031300. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.117.031300>
- Lee, J., & Hong, K. (2010). *ADB Economics Working Paper Series Economic Growth in Asia : Determinants and Prospects*, (220).
- Mansoubi, M., Pearson, N., Clemes, S. A., Biddle, S. J. H., Bodicoat, D. H., Tolfrey, K., Yates, T. (2015). *Energy expenditure during common sitting and standing tasks: Examining the 1.5 MET definition of sedentary behaviour*. BMC Public Health, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1851-x>
- Marshall, S. J., & Ramirez, E. (2011). *Reducing Sedentary Behavior: A New Paradigm in Physical Activity Promotion*. American Journal of Lifestyle Medicine, 5(6), 518–530. <https://doi.org/10.1177/1559827610395487>

- Mensah, K., Maire, A., Oppert, J. M., Dugas, J., Charreire, H., Weber, C., Nazare, J. A. (2016). *Assessment of sedentary behaviors and transport-related activities by questionnaire: A validation study. BMC Public Health*, 16(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3412-3>
- Owen, N., Sparling, P. B., Healy, G. N., Dunstan, D. W., & Matthews, C. E. (2010). *Sedentary behavior: Emerging evidence for a new health risk. Mayo Clinic Proceedings*, 85(12), 1138–1141. <https://doi.org/10.4065/mcp.2010.0444>
- Parry, S., & Straker, L. (2013). *The contribution of office work to sedentary behaviour associated risk.*
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2016). Leisure time physical inactivity and sedentary behaviour and lifestyle correlates among students aged 13–15 in the association of southeast asian nations (ASEAN) member states, 2007–2013. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(2), 1–15. <https://doi.org/10.3390/ijerph13020217>
- Prentice-Dunn, H., & Prentice-Dunn, S. (2012). *Physical activity, sedentary behavior, and childhood obesity: A review of cross-sectional studies. Psychology, Health & Medicine*, 17(3), 255–273. <https://doi.org/10.1080/13548506.2011.608806>
- Ridgers, N. D., Salmon, J., Ridley, K., O’Connell, E., Arundell, L., & Timperio, A. (2012). Agreement between activPAL and ActiGraph for assessing children’s sedentary time. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 15. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-15>
- Roberts, J. D., Rodkey, L., Ray, R., Knight, B., & Saelens, B. E. (2017). *Electronic media time and sedentary behaviors in children: Findings from the Built Environment and Active Play Study in the Washington DC area. Preventive Medicine Reports*, 6, 149–156. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.02.021>
- Rosenberg, D. E., Norman, G. J., Wagner, N., Patrick, K., Calfas, K. J., & Sallis, J. F. (2010). Reliability and validity of the Sedentary Behavior Questionnaire (SBQ) for adults. *Journal of Physical Activity & Health*, 7(6), 697–705. <https://doi.org/10.1123/jpah.7.6.697>
- Rouse, P. C., & Biddle, S. J. H. (2010). An ecological momentary assessment of the physical activity and sedentary behaviour patterns of university students. *Health Education Journal*, 69(1), 116–125. <https://doi.org/10.1177/0017896910363145>

- Sallis, J. F., Slymen, D. J., Conway, T. L., Frank, L. D., Saelens, B. E., Cain, K., & Chapman, J. E. (2011). *Income disparities in perceived neighborhood built and social environment attributes*. *Health and Place*, 17(6), 1274–1283. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.02.006>
- Schoepp, N. G., Khorosheva, E. M., Schlappi, T. S., Curtis, M. S., Humphries, R. M., Angeles, L., Ismagilov, R. F. (2017). *HHS Public Access*, 55(33), 9557–9561. <https://doi.org/10.1002/anie.201602763>. Digital
- Shang, L., Wang, J. W., O’Loughlin, J., Tremblay, A., Mathieu, M. H., Henderson, M., & Gray-Donald, K. (2015). *Screen time is associated with dietary intake in overweight Canadian children*. *Preventive Medicine Reports*, 2, 265–269. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2015.04.003>
- Sugiyama, T., Cole, R., Thompson, R., Sahlqvist, S., de S6, T. H., Carver, A., & Astell-Burt, T. (2017). *Area-level socio-economic disparities in active and sedentary transport: Investigating the role of population density in Australia*. *Journal of Transport and Health*, 6(April), 282–288. <https://doi.org/10.1016/j.jth.2017.04.009>
- Thorp, A. A., Healy, G. N., Winkler, E., Clark, B. K., Gardiner, P. A., Owen, N., & Dunstan, D. W. (2012). *Prolonged sedentary time and physical activity in workplace and non-work contexts*. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9(1), 128.
- Trost, S. G., Blair, S. N., & Khan, K. M. (2014). *Physical inactivity remains the greatest public health problem of the 21st century: Evidence, improved methods and solutions using the “7 investments that work” as a framework*. *British Journal of Sports Medicine*, 48(3), 169–170. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-093372>
- van der Ploeg, H. P., & Hillsdon, M. (2017). *Is sedentary behaviour just physical inactivity by another name?* *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0601-0>
- Van Holle, V., De Bourdeaudhuij, I., Deforche, B., Van Cauwenberg, J., & Van Dyck, D. (2015). *Assessment of physical activity in older Belgian adults: Validity and reliability of an adapted interview version of the long International Physical Activity Questionnaire (IPAQ-L)*. *BMC Public Health*, 15(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1785-3>

Vasques, C., Mota, M., Correia, T., & Lopes, V. (2012). *Prevalence of overweight/obesity and its association with sedentary behavior in children*. *Revista Portuguesa de Cardiologia*, 31(12), 783–788. <https://doi.org/10.1016/j.repc.2012.03.005>

Youth Policy Organization. (2014). *Youth Policy Factsheet*. Retrieved from <http://www.youthpolicy.org/factsheets/>

Zukiewicz-Sobczak, W., Wryblewska, P., Zwoliski, J., Chmielewska-Badora, J., Adamczuk, P., Krasowska, E., Silny, W. (2014). *Obesity and poverty paradox in developed countries*. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 21(3), 590–594. <https://doi.org/10.5604/12321966.1120608>

Profil Penulis:

Amiraa Ali Mansor

*Pelajar Doktor Falsafah Psikologi Sosial
Jabatan Sains Kemasyarakatan Dan Pembangunan
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
amiraa.am@gmail.com*

Prof Madya Dr Haslinda Abdullah

*Timbalan Dekan Penyelidikan dan Inovasi
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
lynn@upm.edu.my*

Prof Madya Dr Asnarulkhadi Abu Samah

*Pengarah
Institut Pengajian Sains Sosial
Universiti Putra Malaysia
asnarul@upm.edu.my*

Profesor Dr Ahmad Hariza Hashim

*Dekan
Fakulti Ekologi Manusia
Universiti Putra Malaysia
ahariza@upm.edu.my*

BIG FIVE PERSONALITY TRAITS, SELF-ESTEEM AND AGGRESSIVE BEHAVIOUR AMONG ADOLESCENTS IN SELANGOR

ADIBAH AZMAN, AMNA MD NOOR & AZLINA MOHD KHIR

ABSTRACT

Aggressive behaviour is an important issue especially among teenagers. The objectives of the present study is to identify the relationship between big five personality factors and aggressive behaviour as well as to examine the mediation effect of self-esteem on the relationships between big five personality factors and aggressive behaviour. This research involved 400 secondary school students from state of Selangor which is were selected through random sampling method at 9 secondary schools. Big five personality factors (openness, conscientiousness, extraversion, agreeableness, neuroticism) as independent variables were measured by using Big Five Inventory (BFI). Self-esteem as mediator variables was evaluated by Rosenberg Self-Esteem Scale, meanwhile, aggressive behaviour (physical aggression, verbal aggression, anger and hostility) as a dependent variable was assessed by Buss Perry Aggression Questionnaire (BPAQ). The results indicated that openness was significantly correlated with hostility ($r = .144$) and conscientiousness indicated a significant correlation with physical aggression ($r = -.291$), anger ($r = -.131$) and hostility ($r = -.100$). In addition, the results also signified that extraversion correlates significantly with only one sub scale of aggressive behaviour namely verbal aggression ($r = .145$). Agreeableness appeared to be significantly correlated with all aggressive behaviour which were; physical aggression ($r = -.305$), verbal aggression ($r = -.194$), anger ($r = -.183$) and hostility ($r = -.188$). Meanwhile, neuroticism illustrated a significant correlation with physical aggression ($r = .118$), anger ($r = .173$) and hostility ($r = .288$). Besides that, the present study also had identified that self-esteem mediates the relationship between three dimension of Big Five Personality namely conscientiousness, agreeableness, neuroticism with aggressive behaviour. The results of this study have important implications for those involved in school and adolescents systems. Awareness about the influence and impact of self-esteem, personality trait and aggressive behaviour to those involved in adolescents' development system is very important. This knowledge will contribute to the development of more positive program to overcome aggressive behaviour problem among school student, for example in drafting any related program, the self-esteem and personality traits of each student must takes into consideration to ensure the enhancement of psychosocial well-being of adolescents will be achieve.

Keywords: *Adolescents, Aggressive Behaviour, Big Five Personality Factor, Self-Esteem*

ABSTRAK

Isu tingkah laku agresif adalah penting diberi perhatian terutama dalam kalangan

remaja. Objektif kajian ini adalah untuk mengenal pasti hubungan antara lima trait faktor personaliti (*big five personality factor*) dengan tingkahlaku agresif, juga mengkaji kesan estim diri (*self esteem*) sebagai pengantaraan (*mediation effect*) terhadap hubungan tersebut. Kajian ini melibatkan 400 pelajar sekolah menengah dari negeri Selangor yang dipilih melalui kaedah pensampelan rawak di sembilan buah sekolah menengah. Lima faktor personaliti (*keterbukaan, ketelitian, eksroversi, kesetujuan, neurotisme*) sebagai pemboleh ubah bebas diukur dengan menggunakan *Big Five Personality Inventory (BFI)*. Sementara estim diri sebagai pemboleh ubah perantara dinilai menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale*, manakala tingkah laku agresif (*agresif fizikal, agresif lisan, kemarahan dan permusuhan*) sebagai pemboleh ubah bergantung diukur menggunakan *Buss Perry Agrarian Questionnaire (BPAQ)*. Hasil kajian menunjukkan bahawa keterbukaan mempunyai hubungan yang signifikan dengan permusuhan ($r=.144$), ketelitian mempunyai hubungan yang signifikan dengan agresif fizikal ($r=-.291$), kemarahan ($r = -.131$) dan permusuhan ($r=- .100$). Hasil kajian juga menunjukkan bahawa ekstroversi mempunyai hubungan yang signifikan dengan hanya satu sub skala tingkah laku agresif iaitu agresif lisan ($r=.145$). Kesetujuan mempunyai hubungan yang signifikan dengan semua tingkah laku agresif iaitu, agresif fizikal ($r=-.305$), agresif lisan ($r = -.194$), kemarahan ($r =-.183$) dan permusuhan ($r=-.188$). Sementara itu, neurotisme mempunyai hubungan yang signifikan dengan agresif fizikal ($r=.118$), kemarahan ($r = .173$) dan permusuhan ($r = .288$). Kajian ini juga mengenal pasti bahawa estim diri bertindak sebagai perantara (*mediator*) dalam hubungan antara tiga trait *Big five personaliti* iaitu ketelitian, kesetujuan dan neurotisme dengan tingkah laku agresif. Hasil kajian ini mempunyai implikasi penting bagi mereka yang terlibat dalam sistem sekolah dan remaja. Kesedaran mengenai pengaruh dan kesan estim diri, trait personaliti dan tingkah laku agresif kepada mereka yang terlibat dalam sistem pembangunan remaja adalah sangat diperlukan. Pengetahuan ini akan menyumbang kepada pembangunan program yang lebih positif untuk mengatasi masalah tingkah laku yang agresif dalam kalangan pelajar sekolah, contohnya dalam merangka mana-mana program yang berkaitan, sikap, estim diri, trait personaliti dan tingkahlaku agresif setiap pelajar perlu diambil kira untuk memastikan peningkatan keadaan psikososial yang lebih baik dapat dicapai melalui program-program tersebut.

Kata Kunci: Remaja, Tingkahlaku Agresif, 5 faktor personaliti trait (Big five personaliti trait), Estim Diri

INTRODUCTION

Aggression is human tragedy that can occurred in its most extreme forms. The rate of homicide case had increased rather than decrease in its number especially among industrialized countries and most obviously seen in the United States after World War II. There were few causes that had made aggression increase such as; accessibility of guns (O'Donell, 1995), global warming (Anderson *et al.* 1997) and the widespread exposure to violent

entertainment and social media (Bushman & Huesman, 2001) which can contribute to the high level of violence and aggression in societies. Aggression had been defined as an emotional state, which is accompanied with a desire to attack others driven by the internal or external factors (Adam & Berzonsky, 2003). In human aggression, it is hard to interpret research findings and theories about aggression without a clear definition and many different definitions have been used in history (Warburton & Anderson, 2015). The definition of aggression among social psychologists have converged around the notion that aggression is any behaviour related with the intention to harm other person (Anderson & Bushman, 2002; Bushman & Huesman, 2010). Teenagers or young adolescents of today that were exposed with a lots of influence from social media and modern high technologies gadgets were assume to have higher chance to involved with this negative behaviour.

OBJECTIVES

The purpose of this research is to identify whether there are correlations between the big five personality factors of the adolescents and their aggressive behaviour. This study consists of two objectives that going to be investigated and the objectives proposed are, (1) To identify the relationship between big five personality factors and aggressive behaviour among the adolescents and (2) To examine the mediation effect of self-esteem on the relationships between big five personality factors and aggressive behaviour among the adolescents in Selangor.

LITERATURE REVIEW

Aggressive Behaviour and Adolescents

Human aggression and violence are perceived as one of the major public health problems that have the capability of tearing the structure of communities apart and eroding the well-being of society (Mohammad Rahim Kamaluddin, Nadiyah Syariani Md Shariff, Azizah Othman, Khaidzir Hj. Ismail & Geshina Ayu Mat Saat, 2014). Paul-Cookey and Iwuama (2011) mentioned that aggression in one of the major worldwide concerns in all segment of societies. People frequently read or hear about gang battles, shootings, bombings or actually become victims of such actions. These events are some of the most extreme examples of the aggression that take place everyday in people daily life (Paul-Cookey & Iwuama, 2011). In Malaysia, the aggressive behaviour among the youngsters in Malaysia increase year after year (Rahman, M. N, *et. al*, 2013).

Supported, it was found that, for a period from January 6 until April 2016, the crime cases including aggression was recorded to be at 38, 877 cases. The total cases showed an increase for 4.6% compared to

the same period on 2015 (Utusan Malaysia, May 2016). Furthermore, the crime and violent among the adolescents due to aggression increase at 2013 which recorded 7,816 cases compared to 3,700 cases on 2012. Heavy crimes involving the adolescents who had finished their school recorded a tremendous increase of 137% to 2,011 cases on 2013 compared to 849 cases on 2012 (Harian Kosmo, October 2014). As a developing country in South-East Asia region, Malaysia is also one of the country where aggressive-related behaviours such as bullying and physical fighting is reported to be at 28% involving the adolescents (Mat Hussin, Abd Aziz, Hasim, & Sahril, 2014) compared to 13.3% of the Dutch adolescents (Jansen, Veenstra, Ormel, Verhulst, & Reijneveld, 2011). In addition, according to STAR online newspaper dated September 24, 2017, more studies are needed since there are seems to be an emerging patterns of aggressive behavior among youths in Malaysia.

Personality and Aggressive Behaviour

Personality factors are known to be more useful when predicting the negative or offensive behaviour because it is relatively stable, even though, aggression was said to be multi-determined (Sarchiapone, Carli, Cuomo, Marchetti, & Roy, 2009). According to Hall, Lindzey and Campbell (1998) personality factors can guide, while Pervin (1993) stated that personality aspects can provide explanations toward the offensive behaviour or behaviour of a particular person. Along in line with these thoughts, there is an evidence that personality factors are more crucial compared to environmental factors in creating or developing the aggressive traits in certain individual (Ferguson, Cruz, Martinez, Rueda, Ferguson and Negy, 2008). Allport (1961) stated that personality is defined as a “dynamic organization that contains inside the person, a psychophysical systems that create the person’s characteristic patterns of behaviour, thoughts and feelings”. The term used when referring to the construct identified by the five factor is known as personality dimensions while the term personality variables is used when referring to the measured construct that available in the empirical literature or aggressive behaviour. Few researchers had perform the studies to understand the relationship between aggressive behaviour and personality dimensions by using the five factor model (Gleason, Jensen-Campbell & Richardson, 2004; Graziano, Jensen-Campbell & Hair, 1996; Suls, Martin & David, 1998). They had found that neuroticism and agreeableness dimension had appeared to be particularly related with aggression (Costa, McCrae & Dembroski, 1989; Gleason *et. al.*, 2004; Graziano *et. al.*, 1996; Miller *et. al.*, 2003 & Suls *et. al.*, 1998).

Self-Esteem and Aggressive Behaviour

Self-esteem refers to one’s affective or evaluative appraisal of the self, that is, self-esteem reflects the extent to which a person likes or dislikes the self

or the extent to which a person thinks positively or negatively of them self (Baumeister, 1993, 1998). Brown (1993) and Pelham (1995) stated that self-esteem can be global which it reflecting an overall appraisal of the self-esteem. Self-esteem also can be specific where it reflect the appraisal of a given domain of the self, such as academic competence, physical appearance or athletic ability. Self-esteem can be widely defined as the overall evaluation of oneself in either a positive or negative way (Malbi & Reasoner, 2000). Self-esteem is essentially self-competence and self-worth of an individual. The relationship between aggressive behaviour and self-esteem among youth has received renewed attention during the past decade and it is a topic of debate among many researchers (Donellan, Trzesniewski, Robin, Moffitt & Caspi, 2005).

The link between global self-esteem and aggression was being debated by few researchers in the well-known media (Baumeister *et. al*, 2003; DuBois & Tevendale, 1999). Researchers on one side of the debate have argued that individuals with low self-esteem are easily attracted to real-world externalizing problems such as delinquency and antisocial behavior (Fergusson & Horwood, 2002; Rosenberg *et. al*, 1989; Spratt & Doob, 2000). However, other researchers have questioned this statement, noting that several studies have failed to find a relation between low self-esteem and externalizing problems (Bynner *et. al*, 1981; Jang & Thornberry, 1998; McCarthy & Hoge, 1984). In addition to this study, self-esteem is an important part of a stable personality system.

The relationship between self-esteem and aggressive behaviour, however, is not clear (Zhaojun Teng & Yanling Liu, 2013). Few studies have examined this issue, and those that have offer conflicting results. According to one school of ego threat theory, people with low self-esteem are prone to aggressive behaviour; researchers have shown that negative emotions among people with low self-esteem such as depression, anxiety and anger may be predictive of aggression and violence (Lee & Hankin, 2009; Verona, Parick & Lang, 2002). However, other researchers have proposed that people with high self-esteem are more aggressive in their behaviour (Donnellan *et. al*, 2005). Baumeister *et. al* (2000) suggested that “future research can benefit from discarding the obsolete view that low self-esteem causes violence”.

Most of the previous researches investigated the relationship between aggressive behaviour and self-esteem, however, self-esteem in this current research act as the mediating variables that going to be investigate its effect on the relationship between personality traits and aggressive behaviour. Mostly, there were number of previous research which had used self-esteem as mediating effect to investigate its role in parenting styles and aggression (Narjes Khatoon Zabihi Hesari & Efaha Hejazi, 2011) and

only limited number of past study associated with self-esteem as mediating variable in between personality traits and aggression relationship.

METHODOLOGY

Sample Size

According to Ministry of Education, there are 2394 secondary schools throughout whole Malaysia and was comprised of 2, 220, 679 students in 2016. The researcher had pick state of Selangor as subject area to carry out the research. According to Official Portal of Selangor Education Department, in 2015, the total enrolment for the secondary students within the state of Selangor are 384,779 students which comprise of all districts. After the number of population had been identified, Raosoft sample size calculator had been utilized with 95% confident interval which showed that the required number of respondents were at least 382 students out of the total population.

Sampling Process

Raosoft Sample Size Calculator was utilized in order to identify the suitable number of respondent (N) which is 382 students were suggested as a sample out of total population in Selangor (384,779 secondary school student in 2015), however, the research had set the sample to 400 students. After that, the districts of the state were identified and all districts were selected as the research location. Then, the researcher listed all schools that contains within each district and a school was selected to represent each district in Selangor. The selection of the schools for each district were using one of the popular approach that minimized the relevance of bias in the process of random sampling which is the method of lottery.

Measure and Instruments

The questionnaires contains few different parts, Part A where the items will allow the researcher to obtain the demographic information of the respondents such as their age, gender, race and religion. Part B is Big Five Inventory (BFI) which contain 44-item scale of five main personality was used to examine the personality traits of the respondents. The following are the example of questionnaires that represent each personality factor and all questionnaires in this instruments begin with, "I see myself as someone who..." "Is original, comes up with new ideas" (Openness), "Does a thorough job" (Conscientiousness), "Is full of energy" (Extraversion), "Is helpful and unselfish with others" (Agreeableness) and "Is depressed, blue" (Neuroticism). Part C is Buss Perry Aggression Questionnaire which consist 29-item scale of physical aggression, verbal aggression, anger and hostility, was used to identify the aggression among the schools students. Following are the example of items that represents each aggression subscale that were listed in this instrument to measure respondents' aggressive

behaviour; “Once in a while, I can’t control the urge to strike another person” (physical), “I tell my friend openly when I disagree with them” (verbal), “I flare up quickly but get over it quickly” (anger) and “I am sometimes eaten up with jealousy” (hostility). The cronbach’s alpha for both BFI and Buss Perry Aggression Questionnaire is 0.693 and 0.834 respectively. All of the instruments were translated and printed in bilingual which were Malay and English before distributed to the respondents.

RESULTS AND FINDING

Table 1 showed the correlation results between big five personality factors and aggressive behaviours among the adolescents, The results indicated that openness was found to has no significant relationship with physical aggression ($r = -.040$, $p > 0.05$). The results also revealed that openness yielded positively insignificant relationship with verbal aggression ($r = .029$, $p > 0.05$) and, openness was found to has no significant relationship with anger ($r = .036$, $p > 0.05$), meanwhile this personality factor appears to have positive significant relationship with neuroticism ($r = .144$, $p < 0.01$).

Table 1: The Correlation between Big Five Personality Factors and Aggressive Behaviour

Big Five Personality Factors		Physical Aggression	Verbal Aggression	Anger	Hostility
Openness	Pearson	-.040	.029	.036	.144***
	Correlation	.426	.559	.477	.004
	Sig (2-tailed)				
Conscientiousness	Pearson	-.291***	.017	-.131***	-.100*
	Correlation	.000	.740	.009	.045
	Sig (2-tailed)				
Extraversion	Pearson	-.042	.145***	-.008	-.034
	Correlation	.408	.004	.866	.499
	Sig (2-tailed)				
Agreeableness	Pearson	-.305***	-.194***	-.183***	-.188***
	Correlation	.000	.000	.000	.000
	Sig (2-tailed)				
Neuroticism	Pearson	.118*	.018	.032	.173***
	Correlation			.525	.000
	Sig (2-tailed)				.000

Note: *** Correlation is significant at 0.00 level (2-tailed), * Correlation is significant at 0.05 level (2-tailed)

Correspondingly, the results in Table 1 indicate that conscientiousness was found to has negative significant relationship with physical aggression ($r = -.291$, $p < 0.01$) while, conscientiousness was also revealed to has no significant relationship with verbal aggression ($r = .017$,

$p > 0.05$). Furthermore, the results also illustrated that conscientiousness holds a negative significant relationships with anger ($r = -.131$, $p < 0.01$) and hostility ($r = -.100$, $p < 0.05$).

Results in Table 1 (Appendix 1) also revealed that extraversion does not have a significant relationship with physical aggression ($r = -.042$, $p > 0.05$) meanwhile, the findings shows that extraversion was positively significant related with verbal aggression ($r = .145$, $p < 0.01$). Extraversion was found to have insignificant relationships with anger ($r = .008$, $p > 0.05$) and neuroticism ($r = -.034$, $p > 0.05$).

Table 1 illustrated that agreeableness had a negative significant relationship with physical aggression ($r = -.305$, $p < 0.01$). Besides that, the finding also show that agreeableness holds a negative significant correlation with verbal aggression ($r = -.194$, $p < 0.01$) and agreeableness possessed a negative relationships with both anger ($r = -.183$, $p < 0.01$) and hostility ($r = -.188$, $p < 0.01$) respectively. Furthermore, table 1 show that neuroticism had a positive significant relationship with physical aggression ($r = .118$, $p < 0.05$) meanwhile, neuroticism was found to hold an insignificant relationship with verbal aggression ($r = .032$, $p > 0.05$). Neuroticism also was discovered to own a positive significant relationships with anger ($r = .173$, $p < 0.01$) as well as hostility ($r = .288$, $p < 0.01$).

According to the results of the current study, for physical aggression, those who are higher in conscientiousness and agreeableness, have lower likely to involve with physical aggression, meanwhile those who were higher in neuroticism are higher in performing this type of aggression. As for verbal aggression, the respondents who are higher in extraversion, have higher tendency to commit verbal aggression while, those who are higher in agreeableness, have lower tendency to verbal aggression. In addition, based on the results portrayed, those who are higher in conscientiousness, extraversion and agreeableness are those who are lower in performing anger, meanwhile, the respondents who are higher in neuroticism were those who are higher tendency to involve with anger. Finally, as for hostility, it revealed that those who are higher in openness and neuroticism, have higher level to be involve with hostility, meanwhile those who are higher in conscientiousness, and agreeableness, have lower tendency to commit hostility.

The findings of the current study found that openness only correlates positively with hostility, therefore, this current finding is partly supported by Gleason *et. al* (2004), which he mentioned that Openness is characterized by being intellectual, polished and independent-minded and individual who possessed this personality trait tends to be unrelated to aggressive behaviour; thus, this current findings shows that openness only

have significant correlation with hostility and not with other aggressive behaviours – physical, verbal and anger. In addition, conscientiousness was revealed to have significant relationship with physical, anger and hostility, hence this recent study was in line with previous research where Wiebe (2004) stated that Conscientiousness in the Big Five Factor was found to be predictive of criminal and aggressive behaviour. However, it is opposed with finding from Sharpe and Desai (2001), where Conscientiousness is characterized by being responsible, orderly and dependable, hence individual who has this trait, tends to be negatively related to aggressive behaviour.

Besides that, extraversion was found to be significantly related with only verbal aggression in this current research. John and Srivastava (1999) characterized extraversion as being talkative, assertive and energetic and its relation with aggressive behaviour are mixed. However, Sharpe and Desai (2001) found that self-reported physical aggression and extraversion was negatively correlated, meanwhile, in line with current research finding were Gallo and Smith (1998) who had found a significant relation between extraversion and aggressive behaviour; which in this study case, extraversion were correlated with verbal aggression. Agreeableness in this current research was revealed to significantly related with physical aggression, verbal aggression, anger and hostility. This findings are in line with previous research where agreeableness dimension had appeared to be particularly related with aggressive behaviour (Costa, McCrae & Dombroski, 1989; Gleason *et. al.*, 2004; Graziano *et. al.*, 1996; Miller *et. al.*, 2003 & Suls *et. al.*, 1998). In addition, John and Srivastava (1999) also had found that agreeableness is the most concrete Big Five predictor of aggressive behaviour where this kind of personality traits is characterized as good-natured, trustful and cooperative. Furthermore, Wiebe (2004) stated that personality trait of agreeableness in the Big Five was found to be predictive of criminal and aggressive behaviour.

However, Gleason (2004) and Heaven (1996) mentioned that agreeableness is negatively related to self-report and peer-report aggressive behaviour. Supported by Sharpe and Desai (2001), where they stated that agreeableness tends to be negatively related to aggression. Extended to this, person that showed low in agreeableness were more likely to involve in destructive conflict resolution tactics such as physical action, threats and undermining others' self-esteem were appropriate in response to interpersonal conflicts scenarios compared those who high in agreeableness (Jensen-Campbell & Graziano, 2001; Jensen-Campbell, Gleason, Adams & Malcolm, 2003). The results also portrayed that Neuroticism have significant relationship with aggressive behaviours; openness, anger and hostility. Therefore, this current research finding are in line with Sharpe and Desai (2001), where they also had found that Neuroticism is characterized

as easily being upset and emotionally unstable and it is significantly related to aggressive behaviour. Moreover, theorizing and research suggested that neuroticism may predict different propensities for hostility and aggression. Neurotic hostility (e.g. “hot-blooded” hostility) and antagonistic hostility (e.g. “cold-blooded” hostility) had been distinguish and stated that “whereas neurotic hostility is exemplified by cynicism, callousness and lack of cooperation” (Costa *et. al*, 1998).

In addition, neuroticism dimensions had been linked to particulars patterns of aggressive behaviour (Costa *et. al*, 1998). Hennig, Reuter, Netter, Burk and Landt (2005) labelled the two factors of aggression identified in their analysis as Neurotic Hostility and Aggressive Hostility which somewhat consistent with the previous research distinctions. In addition, neuroticism is positively related to vengefulness (McCullough, Bellah, Kilpatrick, & Johnson, 2001). Sharpe and Desai (2001) found that Neuroticism is significantly related to anger and hostility (aggressive emotions).

Table 2 showed the mediating test results of openness on aggressive behaviour through self-esteem. It shows the direct effect of openness on aggressive behaviour (c’ path) is insignificant (b= .399, p= .111). In addition, the direct effect of openness on self-esteem (a path) is significant (b= -.120, p< .05). Furthermore, the relationship between self-esteem and aggressive behaviour (b path) is found significant as well (b= .950, p< .01). Thus, self-esteem does not mediate the relationship between openness and aggressive behaviour.

Table 2: Mediating Test of Openness on Aggressive Behaviour through Self-Esteem

IV	DV	B	SE	β	t	p
Openness	Aggressive Behaviour	.399	.249	.079	1.598	.111
Openness	Self-Esteem	-.120	1.776	-.120	-2.405	.017*
Self-Esteem	Aggressive Behaviour	.950	.248	.190	3.824	.000***

Note: B= Unstandardized Coefficient; Beta= Standardized Coefficient; *** p< .00, * p< .05

In addition, table 3 illustrated the mediating results for conscientiousness on aggressive behaviour through self-esteem. The results indicated that the direct effect of conscientiousness on aggressive behaviour (c’ path) is significant (b= -.704, p< .00). In addition, the results tabulated in table 3 (Appendix 3) also illustrated that the direct effect of conscientiousness on self-esteem (a path) is significant (b= -.256,

$p < .00$). The results also revealed that the relationship between self-esteem and aggressive behaviour (b path) is significant as well ($b = .690$, $p < .00$). Hence, self-esteem mediated the relationship between conscientiousness and aggressive behaviour.

Table 3: Mediating Test of Conscientiousness on Aggressive Behaviour through Self-Esteem

IV	DV	B	SE	β	t	p
Conscientiousness	Aggressive Behaviour	-.704	.235	-.152	-3.000	.003***
Conscientiousness	Self-Esteem	-.256	1.376	-.278	-5.772	.000***
Self-Esteem	Aggressive Behaviour	.690	.255	.138	2.709	.007***

Note: B= Unstandardized Coefficient; Beta= Standardized Coefficient; *** $p < .00$,

Table 4 shows the result of mediating for extraversion on aggressive behaviour through self-esteem. The results illustrated that the direct effect of extraversion on aggressive behaviour (c' path) is insignificant ($b = .109$, $p = .671$). Besides that, the results also revealed that the direct effect of extraversion on self-esteem (a path) was found to be significant ($b = -.115$, $p < .05$). Similarly, the relationship between self-esteem and aggressive behaviour (b path) is also significant ($b = .915$, $p < .01$). Thus, extraversion does not mediate the relationship between extraversion and aggressive behaviour.

Table 4: Mediating Test of Extraversion on Aggressive Behaviour through Self-Esteem

IV	DV	B	SE	β	t	p
Extraversion	Aggressive Behaviour	.109	.255	.021	.426	.671
Extraversion	Self-Esteem	-.115	1.421	-.112	-2.256	.025*
Self-Esteem	Aggressive Behaviour	.915	.249	.182	3.673	.000***

Note: B= Unstandardized Coefficient; Beta= Standardized Coefficient; *** $p < .00$, * $p < .05$

Moreover, table 5 (Appendix 5) presents the mediating results for agreeableness on aggressive behaviour through self-esteem. The results indicates that the direct effect of agreeableness on aggressive behaviour

(c' path) is significant ($b = -1.424, p < .00$). In addition, the direct effect of agreeableness on self-esteem (a path) is significant too ($b = -.166, p < .00$). Moreover, the relationship between self-esteem and aggressive behaviour (b path) is found to significant as well ($b = .686, p < .01$). Thus, agreeableness does mediate the relationship between agreeableness and aggressive behaviour.

Table 5: Mediating Test of Agreeableness on Aggressive Behaviour through Self-Esteem

IV	DV	B	SE	β	t	p
Agreeableness	Aggressive Behaviour	-1.424	.252	-.271	-5.642	.000***
Agreeableness	Self-Esteem	-.166	.052	-.159	-3.214	.001***
Self-Esteem	Aggressive Behaviour	.686	.241	.137	2.845	.005***

Note: B= Unstandardized Coefficient; Beta= Standardized Coefficient; *** $p < .00$

Table 6 (Appendix 6) signify the mediating results for neuroticism on aggressive behaviour through self-esteem. The results tabulated in the table illustrated that the direct effect of neuroticism on aggressive behaviour (c' path) is significant ($b = .785, p < .01$). In addition, the direct effect of neuroticism on self-esteem (a path) is significant ($b = .218, p < 0.01$). Moreover, the relationship between self-esteem and aggressive behaviour (b path) is found to significant as well ($b = .667, p < .01$). Thus, neuroticism mediated the relationship between agreeableness and aggressive behaviour.

Table 6: Mediating Test of Neuroticism on Aggressive Behaviour through Self-Esteem

IV	DV	B	SE	β	t	p
Neuroticism	Aggressive Behaviour	.785	.215	.184	3.658	.000***
Neuroticism	Self-Esteem	.218	.041	.256	5.286	.000***
Self-Esteem	Aggressive Behaviour	.667	.252	.133	2.647	.008***

Note: B= Unstandardized Coefficient; Beta= Standardized Coefficient; *** $p < .00$

The current results illustrated that self-esteem mediated the relationship between personality traits and aggressive behaviour. Despite of that, literature concerning to self-esteem as mediator between the relationship of personality traits and aggressive behaviour were limited in numbers. However, the literature concerning variables related to adolescents' risky behaviours indicate that social support functions as a

buffer, protecting the individual against stress sources in life. Whilst social support is effective in helping individuals cope with stressful life events that may lead to delinquency and aggression (Callaghan & Morrissey, 1993; Shonkoff, 1984) and is effective in overcoming psychological problems (Lara, Leader & Klein, 1998). Adolescents' risky behaviour include tobacco use, alcohol abuse or other illicit drug use, risky driving (Amett, 2000; Jessor, 1991), substance abuse (Lerner, 2002), delinquency behaviours (Amett, 2000; Jessor, 1991; Lerner, 2002), aggression (Jessor, 1991), school failure or dropping out, crime and violence (Lerner, 2002).

As another concept, adolescents "intrapersonal strength", such as high self-esteem (Donellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt & Caspi, 2005; Leary, Tambor, Terdal & Downs, 1995), were significantly associated with risk behaviour in adolescents (Salazar *et. al*, 2005). According to this, the adolescents can be protected from engaging with risky behaviour by increasing the self-esteem (Wild, Fisher, Bhana & Lombard, 2004). Furthermore, it was revealed that changes in self-esteem mediated the effects of social support on both the emotional and behavioural adjustment of early adolescents (DuBois *et. al*, 2002). Low self-esteem is related to a variety of psychological difficulties, including substance abuse, teenage pregnancy, academic failure, criminal behaviour (Leary, 1999), as well as risky behaviour such as aggression, irresponsible sexual behaviours or being a member of deviant group (Leary, Schreindorfer & Haupt, 1995), with levels of risk engagement (Donellan *et. al*, 2005).

Narjes Khatoon Zabihi Hesari and Elahe Hejazi (2011) had conducted a research pertaining to self-esteem as mediating role in relationship between parenting style and aggressive behaviour. They found that authoritative parenting style has direct, positive and meaningful effect on self-esteem and a direct, negative and meaningful relationship with aggression. The results further suggest that self-esteem has a direct, negative and meaningful relationship with aggression. The overall findings demonstrate that the proposed model fits the data relatively well.

CONCLUSION

The outcomes of this study clearly indicated that personality traits that were significantly correlated with aggressive behavior. Openness is characterized by being intellectual, polished and independent-minded and individual who possessed this personality trait tends to be unrelated to aggressive behaviour; thus, this current findings shows that openness only have significant correlation with hostility. Conscientiousness was revealed to have significant relationship with physical, anger and hostility, hence this study was in line with previous research where Wiebe (2004) stated that Conscientiousness in the Big Five Factor was found to be predictive

of criminal and aggressive behaviour.

Besides that, extraversion was found to be significantly related with only verbal aggression in this current research. Character of extraversion personality is being talkative, assertive and energetic and its relation with aggressive behaviour are mixed. In this study extraversion were correlated with verbal aggression and agreeableness was revealed to significantly related with physical aggression, verbal aggression, anger and hostility. This findings are in line with previous research where agreeableness dimension had appeared to be particularly related with aggressive behaviour (Costa, McCrae & Dembroski, 1989; Gleason *et. al*, 2004; Graziano *et. al*, 1996; Miller *et. al*, 2003 & Suls *et. al*, 1998).

The results also portrayed that Neuroticism have significant relationship with aggressive behaviours; openness, anger and hostility. Neuroticism is characterized as easily being upset and emotionally unstable and it is significantly related to aggressive behaviour. Self-esteem generates a significant mediator effect onto personality traits namely; conscientiousness, agreeableness and neuroticism with aggressive behaviour. Donellan *et. al* (2005) proposed that individual who have high self-esteem are prone to be more aggressive in their behaviour while there were few studies suggested that people who have low self-esteem are more easily attracted to commit aggressive behaviour (Fergusson & Horwood, 2002; Rosenberg *et. al*, 1989; Sprott & Doob, 2000).

ACKNOWLEDGEMENT

The authors are very grateful and would like to thank the Department of Social Sciences and Development and also to Universiti Putra Malaysia (UPM), which has provided the necessary facilities for the authors to carry out the research. In addition, thousands of appreciation also goes to the lecturers of the Faculty of Human Ecology and family for the helpful role in this study.

REFERENCES

- Abdul Malek Rahman., Mohamad Nasir., Sabariah Siron., Md. Noor., Ab. Aziz Yatim., Muhammad Bazlan., Ahmad Jazimin., & Nur Junainah. (2013). Aggressive behavior phenomenon among teenagers in schools: prevention and treatment. *International Journal of Arts and Commerce*. 2(3), 58-62.
- Adams, G.R., & Berzonsky, M.D. (2003). *Blackwell Handbook of Adolescence*. Oxford: Blackwell Sci.

- Allport, G.W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Amadi, N. G., Ahamefule., Ogadimma, M. & Tunde, T., O. (2015). Influence of personality and demographic factor on aggressive behaviour among secondary school adolescents. *British Journal of Psychology Research*. 3(1), 1-6.
- Anderson C.A., Bushman, B.J., & Groom, R.W. (1997). Hot years and serious and deadly assault: empirical tests of the heat hypothesis. *Journal of Social Psychology*. 16:1213-23.
- Anderson, C.A., & Bushman, B.J., (2002). *Human aggression*. Annual Review of Psychology. (53), 27-51.
- Berkowitz, L. (1990). *On the formation and regulation of anger and aggression: a cognitive neoassociationistic analysis*. American Psychologist (45), 494-503.
- Bettencourt, B.A., Talley, A., Benjamin, A.J., & Valentine, J. (2006). *Personality and aggressive behaviour under provoking and neutral conditions: A meta-analytic review*. Psychological Bulletin. 132(5), 751-777.
- Brown, J. D. (1993). *Self-esteem and self-evaluations: feelings is believing*. In J. Suls, *Psychological perspective on the self*, pp. 27-85. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Bushman, B.J., & Huesman, L.R. (2001). *Effects of televised violence on aggression*. In Handbook of Children and the Media, ed. D Singer, J Singer, pp. 223-54. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Bushman, B.J., & Huesman, L.R., (2010). Aggression. In: Fiske S.T., Gilbert, D.T., Lindzey, G. (Eds.) Handbook of social psychology. 5(2). John Wiley & sons, Hoboken, NJ, pp. 833-863. Substance abuse and addiction. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*. 34 (3), 339-345.
- Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2005). *Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency*. Psychological Science, 16, pp. 328–335.
- DuBois, D. L., Burk-Braxton, C., Swenson, L. P., Trevendale, H. D., Lockerd, E. M., & Moran, B. L. (2002). *Getting by with a little help from self and others: self-esteem and social support as resource during early*

adolescence. *Developmental Psychology*, 38, pp. 822-839.

Ferguson, G.J., Cruz, A.M., Martinez, D., Rueda, S.M., Ferguson, D.E., & Negy, C. (2008). Personality, parental and media influences on aggressive personality and violent crime in young adults. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*. 17(4), 395-414.

Gleason, K. A., Jensen-Campbell, L. A., & Richardson, D. S. (2004). *Agreeableness as a predictor of aggression in adolescence*. *Aggressive Behavior*, 30, 43-61.

Hall, C.S., Lindzey, G. & Campbell, J.B. (1998). *Theories of personality*. Ed.4. London.

Hennig, J., Reuter, M., Netter, P., Burk, C., & Landt, O. (2005). *Two types of aggression are differentially related to serotonergic activity and the A779C TPH polymorphism*. *Behavioral Neuroscience*, 119, pp. 16-25.

Jansen, D. E., Veenstra, R., Ormel, J., Verhulst, F. C., & Reijneveld, S. A. (2011). *Early risk factors for being a bully, victim, or bully/victim in late elementary and early secondary education*. The longitudinal TRAILS study. *BMC Public Health*, 11, pp. 440.

Landsford, J.E. (2012). *Boys' and girls' relational and physical aggression in nine countries*. *Aggressive behaviour*. 38(4), 298-308.

Lenhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., MacGill, A., Evans, C., & Vitak, J. (2008). *Teens, videogames and civics*. Washington, DC: Pew Internet & American Life Project.

Mat Hussin, S. F., Abd Aziz, N. S., Hasim, H., & Sahril, N. (2014). Prevalence and factors associated with physical fighting among Malaysian adolescents. *Asia Pacific Journal of Public Health*, 26(5), pp. 108S-115S.

Miller, J. D., Lynam, D., & Leukefeld, C. (2003). *Examining antisocial behavior through the five-factor model of personality*. *Aggressive Behavior*, 29, pp. 497-514.

O'Donnell C.R. (1995). *Firearm deaths among children and youth*. 50. pp. 771-76.

- Pellegrini, A. D., & Roseth, C. J. (2006). *Relational aggression and relationships in preschoolers: A discussion of methods, gender differences, and function*. *Applied Developmental Psychology*, 27, 269-276.
- Paulhus, D. L., Robins, R. W., Trzesniewski, K. H., & Tracy, J. L. (2004). *Two replicable suppressor situations in personality research*. *Multivariate Behavioral Research*, 39, pp. 301- 326.
- Paul-Cookey, N., R. & Iwuama, B., C. (2011). Comparism of forms and incidence of compulsive disorder. *Journal of American Academy. Child Adolescent Psychiatry*. 33 pp. 795-804.
- Pervin, L.A. (1993). *Personality, theory and research*. Ed. 6. Chichester: University of Chicago Press.
- Rosenberg, M. (1989). *Society and the adolescent self-image*. Revised edition. Middletown, CT: Wesleyan University Press.
- Sarchiaopone, M., Carli, V., Cuomo, C., Marchetti, M., & Roy, A. (2009). *Association between childhood trauma and aggression in male prisoners*. *Psychiatry Research*. pp. 187-192.
- Sharpe, J. P., & Desai, S. (2001). *The revised Neo Personality Inventory and the MMPI-2 Psychopathology Five in prediction of aggression*. *Personality and Individual Differences*, 31, pp. 505–518.
- Smalley, R. L., & Stake, J. E. (1996). Evaluating sources of ego-threatening feedback: Self-esteem and narcissism effects. *Journal of Research in Personality*, 30, 483–495.
- Slater, E. (2003). “*Significant exposure*”. *Pressure in Archeological explanation, University museum’s work*.
- Suls, J., Martin, R., & David, J. P. (1998). *Person-environment fit and its limits: agreeableness, neuroticism, and emotional reactivity to interpersonal conflict*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, pp. 88–98.
- Teng, Z., J. & Liu, Y., L. (2013). *The role of neuroticism in the relation between self-esteem and aggressive emotion among 1085 Chinese adolescents*. 4(10), 729-735.
- Warburton, W.A., & Anderson, C. A., (2015). Aggression, social psychology of. *International Encyclopedia of The Social & Behavioral Sciences, second ed.*, vol. 2.

- 2016, May 07. Kes jenayah indeks meningkat 4.6% sehingga april tahun ini. Retrieved from <http://m.utusan.com.my/berita/jenayah/kes-jenayah-indeks-meningkat-4-6-sehingga-april-tahun-ini-1.319570>
- 2017, May 18. Polis terima enam laporan kes buli di MRSM parit. Retrieved from <http://www.mstar.com.my/berita/berita-jenayah/2017/05/18/kes-buli-mrsm/>

KEPENTINGAN MEMPERKASAKAN KESIHATAN BELIA DALAM MEMPROMOSIKAN KREATIVITI DAN TRANSFORMATIF KESIHATAN MALAYSIA

ROSNAH SUTAN

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa kritikal yang berubah masa kanak-kanak menjadi dewasa. Perubahan pesat proses fisiologi, mental dan psikologi memerlukan pemantauan yang optima untuk mereka menjadi dewasa yang sihat. Belia merangkumi zaman lewat remaja dan awal dewasa. Menggunakan belia sebagai sukarelawan kesihatan yang dilatih merupakan satu aspirasi yang berpotensi untuk mengubah masyarakat ke arah negara yang sihat dengan menitikberatkan aktiviti penjagaan kesihatan dari peringkat awal. Keupayaan belia dengan memiliki kecergasan fizikal yang baik dan idea kreativiti yang tinggi harus diiktiraf dan dinilai sebagai satu aset yang mampu memberi motivasi kepada golongan belia meningkatkan pembangunan negara dan tahap kesihatan masyarakat. Peluang, sumber dan latihan kemahiran yang bersesuaian kepada belia dapat meningkatkan efikasi diri dan kebolehan individu membuat keputusan dalam memberi sokongan rakan sebaya. Belia boleh digunakan sebagai agen pengubah dan pendorong untuk membangunkan sistem kesihatan, sosial dan alam sekitar semasa dalam mempromosikan kesihatan untuk kehidupan diri mereka, ahli keluarga dan masyarakat. Pembangunan model sistematik sokongan rakan sebaya dengan pendekatan pemberian maklumat kesihatan yang berstruktur serta mencukupi, pemodelan peranan, pengajaran tingkah laku yang baik dan menjalinkan hubungan berpandu dengan penyedia kesihatan setempat telah terbukti berkesan dalam mempromosikan kesihatan dan mengurangkan bebanan penyakit untuk semua generasi dari peringkat generasi muda. Penanganan belia yang bermasalah kesihatan dan sosial merupakan salah satu elemen penting dalam matlamat pembangunan mampan yang bertujuan untuk meningkatkan ekonomi negara. Pendekatan model sistematik sokongan rakan sebaya yang kreatif ini dapat mengerakkan transformasi negara ke arah masyarakat yang sihat sejahtera.

Kata Kunci: *promosi kesihatan, belia, kerangka perancangan logik*

ABSTRACT

Adolescence is a critical period of transforming childhood to adulthood. Its rapid changes of physiological, mental and psychological process need proper monitoring toward becoming healthy adult. The youth contributes to the late adolescent and earlier part of adulthood. Using the youth as a potential health volunteer in their society helps transforming their community towards healthy nation by emphasizing on wellness activity. The youth potentiality in having good physical fitness and their creativity to geared society should be recognized and appraised. By providing opportunities to increase individual decision making and peer support will

encourage the youth to build on current health, social and environmental system in promoting health of their lives, family members and society. Development of a systematic peer model support with adequate structure health information, role modelling, teaching good seeking behaviour and guided connection has been shown effective in promoting health for all. Improper handling of youth is one of important element in sustainable development goals target to reduce disease burden of non-communicable diseases since in young generation. The systematic approach to this creative peer-to-peer support can transform the nation's transformation into a healthy, prosperous society

Keywords: *health promotion, youth, logic planning framework*

PENGENALAN

Dari peringkat remaja ke arah dewasa merupakan masa yang kritikal dalam perubahan kemantapan keperibadian terhadap tanggungjawab kepada keluarga, masyarakat dan negara. Zaman peringkat awal kedewasaan yang dinamakan belia, telah didefinisikan sebagai golongan orang yang merangkumi umur 15-24 tahun untuk pengiraan yang konsisten dalam kalangan negara United Nation (UNDESA, 2013). Dalam mengalami proses perubahan yang dinamik, golongan ini perlu mempunyai tahap kesihatan fizikal, mental dan psikologi yang baik untuk mencapai kedewasaan dan membentuk kepimpinan yang sempurna. Menurut Dasar Belia Negara Malaysia, definisi belia yang digunapakai adalah umur 15-40 tahun, namun mereka yang berumur 18-25 tahun diambilkira dalam perancangan program pembangunan belia (Bahagian Pembangunan Belia, 1997). Walaubagaimanapun umur belia ini telah dicadangkan untuk diubah kepada 15-30 tahun mulai tahun 2018 bersesuaian dengan keperluan cabaran mendatang yang mencabar bagi memenuhi perkembangan transformasi negara (Utusan online, 2018). Menurut kajian literatur (Tuan Pah Rokiah dan Lilah 2016) menyatakan kepentingan mendekati belia untuk melatih kepimpinan dalam sukarelawan belia, merupakan fokus utama dalam pembentukan kerangka perpaduan nasional bagi sesebuah negara. Belia diperingkat awal dewasa mudah terdedah dan dipengaruhi oleh gejala kurang sihat kerana sikap mereka yang ingin menerokai perkara baru. Dengan perubahan corak populasi Malaysia kearah penuaan mengundang peningkatan masalah kesihatan kronik akibat dari gaya hidup yang tidak sihat. Amalan tidak sihat ini telah banyak dipraktikkan seawal peringkat remaja dan belia.

OBJEKTIF

Penulisan ini bertujuan untuk memberi pendedahan kepada konsep perancangan, pemantauan dan evaluasi kepada perancangan program untuk belia dalam meningkatkan tahap kesihatan mereka kearah membentuk

negara yang sihat sejahtera.

SOROTAN LITERATUR

Golongan belia masa kini mula menunjukkan tanda risiko penyakit dan segelintir telah menunjukkan kemunculan penyakit seawal usia belia. Di sebabkan belia mempunyai tenaga yang kuat dan keupayaan untuk menyesuaikan diri dengan halangan seperti gejala penyakit, mengakibatkan ramai golongan belia tidak tampil ke hadapan melakukan saringan kesihatan dan mempromosikan kesihatan kepada rakan sebaya. Laporan kajian setempat mengenai belia di Malaysia, telah mendapati bahawa golongan belia ini adalah golongan yang nampak sihat tetapi mempunyai risiko gejala penyakit yang mereka sendiri tidak sedar mengenainya (NHMS, 2015). Maklumat kesihatan dan kemahiran dalam kaunseling untuk memastikan belia hanya mempraktis hubungan seksual yang sihat dan mempunyai aksesibiliti kepada perkhidmatan kesihatan seksual dan reproduktif bagi penyaringan kesihatan perlu diperkasakan. Golongan belia perlu menangani tekanan rakan sebaya agar tidak terpedaya untuk bermain seks pra-perkahwinan dan mereka ini juga sepatutnya mahir untuk berperanan utama dalam membuat keputusan berkaitan kesihatan seksual dan reproduktif (Low WY, 2009). Belia terdedah kepada masalah mental akibat desakan kehidupan telah dilaporkan meningkat dan seawal usia remaja (NHMS, 2015).

Kajian penduduk dan keluarga ke 5 (LPPKN, 2015) mendapati purata umur perkahwinan pertama lelaki adalah 26 tahun dan perempuan 23 tahun. Namun dalam kalangan belia yang masih belum berkahwin mendapati umur lelaki bujang yang ingin berkahwin adalah pada umur 32 tahun dan 30 tahun untuk perempuan. Masalah pola lewat berkahwin yang dihadapi sekarang adalah berpunca dari masalah kewangan yang tidak mencukupi, tiada calon yang sesuai dan ingin menumpukan pada kerjaya (LPPKN, 2015). Secara tidak langsung juga kelewatan perkahwinan mengakibatkan kurang kesuburan dan permasalahan kesihatan reproduktif yang tidak sihat akibat dari seks pra perkahwinan. Peningkatan penyakit kronik dalam kalangan belia juga telah dibuktikan dalam kajian tinjauan morbidity kebangsaan (NHMS, 2015) seperti Diabetis dan hipertensi manakala risiko penyakit seperti berat badan berlebihan, mengamalkan bahan terlarang seperti alcohol, merokok dan mengambil dadah juga meningkatkan dalam kalangan belia (NHMS 2015). Masalah kesihatan mental juga banyak dilaporkan yang mengakibatkan timbul masalah depresi, keganasan, buli dan ketidak stabilan emosi (NHMS 2015). Pengurusan masalah psikosocial dalam belia perlu ditangani secara holistik dengan melihat factor risiko dan factor pelindung. Program intervensi kesihatan perlu berfokuskan kepada memperkasakan factor pelindung belia kearah meningkatkan kemampuan diri untuk memimpin dan membantu. Dengan memberikan penghargaan

kepada belia sebagai rakan sukarelawan kesihatan dapat menarik lebih ramai golongan belia untuk bersifat positif dalam penjagaan kesihatan diri dan masyarakat sekeliling.

Pemantapan penjagaan kesihatan dalam kalangan belia perlu diutamakan kerana mereka merupakan tampuk kepimpinan generasi akan datang serta sumber penting untuk menerajui ekonomi negara. Menggunakan belia sebagai sukarelawan kesihatan boleh membantu dan mendorong masyarakat sekeliling untuk lebih prihatin ke arah menghasilkan negara yang sihat melalui idea kreativiti dan sikap energetik mereka. Keupayaan belia dengan memiliki kecergasan fizikal yang baik serta keupayaan dalam menghasilkan inovasi yang kreatif harus diiktiraf dan dinilai (Dwi Rizka 2014). Dengan menyediakan peluang - peluang latihan kemahiran, pembentukan modal ihsan yang diwar-warkan secara terbuka dan mudah capai, mampu menarik belia untuk tampil melengkapkan diri dan berbakti semula kepada negara dan masyarakat sekeliling. Keupayaan untuk membuat keputusan dalam individu, untuk keluarga, masyarakat dan negara, adalah lemah di kalangan belia (Zeldin 2016). Keupayaan untuk memberi sokongan kepada rakan sebaya juga di dapati terbatas disebabkan sifat keperibadian yang tidak kukuh, kurang tahap pengetahuan serta belum ada kemahiran spesifik. Dengan memberi fokus kepada latihan yang berstruktur bagi meningkatkan kemahiran, menyediakan sumber dan peluang kepada belia akan menggalakkan belia membangunkan sistem kesihatan, sosial dan alam sekitar semasa dalam mempromosikan kesihatan untuk kehidupan mereka, ahli keluarga dan masyarakat. Untuk meningkatkan kemampuan individu belia menguruskan kesihatan diri, saringan kesihatan, menangani bebanan penyakit, maka keperluan kepada literasi berkaitan penjagaan kesihatan yang baik perlu diwujudkan (Jasmin Arif Shah & Siti Raba'ah 2017).

Pembangunan Model Sokongan Belia

Menurut Wasitah (2016) dalam perbentangannya menyatakan enam prinsip utama pembangunan belia adalah melihat kepada hasil positif, suara pemuda, strategi bertujuan untuk melibatkan semua belia, penglibatan jangka panjang, penglibatan masyarakat dan fokus pada kerjasama. Pembangunan belia melalui model sokongan rakan sebaya dengan membina peluang rangkaian dan mengupayakan penglibatan merupakan elemen yang banyak digunapakai dalam mempromosikan perkhidmatan (Daniels 2011). Dengan pemberian maklumat kesihatan berstruktur yang tepat, menyediakan sumber yang mencukupi mengikut keperluan masyarakat serta berunsurkan entrepreneur mampu menarik belia mempraktis untuk penjagaan kesihatan sendiri serta mempromosikan kesihatan untuk semua lapisan bagi menghasilkan generasi sihat. Penanganan tingkah laku belia yang tidak sihat merupakan salah satu elemen penting dalam matlamat pembangunan mampan yang bertujuan untuk mengurangkan beban

spesifik dan impak kepada peningkatan penyakit tidak berjangkit.

Transformatif belia dari berfokuskan kepentingan diri kepada kepentingan masyarakat dan negara memerlukan seseorang belia itu mempunyai tahap kesejahteraan hidup yang baik. Kreativiti hanya terhasil dari belia yang mempunyai kesejahteraan hidup yang mampu menggerakkan masyarakat. Memperkasakan kesihatan belia ini memerlukan penglibatan pelbagai disiplin berkonsepkan interprofessional kerana kesihatan meliputi skop fizikal, mental, social dan emosi. Apabila pendekatan kepada setiap skop dipertingkatkan maka wujudlah kesejahteraan hidup diri yang mampu menggerakkan belia untuk aktif dalam masyarakat.

Penyertaan aktif dilihat sebagai salah satu matlamat utama kerajaan pada hampir di seluruh dunia (OECD 2009). Penyertaan yang berkesan memerlukan komitmen dari kedua-dua paras pengurusan atas dan bawah organisasi. Oleh itu, pembangunan komuniti di mana sahaja di dunia bergantung kepada sejauh mana masyarakat tempatan bersedia untuk menggerakkan sumber sedia ada bagi memenuhi keperluan tempatan dan menangani permasalahan. Peranan belia untuk mempercepatkan program pembangunan masyarakat komuniti telah diiktiraf, khususnya, dalam masyarakat setempat di mana mereka telah memainkan peranan penting dalam pendidikan, kesihatan, sanitasi alam sekitar, pencerahan massa, aktiviti keagamaan dan lain-lain (Krauss 2013). Penyertaan aktif dan galakan kepada belia boleh menjadi instrumen yang berkesan untuk menjayakan program pencegahan penyakit dalam masyarakat.

Aplikasi Model Sokongan Rakan Sebaya

Mengujudkan model sokongan dan memperkasakan belia melalui perkembangan masyarakat adalah satu proses yang dinamik yang melibatkan semua lapisan masyarakat, termasuk golongan belia sendiri yang sering diabaikan. Belia mewakili sumber yang berpotensi dan sering tidak diterokai dalam usaha untuk membangunkan masyarakat dalam jangkamasa singkat dan panjang. Mereka juga merupakan sumber penting dalam perancangan dan penilaian program pembangunan masyarakat yang berkesan. Apabila belia terlibat dalam hubungan positif yang lebih baik dalam masyarakat dan dihargai oleh masyarakat sekeliling mereka, maka kerjasama dan penyertaan aktif boleh membawa kepada peningkatan kemahiran dan memutuskan ciri-ciri keyakinan diri yang penting untuk menyediakan mereka kearah pembentukan generasi sihat (Zeldin 2016). Golongan belia perlu terlibat dalam usaha perubahan di peringkat komuniti jika ingin berfungsi sebagai ahli masyarakat yang berguna serta dihargai.

Partisipasi belia merujuk kepada penglibatan aktif mereka dalam mengaplikasikan pengetahuan optima untuk membuat keputusan yang mempengaruhi kehidupan mereka (OECD, 2013, WHO 2017). Dalam

pendekatan ini, kualiti penyertaan diukur bukan sahaja oleh skop penglibatan seperti bilangan belia yang menghadiri beberapa aktiviti atau keterlibatan dalam sesuatu program, tetapi juga dengan kualiti sumbangan mereka kepada pembangunan komuniti. Penyertaan adalah berkesan apabila belia ini dapat membuat transformasi dengan mempunyai beberapa sifat positif ke atas proses membuat keputusan atau membuahkan hasil yang baik (Udensi et al 2013). Pemahaman mengenai tahap dan sejauh mana belia telah mengambil bahagian dalam program pembangunan masyarakat adalah petunjuk yang kuat untuk mencapai kejayaan sesuatu program. Mewujudkan satu rangka kerja yang dapat melibatkan golongan belia merupakan satu perancangan program yang bermutu. Penekanan penyertaan belia dalam program pembangunan mampu meningkatkan penerimaan sesuatu program yang dirancang dengan lebih optima.

Pembangunan masyarakat adalah proses yang dinamik dari aspek membina rangkaian sosialisasi kehidupan masyarakat ke arah meningkatkan kompetensi untuk hidup, mendapat kawalan terhadap perubahan keadaan setempat, memanfaatkan sumber melalui kepimpinan yang berkesan di peringkat komuniti dengan bertujuan untuk meningkatkan taraf kehidupan manusia. Ahli komuniti yang mempunyai keupayaan untuk melakukan sesuatu untuk meningkatkan kualiti hidup mereka digambarkan sebagai mempunyai keupayaan untuk berfikir, membuat keputusan, merancang dan mengambil tindakan dalam menentukan kehidupan mereka (Dokubo and Igwe 2018). Oleh itu, dalam mana-mana program pembangunan komuniti pertumbuhan ekonomi dan individu harus diberi perhatian yang sama untuk memastikan proses pembangunan masyarakat mencapai keseimbangan yang wajar. Kesyukuran dan kelestarian penyertaan akan menjamin perkembangan komuniti untuk mencapai keperluan yang terpenuhi. Daya usaha yang padu perlu bagi membina keupayaan dan meningkatkan kemahiran serta pengetahuan untuk individu dan komuniti secara keseluruhan. Pusat kepada idea pembangunan komuniti ialah ianya membolehkan penduduk masyarakat berkumpul untuk merancang, menjana penyelesaian dan mengambil tindakan ke arah membangunkan aspek sosial, ekonomi, alam sekitar dan budaya komuniti (Udensi et al 2013).

Di sepanjang proses pembangunan masyarakat, aspek penyertaan aktif perlu dipertekankan sebagai satu cara untuk memperkasakan komuniti setempat. Pembangunan komuniti berlaku apabila berlaku pengukuhan kawasan kejuruan mereka, membina rangkaian sosial, dan membentuk organisasi mereka sendiri untuk menyediakan kapasiti perancangan jangka panjang dalam menyelesaikan masalah (Dokubo and Igwe 2018). Setiap program pembangunan komuniti harus ditujukan khas kepada kumpulan sasaran dan umumnya boleh dikongsi bersama oleh masyarakat sekeliling untuk mengubah keadaan yang tidak diinginkan. Perancangan program dan

pemantauan yang berkala perlu dirancang untuk jangka pendek dan jangka panjang. Penyertaan penuh, aktif dan kerap dalam penyelesaian masalah perlu dipantau dan dinilai untuk melihat keberkesanan program dari masa ke semasa dengan menggunakan indicator pengukuran yang spesifik.

Belia merupakan aset yang penting kepada program pembangunan masyarakat apabila mereka diberi kuasa secara positif untuk aktif. Memberi sokongan dan melibatkan belia dalam proses pembangunan adalah sangat kritikal kerana beberapa sebab: pertama, belia mempunyai pengalaman, pengetahuan, dan idea yang unik untuk situasi mereka, membolehkan mereka menawarkan pandangan dan perspektif utama mengenai perkembangan yang tidak dapat dilakukan oleh orang dewasa senior. Kedua, dalam banyak komuniti, kaum belia merupakan penduduk majoriti. Akibatnya, suara-suara belia boleh menjadi ungkapan penting bagi keperluan komuniti keseluruhan. Akhirnya, tanpa mengira status semasa mereka, belia adalah penjaga masa depan dan pemimpin generasi mereka (Dokubo and Igwe 2018).

Kegagalan untuk mempromosikan pembangunan belia dan menghadirkan model peranan untuk belia dalam program pembangunan komuniti, akan memberi kesan negatif, manakala melibatkan belia dalam program pembangunan masyarakat, seperti penyertaan aktif dalam perancangan dan pelaksanaan projek menggalakkan mereka untuk mempelajari pendekatan terbaik untuk komuniti mereka. Oleh itu, golongan belia perlukan bimbingan yang betul supaya mereka dapat mengekalkan hubungan, tanggungjawab dan kepercayaan di tempat mereka. Dengan ini memudahkan mereka untuk bergerak, bersuara dan menyertai dalam pelbagai program pembangunan masyarakat untuk menghasilkan kemajuan (Dokubo and Igwe 2018). Penyertaan belia adalah satu mekanisme yang membolehkan belia memperolehi kemahiran dan pada masa yang sama mengubah komuniti mereka berdasarkan daya kreativiti mereka ke arah transformasi negara yang maju. Penglibatan belia hari ini dalam program pembangunan masyarakat terutamanya dalam membuat keputusan dan pelaksanaannya adalah penting untuk pembangunan belia yang mampan.

Pembangunan modal insan negara sangat dititik beratkan dalam perancangan jangka panjang Malaysia iaitu di bawah Transformasi negara 50 (TN50) yang mengasaskan negara akan berubah pesat dan maju menjelang 2050 dalam masa 30 tahun dari 2020 tahun (TN50 2017). TN50 bermatlamat untuk membentuk transformasi negara yang berteraskan usahasama antara kerajaan dan penglibatan masyarakat.

Bagi meningkatkan belia mendapatkan informasi terkini, tepat dan selamat, di antara aspirasi yang paling awal diimplementasikan adalah mengenai keselamatan *cyber* internet dengan mewujudkan 175 Pusat

Internet 1Malaysia (PI1M) di seluruh negara (MyMetro 2018). TN50 terpaksa mengambil kira perkembangan baharu yang tidak wujud ketika Wawasan 2020 diperkenalkan, umpamanya persediaan negara berdepan gangguan teknologi seperti kecerdasan buatan (*artificial intelligence*), luasan realiti (*augmented reality*) dan *Internet of Things* (IoT) (BH Online 2018).

Mempromosikan aktiviti fizikal adalah aktiviti menarik, dan fizikal dikaitkan dengan pelbagai hasil yang memberi impak positif kepada kesihatan. Gaya hidup yang tidak aktif menyumbang kepada beban penyakit. Bukti dari kajian luar negara mencadangkan bahawa aktiviti fizikal yang tidak aktif memberi kesan dari segi kos langsung dan tidak langsung kepada masyarakat dan kesan terhadap kualiti hidup (Ingrid *et al* 2012). Terdapat bukti kukuh bahawa penduduk yang lebih aktif akan mengalami kadar obesiti yang rendah, kardiovaskular penyakit dan diabetes jenis 2, serta pengurangan dalam kejadian daripada beberapa jenis kanser dan kurang masalah kesihatan mental. Strategi dan inisiatif kerajaan mengiktiraf hubungan penting antara aktiviti fizikal dan pertumbuhan dan pembangunan yang sihat perlu diperkasakan.

Strategi Memperkasakan Belia Kearah Promosi Kesihatan Dalam Pembangunan Komuniti

Perancangan membentuk pelan tindakan berdasarkan penyelidikan berasaskan bukti dan amalan terbaik merupakan langkah utama yang perlu dimulakan. Beberapa pendekatan yang berkesan dari penyelidikan kesusasteraan berkaitan perancangan program promosi kesihatan adalah:

1. Menggabungkan tindakan yang disasarkan secara individu seperti risiko pemeriksaan faktor, kaunseling dan kumpulan bantuan diri dengan langkah-langkah mesra alam sekitar seperti berjalan kaki, dan disokong oleh aktiviti promosi yang berterusan melalui media massa.
2. Program perubahan tingkah laku yang disesuaikan secara individu yang mengajar penetapan matlamat dan kemahiran pemantauan diri, menggabungkan motivasi sokongan, ganjaran tingkah laku dan hambatan alam untuk menjadi lebih aktif yang boleh diterapkan secara kumpulan atau individu.
3. Mengalakkan penglibatan agensi setempat dan pelbagai profesional untuk menghasilkan program yang komprehensif serta mempunyai profiling yang ada modal pasaran bagi mendapat sumbangan kewangan, pengetahuan dan kemahiran untuk dipromosikan.
4. Memurnikan campur tangan sokongan sosial dalam tetapan komuniti yang memberi tumpuan kepada mengubah tingkah laku menggunakan rangkaian sosial dan hubungan yang mana menyediakan persahabatan dan sokongan seperti program 'buddying' dan mentor mentee.
5. Mengiklankan aktiviti di persekitaran seperti poster atau slogan kata untuk promosi kesihatan seperti yang diletakkan dekat dengan lif dan

eskalator untuk menggalakkan penggunaan tangga dan faedah menjadi sukarelawan kesihatan.

6. Kempen seperti Minggu berbasikal, Minggu berjalan kaki dan minggu makanan sihat telah menunjukkan hasil yang memberangsangkan dan mampu memberi kesan jangka panjang daripada jenis inisiatif ini untuk mengekalkan tahap aktiviti.

Setiap perancangan program aktiviti perlu dipetakan dengan jelas bagi mencapai matlamat untuk mengekalkan gaya hidup yang sihat dan aktif (Rajah 1). Penelitian aspek input kepada pembangunan aktiviti semestinya mempunyai elemen output yang boleh diukur. Aspek input adalah:

1. Meningkatkan peluang untuk semua orang terlibat secara fizikal dengan aktif.
2. Meningkatkan ketersediaan maklumat yang tepat tentang pentingnya mempunyai gaya hidup sihat dan teknik bersesuaian untuk mencapai tahap yang disyorkan.
3. Mengatur latihan sukarelawan yang sistematik dan berkala mengikut modul pengisian yang bersesuaian dengan keperluan dan tuntutan
4. Mewujudkan persekitaran, pekerjaan dan sosial yang menyokong dan menggalakkan orang ramai untuk lebih aktif dalam kehidupan seharian mereka.

Aspek *output* sesuatu program yang boleh diukur bergantung kepada paras pencapaian sama ada dari *focus* penglibatan seperti peratusan penglibatan belia dan pertambahan peratusan pengetahuan, dari focus tingkahlaku seperti perubahan amalan harian dan aktiviti rutin gaya hidup sihat dan dari focus masyarakat atau organisasi boleh diukur dengan persediaan prasarana seperti mengadakan serta mengawalselia tempat rekreasi dan pencapaian akses ke fasiliti dipermudahkan.

Ramai orang tidak menyedari hubungan antara kepentingan melakukan aktiviti fizikal dan kesannya kepada tahap kesihatan kualiti hidup. Ramai yang berpersepsi yang rendah terhadap tahap aktiviti mereka sendiri dan tidak didedahkan dengan kepelbagaian jenis aktiviti yang boleh memberi manfaat. Inisiatif kepada individu, keluarga dan masyarakat setempat diperlukan untuk menggalakkan meningkat tahap aktiviti fizikal dan gaya hidup sihat seperti pemakanan sihat dan menangani masalah emosi yang betul. Kajian literatur telah menunjukkan halangan untuk meningkatkan aktiviti fizikal termasuklah kekurangan masa dan motivasi, salah tanggapan terhadap aktiviti semasa, tahap keperluan intensiti aktiviti fizikal, risiko penyakit atau kecederaan, kos, kekurangan aktiviti tempatan yang menyeronokkan, kekurangan penglibatan keluarga dan masalah mendapatkan pengangkutan. Halangan alam sekitar seperti pencemaran, keselamatan jalan raya dan pejalan kaki, prasarana laluan berjalan, tapak

rekreasi, sumber mendapatkan makanan sihat yang boleh dicapai di persekitaran tempat adalah sangat penting. Pembangunan komuniti boleh menggerakkan sumber mereka untuk menangani keperluan halangan tempatan. Peranan belia untuk mempercepatkan pembangunan komuniti setempat setelah mereka dilatih untuk berperanan sebagai sukarelawan dalam pendidikan, kesihatan, sanitasi alam sekitar, pencerahan massa, aktiviti keagamaan dan lain-lain terbukti mampu mendorong kearah mencapai matlamat mempromosi gaya hidup sihat.

Bagi memantau kemajuan program dan aktiviti yang dijalankan indicator pengukuran pencapaian perlu disematkan dalam perancangan. Ianya boleh dimenafaatkan sebagai sumber penyelidikan untuk komuniti. Melibatkan pemegang kepentingan bersama melalui kajian, simposium dan bengkel kumpulan kerja mampu menghasilkan perdebatan dan pengukuran output berkualiti untuk direkomendasikan kepada perancangan aktiviti seterusnya. Dengan ini ianya dapat memanfaatkan kepakaran dan kuasa untuk mengatasi cabaran dan peluang saintifik dalam meningkatkan tahap kesihatan masyarakat kita.

Pemasaran dalam menunjukkan nilai dan inovasi dalam aktiviti bimbingan dan kerjaya untuk mengoptimumkan hubungan masyarakat dan sukarelawan sebagai model atau pencetus untuk mengekalkan amalan gaya hidup sihat adalah aspek penting. Dengan membangunkan pendekatan baru dengan inovasi tersendiri dalam mentoring dan kepimpinan dikalangan belia, dapat memberi tumpuan untuk mengekalkan amalan penjagaan kesihatan yang teratur. Mendapatkan pembiayaan dan sokongan kepada sukarelawan belia kesihatan menerusi skim latihan dan imbuhan dari agensi serta kerajaan adalah sangat diperlukan bagi memastikan mampan program. Meningkatkan peluang untuk komuniti melibatkan diri dan memberi inspirasi kepada sukarelawan belia kesihatan dapat meningkatkan pemantauan, pelaporan dan penyampaian inisiatif untuk menangani kepelbagaian permasalahan hambatan.

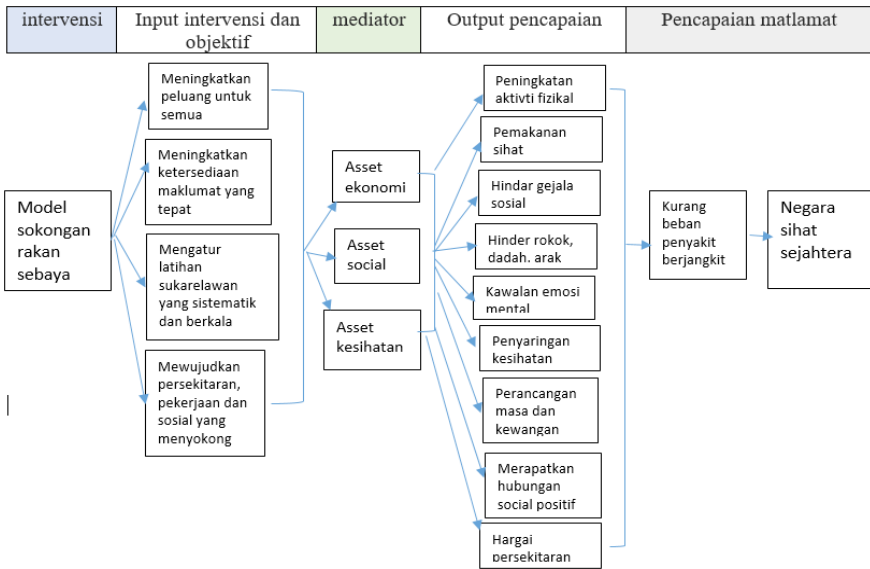
Usaha untuk meningkatkan bilangan rakan kongsi dan penyokong serta meningkatkan lebih banyak dana daripada sumber dermawan mampu untuk meningkatkan mengekalkan kualiti output yang tinggi.

KESIMPULAN

Secara ringkas, objektif perancangan program untuk memperkasakan kesihatan belia adalah untuk mencapai matlamat kearah pembentukan negara yang sejahtera dengan menggunakan model sokongan rakan sebaya melalui pembangunan komuniti setempat. Rajah 1 menggambarkan kerangka logik matriks untuk perancangan, pemantauan dan evaluasi program. Dengan mengadakan program yang terancang, masalah belia

boleh diatas berdasarkan keperluan dan keupayaan sedia ada.

Rajah 1: kerangka keperluan pembentukan program pemeraksanaan belia dalam pembangunan komuniti



RUJUKAN

Bahagian Pembangunan Belia (1997). *Dasar Pembangunan Belia Negara*. Pg 1.dicapai pada <https://www.ippbm.gov.my/dokumen/DPN.pdf>

BH Online (2018) TN50 aspirasi rakyat, bukan visi peribadi
 Dicapai pada 19 September 2018 <http://www.bharian.com.my/berita/nasional/2018/01/370975/tn50-aspirasi-rakyat-bukan-visi-peribadi>.

Daniels AS, Fricks L, Tunner TP (2011). *Pillars of Peer Support -2: expanding the role of peer support services in mental health systems of care and recovery*. Dicapai pada [http:// www.pillarsofpeersupport.org](http://www.pillarsofpeersupport.org)

Dokubo, Chidinma & Igwe, Alice Collins (2018). Roles of Youth Leadership in Community Development in Emohua and Obio/Akpor Local Government Areas in Rive State *International Journal of Education and Evaluation* ISSN 2489-0073 Vol. 4 No. 2 2018 www.iiardpub.org

Dwi Rizka Zulkia, Rosilawati Zainol, Norlelawati Zainol, Nikmatul Adha Nordin & Faizah Ahmad (2014). Factors Determining Youth’s

Recreational Behaviour and its Effects on Body Mass Index (BMI).
Journal of Surveying, Construction and Property (JSCP) Volume 5,
Issue 2 2014 ISSN: 1985-7527

Jasmin Arif Shah & Siti Raba'ah Hamzah. *Developing a Conceptual Model of Youth Health Literacy in Malaysia*. Capaian pada 19 Oktober 2018 di http://www.ipsas.upm.edu.my/dokumen/IISS_033_aminah.pdf

LPPKN (2015) *Fifth Malaysia population and Family Survey*. Dicapai pada 19 Oktober 2018 <http://www.lppkn.gov.my/index.php/en/population-services/80-fifth-malaysian-population-and-family-survey-mpfs-5.html>

Krauss, SE, Ortega, A, Haslinda A, Azimi H, Turiman S, Ismi AI, Nobaya A (2013). Toward benchmarking youth engagement with adults in the Malaysian youth service through cross-national research, *Malaysian Journal of Youth Studies*, Volume 8, Jun 2013, Pages 55 to 72.

Low WY (2009). *Malaysian youth sexuality: issues and challenges*, JUMMEC 2009: 12 (1)

MyMetro (2018) *10 aspirasi TN50 terlaksana lebih awal*. <https://www.hmetro.com.my/mutakhir/2018/01/302891/10-aspirasi-tn50-terlaksana-lebih-awal>

OECD (2013). *The OECD Action Plan For Youth – Giving Youth A Better Start In The Labour Market*, Capaian pada 19 Oktober 2018, <https://www.oecd.org/newsroom/Action-plan-youth.pdf>

Tuan Pah Rokiah Syed Hussain dan Lilah Yasin (2016). Belia dan pembudayaan semangat sukarelawan di Malaysia: Suatu pemerhatian konseptual. *GEOGRAFIA Online TM Malaysian Journal of Society and Space* 12 issue 9 (161 - 172) 163 © 2016, ISSN 2180-2491.

TN50 EPU JPM (2017). *TN50-Aspirasi Malaysia*. Dicapai pada 16 September 2018 http://docs.jpa.gov.my/docs/pelbagai/2017/INFO_RINGKAS_TN50.pdf

UNDESA. *Definition of youth*. Dicapai pada 19 Oktober 2018 dari <https://www.un.org/esa/socdev/documents/youth/fact-sheets/youth-definition.pdf>

Utusan online (2018). *Had umur belia 15-30 tahun bermula 2018*. Capaian pada <http://www.utusan.com.my/berita/nasional/had-umur-belia-15-30-tahun-bermula-2018-1.26083>

- Udensi Lawrence O, Daasi Gibson LK, Emah Domale Sira, Zukbee Sira A (2013). *Youth Participation in Community Development (CD) Programmes in Cross River State: Implication*, IOSR, vol 13:5, pg 61-67. e-ISSN:2279-0837, p-ISSN:2279-0845. http://www.academia.edu/4814990/Youth_Participation_in_Community_Development_CD_Programmes_in_Cross_River_State_Implications_for_Sustainable_Youth_Development_in_Nigeria
- Wasitah Mohd Yusof (2015). *Future hopes: what are prospects for the youth?*, *Malaysian Youth Policy 2015*. Dicapai pada 19 Oktober 2018 pada <https://www.akademisains.gov.my/download/SLIDE%20ASM%20-%201%20Jun%202015.pdf>
- WHO (2017). *Sustainable development in Wales and other regions in Europe – achieving health and equity for present and future generations* ISBN 978 92 890 5280 1
- WHO (1998). *Health Promoting Universities Concept, experience and framework for action* Edited by Agis D. Tsouros, Gina Dowding, Jane Thompson & Mark Dooris, ISBN 92 89012854
- Zeldin S, Krauss S, Kim T, Collura J, Haslinda A (2016). *Pathways to Youth Empowerment and Community Connectedness: A Study of YouthAdult Partnership in Malaysian After-School, Co-Curricular Programs*, *J Youth Adolesc*. 2016 Aug;45(8):1638-51. doi: 10.1007/s10964-015-0320-2. Epub 2015 Jun 20.
- NHMS (2015). *National Health and Morbidity Survey 2015*, dicapai pada iku.moh.gov.my/index.php/research-eng/list-of-research-eng/.../nhms.../nhms-2015

Profil Penulis

Rosnah Sutan. PhD

Pakar Perubatan Kesihatan Awam

Jabatan Kesihatan Masyarakat, Fakulti Perubatan, Universiti Kebangsaan Malaysia

Alamat: Jalan Yaakob Latif, bandar Tun Razak Cheras 56000 Kuala Lumpur.

Tel: 0193212256

rosnah_sutan@yahoo.com

Malaysian Journal of Youth Studies Malaysia diterbitkan dua kali setahun oleh Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IYRES), Kementerian Belia dan Sukan Malaysia. Segala pandangan yang tersiar dalam *Malaysian Journal of Youth Studies*, kecuali dinyatakan sebaliknya, adalah pandangan masing-masing penulis, dan tidak semestinya mencerminkan pandangan Sidang Editor. Semua surat-menyurat mengenai makalah dan sehubungan dengannya hendaklah dialamatkan kepada:

Malaysian Journal of Youth Studies is published biannually by the Institute for Youth Research Malaysia, Ministry of Youth and Sports Malaysia. All views expressed in Malaysian Journal of Youth Studies, unless otherwise stated, are those of the contributors, and do not necessarily reflect the views of the Editorial Board. All correspondence pertaining to articles and related matters should be addressed to:

Executive Editor/ Editor Eksekutif

Malaysian Journal of Youth Studies

Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IYRES)

Aras 10, Menara KBS

No. 27 Persiaran Perdana, Presint 4

Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan

62570 Putrajaya, Malaysia

Tel: 03-8871 3705/3790

Faks: 03-8871 3342

Email: malaysianyouth@iyres.gov.my

<http://www.iyres.gov.my>

Kempen Bahaya Penyalahgunaan Dadah: Satu Penilaian Mengenai Keberkesanan Strategi Media Cetak dalam Kalangan Belia di Pulau Pinang
Mohamad Hafifi Jamri, Nurzali Ismail, Jamilah Hj. Ahmad & Darshan Singh

Kajian Kes Terhadap Tahap Kemurungan dalam Kalangan Remaja Perempuan: Kupasan dan Cadangan
Aini Azeqa Ma'rof & Haslinda Abdullah

Shifting Priorities: Understanding Physical Inactivity From The Perspective of Female Youth
Nurazzura Mohamad Diah & Suhaiza Samsudin

Tingkah Laku Sedentari dan Permasalahan Obesiti dalam Kalangan Belia Pada Masa Kini
Amiraa Ali Mansor, Haslinda Abdullah, Asnarulkhadi Abu Samah & Ahmad Hariza Hashim

Big Five Personality Traits, Self-Esteem and Aggressive Behaviour among Adolescents in Selangor
Adibah Azman, Amna Md Noor & Azlina Mohd Khir

Kepentingan Memperkasakan Kesihatan Belia dalam Mempromosikan Kreativiti dan Transformatif Kesihatan Malaysia
Rosnah Sutan

Published by/diterbitkan oleh

INSTITUT PENYELIDIKAN PEMBANGUNAN BELIA MALAYSIA (IYRES)

Aras 10, Menara KBS
No. 27, Persiaran Perdana, Presint 4
Pusat Pentadbiran Kerajaan Persekutuan
62570 Putrajaya, Malaysia

Tel: 03-8871 3705/3790

Faks: 03-8871 3342

Website: <http://www.iyres.gov.my>

