



INTERNATIONAL JOURNAL OF  
EDUCATION, PSYCHOLOGY  
AND COUNSELLING  
(IJEPC)  
www.ijepec.com



MEMAHAMI KEPERLUAN PEMBINAAN MODUL RESILIEN-  
MINDFULNESS DALAM MEMBANTU MENINGKATKAN  
RESILIEN MURID B-40 SEKOLAH MENENGAH

*UNDERSTANDING THE NEED TO BUILD A RESILIENT-MINDFULNESS  
MODULE IN HELPING INCREASE THE RESILIENCE OF B-40 SECONDARY  
SCHOOL STUDENTS*

Zulliana Hasan<sup>1\*</sup>, Nor Shafrin Ahmad<sup>2</sup>, Zaleha Hasbullah<sup>3</sup>

<sup>1</sup> School of Educational Studies, Universiti Science Malaysia

Email: zullianahasan@gmail.com

<sup>2</sup> School of Educational Studies, Universiti Science Malaysia

Email: sham@usm.edu.my

<sup>3</sup> SMK Ulu Kinta, Ipoh Perak

Email: zalehabintihabullah@gmail.com

\* Corresponding Author

**Article Info:**

**Article history:**

Received date: 03.01.2021

Revised date: 01.02.2021

Accepted date: 11.03.2021

Published date: 15.03.2021

**To cite this document:**

Hasan, Z., Ahmad, N. S., & Hasbullah, Z. (2021). Memahami Keperluan Pembinaan Modul Resilien-*Mindfulness* dalam Membantu Meningkatkan Resilien Murid B-40 Sekolah Menengah. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 6 (38), 167-183.

DOI: 10.35631/IJEPC.6380014.

This work is licensed under [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



**Abstrak:**

Kajian ini bertujuan untuk memahami kesedaran Guru Bimbingan dan Kaunseling sepenuh masa (GBKSM) terhadap resilien murid B40, pendekatan *mindfulness* dan juga keperluan terhadap pembinaan Modul Resilien-*Mindfulness* bagi meningkatkan resilien murid daripada keluarga B40. Pendekatan kajian ialah secara kualitatif dengan menggunakan protokol temu bual secara semi struktur terhadap empat orang GBKSM yang dipilih secara bertujuan. Temu bual dijalankan bagi mengumpul maklumat tentang resilien murid B40, pemahaman tentang pendekatan *mindfulness* dan keperluan membangunkan Modul Resilien. Data temu bual dijadikan transkripsi dan dianalisis menggunakan Atlas.ti 8. Dapatan kajian menghasilkan tiga tema yang telah dikenal pasti. Tema tersebut ialah (1) Resilien (2) *Mindfulness*, (3) Keperluan modul. Signifikan dapatan analisis keperluan ini dapat memberi gambaran tentang isu yang berlaku dalam kalangan murid B40 serta keperluan pembinaan satu intervensi resilien untuk mereka.

**Kata Kunci:**

Modul Kaunseling, Resilien, Murid B40, Kaunseling Kelompok, *Mindfulness*

**Abstract:**

This study aims to understand the awareness of Guidance and Counseling Teachers on the resilience of B40 students, the mindfulness approach, and the need for the construction of Resilience-Mindfulness Module to increase the resilience of students from B40 families. The approach of the study is qualitative by using a semi-structured interview protocol on four Guidance and Counselling teachers selected purposefully. Interviews were conducted to gather information on the resilience of B40 students, an understanding of the mindfulness approach, and the need to develop a Resilience Module. Interview data were transcribed and analyzed using Atlas.ti 8. The findings of the study resulted in three themes that have been identified. The themes are (1) Resilience (2) Mindfulness, (3) Module Needs. Significantly, the findings of this need analysis can provide an overview of the issues that occur among B40 students as well as the need to build a resilience intervention for them.

**Keywords:**

Counseling Module, Resilience, Student B40, Group Counseling, Mindfulness

**Pengenalan**

Setiap murid mempunyai kebolehan dan peluang untuk berjaya dalam kehidupan sama ada sebagai pelajar di sekolah mahupun dalam kehidupan seharian. Namun demikian, berdasarkan kepada bilangan keluarga B40 yang merupakan kumpulan terbesar dalam Malaysia setelah mengikut tahap ekonomi, maka murid-murid yang berada dalam kumpulan ekonomi yang rendah memberikan kesan terhadap diri dan juga persekolahan. Kekuatan dalaman diri untuk berhadapan dengan situasi sukar yang dilalui Bersama keluarga terutama daripada aspek kewangan dan tempat tinggal membezakan antara individu yang boleh berjaya dalam kehidupan dan pelajaran dengan individu yang gagal menghadapi kesukaran sehingga menjejaskan kualiti hidup mereka sebagai anak dan murid. Kekuatan dalaman diri ini dikenali dengan resilien iaitu ketahanan dalam diri berhadapan dengan situasi sukar dan mencabar namun boleh menghadapinya serta melepasi kesukaran dengan menghasilkan kejayaan yang lebih baik dan tidak meninggalkan sekolah sebelum masanya. Resilien adalah kemampuan diri dan berjaya menyesuaikan diri dengan baik terhadap sesuatu kesukaran dan berjaya bangkit daripada kesukaran itu serta situasi yang berlaku sepatutnya boleh menimbulkan tekanan mental dan boleh mengancam perkembangan optimum pada diri individu tersebut (Bernard, 2004; Rutter, 2012; Yates et al., 2015). Individu yang mempunyai resilien yang tinggi dengan cepat dapat bangkit daripada kesengsaraan atau kekecewaan dan berjaya menghindarkan situasi tersebut menjejaskan kesihatan mental dan emosi mereka.

Merujuk kepada Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 14/2002 iaitu Pelaksanaan Pendidikan Wajib Di Peringkat Rendah 2003 yang telah dikeluarkan pada 27 November 2002, dinyatakan ibu bapa perlu menghantar anak-anak ke sekolah apabila umur mencecah enam tahun pada Januari tahun baru. Setelah itu sekiranya berlaku sebarang keciciran di sekolah, pihak pentadbiran sekolah dipertanggungjawabkan untuk menyiasat sebab keciciran termasuk juga tugas ini diamanahkan kepada Guru Bimbingan dan Kaunseling untuk menyiasat apa-apa perlakuan yang mengakibatkan keciciran kepada murid. (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2002). Berdasarkan kepada kenyataan ini menunjukkan pendidikan formal di sekolah merupakan satu perkara wajib yang perlu dilalui oleh setiap murid yang berada di Malaysia khususnya. Peranan

Guru Bimbingan dan Kaunseling turut disenaraikan sebagai salah satu jawatan bagi memastikan pelaksanaan surat siaran ini berjalan lancar. Oleh yang demikian peranan besar perlu dilakukan bagi membantu murid-murid untuk terus kekal di alam persekolahan dengan intervensi yang dijalankan oleh Guru Bimbingan dan Kaunseling di sekolah. Intervensi yang dilakukan merupakan satu usaha bagi membantu Unit Bimbingan dan Kaunseling Sekolah dalam memberikan tumpuan kepada mengakses maklumat yang berkualiti untuk murid, memberikan bantuan peribadi untuk mengintegrasikan kehidupan, belajar dan bekerja, serta untuk memupuk murid sebagai individu, profesional, dan warganegara yang resilien (American School Counselor Association, 2003)

Namun demikian, sorotan kajian lalu menunjukkan antara faktor ketidak hadiran murid ke sekolah adalah kerana masalah ekonomi keluarga dan juga kesukaran yang dilalui dalam kehidupan mengakibatkan mereka mula terlibat dengan tingkah laku yang salah (Shong et al., 2018). Kecekan mereka dalam menghindarkan diri daripada terlibat daripada salah laku dan juga keciciran di sekolah adalah personaliti resilien yang bukannya satu personaliti warisan namun boleh diajar dan dibentuk dalam diri individu (Yeager & Dweck, 2012). Semangat dalaman yang kental dan personaliti resilien yang dibentuk dalam diri akan membantu menghindarkan murid daripada keciciran. Pelbagai intervensi dibangunkan bagi membantu murid-murid dalam meningkatkan resilien dalam diri. Namun demikian pembinaan modul tersebut masih belum difokuskan kepada golongan B40 yang seringkali berada dalam situasi yang mencabar. Hal ini bertepatan dengan kenyataan Madihie, (2016) yang mencadangkan agar kemahiran GBKSM dalam mengendalikan sesi kaunseling kelompok dengan tujuan meningkatkan resilien klien perlu diperkembangkan dan dititikberatkan.

Sehubungan dengan itu, kajian ini dijalankan untuk meninjau kefahaman GBKSM terhadap resilien Murid B40, pendekatan *Mindfulness* serta keperluan pembinaan modul untuk keperluan GBKSM di sekolah dalam membantu meningkatkan resilien murid. Keperluan ini dilihat berdasarkan kepada setiap murid perlu mengembangkan resilien mereka sebagai kemampuan peribadi untuk mencapai hasil akademik yang baik seterusnya dapat diterapkan dalam kehidupan. Murid yang mempunyai resilien yang tinggi dapat belajar dengan baik, bermain dengan baik, bersosial dengan baik, dan mempunyai harapan positif untuk masa depan yang baik (Suranata, 2015; Suranata et al., 2017).

### **Sorotan Kajian**

Situasi yang ideal ialah apabila setiap murid apabila mencapai umur enam tahun mula ke sekolah dan menamatkan persekolahan apabila genap mereka berada di sekolah sehingga berumur 17 tahun iaitu di tingkatan lima. Namun demikian situasi ini tidak berlaku kepada semua murid terutamanya murid yang datang daripada keluarga yang mempunyai pendapatan rendah atau dalam penulisan ini dikenali dengan keluarga B40. Menurut Kementerian Pendidikan Malaysia, (2013), jurang pencapaian akademik yang boleh dilihat selain daripada faktor jantina dan lokasi sekolah (bandar dan luar bandar) faktor jumlah murid yang menerima bantuan Kumpulan Wang Amanah Pelajar Miskin (KWAPM) turut menjadi sebab mempengaruhi pencapaian sesebuah sekolah. Kehidupan keluarga yang merangkumi pencapaian akademik ibu bapa dan purata pendapatan isi rumah turut memberikan kesan terhadap pencapaian akademik sekolah. Syarat utama mereka yang menerima bantuan ini ialah daripada keluarga B40. Isu kekeluargaan yang berlaku, persekitaran yang tidak selesa menjerumuskan segelintir daripada murid yang tidak mempunyai resilien kearah negatif dan menjejaskan diri mereka sendiri. Kemiskinan seringkali dikaitkan dengan isu kegagalan di sekolah dan juga masalah penggunaan bahan (Jaggers et al., 2015). Kesan kemiskinan turut

berlaku kepada keluarga dan anak-anak dengan kesan yang negatif iaitu kenakalan yang meningkat daripada aspek tingkah laku dan menghasilkan dewasa yang mudah menyinggung perasaan. (Sampson & Laub, 2005). Berada dalam kemiskinan dan berada dalam situasi rumah yang kurang stabil boleh memberikan keputusan yang lemah disekolah seperti kehadiran yang merosot, kegagalan akademik dan akhirnya keciciran daripada sekolah (Freudenberg & Ruglis, 2007). Keciciran daripada sekolah mempunyai korelasi dengan tingkah laku delinkuen dan membawa kepada aktiviti jenayah diperingkat dewasa (Anderson, 2014). Amaran awal berkaitan masalah dalam sesebuah keluarga ialah dengan bermulanya ponteng sekolah. (Teasley, 2004).

Oleh yang demikian tulisan berkaitan resilien ini perlu kerana resilien merupakan satu tindak balas sama ada menerusi tingkah laku mahupun emosi terhadap cabaran yang wujud dalam persekolahan (akademik) ataupun sosial selagi cabaran itu memberikan manfaat untuk pembangunan diri serta memberikan kesan yang positif. Sebagai contoh individu yang sentiasa mencari alternatif baharu, berusaha dengan lebih kuat mahupun menyelesaikan sesuatu isu dengan tenang. Manakala individu yang tidak resilien akan menonjolkan tingkah laku dan tindak balas yang negatif terhadap cabaran yang ada serta tidak memberikan sebarang kebaikan terhadap diri sendiri dan persekitaran. Sebagai contoh sentiasa memerlukan pertolongan, cepat menyerah kalah, berdendam dan membalas dengan tindakan yang agresif. Individu tidak resilien sukar bertoleransi dalam kehidupan kerana kesukaran hidup yang tidak dapat diterima dengan baik (Masten, 2001).

Shong, Abu Bakar dan Islam (2018) menyatakan, kemewahan yang diinginkan oleh murid yang berada di bangku sekolah membawa mereka melakukan tingkah laku jenayah untuk mendapatkan perkara yang dikehendaki. Keinginan untuk memperoleh keseronokan dan keperluan sebagaimana rakan lain menjadikan mereka leka dan fokus kepada perkara yang mereka gemari. Disebabkan itulah, mereka keciciran dari persekolahan dan terjebak dalam gejala sosial yang lain (Narayanan, 2015). Kesan daripada tekanan yang berlaku dalam kehidupan akibat masalah pendapatan, anak-anak keluarga B40 kurang mendapat sokongan daripada keluarga (Jaggers et al., 2014), tidak mempunyai hubungan yang baik dengan sekolah (Henry, Knight, & Thornberry, 2013; Niehaus, Rudasill, & Rakes, 2013), dan mempunyai masalah tingkah laku (Moore, Redd, Burkhauser, Mbwana, & Collins, 2002). Situasi ini membuatkan murid terkesan sehinggakan untuk mencapai kejayaan di sekolah lebih mencabar. Mereka yang mengalami kesukaran hidup lebih cenderung untuk menamatkan persekolahan sebelum masanya (Christenson, & Thurlow, 2004).

Keputusan untuk menamatkan persekolahan sebelum masa disebabkan isu ekonomi dan suasana yang berada dalam keluarga sebagaimana yang dinyatakan dalam Model Richardson. Setiap individu bermula dengan keseimbangan biologi, psikologi dan kerohanian. Apabila berada di dalam kesukaran, individu akan berinteraksi dengan kesukaran sama ada menjadi individu yang lebih berjaya ataupun menjadi sebaliknya kesan daripada tindak balas ketika menghadapi detik sukar tersebut (Richardson, 2002). Sehubungan dengan itu, setelah memahami resilien dan *mindfulness* daripada pandangan GBKSM terhadap murid B40, keperluan diberikan intervensi khusus untuk membantu mereka meningkatkan resilien semasa berhadapan dengan ancaman dan tekanan meski pun tidak mendapat sokongan ibu bapa perlu diperhalusi. Resilien dalam diri dapat mengelakkan kesan yang tidak baik kepada murid setelah mereka berhadapan dengan masalah kurang mendapat sokongan ibu bapa, tiada minat dan hala tuju yang jelas tentang kepentingan pendidikan, keadaan rumah yang tidak kondusif serta kurangnya minat dalam diri sendiri (Ismail, 2018) yang menjejaskan pencapaian akademik (Siti

Masayu, 2008). Sehubungan dengan itu intervensi yang dibina diharapkan dapat membantu diri murid terhindar daripada mejadi pesalah muda dan ditempatkan di sekolah juvana (Shong et al., 2018).

Sebagaimana saranan penyelidik yang lalu berkaitan kepentingan intervensi kepada murid yang berisiko dalam kehidupan, pembinaan modul perlu dibina untuk membantu peningkatan pengetahuan GBKSM dalam mengendalikan kaunseling kelompok bagi meningkatkan resilien bagi murid keluarga B40 khususnya. Kenyataan ini selaras dengan cadangan Amalia Madihie, (2016) yang menegaskan agar kemahiran GBKSM dalam meningkatkan resilien klien di dalam sesi kaunseling perlu dititikberatkan terutamanya di sekolah. Bersama Modul yang tersusun diharapkan dapat membantu GBKSM menjalankan intervensi dengan lebih tersusun dan program pencegahan akan lebih mencapai matlamat dan objektifnya. Kajian berhubung dengan sikap manusia bermula dengan membina intervensi kepada mengujinya dalam dunia sebenar perlu dilakukan dilapangan sebenar dan bukan hanya di dalam makmal (Luthar & Eisenberg, 2017). Situasi pelaksanaan intervensi yang dekat dengan jiwa murid ini dapat menjadikan intervensi GBKSM lebih bermanfaat kepada murid berbanding pendekatan kekerasan yang dikenakan terhadap murid atas kesalahan yang berlaku kerana ia bukan dilihat sebagai cara terbaik dijadikan sebagai intervensi pembentukan tingkah laku (Aslina Ahmad, 2013). Sehubungan dengan itu artikel ini menerangkan tentang analisis keperluan pembinaan modul dalam meningkatkan resilien murid B40.

Sepanjang sorotan kajian yang dijalankan, penyelidik masih belum menemui kajian pembinaan modul berkaitan intervensi dalam meningkatkan resilien murid B40 di Malaysia mahupun di Asia. Selain itu juga masih belum ditemui modul yang menggunakan pendekatan mindfulness dibina untuk meningkatkan resilien. Sorotan kajian ini disenaraikan berdasarkan jadual 1 berikut:

**Jadual 1: Modul Resilien Yang Telah Dibina**

| Penyelidik                  | Sampel                      | Intervensi                           | Fokus kajian                                    |
|-----------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|---|
| Md Noor Saper (2012)        | Remaja                      | Modul Keagamaan                      | Meningkatkan resilien                           |
| Siti Rozaina Kamsani (2014) | Remaja perempuan anak yatim | Intervensi kelompok psiko Pendidikan | Identiti beragama, Konsep sendiri dan resilien. |
| Amalia Madihie (2013)       | Remaja di rumah anak yatim  | Intervensi Terapi Resilien           | Meningkatkan resilien                           |
| Nor hamizah et al (2018)    | Murid bekeperluan khas      | <i>Play Therapy</i>                  | Meningkatkan resilien                           |
| Chiam Sueh Li (2018)        | Guru Pelatih                | <i>Sandtray</i>                      | Meningkatkan resilien                           |

Berdasarkan kepada modul-modul yang telah dibina oleh penyelidik terdahulu, didapati belum terdapat modul yang menggunakan pendekatan mindfulness dalam pembinaan modul terhadap meningkatkan resilien. Mindfulness merupakan satu proses pendekatan yang bermula dengan

membawa kesedaran terhadap pengalaman semasa yang sedang dilalui, memerhati dan melayani setiap perubahan yang berlaku terhadap pemikiran, perasaan dan sensasi dari masa ke masa dengan mengatur fokus terhadap perhatian pada masa tersebut. Situasi ini akan mengarah perasaan untuk individu lebih sedar perkara yang berlaku iaitu here and now. Situasi ini digambarkan sebagai perasaan yang memenuhi setiap ruang masa tersebut dan menyedari sepenuhnya dalam masa itu. Kemahiran dalam memfokuskan perhatian ini perlu dilakukan berterusan untuk memberikan pengalaman masa tersebut dengan lebih kesedaran (Bishop, 2004). Mindfulness turut merangkumi penerimaan pada waktu yang sama sebagaimana ia terjadi, tanpa berusaha untuk mempertahankan apa yang disukai atau menghilangkan perkara atau sesuatu yang tidak disukai. Oleh yang demikian, Mindfulness merupakan saat "bersama" diri sebagaimana kewujudannya, meskipun situasi bukanlah yang diharapkan (Marotta, 2013). Karakter penting yang membantu perkembangan dalam ialah sikap yang tidak menghukum (non-judgemental attitude), penerimaan (acceptance), kesabaran (patience), kepercayaan (trust), keterbukaan (openness), kebolehan untuk "melepaskan" (tendency to 'let go'), Kelembutan (gentleness), Kemurahan hati (generosity), empati (empathy), kesyukuran (gratitude) dan baik hati (kindness) (Shapiro et al., 2014)

Berdasarkan definisi yang diberikan pembinaan modul ini diharapkan dapat membantu menghentikan pemikiran daripada berfikir tentang masalah dan ancaman harian yang berlaku sehingga melahirkan tindakan yang negatif. Sorotan kajian pembinaan modul yang menggunakan pendekatan mindfulness ditunjukkan di dalam jadual 2.

**Jadual 2: Jadual Pembinaan Modul Yang Menggunakan Pendekatan *Mindfulness* Di Malaysia.**

| Penyelidik   | Tahun | Sampel               | Fokus kajian               |
|--|-------|----------------------|----------------------------|
| Haziyanti, Khalid, Rasyid, dan Razak   | 2019  | Mahasiswa Universiti | Resilien aerobik           |
| Siti Norazilah Mohd Said, Nisha Nurshazwani Baharom, Shaira Parveen Hamilin dan Amalia Madihie | 2017  | Mahasiswa Universiti | Mempromosi kehidupan sihat |
| Phang, Mukhtar, Ibrahim, Keng, dan Mohd. Sidik   | 2015  | Mahasiswa Perubatan  | Pengurusan stress          |

Sehubungan dengan itu, kajian ini akan menjalankan kajian keperluan pembinaan modul RESMIND dalam membantu meningkatkan resilien murid B40 dengan menggunakan pendekatan mindfulness.

### Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk:

1. Menenal pasti kefahaman GBKSM tentang resilien murid B40
2. Menenal pasti pengetahuan sedia ada GBKSM tentang pendekatan *Mindfulness*
3. Menenal pasti keperluan pembinaan modul bagi meningkatkan resilien murid dalam kalangan keluarga B40.

## Persoalan Kajian

1. Bagaimanakah kefahaman GBKSM tentang resilien Murid B40?
2. Apakah pengetahuan sedia ada GBKSM tentang pendekatan *Mindfulness*?
3. Apakah keperluan pembinaan modul bagi meningkatkan resilien Murid keluarga B40?

## Metodologi

Metodologi kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Data dikutip menggunakan kaedah temu bual secara bersemuka. Metodologi ini pernah digunakan oleh Marini Kasim (2017) dalam kajian beliau untuk mendapatkan maklum balas berkaitan resilien dengan faktor pelindung bagi murid daripada kategori ibu bapa yang bercerai. Sampel kajian dipilih secara bertujuan untuk mendapat maklumat yang tepat dan bersesuaian dengan kehendak kajian (Creswell, 2014; Ghazali Darussalam & Sufean Hussin, 2018). Peserta kajian adalah terdiri daripada empat orang Guru Bimbingan dan Kaunseling Sepenuh Masa (GBKSM) di tiga buah sekolah di sebuah Daerah dalam Negeri Perak Darul Ridzuan. Semua responden dipilih berdasarkan pengalaman menjadi GBKSM melebihi lima tahun (Akbari & Yazdanmehr, 2014). Pendekatan kualitatif digunakan untuk memahami pelaksanaan program dan juga aktiviti yang telah dijalankan dalam membina resilien murid B40 khususnya. Kajian ini menggunakan protokol temu bual separa struktur secara bersemuka. Format protokol temu bual umum ini terdiri daripada empat bahagian soalan, 1) soalan berkaitan latar belakang responden, 2) Makluman kepada pengkaji tentang objektif dan metodologi kajian, 3) soalan utama untuk mencapai objektif kajian, 4) soalan penutup bertujuan untuk mengukuhkan persahabatan antara penyelidik dan responden (Creswell, 2014). Bagi menjalankan proses kesahan dan kebolehpercayaan soalan temu bual, soalan telah disemak oleh pakar Bahasa dan juga GBKSM yang menepati syarat perkhidmatan melebihi lima tahun. Segala penambahbaikan yang dicadangkan oleh pakar diambil kira oleh penyelidik dan dilakukan penambahbaikan dengan melakukan penyingkiran bagi item-item yang tidak diperlukan. Dapatan temu bual ini digunakan untuk mendapatkan maklumat terperinci sebelum berkenaan kefahaman GBKSM dan keperluan pembinaan modul dilakukan.

Responden diberikan nama dengan kod GBKSM R1, GBKSM R2, GBKSM R3 dan GBKSM R4. Senarai dan kod responden ditunjukkan dalam jadual 3. Responden turut dipilih berdasarkan kepada jumlah murid yang berada di sekolah mereka dengan bilangan murid B40 melebihi 60% jumlah murid di sekolah.

**Jadual 3: Demografi Responden Guru Bimbingan dan Kaunseling Sepenuh Masa (GBKSM) dan Kod responden**

| Kod Responden (R) | Pengalaman sebagai GBKSM | Akademik  |
|-------------------|--------------------------|---|
| GBKSM R1          | 19 tahun                 | Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Bimbingan dan Kaunseling |
| GBKSM R2          | 22 tahun                 | Ijazah Sarjana muda Pendidikan Bimbingan dan Kaunseling |
| GBKSM R3          | 18 tahun                 | Ijazah Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Kaunseling      |
| GBKSM R4          | 13 Tahun                 | Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Bimbingan dan Kaunseling |

Penyelidik menganalisis data temu bual secara bertema bagi mendapat maklumat secara mendalam tentang kefahaman GBKSM berkenaan resilien murid B40, pendekatan *Mindfulness* dan keperluan membangunkan Modul Resilien-Mindfulness bagi meningkatkan resilien Murid B40. Penetapan tema ini berdasarkan persoalan kajian yang dibentuk dan literatur kajian penyelidik tentang resilien murid B40. Perisian Atlas.ti 8 digunakan untuk proses mentranskrip temu bual dan melaksanakan proses pengekodan dan mencari tema.

### Dapatan Kajian dan Perbincangan

Bagi mendapatkan data yang lebih bermakna, dapatan daripada temu bual dilakukan analisis untuk mendapatkan tema yang diperlukan oleh penyelidik berdasarkan kajian literatur. Penetapan tema ini dilakukan berdasarkan kepada literatur kajian penyelidik serta untuk menjawab persoalan kajian yang telah dikemukakan. Tema-tema utama kajian yang diperoleh adalah seperti berikut 1) Isu dalam kalangan Murid B40, 2) Faktor 3) Strategi yang digunakan dan 4) Kefahaman berkaitan resilien, *mindfulness* dan keperluan modul intervensi dalam meningkatkan resilien dalam kaunseling kelompok. Jadual 4 menunjukkan kod tema utama dan sub-sub tema utama hasil daripada dapatan kajian temu bual selaras dengan literatur kajian.

**Jadual 4: Kod Tema Utama Dan Sub Tema**

| Bil | Tema utama                    | Sub Tema        | Sub tema baharu                                      |
|-----|-------------------------------|-----------------|--|
| 1   | Resilien                      | Kefahaman       |  |
|     |                               | Isu             | Akademik<br>Disiplin<br>Keluarga                     |
|     |                               | Faktor          | Pendapatan keluarga<br>Tempat tinggal<br>Keseronokan |
| 2   | Pendekatan <i>Mindfulness</i> | Kefahaman       |  |
| 3   | Keperluan Modul               | Pembinaan modul | Ketiadaan modul<br>Pengisian modul                   |

Berdasarkan analisis yang dijalankan terdapat tiga tema yang muncul. Tema-tema ini akan diperjelaskan untuk memenuhi tiga objektif kajian yang dibina.

Objektif pertama : Mengetahui kefahaman GBKSM tentang resilien murid B40

Bagi mengenal pasti kefahaman GBKSM berkenaan resilien, tiga protokol soalan telah dibina untuk mendapatkan maklumat bagi menerangkan objektif yang pertama iaitu 1. Apakah terdapat murid B40, disekolah? 2) Sejauhmanakah kefahaman cikgu faham tentang resilien? 3) Bagaimanakah pandangan cikgu terhadap tingkah laku murid B40? Tiga tema telah terhasil untuk menerangkan objektif yang pertama iaitu terdiri daripada kefahaman, isu dan faktor.



Untuk menyemak kefahaman GBKSM, GBKSM memahami maksud resilien ataupun daya tahan berdasarkan temubual yang di jalankan.

*“Resilien ni bukan ke ketahanan untuk meneruskan kehidupan, macam tu lah kan, ketahanan menghadapi kesusahan macam tu kan.”*

GBKSM R1/ Resilien/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Dalam erti kata lain, ketahanan diri untuk, orang kata menerima hakikat sesuatu tu”.*

GBKSM R3/ Resilien/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Ketahanan diri menerima hakikat sesuatu. Menerima hakikat itu bukan sekadar dipendam dalam diri tetapi dia mencari alternatif Untuk keluar, Untuk keluar daripada kesulitan atau pun masalah yang dihadapi”.*

GBKSM R4/ Resilien/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

Dapatan temu bual untuk mengenal pasti kefahaman GBKSM berkaitan dengan resilien menunjukkan GBKSM memahami maksud resilien adalah kekuatan diri individu untuk berhadapan dengan situasi sukar dengan menghasilkan penyesuaian yang positif. Namun demikian tema yang muncul semasa temubual ialah berlakunya isu yang melibatkan murid B40 yang menghasilkan penyesuaian negatif sehingga ada yang terlibat dengan gejala sosial yang tidak sihat serta keciciran dari segi pencapaian akademik. Sub tema yang timbul daripada tema isu ialah Akademik, Disiplin dan Keluarga. Kenyataan temu bual disertakan bagi menunjukkan murid B40 di sekolah menghadapi isu yang dinyatakan dan mereka tidak dapat menunjukkan personaliti resilien ketika berhadapan dengan kesukaran.

Isu akademik:

*“Melalui pemerhatian saya lah, kebanyakan mereka masih tak ada hala tuju yang jelas lah. Mereka setakat datang ke sekolah ikut kawan-kawan. Tengok orang lain pergi sekolah, pergi sekolah. Ada kalanya mereka tak buat kerja sekolah. Macam bawak beg kosong je. Tak lengkap lah. Macam datang sekolah tu sekadar datang je. Dan dah sampai sekolah banyak bersembang je lah. Mereka tak fikir pasal pelajaran. Macam tu lah”.*

GBKSM R2/ Resilien/Isu/Akademik  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Hmm dan jugak orang kata dari sudut akademik. Yang orang kata berada di tahap yang membimbangkan”.*

GBKSM R3/ Resilien/Isu/Akademik  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Pelajar kita ni ramai yang latar belakang ibu bapa yang bercerai kan. Jadi dia macam kurang kasih sayang. Bila dekat sekolah tu macam dia nak perhatian. Tapi, bila dapat cikgu yang terlalu garang, dia dah jadi macam tu lah. Cikgu tu kata dia, lagi lah dia down kan. Macam tu lah”*

Kecekalan mereka dalam menghindarkan diri daripada terlibat daripada salah laku dan juga keciciran di sekolah adalah personaliti resilien yang bukannya satu personaliti warisan namun boleh diajar dan dibentuk dalam diri individu (Yeager & Dweck, 2012).

#### Isu Disiplin:

Selain daripada isu akademik yang isu disiplin turut menjadi sub tema kepada perbincangan tentang resilien murid B40.

*“Satu yang memang kita nampak ketara penglibatan mereka dari sudut, orang kata disiplin. Yang mana ada isu disiplin”.*

GBKSM R3/ Resilien/Isu/Disiplin  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Mencari keseronokkan diluar. Kalau lah mereka ni mendapat kawan-kawan yang negatif, jadi mereka kemungkinan jugak akan terlibat dalam budaya-budaya negatif lah”.*

GBKSM R2/ Resilien/Isu/Disiplin  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Murid-murid B40 ni apabila dia keluar daripada rumah, berjumpa dengan rakan-rakan yang tak elok, yang boleh memberi mereka keseronokkan, mereka akan ikut”.*

GBKSM R4/ Resilien/Isu/Disiplin  
(Tembual personal 8 April 2019)

Dapatan kajian turut disokong sorotan kajian lalu yang menunjukkan antara faktor ketidakhadiran murid ke sekolah adalah kerana masalah ekonomi keluarga dan juga kesukaran yang dilalui dalam kehidupan mengakibatkan mereka mula terlibat dengan tingkah laku yang salah (Shong et al., 2018).

#### Isu Keluarga:

*“Kalau potensi untuk budak tu ada kelakuan tingkah laku disiplin dia berkaitan dengan mmm berkaitan dengan masalah family”.*

GBKSM R1/ Resilien/Isu/keluarga  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Pelajar kita ni ramai yang latar belakang ibu bapa yang bercerai kan. Jadi dia macam kurang kasih sayang”.*

GBKSM R2/ Resilien/Isu/keluarga  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Pastu dengan pekerjaan ibu bapa yang orang kata tak menentu. Pergaduhan dan sebagainya berlaku. Semua tu membentuk, orang kata jiwa yang tak berapa stable”.*

GBKSM R3/ Resilien/Isu/keluarga  
(Tembual personal 8 April 2019)

Berdasarkan sorotan kajian, berada dalam kekurangan ekonomi boleh mengakibatkan berlakunya situasi yang kritikal serta situasi yang negatif. Situasi negatif ini termasuklah mempunyai Pendidikan yang rendah (Brackenreed, 2010). Selain itu keadaan ibu bapa yang tidak mengetahui bagaimana untuk melayani anak-anak telah menjejaskan mereka sehingga menyebabkan mereka tidak meneruskan persekolahan, meninggalkan ibu bapa untuk berhijrah ke bandar dan seterusnya mencari pekerjaan untuk meneruskan kehidupan (Ambelu et al., 2019). Terdapat juga murid yang terpaksa berdikari serta disalahgunakan sehingga mengeksploitasi mereka dengan memberikan peluang pekerjaan (UNHCR).

Objektif kedua : Mengenal pasti kefahaman sedia ada GBKSM tentang pendekatan *Mindfulness*

Tema: Kefahaman

Bagi memahami kefahaman GBKSM berkenaan pendekatan *mindfulness*, temu bual yang dijalankan memberikan penjelasan. Empat GBKSM telah menyatakan mereka kurang memahami secara khusus berkaitan dengan *mindfulness* namun mereka pernah mengetahui melalui kursus yang disertai dan pembacaan. Rata-rata responden berminat dengan pendekatan *mindfulness* ini.

*“Ya, pernah. Mindfulness ni macam meditasi lah kan. Kita buat satu perkara untuk kita duduk senyap sendiri dan tak fikir masalah-masalah yang ada”.*

GBKSM R1/ *Mindfulness*/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Sebenarnya saya tak faham maksud mindfulness yang tepat. Tapi teknik yang saya belajar terapi aura tu macam duduk sendiri, dan kene fikir positif”.*

GBKSM R2/ *Mindfulness*/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Ya, saya pernah dengar. Dan setahu saya kalau kat Malaysia ni belum ada lagilah penggunaan pendekatan ni. Cuma saya bila saya baca tentang CBT kadang-kadang terjumpa dengan perkataan mindfulness”.*

GBKSM R3/ *Mindfulness*/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Mmmm.... Mindfulness ... kesedaran. Itu je yang saya faham. Tapi saya tengok macam menarik”.*

GBKSM R4/ *Mindfulness*/Kefahaman  
(Tembual personal 8 April 2019)

Kefahaman GBKSM yang di temu bual dilihat menyamai maksud yang disampaikan oleh penyelidik yang lalu iaitu situasi *mindfulness* digambarkan sebagai perasaan yang memenuhi setiap ruang masa tersebut dan menyedari sepenuhnya dalam masa itu. Kemahiran dalam memfokuskan perhatian ini perlu dilakukan berterusan untuk memberikan pengalaman masa tersebut dengan lebih kesedaran (Bishop, 2004).

Sehubungan dengan itu, keperluan pendekatan *mindfulness* untuk dijalankan kepada murid dan digabungkan di dalam modul kaunseling kelompok sesuai dilakukan berdasarkan dapatan yang dikemukakan. Cadangan ini diutarakan sebagaimana laporan mesyuarat oleh Galante et al.,

(2016) melaporkan proses kaunseling terhadap klien yang datang untuk menjalankan sesi dicadangkan untuk menggunakan pendekatan mindfulness berdasarkan kepada keberkesanan pendekatan ini menangani isu yang lain.

Objektif ketiga : Menenal pasti keperluan pembinaan modul bagi meningkatkan resilien murid dalam kalangan keluarga B40.

Berdasarkan kepada temu bual berkaitan dengan modul yang pernah digunakan di sekolah dalam membantu meningkatkan resilien murid, keempat responden menjawab tidak terdapat modul yang khusus digunakan dalam membantu meningkatkan resilien diri murid B40. Bagi menerangkan dapatan temu bual untuk objektif ketiga, tema yang terbentuk ialah keperluan modul dan sub tema yang muncul terdiri daripada ketiadaan modul dan kepentingan modul.

*“Ok, setakat ni tak ada lagi modul yang saya gunakan. Cuma saya guna terapi yang saya belajar lah. Bagaimana saya jumpa, kalau buat kaunseling individu tu, saya guna terapi aura positif yang saya belajar dengan Dr Khalid lah”.*

GBKSM R2/ Keperluan modul/Ketiadaan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Tapi nak ada orang kata satu program yang khusus, satu modul yang khusus tu, takde. Memang takde”.*

GBKSM R3/ Keperluan modul/Ketiadaan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Setakat ni rasa takde. Memang takde lah. Cuma kita jalankan sesi kaunseling individu dan sesi kaunseling kelompok lah”.*

GBKSM R4/ Keperluan modul/Ketiadaan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

Dapatan temu bual yang dijalankan menunjukkan keperluan pembinaan modul khusus untuk meningkatkan resilien. Sebagaimana kajian lalu menunjukkan murid menghadapi pelbagai halangan dalam hidup mereka yang bukan sahaja menjejaskan prestasi mereka di sekolah tetapi juga turut menjejaskan kesejahteraan psikologi mereka. Oleh yang demikian, sebagaimana kajian yang dijalankan oleh (Ungar et al., 2019) menyatakan terdapat pelbagai bukti yang menunjukkan bahawa sekolah berpotensi untuk mempengaruhi pertumbuhan biopsikososial murid secara positif dalam membentuk resilien murid menerusi intervensi yang dirangka dan intervensi tersebut perlu difokuskan khusus untuk mengubah individu murid itu sendiri. Pembinaan intervensi yang bersesuaian untuk digunakan di dalam sesi kaunseling kelompok dapat membantu GBKSM dalam mengendalikan kaunseling kelompok bagi meningkatkan resilien bagi murid keluarga B40 khususnya. Sebagaimana Amalia Madihie, (2016) yang mencadangkan di dalam kajian beliau agar kemahiran GBKSM dalam meningkatkan resilien klien di dalam sesi kaunseling perlu dititikberatkan dan diberikan perhatian.

*“Mmm akak rasa perlu sebab daripada modullah kadang kadang kita faham dapat capai kita punya mmm objektif kita, kadang-kadang kita bercakap je tak Nampak tau apa yang kita punya”.*

GBKSM R1/ Keperluan modul/kepentingan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Ok, pada pendapat saya perlu lah diwujudkan satu modul khas supaya bukan saja guru kaunseling boleh menggunakan modul tersebut tetapi semua guru sekolah”.*

GBKSM R2/ Keperluan modul/kepentingan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Memang perlu. Memang perlu sebab jumlah pelajar miskin tu ramai. Pelajar miskin tu ramai. Dia, sebab kita nak ceritanya sekarang ni, yang saya nampak tu keperluan tu betul-betul perlu pada sekolah harian”.*

GBKSM R3/ Keperluan modul/kepentingan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

*“Okay saya rasa sangat perlu lah, memang perlu kerana setakat ni tidak ada modul yang khusus lagi lah untuk mereka. Cuma kita tengok sekarang ni modul yang ada tu tidak spesifik untuk resilien mereka. Hah”.*

GBKSM R4/ Keperluan modul/kepentingan modul  
(Tembual personal 8 April 2019)

Temu bual yang dijalankan menunjukkan empat orang GBKSM menegaskan keperluan dalam pembangunan modul kaunseling kelompok untuk meningkatkan resilien murid B40 bagi membantu GBKSM melaksanakan intervensi dengan lebih berfokus. Keperluan modul ini sebagai pemangkin peranan Guru Bimbingan dan Kaunseling turut disenaraikan sebagai salah satu jawatan bagi memastikan pelaksanaan surat siaran ini berjalan lancar. Dapatan kajian ini sama seperti keperluan dan peranan GBKSM untuk memastikan murid-murid untuk terus kekal di alam persekolahan dengan intervensi yang dijalankan oleh Guru Bimbingan dan Kaunseling di sekolah. Intervensi yang dilakukan merupakan satu usaha bagi membantu Unit Bimbingan dan Kaunseling Sekolah dalam memberikan tumpuan kepada mengakses maklumat yang berkualiti untuk murid, memberikan bantuan peribadi untuk mengintegrasikan kehidupan, belajar dan bekerja, serta untuk memupuk murid sebagai individu, profesional, dan warganegara yang resilien (American School Counselor Association, 2003)

### **Kesimpulan**

Oleh yang demikian dengan berdasarkan tema-tema yang terhasil dicadangkan untuk pembinaan Modul resilien agar dapat memenuhi keperluan GBKSM dalam membantu murid B40 berhadapan dengan isu yang berlaku dalam diri, keluarga dan persekitaran dengan membentuk penerimaan yang positif.

Dengan dapatan ini, diharapkan agar dapat membantu Kementerian Pelajaran Malaysia, Jabatan Pendidikan Negeri, Pejabat Pelajaran Daerah serta Guru Bimbingan dan Kaunseling merancang dan menjalankan intervensi bagi membantu murid-murid ini membentuk jati diri dan membina ketahanan dalaman diri serta resilien mereka dengan lebih baik lagi khususnya dalam menjalankan sesi kaunseling kelompok. Hasil kajian ini juga diharapkan dapat memberi implikasi positif kepada pihak-pihak yang berkepentingan khususnya untuk meneruskan lebih banyak program-program yang menyumbang kepada peningkatan resilien akademik dalam kalangan murid B40.

### **Rujukan**

Ahmad, R., Parveen, A., Idris, M. N., Anuar, C., Abdullah, C., & Ahmad, N. (2011). the Application of Group Counseling on Self- Concept, Depression and Resilience of Teenage. 96, 211–229.

- Ambelu, A., Mulu, T., Seyoum, A., Ayalew, L., & Hildrew, S. (2019). Resilience dynamics after interventions made among school children of rural Ethiopia. *Heliyon*, 5(4), e01464. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e01464>
- American School Counselor Association. (2003). The ASCA national model: A framework for school counseling programs. Professional School Counseling. JSTOR
- Arthurson, K. (2015). *Teaching mindfulness to year sevens as part of health and personal development*. Australian Journal of Teacher Education, 40(5), 27–40.
- Bernard, B. (2004). Resiliency: What we have learned. West Ed.
- Bernay, R., Graham, E., Devcich, D.A., Rix, G., & Rubie-Davies, C.M. (2016). *Pause, breathe, smile: a mixed methods study of student well-being following participation in an eight-week, locally developed mindfulness program in three New Zealand schools*. Advances in School Mental Health Promotion, 9(2), 90–106.
- Bishop, S. R. (2004). *Mindfulness: A Proposed Operational Definition*. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 11(3), 230–241. <https://doi.org/10.1093/clipsy/bph077>
- Britton, W.B., Lepp, N.E., Niles, H.F., Rocha, T., Fisher, N.E., & Gold, J.S. (2014). A randomised controlled pilot trial of classroom-based mindfulness meditation compared to an active control condition in sixth- grade children. *Journal of School Psychology*, 52(3), 263– 278.
- Catalano, R. F., Berglund, M. L., Ryan, J., Lonczak, H. S., & Hawkins, J. D. (2004). Positive youth development in the United States: Research findings on evaluations of Positive Youth Development programs. *The ANNALS of the American Academy of Political and Social Science*, 591(1), 98–124.
- Catterall, J. S. (1998). Risk and resilience in student transitions to high school. *American Journal of Education*, 106(2), 302–333.
- Chandler, G. E., Kalmakis, K. A., Chiodo, L., & Helling, J. (2019). The Efficacy of a Resilience Intervention Among Diverse , At-Risk , College Athletes : A Mixed-Methods Study. <https://doi.org/10.1177/1078390319886923>
- Cobb, B., Sample, P. L., Alwell, M., & Johns, N. R. (2006). Cognitive-behavioral interventions, dropout, and youth with disabilities: A systematic review. *Remedial and Special Education*, 27(5), 259–275)
- Corey, G. (2000). *Theory and Practice of Group Counseling (5th Edition)* CA Books/Cole Publishing Company.
- Corey, G., M.S., & Callanan. (2003). *Issue and Ethics in the Helping Professions (6th ed.)*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Costello, E., & Lawler, M. (2014). An exploratory study of the effects of mindfulness on perceived levels of stress among school children from lower socioeconomic backgrounds. *International Journal of Emotional Education*, 6(2), 21–39.
- Farrington, D. P. (2000). Explaining and preventing crime: The globalization of knowledge—the American Society of Criminology 1999 Presidential Address. *Criminology*, 38(1), 1–24.
- Felver, J. C., Clawson, A. J., Morton, M. L., Brier-kennedy, E., Janack, P., & Diflorio, R. A. (2019). School-based mindfulness intervention supports adolescent resiliency: A randomized controlled pilot study. *International Journal of School & Educational Psychology*, 7(1), 111–122. <https://doi.org/10.1080/21683603.2018.1461722>
- Finn, J. D., & Rock, D. A. (1997). Academic success among students at risk for school failure. *Journal of Applied Psychology*, 82(2), 221–234.

- Galante, J., Dufour, G., Vainre, M., Wagner, A. P., Stochl, J., Croudace, T. J., Benton, A., Howarth, E., & Jones, P. B. (2016). Provision of a mindfulness intervention to support university students' wellbeing and resilience to stress: preliminary results of a randomised controlled trial. *The Lancet*, 388, S49. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(16\)32285-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)32285-1)
- Hart, A., & Heaver, B. (2012). School-based resilience interventions with disadvantaged young people: Towards a systematic consultative review. *Today's Children Tomorrow's Parents: An Interdisciplinary Journal*, 33–34, 53–64. <http://www.tctpc.cicop.ro/documente/Revista%2033-34%20EN>.
- Haziyanti, N., Khalid, M., Rasyid, N. M., & Razak, N. A. (2019). Pembinaan Modul Latihan Mindfulness Acceptance Commitment-Physical ( Mac-P ) Untuk Daya Tahan Aerobik. 8(1), 67–81.
- Ismail, K. (2018). Kemiskinan dan Agihan Pendapatan di Malaysia: Status dan Kadar Kemiskinan Mengikut Etnik dan Strata serta Golongan Berpendapatan 40 Peratus Terendah ( B40 ). December.
- Jagers, J. W., Robison, S. B., Rhodes, J. L. F., Guan, X., & Church, W. T. (2015). Predicting adult criminality among Louisiana's Urban Youth: Poverty, academic risk, and delinquency. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 7(1), 89–116. <https://doi.org/10.1086/685089>
- Kementerian Pendidikan Malaysia (2002) Surat Pekeliling Ikhtisas Bil. 14/2002: Pelaksanaan Pendidikan Wajib Di Peringkat Rendah 2003
- Luthar, S. S., & Ansary, N. S. (2005). Dimensions of adolescent rebellion: Risks for academic failure among high- and low-income youth. *Development and Psychopathology*, 17(1), 231–250.
- Lynch, K. B., Geller, S. R., & Schmidt, M. G. (2004). Multi-year evaluation of the effectiveness of a resilience-based prevention program for young children. *The Journal of Primary Prevention*, 24(3), 335–353.
- Madihie, A. (2016). Resilient therapy as an expansion of counselling services in working with the vulnerable clients. *COUNS-EDU| The International Journal of Counseling and Education*, 1(1), 22. <https://doi.org/10.23916/22-28.0016.11-i2b>
- Marini Kasim. (2017). Pengaruh faktor pelindung dan kekuatan dalaman terhadap ketahanan diri dalam kalangan murid daripada ibu bapa bercerai. *Universiti Sains Malaysia*, 91, 399–404.
- Marotta, J. (2013). 50 Mindful steps to self esteem Everyday practices for cultivating self-acceptance & self-compassion.
- Merriam, S. (2009). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. San Francisco, CA: John Wiley & Sons, Inc.
- MOE. (2013). *Malaysia Education Blueprint 2013 - 2025*. Malaysia Education Blueprint, Malaysia, 1–268. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2010.08.007>
- Mohammad Nasir Bistaman. (2006). *Effect of Group Counseling on Youth at Risk Adjustment*. Thesis Dr. Fal . Universiti Kebangsaan Malaysia. Bangi.
- Narayanan, A. (2015). Predictors of resilience among adolescents of low socio-economic status in India. *International Review of Psychiatry*, 27(3), 204–217. <https://doi.org/10.3109/09540261.2015.1066763>
- No Title. (2008).
- Phang, C. K., Mukhtar, F., Ibrahim, N., Keng, S. L., & Mohd. Sidik, S. (2015). Effects of a brief mindfulness-based intervention program for stress management among medical students: The Mindful-Gym randomized controlled study. *Advances in Health Sciences Education*, 20(5), 1115–1134. <https://doi.org/10.1007/s10459-015-9591-3>

- Richardson, G. E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Rutter, M. (2012). Resilience as a dynamic concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344. <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>
- Said, S. N. M., Baharom, N. N., Hamilin, S. P., Madihie, A., & Yusoff, S. M. (2017). Development of mindfulness module for promoting healthy lifestyle among female students in higher education institution. *International Journal of Business and Society*, 18(S4), 854–861.
- Shapiro, S. L., Schwartz, G. E., & Bonner, G. (2014). Effects of Mindfulness-Based Stress Reduction on Medical and Premedical Students. *Journal of Behavioral Medicine*, 21(January 1999), 21. <https://doi.org/10.1023/A>
- Shapiro, S.L., Schwartz, G.E., & Santerre, C. (2002). The effects of mindfulness-based stress reduction on medical and premedical students. *Journal of behavioral Medicine*, 21, 581-599
- 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*. <https://doi.org/10.1177/0020872818756172>
- Suranata, K. (2015). Caring community as a strengthened in the education efforts to promote student resilience. In *Scientific Forum-Faculty of Education Department Of Science Education (FIP-JIP) and International Seminar* (pp. 290–300). Scientific Forum-Faculty of Education Department of Science Education (FIP-JIP), Gorontalo Indonesia.
- Suranata, K., Atmoko, A., & Hidayah, N. (2017a). Enhancing students' resilience: Comparing the effect of cognitive-behavior and strengths-based counseling. *Atlantis Press, 2nd International Conference on Innovative Research Across Disciplines (ICIRAD 2017)*. <https://doi.org/10.2991/icirad-17.2017.20>.
- Ungar, M., Connelly, G., Liebenberg, L., & Theron, L. (2019). How Schools Enhance the Development of Young People's Resilience. *Social Indicators Research*, 145(2), 615–627. <https://doi.org/10.1007/s11205-017-1728-8>
- Ungar, M., Russell, P., & Connelly, G. (2014). School-based interventions to enhance the resilience of students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 4(1), 66–83. <http://doi:10.5539/jedp.v4n1p66>.
- UNHCR, Action for the Rights of Children (ARC), Exploit. Abuse - UNHCR, (ND). <http://www.unhcr.org/3bb81aea4.pdf>. (Accessed 2 July 2018).
- Viafora, D.P., Mathiesen, S.G., & Unsworth, S.J. (2015). Teaching mindfulness to middle school students and homeless youth in school classrooms. *Journal of Child and Family Studies*, 24(5), 1179–1191.
- Yavuz, H. Ç., & Kutlu, Ö. (2016). Investigation of the factors affecting the academic resilience of economically disadvantaged high school students. *Egitim ve Bilim*, 41(186), 1–19. <https://doi.org/10.15390/EB.2016.5497>
- Yeager, D. S., & Dweck, C. S. (2012). Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302–314. <https://doi.org/10.1080/00461520.2012.722805>
- Yusop, Y. M. (2013). The Needs Analysis in Self-Concept Module Development. *The Malaysian Online Journal of Educational Science*, 3(1), 44–55. [www.moj-es.net](http://www.moj-es.net)



Zubrick, S., & Robson, A. (2003). Resilience to offending in high-risk groups: Focus on Aboriginal youth. Report for the Telethon Institute for Child Health Research Australia. Canberra, Government of Australia.