

## **Hubungan antara Tekanan Psikologikal dan Kemarahan dengan Tingkah Laku Buli dalam Kalangan Pelajar Universiti**

*(Relationship between Psychological Stress, Anger and Bullying Behaviour among University Students)*

Mohd Suhaimi Mohamad

<sup>1</sup>Nazirah Hassan

Nasrudin Subhi

Muzamir Wan Nazri

*Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia,  
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan,  
Universiti Kebangsaan Malaysia*

<sup>1</sup>Corresponding e-mail: [nazirah@ukm.edu.my]

Bullying behavior among students is increasingly growing in the higher education institutions. This study was conducted to identify psychological stress, anger and bullying behavior among students in the Faculty of Social Science and Humanities UKM. This was a quantitative study using the survey method through a set of questionnaires to 100 FSSK students from various courses of study. The questionnaire consisted of three instruments: Peer Relations Questionnaire (PRQ), State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2) and General Health Questionnaire (GHQ-12). The results show that bullying behavior among FSSK UKM students was moderate meanwhile the level of anger and psychological stress level of the students was low. The level of psychological stress of students has significant relationship with the level of anger and bullying behavior among FSSK UKM students. Therefore, the university should ensure that bullying behavior does not happen in campus and need to do screening on the anger and psychological stress of the students as a whole to avoid mental health issues to happen. All parties need to play a role to prevent bullying and to reduce the aggressive attitude and mental problems among university students.

*Keywords:* psychological distress, level of anger, bullying behavior

Isu buli dalam kalangan pelajar bukan satu isu yang baharu termasuklah tingkah laku buli dalam kalangan pelajar di institusi pengajian tinggi. Mengikut statistik, sebanyak 3,011 kes buli dilaporkan pada 2015 dan jumlah kes ini meningkat sehingga 3,488 kes pada 2016 sebelum turun kepada 2,795 kes pada 2017. Sebahagian besar daripada kes yang dilaporkan adalah melibatkan tingkah laku buli secara fizikal. Terdapat peningkatan dalam kes buli yang dilaporkan di sekolah menengah iaitu daripada 0.06 peratus pada tahun 2015 kepada 0.11 peratus pada tahun 2016 (Berita Harian, 2018). Menurut Tan Sri Lee Lam, berdasarkan hasil kajian

Tabung Kanak-Kanak Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (UNICEF) mendedahkan bahawa tujuh daripada 10 kanak-kanak di Malaysia mempunyai kebimbangan mengenai tingkah laku buli di sekolah lebih tinggi berbanding dengan negara Jepun iaitu tiga daripada 10 kanak-kanak dan United Kingdom iaitu empat daripada 10 kanak-kanak (Berita Harian, 2018). Tingkah laku buli sering dikaitkan dengan kelakuan agresif sehingga boleh mengakibatkan berlakunya kematian (Berita Harian, 2017). Menurut Azizi et al. (2008), pelajar yang membuli adalah disebabkan oleh pengalaman buli semasa

zaman persekolahan mereka sama ada sebagai pembuli atau mangsa buli.

Tingkah laku buli sebenarnya satu fenomena yang kompleks dan telah berlaku sejak dulu lagi terutamanya dalam kalangan pelajar (Roland, 1993). Ia satu bentuk tingkah laku yang negatif dan boleh ditunjukkan dalam pelbagai bentuk dan cara tanpa mengira jantina dan kaum (Azizi et al., 2008). Kajian terdahulu ada menyatakan pelbagai definisi mengenai tingkah laku buli (Collins, Gerry & Gary, 2004; Olweus, 1993). Antaranya ialah tingkah laku buli merujuk kepada tindakan dan perbuatan negatif oleh seseorang yang lebih kuat atau berkuasa terhadap orang lain yang dianggap lebih lemah dan kurang berkuasa secara berulang kali (Azizi et al., 2008). Owens, Slee dan Shute (2001) menganggap tingkah laku buli sebagai satu sikap agresif yang dilakukan berulang kali terhadap individu yang lain secara individu atau berkumpulan. Tingkah laku buli juga dianggap sebagai satu bentuk interaksi sosial di mana individu yang lebih dominan iaitu pembuli akan menunjukkan tingkah laku agresif yang berupaya menyebabkan seseorang lain itu iaitu mangsa buli untuk berasa tidak selesa. Selain itu, tingkah laku buli dilihat sebagai satu perbuatan menekan dan menindas orang yang lebih lemah dan kurang berkuasa sama ada secara fizikal atau psikologikal (Riqby, 2000). Menurut Olweus (1993) terdapat tiga bentuk tingkah laku buli yang sering berlaku iaitu fizikal, verbal dan tingkah laku anti sosial. Tingkah laku buli fizikal adalah seperti memukul, menarik rambut dan menendang. Manakala tingkah laku buli verbal ialah seperti mengejek, menghina dan mengusik. Tingkah laku buli anti sosial pula adalah seperti memulau, mengata, fitnah dan merosakkan harta benda.

Kesan akibat tingkah laku buli kepada mangsa buli boleh dilihat secara fizikal dan mental. Tingkah laku buli yang agresif boleh mendatangkan kecederaan dan kesakitan kepada tubuh badan mangsa

terutamanya tingkah laku buli yang berlaku secara langsung seperti tingkah laku fizikal dan verbal (Owens, Slee & Shute 2001). Rigby (2000) mendapati tingkah laku buli boleh menyebabkan masalah tekanan emosi dan mental kepada mangsa buli sehingga mereka merasa rendah diri, mempunyai penghargaan diri yang rendah, kerisauan, kemurungan dan berfikiran membunuh diri. Malah pembuli yang tidak dikawal dan diberi rawatan yang sewajarnya mempunyai kecenderungan untuk menjadi penjenayah (Rigby, 2000).

Terdapat juga perlakuan buli yang tidak mengakibatkan kecederaan fizikal tetapi memberi kesan kepada emosi mangsa. Emosi yang sering terlibat adalah marah dan takut. Pada mulanya mereka yang dibuli ini akan marah kepada pembuli dan sekiranya sering dibuli, akan menyebabkan timbul perasaan takut terhadap tingkah laku buli yang berulang. Jika perasaan ini berterusan, seseorang berkemungkinan besar akan juga menjadi pembuli apabila mangsa adalah lebih lemah atau senang dikawal. Perlakuan ini bukan sahaja mendatangkan ketidakselesaan kepada mangsa malah boleh mengakibatkan kecacatan fizikal serta trauma yang teruk. Banks (2000) menyatakan bahawa, pelajar yang terlibat dalam perlakuan buli semasa zaman persekolahan berpotensi untuk terlibat dalam kegiatan jenayah apabila dewasa kelak. Menurut Azizi et al. (2008), kajian tentang buli masih perlu dijalankan sama ada di peringkat institusi-institusi pengajian tertinggi mahupun secara individu agar dapat mencari jalan penyelesaian yang paling berkesan untuk menangani masalah buli dalam kalangan pelajar. Ini kerana, kejadian buli semakin membimbangkan pelbagai pihak terutamanya keluarga dan golongan pendidik. Apatah lagi, sekiranya insiden buli ini mengakibatkan kecederaan yang parah dan juga kematian dalam kalangan pelajar.

### **Buli dan Pelajar Universiti**

Pelajar universiti dikatakan mempunyai tahap tekanan psikologikal yang agak tinggi akibat tekanan akademik, hubungan sosial, kewangan dan masalah peribadi yang lain (Mohd Hafis Mohamad et al., 2016). Tekanan psikologikal boleh terjadi disebabkan oleh beberapa faktor luaran dan faktor dalaman yang di alami oleh pelajar (Ramli et al., 2018). Menurut Muhammad Wafi & Sharifah Rohayah (2020), faktor tekanan luaran yang sering dihadapi pelajar universiti adalah seperti kekurangan wang, persekitaran kampus dan cabaran kerjaya manakala faktor dalaman mereka adalah berkaitan dengan konflik interpersonal, masalah keluarga dan isu jati diri. Khan, Gulzar & Yahya (2013) pula menyatakan bahawa pelajar universiti selalunya mengalami tekanan akibat perubahan gaya hidup, hubungan interpersonal, pengaruh rakan sebaya dan beban akademik. Yadav & Prakash (2020) menyatakan bahawa tekanan psikologikal adalah kesan daripada tekanan mental dan emosi ke atas situasi yang mengganggu kestabilan psikologi individu. Ianya juga adalah respons individu terhadap tekanan psikologikal atau tingkah laku negatif sehingga boleh menjejaskan prestasi akademik pelajar. Tekanan psikologikal yang tinggi akan menyebabkan seseorang terjebak dalam masalah yang lain seperti kemurungan, masalah kesihatan mental dan sebagainya. Menurut Ganesan et al. (2018) tekanan psikologikal yang tidak diuruskan dengan baik akan menjejaskan rutin harian seorang pelajar sehingga mendatangkan kesan negatif terhadap interaksi sosial, kesihatan fizikal dan mental pelajar. Keadaan ini akan menghasilkan masalah kebimbangan dan kemurungan dalam kalangan pelajar semasa berada di kampus.

Tekanan psikologikal pelajar yang tidak diuruskan dengan baik boleh mengundang ekspresi emosi yang negatif seperti kemarahan (Nor Shafrin Ahmad, Nor Hashimah Hashi &, Rahimi Che Aman, 2009). Menurut Nay (2012), kemarahan

seseorang adalah merujuk kepada kaedah ungkapan yang pasif, agresif atau tegas. Ia menunjukkan sama ada seseorang itu berada dalam tahap kemarahan seperti kemarahan yang dinyatakan atau tersembunyi, mudah marah dan marah yang terkawal. Sekiranya seseorang individu itu memunyai tekanan psikologikal yang tinggi, maka kebarangkalian untuk menunjukkan tahap kemarahan mereka juga adalah tinggi. Norisham Abdul Ghani (2013) dalam kajiannya mendapati bahawa tahap kemarahan dinilai dari satu emosi kuat yang datangnya daripada dalam diri individu dan ianya meliputi tiga aspek; pertama adalah kekecewaan iaitu aspek perasaan dalaman negatif individu. Kedua adalah sifat permusuhan iaitu kecenderungan sikap negatif dan yang ketiga adalah agresif iaitu aspek tindakan atau tingkah laku yang menyebabkan kepada kecederaan. Fauziah Hanim Jalal (2013), pengaruh utama yang menjadikan pelajar mempunyai tingkah laku agresif adalah aspek pergaulan rakan sebaya. Faktor ekologi itu akan menyebabkan perubahan pemikiran, pembawaan diri dan tingkah laku yang akhirnya mengundang risiko mana-mana individu menjadi pembuli. Menurut Khalid (2007), kebanyakan pelajar yang terlibat dengan tingkah laku buli tidak menyedari bahawa tingkah laku yang dilakukan itu adalah tingkah laku buli dalam kalangan mereka sendiri. Pelajar menganggap tingkah laku itu adalah satu kebiasaan sahaja yang berlaku dalam kalangan mereka seperti tidak mempedulikan orang lain, mengusik seseorang, menipu dan membohongi orang lain dan sebagainya (Junainor Hassan et al., 2016).

Oleh itu, tingkah laku buli dalam kalangan pelajar boleh terjadi akibat tekanan psikologikal yang dialami mereka sama ada berpunca daripada pengalaman semasa kanak-kanak atau remaja yang pernah terlibat atau menyaksikan kejadian buli atau keganasan. Pelajar yang melakukantingkah laku buli adalah disebabkan oleh tindakan

agresif akibat tidak mampu mengawal tahap kemarahan (Norzihan Ayub et al., 2016). Terdapat kekurangan kajian yang melihat kepada hubungan antara tekanan psikologikal, tahap kemarahan dan tingkah laku buli. Justeru itu, artikel ini memfokuskan kepada hubungan tekanan psikologikal dan tahap kemarahan dengan tingkah laku buli dalam kalangan pelajar di institusi pengajian awam.

### **Teoritikal Kajian**

Teori kekecewaan-agresif atau sering dikenali sebagai hipotesis kekecewaan-agresif (Breuer & Elson, 2017) telah digunakan dalam kajian ini. Ia merupakan salah satu teori yang menerangkan tentang tingkah laku agresif, yang mana ia diakibatkan oleh pengalaman kekecewaan seseorang. Menurut Dollard dan Miller (1950), mereka telah membuat andaian bahawa tingkah laku buli agresif adalah kesan daripada kekecewaan dan pengalaman kekecewaan ini akan menyebabkan berlakunya beberapa bentuk tingkah laku agresif. Kekecewaan terjadi apabila seseorang itu tidak dapat apa yang dikehendakinya. Dollard dan Miler (1950) juga menyatakan bahawa kekecewaan berlaku apabila halangan berlaku untuk mengurangkan desakan hidup. Oleh itu berkemungkinan besar pelajar tersebut akan bersikap agresif dan menunjukkan tingkah laku buli. Breuer & Elson (2017) juga menekankan bahawa tingkah laku buli agresif tercetus akibat matlamat diri seseorang itu disekat lalu beliau mencipta motif untuk melepaskan tekanan dan perasaan marah kepada orang lain. Tingkah laku buli sememangnya akan tercetus apabila desakan peribadi seseorang itu disekat dengan kuat, wujudnya gangguan dan kekecewaan yang berterusan sehingga tingkah laku agresif terjadi. Menurut teori kekecewaan-agresif, tingkah laku agresif adalah disebabkan kekecewaan. Setiap individu mempunyai kecenderungan secara semula jadi untuk menyebabkan faktor

biologi menjadi agresif bila kecewa. Dalam konteks pelajar universiti, seseorang pelajar itu akan mengalami tekanan untuk mengekalkan prestasi akademik dan berasa kecewa jika sistem pengajaran dan pembelajaran mengganggu keinginan mereka sehingga mencetuskan keinginan membuli. Ia juga dikaitan dengan isu personaliti dan pengalaman hidup seseorang sehingga mencetusnya kelakuan buli semasa berada di kampus.

### **Metod**

Kajian ini adalah satu tinjauan awal (pleminary study) yang menggunakan rekabentuk kajian kuantitatif iaitu melalui kaedah survei. Satu set borang soal selidik yang mengandungi tiga jenis instrumen iaitu *General Health Questionnaire* (GHQ12), *State-Trait Anger Expression Inventory-2* dan *The Peer Relations Questinnnaire* telah diedarkan kepada 100 responden yang terdiri daripada pelajar di Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, UKM. Pemilihan sampel kajian adalah secara persampelan rawak mudah. Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif dan korelasi Pearson. Berikut adalah deskriptif instrumen kajian yang digunakan:

#### ***General Health Questionnaire* (Goldberg, 1978)**

*General Health Questionnaire* (GHQ-12): alat ukuran ini adalah untuk melihat tahap tekanan psikologikal seseorang secara umum. Alat ujian ini diperkenalkan oleh Goldberg (1978) bagi mengenal pasti golongan yang mengalami masalah mental. Alat ukuran ini mempunyai 12 item dengan empat skala jawapan. Bagi skala 0 ialah untuk “tidak pada semua”, manakala bagi skala 1 ialah “tidak lebih daripada biasa”, bagi skala 2 pula ialah untuk “yang lebih daripada biasa” dan skala tertinggi ialah 3 iaitu “lebih daripada biasa”. Kaedah ukuran binari telah digunakan dalam alat ukuran ini

dan jumlah skor tertinggi iaitu tiga dalam GHQ versi 12 item ini. Nilai pekali Alpa Cronbach bagi skala GHQ-12 ini adalah 0.90.

### ***State-Trait Anger Expression Inventory-2 (Spielberger, 1999)***

*State-Trait Anger Expression Inventory-2 (STAXI-2)*: alat ukuran ini untuk mengukur tahap kemarahan yang mengandungi 57 item dan digunakan untuk mengukur ekspresi dan pengalaman kemarahan. Alat kajian ini mengandungi enam skala utama iaitu keadaan kemarahan (*state anger*), tret kemarahan (*trait anger*), peluahan kemarahan luaran (*anger expression-out*), peluahan kemarahan dalaman (*anger expression-in*), kawalan kemarahan luaran (*anger control-out*) dan kawalan kemarahan dalaman (*anger control-in*). Alat kajian ini turut mengandungi lima subskala iaitu perasaan marah (*feeling angry*), keinginan meluahkan kemarahan secara lisan (*feel like expressing anger verbally*), keinginan meluahkan kemarahan secara fizikal (*feel like expressing anger physical*), temperamen kemarahan (*angry temperament*) dan reaksi kemarahan (*angry reaction*) serta satu lagi skala yang berasingan iaitu peluahan kemarahan indeks (*anger expression index*). Dalam alat ukuran ini, ianya mengandungi tiga bahagian: Bahagian 1 menggunakan empat skala Likert daripada 1= tidak pernah, 2=kadang kala, 3=selalu dan 4= sangat selalu. Sementara itu pada bahagian 2 dan 3 menggunakan empat skala Likert daripada 1= hampir tidak pernah, 2= kadang kala, 3= kerap kali dan 4= hampir setiap masa. Nilai Alpha Cronbach bagi skala STAXI-2 ini adalah 0.94.

### ***Peer Relations Questionnaire (PRQ) (Slee & Rigby, 1994)***

*Peer Relations Questionnaire (PRQ)*: alat ukuran ini digunakan untuk mengukur persepsi pelajar terhadap tingkah laku buli dan hubungan antara rakan sebaya. Alat

ukuran ini dibina oleh dua orang pakar buli dari Australia iaitu Slee dan Rigby pada tahun 1994. Alat ukuran ini mengandungi 20 item dengan empat skala jawapan. Bagi skala 1 ialah “tidak sama sekali”, manakala bagi skala 2 ialah “sekali-sekala” dan bagi skala 3 pula ialah untuk “agak selalu” dan skala 4 iaitu “sangat selalu”. Item-item ini terdiri daripada tiga sub-skala: (i) Skala Buli, mengukur kecenderungan untuk membuli pelajar lain, (ii) Skala Mangsa, mengukur kecenderungan untuk dibuli oleh pelajar lain; dan (iii) Skala Pro-sosial, mengukur kecenderungan untuk bertindak secara pro-sosial terhadap rakan sebaya. Nilai Alpha Cronbach PRQ ini adalah 0.82.

## **Keputusan Kajian**

### **Maklumat Demografi**

Jadual 1 menunjukkan hasil deskriptif mengenai umur responden yang terlibat dalam kajian awal ini. Terdapat empat kategori peringkat umur yang terlibat, antaranya adalah dalam lingkungan umur (19-21), (22-23), (24-25), (26 dan ke atas). Peratusan dan frekuensi berlainan telah diperoleh pada setiap kategori. Responden yang berumur (19-21 tahun) merangkumi sembilan orang responden (9%). Responden yang berumur (22-23 tahun) merangkumi 61 orang responden iaitu yang paling tinggi dalam kategori ini (61%). Responden yang berumur (24-25 tahun) merangkumi 28 orang responden (28%) manakala responden yang berumur (26 tahun ke atas) merangkumi 2 orang responden (2%).

Berdasarkan Jadual 1 mengenai bangsa responden, peratusan untuk responden Melayu adalah sebanyak 82 orang responden dan diikuti dengan responden berbangsa India seramai 10 orang responden dan responden berbangsa Cina iaitu seramai 8 orang.

Responden dipilih secara rawak mengikut tahun pengajian dalam kajian ini. Berdasarkan hasil kajian (Jadual 1), responden yang sedang mengikuti pengajian tahun 1 merangkumi 6 orang responden (6%), manakala responden yang berada pada tahun 2 pengajian pula merangkumi 12 orang responden (12%) dan responden di tahun 3 pengajian adalah majoriti iaitu 81 orang responden (81%).

*Jadual 1*

Profil Demografi Responden Kajian

Demografi	Kekerapan	Peratus (%)
<b>Umur (Tahun)</b>		
19-21	9	9
22-23	61	61
24-25	28	28
26 ke atas	2	2
<b>Bangsa</b>		
Melayu	82	82
India	10	10
Cina	8	8
<b>Tahun pengajian</b>		
Tahun 1	6	6
Tahun 2	13	13
Tahun 3	81	81
<b>Program</b>		
Bahasa Inggeris	1	1
Geografi	14	14
Kerja Sosial	39	39
Linguistik	19	19
Persuratan Melayu	25	25
Sains Politik	2	2

Jika dilihat kepada bilangan responden mengikut kursus pengajian di Jadual 1, terdapat enam kursus pengajian yang terlibat dalam kajian ini ialah seperti kerja sosial sebanyak 39 responden, kursus persuratan melayu sebanyak 25 responden. Seterusnya kursus linguistik yang merangkumi 19 responden manakala kursus geografi sebanyak 14 responden. Selain itu, kursus sains politik diwakili 2 responden dan kursus Bahasa Inggeris diwakili seorang responden.

**Tahap Tekanan Psikologikal**

Jadual 2 menunjukkan tahap tekanan psikologikal responden yang terdiri daripada para pelajar Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, UKM. Hasil kajian menunjukkan lebih separuh daripada jumlah responden kajian iaitu 53 peratus berada pada tahap tekanan psikologikal yang rendah. Manakala sebanyak 47 peratus responden mempunyai tahap tekanan psikologikal yang tinggi.

*Jadual 2*

Tahap tekanan psikologikal responden

Tahap Tekanan Psikologikal	Kekerapan	Peratus (%)
Rendah	53	53
Tinggi	47	47

N = 100

**Tahap Kemarahan**

Dalam kajian ini, majoriti responden menunjukkan skor tahap kemarahan yang sederhana iaitu sebanyak 74 peratus. Manakala sebanyak 17 peratus responden berada pada tahap kemarahan yang tinggi dan sebanyak 9 peratus mempunyai tahap kemarahan yang rendah. Keseluruhan maklumat adalah seperti dalam Jadual 3.

*Jadual 3*

Tahap kemarahan responden

Tahap Kemarahan	Kekerapan	Peratus (%)
Rendah	9	9
Sederhana	74	74
Tinggi	17	17

N = 100

Hasil ini menunjukkan bahawa majoriti pelajar IPT yang terlibat dalam kajian ini mempunyai kecenderungan untuk mempunyai tahap kemarahan yang tinggi.

### Tingkah Laku Buli

Jadual 4 menunjukkan kekerapan tingkah laku buli dalam kalangan pelajar Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan. Berdasarkan analisis deskriptif, terdapat sebanyak 69 peratus pelajar Fakulti Sains Sosial Kemanusiaan tidak pernah membuli dan sebanyak 19 peratus pelajar pernah melakukan tingkah laku buli. Manakala selebihnya, iaitu sebanyak 12 peratus pelajar menyatakan mereka selalu melakukan tingkah laku buli semasa berada di kampus.

*Jadual 4*  
Tingkah laku buli responden

Tingkah laku buli	Kekerapan	Peratus (%)
Tidak pernah	69	69
Pernah	19	19
Selalu	12	12

N = 100

### Hubungan Tekanan Psikologikal, Tahap Kemarahan dan Tingkah Laku Buli

*Jadual 5*  
Hubungan antara Tekanan Psikologikal, Tahap Kemarahan dan Tingkah laku Buli

Pembolehubah tidak bersandar	Tingkah laku buli	
	Nilai r	Nilai p
Tekanan psikologikal	-.270	0.007*
Tahap kemarahan	-.792	0.000**

\*p<0.05 dan \*\*p<0.001

Jadual 5 menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan di antara tekanan psikologikal dengan tingkah laku buli dengan nilai  $p < 0.05$  dan terdapat juga hubungan negatif yang signifikan antara tahap kemarahan dengan tingkah laku buli adalah pada nilai  $p < 0.01$ .

Berdasarkan hasil analisis korelasi Pearson, menunjukkan bahawa terdapat hubungan negatif yang signifikan di antara tekanan psikologikal, tahap kemarahan dengan tingkah laku buli pelajar. Hal ini membuktikan bahawa tingkah laku buli yang ditunjukkan oleh pelajar Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan adalah berkaitan dengan tahap tekanan psikologikal dan tahap kemarahan yang dialami pelajar. Sekiranya pelajar tidak menguruskan tekanan mereka dengan baik, maka ianya akan menyebabkan tercetusnya perasaan marah dan membuatkan tahap kemarahan menjadi semakin tinggi. Apabila tahap kemarahan semakin tinggi, ianya akan menjurus kepada pembentukan tingkah laku buli sekiranya tidak dikawal dengan baik. Oleh itu, semakin tinggi tekanan psikologikal dan tahap kemarahan maka semakin tinggi tingkah laku buli itu berlaku dalam kalangan pelajar universiti.

### Perbincangan

Tingkah laku buli yang ditunjukkan oleh seseorang individu mempunyai hubungan dengan tahap tekanan psikologikal dan tahap kemarahan yang dialaminya. Hal ini dapat dibuktikan melalui hasil kajian yang menyatakan bahawa wujudnya hubungan negatif yang signifikan antara tekanan psikologikal dan tahap kemarahan dengan tingkah laku buli dalam kalangan pelajar universiti awam. Penemuan kajian ini disokong oleh hasil kajian Junainor et al. (2016) di mana tekanan yang dihadapi dan dicampur pula dengan tahap kemarahan yang tinggi menyebabkan seseorang pelajar memulakan tingkah laku buli demi mendapatkan kepuasan peribadi. Hal ini menunjukkan bahawa seseorang yang pelajar yang melakukan pembulian adalah disebabkan tekanan psikologikal yang sedang dihadapi dan jika ianya dibiarkan akan mencetuskan perasaan marah dalam diri. Keadaan ini jika tidak dikawal akan menyebabkan tingkah laku buli itu berlaku demi mencapai kepuasan dalam diri sendiri

sebagai satu cara untuk melepaskan tekanan dan kemarahan yang dialami oleh seseorang.

Sememangnya golongan pelajar universiti adalah rentan untuk mengalami tekanan psikologikal semasa berada di kampus kerana sumber tekanan pengajaran dan pembelajaran serta persekitaran keluarga. Dalam kajian terdahulu, Mohd Hafis et al. (2016) mendapati terdapat hubungan yang signifikan di antara tekanan belajar dengan prestasi akademik dan kesihatan mental dalam kalangan pelajar universiti swasta di Malaysia. Tekanan yang dialami pelajar secara berterusan mendorong mereka untuk mengalami masalah kebimbangan, ketegangan dan kegugupan sehingga boleh meningkatkan tahap kemarahan dalam diri pelajar (Junainor et al., 2016). Antara faktor-faktor tekanan psikologikal yang dikaitkan dengan kehidupan pelajar universiti adalah seperti masalah kewangan, percintaan, ketagihan permainan video, beban kuliah yang banyak dan konflik identiti diri (Ganesan et al., 2018; Mohd Hafis et al., 2016). Kebanyakan pelajar universiti yang terlibat dengan kejadian buli dikatakan mempunyai tahap keyakinan diri yang rendah, keadaan emosi yang tidak stabil, kurang perasaan empati terhadap orang lain dan masalah ketagihan dadah (Azizi et al., 2008). Selain itu, kajian ini turut mengenal pasti wujudnya hubungan di antara tekanan psikologikal dengan tahap kemarahan pelajar universiti. Hasil kajian ini adalah selari dengan Norisham Abdul Ghani (2013) yang turut mendapati bahawa tahap kemarahan individu adalah disebabkan tekanan psikologi yang kuat daripada dalam diri individu akibat rasa kecewa dengan situasi semasa sehingga mencetuskan perlakuan buli. Pelajar yang membuli dalam kajian ini dilihat bertindak mengikut teori kekecewaan-agresif bagi menguruskan tekanan dan perasaan marah yang terbuka dalam dirinya.

Hasil kajian ini turut mendapati bahawa tingkah laku buli dalam kalangan pelajar adalah berkait rapat dengan tahap kemarahan yang terpendam dalam diri akibat tekanan persekitaran pelajar itu sendiri. Menurut Fauziah Hanim Abd Jalal (2013), pengaruh utama yang menjadikan seseorang pelajar itu membuli atau dibuli adalah disebabkan tekanan luaran terutamanya pengaruh rakan sebaya. Kebanyakan pelajar yang terlibat dengan tingkah laku buli pada awalnya tidak menyedari tindakan yang dilakukan itu adalah dikira buli kerana mereka menganggap ianya adalah gurauan dalam pergaulan rakan sebaya. Mereka menganggap tingkah laku buli itu adalah biasa sahaja berlaku dalam kalangan mereka seperti tidak memperdulikan orang lain, mengusik, menipu dan bergurau sebagai tindak balas dalam perhubungan bersama rakan-rakan (Rigby, 2000; Roland, 1993). Menurut Khalid (2007), tingkah laku buli yang dilakukan adalah sebagai tanda seseorang itu lebih kuat dan berkuasa dalam sesebuah kumpulan. Dalam konteks pelajar universiti, tingkah laku buli yang dilakukan adalah sebahagian dari strategi daya tindak maladaptif dalam menguruskan tekanan psikologikal dan perasaan marah yang sedang dihadapi seseorang pelajar. Tindakan membuli pelajar lain yang dianggap lemah dan mempunyai personaliti yang pendiam dianggap rentan untuk menjadi mangsa buli. Ia juga mungkin disebabkan oleh pengekalan identiti sosial dalam kumpulan pelajar yang menganggap tingkah laku buli sebagai satu interaksi sosial dalam kumpulan pelajar (Azizi et al., 2008).

### **Implikasi & Cadangan**

Tingkah laku buli pelajar universiti yang diakibatkan oleh tekanan psikologikal dan tahap kemarahan ini tidak boleh dipandang remeh. Jika masalah buli di kampus tidak diselesaikan dengan efektif, ia boleh mendatangkan pengalaman pembelajaran



pelajar yang negatif dan menimbulkan rasa tidak selamat di dalam kampus sehingga boleh mengakibatkan masalah kesihatan mental kepada pelajar. Keadaan ini akan mengganggu proses pembelajaran dan sekaligus menjejaskan prestasi akademik pelajar. Malah apa yang lebih teruk, apabila pelajar yang menjadi mangsa buli akan mengalami trauma dan jika ianya tidak diberi intervensi yang sesuai, kemungkinan pelajar tersebut menjadi pembuli atau pendera pada masa akan datang adalah tinggi. Pihak pengurusan di peringkat fakulti dan universiti hendaklah lebih cakna terhadap isu buli yang berlaku dalam kampus dan memandang serius isu ini. Sekiranya terdapat kes buli sama ada secara langsung atau tidak langsung hendaklah dilaporkan secara bertulis dan diambil tindakan sewajarnya. Ini kerana semua pelajar universiti adalah tertakluk kepada Akta Universiti dan Kolej 1975 (Malaysia 1975), tujuan akta ini adalah jelas untuk memastikan tindakan tatatertib dapat diambil kepada mana-mana pelajar yang melakukan kesalahan semasa berada di kampus.

Selain itu, pihak pengurusan hal-ehwal pelajar hendaklah memainkan peranan penting dalam meningkatkan kesedaran tentang tingkah laku buli dan menjalankan kempen-kempen pencegahan. Kerjasama semua pihak termasuk pihak pengurusan fakulti, kolej kediaman dan semua warga universiti adalah penting dalam menbendung kejadian buli berlaku di semua peringkat di dalam dan luar kampus. Sistem aduan dalaman yang telus hendaklah dibangunkan supaya aduan kes buli dalam kalangan pelajar ini dapat dibanteras dan diberikan intervensi yang bersesuaian seperti bantuan khidmat kaunseling dan sokongan sosial kepada mangsa buli dan pembuli itu sendiri. Sistem keselamatan dalaman yang efektif amat penting dalam memastikan persekitaran pembelajaran dan pengajaran yang kondusif bagi memastikan para pelajar dapat memberi fokus yang baik terhadap

pengajian mereka tanpa ada gangguan tingkah laku negatif seperti buli ini berlaku.

### Kesimpulan

Kesimpulannya, tekanan psikologikal dan tahap kemarahan pelajar yang tidak dikawal dan dirawat boleh mencetuskan berlakunya tingkah laku buli di universiti. Hasil kajian ini telah membuktikan bahawa wujudnya hubungan negatif yang signifikan di antara tekanan psikologikal dan tahap kemarahan dengan tingkah laku buli dalam kalangan pelajar universiti. Justeru itu, langkah pencegahan dan intervensi perlu dibangunkan bagi memastikan kelakuan buli dalam kalangan pelajar universiti ini dapat dibendung. Pihak pengurusan fakulti dan universiti boleh membuat penyaringan tahap tekanan psikologikal dan tahap kemarahan pelajar secara berkala bagi memastikan tiada kes yang tercicir daripada mendapatkan bantuan kaunseling dan psikososial dari pakar-pakar psikologi, kaunselor dan kesihatan mental yang ada di kampus.

### Rujukan

- Azizi Hj. Yahya, Yusofboon, Shahrin Hashim, Mohammad Sharif Mustafa & Zurhana Muhamad. (2008). Indeks perlakuan buli di kalangan pelajar-pelajar di sekolah menengah dan rendah di Malaysia. Laporan Penyelidikan, Jabatan Asas Pendidikan, Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Banks, R. (2000). Bullying in schools. *Eric Review*, 7(1), 12-14.
- Berita Harian. (2017). Kematian Zulfarhan, Nhaveen buka mata isu buli, dera. Retrived January 2, 2021, from <https://www.bharian.com.my/berita/kes/2017/12/367090/kematian->

[zulfarhan-nhaveen-buka-mata-isu-buli-dera](#)

- Berita Harian. (2018). Kementerian Pendidikan perlu kekang gejala buli. Retrived January 5, 2021, from <https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2018/06/443429/kementerian-pendidikan-perlu-kekang-gejala-buli>
- Breuer, J., & Elson, M. (2017). Frustration-Aggression Theory. In Sturmey, P. *The Wiley handbook of violence and aggression: Volume 3* (pp. 1-12). West Sussex, UK : John Wiley & Sons Ltd.
- Collins, K., Gerry, M., Gary, A. (2004). Bullying in school: A Northern Ireland Study. *Educational Research*, 48(1), 55- 69.
- Dollard, J., & Miller, N. E. (1950). *Personality psychotherapy: An analysis in terms of learning, thinking and culture*. New York, Toronto, London.
- Fauziah Hanim Jalal. (2013). Kesan ICT terhadap kesejahteraan kanak-kanak: Ceramah keibubapaan. Tanjung Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Ganesan, Y., Talwar, P., Fauzan, N., & Oon, Y. B. (2018). A study on stress level and coping strategies among undergraduate students. *Journal of Cognitive Sciences and Human Development*, 3(2), 37-47.
- Goldberg, D. (1978). *Manual of the general health questionnaire*. Windsor: NFER.
- Junainor Hassan, Salleh Abd Rashid, Suliadi Firdaus Sufahani, & Mohd Kasturi Nor Abd Aziz. (2016). Buli di kalangan pelajar sekolah rendah luar bandar: Kajian kes di kawasan Felda Utara Kedah-Perlis, Malaysia. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 30(1), 113-125.
- Khalid Mahadi. (2007). Tingkah laku buli dalam kalangan pelajar sekolah menengah kebangsaan agama di Sarawak. Seminar Penyelidikan Pendidikan Institut Perguruan Batu Lintang.
- Khan, K. U. D., Gulzar, S., & Yahya, F. (2013). Crucial factors affecting stress: A study among undergraduates in Pakistan. *International Journal of Asian Social Science*, 3(2), 428-442.
- Malaysia. (1975). Akta Universiti dan Kolej Universiti, 1971 (Pindaan), 1975. Kuala Lumpur: publisher not identified.
- Mohd Hafis Mohamad, Mohd Suhaimi Mohamad, Nasrudin Subhi, Nasrudin Baidi, & Nor Hazlin Asshidin. (2016). The relationship between stress and university students' mental health. International Symposium & Exhibition on Business and Accounting 2016 (ISEBA 2016).
- Muhammad Wafi, R. & Sharifah Rohayah, S. D. (2020). Faktor tekanan dalam kalangan pelajar Universiti Sains Malaysia: Satu tinjauan awal. *Jurnal e-Bangi*, 17(7), 66-76.
- Nay, W. R. (2012). *Taking charge of anger: Six steps to asserting yourself without losing control*. New York: The Guilford Press.
- Nor Shafrin Ahmad, Nor Hashimah Hashi, & Rahimi Che Aman. (2009). Ekspresi emosi dan cara remaja mengawal emosi: Satu kajian rintis. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 23, 39-47.

- Norisham Abdul Ghani. (2013). Senario kemarahan remaja: Satu tinjauan umum di sekolah-sekolah menengah Negeri Selangor. *Jurnal Psikologi dan Kaunseling*, 4(1), 39-57.
- Norzihan Ayub, Rohany Nasir, Mohd Suhaimi Mohamad, Nor Ba'ayah Abdul Kadir. (2016). Keberkesanan kaunseling kelompok tingkah laku kognitif terhadap kemarahan dan agresif dalam kalangan banduan penjara lelaki. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 30(1), 40-51.
- Olweus, D. (1993) Victimization by peers: Antecedents and long-term outcomes. In K. H. Rubin & J. B. Asendorpf (Eds), *Social withdrawal, inhibition and shyness in childhood*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Owens, L., Slee, P., & Shute, R. (2001). Victimization among teenage girls: What can be done about indirect harassment. In Juvonen J., Graham S. (Eds.), *Peer harassment in school: The plight of the vulnerable and victimized* (pp. 215-241). New York, NY: Guilford Press.
- Ramli, H., Hamizah, N., Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., & Ahmadi, A. (2018). Academic stress and self-regulation among university students in Malaysia: Mediator role of mindfulness. *Behavioral Sciences*, 8(12), 1-9.
- Rigby, K. (2000). *The professional reading guide for educational administrators*. Point Lonsdale, Vic: Barrington Thomas.
- Roland, E. (1993). Bullying: A development tradition of research and management. In D. Tattum (Ed.), *Understanding and managing bullying* (pp. 135-143). Oxford: Heinemann.
- Slee, P. T., & Rigby, K. (1994). Peer Victimization at school. *Australian Journal of Early Childhood*, 19(1), 3-10.
- Spielberger, C. D. (1999). *STAXI-2: State-Trait Anger Expression Inventory-2: professional manual*. Odessa, Flor: Psychological Assessment Resources.
- Yadav, J. S., & Prakash, S. (2020). An Assessment of socio-demographic profile and psychological related problems in students attending mental health clinic having poor academic performance. *Asian Pacific Journal of Health Sciences*, 7(1), 104-110.