

Orientasi Keagamaan, Kebimbangan Terhadap Kematian dan Kesejahteraan Psikologi

FERLIS BIN BULLARE @ BAHARI¹
JASMINE ADELA MUTANG²
LAILAWATI MADLAN @ ENDALAN³

Unit Penyelidikan Psikologi dan Kesihatan Sosial
Universiti Malaysia Sabah
Jalan UMS, 88400 Kota Kinabalu, Sabah

¹ferlis27@yahoo.com, ²jasmine@ums.edu.my, ³lailawati@ums.edu.my

Abstrak Kajian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi dalam kalangan pelajar di sebuah universiti di Kota Kinabalu, Sabah. Secara khususnya, kajian ini dijalankan untuk mengkaji hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian, menentukan hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian dengan kesejahteraan psikologi dan mengenal pasti peranan kepuasan hidup sebagai penyederhana ke atas hubungan antara orientasi keagamaan dan stres. Kajian ini dijalankan secara tinjauan (*survey*) dengan menggunakan borang soal selidik. Seramai 300 orang pelajar (150 lelaki dan 150 perempuan) yang berumur antara 19 hingga 25 tahun dijadikan subjek kajian. Alat kajian yang digunakan merangkumi instrumen *Religious Orientation Scale* (ROS) mengukur orientasi keagamaan, instrumen *Concern About Death-Dying* (CADD) mengukur kebimbangan terhadap kematian, instrumen *Mental Health Index* (MHI) dan *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) masing-masing mengukur stres dan kepuasan hidup. Data yang diperoleh telah dianalisis menggunakan ujian statistik deskriptif yang merangkumi peratusan, kekerapan, min dan sisihan piawai. Sementara analisis statistik inferensi melibatkan korelasi Pearson dan korelasi separa. Hasil kajian menunjukkan wujud hubungan negatif yang signifikan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian. Hasil kajian lain menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara orientasi keagamaan dengan kepuasan hidup serta wujud hubungan positif yang signifikan antara kebimbangan terhadap kematian dan stres. Dapatan juga menunjukkan kepuasan hidup dapat bertindak secara signifikan sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan intrinsik dan stres pelajar

universiti. Berdasarkan keputusan kajian yang diperoleh, beberapa implikasi dan cadangan turut dikemukakan.

Kata kunci: Orientasi keagamaan, kebimbangan kematian, kesejahteraan psikologi

Abstract *This study aims to examine the relationship between religious orientation, death-related anxiety and psychological well-being among students of a university in Kota Kinabalu, Sabah. This study particularly aims to study the relationship between religious orientation and death-related anxiety, to determine the relationship between religious orientation and fear of death with psychological well being and to identify the role of life satisfaction as a moderater on the relation between religious orientation and stress. This study was conducted by survey using questionnaires. A total of 300 students (150 males and 150 females) aged between 19 to 25 years were involved in this study. The instrumetns used in this study included the Religious Orientation Scale (ROS) to measure religious orientation, the Concern About Death, Dying (CADD) to measure death-related anxiety, the Mental Health Index (MHI) and the Satisfaction with Life Scale (SWLS) to respectively measures stress and life satisfaction. Data obtained were analyzed by descriptive statistical tests included percentage, frequency, mean and standard deviation. Inferential statistical analysis involved the Pearson correlation and partial correlation. Results showed a significant negative relationship between religious orientation and death-related anxiety. Other findings showed that there was a significant positive relationship between religious orientation and life satisfaction, as well as between death-related anxiety and stress. Is was also found that life satisfaction can significantly become as a moderator on the relationship between intrinsic religious orientation and stress. As a result of these findings, implications and recommendations are stated.*

Keywords: *Religious orientation, death-related anxiety, psychological well-being*

PENGENALAN

Kematian adalah satu topik yang berat untuk dibincangkan dalam kehidupan sehari-hari. Penerimaan terhadap kematian juga berbeza di antara satu individu dengan individu yang lain. Terdapat individu yang mempunyai tahap kebimbangan terhadap kematian yang sangat tinggi. Kajian lepas mendapati bahawa salah satu faktor yang mempengaruhi tahap kebimbangan individu terhadap kematian adalah pegangan keagamaan seseorang (Leming, 1979–1980). Terdapat kajian yang mendapati bahawa seseorang yang mempunyai pegangan agama bersifat motivasi intrinsik kurang bimbang terhadap kematian (Martin & Wrightsman, 1965; Templer, 1972; Minear & Brush, 1980–1981; Richardson *et al.*, 1983; Clements, 1998; Kraft, Litwin, & Barber, 2001; Suhail & Akram, 2002). Namun, terdapat juga kajian yang mendapati bahawa pegangan agama yang rendah tidak bimbang terhadap kematian (Ray & Najman, 1974; Cole, 1978–1979;).

Jung (1938) (dlm. Hui Wen, 2010) menyatakan bahawa pegangan agama menggalakkan kestabilan atau kesejahteraan mental. Beliau turut menyatakan bahawa separuh dari hidup manusia adalah proses semula jadi dalam mempersiapkan diri dengan kematian dan agama boleh memberikan makna (*a sense of meaning*) dalam proses tersebut. Selain itu, teori *Terror Management* (TMT) menyatakan bahawa antara proses psikodinamik untuk seseorang menangani kesedaran terhadap kematian ialah termasuk melalui peranan agama (Solomon, Greenberg & Pyszczynski, 1998).

Ahli-ahli sosial berpandangan bahawa agama dilihat sebagai satu sumber psikologikal dan kestabilan sosial. Agama juga berperanan sebagai satu mekanisme untuk membantu menghadapi kesukaran kehidupan. Hal ini demikian kerana institusi keagamaan dan sistem kepercayaan berfungsi sebagai satu mekanisme yang bersifat pencegahan. Banyak bukti empirikal mencadangkan bahawa kepercayaan agama, latihan dan institusi menjadi berkesan melalui peranan pencegahannya. Penglibatan agama yang diukur melalui pelbagai cara dilihat boleh mengurangkan kejadian membunuh diri, penggunaan dan penyalahgunaan dadah dan alkohol serta perpecahan keluarga (Payne, Bergin, Bielema & Jenkins, 1991).

Kajian yang melihat antara peranan agama dan kesejahteraan mental ini semakin lama semakin bertambah (George, Ellison & Larson, 2002; Thoresen & Harris, 2002; Powell, Shahabi & Thoresen, 2003). Kebanyakan ahli profesional mula mengakui bahawa terdapat hubungan antara agama dengan stres. Kajian membuktikan bahawa agama memainkan peranan penting dalam menangani pelbagai persoalan terutama apabila mengalami stres. Maloney (1995), Gartner (1996), Pargament (1997) dan Swango-Langer (1990) melaporkan bahawa faktor agama boleh mengekalkan kesihatan mental seseorang. Perkara ini turut disokong oleh beberapa penyelidik lain seperti Allen (1983), Bergin, Masters dan Richards (1987) dan Pargament *et al.* (1988) yang menyatakan bahawa agama sebagai sumber daya tindak kepada kemurungan, stres, krisis dan lain-lain trauma. Menurut James (1936), apabila perasaan menyedari ada sesuatu yang lebih berkuasa, individu tersebut berpotensi mempunyai kesedaran yang tinggi, mampu bertahan dan dapat mengawal dirinya ketika berhadapan dengan masalah yang sangat berat. Menurut James lagi, faedah yang boleh diperolehi daripada kesedaran yang tinggi (kepercayaan yang kuat) adalah individu dapat mengenal pasti masalah kesihatan mental yang mereka alami, sekali gus mampu mengatasinya melalui kepercayaan tersebut.

Individu yang teguh pegangan keagamaannya akan mempunyai harapan, sikap optimis, rasa bersyukur dan juga perasaan belas kasihan yang tinggi. Melalui sikap ini, mereka akan memperoleh kesejahteraan psikologi. Individu yang tidak mempunyai pegangan agama dalam kehidupannya sering kali tidak berasa mempunyai hubungan yang dekat dengan Tuhan dan kasih sayang-Nya dalam kehidupan mereka, serta tidak memperlihatkan matlamat, tujuan dan makna dalam menjalani kehidupan (Bergin, Masters & Richards, 1987). Sebaliknya, individu yang mempunyai identiti kerohanian yang tinggi selalu merasa berhubung dan terasa dekat di sisi Tuhan dan merasa harga diri yang lebih tinggi, mempunyai tujuan dan makna dalam kehidupan dan berupaya memenuhi potensi diri yang lebih bermakna.

Berbeza dengan rakan dan keluarga yang boleh datang dan pergi, Tuhan dilihat sebagai teman yang sentiasa bersama-sama setiap masa. Walaupun tidak boleh dilihat, Tuhan sentiasa ada untuk memberi bantuan secara emosional dan bimbingan dalam masa kesusahan. Kajian juga mendapati bahawa individu yang meyakini Tuhan sebagai kawalan dalam berdaya tindak terhadap stres mempunyai tahap kebimbangan yang rendah

(Schaedfer & Gorsuch, 1991), kesihatan fizikal dan mental yang lebih baik (McLntosh & Spilka, 1990) dan boleh mengurangkan kejadian membunuh diri, penggunaan dan penyalahgunaan dadah dan alkohol serta perpecahan keluarga (Payne *et al.*, 1991).

Kajian yang dilakukan oleh Tucker (1992), Weintraub, Scheier dan Carver (1989) mendapati bahawa golongan wanita lebih cenderung mendapatkan sokongan agama dan sokongan sosial dalam usaha menangani stres. Yusliza Mad Yusuf (2004) menjelaskan bahawa kebanyakan pelajar perempuan yang menuntut di institusi pengajian tinggi (IPT) banyak menggunakan strategi daya tindak bagi mengurangkan sesuatu stres yang dialami. Strategi daya tindak perhubungan sosial sering kali diaplikasikan oleh pelajar wanita. Hal ini demikian kerana apabila mereka berada dalam situasi buntu, daya tindak perhubungan sosial akan digunakan seperti sokongan agama, pergaulan dengan kawan dan sebagainya. Menerusi sokongan agama, pelajar perempuan akan bertindak dengan memperbanyakkan doa dan melakukan ibadah bagi menenangkan hati mereka. Sementara itu, menerusi pergaulan dengan rakan pula pelajar perempuan lebih mudah menceritakan masalah mereka kepada rakan karib mereka atau rakan yang boleh dipercayai.

Mastura Mahfar, Fadilah Zaini dan Nor Akmar Nordin (2007) dalam kajian mereka telah mendapati bahawa aspek kerohanian, iaitu perkara yang berkaitan dengan keagamaan merupakan strategi ketiga tertinggi yang digunakan oleh seramai 47 peratus daripada jumlah responden dalam menghadapi stres. Antara contoh aktiviti yang diamalkan oleh responden ialah mendekati diri dengan Allah, melakukan amalan yang dituntut dalam Islam seperti mendirikan solat wajib dan sunat, membaca al-Quran, mengambil wuduk, berserah diri kepada Allah dengan menganggap setiap perkara yang berlaku ada hikmahnya, berdoa kepada Allah serta bermuhasabah diri. Sebagai seorang pelajar Muslim, strategi ini seharusnya digunakan kerana ia boleh membawa ketenangan apabila seseorang itu menghadapi kesusahan, sebagaimana firman Allah yang bermaksud “*Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah, hati menjadi tenteram*” (Surah ar-Ra’d: Ayat 28).

Kajian terhadap hubungan antara orientasi keagamaan dengan tahap stres antara “*Korean American versus Caucasian American*” telah dijalankan oleh Bjorck, Lee dan Cohen (1997). Menurut dapatan kajian tersebut, mereka mendapati bahawa terdapat hubungan yang negatif di

antara orientasi keagamaan dan stres di mana apabila tahap kepercayaan kepada Tuhan oleh orang Caucasian Amerika meningkat, tahap depresi dan stres yang dialami oleh mereka akan menurun. Sebaliknya, hasil kajian juga mendapati bahawa orang Korea Amerika adalah berbeza dengan orang Caucasian Amerika, iaitu apabila tahap orientasi keagamaan meningkat, tahap stres dan depresi mereka juga meningkat. Malah, kajian juga mendapati bahawa seseorang adalah lebih cenderung untuk mencari sokongan dari segi agama (*religious support*) apabila mereka menghadapi stres (Brantley, O’Hea, Jones & Mehan, 2002).

Selain itu, Gearing dan Lizardi (2008) menyatakan bahawa terdapat hubungan antara komitmen dari segi spiritual (*spiritual commitment*) dalam mempengaruhi emosi seseorang. Kranitz, Abrahams, Spiegel dan Keith-Spiegel (1968) mendapati bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara tahap keagamaan yang tinggi dengan kadar pembunuhan diri. Begitu juga dengan dapatan kajian Martin (1984) yang menyatakan bahawa kadar pembunuhan diri individu yang kerap menghadiri gereja adalah empat kali ganda lebih rendah daripada individu yang tidak menghadiri gereja. Dapatan kajian ini juga disokong oleh Thorson, Powell, Abdel-Khalek dan Beshai (1997) apabila beliau menyatakan bahawa tahap orientasi keagamaan yang tinggi yang diamalkan oleh Muslim dapat mengurangkan kadar pembunuhan diri dan dapat mengurangkan kadar depresi dan kebimbangan (Abdel-Khalek, 2007).

Di samping itu, suatu kajian juga membuktikan bahawa terdapat hubungan positif yang signifikan antara orientasi keagamaan dan kebahagiaan (*happiness*) (Francis, Katz, Yablon & Robbins, 2003). Dalam konteks ini, kebahagiaan ditakrifkan sebagai suatu komponen iaitu depresi, kebimbangan dan stres tidak wujud. Hasil kajian mendapati bahawa peserta yang mempunyai skor yang tinggi di bahagian ‘sikap terhadap *Christianity*’ juga memperoleh skor yang tinggi di bahagian kebahagiaan.

Di sesetengah negara, terdapat kaunselor yang menggunakan orientasi keagamaan sebagai tema untuk melakukan intervensi terhadap kliennya. Selain stres, didapati juga kadar sembuh (*recovery rates*) oleh individu adalah lebih cepat bagi mereka yang mempunyai orientasi keagamaan yang tinggi (Larson & Larson, 1994). Bahkan, didapati bahawa wanita merupakan individu yang mempunyai tahap keagamaan yang lebih tinggi berbanding

lelaki. Firth (1997) menyatakan bahawa wanita Hindu adalah lebih kerap bersembahyang di kuil berbanding dengan lelaki Hindu. Tambahan, dapatan yang sama juga diperoleh oleh White, McAllister dan Kryshstanovskaya (1994) iaitu pengkaji mendapati sebanyak 32 peratus lelaki dan 57 peratus wanita yang percaya dengan kewujudan Tuhan. Pengecualian cuma berlaku jikalau terdapat budaya masyarakat Muslim yang masih tidak membenarkan wanita untuk bersembahyang di masjid. Oleh itu, didapati bahawa golongan wanita adalah kurang agresif berbanding dengan golongan lelaki (Beit-Hallahmi).

Berdasarkan pernyataan di atas, dapatlah disimpulkan bahawa agama bukan sahaja berperanan membentuk amal ibadah seseorang tetapi juga mampu menjadi panduan kepada kesejahteraan fizikal, kerohanian dan psikologi seseorang. Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian; menentukan hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian dengan kesejahteraan psikologi dan mengenal pasti peranan kepuasan hidup sebagai penyederhana ke atas hubungan antara orientasi keagamaan dan stres dalam kalangan pelajar universiti.

OBJEKTIF KAJIAN

Objektif umum kajian ini ialah untuk mengkaji hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi (stres dan kepuasan hidup) dalam kalangan pelajar di sebuah universiti awam di Kota Kinabalu, Sabah.

Objektif khusus kajian ini untuk:

- i. Memerihalkan profil latar belakang pelajar dan profil keagamaan.
- ii. Menentukan hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian.
- iii. Menentukan hubungan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian dengan kesejahteraan psikologi.
- iv. Mengenal pasti peranan kepuasan hidup sebagai penyederhana ke atas hubungan antara orientasi keagamaan dan stres.

METODOLOGI

Reka Bentuk Kajian

Kajian ini merupakan satu kajian berbentuk tinjauan dengan menggunakan soal selidik. Ia bertujuan untuk mengenal pasti hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi. Selain itu, kajian ini juga mengenal pasti peranan kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan dan stres dalam kalangan pelajar universiti awam di Kota Kinabalu, Sabah.

Subjek dan Tempat Kajian

Seramai 300 orang responden pelajar universiti (150 lelaki dan 150 perempuan) yang berumur antara 18 hingga 25 tahun telah dipilih dalam kajian ini. Subjek dipilih secara persampelan rawak mudah.

Alat Kajian

Dalam kajian ini, satu set soal selidik yang merangkumi empat bahagian, iaitu:

Bahagian A: Borang Maklumat Diri

Bahagian ini merangkumi item demografi seperti jantina, umur, etnik, agama, pendapatan keluarga, PNGK, profil keagamaan, kegembiraan/kebahagiaan dan kualiti hidup.

Bahagian B: Orientasi Keagamaan (Religious Orientation Scale, ROS)

Bahagian ini mengukur orientasi keagamaan pelajar yang mengandungi 20 item. Item-item yang terkandung dalam instrumen *Religious Orientation Scale* (ROS) yang diperkenalkan oleh Allport-Ross (Genia, 1993) telah melalui proses terjemahan semula yang dilakukan oleh Ferlis, Lailawati dan Murnizam (2008). Instrumen ROS terbahagi kepada dua bahagian, iaitu orientasi keagamaan intrinsik (9 item) dan orientasi keagamaan ekstrinsik (11 item). Pemarkahan bagi item orientasi keagamaan berdasarkan skala

tiga pilihan, iaitu dari skala (1) menunjukkan sangat tidak benar; (2) benar; dan (3) sangat benar. Julat skor antara 20 hingga 60. Pelajar yang mencatat skor yang tinggi menunjukkan orientasi keagamaan mereka tinggi, manakala jumlah skor yang semakin rendah menandakan orientasi keagamaan yang rendah. Hasil pengujian kebolehpercayaan item-item yang terkandung dalam ROS mendapati nilai alfa Cronbach bagi orientasi keagamaan intrinsik dan ekstrinsik masing-masing bernilai 0.871 dan 0.661 sementara alfa Cronbach ROS keseluruhan bernilai 0.844. Ringkasan nilai alfa Cronbach bagi ROS dan subskalanya boleh dilihat pada Jadual 1.

JADUAL 1 Nilai alfa Cronbach bagi *Religious Orientation Scale* (ROS).

Religious Orientation Scale (ROS)	Bilangan Item	Nilai Alfa Cronbach
1. Orientasi Keagamaan Intrinsik	9	0.871
2. Orientasi Keagamaan Ekstrinsik	11	0.661
3. Orientasi Keagamaan Keseluruhan	20	0.844

Bahagian C: Kebimbangan Kematian (*Concern About Death-Dying, CADD*)

Instrumen *Concern About Death-Dying*, CADD ini mengandungi 30 item yang mengukur kebimbangan dan ketakutan kepada kematian. Instrumen CADD diperkenalkan oleh Fry (1990). Item yang terkandung dalam instrumen CADD telah melalui proses terjemahan semula oleh para penyelidik. Skala CADD terbahagi kepada tujuh subskala, iaitu *physical pain* (item 1-4), *suffering* (item 5-7), *fear of sensory loss* (item 8-11), *risk of personal safety* (item 12-14), *self-esteem concerns* (item 15-21), *uncertainty of life beyond death* (item 22-27) dan *vacuum beyond death* (item 28-30). Pemarkahan bagi CADD berdasarkan skala dua pilihan, iaitu (1) ‘Ya’ dan (2) ‘Tidak’. Julat skor CADD antara 0 hingga 30. Subjek yang mencatat skor yang tinggi menunjukkan kebimbangan kematian yang tinggi, manakala jumlah skor yang semakin rendah menandakan kebimbangan kematian yang rendah. Hasil pengujian kebolehpercayaan item CADD melalui kaedah alfa Cronbach mencatat nilai 0.888.

Bahagian D: Stres (*Mental Health Index, MHI*)

Bahagian ini mengukur stres pelajar yang mengandungi 10 item. Item-item yang terkandung dalam bahagian ini merupakan hasil terjemahan semula daripada instrumen *Mental Health Index* (MHI) oleh Ferlis, Lailawati dan Murnizam (2008). Pemarkahan bagi item MHI berdasarkan skala empat

pilihan, iaitu dari skala (1) tidak pernah; (2) kadangkala; (3) selalu dan (4) sepanjang masa. Julat skor *MHI* antara 10 hingga 40. Subjek yang memperoleh skor yang tinggi mempamerkan stres tinggi sementara jumlah skor yang semakin rendah menandakan stres yang rendah. Hasil pengujian kebolehpercayaan item *MHI* dalam ROS mendapati nilai alfa Cronbach mencatat 0.874.

Bahagian E: Kepuasan Hidup (Satisfaction with Life Scale, SWLS)

Instrumen *Satisfaction with Life Scale* (SWLS) mengandungi lima item yang mengukur kepuasan terhadap kehidupan. Instrumen SWLS diperkenalkan oleh Diener (2006). Item yang terkandung dalam instrumen SWLS telah melalui proses terjemahan semula oleh para penyelidik. Pemarkahan bagi instrumen ini berdasarkan skala tujuh pilihan, iaitu (1) sangat tidak setuju; (2) tidak setuju; (3) kurang tidak setuju; (4) tidak pasti; (5) kurang setuju; (6) setuju dan (7) sangat setuju. Julat skor SWLS antara 5 hingga 35. Subjek yang mencatat skor yang tinggi memperlihatkan kepuasan hidup yang tinggi dan jumlah skor yang semakin rendah menandakan kepuasan kehidupan yang rendah. Hasil pengujian kebolehpercayaan item instrumen SWLS melalui kaedah alfa Cronbach mencatat nilai 0.729.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan perisian *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 17.0. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk melihat min, peratusan, frekuensi dan juga sisihan piawai bagi memerihalkan profil demografi subjek. Bagi analisis statistik inferensi, iaitu ujian korelasi Pearson digunakan untuk menentukan hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi. Sementara itu, ujian korelasi separa (*partial correlation*) digunakan untuk menentukan sama ada kepuasan hidup dapat bertindak sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan dan stres pelajar.

HASIL KAJIAN

Analisis Deskriptif Profil Subjek

Seramai 300 pelajar telah menjadi responden dalam kajian ini. Daripada jumlah ini, seramai 150 orang (50.0%) adalah pelajar lelaki dan 150 orang

(50.0%) pelajar perempuan. Responden terdiri daripada Bumiputera Sabah (33.3%), Melayu (30.0%), Cina (22.7%), Bumiputera Sarawak (7.3%) dan India (6.7%).

Dari aspek agama, didapati majoriti responden beragama Islam (51.3%), diikuti agama Kristian (24.8%), Buddha (17.8%) dan Hindu (5.4%). Hasil kajian menunjukkan bahawa purata bagi umur pelajar ialah 21.07 tahun (S.P. = 1.051). Sementara itu, purata bagi PNGK terkini ialah 2.85 (S.P. = 0.329).

Bagi memerihalkan profil keagamaan subjek, 95 peratus subjek pernah menghadiri upacara keagamaan sekurang-kurangnya setahun sekali. Namun begitu, tidak ramai subjek pernah menjadi ahli jawatankuasa masjid/ gereja/ kuil/ tokong, iaitu hanya 37 orang (12.3%). Kajian juga mendapati ada juga subjek yang tidak pernah membaca buku/ kitab agama seperti al-Quran, Bible dan kitab lain, iaitu seramai 37 orang (12.5%). Begitu juga, kajian turut mendapati seramai 60 orang (20.3%) subjek menyatakan bahawa mereka tidak pernah menonton atau mendengar program agama di televisyen atau radio. Selain itu, kajian menunjukkan majoriti subjek (96.0%) menyatakan mereka melaksanakan sembahyang sekurang-kurangnya setahun sekali manakala seramai 161 orang (54.6%) menyatakan mereka bersembahyang setiap hari.

Dari segi tahap keagamaan atau pegangan agama, seramai 15 orang (5.1%) subjek menyatakan mereka tidak kuat beragama, 53 orang (18.0%) kurang beragama, 208 orang (70.5%) sederhana beragama dan 295 orang (6.3%) pula menyatakan keagamaan mereka berada pada tahap sangat kuat beragama. Sementara bagi tahap kegembiraan subjek, seramai tiga orang (1.0%) menyatakan mereka tidak gembira, 59 orang (20.2%) kurang gembira, 206 orang (70.5%) gembira dan 24 orang (8.2%) sangat gembira. Akhir sekali, bagi memerihalkan pandangan subjek tentang tahap kualiti hidup secara keseluruhan, seramai 11 orang (3.7%) subjek menyatakan kualiti hidup mereka berada pada tahap yang sangat baik, 107 orang (36.4%) agak baik, 163 orang (55.4%) sederhana baik, 10 orang (3.4%) agak teruk dan seramai tiga orang (1.0%) berada pada tahap kualiti hidup yang sangat teruk.

Hubungan antara Orientasi Keagamaan dengan Kebimbangan Kematian dan Kesejahteraan Psikologi

Hasil kajian menunjukkan wujud hubungan negatif yang signifikan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan kematian, $r = -0.187$, $k < .01$. Korelasi negatif yang signifikan ini mengesahkan bahawa semakin tinggi tahap keagamaan, maka semakin rendah tahap kebimbangan terhadap kematian dalam kalangan subjek pelajar universiti. Hasil kajian lain menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara orientasi keagamaan dengan kepuasan hidup, $r = 0.200$, $k < .01$ dan stres, $r = 0.198$, $k < .01$. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa semakin tinggi orientasi keagamaan subjek, maka semakin tinggi juga kepuasan hidup dan stres subjek pelajar universiti.

Hasil kajian ini selaras dengan dapatan kajian oleh Elliot dan Hayward (2009) iaitu identiti peribadi agama mempunyai kaitan yang positif dengan kepuasan hidup dalam kajian rentas mereka berkaitan identiti peribadi agama dan kesejahteraan psikologi yang melibatkan 65 buah negara. Hasil kajian ini turut disokong oleh dapatan kajian Ellison (1991), Pargament *et al.* (2005), Krause (2006) dan Byrd *et al.* (2000) yang turut mendapati bahawa amalan keagamaan seseorang mempengaruhi secara positif kepuasan hidup dan kesejahteraan mental seseorang. Hal ini mungkin disebabkan bahawa seseorang yang komited dalam amalan keagamaannya mengakui bahawa ada 'kuasa' yang lebih besar daripada dirinya yang memampukan seseorang itu melalui kehidupan kerana menyedari bahawa secara umumnya keupayaan manusia itu adalah sangat terbatas. Sementara itu, hubungan peribadi seseorang dengan Tuhan yang diperoleh daripada amalan keagamaan seseorang itu juga secara tidak langsung memberikan 'kekuatan' atau motivasi untuk lebih positif dan seterusnya mengalami kesejahteraan mental atau kepuasan hidup.

Bagi menentukan hubungan antara kebimbangan kematian dengan kepuasan hidup dan stres, hasil kajian menunjukkan wujud hubungan positif yang signifikan antara kebimbangan kematian dan stres, $r = 0.195^{**}$, $k < .01$. Bermakna, semakin tinggi kebimbangan terhadap kematian, maka semakin tinggi juga stres yang dialami oleh subjek pelajar universiti. Namun, dapatan kajian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebimbangan kematian dan kepuasan hidup, $r = 0.082$, $k > .05$.

JADUAL 2 Analisis korelasi Pearson bagi hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan kematian dan kesejahteraan psikologi.

Pemboleh Ubah	1	2	3	4
1. Orientasi Keagamaan (ROS)	-			
2. Kebimbangan Kematian (CADD)	- 0.187**	-		
3. Kepuasan Hidup (SWLS)	0.200**	0.082	-	
4. Stres (MHI)	0.198**	- 0.195**	- 0.206**	-

** $k < .01$

Selaras dengan beberapa dapatan kajian lepas (Martin & Wrightsman, 1965; Templer, 1972; Minear & Brush, 1980–1981; Richardson, Berman & Piwowarski, 1983; Clements, 1998; Kraft, Litwin, & Barber, 2001; Suhail & Akram, 2002;) mendapati bahawa pegangan subjek yang mempunyai pegangan agama yang tinggi cenderung untuk tidak bimbang terhadap kematian. Hal ini disebabkan keyakinan mereka terhadap amal ibadah dan hubungan yang baik dengan Tuhan akan membawa mereka kepada ‘kehidupan kedua’ yang terjamin. Secara tidak langsung, keyakinan ini mempengaruhi kepuasan hidup dan tahap stres mereka.

Peranan Kepuasan Hidup Sebagai Penyederhana dalam Hubungan antara Orientasi Keagamaan dan Stres

Korelasi separa digunakan untuk menguji kesan penyederhana, iaitu kepuasan hidup dalam hubungan antara orientasi keagamaan dan stres pelajar. *Zero-Order (Pearson) Correlation* dalam Jadual 3 menunjukkan bahawa korelasi antara orientasi keagamaan keseluruhan dan stres pelajar dengan kehadiran kepuasan hidup ialah 0.198, $k < .01$. Namun, kesignifikanan korelasi tersebut adalah lebih kurang sama dengan korelasi separa setelah kepuasan hidup dikawal daripada perhubungan tersebut, iaitu bernilai 0.250 ($k = 0.000$). Hal ini menunjukkan bahawa kepuasan hidup tidak dapat bertindak secara signifikan sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan keseluruhan dan stres pelajar universiti.

Dapatan kajian ini bertentangan dengan dapatan kajian Seybold dan Hill (2001). Mereka mendapati bahawa terdapat perkaitan antara keagamaan dan kesihatan mental seseorang. Namun, kajian yang dilakukan oleh Lewis, Lanigan dan Joseph (1997) mendapati bahawa tidak terdapat perkaitan antara keagamaan dan kepuasan hidup, serta di antara keagamaan dan kesejahteraan psikologi/stres (Lewis, Maltby & Burkinshaw, 2000). Melalui dapatan kajian ini, agama mempunyai makna yang berbeza kepada individu. Beberapa individu mungkin menganggap bahawa fungsi utama agama bukanlah sebagai pampasan untuk mendapat kesejahteraan psikologi semata-mata.

JADUAL 3 Kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan keseluruhan dan stres pelajar.

	Sumber stres keseluruhan
<i>Zero-Order (Pearson) Correlation</i>	
Stres pelajar	0.198** ($k = 0.001$)
Kepuasan Hidup	0.200** ($k = 0.001$)
<i>Korelasi separa bagi kepuasan hidup</i>	
Stres pelajar	0.250** ($k = 0.000$)

** $k < .01$

Bagi orientasi keagamaan intrinsik, *Zero-Order (Pearson) Correlation* dalam Jadual 4 menunjukkan bahawa korelasi antara orientasi keagamaan intrinsik dan stres pelajar dengan kehadiran kepuasan hidup ialah 0.111, $k > .05$ ($k = 0.057$). Namun, kesignifikanan korelasi tersebut berubah dan berbeza dengan korelasi separa setelah kepuasan hidup dikawal daripada perhubungan tersebut, iaitu bernilai 0.162, $k < .01$ ($k = 0.005$). Hal ini menunjukkan bahawa kepuasan hidup dapat bertindak secara signifikan sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan intrinsik dan stres pelajar universiti. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa pemboleh ubah kepuasan hidup memberi kesan bagi hubungan antara orientasi keagamaan intrinsik ke atas kesejahteraan mental kalangan pelajar universiti. Dapatan ini selari dengan kajian Cummins (2002) tentang *Homeostatic Model* yang mendapati bahawa terdapat hubungan antara suasana kehidupan luaran dengan kepuasan hidup. Suasana kurang baik akan menyebabkan kepuasan hidup berkurangan. Kepuasan hidup yang kekal hanya akan berterusan jika seseorang mengalami suasana kehidupan yang baik dari sudut luaran seperti mempunyai hubungan yang baik dengan seseorang mahupun dalaman seperti amalan agama yang berbentuk intrinsik.

JADUAL 4 Kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan intrinsik dan stres pelajar.

Sumber stres keseluruhan	
<i>Zero-Order (Pearson) Correlation</i>	
Stres pelajar	0.111 ($k = 0.057$)
Kepuasan Hidup	0.213** ($k = 0.000$)
<i>Korelasi separa bagi kepuasan hidup</i>	
Stres pelajar	0.162** ($k = 0.005$)

** $k < .01$

Sementara bagi orientasi keagamaan ekstrinsik, *Zero-Order (Pearson) Correlation* dalam Jadual 5 menunjukkan bahawa korelasi antara orientasi keagamaan ekstrinsik dan stres pelajar dengan kehadiran kepuasan hidup ialah 0.237, $k < .01$ ($k = 0.000$). Didapati kesignifikanan korelasi tersebut tidak berubah dan berbeza dengan korelasi separa setelah kepuasan hidup dikawal daripada perhubungan tersebut, iaitu bernilai 0.272, $k < .01$ ($k = 0.000$). Hal ini menunjukkan bahawa kepuasan hidup tidak dapat bertindak secara signifikan sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan ekstrinsik dan stres pelajar universiti. Dapatan hasil kajian ini menerangkan bahawa kepuasan hidup tidak memberi kesan kepada orientasi keagamaan ekstrinsik dan juga stres kalangan pelajar. Hal ini disebabkan oleh faktor orientasi keagamaan lebih berfokuskan kepada diri individu itu sendiri dan kurang dipengaruhi oleh aspek luaran.

JADUAL 5 Kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan ekstrinsik dan stres pelajar.

Sumber stres keseluruhan	
<i>Zero-Order (Pearson) Correlation</i>	
Stres pelajar	0.237** ($k = 0.000$)
Kepuasan Hidup	0.127* ($k = 0.029$)
<i>Korelasi separa bagi kepuasan hidup</i>	
Stres pelajar	0.272** ($k = 0.000$)

* $k < .05$; ** $k < .01$

KESIMPULAN

Kajian ini telah dijalankan untuk mengkaji hubungan antara orientasi keagamaan, kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi dalam kalangan pelajar di salah sebuah universiti awam di Kota Kinabalu, Sabah. Keputusan kajian menunjukkan bahawa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara orientasi keagamaan dan kebimbangan terhadap kematian. Selain itu, dapatan kajian menunjukkan wujud hubungan positif yang signifikan antara orientasi keagamaan dengan kepuasan hidup dan stres. Kajian turut mendapati semakin tinggi kebimbangan terhadap kematian, maka semakin tinggi juga stres pelajar. Bagi menguji peranan pemboleh ubah kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan dan stres, hasil kajian mendapati kepuasan hidup mampu bertindak sebagai penyederhana yang signifikan dalam hubungan antara orientasi keagamaan intrinsik dan stres pelajar. Namun, kepuasan hidup tidak dapat berperanan sebagai penyederhana secara signifikan bagi hubungan antara orientasi keagamaan keseluruhan dan orientasi keagamaan ekstrinsik dengan stres pelajar.

Justeru, kajian ini diharap dapat menyalurkan maklumat berguna terutamanya kepada Jabatan Hal Ehwal Pelajar Universiti, sekolah/fakulti, kaunselor pelajar di Institusi Pengajian Tinggi, penyelidik sosial, pihak keluarga dan pelajar universiti khususnya bagi mengenal pasti profil keagamaan, tahap keagamaan, tahap kebimbangan terhadap kematian dan kesejahteraan psikologi pelajar universiti. Kajian ini juga dapat mengenal pasti peranan pemboleh ubah kepuasan hidup sebagai penyederhana dalam hubungan antara orientasi keagamaan dan stres pelajar. Selain itu, dapatan kajian ini juga diharap dapat memberi sumbangan berguna dalam bidang psikologi agama, psikologi kesihatan dan psikologi positif.

RUJUKAN

- Abdel-Khalek, A.M. 2007. Love of life and death distress: Two separate factors. *Omega*, 55(4): 267-278.
- Allen, R.J. 1983. *Human Stress: Its nature and control*. New York: MacMillan.
- Bergin, A.E. Masters, K.S., & Richards, P.S. 1987. Religiousness and mental health reconsidered: A study of an intrinsically religious sample. *Journal of Counseling Psychology*, 34: 197-204.

- Bjorck, J.P., Lee, Y.S., & Cohen, L.H. 1997. Control beliefs and faith as stress moderators for Korean American versus Caucasian American Protestants. *American Journal of Community Psychology*, 25: 61-72.
- Brantley, P.J., O’Hea, E.L., Jones, G., & Mehan, D. J. 2002. The influence of income level and ethnicity on coping strategies. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 24: 39-45.
- Byrd, K.R., Delbert, L., & Stacy, S. 2000. Mysticism as a predictor of subjective well-being. *International Journal for the Psychology of Religion*, 10: 259-270.
- Clements, R. 1998. Intrinsic religious motivation and attitudes toward death among the elderly. *Current Psychology*, 17: 237–248.
- Cole, M.A. 1978–1979. Sex and marital status differences in death anxiety. *Omega*, 9: 139–147.
- Cummins, R.A. 2002. Normative life satisfaction: Measurement issue and a Homeostatic Model. *Social Indicators Research*, 6: 225-256.
- Elliot, M. & Hayward, R.D. 2009. Religion and life satisfaction worldwide: The role of government regulation. *Sociology of Religion*, 70(3): 285-310.
- Ellison, C.G. 1991. Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32: 80- 99.
- Ferlis Bullare @ Bahari, Lailawati Madlan & Murnizam Halik. 2008. Hubungan antara sumber stres, orientasi keagamaan dan stres dalam kalangan pelajar universiti. *The 6th International Malaysian Studies Conference (MSC6)*, 5-7 Ogos 2008, Crowne Plaza Riverside Hotel, Kuching, Sarawak.
- Firth, S. 1997. *Dying, death and bereavement in a Hindu community*. Leuven, The Netherlands: Peeters.
- Francis, L.J., Katz, Y.J., Yablon, Y., & Robbins, M. 2003. Religiosity, personality and happiness: A study among Israeli male undergraduates. *Journal of Happiness Studies*, 5: 315-333.
- Fry, P.S. 1990. A factor analytic investigation of home-bound elderly individual’s concerns about death and dying and their coping responses. *Journal of Clinical Psychology*, 46: 737-748.
- Gartner, J. 1996. *Religious commitment, mental health, and prosocial behavior*. In E.P. Shafranske (ed.), *Religion and the clinical practice of psychology*, 187-214. Washington DC: American Psychological Association.
- Gearing, R.E., & Lizardi, D. 2008. Religion and suicide. *J Relig Health*: Springer.
- Genia, V. 1993. A psychometric evaluation of the Allport-Ross I/E Scales in a religiously heterogeneous sample. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 32 (3): 284-290.
- George, L., Ellison, C., & Larson, D. 2002. Explaining the relationship between religious involvement and health. *Psychological Inquiry*, 13: 190-200.

- Hui Wen, Ya. 2010. Religiosity and death anxiety. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, 6(2): 31-37.
- James, W. 1936. *The varieties of religious experience*. New York: Mentor.
- Kraft, W.A., Litwin, W.J., & Barber, S. E. 2001. Religious orientation and assertiveness: Relationship to death anxiety. *The Journal of Social Psychology*, 127: 93–95.
- Kranitz, L., Abrahams, J., Spiegel, D., & Keith-Spiegel, P. 1968. Religious beliefs of suicidal patients. *Psychological Reports*, 22: 936.
- Krause, N. 2006. Religion and health in late life. In *Handbook of the Psychology of Aging*, edited by James E. B. and Schaie, K.W. 499 –518. New York: Elsevier Academic Press.
- Larson, D.B. & Larson, S.S. 1994. *The forgotten factor in physical and mental health: What does the research show*. Rockville, MD: The National Institute for Healthcare Research.
- Leming, M. 1979–1980. Religion and death: A test of Homans' thesis. *Omega, Journal of Death & Dying*, 10: 347–361.
- Lewis, C.A., Lanigan, S., & Joseph, J. de Fockert. 1997. Religiosity and happiness no evidence for an association among undergraduates. *Personality and Individual Differences*, 2: 119-121.
- Lewis, C.A., Maltby, J. & Burkinshaw, S. 2000. Religion and happiness still no association. *Journal of Beliefs and Values*, 2: 233-236.
- Maloney, H.N. 1995. *The psychology of religion of ministry*. New York: Paulist.
- Martin, D., & Wrightsman, L. S. Jr. 1965. The relationship between religious behavior and concern about death. *The Journal of Social Psychology*, 65: 317–323.
- Martin, W.T. 1984. Religiosity and United States suicide rates, 1972–1978. *Journal of Clinical Psychology*, 40: 1166–1169.
- Mastura Mahfar, Fadilah Zaini, & Nor Akmar Nordin. 2007. Analisis Faktor Penyebab Stres di Kalangan Pelajar. *Jurnal Kemanusiaan*, 9: 62-72.
- McLntosh, D., & Spilka, B. 1990. Religion and physical health: The role of personal faith and control beliefs. *Research in the school Scientific Study of Religion*, 2: 167-194.
- Minear, J. D., & Brush, L. R. 1980–1981. The correlations of attitudes toward suicide with death anxiety, religiosity, and personal closeness to suicide. *Omega*, 11: 317–324.
- Pargament, K.L. 1997. *The psychology of religion and coping*. New York: Guilford.
- Pargament, K.L., Kennel, J., Hathaway, W., Grevengoed, N., Newman, J., & Jones, W. 1988. Religion and problem-solving process: Three styles of coping. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27: 90-104.

- Pargament, K.I., Gina M. Magyar-Russell, & Nichole A. Murray-Swank. 2005. The sacred and the search for significance: Religion as a unique process. *Journal of Social Issues, 61*: 665 – 87.
- Payne, I.R., A.E. Bergin, A.E., Bielema, K.A., & Jenkins, P.H. 1991. Review of religion and mental health: Prevention and the enhancement of psychosocial functioning. *Prevention in Human Services, 9*: 11-40.
- Powell, L.H., Shahabi, L., & Thoresen, C.E. 2003. Religion and spirituality: Linkages to physical health. *American Psychologist, 58*: 36-52.
- Ray, J. J., & Najman, J. 1974. Death anxiety and death acceptance: A preliminary approach. *Omega, 5*: 311–315.
- Richardson, V., Berman, S., & Piwowarski, M. 1983. Projective assessment of the relationships between the salience of death, religion, and age among adults in America. *The Journal of General Psychology, 109*: 149–156.
- Schaedfer, C.A & Gorsuch, R.L 1991. Psychological adjustment and religiousness: the multivariate belief-motivation on theory of religiousness. *Journal for the Scientific Study of Religion, 30*: 448-461.
- Seybold, K.S., & Hill, P.C. 2001. The role of religion and spirituality in mental and physical health. *Current Directions in Psychological Science, 10(1)*: 21-24.
- Solomon, S.; Greenberg, J. & Pyszczynski, T. 1998. Tales from the crypt: On the role of death in life. *Zygon, 33(1)*: 9-43.
- Suhail, K., & Akram, S. 2002. Correlates of death anxiety in Pakistan. *Death Studies, 26*: 39–50.
- Swango-Langer, R.R. 1990. Spiritual centeredness as a tool for positive mental health. Unpublished master's seminar paper, college of Education, Ohio University, Athens.
- Templer, D.I. 1972. Death anxiety in religiously very involved persons. *Psychological Reports, 31*: 361–362.
- Thoresen, C.E., & Harris, A. H.S. 2002. Spirituality and health: What's the evidence and what's needed? *Annals of Behavior Medicine, 24*: 3-13.
- Thorson, J.A., Powell, F.C., Abdel-Khalek, A., & Beshai, J.A. 1997. Constructions of religiosity and death anxiety in two cultures: The United States and Kuwait. *Journal of Psychology and Theology, 25*: 374–383.
- Tucker, M.B. 1992. Social support and coping: Application for the study of female drug abuse. *Journal of Social Issues, 38(2)*: 117-137.
- Weintraub, J. K., Scheier, M. F., & Carver C. S. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology, 56(2)*: 267-283.

- White, S., McAllister, I., & Kryshtanovskaya, O. 1994. Religion and politics in postcommunist Russia. *Religion, State and Society*, 22: 73-88.
- Yusliza bt. Mad Yusuf. 2004. Tekanan di kalangan pelajar institusi pengajian tinggi: satu kajian kes di UKM. Latihan Ilmiah. Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.