

HUBUNGAN ANTARA KESEDARAN KENDIRI DENGAN TEORI KOGNITIF SOSIAL, TEORI GOLEMAN DAN TEORI ASTIN

(RELATIONSHIP BETWEEN SELF AWARENESS TO THE COGNITIVE SOCIAL
THEORY , GOLEMAN THEORY AND THEORY ASTIN)

Wardatul Aishah bt Musa ¹
Nooraini bt Othman ²
Siti Shariah Shaari ³
Mohd Nasrul Hakim B Jalaludin ⁴

Abstrak

Artikel ini membincangkan mengenai rangka konseptual yang telah dibina berdasarkan perkaitan antara teori yang menunjukkan hubungan antara kesedaran sendiri boleh membentuk sahsiah pelajar. Pelajar yang mempunyai kesedaran sendiri berupaya menguasai diri dalam menentukan kekuatan dan kelemahan diri serta boleh merencana aktiviti-aktiviti berdasarkan kepada kemampuan diri. Kesedaran sendiri pelajar untuk terlibat dengan aktiviti kokurikulum berupaya membentuk sahsiah mereka dari sudut kognitif, afektif dan psikomotor. Teori-teori yang digunakan dalam artikel ini menyokong hubungan antara Teori Kesedaran Kendiri dengan Teori Kognitif Sosial, Teori Goleman dan Teori Astin. Penerangan yang diberikan menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara teori-teori tersebut dalam menyokong model yang telah dibina di dalam artikel ini

Kata kunci: kokurikulum, Teori Kesedaran Kendiri, Teori Kognitif Sosial, Teori Goleman dan Teori Astin

Abstract

This article discusses a conceptual framework constructed based on the relation between theories proving the connection between self awareness and students' personalities. Students who have self-awareness are able to determine their strengths and weaknesses and plan their activities accordingly. Students' self awareness to participate in co curricular activities enable them to develop their personalities in cognitive, affective and psychomotor aspects. Theories applied in this article support the relations between Self Awareness Theory

¹ Pensyarah, Malaysian Institute of Information Technology, Universiti Kuala Lumpur, 50250 Kuala Lumpur, Malaysia, E-mail: wardatulaishah@unikl.edu.my

² Pensyarah, UTM Perdana School, Universiti Teknologi Malaysia, 080000 Muar, Johor, E-mail: khairunnur69@yahoo.com

³ Pensyarah, Malaysian Institute of Information Technology, Universiti Kuala Lumpur, 50250 Kuala Lumpur, Malaysia, E-mail: sitishariyah@unikl.edu.my

⁴Penolong Pengurus, Chancellery, Universiti Kuala Lumpur, 50250 Kuala Lumpur, Malaysia, E-mail: mnhakim@unikl.edu.my

and Social Cognitive Theory, Coleman Theory and Astin Theory. The explanation given demonstrates significant relations among the theories in supporting the model constructed in the article.

Keywords: *Self Awareness Theory, Social Cognitive Theory, Coleman Theory and Astin Theory*

2016 GBSE Journal

Pengenalan

Artikel ini menerangkan mengenai empat teori iaitu Teori Astin, Teori Kesedaran Kendiri, Teori Goleman dan Teori Kognitif Sosial Bandura. Kajian terhadap diri berperanan dalam mempengaruhi aktiviti harian seseorang seperti kesedaran sendiri, penghargaan sendiri, kepentingan diri, dan kecintaan diri memberikan definisi yang berbeza terhadap individu. Setiap kebolehan dalam mentafsir sesuatu perkara adalah berbeza antara individu. (Lawrence, 2003). Konsep diri akan membantu individu untuk membuat keputusan sebelum melakukan sesuatu perkara menjadikan konsep diri khususnya kesedaran sendiri dan kognitif mempunyai kaitan antara satu sama lain. Artikel ini ditulis adalah untuk memberikan gambaran bahawa terdapatnya hubungan yang signifikan antara teori-teori tersebut.

Hubungan antara Teori Kognitif Sosial dengan Teori kesedaran sendiri

Kendiri bermaksud persepsi individu terhadap dirinya sendiri. Apabila seseorang boleh membezakan antara dirinya dan orang lain bermakna individu tersebut telah mengenali dirinya. George dan Cristianni (1995) mengatakan bahawa bagaimana seseorang mengenali dirinya bergantung kepada bagaimana hubungannya dengan orang-orang sekeliling terutama sokongan dan dorongan yang diberikan oleh ibu bapa yang akan menghasilkan konsep sendiri yang positif. Jika penolakan dan kurangnya sokongan dan dorongan yang diberikan akan menghasilkan konsep sendiri yang negatif dan kurang keyakinan terhadap orang lain.

Teori Kesedaran Kendiri oleh Duval dan Wicklund (1972) yang menyatakan bahawa dalam keadaan tertentu, seseorang itu boleh menumpukan sepenuh perhatian samada terhadap diri sendiri atau persekitaran luaran bagi membolehkan penilaian sendiri dilaksanakan. Menurut Ainon (2003) dan George dan Cristianni (1995), tingkah laku seseorang dipengaruhi oleh konsep kendirinya. Konsep sendiri membentuk tingkah laku. Sekiranya individu itu berkonsep sendiri negatif, ia akan membentuk tingkah laku yang negatif dan sekiranya individu itu mempunyai konsep sendiri yang positif ia akan membentuk tingkah laku yang positif.

Proses membandingkan diri dengan suatu tahap yang tinggi membolehkan pelajar mengubah tindakan ketidakpuasan hati mereka terhadap diri sendiri (Duval dan Wicklund, 1972). Kesedaran sendiri adalah mekanisma utama dalam pengawalan diri kerana kesedaran sendiri merupakan keupayaan individu untuk menilai kembali perihal diri dan memperbaiki kelemahan diri (Lawrence, 2003). Tambahnya lagi, kajian terhadap diri membolehkan pelajar mengetahui dan memahami diri mereka mengikut keadaan tertentu. Sebagai contoh, pelajar menunjukkan tindakan yang berbeza sekiranya mereka mempunyai motivasi yang tinggi berbanding dengan mereka yang mempunyai motivasi yang rendah.

Teori Kognitif Sosial

Teori Kognitif Sosial ialah satu teori yang memberi ruang untuk seseorang bertindak balas kepada sesuatu kejadian yang berlaku dalam kehidupannya. Tindak balas yang diambil adalah refleksi kepada peribadi individu tersebut (Feist dan J Feist, 2009).

Kemampuan pelajar dalam berfikir akan mencerminkan tindakan yang diambil. Seseorang pelajar akan lebih peka kepada tindakan dan keputusan yang diambil ketika kejadian berbanding dengan kejadian yang telah berlaku. Keupayaan pelajar dalam berfikir secara kritis adalah berbeza antara satu sama lain. Pengalaman dan pengetahuan pelajar akan mempengaruhi corak pemikiran dan tingkahlaku mereka. Pernyataan ini menyokong definisi kesedaran sendiri di mana penguasaan diri adalah menjadi keutamaan dalam menilai kemampuan dirinya sama ada dari sudut kekuatan dan kelemahan diri (Morin, 2006) apabila berhadapan dengan sesuatu keadaan.

Menurut Pajares (2007), Teori kognitif sosial merupakan satu teori yang memberi penekanan mengenai emosi, tingkahlaku, berdaya saing serta sanggup untuk mengubah kedudukan dirinya bagi menjadi individu yang lebih baik. Pernyataan ini mempunyai persamaan dengan definisi kesedaran sendiri yang turut menekankan aspek emosi, personaliti, harga diri dan peraturan sendiri dalam dirinya (Morin, 2006). Duval dan Wicklund (1972) juga menegaskan bahawa kesedaran sendiri ini menekankan aspek pengetahuan, pemikiran dan sikap yang mempengaruhi individu untuk berfikir dan bertingkahlaku dalam merencana aktiviti hariannya. Kesedaran sendiri turut mempengaruhi aspek penampilan fizikal dan tabiat seseorang.

Pelajar harus bertindak secara proaktif dalam mendapatkan ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi membantu mereka untuk merancang aktiviti yang hendak dijalankan. Setiap tindakan yang diambil adalah dipengaruhi oleh cara pelajar itu berfikir dalam menyelesaikan sesuatu perkara. Corak pemikiran mempengaruhi tingkahlaku. Azlina (2011) pula menyatakan terbentuknya emosi dan tingkah laku adalah disebabkan oleh cara seseorang berfikir. Ini terbukti wujudnya hubungan yang signifikan antara kesedaran sendiri dengan Teori Kognitif Sosial. Keenan *et al.*, (2003) pula menyatakan lazimnya dalam diri individu wujudnya kesedaran sendiri sebelum seseorang itu mampu untuk membuat keputusan mengenai sesuatu perkara.

Kombinasi antara ilmu pengetahuan dan pengalaman akan melahirkan penghayatan yang mempengaruhi tingkah laku seseorang. Empat proses kognitif iaitu keupayaan menggunakan bahasa, pembelajaran secara pemerhatian, tingkahlaku yang bertujuan dan analisis sendiri akan mempengaruhi perkembangan personaliti, tumbesaran dan perubahan individu. Teori Kognitif Sosial ini mencadangkan bahawa peribadi seseorang banyak dipengaruhi melalui proses kognitif sehingga menyebabkan bagaimana seseorang itu menilai dan menginterpretasikan kehidupan. Mengikut Morin (2005), peranan hati adalah perkara utama untuk dikuasai dalam konsep kesedaran sendiri. Individu yang mempunyai kesedaran yang tinggi akan membuat perancangan awal dan bertindak mengatur secara sistematik aktiviti harian mereka. Teori Kognitif Sosial Bandura (Bandura, 1986) menekankan empat proses kognitif iaitu kemahiran menguasai bahasa, pembelajaran secara pemerhatian, bertindak mengikut objektif dan penilaian sendiri

Pelajar yang terlibat dengan aktiviti-aktiviti luar akan terdedah kepada pengalaman yang akan menjadi panduan dalam membentuk sesuatu keputusan. Ini secara tidak langsung akan memupuk pembentukan karakter diri dan akan memudahkan mereka untuk mengarahkan diri untuk melakukan perkara yang baik. Dapatan kajian menunjukkan individu yang mempunyai tahap kesedaran sendiri yang tinggi akan mengambil tindakan yang betul dan tepat apabila membuat keputusan berbanding dengan individu yang mempunyai tahap kesedaran sendiri yang rendah (Duval dan Silvia, 2002; Fenigstein, 1979). Cara pemikiran dan tingkah laku seseorang boleh ditambah baik melalui pengalaman dan keterbukaan diri dalam menerima ilmu. Teori ini juga menegaskan bahawa perubahan individu boleh dicapai dengan mencabar kemampuan diri menggunakan pemikiran mereka.

Teori Kecerdasan Emosi Goleman

Teori Kecerdasan Emosi telah dipopularkan oleh Goleman bermula tahun 1995. Goleman telah membahagikan *Emotional Quotion* kepada dua bidang iaitu kecekapan peribadi dan kecekapan sosial. Kecekapan peribadi terdiri daripada kesedaran sendiri (*self awareness*), peraturan sendiri (*self arraangement*) dan motivasi sendiri (*self motivation*) manakala kecekapan sosial pula terdiri daripada kesedaran sosial (*social awareness*) dan kemahiran sosial (*social skills*). Sebagai contoh, sekiranya wujud elemen seperti kesedaran sendiri, sikap optimis dan empati dalam diri pelajar, maka ini akan membantu meningkatkan kecemerlangan dalam kehidupan mereka.

Kecerdasan emosi terbahagi kepada dua bahagian iaitu kecekapan peribadi dan kecekapan sosial. Kecekapan peribadi adalah melibatkan pengurusan diri sendiri manakala kecekapan sosial adalah berkaitan dengan perhubungan (Goleman, 1995). Kesedaran sendiri dan Teori Kecerdasan Emosi adalah saling berhubung kerana seseorang akan dapat mengawal kemahuannya apabila mengetahui kehendak diri. Kecerdasan Emosi merupakan kemampuan dalam memahami dan mendalami secara selektif bagi menerapkan kepekaan emosi sebagai satu pengaruh manusia dalam membuat keputusan.

Kesatabilan emosi dapat dimiliki apabila kecerdasan emosi mereka terkawal. Seseorang dapat menukar persekitaran yang negatif kepada persekitaran yang positif. Sebagai contoh, individu yang mempunyai ketahanan yang tinggi mampu memberi motivasi kepada diri sendiri supaya cecal ketika berhadapan dengan cabaran yang tidak di duga seperti menghadapi kegagalan (Goleman, 1995). Kecerdasan emosi boleh di capai dengan cara bersedia untuk menerima dan memahami situasi orang lain. Individu yang mempunyai tahap kesedaran sendiri yang tinggi cenderung untuk membuat keputusan yang rasioanl berbanding dengan individu yang mempunyai tahap kesedaran sendiri yang rendah. Individu yang rasional juga mampu untuk mengawal situasi yang sukar untuk diatasi dengan merangka penyelesaian dan bertindak mengikut perancangannya (Duval and Wicklund, 1972).

Kecerdasan emosi ialah gabungan antara kompetensi peribadi dan kecekapan sosial (Habibah, 2011). Kedua-dua aspek tersebut memainkan peranan penting dalam kehidupan bagi membentuk kehidupan yang sihat, harmoni dan produktif. Antara aspek yang perlu ada bagi membentuk kecerdasan emosi yang baik ialah perasaan empati, kawalan emosi, gerak balas dengan emosi dan bertingkah laku dengan tingkah laku yang baik apabila berhadapan dengan kesukaran.

Pelajar yang mempunyai kesedaran sendiri yang tinggi dalam hidupnya akan lebih termotivasi disebabkan penguasaan kesedaran sendiri yang mampu mempengaruhi tindakan, ketaatan dan perubahan sikap yang menjadikan mereka lebih sistematik dalam merancang dan mengawal emosi. Kecerdasan emosi yang stabil menunjukkan kebolehan individu untuk membezakan perkara yang jelas dan baik dalam membuat sesuatu pertimbangan (Froming dan Cover, 1981; Zaidatol Akmaliah dan Soaib, 2011).

Kebolehan dalam mentafsir dan menghubungkaitkan sesuatu perkara adalah berbeza berdasarkan kepada ilmu dan pengalaman individu. Kecekapan ini boleh diperolehi dengan cara yang pelbagai dan tidak hanya bergantung kepada pencapaian akademik semata. Wujudnya hubungan antara Teori Kecerdasan Emosi Goleman dan kesedaran sendiri kerana pelajar yang menguasai kemampuan diri boleh mengawal emosi dan ini secara tidak langsung dapat membentuk peribadi pelajar tersebut dalam mengawal diri mereka. Kecekapan peribadi adalah satu konstruk yang akan diukur oleh pengkaji bagi mengukur adakah terdapatnya hubungan yang signifikan antara kesedaran sendiri dan kecerdasan emosi.

Teori Penglibatan Astin

Teori Astin menekankan penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum di samping menyokong peranan akademik dalam perkembangan diri pelajar. Teori ini juga mencadangkan, penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum boleh membentuk peribadi pelajar secara positif. Penglibatan pelajar boleh dinilai melalui kualiti aktiviti, bilangan aktiviti dan kekerapan dalam beraktiviti.

Pelajar yang terlibat aktif di dalam kokurikulum akan mempunyai lebih banyak pengalaman berbanding dengan pelajar yang tidak aktif (Astin, 1999). Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum merujuk kepada kuantiti dan kualiti aktiviti yang disertai. Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum akan menjadikan mereka cemerlang dari aspek sahsiah. Prestasi akademik juga akan meningkat hasil daripada penglibatan pelajar secara aktif dengan aktiviti kokurikulum.

Kircher dan David (2003) berpendapat, pelajar yang mempunyai kesedaran sendiri yang tinggi akan membantu mereka untuk mempunyai pendirian yang tetap tanpa dipengaruhi oleh persekitaran. Kesedaran sendiri boleh dibentuk melalui tiga perkara yang utama iaitu dari persekitaran, pengaruh fizikal dan pengaruh diri (Morin, 2006). Pelajar yang terlibat dengan aktiviti kokurikulum akan sentiasa berinteraksi dengan masyarakat yang akan menjadikan mereka lebih terbuka dan peka kepada keperluan persekitaran setempat. Pelajar yang mengetahui kekuatan dan kelemahan diri akan mampu mengawal dirinya apabila berhadapan dengan situasi yang tidak di duga.

Terdapat beberapa elemen yang telah dikemukakan oleh Alexander Astin dalam menentukan penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum. Elemen yang pertama ialah aktiviti kokurikulum perlu melibatkan aspek fizikal dan psikologikal. Elemen kedua, aktiviti kokurikulum harus dijalankan dengan kerap dan berterusan. Elemen ketiga, penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum adalah boleh diukur dengan peneyertaan program yang disertai. Elemen keempat, penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum harus berkait rapat dengan aspek pendidikan. Manakala, elemen kelima pula ialah penglibatan pelajar dalam

aktiviti kokurikulum harus disokong dengan adanya polisi pendidikan dan turut diamalkan di dalam sistem pendidikan negara.

Astin juga mengaitkan penglibatan pelajar dalam sesuatu aktiviti akan menentukan peranan mereka dalam perkembangan sendiri. Selain itu, penglibatan pelajar dalam sesuatu aktiviti akan merujuk kembali kepada tingkahlaku individu tersebut (Astin, 1999). Tingkahlaku pelajar boleh dipertingkat sekiranya pelajar tersebut bersedia untuk menerima perubahan diri ke arah yang lebih baik.. Kemahuan ini merupakan satu perkara yang harus ada di dalam diri pelajar bagi meningkatkan peribadi dan kompetensi diri pada masa hadapan. Refleksi diri terhadap emosi dan tingkahlaku akan diperbaiki dari semasa ke semasa (Gallup, 1985)

Pelajar yang mempunyai kesedaran sendiri akan mudah untuk menyesuaikan diri dengan persekitaran. Perubahan yang dilakukan adalah mengikut situasi yang dituntut pada ketika itu. Teori Penglibatan Astin telah menyatakan aspek fizikal dan psikologi perlu digabungkan untuk menjalankan sesuatu aktiviti. Ini akan membantu pembinaan diri pelajar secara seimbang antara emosi dan fizikal. Keseimbangan ini yang akan membantu pelajar dalam membentuk identiti diri dan diterjemahkan dengan tingkah laku yang baik serta bijak dalam pengurusan diri. Hasilnya, pelajar yang dibentuk adalah pelajar yang peka terhadap persekitaran, menguasai diri sendiri dan bijak dalam setiap keputusan dan tindakan yang di ambil. Pembentukan ini menunjukkan terdapatnya hubungan antara kesedaran sendiri dan Teori Penglibatan Astin

Menurut Astin, elemen fizikal dan psikologikal adalah antara faktor yang menggalakkan pelajar untuk terlibat dengan aktiviti kokurikulum. Pelajar akan menilai setiap aktiviti yang ingin diceburi dengan mengukur sumbangan aktiviti tersebut kepada diri mereka. Banyak sumbangan yang diperolehi akan menjadikan aktiviti tersebut bernilai dan menyumbang kembali kepada diri pelajar. Kesedaran sendiri tidak hanya akan dapat diperolehi melalui bacaan dan observasi kepada tingkah laku, emosi dan personaliti. (<http://www.pathwaytohappiness.com/self-awareness.htm>). Sebaliknya, penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum akan membantu membina dan meningkatkan kesedaran sendiri dalam diri mereka.

Penutup

Perbincangan di dalam artikel ini menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara kesedaran sendiri dengan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Perbincangan juga menunjukkan penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum membantu pelajar dalam membentuk sahsiah mereka dari aspek pemikiran, emosi dan fizikal. Adunan antara pengetahuan dan pengalaman akan melahirkan pelajar yang berpengetahuan, berdaya saing dan inovatif dalam setiap langkah dan tindakan yang di ambil.

Rujukan

- stin, A. W. (1999). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of College Student Development*, 40(5), 518-529
- Bandura, A.(1986). *Social foundations of thought and action*. Englewood Cliffs. NJ
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy. the exercise of control*. New York. W.H. Freeman.

- Bandura, A. (1997). *Social Learning Theory*. New York. General Learning Press
Prentice Hall
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: An agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52,1-26. In html form from Annual Review Psychology (must be accessed from edu domain).
- Duval, T. S., & Silvia, P. J. (2001). *Self-awareness and causal attribution: A dual systems theory*. Boston: Kluwer Academic.
- Duval, T. S., & Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press
- Fenigstein. A, Scheier. M. F, Buss, A.H. (1975) . Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 36, 1241-1250.
- Goleman.D.(1995) . *Emotional Intelligence. Why it can matter more than IQ*. New York. Bantam Books.
- Goleman.D. (1999). *Working with Emotional Intelligence*. New York. Bantam Books.
- Habibah Elias, Noran Fauziah Yaakub. (2006). *Psikologi Personaliti*. Dawama Sdn. Bhd.
- Jamaludin Haji Badusah, Rosna Awang Hashim, Mohd Majid Konting, Turiman Suandi, Maria Salih & Norhafezah Yusof. (2009). *Pembangunan Pelajar : Memperkasakan Kokurikulum Institusi Pengajian Tinggi*. Penerbit Universiti Putra Malaysia. Selangor.
- Kircher, T., David, A.S. (2003). *Self consciousness: An integrative approach from philosophy, psychopathology and the neuroscience*. In T. Kricher & A.S David (Eds), *The self in neuroscience and psychiatry*. Cambridge, UK. Cambridge University Press
- Morin, A. (2006). Levels of consciousness and self awareness: A comparison and integration of various neurocognitive views. *Consciousness and cognition*, 15(2), 358-371
- Morin, A. (2005). Possible links between self-awareness and inner speech: Theoretical background underlying mechanism, and empirical evidence. *Journal of Consciouness Studies*, 12(4-5)115-134
- Pajares. (2007). Sources of writing self-efficacy beliefs of high school students. *Research in the teaching of English*, 42 (1), 104-121
- Yorke, M & Knight,P. (2003). *Employability in Higher Education*. Learning and Employability Series. ESECT: LTSN Generic Centre.
- Tan, D., & pope, M. (2007). Participation in co-curricular: Non traditional student perspectives.*College & University*, 83(1), 2-9
- Zaidatol Akmaliah Lope Pihie & Soaib Asimiran (2011). *Transformasi Kepemimpinan Pendidikan: Cabaran dan Hala Tuju*. Penerbit UPM Serdang, Selangor.