

**INTERNATIONAL JOURNAL OF
EDUCATION, PSYCHOLOGY
AND COUNSELLING
(IJEPC)**www.ijepec.com**KESAN MODUL RESKEM BERDASARKAN TERAPI KOGNITIF
TINGKAH LAKU BAGI MENINGKATKAN RESILIEN DALAM
KALANGAN REMAJA HAMIL LUAR NIKAH***THE EFFECT OF THE RESKEM MODULE BASED ON COGNITIVE
BEHAVIOURAL THERAPY IN ENHANCING RESILIENCE AMONG UNMARRIED
PREGNANT ADOLESCENTS*Basirah Abdul Ghani^{1*}, Fauziah Mohd Sa'ad²¹ Jabatan Kejururawatan, Fakulti Perubatan, Universiti Kuala Lumpur Royal College of Medicine Perak
Email: basirah.ghani@unikl.edu.my² Jabatan Psikologi dan Kaunseling, Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris
Email: fauziah_msaad@fpm.upsi.edu.my

* Corresponding Author

Article Info:**Article history:**

Received date: 03.02.2025

Revised date: 26.03.2025

Accepted date: 11.05.2025

Published date: 05.06.2025

To cite this document:

Abdul Ghani, B., & Mohd Sa'ad, F. (2025). Kesan Modul RESKEM Berdasarkan Terapi Kognitif Tingkah Laku Bagi Meningkatkan Resilien Dalam Kalangan Remaja Hamil Luar Nikah. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 10 (58), 170-180.

DOI: 10.35631/IJEPC.1058012**Abstrak:**

Kajian eksperimen ini bertujuan untuk menguji kesan Kelompok Bimbingan Modul RESKEM (KBMR) berdasarkan Terapi Kognitif Tingkah Laku (TKT) bagi meningkatkan resilien dalam kalangan remaja hamil luar nikah. Kajian eksperimen ujian pra dan ujian pos ini melibatkan dua pusat perlindungan remaja hamil luar nikah, dengan 35 orang peserta dalam kumpulan rawatan dan 35 orang lagi dalam kumpulan kawalan. Data pra dan pos ujian diukur dengan Soal Selidik Kajian Skala Daya Tahan (Malay-Version) yang diterjemahkan dan diadaptasi dari The Resilience Scale (Wagnild & Young, 1993) oleh Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba, & Wan Marzuki Wan Jaafar (2016). Subjek kelompok rawatan diberi bimbingan kelompok selama enam minggu. Data dianalisis menggunakan kaedah deskriptif, MANOVA dan MANCOVA. Kajian mendapati rawatan Modul RESKEM dengan Terapi Kognitif Tingkah laku (MRTKT) berkesan dalam meningkatkan pemboleh ubah bersandar iaitu tahap resilien antara kelompok rawatan berbanding kelompok kawalan. Kajian ini memberi sumbangan kepada perkhidmatan bimbingan dan kaunseling apabila berjaya menggubal satu model kelompok bimbingan yang berorientasikan pendekatan MRTKT dalam meningkatkan resilien remaja hamil luar nikah secara berkesan.

This work is licensed under [CC BY 4.0](#)**Kata Kunci:**

Modul RESKEM, Resilien, Terapi Kognitif Tingkah Laku, Kelompok Bimbingan, Remaja Hamil Luar Nikah

Abstract:

This experimental study aimed to examine the effects of the RESKEM Group Guidance Module based on Cognitive Behavioural Therapy (CBT) in enhancing resilience among unmarried pregnant adolescents. A quasi-experimental pre-test and post-test design was employed, involving two protection centres for unmarried pregnant adolescents. A total of 70 participants were selected, with 35 assigned to the treatment group and 35 to the control group. Resilience levels were measured using the Malay-version Resilience Scale Questionnaire, which was translated and adapted from the original Resilience Scale by Wagnild & Young (1993) by Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba, and Wan Marzuki Wan Jaafar (2016). The treatment group received a six-week group guidance intervention. Data were analysed using descriptive statistics, MANOVA, and MANCOVA. Findings revealed that the RESKEM Module with Cognitive Behavioural Therapy (CBT) was effective in significantly enhancing resilience among the treatment group compared to the control group. This study contributes to the field of guidance and counselling services by successfully developing a structured group guidance model grounded in CBT principles to improve resilience in unmarried pregnant adolescents.

Keywords:

RESKEM Module, Resilience, Cognitive Behavioural Therapy, Group Guidance, Unmarried Pregnant Adolescents

Pengenalan

Kehamilan merupakan satu anugerah kepada pasangan yang sudah berkahwin dan merupakan saat yang amat ditunggu-tunggu. Walaubagaimanapun kehamilan kepada seseorang yang belum berkahwin atau golongan remaja merupakan satu keadaan yang boleh mencetuskan tekanan akibat dari perasaan malu dan bersalah kepada diri sendiri dan juga keluarga. Remaja hamil bermaksud kehamilan yang terjadi kepada golongan remaja yang berumur di antara 10 hingga 19 tahun. Menurut Steward & Raja, (2020), kehamilan remaja adalah kehamilan yang berlaku di kalangan gadis yang berusia bawah 20 tahun akibat daripada hubungan seksual selepas permulaan ovulasi iaitu selepas bermulanya haid.

Isu kehamilan remaja luar nikah ini merupakan satu isu global di mana satu daripada setiap lima remaja perempuan telah melahirkan anak dan risiko ini telah meningkat kepada kira-kira satu daripada setiap tiga remaja perempuan di negara membangun. (WHO, 2022). Setiap tahun, di seluruh dunia dianggarkan 21 juta kanak-kanak perempuan berumur 15-19 tahun hamil dan kira-kira 12 juta daripada mereka melahirkan anak. (Sully et al 2019). Di Malaysia juga isu kehamilan luar nikah telah menjadi isu yang semakin membimbangkan dalam beberapa tahun kebelakangan ini, di mana menurut data dari Kementerian Kesihatan Malaysia (2019), pada tahun 2014 hanya terdapat 25% remaja yang hamil luar nikah tetapi pada tahun 2018, ia telah meningkat kepada 37%. Ini menunjukkan bahawa hanya dalam masa 4 tahun sahaja telah berlaku peningkatan sebanyak 12%.

Kehamilan dalam kalangan remaja memberikan impak yang signifikan dari segi mental, sosial, dan kewangan. Remaja yang hamil sering menghadapi tekanan emosi, stigma sosial, dan masalah kewangan akibat kurangnya sokongan. Selain itu, mereka juga berisiko tinggi mengalami komplikasi kesihatan jika tidak mendapat penjagaan yang sewajarnya. Menurut kajian oleh Tharshini & Siong (2020), faktor-faktor seperti hubungan keluarga yang lemah, pengaruh rakan sebaya, dan status sosioekonomi yang rendah menyumbang kepada kehamilan luar nikah dalam kalangan remaja di Malaysia. Kajian lain oleh Abd. Majid et al. (2020) menekankan bahawa remaja hamil luar nikah mengalami implikasi seperti masalah kesihatan mental, konflik keluarga, dan stigma masyarakat. Oleh itu, sokongan dan perlindungan yang mencukupi adalah penting untuk membantu remaja mengatasi cabaran ini dan mengurangkan risiko yang dihadapi.

Penyataan Masalah

Kehamilan luar nikah dalam kalangan remaja merupakan masalah sosial yang dialami oleh masyarakat di seluruh pelusuk dunia dan mendapat perhatian dari banyak pihak iaitu penggubal dasar, pemimpin agama, dan saintis sosial. Kehamilan luar nikah mempunyai implikasi yang ketara terhadap kesihatan ibu dan anak. Fenomena remaja hamil luar nikah ini bukan sahaja memberi impak yang besar kepada diri remaja itu, tetapi ia juga memberikan kesan kepada ahli keluarga beliau, Masyarakat sekeliling, dan negara secara keseluruhan. Remaja yang berhadapan dengan gejala kehamilan luar nikah sering berhadapan dengan pelbagai cabaran dari segi psikologi, seperti tekanan mental dan kemurungan, di mana ia boleh mempengaruhi kesejahteraan diri mereka. Menurut Niza et al. (2022), kehamilan remaja harus diutamakan dalam semua sistem penjagaan kesihatan kerana ia boleh memberi kesan negatif jangka panjang terhadap status fizikal, psikologi, ekonomi dan sosial remaja tersebut.

Di Malaysia, sebanyak 41,083 kehamilan remaja direkodkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (2022), antara 2017 dan 2022, di mana 35 peratus atau 14,561 kes di luar nikah dan bilangan remaja hamil yang memilih untuk mendapatkan perkhidmatan di kemudahan kesihatan kerajaan secara purata berjumlah 10,000 setiap tahun iaitu bersamaan dengan 830 kes kehamilan remaja setiap bulan, di mana 35 peratus daripadanya belum berkahwin.

Isu kehamilan remaja luar nikah di Malaysia adalah kompleks, melibatkan pelbagai cabaran psikologi dan sosial yang meningkatkan kerentanan kepada kemurungan dan menjejaskan resiliensi bagi jangka panjang. Kajian lepas telah mencadangkan bahawa membina resiliensi di kalangan ibu muda ini boleh membantu mengurangkan kemurungan. Sebagai contoh, program resiliensi yang merangkumi pendekatan kognitif-tingkah laku, kaunseling, dan sokongan sosial boleh membantu mereka menguruskan tekanan dan memupuk pandangan yang positif (Nasir et al., 2016; Hamzah, 2020).

Intervensi khusus yang disesuaikan untuk remaja hamil Malaysia yang belum berkahwin, seperti terapi kumpulan, program bimbingan dan latihan kemahiran sosial, masih kurang dijalankan. Menangani jurang ini dengan modul yang mengukuhkan resiliensi adalah penting, kerana resiliensi yang tinggi telah dibuktikan boleh meningkatkan kebolehsuaian psikologi dalam populasi yang serupa (Olajubu et al., 2021).

Kajian Lepas

Kajian oleh pengkaji yang terdahulu membuktikan secara empirikal bahawa remaja yang hamil luar nikah lebih terdedah kepada isu psikologi seperti tekanan, kemurungan, kebimbangan dan pemikiran untuk membunuh diri. (Samsuddin et al. 2019, Govender et. al 2020). Oleh itu bagi mengelakkan remaja hamil luar nikah ini terlibat dengan kesan psikologi yang lebih buruk, tahap resiliensi mereka harus ditingkatkan. Menurut Utami & Helmi, (2017), cara yang terbaik bagi mengelakkan mereka daripada melakukan perkara yang lebih buruk ialah dengan mempunyai tahap resiliensi yang tinggi dan dapatan kajian ini adalah selari dengan kajian yang dijalankan oleh Kuasit et al (2020) iaitu resiliensi boleh membantu remaja hamil menangani cabaran yang timbul akibat daripada situasi tekanan yang dialami yang berpunca dari kehamilan yang tidak diingini.

Kajian García et. al (2019), mendapati bahawa tekanan dan resiliensi mempunyai kaitan sebagai penampakan terhadap kesan tekanan bagi menyesuaikan diri dengan keadaan yang sukar dan dapat meningkatkan kualiti kehidupan mereka. Menurut Salazar-Pousada (2010), remaja dengan resiliensi yang rendah lebih mudah terdedah kepada kemurungan dan tingkah laku bermasalah. Resiliensi yang rendah ini boleh disebabkan oleh pelbagai faktor, termasuk kekurangan pendidikan mengenai kesihatan seksual, tekanan sosial, dan pengalaman traumatik. Oleh itu, penting untuk menyediakan program pendidikan yang menyeluruh bagi remaja untuk meningkatkan pengetahuan dan kemahiran mereka dalam mengatasi situasi sukar. Intervensi yang meningkatkan resiliensi juga telah terbukti bermanfaat. Program yang memberi tumpuan kepada membina kemahiran mengatasi, memupuk harga diri, dan menghubungkan remaja kepada bimbingan boleh meningkatkan hasil kesihatan mental mereka dengan ketara semasa kehamilan dan menjadi ibu muda (Olajubu et al., 2021). Intervensi ini bukan sahaja menyediakan kemahiran penting tetapi juga menggalakkan hasil psikologi positif yang berterusan selepas kehamilan, membantu melindungi individu ini daripada risiko tekanan berterusan.

Objektif Kajian

Kajian Ini Bertujuan :

1. Mengkaji samada terdapat perbezaan signifikan dalam ukuran min ujian pra dan ujian pos pemboleh ubah Resilien kelompok rawatan berbanding kelompok kawalan.
2. Mengkaji samada terdapat kesan rawatan KBMR ukuran min ujian pra dan ujian pos terhadap pemboleh ubah Resilien kelompok rawatan berbanding kelompok kawalan.
3. Mengkaji samada terdapat kesan rawatan KKBMR ukuran min ujian pra dan min ujian pos terhadap Resilien ke atas tahap pendidikan dalam kalangan pelajar hamil luar nikah bagi kelompok rawatan dan kelompok kawalan.

Reka Bentuk Kajian

Kajian ini adalah berbentuk kuantitatif dengan menggunakan soal selidik di mana ia dijalankan secara eksperimen bagi melihat kesan modul RESKEM terhadap dua kumpulan iaitu kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan. Menurut Frey (2018), reka bentuk kajian eksperimen adalah berdasarkan prinsip memanipulasi pemboleh ubah tidak bersandar untuk menyiasat hubungan

sebab dan akibat antara pembolehubah tersebut dan pembolehubah bersandar, pada masa yang sama meminimumkan pengaruh mana-mana pembolehubah lain yang mungkin berkaitan dengan kajian.

Subjek Kajian

Subjek kajian ini adalah seramai 70 orang remaja dari dua buah pusat perlindungan remaja hamil luar nikah. Subjek kajian dibahagikan kepada dua kumpulan iaitu kelompok rawatan iaitu Kelompok Bimbingan Besar Modul RESKEM (KBBMR) dan satu kelompok kawalan. Pemboleh ubah utama kajian iaitu Resiliensi di uji dengan pra ujian dan pos ujian yang dijalankan ke atas subjek kelompok rawatan yang mengikut intervensi KBBMR dan kelompok kawalan tidak menerima sebarang bentuk rawatan intervensi.

Instrumen Kajian

Instrumen kajian ini ialah Modul RESKEM dan Inventori Kajian Skala Daya Tahan (Malay-Version) yang diterjemahkan dan diadaptasi dari The Resilience Scale (Wagnild & Young, 1993) oleh Amalia Madihie, Sidek Mohd Noah, Maznah Baba, & Wan Marzuki Wan Jaafar (2011). Modul RESKEM ini mempunyai dua belas strategi yang dibina khusus untuk melihat intervensi yang dapat membantu meningkatkan tahap resiliensi remaja hamil luar nikah manakala soal selidik Kajian Daya Tahan mengandungi 24 item. Soal selidik menggunakan skala Likert untuk mendapatkan penilaian daripada responden yang mempunyai 7 pilihan jawapan iaitu Sangat Tidak Setuju hingga Sangat Setuju. Menurut Van Laerhoven et al. (2004) responden menganggap skala Likert lebih mudah dan efisien berbanding skala lain.

Dapatan Kajian

Hipotesis Null 1

Tidak terdapat perbezaan signifikan dalam ukuran min pra ujian dan pos ujian pemboleh ubah Resilien dalam kalangan remaja hamil luar nikah bagi kelompok rawatan dan kelompok kawalan.

Jadual 1: Ringkasan Analisis MANOVA Min Ujian Pra dan Ujian Pos Pembolehubah Resilien Berdasarkan Kelompok Rawatan dan Kelompok Kawalan dalam Kalangan Subjek Kajian.

Pemboleh ubah	Kelompok	Min		Keterangan
		Ujian Pra	Ujian Pos	
Resilien	Kelompok rawatan	2.6759	3.5649	Meningkat
	Kelompok kawalan	2.9555	2.6385	Menurun

(.) = Sisihan piawai

Jadual 1 di atas adalah ringkasan analisis MANOVA skor min ujian pra dan ujian pos skala Resilien bagi kelompok rawatan dan kelompok kawalan dimana ia menunjukkan peningkatan. Min ujian pra kelompok rawatan adalah 2.6759 dan meningkat pada peringkat ujian pos iaitu 3.5649 manakala bagi kelompok kawalan ujian pra adalah 2.9555 dan menurun pada ujian pos iaitu 2.6385 dan menunjukkan penurunan sebanyak 0.3170.

Jadual 2: Ringkasan Analisis Ujian Antara Kesan Subjek Bagi Skala Resilien Mengikut Kelompok Ujian

Sumber	Pemboleh ubah Bersandar	Jumlah Kuasa Dua Jenis III	Df	Min Kuasa Dua	F	Sig
Kelompok * Ujian	Resilien	1.462	1	1.462	1.015	.216

Berdasarkan jadual 2 di atas, tidak wujud interaksi antara kelompok rawatan dan kelompok kawalan serta ujian pra dan ujian pos ($p > .05$) terhadap pemboleh ubah Resilien [$F(1, 135) = 1.015, p > .05$]. Oleh itu, Hipotesis Null 1 adalah ditolak.

Hipotesis Null 2

Tidak terdapat kesan rawatan KBMR ukuran min ujian pra dan ujian pos terhadap pemboleh ubah Resilien kelompok rawatan berbanding kelompok kawalan.

Jadual 3: Ringkasan Analisis MANOVA Min Ujian Pra dan Ujian Pos Pemboleh Ubah Utama Berdasarkan Kelompok dalam Kalangan Subjek Kajian.

Pemboleh ubah	Kelompok	Min		Keterangan
		Ujian Pra	Ujian Pos	
Resilien	Kelompok Rawatan	2.6759 (.38139)	3.5649 (.17242)	Meningkat
	Kelompok Kawalan	3.9555 (.08393)	2.6385 (.28225)	Menurun

(.) = Sisihan piawai

Berdasarkan jadual 3 di atas menunjukkan ringkasan analisis MANOVA skor min ujian pra dan ujian pos pemboleh ubah terikat utama iaitu Resilien berdasarkan kelompok dalam kalangan subjek menunjukkan peningkatan dalam kelompok rawatan. Bagi pemboleh ubah, kelompok rawatan menunjukkan peningkatan yang mana ujian pra adalah 2.6759 meningkat kepada 3.5649 pada peringkat ujian pos. Bagi kumpulan kawalan pula menunjukkan penurunan iaitu 3.9555 pada ujian pra menurun kepada 2.6385 pada peringkat ujian pos.

Jadual 4: Ringkasan Analisis Ujian Antara Kesan Subjek Bagi Skala Resilien Mengikut Kelompok Ujian

Sumber	Pemboleh ubah Bersandar	Jumlah Kuasa Dua Jenis III	Df	Min Kuasa Dua	F	Sig
Kelompok * Ujian	Resilien	1.842	1	1.842	31.901	.000

$P < .05$ (tidak signifikan pada aras 95%)

Berdasarkan jadual 4 di atas menunjukkan terdapat perbezaan antara kelompok rawatan dan kelompok kawalan dengan ujian pra dan ujian pos [$F(1, 136) = 31.901$, $p < .05$] terhadap pemboleh ubah Resilien. Oleh itu, Hipotesis Null 2 adalah ditolak.

Hipotesis Null 3

Tidak terdapat kesan rawatan KKBMR ukuran min ujian pra dan min ujian pos terhadap Resilien ke atas tahap pendidikan dalam kalangan remaja hamil luar nikah bagi kelompok rawatan dan kelompok kawalan.

Jadual 5: Ringkasan Analisis MANCOVA Melihat Kesan Interaksi Faktor Rawatan dan Faktor Tahap Pendidikan Terhadap Min Ujian Pra dan Ujian Pos Pemboleh Ubah Terikat Resilien Subjek Keseluruhan.

Pemboleh ubah Terikat	Sumber Variasi	Jumlah Kuasa Dua Jenis III	Df	Min Kuasa Dua	F	Sig.
Resilien	Rawatan	3.111	1	3.111	7.765	.006
	Tahap Pendidikan	6.370	4	1.593	3.976	.004
	Interaksi	.196	4	.049	.122	.974
	Rawatan*Tahap pendidikan					

$p < .05$ (signifikan pada aras 95%)

Berdasarkan jadual 5 di atas memerihalkan mengenai keputusan analisis MANCOVA mengenai kesan interaksi faktor rawatan dan faktor tahap pendidikan ke atas pemboleh ubah terikat menunjukkan bahawa faktor rawatan tidak signifikan terhadap min ujian pra dan min ujian pos bagi pemboleh ubah kajian iaitu Resilien dengan nilai $F(1, 139) = 7.765$, $p > .05$. Bagi interaksi antara rawatan dan tahap pendidikan pemboleh ubah Resilien menunjukkan hasil dapatan kajian $p > .05$. Oleh yang demikian menunjukkan bahawa faktor tahap pendidikan tidak memberi kesan kepada tahap Resilien.

Perbincangan

Hasil kajian menunjukkan bahawa Modul RESKEM berkesan dalam meningkatkan Resilien dalam kalangan remaja hamil luar nikah. Keberkesanan ini boleh dijelaskan melalui pendekatan kognitif tingkah laku yang memberi penekanan kepada pengenalpastian dan pembetulan pemikiran negatif, serta penguatan kemahiran daya tahan emosi. Teori kognitif tingkahlaku (TKT), telah dipilih sebagai teori yang menjadi asas kepada pembinaan modul RESKEM yang telah digunakan dalam kajian ini. Modul ini membantu peserta untuk membina semula keyakinan diri dan membentuk pandangan positif terhadap cabaran yang mereka hadapi.

Teori ini dipilih kerana ianya telah terbukti boleh mengajar seseorang individu itu cara untuk menangani tekanan, menangani perasaan mereka dan membantu mereka mengawal emosi mereka serta berkomunikasi dengan lebih baik. Terdapat beberapa kajian lepas yang menggunakan TKT ini berjaya membuktikan keberkesannya ke atas individu yang mempunyai masalah tingkahlaku. Kajian oleh Siti Hajar (2019) membuktikan bahawa dengan penggunaan terapi tingkah laku ke atas remaja hamil tanpa nikah mampu membantu mereka menstruktur semula kapasiti pemikiran mereka bagi mengawal sikap tidak mahu bersosial dengan masyarakat. Menurut Siti Hajar (2019) lagi, TKT juga merupakan salah satu pendekatan yang penting bagi program rawatan dan pemulihan yang melibatkan salah laku seks.

Peningkatan yang signifikan dalam Resilien kelompok rawatan mencerminkan kesan positif rawatan dalam membantu remaja menguruskan tekanan dengan lebih berkesan. Walaupun kelompok kawalan menunjukkan sedikit perubahan, ia mungkin disebabkan oleh faktor luaran seperti sokongan sosial yang diterima di rumah perlindungan.

Ketiadaan kesan tahap pendidikan terhadap keberkesanan rawatan menunjukkan bahawa Modul RESKEM adalah bersifat universal dan boleh diaplikasikan tanpa mengira latar belakang pendidikan. Hal ini penting kerana ia menunjukkan bahawa rawatan ini mampu memenuhi keperluan populasi yang pelbagai dari segi pencapaian akademik.

Sumbangan Kajian

Kajian ini memberikan sumbangan yang signifikan dalam menghasilkan intervensi untuk membantu remaja hamil luar nikah melalui penerapan Modul RESKEM berdasarkan terapi kognitif tingkah laku (MRTKT) dalam rawatan secara kelompok. Pendekatan eksperimen yang digunakan dalam kelompok ini menjadi satu bentuk intervensi bagi mengukur kesan terhadap tahap resilien. Intervensi ini juga dapat dijadikan rujukan oleh kaunselor dan pengamal kaunseling dalam membantu klien mereka secara lebih berkesan. Keupayaan MRTKT yang diterapkan dalam kajian ini telah memperkukuhkan kekuatan teori tersebut dan membuktikan keberkesananannya dalam perspektif baharu.

Selain itu, kajian ini membuka ruang untuk penambahbaikan dan pengembangan modul agar MRTKT dapat diaplikasikan kepada subjek kajian yang melibatkan isu-isu lebih kompleks. Modul ini boleh diperhalusi melalui kajian lanjut dengan memperdalam pemahaman terhadap teori yang digunakan, sekali gus memungkinkan eksplorasi terhadap isu-isu baharu yang belum diteliti secara mendalam. Dengan ini, modul ini berpotensi untuk diperluaskan dengan kaedah baharu atau menyediakan panduan metodologi yang lebih inovatif bagi kajian masa hadapan.

Tambahan pula, intervensi dalam bentuk kelompok bimbingan menawarkan nilai aplikasi yang tinggi. Kaedah ini lebih efisien dari segi kos, masa, dan tenaga kerana membolehkan kaunselor membantu lebih ramai klien dalam jangka masa yang singkat. Kajian ini juga mengisi kekurangan modul yang menggunakan pendekatan MRTKT di peringkat nasional. Intervensi ini terbukti berkesan kerana merangkumi pelbagai proses yang menjadikannya sebuah pendekatan yang holistik dan praktikal.

Saranan

Kajian ini menunjukkan bahawa Modul RESKEM berkesan dalam meningkatkan daya tahan emosi dan keupayaan kognitif remaja hamil luar nikah. Oleh itu, modul ini disarankan untuk diperluaskan penggunaannya dalam program sokongan yang ditawarkan di rumah perlindungan, pusat kaunseling remaja, serta program komuniti yang berfokus pada pemulihan dan Pembangunan sendiri remaja. Fasilitator atau kaunselor yang terlibat dalam pelaksanaan Modul RESKEM perlu diberikan latihan intensif dalam pendekatan Terapi Kognitif Tingkah Laku (TKT). Ini bagi memastikan mereka dapat membimbing peserta dengan lebih berkesan dalam mengenal pasti dan menguruskan pemikiran serta emosi yang negatif.

Modul ini juga disarankan untuk dimasukkan sebagai sebahagian daripada kurikulum pendidikan di sekolah atau institusi yang berhadapan dengan kumpulan remaja berisiko tinggi. Pendekatan ini boleh membantu meningkatkan daya tahan mental pelajar secara menyeluruh. Kajian susulan perlu dijalankan untuk menguji keberkesanan modul ini terhadap kumpulan remaja yang menghadapi cabaran lain seperti kecelaruan emosi, tingkah laku antisosial atau kemurungan. Ini akan memberikan bukti empirikal tambahan mengenai kebolehsuaian dan keberkesanan modul. Selain daripada intervensi modul, sokongan sosial yang konsisten daripada keluarga, rumah perlindungan, serta komuniti adalah penting. Program yang menghubungkan remaja dengan kumpulan sokongan boleh mengukuhkan keberkesanan modul dan menyumbang kepada proses pemulihan yang lebih menyeluruh. Satu sistem pemantauan dan penilaian berkala perlu diwujudkan untuk menilai keberkesanan jangka panjang Modul RESKEM serta menambah baik isi kandungannya berdasarkan keperluan dan cabaran remaja yang sentiasa berubah.

Kesimpulan

Modul RESKEM merupakan satu pendekatan yang berkesan dalam meningkatkan resiliensi dalam kalangan remaja hamil luar nikah. Keberkesanannya yang berasaskan Teori Kognitif Tingkah Laku (TKT) telah berjaya membantu peserta mengenal pasti dan membetulkan pemikiran negatif serta memperkukuhkan daya tahan emosi mereka. Ini membuktikan bahawa pendekatan TKT mampu menyumbang kepada perubahan positif dalam pemikiran dan tingkah laku peserta, seterusnya membina keyakinan diri dan pandangan yang lebih positif terhadap cabaran hidup.

Ketiadaan kesan tahap pendidikan terhadap keberkesanan rawatan menunjukkan bahawa Modul RESKEM adalah bersifat inklusif dan boleh diaplikasikan kepada remaja dengan pelbagai latar belakang akademik. Ini menjadikan modul ini relevan sebagai satu pendekatan universal yang sesuai untuk program intervensi dalam kalangan populasi remaja yang berdepan cabaran serupa.

Secara keseluruhannya, kajian ini menyumbang kepada bidang psikologi pembangunan dan intervensi sosial dengan menegaskan kepentingan pendekatan berstruktur seperti TKT dalam membentuk individu yang lebih resilien. Ia juga menunjukkan bahawa dengan sokongan yang sesuai, remaja hamil luar nikah berpotensi untuk membina semula kehidupan mereka dengan lebih positif dan produktif.

Penghargaan

Saya ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Prof Madya Dr Fauziah binti Mohd Sa'ad, selaku penyelia saya yang sentiasa memberi bantuan, dorongan dan tunjuk ajar bagi menyiapkan kajian ini. Seterusnya, penghargaan yang tidak terhingga juga ditujukan kepada Zainon Abidin Othman dan keluarga yang selama ini memberi sokongan dalam perjalanan penyelidikan saya ini. Ucapan terima kasih juga saya tujukan kepada Pusat Penyelidikan Perkembangan Kanak-Kanak Negara (NCDRC), Universiti Pendidikan Sultan Idris yang telah banyak membantu saya sepanjang tempoh pengajian di UPSI. Tidak lupa juga jutaan terima kasih kepada International Journal of Education, Psychology And Counseling (IJEPC) yang memberi peluang untuk kajian penyelidikan ini diterbitkan. Akhir sekali ucapan terima kasih dan penghargaan juga diberikan kepada semua pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung bagi menyiapkan kajian ini.

Rujukan

- Abd. Majid, M., Azman, N. Z., & Marlon, M. Y. (2020). Implikasi Dialami Remaja Hamil Luar Nikah: Kajian di Pusat Pemulihan Akhlak Negeri Selangor: Implications Experienced by Extraordinary Pregnant Teenagers: A Study at The Selangor State Moral Rehabilitation Center. *Jurnal Pengajian Islam*, 13(2), 71–84. Retrieved from <https://jpi.uis.edu.my/index.php/jpi/article/view/45>
- García-León MÁ, Caparrós-González RA, RomeroGonzález B, González-Perez R, Peralta-Ramírez I.(2019). Resilience as a protective factor in pregnancy and puerperium: Its relationship with the psychological state, and with Hair Cortisol Concentrations. *Midwifery*. 2019;75:138-145. doi:10.1016/j.midw.2019.05.006
- Govender D, Taylor M, Naidoo S. Adolescent Pregnancy and Parenting: Perceptions of Healthcare Providers. *J Multidiscip Healthc*. 2020 Nov 18;13:1607-1628. doi: 10.2147/JMDH.S258576. PMID: 33239882; PMCID: PMC7680673.
- Hamzah, N. (2020, June 26). Baby dumping a serious social concern in Malaysia. *The Star*. Retrieved from <https://www.thestar.com.my/lifestyle/health/2020/06/26/baby-dumping-a-serious-social-concern-in-malaysia>
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2019). Statistik remaja hamil 2014-2018 [Infographic]. <http://www.moh.gov.my>.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2022). Health Statistics on Adolescent Pregnancy. Retrieved from <https://moh.gov.my>
- Kuasit U, Chunuan S, Hatthakit U, Bullock LFC. (2020). The Effects of a Resilience Enhancing Nursing Program on Depression among Pregnant Teenagers. *Walailak J Sci Technol*.;17(8):825–837. doi: 10.48048/wjst.2020.3630.
- Madihie, Amalia & Noah, Sidek & Baba, Maznah & Wan Jaafar, Wan Marzuki. (2016). Back-to-Back Translation for the Resilience Scale (25 items) from English language to Malay Language. 10.13140/RG.2.1.3009.6405.
- Niza SR, Kalungwe M, Thamary K, (2022). Exploring the enablers of teenage pregnancy in Sub-Saharan Africa (SSA): A scoping literature review. *Pregnancy & Child*

Birth.;8(3):80?85. DOI: 10.15406/ipcb.2022.08.00265 DOI:
10.15406/ipcb.2022.08.00265

- Nasir, R., Ahmad Zamani, Z., Khairudin, R., Wan Sulaiman, W. S., Mohd Sani, M. N., & Amin, A. S. (2016). Depression, loneliness and cognitive distortion among young unwed pregnant women in Malaysia: Counselling implications. *Asian Social Science*, 12(8), 104-109
- Olajubu, A. O., Omoloye, G. O., Olajubu, T. O., & Olowokere, A. E. (2021). Stress and resilience among pregnant teenagers in Ile-Ife, Nigeria. *European Journal of Midwifery*, 5, 1-9.
- Salazar-Pousada D, Arroyo D, Hidalgo L, Pérez-López FR, Chedraui P. Depressive Symptoms and Resilience among Pregnant Adolescents: A Case-Control Study. *Obstet Gynecol Int*. 2010;2010:952493. doi: 10.1155/2010/952493. Epub 2011 Feb 21. PMID: 21461335; PMCID: PMC3065659.
- Samsuddin, S. N. A., Masroom, M. N., & Wan Mohd Yunus, W. M. A. (2019). Mental health of Muslim unwed pregnant teenagers. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 15(SUPP1), 76-82.
- Siti Hajar Abu Bakar Ah. (2019). Pelaksanaan terapi tingkah laku kognitif dalam program pemulihan terapeutik berasas institusi untuk remaja hamil luar nikah. Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Steward K, Raja A. Physiology, Ovulation And Basal Body Temperature. [Updated 2023 Jul 17]. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK546686/>
- Sully EA, Biddlecom A, Daroch J, Riley T, Ashford L, Lince-Deroche N.(2019). Adding It Up: Investing in Sexual and Reproductive Health. New York: Guttmacher Institute; 2020
- Tharshini, N.K. & Siong, Reffina. (2020). Isu Kehamilan Luar Nikah dalam Kalangan Remaja di Malaysia: Satu Tinjauan Sorotan Literatur. 34. 91-96.
- Utami, C. T., & Helmi, A. F. (2017). Self-Efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54-65.
- Van Laerhoven, H., van der Zaag-Loonen, H., & Derks, B. H. F. (2004). A comparison of Likert scale and visual analogue scales as response options in children's questionnaires. *Acta Paediatrica*, 93(6), 830-835. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2004.tb03026.x>
- Wagnild, G. M, & Young, H. M (1993). Development and psychometric evaluation of the Resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1, 165- 178.
- World Health Organization: Adolescent pregnancy fact sheet. (May; 2022); World Health Organization(WHO)
https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/112320/WHO_RHR_14.08_eng.pdf