

Di Sini Bermulanya Kegemilangan

Penulis Utama:

Khairunesa Isa¹, Ahmad Esa²

E-mel:

nesa@uthm.edu.my¹

Abstrak: Buku ini menyediakan beberapa langkah mudah yang boleh digunapakai oleh mahasiswa baru khususnya dalam menguruskan kehidupan tahun pertama di universiti. Pengurusan dan perancangan hidup di peringkat awal sangat penting dalam menentukan hala tuju hidup mahasiswa di universiti.

Penulisan ini merangkumi beberapa aspek penting seperti kemahiran pengurusan diri, pembinaan diri yang positif dan aspek keseimbangan hidup. Pada masa yang sama membantu memberi mahasiswa semangat baru, meningkatkan motivasi, melahirkan idea-idea tertentu dalam aspek pembelajaran dan kehidupan.

Kata Kunci: Mahasiswa, pengurusan diri, pembinaan diri, keseimbangan hidup



Di sini bermulanya
KEGEMILANGAN

KHAIRUNESA ISA
AHMAD ESA



Penerbit
UTHM

Di sini bermulanya
KEGEMILANGAN

KHAIRUNESAISA

AHMAD ESA


**Penerbit
UTHM**
2017

© Penerbit UTHM
Cetakan Pertama 2017

Hak cipta terpelihara. Menghasilkan semula mana-mana artikel, ilustrasi dan kandungan buku ini dalam apa jua bentuk elektronik, mekanikal fotokopi, rakaman atau apa-apa bentuk tanpa kebenaran bertulis terlebih dahulu daripada Pejabat Penerbit Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Parit Raja, Batu Pahat, Johor adalah dilarang. Mana-mana rundingan tertakluk kepada pengiraan royalti dan honorarium.

Khairunesa Isa

Di sini bermulanya KEGEMILANGAN / KHAIRUNESA ISA,
AHMAD ESA.

Includes index

Bibliography: page 117

ISBN 978-967-0764-79-5

1. College student--Conduct of life.
2. College student--Life skills guides.
3. Learning, Psychology of.
4. Motivation in education.

I. Ahmad Esa. II. Judul.

378.198

Diterbitkan oleh:
Penerbit UTHM
Universiti Tun Hussein Onn Malaysia
86400 Parit Raja,
Batu Pahat, Johor
No. Tel: 07-453 7051 / 7454
No. Faks: 07-453 6145

Laman web: <http://penerbit.uthm.edu.my>
E-mel: pt@uthm.edu.my
<http://e-bookstore.uthm.edu.my>

Penerbit UTHM adalah anggota
Majlis Penerbitan Ilmiah Malaysia (MAPIM)

Dicetak oleh:
PERCETAKAN IMPIAN SDN BHD
No. 10, Jalan Bukit 8,
Kawasan Perindustrian Miel
Bandar Baru Seri Alam
81750 Masai, Johor

Isi Kandungan

<i>Senarai kandungan</i>		<i>v</i>
<i>Prakata</i>		<i>vii</i>
<i>Penghargaan</i>		<i>ix</i>
Bab 1	Tanggungjawab Baru Kini Bermula	1
Bab 2	LANGKAH 1 Tetapkan Matlamat dan Mula Merancang	5
Bab 3	LANGKAH 2 Disiplinkan Diri	11
Bab 4	LANGKAH 3 Keyakinan Diri dan Berfikiran Positif	19
Bab 5	LANGKAH 4 Hidup Berdikari	29
Bab 6	LANGKAH 5 Penjagaan Kesihatan	41
Bab 7	LANGKAH 6 Pengurusan Masa	49
Bab 8	LANGKAH 7 Teknik Belajar	71
Bab 9	LANGKAH 8 Kegiatan Kokurikulum	91
Bab 10	LANGKAH 9 Pengukuhan Kerohanian	103
Bab 11	LANGKAH 10 Hargai diri Sendiri	111
<i>Bibliografi</i>		<i>117</i>
<i>Biodata Penulis</i>		<i>123</i>
<i>Indeks</i>		<i>127</i>

Prakata

Mahasiswa dan kecemerlangan merupakan satu hubungan yang signifikan. Kecemerlangan bagi seorang mahasiswa bukan sahaja dalam bidang akademik malah dari sudut tingkah laku dan sahsiah maka tidak hairanlah mahasiswa sering dihormati sebagai seorang intelektual pewaris negara. Namun, tidak semua mahasiswa di universiti mampu menempa kecemerlangan kerana ada antara mahasiswa yang terpaksa diberhentikan kerana tidak mencapai tahap kelulusan yang sepatutnya.

Persekitaran hidup yang berbeza antara universiti, rumah dan sekolah sedikit sebanyak akan memberi kejutan budaya kepada mahasiswa. Oleh itu penting bagi mahasiswa mendapat sedikit gambaran mengenai alam kehidupan di universiti selain panduan untuk kelangsungan hidup yang seimbang di universiti.

Buku ini menyediakan beberapa langkah mudah yang boleh digunakan oleh mahasiswa baru khususnya dalam menguruskan kehidupan tahun pertama di universiti. Pengurusan dan perancangan hidup di peringkat awal sangat penting dalam menentukan hala tuju hidup mahasiswa di universiti.

Secara ringkasnya penulisan ini merangkumi beberapa aspek yang seperti kemahiran pengurusan diri, pembinaan diri yang positif dan aspek keseimbangan hidup. Pada masa yang sama membantu memberi mahasiswa semangat baru, meningkatkan motivasi, melahirkan idea-idea tertentu dalam aspek pembelajaran dan kehidupan. Semoga penulisan ini bisa memberikan yang terbaik untuk anda di samping ikhlas menerima segala panduan untuk diamalkan.

Penghargaan

Setinggi-tinggi kesyukuran ke hadrat Allah SWT kerana dengan limpah kurnia-Nya buku “Di Sini Bermulanya Kegemilangan” dapat diterbitkan. Selawat dan salam juga dipanjatkan ke atas junjungan mulia Nabi Muhammad SAW semoga pengisian buku ini dapat memberi manfaat kepada semua umat.

Seikhlas penghargaan khusus buat Pejabat Hal Ehwal Mahasiswa Universiti Tun Hussein Onn Malaysia (UTHM) atas kerjasama yang diberikan dalam menerbitkan buku ini. Semoga jalinan kerjasama ini memberi manafaat yang besar kepada mahasiswa seterusnya membantu UTHM melahirkan pelapis negara yang berkualiti.

Sekalung tahniah ke atas Penerbit UTHM atas kerjasama dan perhatian yang diberikan sepanjang proses penerbitan buku ini. Panduan dan kerjasama yang diberikan amat membanggakan dan menarik minat penulis untuk maju dengan beberapa hasil penulisan lagi pada masa hadapan.

Tahniah juga kepada semua pihak yang terlibat sama ada secara langsung mahupun tidak dalam proses menyiapkan warkah “Di Sini Bermulanya Kegemilangan”. Semoga kita bersama-sama mendapat rahmat-Nya dalam usaha melahirkan generasi mahasiswa yang gemilang dan terbilang.

Bab 1

Tanggungjawab Baru Kini Bermula

Pengenalan

Setiap pelajar mendambakan harapan untuk menjejakkan kaki melalui kehidupan di universiti. Biarpun kehidupan di universiti selalu menjanjikan episod yang penuh kegembiraan dan kemanisan namun episod sedih juga sering dilalui oleh setiap pelajar universiti. Mahasiswa gembira apabila bertemu kawan dan suasana baharu dalam kawasan kampus yang serba canggih. Namun begitu, mahasiswa tidak dapat lari daripada suasana sedih seperti terpaksa berjauhan dengan keluarga dan kadangkala berasa geram apabila tidak mendapat markah seperti mana yang diharapkan. Begitu juga ada yang bergembira pada hari konvokesyen tetapi berduka apabila gagal menamatkan pengajian di menara gading.

Lumrah alam menyatakan bahawa tiada jalan singkat dan mudah untuk kita mencapai kejayaan dalam hidup. Bukan hanya manusia malah haiwan turut mengalamai perkara yang sama apabila perlu berusaha untuk survival dalam kehidupan. Bagi individu-individu yang terpilih menjejakkan kaki di universiti, semestinya mereka sedar bahawa bermula satu lagi episod baharu dalam perjalanan kehidupan mereka iaitu kehidupan di universiti. Sebelum ini mereka melalui kehidupan di alam persekolahan, kolej matrikulasi dan politeknik. Pengalaman hidup mereka lebih kepada kehidupan berkonsepkan asrama dan bukan kolej kediaman, malah tidak dinafikan juga ada di antara mereka yang langsung tidak pernah berenggang daripada keluarga. Oleh itu, episod kehidupan baharu di universiti pastinya menjanjikan jalan berliku kepada mereka yang tidak bersedia melakukan perubahan dalam kehidupan. Kegagalan mahasiswa menyesuaikan diri dalam

Bab 2

LANGKAH 1 - TETAPKAN MATLAMAT DAN MULA MERANCANG

Pengenalan

Usaha yang dilakukan mestilah berdasarkan matlamat yang telah ditetapkan. Setiap mahasiswa mempunyai matlamat yang berbeza walaupun hakikatnya semua mahasiswa mahukan perjuangan mereka di universiti berakhir dengan kejayaan dan kecemerlangan. Penetapan matlamat adalah penting sebagai garis panduan kehidupan di universiti. Ini kerana mahasiswa yang mempunyai matlamat yang jelas tentang hala tuju kehidupan di universiti pasti sentiasa akur dengan perancangan dan strategi yang telah disusun.

MATLAMAT UTAMA – IJAZAH KELAS PERTAMA

Bukan andaian tapi pasti semua mahasiswa yang menjejakkan kaki ke universiti mengidamkan untuk menggenggam Ijazah Kepujian Kelas Pertama dalam bidang pengajian mereka. Namun sebelum anda menetapkan matlamat untuk mendapat Ijazah Kepujian Kelas Pertama, adakah anda betul-betul tahu apa yang dimaksudkan dengan Ijazah Kepujian Kelas Pertama?

Ijazah kelas pertama merupakan ijazah yang dianugerahkan kepada mahasiswa yang berjaya memperoleh keputusan *Cummalative Grade Point Avearge (CGPA)* di sepanjang pengajian mereka dengan nilai sekurang-kurangnya 3.75. Setiap mahasiswa mestilah memperolehi dan mengekalkan keputusan sekurang-kurangnya A- dan A+ bagi setiap kursus yang diambil pada setiap semester bagi membolehkan mereka mendapat Ijazah Kepujian Kelas Pertama. Jika anda sudah menetapkan

Bab 3

LANGKAH 2 – DISIPLINKAN DIRI

PENGENALAN

Matlamat yang jelas dapat memandu diri mahasiswa untuk mencapai kejayaan dan kecemerlangan di universiti. Kecemerlangan terhadap pencapaian akademik adalah impian setiap mahasiswa. Ini kerana kejayaan tersebut umpama tiket untuk melayakkan mahasiswa mendapat pekerjaan yang baik dan seterusnya berjawatan tinggi serta mempunyai status sosial yang tinggi dalam masyarakat.

Namun begitu adakah kejayaan dan kecemerlangan akademik mahasiswa dapat terus dicapai jika mahasiswa tidak mempunyai disiplin diri? Mahasiswa lebih kelihatan cemerlang jika mempunyai disiplin yang tinggi bukan sahaja dalam mengurus hal-hal akademik malah dalam urusan mengurus diri mereka untuk mendapatkan kejayaan dalam akademik.

DISIPLIN DIRI PENENTU KEJAYAAN

Melentur buluh biarlah dari rebungunya itulah pepatah lama yang menunjukkan betapa pentingnya konsep asuhan dan didikan ibu bapa terhadap anak-anak sejak dari kecil. Pepatah ini menjelaskan bahawa pembentukkan diri, sikap, sahsiah dan juga disiplin anak-anak lebih mudah dilentur semasa kecil dan bukannya apabila besar dan telah memasuki universiti. Semasa di universiti disiplin hanya untuk diamalkan dan bukannya baru hendak dipelajari dan diasuh.

Bab 4

LANGKAH 3 - KEYAKINAN DIRI DAN BERFIKIRAN POSITIF

PENGENALAN

Banyak kajian-kajian lepas sama ada melalui penulisan media massa, buku atau jurnal mendapati faktor persekitaran individu termasuk diri individu itu sendiri sangat mempengaruhi pencapaian akademik dan juga sahsiah mahasiswa. Berdasarkan penulisan projek tahun akhir yang dilakukan oleh Khairunesa (2004) di Fakulti Ekologi Manusia, Universiti Putra Malaysia mendapati terdapat empat faktor utama yang mendorong ke arah kecemerlangan akademik mahasiswa. Empat faktor tersebut ialah faktor peribadi mahasiswa, faktor ibu bapa, rakan sebaya dan faktor persekitaran. Banyak penulisan menyimpulkan bahawa kecemerlangan mahasiswa adalah dipengaruhi oleh sikap dan diri mahasiswa itu sendiri manakala faktor-faktor lain seperti ibu bapa, rakan sebaya, pengaruh media dan persekitaran hanya sebagai pelengkap kepada pencapaian akademik mahasiswa.

Sehubungan itu, mahasiswa sepatutnya mempunyai kesedaran bahawa faktor diri sendiri termasuk sikap dan faktor peribadi amat penting untuk mencapai kecemerlangan akademik. Faktor-faktor tersebut juga perlu sentiasa dikawal dengan berdisiplin dan konsisten agar memudahkan usaha mencipta kecemerlangan, kegemilangan dan keterbilangan mahasiswa.

YAKIN DIRI PASTI CEMERLANG

Mahasiswa yang ingin cemerlang dalam akademik dan sahsiah perlu memiliki keyakinan diri. Keyakinan diri amat penting sebagai

Bab 5

LANGKAH 4 - HIDUP BERDIKARI

PENGENALAN

Kehidupan di universiti sebagai seorang mahasiswa memberi ruang dan peluang kepada mahasiswa untuk belajar menyelami erti kehidupan sebelum melangkah dalam dunia realiti kehidupan sebenar. Dalam melayari kehidupan di universiti, mahasiswa bukan sahaja perlu bijak menentukan hala tuju hidup malah turut mengalami proses kematangan berdasarkan pengalaman-pengalaman yang ditempuh semasa di universiti. Oleh itu mahasiswa perlu tahu matlamat sebenar anda ke universiti agar anda tidak terpesong dari niat asal untuk menggenggam segulung ijazah yang menjadi kebanggaan keluarga dan negara.

HIDUP BERDIKARI UNTUNG DIRI SENDIRI

Kehidupan di universiti sangat berbeza jika dibandingkan dengan kehidupan alam persekolahan. Tidak kira persekolahan di peringkat rendah mahupun menengah, kehidupan dan keperluan sebagai pelajar biasanya akan diuruskan oleh ibu bapa. Berbeza dengan kehidupan di kampus segala urusan bermula dari urusan kuliah, pengurusan diri, soal kewangan, pengurusan masa dan soal kesihatan adalah terletak di bahu mahasiswa sendiri. Dalam sesuatu keadaan jika anda sakit anda perlu berjumpa doktor sendiri manakala jika tayar motosikal anda pancit anda perlu berusaha untuk mendapatkan perkhidmatan menampal tiub sendiri. Mahu tidak mahu segala urusan dan keperluan perlu diurus sendiri supaya mahasiswa dapat menjalani kehidupan sebagai mahasiswa dengan tenang dan sejahtera.

Bab 6

LANGKAH 5 – PENJAGAAN KESIHATAN

PENGENALAN

Mahasiswa memerlukan perancangan yang baik dalam menentukan matlamat hidup di universiti. Matlamat yang jelas pula diperlukan untuk memastikan arah tujuan mahasiswa selepas kehidupan di universiti. Sudah pasti mahasiswa menetapkan kejayaan dalam pencapaian akademik sebagai matlamat utama kehidupan di universiti. Bukan hanya kejayaan dalam pencapaian akademik, mahasiswa juga biasanya mengharapkan agar mampu menjadi mahasiswa yang cemerlang secara seimbang dari sudut akademik dan juga sahsiah. Bagi memastikan mahasiswa berjaya mencapai kejayaan di universiti, keyakinan dan disiplin diri sahaja tidak mencukupi jika mahasiswa tidak mempunyai tahap kesihatan yang baik.

KESIHATAN DIRI MENJAMIN KEJAYAAN MAHASISWA

Amalan cara hidup mahasiswa akan menentukan kejayaan mahasiswa dalam akademik mahupun kokurikulum. Mahasiswa yang mengamalkan amalan cara hidup sihat sudah pasti mudah mencapai kejayaan berbanding mahasiswa yang mengamalkan amalan gaya hidup yang kurang sihat. Badan yang sihat akan mempengaruhi kestabilan emosi. Emosi yang stabil akan memberi kesan kepada tingkah laku yang positif dan rasional. Mahasiswa yang mengamalkan gaya hidup kurang sihat pula pasti akan memiliki emosi yang tidak stabil dan seterusnya akan menyebabkan tingkah laku negatif serta di luar kawalan.

Bab 7

LANGKAH 6 - PENGURUSAN MASA

PENGENALAN

Pepatah Arab mengatakan masa ibarat pedang, jika kita tidak dapat memotongnya maka masa akan memotong kita. Pepatah Melayu lama pula berbunyi *masa itu ibarat emas* yang merujuk kepada keupayaan seseorang dalam menguruskan 'nilai' masa tersebut bagi mendapatkan ganjaran yang baik. Cukuplah dua pepatah tersebut yang menggambarkan betapa pentingnya masa dalam kehidupan seharian manusia. Dalam konteks mahasiswa, masa juga mempunyai perkaitan yang signifikan dengan kejayaan mereka apabila masa dapat diurus dan digunakan dengan baik.

MENGAPA MASA PERLU DIURUS?

Setiap manusia mempunyai jumlah jam masa yang sama iaitu 24 jam sehari. Tidak kira sama ada seseorang itu bekerja atau bersekolah, berjawatan tinggi atau pekerja biasa, lelaki mahupun perempuan semuanya memiliki jumlah masa jam yang sama dalam sehari. Begitu juga dengan mahasiswa. Setiap mahasiswa tidak kira Melayu, Cina, India, Kadazan, Bugis dan Jawa semuanya mempunyai jumlah jam yang sama dalam kehidupan harian. Namun sering kali kita mendengar ada di antara mahasiswa memberi alasan 'tidak cukup masa', 'tak sempat', 'tak dan', 'cepatnya masa ni berjalan' dan berbagai-bagai alasan lain apabila gagal menyiapkan tugas sedangkan pada masa yang sama mahasiswa tersebut tidak menyertai aktiviti kokurikulum atau mengulang kaji kursus secara berkumpulan. Pernahkah anda terfikir, mengapa ada pelajar yang begitu sibuk dengan aktiviti kokurikulum universiti namun masih boleh cemerlang dalam peperiksaan sedangkan pelajar yang tidak sibuk dengan aktiviti universiti pula tidak mampu untuk cemerlang? Apakah jawapan anda?

Bab 8

LANGKAH 7 - TEKNIK BELAJAR

PENGENALAN

Biarpun mampu menyusun Jadual Waktu Harian dengan baik namun mahasiswa masih lagi perlu mempunyai teknik belajar yang berkesan agar matlamat untuk mencapai kecemerlangan lebih mudah untuk dicapai. Setiap mahasiswa mempunyai cara atau teknik tersendiri dalam menuntut ilmu. Apa pun cara yang dilakukan oleh mahasiswa yang penting adalah matlamat akhir mampu dicapai. Namun begitu mahasiswa juga digalakkan untuk sentiasa berkongsi maklumat dan ilmu yang diperolehi dengan rakan lain agar pengetahuan yang diperolehi sentiasa berkembang dan bertambah.

ADAB MENUNTUT ILMU

Umat Islam digalak untuk menuntut seberapa banyak ilmu sehinggakan terdapat hadis Nabi Muhammad SAW berbunyi tuntutlah ilmu walau sampai ke negara China. Ilmu adalah sesuatu yang amat bernilai sehinggakan kadangkala orang sanggup berhabisan ribuan ringgit untuk mendapatkan ilmu. Walaupun konsep setiap ilmu itu berbeza dari pelbagai perspektif namun hakikatnya ilmu itu sentiasa ada di mana-mana selain mempunyai nilai yang sukar untuk dijual beli. Bukan sahaja dalam konteks Islam, agama lain seperti Buddha dan Hindu juga amat memberi penekanan terhadap konsep kepentingan ilmu kerana mereka percaya hanya dengan melalui ilmu sahaja martabat dan darjat seseorang itu akan dipandang mulia. Selain itu dengan ilmu jugalah yang akan membezakan seseorang itu berharta atau tidak. Konsep ilmu juga bukan hanya dapat ditafsir secara teori malah secara operasional.

Bab 9

LANGKAH 8 - KEGIATAN KOKURIKULUM

PENGENALAN

Setiap institusi pendidikan yang terdapat di negara ini mempunyai aktiviti kokurikulum sama ada di peringkat sekolah rendah, menengah mahupun universiti. Dalam konteks universiti, aktiviti kokurikulum adalah untuk melatih para mahasiswa agar menjadi individu yang cemerlang dan seimbang khususnya dalam pembentukan sahsiah diri. Penglibatan dalam aktiviti kokurikulum juga dapat melatih mahasiswa dengan kemahiran bersosial sekali gus menjadikan mahasiswa golongan yang lebih berketrampilan.

Menyedari kepentingan kokurikulum dalam membangunkan kemahiran insaniah (*soft skill*) mahasiswa, kokurikulum berkredit telah diperkenalkan di universiti pada tahun 2006. Semua institusi pengajian tinggi pada hari ini, mewajibkan mahasiswa untuk mengikuti kursus kokurikulum yang ditawarkan. Biasanya kursus ini perlu diambil oleh mahasiswa semasa berada pada semester pertama dan kedua. Bagi program peringkat sarjana muda, lazimnya mahasiswa wajib mengambil kokurikulum sebanyak dua kredit (Satu kredit semester satu dan satu lagi kredit semester dua). Ada juga universiti yang menawarkan sehingga enam kredit kursus kokurikulum kepada mahasiswanya. Kokurikulum tersebut ialah unit beruniform seperti PALAPES, SUKSIS dan *brass band*. Di samping itu, mahasiswa juga boleh mengikuti kokurikulum secara sukarela yang selalunya ditadbir oleh Pejabat Hal Ehwal Pelajar dan Pusat Pembangunan Pelajar.

Bab 10

LANGKAH 9 – PENGUKUHAN KEROHANIAN

PENGENALAN

Dalam usaha mendapatkan kecemerlangan, mahasiswa bukan sahaja perlu membuat perancangan dalam pelbagai aspek malah pengukuhan kerohanian juga perlu diberi perhatian. Pengukuhan kerohanian dan aspek-aspek spiritual sangat menyumbang kepada pembelajaran berkesan. Pengukuhan kerohanian juga berkait rapat dengan aspek psikologi dan mental manusia dalam konteks pergantungan manusia kepada Tuhan. Pengukuhan kerohanian akan mendekatkan diri kita kepada Pencipta selain mematangkan diri dengan segala ketentuan dalam kehidupan.

KAEDAH MENGUKUHKAN KEROHANIAN

Kenali Bakat Semula jadi

Pertama sekali ucapkan syukur kepada Pencipta kita kerana kita telah dipilih menjadi khalifah di bumi ini. Keduanya bersyukur kerana kita juga terpilih menjadi penghuni dalam gedung ilmu yang menjanjikan kelahiran insan-insan cemerlang dan yang ketiga bersyukur atas segala kelebihan serta kekurangan dalam diri kita. Sesungguhnya diri kita adalah kejadian yang amat sempurna berbanding kejadian lain.

Peringkat awal untuk mengukukan aspek kerohanian adalah kita perlu mengenali diri kita terlebih dahulu. Kenali kekuatan, kelemahan, kelebihan dan kekurangan yang ada. Kemudian baru kita cuba perbaiki segala kelemahan dan kekurangan yang ada. Kelebihan dan kekuatan diri perlu dipertingkatkan lagi agar mampu mencapai tahap maksimum.

Bab 11

LANGKAH 10 – HARGAI DIRI SENDIRI

PENGENALAN

Mahasiswa merupakan agen sosialisasi dalam masyarakat. Masyarakat hari ini juga sangat menghargai dan menghormati mahasiswa, oleh itu tidak hairanlah mahasiswa sering dijadikan *role model* dalam kalangan remaja dan kanak-kanak berkaitan sahsiah dan juga pencapaian akademik mereka. Bagi memastikan mahasiswa terus dihormati dan dihargai oleh masyarakat, mahasiswa seharusnya perlu menghormati dan menghargai diri mereka sendiri terlebih dahulu. Dengan cara ini mahasiswa akan lebih dihormati dan semakin disayangi oleh masyarakat.

CARA MENGHARGAI DIRI

Lumrah manusia mempunyai perasaan untuk menyayangi dan disayangi. Jika kita mempunyai barang mahupun haiwan kesayangan, pasti kita menjaganya dengan baik. Namun jarang kita melihat remaja khususnya mahasiswa menghargai diri mereka sendiri seolah-olah diri mereka rendah nilainya. Apa bukti yang menyatakan mahasiswa tidak tahu menghargai diri mereka sendiri? Jawapannya cukup mudah kerana hari ini masyarakat dengan mudah dapat melihat golongan mahasiswa banyak terlibat dalam masalah-masalah sosial seperti lumba haram, merempit, penyalahgunaan dadah dan perlakuan sumbang. Penglibatan mahasiswa dalam salah laku aktiviti sosial ini secara langsung akan mencalarakan imej mahasiswa sebagai golongan intelektual yang memiliki sahsiah terpuji.

BIBLIOGRAFI

- Abdul Ghani Awang (1996). *Kemahiran Belajar Di Institusi Pengajian Tinggi*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka.
- Abdul Jalil Said (1997). *Persepsi Pelajar-pelajar Tahun Lima STP Terhadap Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pencapaian Akademik Mereka Di Dalam Pembelajaran (Jentera, Elektrik, Awam) Satu Tinjauan*. Universiti Teknologi Malaysia: Laporan PSM. Tidak diterbitkan.
- Adams, T.C. dan Keim, M.C. (2000). Leadership Practice and Effectiveness Among Greek Student Leaders. *College and Student Journal*, Vol. 34 (2). hlm.247-249.
- Ahmad Amiruddin (1999). *Faktor Yang Mempengaruhi Pencapaian Akademik Di Kalangan Pelajar Dewasa Yang Meningkatkan Profesionalisme Di Universiti Teknologi Malaysia*. Universiti Teknologi Malaysia: Laporan PSM. Tidak diterbitkan.
- Ahmad Sharani dan Zainal Madon (2003). *Tip Pandai Belajar*. Kuala Lumpur : PTS Millennia Sdn. Bhd.
- Amini Amir Abdullah. (1990). *Konsep Akhlak Islamiah Menurut Imam Al-Ghazali*, Tesis Sarjana Muda Usuluddin yang tidak diterbitkan. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.
- Allison, M.R. (2001). The Peer Group As A Context For The Development of Young Adolescent Motivation and Achievement. *Journal of Educational Studies*, Vol. (72), hlm. 1135-1150.
- Amna, M.N., Rozumah, B., Abdullah Al-Hadi, M., Rumaya, J., Asnarulkhadi, A.S., Mansor, A.T., dan Jo Pei, T. (2003). *Sistem Sekolah dan Sosialisasi Pelajar*. Serdang, Selangor : Penerbit UPM.
- Bahr, S.J. (1989). *Family Interaction*. New York : Mc Millan Publishing Company.

- Badusah, J., Awang Hashim, R., Konting, M.M., Suandi, T., Salih, M. & Yusof, N (2009). *Pembangunan Pelajar: Memperkasakan Kokurikulum Institut Pengajian Tinggi*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Baharin Abu. (2000). *Teaching Effectiveness and Staff Professional Development Programmes in Malaysia*. Published Doctoral Thesis, The University of Birmingham, UK.
- Christenson, Sandra, Rounds, Theresa, Gorney dan Deborah. (1992). Family Factors and Student Achievement: An Avenue to Increase Students' Success. *Journal of School Psychology Quarterly*. Vol 7(3). hlm.178-206.
- Demie, F., Butler, R., & Taplin, A. (2002). Educational Achievement and The Disadvantages Factor : Empirical Evidence. *Journal of Educational Studies*, Vol. 28 (2). hlm. 101.
- Edwards, P. (1991). *Seven Keys To Successful Study*. K. Lumpur: S. Abdul Majeed & Co.
- Fan, X. (2001). Parental Involvement And Student Academic Achievement. *Journal of Educational Studies*, Vol. 70 (1). hlm. 27-35.
- Ford, M. E. (1992). *Motivating Human : Goals, Emotion and Personal Agency Belief*. Newbury Park : Sage Publications.
- Hasan Mohd. Ali (1996). *Strategi Belajar Yang Berkesan*. K. Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Hilary C., Gregory C., David W. F. dan Defries, J. (1993). Influences of School Environment on the Academic Achievement Scores of Adopted and Nonadopted Children. *Journal of Intelligence*. Vol. 17. hlm. 79-104.
- Haleefa binti Mahmood. (2007). *Faktor-faktor Kelemahan yang Mempengaruhi Pencapaian Cemerlang Pelajar dalam Mata Pelajaran Reka cipta di Tiga Buah Sekolah Menengah Akademik di Daerah Johor Bahru*. Uiversiti Teknologi Malaysia. Laporan PSM. Tidak diterbitkan.

- Hobbiss, A. Dan Mahdavi, R. (2000). Eat Breakfast and Eat Well. *British Food Journal*. 97 : 44-45
- Kember, D. (2000). Misconception about The Learning Approaches, Motivation and Study Practice of Asian Student. *Higher Education*. Vol. 40 (1). Hlm. 99-121.
- Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia (2011). *Pelan Tindakan Pengajian Tinggi Negara, Fasa 2 (2011-2015)*. Putrajaya: Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia.
- Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia (2006). *Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah (Soft Skills) untuk Institut Pengajian Tinggi Malaysia*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Khairunesa Isa. (2004). *Faktor Ekologi Berkaitan Kecemerlangan Mahasiswa Al-Biruni UPM*. Universiti Putra Malaysia : Kertas Projek Tahun Akhir.
- Kod Etika Kaunselor Malaysia. (2011). *Kod Etika Kaunselor Malaysia*. Kuala Lumpur : Lembaga Kaunselor Malaysia.
- Latif Anwar. (1998). *Faktor-faktor Nilai, Kekeluargaan dan Diri serta Hubungannya dengan Pencapaian Akademik*. Universiti Putra Malaysia : Master Sains
- Malecki, Christine, Elliot dan Stephen. (2002). Children's Social Behaviors as Predictors of Academic Achievement: A Longitudinal Analysis. *Journal of School Psychology Quarterly*. Vol. 17 (1). hlm 1-23.
- Manzo, A., Manzo, U., dan Albee, J.J. (2002). iReap: Improving Reading, Writing and Thinking in the Wired Classroom. *Journal of Adolescent & Adult Literacy*. 46 (1), 42-47
- Maslow, A.H. (1943), A Theory of Human Motiration, *Psychological Review*, 50 (4), 370-96.
- Mayer, R. E. (1996). Role of Example in How Student Learn To Categorize Statistic Words Problems. *Journal of Educational Psychology*, Vol. (88). hlm. 246.

- Mohamed Fadzil (2001). *Kaedah Membaca Optimum*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Mohamad Shatar Sabran, Mansor Abu Talib, Rojanah Kahar dan Abdullah Al-Hadi Muhamed. (2001). *Ke Arah Mahasiswa Cemerlang Strategi dan Tips*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Mohamad Shatar Sabran, Nobaya Ahmad, Mohd Shahrani Ahmad, Maznah Baba, Abdullah Al-Hadi Mohamed. (2002). *Pelajar Berstrategi Pelajar Cemerlang*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Mohd Yusof Othman (2000). *Kaedah Pembelajaran Berkesan*. Selangor: Aras Mega (M) Sdn. Bhd.
- Mok Soon Sang. (1995). *Asas Pendidikan 3 : Penilaian Dalam Proses Pendidikan*. Kuala Lumpur : Kumpulan Budiman Sdn. Bhd.
- Pintrich, P.R. (2000). *The Role of Goal Orientation in Self-regulated Learning. Handbook of Self-regulation*. New York : Academic Publishing Company.
- Politt, E., Cueto, S and Jacoby, E. R. (1998). Fasting in Cognition in Well-and Undernourished School Children : A Review of Three Experimental Studies. *American Journal of Clinical Nutrition*. 67:779-784
- Rozumah, B., Rumaya, J., Amna, M.N., Asnarulkhadi, A.S., Rojanah, B., Jo Pei, T., dan Suzana, M.H.(2003). *Tingkah laku Prosocial dan Kecemerlangan Pelajar Sekolah Menengah : Implikasi untuk Polisi*. Kertas Kerja Fakulti Ekologi Manusia. UPM
- Salihan Siais (1991), *Teknik Belajar Berkesan*. Kuala Lumpur:Sri Maju Sdn. Bhd.
- Seri Nian binti Akmad. (2007). *Hubungan Pelajar yang Menjawat Jawatan Tertinggi Dengan Pencapaian Akademik*. Batu Pahat. Universiti Tun Hussein Onn Malaysia. Ijazah sarjana Pendidikan.

- Shaw, M.E. (1998). Adolescent Breakfast Skipping: An Australian Study. *Journal of Adolescent*. 33 (132):851-861
- Shymansky, J.A. (2000). Empowering Families in Hands-on Science Programs. *Article of School Science & Mathematics, Vol. 100 (1)*. hlm. 48.
- Siti Hawa Munji. (1987). *Kajian Penggunaan Teknik Belajar oleh Pelajar-pelajar Universiti Pertanian Malaysia Cawangan Sarawak*. Sarawak : Universiti Pertanian Malaysia
- Syaikh Muhammad bin Shalih Al-Utsaimin Rahimahullah. (2013). *Kitab Al-Ilmi Panduan Menuntut Ilmu Agama Syaikh Utsaimin*. Indonesia : Gema Ilmu.
- Toh Hon Leong. (2000). *Rahsia Pelajar Cemerlang*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors. Sdn. Bhd.
- Wentzel, K. R. dan Mc Namara, C.C. (1999). Interpersonal Relationship, Emotional Distres & Prosocial Behavior in Middle School, *Journal of Early Adolescence, Vol, 19 (1)*. hlm. 14.
- Woolfolk. (1998). *7th ed. Educational Psychology*. London: Allyn and Bacon.