

Original Research Article

**Sumbangan Relatif antara Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan Terhadap Tahap Kemurungan dalam Kalangan Pelajar Ipt**  
(*Relative Contributions of Spiritual Intelligence and Religious Coping Strategies to the Level of Depression among Higher Education Students*)

Mahirah Farhanah Morahasazuri, Hilwa Abdullah @ Mohd Nor\* and Nor Ba'yah Abdul Kadir

Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, 43600 Bangi, Selangor Malaysia

\*Pengarang Koresponden: [hilwa@ukm.edu.my](mailto:hilwa@ukm.edu.my)

Diserah: 25 Mac 2026 / Diterima: 13 Mei 2026

**Abstrak.** Isu kemurungan yang berlaku dalam kalangan pelajar Institut Pengajian Tinggi (IPT) berada ditahap membimbangkan akibat daripada tekanan akademik, perubahan persekitaran sosial, dan tuntutan penyesuaian gaya kehidupan di Universiti. Kajian ini dilaksanakan untuk meneliti hubungan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi dalam kalangan pelajar IPT. Kajian ini juga dijalankan bagi mengenal pasti sumbangan kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan sebagai peramal terhadap tahap kemurungan serta menilai perbezaan berdasarkan jantina. Kajian ini berbentuk kuantitatif yang menggunakan kaedah tinjauan melibatkan 382 orang pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang dipilih secara rawak. Instrumen yang digunakan ialah, PHQ-9, SISRI-24, dan Brief RCOPE-14. Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap kemurungan ( $M = 8.19$ ,  $SP = 5.11$ ), kecerdasan kerohanian ( $M = 50.22$ ,  $SP = 19.80$ ), dan strategi daya tindak keagamaan ( $M = 31.32$ ,  $SP = 10.50$ ) berada pada tahap sederhana. Analisis ujian-t sampel bebas pula menunjukkan tiada perbezaan yang signifikan terhadap jantina bagi kesemua pemboleh ubah kajian ( $p > .05$ ). Keputusan analisis Korelasi Pearson menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kemurungan dan kecerdasan kerohanian ( $r = -0.151$ ,  $p < .01$ ), manakala kemurungan mempunyai hubungan positif yang signifikan dengan strategi daya tindak keagamaan ( $r = 0.181$ ,  $p < .01$ ). Selain itu, hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahawa strategi daya tindak keagamaan merupakan peramal signifikan terhadap tahap kemurungan ( $F = 19.449$ ,  $p < .001$ ), dengan strategi daya tindak keagamaan negatif muncul sebagai peramal paling dominan ( $\beta = 0.340$ ,  $p < .001$ ). Dapatan ini menunjukkan bahawa elemen psikospiritual mempunyai peranan yang penting dalam memastikan kesejahteraan mental pelajar universiti dan wajar dipertimbangkan dalam pembangunan intervensi sokongan klinikal bagi membantu mengurangkan simptom kemurungan dan risiko pemikiran bunuh diri dalam kalangan pelajar universiti.

**Kata kunci** Kemurungan, Kecerdasan Kerohanian, Strategi Daya Tindak Keagamaan, pelajar IPT, Psikospiritual

**Abstract.** The issue of depression among Higher Education Institution (HEI) students has become increasingly concerning due to academic pressure, changes in the social environment, and challenges in adapting to university life. This study was conducted to examine the relationship between depression, spiritual intelligence, and religious coping strategies among HEI students. The study also aimed to identify the contribution of spiritual intelligence and religious coping strategies as predictors of depression levels, as well as to examine gender differences across the variables. This quantitative study employed a survey method involving 382 randomly selected students from Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). The instruments used were the PHQ-9, SISRI-24, and Brief RCOPE-14. The findings showed that the levels of depression ( $M = 8.19$ ,  $SD = 5.11$ ), spiritual intelligence ( $M = 50.22$ ,  $SD = 19.80$ ), and religious coping strategies ( $M = 31.32$ ,  $SD = 10.50$ ) were at moderate levels. Independent samples t-test analysis indicated no significant gender differences across all study variables ( $p > .05$ ). Pearson Correlation analysis revealed a significant negative relationship between depression and spiritual intelligence ( $r = -0.151$ ,  $p < .01$ ), while depression showed a

*significant positive relationship with religious coping strategies ( $r = 0.181, p < .01$ ). In addition, multiple regression analysis demonstrated that religious coping strategies significantly predicted depression levels ( $F = 19.449, p < .001$ ), with negative religious coping emerging as the strongest predictor ( $\beta = 0.340, p < .001$ ). The findings suggest that psychospiritual elements play an important role in maintaining university students' mental well-being and should be considered in the development of clinical support interventions to help reduce depressive symptoms and suicidal ideation among university students.*

**Keywords** *Depression, Spiritual Intelligence, Religious Coping Strategies, Higher Education Institution Students, Psychospiritual*

## Pengenalalan

Kemurungan dalam kalangan pelajar Institut Pengajian Tinggi (IPT) merupakan antara isu kesihatan mental yang semakin ketara berlaku, selari dengan peningkatan tuntutan akademik, perubahan persekitaran sosial serta cabaran dalam kehidupan moden yang semakin kompleks (Aggarwal et al., 2023; Akhtari-Zavare et al., 2023). Namun demikian, pelajar IPT kini bukan sahaja berhadapan dengan bebanan tugas akademik, tempoh pengajian dan juga peperiksaan yang panjang juga mempengaruhi corak kehidupan di universiti untuk mereka menyesuaikan diri terhadap perubahan sistem pembelajaran tersebut. Selain itu, masalah kekurangan fasiliti terhad serta tuntutan prestasi akademik yang tinggi secara tidak langsung meningkatkan tekanan psikologi dan emosi dalam kalangan mereka seterusnya membuka ruang terhadap risiko kemurungan (Sohana, 2019; Yikeola, 2018).

Selain itu, dalam konteks psikososial merujuk kepada kualiti hubungan dengan pensyarah, pengaruh rakan sebaya, faktor kewangan serta iklim fakulti juga turut dikenal pasti sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan emosi dan tahap penyesuaian diri pelajar di universiti (Sahide et al., 2022; Salehan & Rohana, 2020). Oleh demikian, kombinasi antara tekanan akademik dan juga cabaran penyesuaian diri ini berupaya untuk meningkatkan risiko simptom kemurungan seterusnya menjejaskan kefungsihan aktiviti harian, kualiti hidup serta pencapaian akademik dalam kalangan pelajar IPT akibat daripada tekanan yang dialami (Rohmah et al., 2021; Francis et al., 2019). Melalui dapatan tinjauan Kebangsaan menunjukkan bahawa isu kesihatan mental dalam kalangan muda telah meningkat kepada tahap yang membimbangkan terutama dalam lingkungan umur 16 sehingga 29 tahun yang merangkumi kepada majoriti pelajar diperingkat IPT (Menteri Kesihatan Malaysia, 2023; Iskandar, 2024). Tambahan pula, Laporan Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) turut melaporkan peningkatan yang signifikan terhadap simptom kemurungan serta kecenderungan pemikiran bunuh diri dalam kumpulan umur ini, sekalil gus menjadikan pelajar IPT sebagai sebuah populasi yang berisiko tinggi terhadap gangguan kesejahteraan psikologi (Sundaresan et al., 2024).

Secara umumnya, apabila seseorang itu menghadapi kemurungan yang berpanjangan ianya memberikan implikasi multidimensi termasuk gangguan emosi yang kronik, penurunan motivasi, hilang selera makan dan gangguan kualiti tidur, hilang keyakinan diri, dan hilang minat untuk melakukan sesuatu aktiviti atau perkara seterusnya meningkatkan kemerosotan terhadap kualiti hidup secara keseluruhan (Ashidah & Fariza, 2020; Ashraful, 2018). Oleh demikian, dengan keadaan yang serius ini dimana simptom kemurungan tidak dapat ditangani secara baik ianya boleh menyebabkan kepada risiko gangguan terhadap kesihatan fizikal, gangguan kefungsihan sosial serta kecenderungan tinggi terhadap pemikiran untuk mencederakan diri atau bunuh diri (Abdul Rashid & Hamizah, 2021; Hilwa et al., 2019; Nor Bayah et al., 2018; Sarokhani et al., 2013; Melo-Carrillo et al., 2012). Sebagai langkah untuk menangani isu kemurungan ini, dapatan kajian terkini menekankan keperluan dalam mengenal pasti faktor perlindungan yang berpotensi untuk mengurangkan simptom kemurungan, khususnya dalam persekitaran IPT yang mempunyai pelbagai faktor menekan seperti tekanan akademik, dan cabaran psikososial (Graca & Brandao, 2024; Che Rahimi et al., 2021). Berdasarkan dalam kerangka psikospiritual, terdapat dua pembolehubah yang menjadi perhatian sebagai sumber kekuatan dalaman, iaitu kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan (Hidayawati et al., 2021; Abu-Raiya et al., 2018).

Kecerdasan kerohanian secara umumnya merujuk kepada keupayaan individu untuk membina makna dan tujuan hidup demi mencapai kestabilan dalaman yang tinggi apabila berhadapan dengan cabaran yang dilalui seharian, serta menilai punca tekanan dengan lebih adaptif bagi mengekalkan kesejahteraan emosi dan mental untuk kualiti hidup yang lebih baik (Hidayawati et al., 2021; King et al., 2009). Manakala, bagi strategi daya tindak keagamaan pula merujuk kepada cara individu dalam mengamalkan bentuk kepercayaan serta aktiviti keagamaan untuk mengurus dan mengawal tekanan, sama ada dalam bentuk positif seperti berdoa dan bertawakal, atau dalam bentuk negatif seperti konflik dalaman yang melibatkan aspek kerohanian serta penilaian sendiri yang melemahkan (Mahmood & Ibrahim, 2017; Pargament, 1997). Oleh demikian, kajian empirikal ini menunjukkan bahawa pengamalan strategi daya tindak keagamaan yang bersifat positif dikaitkan dengan tahap kemurungan jauh lebih rendah serta ketahanan emosi yang tinggi dalam kalangan pelajar IPT (Fayez & Dana, 2021; Abdul Rashid, 2020). Justeru itu, terdapat beberapa kajian meneliti hubungan kemurungan dengan psikospiritual namun dapatan terdahulu masih menunjukkan variasi mengikut konteks sampel, dengan latar budaya serta pendekatan pengukuran yang digunakan Che Rahimi et al., 2021; Sundaresan et al., 2020). Kajian - kajian tempatan yang mengintegrasikan hubungan antara ketiga – tiga aspek antara kemurungan, kecerdasan dan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar IPT, termasuk meneliti perbezaan berdasarkan aspek demografi, jantina serta status pemikiran bunuh diri yang masih terhad dan memerlukan pementapan bukti empirikal secara menyeluruh (Abdul Rashid et al., 2020; Mahmood & Ibrahim, 2017).

Tujuan kajian ini dijalankan secara empirikal adalah untuk meneliti peranan faktor psikospiritual, khususnya kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan yang mempengaruhi tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT. Selain itu, kajian ini juga menilai perbezaan tahap kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan berdasarkan jantina serta menguji hubungan diantara ketiga – tiga pembolehubah tersebut. Bagi menjadikan kajian ini bernilai dan berbeza dengan kajian lain, kajian ini juga meneliti keupayaan kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan sebagai peramal terhadap tahap kemurungan, termasuk sumbangan relatif kecerdasan kerohanian terhadap kemurungan selepas dikawal oleh strategi daya tindak keagamaan. Dari sudut klinikal kajian ini juga turut menilai perbezaan psikospiritual antara pelajar IPT yang mempunyai dan tidak mempunyai pemikiran bunuh diri. Dapatan kajian ini diharapkan agar dapat menyumbang dengan lebih menyeluruh terhadap pengayaan empirikal yang lebih baik untuk pembangunan intervensi dari segi pencegahan dan sokongan psikososial yang lebih holistik di peringkat universiti tanpa batasan dan kekangan dihadapi.

### *Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar IPT*

Kemurungan merupakan satu bentuk gangguan kesihatan mental yang melibatkan perubahan kepada perubahan emosi, kognitif serta kefungsi harian individu. Berdasarkan sudut teoritikal, Teori Kognitif Kemurungan Beck menjelaskan bahawa individu mengalami kemurungan akan berkembang melalui pola pemikiran negatif/ tidak adaptif yang membentuk kepada interpretasi negatif terhadap diri sendiri, masa depan dan dunia yang dikenali sebagai triad kognitif negatif (Beck, 1976, 1967). Corak pola pemikiran negatif ini akan mendorong individu untuk mentafsir pengalaman hidup sebagai satu proses kegagalan yang berterusan, sekali gus meningkatkan perasaan putus asa, tidak berdaya dan penurunan motivasi. Tambahan lagi, model Beck turut menghuraikan tentang peranan skema dan kesilapan pemprosesan maklumat yang menyebabkan individu menapis pengalaman secara selektif serta membuat kesimpulan secara melulu, yang seterusnya meningkatkan kecenderungan simptom kemurungan (Beck, 1987, 1974; Clarizio, 1985).

Dari sudut klinikal, kemurungan boleh menjejaskan minat, tenaga, kefungsi harian individu, motivasi, serta disertai perubahan selera makan dan pola tidur yang mengganggu rutin akademik pelajar (WHO, 2017; Kementerian Kesihatan Malaysia, 2012). Kajian lepas juga mengklasifikasikan bahawa simptom kemurungan terbahagi kepada tiga komponen, iaitu afektif, tingkah laku dan fisiologi, kognitif menunjukkan bahawa kemurungan kepada bersifat multidimensi dan juga memerlukan pemahaman yang menyeluruh (Azizi Yahaya & Tan Soo Yin, 2007; Beck & Alford, 1967). Dalam konteks pelajar IPT, simptom kemurungan ini berisiko menjejaskan tumpuan, prestasi akademik, pengurusan masa, serta keterlibatan sosial apabila berhadapan dengan tekanan akademik dan penyesuaian diri yang berpanjangan.

Dalam konteks pelajar IPT, simptom kemurungan bukan sahaja memberi kesan keatas kesejahteraan mental dan emosi, malah turut mempengaruhi keterlibatan sosial pelajar dengan menyesuaikan diri mereka kepada tuntutan akademik, menjalinkan hubungan sosial yang sihat dan mengekalkan tahap motivasi pembelajaran. Isu kemurungan dalam kalangan pelajar IPT wajar diberikan perhatian secara menyeluruh kerana ianya melibatkan implikasi kepada kesejahteraan psikologi serta kefungsi harian pelajar secara berpanjangan. Oleh itu, keperluan untuk memahami faktor perlindungan dalaman berpotensi untuk membantu pelajar IPT mengurus tekanan dan mengurangkan simptom kemurungan yang perlu diberi perhatian, khususnya dari perspektif psikospiritual.

#### *Faktor Psikospiritual Sebagai Mekanisme Perlindungan*

Dalam usaha memahami mekanisme perlindungan dalaman terhadap simptom kemurungan, kecerdasan kerohanian sering kali dikaitkan dengan keupayaan individu dalam membina makna dan tujuan hidup serta mengawal emosi apabila berhadapan dengan pelbagai cabaran. Ingersoll (1994) menjelaskan kerohanian kepada beberapa dimensi seperti konsep ketuhanan, makna, pengalaman dan penyatuan, hubungan dan misteri, yang secara bersama dalam membentuk orientasi hidup lebih bersepadu. Aspek pembinaan yang teras dapat mempengaruhi cara individu dalam mentafsir pengalaman sukar secara lebih berstruktur dengan melihat cabaran yang dialami sebagai proses pertumbuhan serta pembelajaran dalam kehidupan (Frankl, 2006; Cousineau, 1990). Oleh demikian, kerangka konseptual kerohanian menekankan hubungan dengan Tuhan, sesama manusia dan persekitaran dikatakan sebagai sumber kekuatan dalaman untuk membantu melindungi kesejahteraan emosi dengan lebih baik (Vaughan, 2002; Burns, 1989). Secara khususnya, tahap kerohanian yang tinggi dapat membantu pelajar IPT untuk menilai tekanan secara lebih adaptif, mengukuhkan harapan serta mengurangkan dominasi terhadap pemikiran negatif apabila berhadapan dengan tekanan akademik dan psikososial.

Strategi daya tindak keagamaan juga turut dikenal pasti sebagai mekanisme penting untuk menguruskan tekanan serta cabaran kehidupan. Agama didefinisikan sebagai sumber makna, tujuan dan sokongan psikologi apabila individu berhadapan dengan situasi tekanan (Pargament, Magyar, & Murray, 2005; Adams et al. 2000). Berdasarkan kerangka Teori Pargament, strategi daya tindak keagamaan dijelaskan sebagai cara individu menggunakan kepercayaan dan amalan keagamaan dalam mengurus tuntutan hidup apabila berhadapan dengan tekanan (Pargament et al., 2000; Pargament, 1997). Lazimnya strategi ini dibahagikan kepada dua bentuk iaitu, daya tindak keagamaan positif seperti mencari sokongan rohani, menilai cabaran sebagai ujian serta memperkukuhkan hubungan dengan Tuhan dan komuniti agama, manakala daya tindak keagamaan negatif pula bertindak sebagai konflik rohani yang melibatkan persepsi rasa dihukum atau ditinggalkan oleh Tuhan (Pargament et al., 2000; Pargament, 1997). Oleh demikian, literatur menunjukkan bahawa kedua – dua bentuk strategi ini menghasilkan implikasi psikologi yang berbeza, di mana daya tindak keagamaan positif sering dikaitkan dengan penyesuaian yang lebih baik serta pengurangan kesan tekanan, manakala daya tindak keagamaan negatif yang lebih konsisten dikaitkan pula kepada peningkatan tekanan psikologi dan juga simptom kemurungan (Gardner et al., 2014; Lee et al., 2014).

Dalam kerangka psikospiritual, kedua-dua faktor ini berpotensi untuk mempengaruhi cara pelajar menilai tekanan secara lebih adaptif melalui pembinaan makna hidup, penghayatan nilai kerohanian dan pengamalan keagamaan yang positif apabila berhadapan dengan tekanan dan cabaran kehidupan.

#### *Jantina dan Kemurungan*

Bagi meneliti variasi terhadap tahap kemurungan dalam kalangan pelajar Institut Pengajian Tinggi (IPT), faktor jantina juga turut diberi perhatian dalam kajian sedia ada. Dari sudut perkembangan psikologi, perbezaan pengalaman emosi dan proses penyesuaian diri antara pelajar lelaki dan perempuan dilihat berpotensi untuk mempengaruhi kesejahteraan individu, khususnya bermula dalam fasa remaja sehingga awal dewasa. Kajian terdahulu menunjukkan pelajar perempuan didapati lebih mudah terdedah kepada tekanan emosi, kebimbangan dan pengalaman hidup negatif yang berpotensi menjejaskan kesejahteraan psikologi mereka (Zhang et al., 2015; Hankins & Abramson, 2001). Selain itu, perubahan perkembangan selepas akil

baligh turut dikaitkan dengan peningkatan sensitiviti emosi dan kecenderungan simptom kemurungan yang lebih tinggi dalam kalangan perempuan berbanding lelaki (Bachanas & Kaslow, 2001; Steinberg, 1999).

Selari dengan itu, beberapa kajian empirikal turut melaporkan bahawa pelajar perempuan menunjukkan tahap kemurungan yang lebih tinggi berbanding pelajar lelaki, yang sering dikaitkan dengan faktor biologi, hormon, serta persekitaran sosial dan jangkaan peranan terhadap diri mereka (Xin Qiao et al., 2022; Zhou et al., 2021; Bachanas & Kaslow, 2001). Faktor seperti tekanan akademik, kekurangan sokongan emosi, tuntutan sosial serta kesukaran menyesuaikan diri dengan persekitaran pembelajaran sering dikaitkan dengan peningkatan risiko tersebut (Lilith Pukas et al., 2022; Mohamad et al., 2009). Namun, ada juga beberapa kajian lain menemukan dapatan yang sebaliknya dengan tidak menemukan perbezaan jantina secara signifikan, yang mana menunjukkan bahawa peranan jantina terhadap tahap kemurungan adalah kompleks dan mungkin dipengaruhi juga oleh faktor pengantara lain seperti variasi konteks budaya, norma sosial, dan corak untuk mendapatkan bantuan (Cheng et al., 2021; Xu et al., 2021; Song et al., 2020). Oleh itu, faktor jantina wajar dikekalkan sebagai pemboleh ubah demografi dalam kajian ini untuk menguji pola perbezaan yang mungkin wujud, tanpa mengabaikan peranan faktor psikososial dan psikospiritual yang lebih meluas.

Secara keseluruhannya, dapatan kajian terdahulu menunjukkan corak hubungan yang tidak konsisten antara jantina dan tahap kemurungan, faktor ini masih relevan untuk diteliti kerana perbezaan pengalaman psikososial, perkembangan emosi serta proses penyesuaian diri berpotensi mempengaruhi kesejahteraan psikologi pelajar IPT secara berbeza. Sehubungan dengan itu, pengujian terhadap variasi berdasarkan jantina dapat membantu memperkukuhkan pemahaman empirikal mengenai variasi simptom kemurungan dalam konteks pendidikan tinggi.

#### *Hubungan Kemurungan, Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan*

Dalam kajian ini, Teori Kognitif Kemurungan Beck (1967) digunakan untuk menjelaskan bagaimana pola pemikiran negatif dan penilaian kognitif yang tidak adaptif meningkatkan kecenderungan simptom kemurungan apabila pelajar berhadapan dengan cabaran akademik dan penyesuaian diri. Berdasarkan teori ini, individu yang mempunyai kecenderungan untuk mentafsir pengalaman hidup secara negatif lebih mudah mengalami perasaan putus asa, tidak berdaya serta penurunan motivasi apabila berhadapan dengan tuntutan kehidupan dan cabaran persekitaran universiti. Selain itu, Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan (2000) menjelaskan bahawa individu menggunakan kepercayaan dan penghayatan agama sebagai mekanisme untuk mengurus tekanan sama ada secara adaptif atau maladaptif. Dalam masa yang sama, Teori kecerdasan kerohanian (1994) pula menjelaskan keupayaan individu membina makna hidup, kesedaran sendiri dan kestabilan emosi ketika menghadapi cabaran kehidupan. Tahap kerohanian yang tinggi membantu individu menilai tekanan secara lebih adaptif, mengukuhkan harapan dan mengurangkan dominasi pemikiran negatif apabila berhadapan dengan cabaran penyesuaian diri.

Seterusnya, kajian lepas menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara kemurungan dan kecerdasan kerohanian, khususnya dalam konteks pembinaan makna hidup, harapan serta keseimbangan emosi. Sebahagian kajian melaporkan bahawa tahap kecerdasan kerohanian yang rendah dikaitkan dengan kecenderungan tahap kemurungan yang lebih tinggi, terutamanya apabila individu mengalami kesukaran untuk menstruktur semula makna hidup ketika berhadapan dengan tekanan (Chi et al., 2021; Justin & Mariapola, 2020; Safavi et al., 2015). Dapatan lain turut mencadangkan bahawa pembangunan aspek kerohanian berupaya menyumbang kepada penurunan simptom kemurungan, tekanan dan kebimbangan melalui pengukuhan diri, keyakinan serta kestabilan psikologi individu (Ganjavi, 2016; Koenig, 2007). Walau bagaimanapun, beberapa kajian menunjukkan bahawa hubungan antara kecerdasan kerohanian dan kemurungan adalah lemah atau tidak konsisten bergantung kepada konteks budaya, jenis instrumen serta latar sampel yang digunakan (Gillian et al., 2022; Nima & Raman, 2013). Keadaan ini menunjukkan bahawa hubungan antara faktor psikospiritual dan kemurungan masih belum dapat dijelaskan secara konsisten dan memerlukan pengujian empirikal yang lebih menyeluruh khususnya dalam konteks tempatan pelajar IPT di Malaysia.

Tambahan lagi, corak hubungan yang lebih jelas dapat diperhatikan dalam kajian berkaitan strategi daya tindak keagamaan apabila dimensi positif dan negatif dibezakan. Secara umumnya, daya tindak

keagamaan positif dikaitkan dengan tahap penyesuaian psikologi yang lebih baik serta tahap kemurungan yang lebih rendah, manakala daya tindak keagamaan negatif lebih konsisten dikaitkan dengan peningkatan tekanan psikologi dan simptom kemurungan (Thomas et al., 2011; Bjorck & Thurman, 2007; Ano & Vasconcelles, 2005). Dalam kalangan pelajar IPT, pengamalan daya tindak keagamaan positif berpotensi berfungsi sebagai sumber sokongan emosi dan regulasi tekanan khususnya apabila pelajar berhadapan dengan cabaran universiti (Rohmah et al., 2021; Areba et al., 2018). Namun demikian, beberapa kajian terdahulu turut menunjukkan bahawa keberkesanan strategi daya tindak keagamaan terhadap kesejahteraan psikologi tidak semestinya bersifat konsisten kerana turut dipengaruhi oleh tahap penghayatan agama, bentuk sokongan sosial serta jenis tekanan yang dihadapi individu (Barnes & Brown, 2010; Hebert et al., 2009; Sherman et al., 2009). Oleh itu, dimensi positif dan negatif strategi daya tindak keagamaan perlu dianalisis secara berasingan bagi memahami pengaruhnya terhadap simptom kemurungan dengan lebih tepat.

Kajian terdahulu menunjukkan bahawa faktor psikospiritual berpotensi bertindak sebagai faktor perlindungan dalaman terhadap kemurungan, namun dapatan yang tidak konsisten merentas konteks kajian menunjukkan bahawa hubungan antara pemboleh ubah tersebut masih memerlukan penjelasan empirikal yang lebih menyeluruh. Tambahan lagi, sebahagian besar kajian terdahulu lebih menumpukan kepada pengujian pemboleh ubah secara berasingan berbanding mengintegrasikan kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan secara serentak dalam satu model kajian.

Hubungan antara ketiga-tiga pemboleh ubah ini diujikan melalui gabungan teori psikospiritual yang menekankan peranan faktor dalaman terhadap tekanan dan kesejahteraan psikologi pelajar IPT. Dalam kajian kemurungan bertindak sebagai pemboleh ubah bersandar, manakala kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan pula bertindak sebagai pemboleh ubah bebas yang dijangka mempengaruhi tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT, di samping meneliti perbezaan berdasarkan jantina. Gabungan Teori Kognitif Kemurungan Beck, Teori Kecerdasan Kerohanian serta Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan digunakan bagi menghuraikan bagaimana faktor psikospiritual berperanan sebagai sumber kekuatan dalaman terhadap tekanan dan kesejahteraan psikologi. Berdasarkan kerangka konseptual kajian ini, kecerdasan kerohanian dijangka untuk membantu pelajar membina makna hidup dan meningkatkan kestabilan emosi, manakala strategi daya tindak keagamaan positif pula berpotensi mengurangkan tekanan psikologi serta kecenderungan kemurungan. Sebaliknya strategi daya tindak keagamaan negatif pula dijangka meningkatkan kecenderungan terhadap tekanan emosi dan simptom kemurungan apabila pelajar mentafsir tekanan secara maladaptif. Tuntasnya, gabungan ketiga-tiga konsep ini digunakan bagi menjelaskan bagaimana faktor psikospiritual berperanan sebagai mekanisme perlindungan dalaman yang mempengaruhi tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT.

Secara keseluruhan, kajian-kajian lepas menunjukkan bahawa tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT dipengaruhi oleh gabungan tekanan akademik dan psikososial, manakala faktor psikospiritual seperti kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan berperanan bertindak sebagai sumber kekuatan dalaman yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi pelajar. Namun demikian, sintesis kajian terdahulu masih menunjukkan bahawa terdapat ketidakselarasan dari segi kekuatan hubungan antara faktor psikospiritual dan kemurungan berdasarkan perbezaan konteks budaya, pendekatan pengukuran serta latar sampel yang digunakan. Kebanyakan kajian terdahulu lebih menumpukan hubungan pemboleh ubah secara berasingan berbanding menggabungkan kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan secara serentak dalam satu model kajian konseptual, khususnya dalam konteks tempatan pelajar IPT di Malaysia.

## Metodologi

Kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berbentuk tinjauan keratan rentas melalui soal selidik atas talian bagi meneliti hubungan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak kerohanian dalam kalangan pelajar IPT (Chua, 2014; Neuman, 2006). Kajian ini dijalankan dalam kalangan pelajar aktif di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) daripada pelbagai fakulti dan program pengajian. Pemilihan sampel menggunakan teknik persampelan mudah (*convenience sampling*) berdasarkan kesediaan responden

untuk menyertai kajian secara sukarela. Berdasarkan jadual penentu Saiz Sampel oleh Krejcie dan Morgan (1970), seramai 382 orang responden terlibat dalam kajian ini pada aras keyakinan 95%.

Instrumen kajian yang digunakan ialah Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) bagi mengukur kemurungan, Spiritual Intelligence Self-Report Inventory-24 (SISRI-24) bagi mengukur kecerdasan kerohanian serta Brief RCOPE-14 bagi mengukur strategi daya tindak keagamaan. Kesemua instrumen ini menggunakan versi dwibahasa Bahasa Melayu dan Bahasa Inggeris berdasarkan proses terjemahan (*back translation*) daripada kajian terdahulu dengan nilai kebolehpercayaan antara .84 hingga .87.

Proses pengumpulan data ini dijalankan sepenuhnya secara atas talian dengan menggunakan platform *Google Form* selepas memperoleh kelulusan etika daripada Jabatan Etika Penyelidikan dan Pemantauan (JEPeM) serta kebenaran daripada pihak berkaitan. Pautan soal selidik kemudiannya diedarkan melalui wakil fakulti kepada pelajar universiti. Responden turut diberikan penerangan berkenaan dengan tujuan kajian, jaminan kerahsiaan maklumat, hak penarikan diri secara sukarela dan persetujuan termaklum. Pengisian soal selidik mengambil masa sekitar 10 hingga 15 minit serta proses pengumpulan data dijalankan selama beberapa minggu sehingga jumlah sampel yang diperlukan diperoleh.

Data kajian dianalisis menggunakan perisian IBM SPSS versi 30. Analisis deskriptif seperti peratusan, kekerapan, min serta sisihan piawai digunakan dengan menghuraikan profil responden dan tahap pembolehubah kajian. Manakala analisis inferensi pula melibatkan kaedah Ujian-t Sampel bebas, Korelasi Pearson, Regresi Hierarki, Regresi Berganda dan Ujian Mann-Whitney U untuk menguji hubungan, perbezaan serta sumbangan pembolehubah kajian berdasarkan hipotesis kajian.

## Hasil Kajian

Kajian ini melibatkan 382 orang pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang terdiri daripada pelbagai latar belakang demografi termasuk jantina, umur, agama, bangsa, tahap pendidikan, program pengajian dan fakulti. Majoriti responden berada dalam lingkungan umur antara 18 tahun hingga 22 tahun, iaitu sebanyak (43.5%) diikuti kumpulan umur 23 hingga 27 tahun, sebanyak (41.6%), manakala selebihnya berumur antara 28 hingga 33 tahun sebanyak (6.0%).

Dari aspek jantina pula, responden perempuan mencatatkan nilai penyertaan tertinggi sebanyak 60.5% berbanding dengan responden lelaki pula sebanyak 39.5%. Bagi segi bangsa pula, majoriti responden yang menyertai kajian terdiri daripada pelajar Melayu sebanyak (70.4%), diikuti Cina (13.6%), India (8.9%) dan lain-lain bangsa (7.1%). Dari segi tahap pendidikan, menunjukkan majoriti responden pelajar dari peringkat Ijazah Sarjana Muda mencatatkan nilai tertinggi iaitu (41.6%), diikuti peringkat Sarjana (23.8%), Diploma (21.7%), serta PhD (7.6%) dan peringkat Asasi (5.2%).

Selain itu, kajian ini melibatkan pelajar daripada pelbagai bidang pengajian, dimana penyertaan tertinggi direkodkan daripada kursus Pengurusan Maritim dan Laut sebanyak (12.8%), diikuti Psikologi dan Kaunseling sebanyak (11.3%) serta kursus Teknologi Maklumat dan Sistem Maklumat sebanyak (8.9%). Dari sudut fakulti, majoriti responden kajian terdiri daripada Fakulti Sains Sosial dan Pembangunan Manusia sebanyak (31.2%), diikuti Fakulti Pengurusan, Perniagaan dan Pemasaran (13.6%), Kejuruteraan dan Teknologi (8.6%) serta Teknologi Maklumat dan Sains Komputer (8.4%). Oleh demikian, dapatan ini menunjukkan taburan responden kajian ini mencerminkan kepelbagaian latar belakang akademik dan bidang pengajian dalam kalangan pelajar UKM.

### *Tahap Kemurungan, Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan*

Analisis deskriptif telah dijalankan bagi mengenal pasti tahap kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar IPT. Dapatan menunjukkan bahawa pelajar IPT berada pada tahap kemurungan ringan hingga sederhana mencatatkan nilai min sebanyak 8.19 (S.P=5.11), manakala kecerdasan kerohanian pula berada pada tahap sederhana dengan nilai min 50.22 (S.P=19.80), diikuti dengan strategi daya tindak keagamaan mempunyai nilai min keseluruhan sebanyak 31.32 (S.P=10.50). Perincian analisis deskriptif bagi pembolehubah kajian dibentangkan dalam Jadual 1.

Jadual 1. Ringkasan analisis deskriptif

Pembolehubah	Peratus (%)	Min	Sisihan Piawai (S.P)
Kemurungan	30.33	8.19	5.11
Kecerdasan kerohanian	52.31	50.22	19.80
Strategi daya tindak keagamaan	55.93	31.32	10.50

Bagi komponen kemurungan, domain somatik atau fisiologi mencatatkan nilai min sedikit lebih tinggi iaitu 3.77 (S.P=2.55) berbanding domain kognitif atau efektif dengan nilai min 3.75 (S.P=2.52). Manakala item pemikiran bunuh diri pula menunjukkan nilai min paling rendah iaitu 0.46 (S.P=0.46). Oleh itu, dapatan menunjukkan meskipun purata skor kemurungan berada pada tahap ringan, namun kewujudan domain simptom kemurungan serta item berkaitan pemikiran bunuh diri perlu diberikan perhatian yang serius. Ini mencerminkan terhadap keperluan sokongan mental dan emosi yang lebih menyeluruh dalam kalangan pelajar IPT.

Seterusnya, aspek kecerdasan kerohanian pula menunjukkan bahawa domain kesedaran transedental mencatatkan skor min tertinggi, 15.90 (S.P=6.21), diikuti dengan pemikiran eksistensial kritis mempunyai skor min 14.80 (S.P=6.19). Manakala domain penghasilan makna peribadi serta pengembangan keadaan kesedaran masing-masing mencatatkan nilai min 10.04 (S.P=4.78) dan 10.56 (S.P=4.64). Tuntasnya, dapatan deskriptif tahap kecerdasan kerohanian menunjukkan ianya berperanan sebagai sumber kekuatan dalaman untuk membantu pelajar IPT menghadapi cabaran tekanan universiti. Keadaan ini menjadikan aspek refleksi sendiri, pencarian makna hidup serta kesedaran diri berpotensi memperkukuhkan keupayaan pelajar dalam meningkatkan kesejahteraan psikologi serta mengawal emosi yang dihadapi.

Komponen strategi daya tindak keagamaan menunjukkan bahawa responden lebih cenderung untuk menggunakan strategi daya tindak keagamaan positif yang tinggi dengan nilai min sebanyak 21.60 (S.P=6.50) berbanding dengan strategi daya tindak keagamaan negatif mencatatkan nilai min rendah, 9.80 (S.P=7.37). Dapatan ini menunjukkan majoriti pelajar IPT lebih cenderung menggunakan pendekatan daya tindak keagamaan positif seperti berdoa, tawakal serta penghayatan nilai kerohanian dalam mengawal tekanan dan cabaran kehidupan seharian.

#### *Perbezaan berdasarkan Jantina terhadap Tahap Kemurungan, Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan*

Analisis Ujian-t Sampel Bebas dijalankan bagi meneliti perbezaan tahap kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar IPT mengikut jantina. Dapatan menunjukkan bahawa tiada perbezaan yang signifikan bagi ketiga-tiga pembolehubah antara pelajar lelaki dan perempuan. Bagi tahap kemurungan, pelajar perempuan mencatatkan nilai min yang sedikit lebih tinggi (M=8.12, S.P=5.20) berbanding pelajar lelaki (M=7.79, S.P=4.99), namun tiada perbezaan yang signifikan secara statistik,  $t = -0.61$ ,  $p = .540$ .

Seterusnya, tahap kecerdasan kerohanian mencatatkan nilai min lebih tinggi dimana pelajar lelaki yang memperoleh nilai min tinggi tersebut dengan (M=52.37, S.P=20.49) berbanding dengan pelajar perempuan (M=48.83, S.P=19.21) turut tidak menunjukkan nilai statistik yang signifikan,  $t = 1.70$ ,  $p = .089$ . Bagi strategi daya tindak keagamaan pula, pelajar perempuan juga menunjukkan skor min yang lebih tinggi sedikit (M=31.71, S.P=10.17) berbanding dengan pelajar lelaki (M=30.73, S.P=10.99), tetapi tidak juga menunjukkan perbezaan yang signifikan secara statistik,  $t = -0.90$ ,  $p = .371$ . Oleh itu, dapatan ini menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap tahap kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan berdasarkan jantina dalam kalangan pelajar IPT. Hal ini menunjukkan bahawa faktor jantina bukan penentu utama terhadap variasi ketiga-tiga pembolehubah yang dikaji dalam kajian ini. Rujuk Jadual 2 untuk ringkasan dapatan ini.

Jadual 2. Ringkasan analisis ujian-t sampel bebas

Pembolehubah	Lelaki M (SP)	Perempuan M (SP)	t	df	p	Cohen's d
Kemurungan (n= 151;231)	7.79 (4.99)	8.12 (5.20)	-0.61	380	.540	-0.064
Kecerdasan kerohanian (n= 153;229)	52.37 (20.49)	48.83 (19.21)	1.70	376	.089	0.179
Strategi daya tindak keagamaan (n= 152;230)	30.73 (10.99)	31.71 (10.17)	-0.90	379	.371	-0.094

Nota. M = min; SP= sisihan piawai. p nilai dua hala.

### Hubungan antara Kemurungan, Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan

Analisis korelasi Pearson dijalankan untuk mengkaji hubungan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tinggi dalam kalangan pelajar IPT. Analisis kajian mendapati terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kemurungan dan kecerdasan kerohanian kerohanian ( $r = -0.151$ ,  $p < .01$ ). Hal ini menunjukkan bahawa peningkatan tahap kecerdasan kerohanian dikaitkan dengan penurunan kecenderungan simptom kemurungan dalam kalangan pelajar IPT. Dapatan seterusnya menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kemurungan dan strategi daya tindak keagamaan ( $r = 0.181$ ,  $p < .01$ ). penemuan ini menunjukkan bahawa pelajar yang mempunyai simptom kemurungan cenderung untuk menggunakan pendekatan keagamaan sebagai salah satu mekanisme daya tindak dalam mengawal tekanan yang dihadapi.

Analisis terakhir menjelaskan bahawa hubungan positif yang signifikan antara kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan dengan nilai ( $r = 0.113$ ,  $p < .05$ ). Ini membuktikan bahawa pelajar yang mempunyai tahap kerohanian yang lebih tinggi mempunyai kecenderungan untuk mengamalkan daya tindak keagamaan dengan lebih baik ketika berhadapan dengan cabaran di universiti. Secara keseluruhannya, Dapatan kajian menjelaskan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar IPT. Walaupun kekuatan hubungan berada pada tahap lemah, namun tetap menunjukkan faktor psikospiritual mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologi pelajar IPT. Jadual 3 memaparkan ringkasan analisis korelasi pearson.

Jadual 3. Ringkasan analisis korelasi pearson

Pembolehubah	$\alpha$	Kemurungan	Kecerdasan Kerohanian	Strategi Daya Tindak Keagamaan
Kemurungan	.886	-	-0.151**	0.181**
Kecerdasan kerohanian	.960	-0.151**	-	0.113*
Strategi daya tindak keagamaan	.864	0.181**	0.113*	-

Nota.  $p < .05$

### Peranan Kecerdasan Kerohanian dan Strategi Daya Tindak Keagamaan sebagai Peramal Kemurungan

Analisis regresi berganda digunakan bagi menilai peranan kecerdasan kerohanian serta strategi daya tindak keagamaan yang positif dan negatif sebagai peramal terhadap tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT. Hasil analisis mendapati bahawa model regresi yang dirangka adalah signifikan dengan nilai,  $F = 19.449$ ,  $p < .001$  bersama nilai  $R^2 = .135$ . Dapatan ini menunjukkan bahawa sebanyak 13.5% varians tahap kemurungan dapat dijelaskan melalui gabungan kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan. Seterusnya, keputusan analisis juga mendapati bahawa kecerdasan kerohanian tidak menjadi peramal signifikan terhadap tahap kemurungan,  $B = -0.023$ ,  $\beta = -0.089$ ,  $p = .080$ . Berbeza pula dengan strategi daya tindak keagamaan positif dikenal pasti sebagai peramal negatif yang signifikan terhadap kemurungan,  $B = -0.091$ ,  $\beta = -0.116$ ,  $p = .025$ . Ini juga menunjukkan bahawa peningkatan penggunaan strategi daya tindak keagamaan berkait rapat dengan penurunan simptom kemurungan dalam kalangan pelajar IPT.

Selain itu, strategi daya tindak keagamaan negatif pula menunjukkan pengaruh paling dominan dan signifikan terhadap tahap kemurungan dengan nilai,  $B = 0.239$ ,  $\beta = 0.340$ ,  $p < .001$ . Hal ini menjelaskan semakin tinggi kecenderungan penggunaan strategi daya tindak keagamaan negatif, maka semakin tinggi tahap simptom kemurungan yang dialami dalam kalangan pelajar IPT. Oleh demikian, keseluruhan dapatan ini menjelaskan bahawa strategi daya tindak keagamaan merupakan peramal yang lebih signifikan terhadap tahap kemurungan berbanding kecerdasan kerohanian. Strategi daya tindak keagamaan positif dilihat berkait dengan penurunan simptom kemurungan, manakala strategi daya tindak keagamaan negatif pula meningkatkan kecenderungan terhadap simptom kemurungan dalam kalangan pelajar IPT. Dibawah adalah Jadual 4 bagi menunjukkan ringkasan dapatan analisis regresi berganda.

Jadual 4. Ringkasan analisis regresi berganda

Pembolehubah Peramal	B	SE	$\beta$	t	p
Konstan	8.730	.981	—	8.896	<.001
Kecerdasan kerohanian	-0.023	0.013	-0.089	-1.753	.080
Strategi daya tindak keagamaan positif	-0.091	0.040	-0.116	-2.258	.025*
Strategi daya tindak keagamaan negatif	0.239	0.035	0.340	6.895	<.001*

Nota.  $R^2 = .42$ , Adjusted  $R^2 = .40$ ,  $F(3, 146) = 35.21$ ,  $p < .001$ .

#### Sumbangan Relatif Kecerdasan Kerohanian terhadap Kemurungan

Regresi Hierarki digunakan adalah untuk mengenal pasti sumbangan relatif kecerdasan kerohanian terhadap tahap kemurungan selepas dikawal kesan strategi daya tindak keagamaan. Model ini dibina pada dua langkah, langkah pertama merujuk kepada strategi daya tindak keagamaan positif dan negatif, seterusnya langkah kedua pula kecerdasan kerohanian. Pada langkah pertama, strategi daya tindak keagamaan dilihat menjadi peramal yang signifikan terhadap tahap kemurungan dengan nilai,  $R^2 = .128$  dan  $F = 27.484$ . Strategi daya tindak keagamaan positif menampilkan pengaruh negatif yang signifikan terhadap tahap kemurungan,  $B = -0.112$ ,  $\beta = -0.143$ ,  $p = .004$ , sekali gus menjadikan strategi daya tindak keagamaan negatif pengaruh positif dan menjadi peramal yang dominan terhadap tahap kemurungan,  $B = 0.248$ ,  $\beta = 0.353$ ,  $p < .001$ .

Pada langkah kedua, penambahan kecerdasan kerohanian hanya meningkatkan sedikit nilai  $R^2$  daripada .128 kepada .135 melalui pertambahan varians yang kecil,  $\Delta R^2 = .007$ ,  $F = 3.074$ ,  $p = .080$ . Keputusan analisis ini menunjukkan kecerdasan kerohanian tidak menyumbangkan secara relatif terhadap tahap kemurungan walau selepas dikawal oleh kesan strategi daya tindak keagamaan. Walaupun, hubungan antara kecerdasan kerohanian juga dilihat negatif namun tidak signifikan dengan nilai,  $B = -0.023$ ,  $\beta = -0.089$ ,  $p = .080$ . Secara umumnya, dapatan regresi hierarki ini membuktikan strategi daya tindak keagamaan kekal sebagai peramal signifikan kepada tahap kemurungan, meskipun kecerdasan kerohanian tidak memberikan sumbangan tambahan yang signifikan selepas dikawal oleh kesan strategi daya tindak keagamaan. Jadual 5 memaparkan ringkasan analisis regresi hierarki.

Jadual 5. Ringkasan analisis regresi hierarki

Pembolehubah	B	SE	$\beta$	t	p
Langkah 1 (Konstan)	7.949	.877	—	9.065	<.001
Strategi daya tindak keagamaan positif	-1.12	.039	-1.43	-2.919	.004
Strategi daya tindak keagamaan negatif	.248	.034	.353	7.203	<.001
Langkah 2 (Konstan)	8.730	.981	—	8.896	<.001
Strategi daya tindak keagamaan positif	-.091	.040	-.116	-2.258	.025
Strategi daya tindak keagamaan negatif	.239	.035	.340	6.895	<.001
Kecerdasan kerohanian	-.023	.013	-.089	-1.753	.080

Nota.  $R^2 = .42$ , Adjusted  $R^2 = .40$ ,  $F(3, 146) = 35.21$ ,  $p < .001$ .

Secara ringkas, keputusan regresi hierarki menandakan bahawa strategi daya tindak keagamaan kekal sebagai faktor psikospiritual yang lebih dominan mempengaruhi tahap kemurungan berbanding kecerdasan kerohanian. Jika strategi daya tindak keagamaan positif dikaitkan dengan penurunan simptom kemurungan, strategi daya tindak keagamaan negatif pula memberikan pengaruh lebih kuat kepada peningkatan tahap kemurungan. Meskipun kecerdasan kerohanian mempunyai hubungan negatif dengan kemurungan, pembolehubah tersebut tidak memberikan nilai sumbangan signifikan selepas kesan strategi daya tindak keagamaan dikawal. Hal ini menunjukkan pengaruh faktor psikospiritual terhadap kesejahteraan psikologi lebih banyak dipengaruhi melalui pengamalan strategi daya tindak keagamaan apabila berhadapan dengan tekanan akademik dan cabaran kehidupan universiti. Penemuan ini turut memberikan gambaran kepentingan elemen psikospiritual menjadi salah satu komponen penting dalam menyokong kesejahteraan mental di kalangan pelajar IPT.

#### *Perbezaan Psikospiritual Berdasarkan Status Pemikiran Bunuh Diri*

Akhir sekali, analisis Mann-Whitney U menunjukkan terdapat perbezaan yang ketara terhadap kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan berdasarkan status pemikiran bunuh diri pelajar IPT. Ini menjelaskan pelajar yang tidak mempunyai pemikiran bunuh diri cenderung mempunyai tahap kecerdasan kerohanian yang tinggi dan pengamalan strategi daya tindak keagamaan positif lebih baik, manakala pelajar yang mempunyai pemikiran bunuh diri lebih memilih untuk menggunakan strategi daya tindak negatif.

Penemuan ini memperlihatkan aspek psikospiritual menunjukkan potensi terhadap pemikiran bunuh diri kalangan pelajar IPT. Keadaan ini juga menggambarkan bentuk daya tindak keagamaan yang digunakan oleh pelajar berupaya untuk mempengaruhi cara mereka menangani cabaran kehidupan universiti.

### **Perbincangan**

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak dalam kalangan pelajar IPT. Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa kecerdasan kerohanian mempunyai hubungan negatif dengan kemurungan, manakala strategi daya tindak keagamaan negatif pula menunjukkan hubungan positif terhadap kemurungan. Keadaan ini mencadangkan bahawa faktor psikospiritual berfungsi sebagai mekanisme perlindungan dalaman dalam membantu pelajar mengekalkan penyesuaian psikologi secara lebih adaptif. Dapatan ini selari dengan kajian Chi et al. (2021) dan Justin & Mariapola (2020) menjelaskan bahawa pelajar yang mempunyai tahap kerohanian lebih tinggi berpotensi mewujudkan keseimbangan psikologi yang lebih baik dan berupaya untuk menyesuaikan diri secara positif apabila berhadapan dengan tuntutan akademik dan penyesuaian diri. Penemuan ini turut disokong oleh Rohana et al. (2020) dan Safavi et al. (2015), menekankan kecerdasan kerohanian yang tinggi dapat membantu pelajar untuk membina makna hidup, meningkatkan kesedaran sendiri dan mengurangkan kecenderungan terhadap pemikiran negatif.

Seterusnya, strategi daya tindak keagamaan positif pula didapati berkait dengan tahap kemurungan yang lebih rendah. Pelajar yang mengamalkan pendekatan seperti berdoa, bertawakal dan mencari sokongan rohani didapati lebih berupaya mengawal tekanan emosi serta mengekalkan kesejahteraan mental ketika berhadapan dengan cabaran akademik dan psikososial (Lydia & Tania 2024; Shilpa et al. 2023; Pargament et al. 1997). Manakala, penggunaan strategi daya tindak keagamaan negatif seperti menyalahkan Tuhan dan mempunyai konflik dalaman pula menyebabkan pelajar lebih mudah terdedah terhadap penafsiran tekanan secara maladaptif sehingga menyebabkan peningkatan risiko simptom kemurungan ketika berhadapan dengan tekanan yang berpanjangan (Mannion et al. 2024; Chow et al. 2021; Pargament et al. 2000). Penjelasan ini bertepatan dengan Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan Pargament (1997) yang melihat agama sebagai sumber perlindungan atau faktor risiko bergantung kepada cara individu mentafsir pengalaman tekanan dalam kehidupan.

Oleh demikian, dapatan ini menunjukkan bahawa aspek psikospiritual mempunyai peranan penting dalam mempengaruhi kesejahteraan mental pelajar IPT. Keupayaan pelajar untuk membentuk kefahaman positif terhadap kehidupan, mengekalkan hubungan kerohanian yang positif serta menggunakan pendekatan

daya tindak yang adaptif dilihat membantu mengurangkan kecenderungan terhadap simptom kemurungan ketika berhadapan dengan tekanan kehidupan harian.

Hasil analisis deskriptif memperlihatkan bahawa pelajar IPT berada pada tahap kemurungan ringan hingga sederhana, manakala kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan berada pada tahap sederhana. Corak dapatan ini mencerminkan realiti kehidupan mahasiswa yang sering berhadapan dengan beban akademik, perubahan sosial dan tuntutan penyesuaian diri di universiti. Bentuk tekanan dikaitkan adalah pencapaian akademik, pengurusan masa, lambakan tugas serta ketidakpastian masa hadapan berpotensi untuk menjejaskan daya tahan emosi dan peningkatan terhadap risiko simptom kemurungan terhadap pelajar IPT (Daud et al. 2023; Ibrahim et al. 2022). Situasi ini memperlihatkan bahawa kesejahteraan psikologi pelajar turut dipengaruhi oleh keupayaan mereka menyesuaikan diri dengan tekanan dan perubahan persekitaran pengajian, malah melibatkan keupayaan mereka untuk menguruskan tekanan serta penyesuaian diri dengan persekitaran pengajian secara adaptif. Sementara itu, tahap kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan yang sederhana membuktikan bahawa elemen psikospiritual masih berperanan sebagai sumber sokongan dalaman untuk memastikan kelangsungan pelajar menjaga kesejahteraan mental ketika berada dalam fasa cabaran kehidupan mahasiswa (Shivani et al. 2024; Akhtari-Zavare et al. 2023). Penemuan ini mengukuhkan hasil kajian lepas oleh Aggawarl et al. (2023) dan Benedict et al. (2019) bahawa pengalaman tekanan dalam kalangan pelajar IPT bukan bersifat sementara, sebaliknya menjadi sebahagian daripada cabaran perkembangan awal dewasa yang boleh mempengaruhi kesejahteraan psikologi secara berterusan jika tidak ditangani dengan baik. Penjelasan ini mencadangkan dari kajian Qiang et al. (2024) dan Ong & Azman (2023) bahawa tekanan akademik, gangguan tidur, keletihan mental serta cabaran penyesuaian diri merupakan faktor utama yang menyumbang kepada kecenderungan risiko simptom kemurungan dalam kalangan pelajar universiti.

Sementara itu, tahap kecerdasan kerohanian yang sederhana menunjukkan bahawa pelajar IPT masih mempunyai keupayaan untuk membina makna hidup, melakukan refleksi sendiri serta mengekalkan kesedaran terhadap nilai kerohanian ketika berhadapan dengan tekanan psikososial. Seiring dengan penjelasan Teori Kecerdasan Kerohanian (1994) memperlihatkan bahawa elemen kerohanian merupakan mekanisme sumber kekuatan dalaman yang membantu pelajar memahami bentuk tekanan dengan lebih rasional dan terkawal, walaupun mereka masih berhadapan dengan pelbagai cabaran akademik dan persekitaran sosial (Zhou et al. 2024; Rohana et al. 2021). Penemuan ini turut menyokong pandangan Zohar dan Marshall (2000) bahawa kecerdasan kerohanian membantu individu membina kestabilan emosi dan tujuan hidup ketika berhadapan dengan tekanan. Kajian terdahulu oleh Salwa & Ferdaus (2024) dan Sora (2024) menjelaskan bahawa tahap kecerdasan kerohanian yang baik akan berkait rapat dengan ketahanan diri dan kesejahteraan psikologi yang lebih stabil dalam kalangan pelajar universiti. Selain itu, pelajar IPT menggunakan strategi daya tindak keagamaan positif berbanding negatif, khususnya pendekatan seperti berdoa, betawakal, mencari bimbingan Tuhan serta penghayatan amalan keagamaan yang dilihat sebagai mekanisme utama membantu pelajar menyesuaikan diri dengan tekanan psikososial secara lebih adaptif.

Dapatan ini mengukuhkan bahawa elemen psikospiritual bukan sahaja berkait dengan penghayatan agama, malah turut berfungsi membantu pelajar mengatasi bebanan emosi dan mengekalkan kesejahteraan psikologi ketika berhadapan dengan persekitaran sosial serta konflik dalaman diri. Walau bagaimanapun, amalan strategi daya tindak keagamaan negatif masih wujud dalam sebahagian pelajar dan berisiko meningkatkan penafsiran tekanan secara maladaptif sehingga menyumbang kepada ketidakstabilan emosi dan simptom kemurungan (Hazreen et al. 2021; Farris Iman et al. 2020). Dari sudut teoritikal, Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan Pargament (1997) menjelaskan bahawa penghayatan agama boleh bertindak sebagai sumber perlindungan atau faktor risiko kebergantungan kepada bentuk tafsiran serta pengamalan individu. Selari dengan kajian oleh Nicolo et al. (2022), Fayez & Dana (2021) dan Benedict et al. (2019) menegaskan bahawa strategi daya tindak keagamaan positif mempunyai hubungan kesejahteraan mental yang kukuh untuk pengurangan tekanan psikologi dan simptom kemurungan di kalangan pelajar universiti.

Penemuan ini memberi gambaran bahawa faktor jantina bukanlah penentu utama kerana tiada perbezaan yang ketara terhadap tahap kemurungan dalam kalangan pelajar IPT. Hal ini mencadangkan bahawa pengalaman tekanan yang dihadapi dalam persekitaran universiti berlaku secara relatif antara kedua-dua

jantina, pelajar lelaki dan perempuan. Situasi mencerminkan bahawa simptom kemurungan dalam kalangan mahasiswa universiti lebih didorong oleh tekanan psikososial dan pengalaman persekitaran berbanding faktor demografi semata-mata. Penemuan ini selari dengan kajian oleh Irma et al. (2024) dan Syema et al. (2022) menjelaskan bahawa jantina bukan faktor utama yang membezakan tahap kemurungan dalam kalangan pelajar universiti. Berdasarkan Teori Kognitif Kemurungan Beck (1967), kemurungan lebih berkait rapat dengan corak penilaian kognitif terhadap tekanan dan pengalaman hidup individu berbanding ciri demografi. Namun demikian, terdapat beberapa kajian terdahulu melaporkan bahawa pelajar perempuan lebih cenderung untuk mengalami simptom kemurungan berbanding pelajar lelaki (Cesar et al. 2022; Normala dan Kamil 2022), sejajar dengan dapatan ini, kajian lepas turut menyatakan bahawa perubahan norma sosial dan keterbukaan emosi dalam kalangan pelajar lelaki berkemungkinan menyumbang kepada pola dapatan yang semakin seimbang antara jantina (Radin et al. 2025; Wong et al. 2023).

Dalam konteks yang sama, tahap kecerdasan kerohanian antara pelajar lelaki dan perempuan tidak menunjukkan perbezaan yang signifikan, walaupun pelajar lelaki mencatatkan nilai min yang sedikit lebih tinggi. Hasil kajian ini menggambarkan bahawa proses pencarian makna hidup, refleksi sendiri serta penghayatan nilai kerohanian berlaku secara relatif terhadap kedua-dua jantina sepanjang fasa perkembangan awal dewasa di universiti (Barbara et al. 2023; Dzulhailmi et al. 2019). Dapatan ini lebih menjelaskan bahawa pembentukan kerohanian dalam kalangan pelajar lebih dipengaruhi oleh pengalaman hidup, proses penyesuaian diri dan pembangunan identiti berbanding faktor jantina secara langsung (Uzma et al. 2025). Penemuan ini turut disokong oleh pandangan Ingersoll (1994) menekankan kecerdasan kerohanian berkembang melalui pengalaman reflektif dan kesedaran dalaman individu. Beberapa kajian lepas oleh Nurul et al. (2024), dan Rohana et al. (2021) menunjukkan bahawa kecerdasan kerohanian mempunyai hubungan dengan kesejahteraan psikologi, daya tahan diri sendiri serta pencarian makna hidup dalam kalangan pelajar universiti. Penemuan ini turut mencadangkan bahawa pengaruh budaya, latar belakang agama dan pengalaman sosial mungkin menjadikan tahap kerohanian dalam konteks pelajar IPT lebih seimbang antara kedua-dua jantina walaupun banyak kajian lepas melaporkan pelajar perempuan mempunyai nilai kerohanian yang tinggi (Sora et al. 2024; Safoura et al. 2018).

Secara tidak langsung, dapatan ini memperlihatkan bahawa pelajar lelaki dan perempuan menggunakan pendekatan strategi daya tindak keagamaan yang hampir sama ketika berhadapan dengan tekanan psikososial dan cabaran kehidupan universiti. Situasi ini berkemungkinan berlaku kerana elemen keagamaan dan kerohanian menjadi sumber sokongan psikologi yang dikongsi secara relatif oleh kedua-dua jantina dalam mengawal tekanan dan kestabilan daya tahan diri. Perkara ini bertepatan dengan dapatan kajian oleh Graves et al. (2021) dan Hisham et al. (2018) memperlihatkan bahawa keberkesanan strategi daya tindak keagamaan lebih bergantung kepada bentuk penghayatan dan cara individu menafsir tekanan berbanding dengan perbezaan jantina semata. Dapatan ini turut selari dengan kajian oleh Hazreen et al. (2021) dan Rohmah et al. (2021) melaporkan bahawa penggunaan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar universiti tidak menunjukkan perbezaan yang jelas antara lelaki dan perempuan. Dari sudut teori, dapatan ini menunjukkan hasil yang konsisten dengan Kerangka Strategi Daya Tindak Keagamaan Pargament (1997) menggambarkan agama berfungsi sebagai mekanisme penyesuaian psikologi ketika individu berhadapan dengan tekanan hidup. Walau bagaimanapun beberapa kajian terdapat variasi tertentu mengikut jantina dalam membentuk pengalaman keagamaan, dapatan semasa turut menunjukkan bahawa pelajar IPT secara umumnya berkongsi kecenderungan yang hampir sama dalam menggunakan pendekatan psikospiritual untuk mengekalkan kesejahteraan mental dan emosi (Saeed & Sara 2023; Mahmood & Mohammed 2021).

Hasil analisis regresi menunjukkan bahawa strategi daya tindak keagamaan merupakan peramal yang signifikan terhadap tahap kemurungan berbanding kecerdasan kerohanian dalam kalangan pelajar IPT. Penemuan ini selari menunjukkan bahawa kecerdasan kerohanian lebih berfungsi sebagai asas dalaman untuk mempengaruhi cara pelajar membina makna hidup, menilai tekanan serta memilih bentuk daya tindak yang digunakan ketika menghadapi cabaran (Pinto et al. 2024). Di samping itu, kajian Irani et al. (2023) menjelaskan bahawa kesan kerohanian terhadap kesejahteraan psikologi sering berlaku secara tidak langsung melalui penyesuaian daya tahan dan pengamalan keagamaan. Manakala kajian Ahmadi dan Agje Kohl (2023) menjelaskan bahawa kecerdasan kerohanian mempunyai hubungan yang stabil terhadap kestabilan emosi dan

kepuasan hidup, namun pengaruhnya terhadap kemurungan menjadi lebih bermakna apabila seiring dengan penghayatan agama yang adaptif. Dalam konteks ini, dapatan regresi hierarki menunjukkan bahawa selepas kesan strategi daya tindak keagamaan dikawal, kecerdasan kerohanian tidak lagi memberikan sumbangan tambahan yang signifikan terhadap kemurungan. Dapatan ini turut disokong oleh kajian Manar dan Kamayani (2025) membincangkan bahawa nilai kerohanian semata-mata mungkin tidak mencukupi untuk melindungi pelajar daripada cabaran psikososial tanpa disertai bentuk pengamalan keagamaan yang lebih konstruktif dan stabil.

Secara umumnya, dapatan kajian ini menunjukkan bahawa hubungan antara kemurungan dan faktor psikospiritual dalam kalangan pelajar IPT bersifat kompleks serta turut dipengaruhi oleh pelbagai faktor kontekstual seperti penghayatan agama, pengalaman tekanan dan proses penyesuaian diri. Hal ini membuktikan bahawa faktor psikospiritual bukan penentu semata-mata kepada tahap kemurungan, namun memperlihatkan cara pelajar mentafsir pengalaman tekanan dan menggunakan sumber kerohanian mempunyai pengaruh penting terhadap kestabilan psikologi mereka. Dari sudut klinikal, penemuan ini memberikan implikasi kepada intervensi kesihatan mental di IPT yang seharusnya tidak hanya memberi fokus kepada pengurangan simptom kemurungan, turut menekankan pengukuhan kepada strategi daya tindak keagamaan yang lebih adaptif, pengurusan konflik kerohanian dan pembinaan makna hidup (Sukeri et al. 2024). Cadangan kajian lepas juga turut mengukuhkan bahawa pendekatan psikospiritual yang holistik berperanan menjadi salah satu komponen sokongan awal dalam membantu pelajar universiti mengekalkan kestabilan emosi dan mengurangkan risiko kemurungan secara menyeluruh (Graca & Brandao 2024; Mahamid & Bdier 2021).

Keadaan ini berkemungkinan berlaku kerana individu yang mempunyai penghayatan spiritual dan pendekatan keagamaan yang lebih adaptif cenderung mempunyai kemampuan mengawal emosi, membina makna kehidupan dan menghadapi tekanan secara lebih positif. Sebaliknya, kelemahan dalam aspek psikospiritual boleh meningkatkan kerentanan terhadap tekanan emosi dan pemikiran negatif. Pelajar yang tidak mempunyai pemikiran bunuh diri didapati menunjukkan tahap kecerdasan kerohanian dan penggunaan strategi daya tindak keagamaan positif yang lebih tinggi, sebaliknya pelajar yang mempunyai pemikiran bunuh diri pula lebih mendorong mengamalkan strategi daya tindak keagamaan negatif (Rosmarin et al. 2021). Dapatan ini disokong oleh kajian Wong et al. (2022) melaporkan bahawa faktor psikospiritual mempunyai hubungan penting terhadap kesejahteraan psikologi pelajar, khususnya dalam aspek kecenderungan pemikiran bunuh diri. Hasil kajian ini konsisten dengan kajian Chen et al. (2024) dan Kleiman & Liu (2019) menjelaskan bahawa pembinaan makna hidup, harapan serta hubungan transendental berkait dengan risiko penurunan pemikiran bunuh diri dalam kalangan mahasiswa. Bertepatan dengan konsep yang diketengahkan oleh Teori Kecerdasan Kerohanian (1994), menekankan peranan kerohanian membantu individu memahami tujuan dan makna hidup, serta kesedaran sendiri untuk mengurus tekanan secara lebih adaptif seterusnya mengawal risiko terhadap pemikiran negatif. Di samping itu, Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan (1997) menekankan penghayatan agama yang positif dapat membantu individu mengekalkan kesejahteraan psikologi untuk menghadapi cabaran hidup. Sebaliknya, konflik kerohanian dan tafsiran keagamaan negatif pula boleh mengakibatkan peningkatan terhadap tekanan psikologi sekaligus mendorong terhadap pemikiran bunuh diri dalam kalangan pelajar IPT (Teoh et al. 2022; Nor Ba'yah et al. 2018).

Dalam aspek yang berkaitan menunjukkan elemen psikospiritual dilihat mempunyai hubungan penting terhadap kecenderungan pemikiran bunuh diri dalam kalangan pelajar IPT (Currier et al. 2021; Exline et al. 2020). Dari sudut teori, dapatan ini menyokong Teori Kognitif Beck (1967) dan Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan Pargament (1997) yang menjelaskan bahawa tafsiran negatif terhadap pengalaman hidup dan tekanan boleh meningkatkan kecenderungan terhadap simptom kemurungan serta pemikiran bunuh diri. Oleh itu, pelajar yang mempunyai tahap kecerdasan kerohanian tinggi serta pengamalan strategi daya tindak keagamaan positif dilihat mampu untuk mengendalikan tekanan emosi dan cabaran universiti secara adaptif dan terkawal (Aini et al. 2024; Farris et al. 2021). Dengan adanya pembangunan intervensi psikospiritual dan pengukuhan strategi daya tindak keagamaan yang adaptif boleh dipertimbangkan sebagai antara usaha sokongan awal dalam penjagaan kesejahteraan mental yang sihat serta membantu pencegahan terhadap risiko pemikiran bunuh diri dalam kalangan pelajar IPT (Sundaesan et al. 2024; Hazreen et al. 2021).

Hasil kajian lepas oleh Teoh et al. (2022) dan Draper et al. (2020) memberikan gambaran bahawa kekuatan kerohanian dan pengamalan keagamaan yang adaptif berpotensi membantu pelajar untuk mengekalkan harapan, kestabilan emosi dan makna hidup ketika berhadapan dengan tekanan universiti yang berpanjangan. Oleh itu, dapatan kajian ini memperlihatkan bahawa faktor psikospiritual bukan sahaja menjadi faktor kawalan tahap kemurungan, tetapi turut berfungsi sebagai indikator penting dalam mengenal pasti pelajar yang berisiko terhadap pemikiran bunuh diri.

Berdasarkan keseluruhan dapatan kajian, faktor psikospiritual mempunyai peranan penting dalam mempengaruhi kesejahteraan psikologi pelajar IPT, khususnya dalam membantu pelajar untuk mengawal tekanan akademik serta cabaran persekitaran di universiti. Penemuan ini turut mengukuhkan berkenaan kesejahteraan mental pelajar bukan sahaja boleh dipengaruhi oleh faktor psikologi dan sosial, malah turut melibatkan faktor kerohanian dan bentuk pengamalan keagamaan yang diamalkan. Pandangan berdasarkan teori menunjukkan bahawa sokongan integrasi ketiga-tiga teori dalam kajian ini, Teori Kemurungan Beck, Teori Kecerdasan Kerohanian dan Teori Strategi Daya Tindak Keagamaan menjelaskan proses penyesuaian psikologi pelajar secara menyeluruh. Selain itu, sudut klinikal menjelaskan bahawa pendekatan psikospiritual wajar dipertimbangkan dalam pelaksanaan intervensi kesihatan mental, perkhidmatan kaunseling dan pembangunan kesejahteraan pelajar IPT bagi memperkukuhkan ketahanan emosi serta mengurangkan risiko kemurungan dan pemikiran bunuh diri dalam kalangan mahasiswa.

### Kesimpulan

Kesimpulannya, kajian ini berjaya mencapai beberapa objektif kajian dengan menjelaskan hubungan antara kemurungan, kecerdasan kerohanian dan strategi daya tindak keagamaan dalam kalangan pelajar IPT. Dapatan kajian juga menunjukkan kecerdasan kerohanian mempunyai hubungan negative dengan kemurungan, manakala strategi daya tindak keagamaan negatif pula dikaitkan dengan peningkatan simptom kemurungan serta kecenderungan pemikiran bunuh diri. Di samping itu, strategi daya tindak keagamaan didapati lebih berperanan dalam mempengaruhi tahap kemurungan berbanding kecerdasan kerohanian, sekali gus menyokong bentuk keagamaan positif yang diamalkan oleh pelajar terhadap perkaitan penjagaan psikologi yang adaptif apabila berhadapan dengan cabaran persekitaran di universiti. Selain itu, kajian ini turut menyumbang kepada literatur psikospiritual tempatan dengan mengintegrasikan faktor psikospiritual dalam meramal dan menjelaskan tahap kemurungan pelajar khususnya peringkat IPT dengan mengaitkan perbezaan status pemikiran bunuh diri. Dari sudut implikasi, dapatan kajian ini memberikan sokongan kesihatan mental pelajar yang perlu dilaksanakan secara holistik dengan mengambil kira faktor psikologi dan elemen psikospiritual secara empirikal yang lebih menyeluruh. Oleh itu, pihak berkenaan seperti kaunselor, pegawai psikologi dan pihak universiti disarankan untuk memperkukuhkan program sokongan berbentuk psikospiritual yang lebih sistematik demi penjagaan kesihatan mental pelajar yang lebih baik. Walau bagaimanapun, kajian ini mempunyai beberapa limitasi seperti kaedah persampelan mudah yang mengehadkan generalisasi dapatan kajian serta penggunaan reka bentuk keratan rentas. Sehubungan dengan itu, kajian masa hadapan dicadangkan untuk menggunakan reka bentuk longitudinal, pendekatan kaedah campuran serta intervensi psikospiritual untuk memahami dan mengkaji lebih mendalam hubungan antara psikospiritual dan kemurungan dalam mempengaruhi kehidupan seharian individu, khususnya untuk konteks pelajar di universiti.

**Penghargaan:** Penghargaan ditujukan kepada responden kajian, iaitu pelajar UKM, serta Universiti Kebangsaan Malaysia kerana telah memberi kelulusan untuk menjalankan kajian ini (JEP-2024-493).

**Kenyataan Persetujuan Termaklum:** Persetujuan termaklum telah diperoleh daripada semua responden yang terlibat dalam kajian ini.

**Konflik Kepentingan:** Tiada konflik kepentingan

## Rujukan

- Abd Malek, N. S. A., Raop, N. A., & Hassan, M. S. (2020). Peranan kesihatan mental sebagai moderator terhadap kecenderungan bunuh diri. *Jurnal Sains Sosial*, 5(1), 87-99.
- Abdul Rashid, M. H., Hashim, N. A., Nikmat, A. W., & Mohamad, M. (2021). Religiosity, Religious Coping and Psychological Distress among Muslim University Students in Malaysia. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(1), 150-160. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i1.20870>
- Abu-Raiya, H., Ayten, A., Tekke, M., & Agbaria, Q. (2019). On the links between positive religious coping, satisfaction with life and depressive symptoms among a multinational sample of Muslims. *International Journal of Psychology*, 54(5), 678-686.
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *BMC psychiatry*, 23(1), 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Ahmad, S., & Jafree, S. R. (2023). Influence of gender identity on the adoption of religious-spiritual, preventive and emotion-focused coping strategies during the COVID-19 pandemic in Pakistan. *Annals of Medicine*, 55(2), 2291464. <https://doi.org/10.1080/07853890.2023.2291464>
- Ahmad, S. O., & Latif, N. F. A. (2023). Pengaruh Tekanan Akademik, Keyakinan Tingkah Laku Akademik dan Kebimbangan dalam Kalangan Pelajar Universiti. *EDUCATUM Journal of Social Sciences*, 9(2), 13-22. <https://doi.org/10.37134/ejoss.vol9.2.2.2023>
- Ahmadi, E., & Kohl, H. B. A. (2023). Role of meaning of life and spiritual intelligence in prediction the mental well-being of students. *Spirituality Research in Health Sciences*, 1(2), 107-119. <https://doi.org/10.34172/srhs.2023.010>
- Akhtari-Zavare, M., Mohd Sidik, S., Kotera, Y., & Gani, N. A. (2025). Determinants of depression among university students in Malaysia; a national cross-sectional study. *Health Education and Health Promotion*, 11(4), 599-608. <https://doi.org/10.58209/hehp.11.4.599>
- Aziz, A. R. A., Shafie, A. A. H., Ali, Z., & Dzainal, N. D. S. (2020). Pengamalan nilai agama dalam mengatasi kemurungan semasa pandemik COVID-19. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(12), 31-44. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i12.593>
- Aziz, A. R. A., & Ab Razak, N. H. (2021). Satu tinjauan terhadap pemikiran dan idea bunuh diri dalam kalangan pelajar. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(7), 12-26. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i7.909>
- Chan, S. Y., & Ch'ng, C. K. (2022). Factors associated with suicidal ideation among university students in Malaysia. In *E-Proceedings of the 4th Young Researchers Quantitative Symposium 2022*.
- Che Rahimi, A., Bakar, R. S., & Mohd Yasin, M. A. (2021). Psychological Well-Being of Malaysian University Students during COVID-19 Pandemic: Do Religiosity and Religious Coping Matter? *Healthcare*, 9(11), 1535. <https://doi.org/10.3390/healthcare9111535>
- Chow, S. K., Francis, B., Ng, Y. H., Naim, N., Beh, H. C., Ariffin, M. A. A., Yusuf, M. H. M., Lee, J. W., & Sulaiman, A. H. (2021). Religious Coping, Depression and Anxiety among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic: A Malaysian Perspective. *Healthcare*, 9(1), 79. <https://doi.org/10.3390/healthcare9010079>
- Cicotto, G. (2025). Spiritual intelligence: A new form of intelligence for a sustainable and humane future. *Encyclopedia*, 5(3), 107. <https://doi.org/10.3390/encyclopedia5030107>
- Fauzi, M. F., Anuar, T. S., Teh, L. K., Lim, W. F., James, R. J., Ahmad, R., Mohamed, M., Abu Bakar, S. H., Mohd Yusof, F. Z., & Salleh, M. Z. (2021). Stress, Anxiety and Depression among a Cohort of Health Sciences Undergraduate Students: The Prevalence and Risk Factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(6), 3269. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063269>
- Francis, B., Gill, J. S., Yit Han, N., Petrus, C. F., Azhar, F. L., Ahmad Sabki, Z., Said, M. A., Ong Hui, K., Chong Guan, N., & Sulaiman, A. H. (2019). Religious Coping, Religiosity, Depression and Anxiety among Medical Students in a Multi-Religious Setting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(2), 259. <https://doi.org/10.3390/ijerph16020259>

- Graça, L., & Brandão, T. (2024). Religious/Spiritual Coping, Emotion Regulation, Psychological Well-Being, and Life Satisfaction among University Students. *Journal of Psychology and Theology*, 52(3), 342–358. <https://doi.org/10.1177/00916471231223920>
- Giong, L. J., & Abdullah, H. (2018). Penghargaan sendiri, strategi kognitif regulasi emosi dan kemurungan dalam kalangan lelaki dewasa. *Jurnal Wacana Sarjana*, 2(3), 1-9.
- Hamzah, R., Salehan, H., Muhaimin, A., Mat Jusoh, M. S., & Fatmawati, L. (2021). Kesihatan mental dan kecerdasan spiritual mahasiswa di universiti; satu perbandingan antara tahun pengajian dan agama. *International Journal of Humanities Technology and Civilization*, 11–21. [https://doi.org/10.15282/ijhtc.v6i\(S3\).6257](https://doi.org/10.15282/ijhtc.v6i(S3).6257)
- Harrer, M., Adam, S. H., Baumeister, H., Cuijpers, P., Karyotaki, E., Auerbach, R. P., ... & Ebert, D. D. (2019). Internet interventions for mental health in university students: A systematic review and meta-analysis. *International journal of methods in psychiatric research*, 28(2), e1759. <https://doi.org/10.1002/mpr.1759>
- Hilwa, A. M. N., & Nor Asyirah, H. (2019). Sokongan Sosial dan Penghargaan Kendiri sebagai Petunjuk Kemurungan dalam kalangan Mahasiswa Institusi Pengajian Tinggi (IPT). *Jurnal Sultan Alauddin Sulaiman Shah*, 6(2), 58-70. <https://jsass.uis.edu.my/index.php/jsass/article/view/32>
- Ibrahim, M. F., Wan Ismail, W. S., Nik Jaafar, N. R., Mohd Mokhtaruddin, U. K., Ong, H. Y., Abu Bakar, N. H., & Mohd Salleh Sahimi, H. (2022). Depression and its association with self-esteem and lifestyle factors among school-going adolescents in Kuala Lumpur, Malaysia. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 913067. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2022.913067>
- Ibrahim, N., Che Din, N., Ahmad, M., Amit, N., Ghazali, S. E., Wahab, S., ... & A. Halim, M. R. T. (2019). The role of social support and spiritual wellbeing in predicting suicidal ideation among marginalized adolescents in Malaysia. *BMC public health*, 19(Suppl 4), 553. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6861-7>
- Irani, M., Shahidi, M., & Soleil Ziaee, S. (2025). Spiritual intelligence and depression: The mediating role of the ambiguity tolerance. *Journal of Spirituality in Mental Health*, 27(1), 32-46. <https://doi.org/10.1080/19349637.2023.2279783>
- Ismail, A. O., & Osman, A. (2021). Investigating the Indirect effect of Religious Coping on Academic Stress through Religious Orientation of IIUM Undergraduate Students. *Engineering Professional Ethics and Education 2021 (ICEPEE'21)*, 46.
- Ismail, N., & Khalid, M. K. A. (2022). The Relationship of Gender to Students' Level of Depression. *International Journal of Advanced Research in Education and Society*, 4(3), 173-183.
- Javed, U., Mehreen, M., & Irshad, E. (2025). The Impact of Spiritual Intelligence on Quality of Life and Resilience. *Qlantic Journal of Social Sciences.*, 6(3), 43–50. <https://doi.org/10.55737/qjss.vi-iii.25380>
- Kadir, N. B. Y. A., Johan, D., Aun, N. S. M., & Ibrahim, N. (2018). Kadar Prevalens Kemurungan dan Cubaan Bunuh Diri dalam kalangan Remaja di Malaysia (The prevalence of depression and suicide attempts among adolescents in Malaysia). *Jurnal Psikologi Malaysia*, 32(4).
- Kamal, N. M. (2025). Mental Health Outcomes Among Health and Medicine Undergraduate Students Post-COVID-19 Lockdown: A Cross-Sectional Study from Sulaimani, Iraq. *Mosul Journal of Nursing*, 13(1), 286-304. <https://doi.org/10.33899/mjn.2025.146973.1101>
- Kamarulzaman, W., Shafie, N., & Zaman, W. K. (2023). Mental health status and academic performance among undergraduate university students during post COVID-19. *Asian Journal of Research in Education and Social Sciences*, 5(1), 51-58. <https://doi.org/10.55057/ajress.2023.5.1.7>
- Kong, S. W., Cheong, S. P. Y., Yong, J. L., & Ong, E. L. C. (2022). Psychological well-being amongst students in a Malaysian medical college one year into the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study. *Journal of Global Health Reports*, 6. <https://doi.org/10.29392/001c.57374>
- Kwok, G., & Tam, C. L. (2023). Depression, self-esteem, and lifestyle factors among university students in Singapore and Malaysia. *International Journal of Information Systems and Social Change (IJISSC)*, 14(1), 1-18. <https://doi.org/10.4018/ijissc.314562>

- Lee, K. W., & Ong, S. W. (2023). Academic stress and emotional distress among university students: The mediating role of social support. *Higher Education Research & Development*, 42(1), 112-126.
- Mahmod, A. H., & Yaacob, Y. (2024). Skala kecerdasan rohani pelajar di institusi pengajian tinggi. *SURIA: Jurnal Pengajian Umum; Journal of General Studies*, 2(2), 1-16.
- Mazzuki, N. F. A., Sukeri, N. S., Abdullah, M. I., Jaffer, U., Kadri, N. M., & Nassir, C. M. N. C. M. (2024). Spirituality, Spiritual Coping and Mental Well-Being among Malaysian Medical and Health Sciences Students. *Int. J. Educ. Psychol. Couns*, 9(56), 897-910. <https://doi.org/10.35631/IJEP.956055>
- Ma'rof, A. A., Abdullah, H., & Azmi, S. F. (2024). The Mediating Role of Spiritual Well-Being and Social Support in the Relationship between Mental Health and Suicidal Ideation among Malaysian University Students. *International Journal of Academic Research in Business & Social Sciences*, 14(8). <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v14-i8/22580>
- Misran, R. N., Khaiyom, J. H. A., & Razali, Z. A. (2021). The Role of Religiosity to Address the Mental Health Crisis of Students: A Study on Three Parameters (Anxiety, Depression, and Stress). *Pertanika Journal of Social Sciences & Humanities*, 29(4).
- Norhayati, H. M., Shukor, M. A., & Jamaluddin, M. (2021). Depressive symptoms and academic stress among Malaysian university students: The role of self-esteem. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(5), 33-45.
- Pargament, K., Feuille, M., & Burdzy, D. (2011). The Brief RCOPE: Current psychometric status of a short measure of religious coping. *Religions*, 2(1), 51-76.
- Patah, S. A., & Harun, M. F. (2025). Exploring the role of emotional intelligence in building resilience among Malaysian undergraduate students. *Sains Humanika*, 17(1), 55-60. <https://doi.org/10.11113/sh.v17n1.2198>
- Pazer, S. (2024). Spiritual practices and mental well-being: A quantitative study among university students. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 24(1), 1381-1388. <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.24.1.3141>
- Pinto, C. T., Guedes, L., Pinto, S., & Nunes, R. (2024). Spiritual intelligence: A scoping review on the gateway to mental health. *Global Health Action*, 17(1), 2362310. <https://doi.org/10.1080/16549716.2024.2362310>
- Puzi, S. M., & Ahmad, R. (2020). Resiliensi, religiositi dan depresi dalam kalangan mahasiswa Muslim. Satu tinjauan di universiti tempatan. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 23, 1-23. <https://doi.org/10.32890/jps2020.23.1>
- Ramachandaran, S. D. (2025). Conceptualizing Spiritual Intelligence: Phenomenology Study Among Women Academic Leaders in Malaysia Higher Educational Institution. *Journal of Social and Educational Research*, 4(1), 13-24. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15698587>
- Shukri, M. I. M., Baharom, A., & Nazan, A. I. N. M. (2025). Self-esteem and stress: a structural equation modelling of biosocial determinants, psychological mediators and anxiety among Malaysian undergraduates. *PeerJ*, 13, e19304. <https://doi.org/10.7717/peerj.19304>
- Sukeri, N. S., Mazzuki, N. F. A., Abdullah, M. I., Jaffer, U., Kadri, N. M., & Nassir, C. M. N. C. M. (2024). Mental Health, Religiosity, And Religious Coping: A Cross-Sectional Study Among Medical and Health Sciences Students. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 9, 882-896. <https://doi.org/10.35631/IJEP.956054>
- Tan, C. Y., Salleh, M. R., & Mohd Shariff, N. (2019). The manifestation of depressive symptoms among undergraduate students: A descriptive analysis. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 14(1), 89-101.
- Wajar, M. S. A. M., Hamzah, R., Mohamad, A. M., & Andin, C. (2022). The influences of mental health and spiritual intelligence towards well-being and academic performance. *International Journal of Humanities Technology and Civilization*, 10, 21-34. <https://doi.org/10.15282/ijhtc.v7i1.7591>
- Wong, S.S., Wong, C.C., Ng, K.W., Bostanudin, M.F., Tan, S.F. (2023). Depression, anxiety, and stress among university students in Selangor, Malaysia during COVID-19 pandemics and their associated factors. *PLoS ONE*, 18(1), e0280680. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0280680>

- Worsley, J. D., Pennington, A., & Corcoran, R. (2022). Supporting mental health and wellbeing of university and college students: A systematic review of review-level evidence of interventions. *PLoS one*, *17*(7), e0266725. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266725>
- Yahya, N. A., & Sham, F. M. (2020). Sejarah dan simptom kemurungan: Kajian literatur: History and depression symptoms: A literature reviews. *Sains Insani*, *5*(1), 34-42. <https://doi.org/10.33102/sainsinsani.vol5no1.130>
- Yikealo, D. T. (2018). The Level of Stress among College Students: A Case In The College Of Education, Eritrea Institute Of Technology. *Open Science Journal*, Vol 3, No 4, 1-18.
- Zhou, Z., Tavan, H., Kavarizadeh, F. et al. (2024). The relationship between emotional intelligence, spiritual intelligence, and student achievement: a systematic review and meta-analysis. *BMC Med Education*. *24*, 217. <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05208-5>
- Zohar, D., & Marshall, I. (2007). *Kecerdasan Spiritual (SQ) Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berpikir Integralistik dan Holistik Untuk Memaknai Kehidupan*. Mizan.