

The Life of Daily Boarding School Students: Challenges and Interventions

Kehidupan Murid Asrama Harian: Cabaran dan Tindakan Mengatasinya

Amirah Othman*, Mohd Rustam Mohd Rameli

Fakulti Sains Pendidikan dan Teknologi, Universiti Teknologi Malaysia, 81310 UTM Johor Bahru, Johor, Malaysia

*Corresponding author: emyothman.buddies@gmail.com

Article history: Received: 11 February 2025 Received in revised form: 01 April 2025 Accepted: 07 May 2025 Published online: 31 October 2025

Abstract

Life in daily boarding schools offers structured learning opportunities and residential facilities for students who live far from school. However, it also presents challenges that may affect students' emotional, social and academic well-being. This study aims to explore the challenges faced by secondary school daily boarding students in Malaysia and the actions they take to address these challenges. This study used a qualitative approach involving a total of 87 students from a daily boarding school in Iskandar Puteri, Johor. Data were collected through open-ended questions and analysed thematically. Findings revealed four main areas of challenge faced by the students: restrictive hostel rules, inadequate facilities, self-management pressures and emotional strain caused by homesickness. Students reported various coping strategies including self-regulation, seeking social support, engaging in spiritual practices and managing emotions. The study highlights the need for school and hostel administrators to incorporate students' perspectives into policy development and facility planning to foster a more supportive and conducive living environment.

Keywords: Daily boarding school, wellbeing, challenges, homesick, students

Abstrak

Kehidupan di asrama harian menawarkan peluang pembelajaran yang tersusun dan kemudahan kediaman kepada murid yang tinggal jauh dari sekolah. Namun, realitinya, kehidupan di asrama turut mengundang pelbagai cabaran yang boleh menjejaskan kesejahteraan emosi, sosial dan akademik murid. Kajian ini bertujuan meneroka cabaran yang dihadapi oleh murid asrama harian sekolah menengah di Malaysia serta tindakan yang mereka ambil untuk menangani cabaran tersebut. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan melibatkan seramai 87 orang murid dari sebuah sekolah asrama harian di Iskandar Puteri, Johor. Data dikumpul menggunakan soalan respons terbuka dan dianalisis secara analisis tematik. Dapatan kajian menunjukkan bahawa murid menghadapi empat kategori cabaran utama, antaranya kekangan peraturan asrama, kekurangan kemudahan, tekanan pengurusan diri serta tekanan emosi akibat rindu keluarga. Murid melaporkan pelbagai strategi penyesuaian termasuk pengurusan sendiri, mendapatkan sokongan sosial, amalan spiritual dan pengawalan emosi. Kajian ini mencadangkan agar pihak sekolah dan pentadbir asrama mengambil kira pandangan murid dalam penambahbaikan polisi dan persekitaran asrama agar dapat mewujudkan suasana yang lebih kondusif dan menyokong kesejahteraan murid.

Kata kunci: Asrama harian, kesejahteraan, cabaran, rindu keluarga, murid

© 2025 Penerbit UTM Press. All rights reserved

1.0 PENGENALAN

Sekolah sebagai persekitaran penting dalam membentuk perkembangan kesihatan dan kesejahteraan mental individu pada usia muda (Widnall et al., 2023). Semua sekolah yang baik memerlukan barisan tenaga pengajar yang berkualiti (Juniantari & Sri, 2017) dan mestilah dilengkapi dengan prasarana yang mencukupi serta teknologi moden yang relevan bagi memperkukuh pencapaian akademik dan kualiti pembelajaran (Sam-Kalagbor, 2021).

Setiap kemudahan di sekolah, termasuk padang, kantin, dewan, bilik darjah, makmal dan bengkel, berfungsi sebagai elemen sokongan yang memastikan murid dapat belajar dalam suasana yang selesa, selamat dan kondusif. Asrama sekolah pula merupakan sebahagian daripada prasarana di sekolah tertentu yang berperanan sebagai tempat penginapan murid yang kurang berkemampuan serta tinggal jauh daripada sekolah (Buku Panduan Pengurusan Asrama Harian KPM, 2018). Kemudahan asrama dirangka untuk membentuk murid yang cemerlang dalam akademik dan kokurikulum, serta seimbang dari aspek fizikal dan spiritual, selari dengan hasrat Falsafah Pendidikan Kebangsaan (Buku Panduan Pengurusan Asrama Harian KPM, 2018). Asrama harian berfungsi sebagai kemudahan penginapan kepada murid sekolah harian yang menghadapi kekangan untuk berulang-alik ke sekolah setiap hari, khususnya yang tinggal jauh, berasal daripada keluarga berpendapatan rendah (B40), menetap di kawasan pedalaman atau seberang sungai, mereka yang ibu bapa bertugas di luar negara, mempunyai rekod ketidakhadiran ke sekolah yang kerap atau mengikuti Program-program Rancangan Khas di sekolah (Buku Panduan Pengurusan Asrama Harian KPM, 2018). Penempatan ini bertujuan memastikan murid mendapat akses pendidikan dalam persekitaran yang lebih selamat, tersusun dan kondusif.

Pengalaman tinggal di asrama berperanan dalam membentuk konsep sendiri yang lebih positif dalam kalangan murid (Insan et al., 2019), menyemai akhlak dan karekter peribadi yang baik (Tasdiq, 2024), serta menyediakan asas yang kukuh bagi pencapaian akademik dan perkembangan profesional pada masa hadapan (Rumainur et al., 2022). Namun, kehidupan di asrama tidak terlepas daripada pelbagai cabaran yang boleh memberi kesan terhadap kesejahteraan emosi dan tingkah laku murid (Zhiong Zhong et al., 2024). Kajian terdahulu telah mengenal pasti beberapa cabaran utama murid di asrama, antaranya termasuklah konflik sosial sesama murid asrama, kesukaran menyesuaikan diri dengan peraturan, kecenderungan untuk memberontak serta latar belakang keluarga (Aregina Nabella & Tamsil Muis, 2017). Selain itu, beberapa faktor seperti jadual harian yang padat, peraturan yang banyak, serta kekurangan dalam khidmat kaunseling dan pengembangan minat bakat murid turut berpotensi mencetuskan ketidaksejahteraan dalam kalangan murid asrama (Adin Setyawan, 2022).

Kedadaan ini menimbulkan persoalan tentang bagaimana murid asrama menilai pengalaman mereka dalam menghadapi pelbagai cabaran yang wujud di persekitaran asrama. Cabaran seperti tekanan akademik, kekangan sosial dan peraturan asrama yang ketat boleh memberi kesan terhadap kesejahteraan mereka. Justeru, penting untuk meneliti tindakan yang diambil oleh murid dalam menangani cabaran ini, sama ada melalui strategi penyesuaian diri seperti pengurusan masa dan kemahiran menyelesaikan masalah, mendapatkan sokongan sosial daripada rakan dan warden atau pendekatan rohani seperti berdoa, berserah dan memperkukuh hubungan dengan Tuhan sebagai sumber ketenangan dan kekuatan dalam menghadapi kesukaran sepanjang kehidupan di asrama.

■2.0 KAJIAN LITERATUR

Kajian terhadap murid asrama harian adalah satu keperluan yang signifikan memandangkan bilangan asrama harian merupakan yang tertinggi di bawah seliaan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), iaitu sebanyak 1,424 buah di bawah Bahagian Pengurusan Sekolah Harian. Jumlah ini jauh mengatasi bilangan asrama di bawah bahagian lain seperti Bahagian Pendidikan Islam 225 asrama, Bahagian Pendidikan Latihan Teknik dan Vokasional dengan 93 buah, Bahagian Pengurusan Sekolah Berasrama Penuh memiliki 72 asrama, Bahagian Pendidikan Khas hanya 26 buah asrama serta Bahagian Sukan, Kesenian dan Kokurikulum 9 buah asrama sahaja (emisonline, 2025). Perangkaan ini mencerminkan peranan strategik asrama harian dalam menyokong akses pendidikan kepada kelompok murid yang tergolong dalam kategori rentan seperti murid daripada keluarga berpendapatan rendah, murid yang berhadapan dengan kekangan pengangkutan serta murid yang mempunyai masalah kehadiran ke sekolah. Justeru, kajian yang memberi tumpuan kepada pengalaman, cabaran dan keperluan murid asrama harian adalah sangat relevan bagi memastikan dasar pendidikan dan pelaksanaan intervensi menyeluruh dapat dilaksanakan bagi meningkatkan kesejahteraan kumpulan sasar ini.

Terdapat kajian yang mendapati bahawa remaja merupakan fasa perkembangan yang pesat dan rentan, di mana mereka berada dalam tempoh sensitif terhadap pembelajaran serta menunjukkan kepekaan tinggi terhadap keperluan untuk merasa diterima, dihargai dan dihormati (Dahl et al., 2018). Faktor-faktor ini menjadi lebih kompleks apabila mereka perlu menyesuaikan diri dengan persekitaran asrama yang berbeza daripada kehidupan di rumah (Lester & Mander, 2020). Kerinduan terhadap keluarga dan kerinduan suasana rumah menjadi cabaran utama dalam proses penyesuaian murid terhadap kehidupan di asrama seterusnya boleh menimbulkan perasaan terasing (Redman-MacLaren et al., 2019). Selain itu, kajian mendapati bahawa homesickness merupakan isu utama bagi murid asrama, terutamanya pada peringkat awal penyesuaian yang berpotensi menyebabkan kesepian, tekanan dan gangguan emosi (Lestari, 2021).

Menurut Watt (2024) sebuah kajian yang dilakukan di asrama Australia, kehidupan di asrama sering dikaitkan dengan kekangan terhadap autonomi murid disebabkan oleh peraturan yang tegas dan jadual harian yang padat. Kajian menunjukkan bahawa meskipun murid memperoleh manfaat akademik dan sosial selepas berpindah ke asrama, mereka tetap menghadapi cabaran dalam menyesuaikan diri apabila peralihan berlaku daripada latar belakang luar bandar ke persekitaran asrama (Bennett et al., 2021). Kajian yang dilaksanakan di Turki pula menunjukkan ketahanan mental dan fizikal yang tinggi merupakan elemen penting bagi individu dalam menghadapi cabaran persekitaran dan menentukan tahap kepuasan hidup mereka (Yildirim, 2019). Penelitian menunjukkan bahawa remaja pada peringkat awal melaporkan tahap kesejahteraan dan kesedaran penuh yang lebih tinggi berbanding remaja pada peringkat pertengahan atau lewat. (Moreira et al., 2018).

Pihak pengurusan asrama pula bertanggungjawab memastikan disiplin murid asrama terjaga melalui pengawasan berterusan dan menyediakan struktur yang jelas dalam pelaksanaan rutin harian untuk murid asrama serta memberikan arahan yang tegas, menggunakan pendekatan seperti hukuman atau nasihat, serta memastikan suasana asrama kekal kondusif dan teratur bagi menyokong perkembangan akademik dan sahsiah mereka (Faiz et al., 2021).

Biarpun ada beberapa kajian tentang kesejahteraan murid asrama di seluruh dunia dijalankan (Hodges et al., 2015; Pavletic et al., 2016; Franck et al., 2020; Xing et al., 2021; Zhang et al., 2021; Holopainen et al., 2020), namun kajian berfokuskan kepada cabaran yang dihadapi oleh murid asrama di Malaysia masih terhad. Kajian lepas dari beberapa buah negara lebih kepada mengkaji kesejahteraan subjektif dalam kalangan murid sekolah rendah (Moreira et al., 2023; Moreira et al., 2021; Derakhshan et al. 2023; Herati et al. 2023; Goswami, et al., 2023); murid sekolah menengah (Katsantonis et al., 2023; Yoon et al., 2023; Kong et al., 2023; Tomás et al., 2020) dan mahasiswa universiti (Rashid et al., 2023; Durmush et al., 2021; Muyan-Yılık & Demir, 2020; Wang et al., 2019).

Di Malaysia, sistem menempatkan murid dalam pelbagai jenis asrama seperti asrama penuh, asrama desa, asrama pusat dan asrama harian. Asrama harian, secara khusus, memberi kemudahan kepada murid luar bandar atau yang menghadapi kesukaran berulang-alik dari rumah ke sekolah. Justeru, kajian ini dijalankan bagi mengenal pasti cabaran yang dihadapi oleh murid asrama harian sekolah menengah di Malaysia serta tindakan yang diambil oleh mereka bagi menangani cabaran tersebut.

■3.0 METODOLOGI

Sampel kajian terdiri daripada 87 orang murid asrama sekolah harian yang dipilih secara bertujuan. Daripada jumlah ini, 28 orang ialah lelaki dan 59 orang perempuan. Murid yang dipilih mempunyai tempoh tinggal di asrama yang berbeza, 34 orang baru tinggal di asrama kurang daripada 1 tahun, 19 orang tinggal di asrama lebih daripada 1 tahun, 23 orang lebih daripada 2 tahun, 9 orang lebih daripada 3 tahun sudah menetap di asrama ini dan 2 orang responden yang menjawab soalan ini adalah yang tinggal di asrama lebih daripada 4 tahun. Sekolah harian

di Iskandar Puteri, Johor dipilih sebagai lokasi kajian kerana ada asrama harian, murid daripada pelbagai latar belakang sosioekonomi, serta berdepan cabaran persekitaran bandar seperti tekanan hidup dan migrasi murid dari luar bandar.

Instrumen kajian yang digunakan ialah soalan respons terbuka. Sebanyak dua soalan utama digunakan iaitu soalan pertama meneliti cabaran, halangan atau kesukaran yang dihadapi sepanjang berada di asrama. Soalan kedua pula menumpukan kepada tindakan yang diambil oleh murid dalam menangani cabaran tersebut. Soalan tinjauan diedarkan kepada murid pada waktu ulang kaji di asrama dan mereka diberikan masa 15 minit untuk menjawab dua soalan tersebut. Responden dibenarkan memberikan seberapa banyak jawapan yang mereka inginkan. Soalan respons terbuka dalam penyelidikan kualitatif membolehkan penyelidik mendapatkan maklumat secara mendalam berdasarkan pandangan dan pengalaman subjektif peserta terhadap sesuatu situasi. Matlamat utama penggunaan soalan berbentuk ini adalah untuk mendapatkan sebanyak mungkin jawapan dan persepsi responden kerana soalan respons terbuka bersifat fleksibel dan tidak terikat kepada skala atau jawapan tetap. Semakin terbuka soalan yang ditanya, semakin tinggi nilai data yang diperoleh kerana penyelidik mendengar dengan teliti kata-kata dan tindakan peserta dalam persekitaran hidup mereka (Creswell & Creswell, 2023).

Data dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik yang bertujuan mengenal pasti, menganalisis dan melaporkan pola atau tema yang wujud dalam data kualitatif (Braun & Clarke, 2006). Kaedah ini membolehkan penyelidik memahami makna dalam jawapan peserta secara mendalam dan sistematik. Proses analisis melibatkan beberapa peringkat bermula dengan memasukkan data responden ke dalam jadual, diikuti dengan pengkodan awal secara manual dan terbuka keatas petikan yang berkaitan dengan cabaran dan tindakan yang diambil oleh murid. Seterusnya, kod-kod tersebut dikumpulkan dan dikelompokkan kepada tema utama berdasarkan pola yang berulang dalam naratif responden. Namun demikian, terdapat beberapa limitasi yang ada iaitu data yang diperoleh melalui soalan respons terbuka lazimnya pelbagai, tidak seragam dan memerlukan masa yang panjang untuk dianalisis secara tematik (Creswell & Creswell, 2023). Proses transkripsi dan pengkodan manual menjadi lebih mencabar apabila melibatkan sampel yang besar seperti dalam kajian ini (87 orang peserta) dan tidak semua peserta dapat mengungkapkan idea secara tersusun dalam bentuk penulisan. Penyelidik perlu berhati-hati dalam mentafsir makna subjektif kerana ia boleh dipengaruhi oleh latar belakang penyelidik itu sendiri (Creswell & Creswell, 2023).

Bagi cabaran yang dihadapi oleh murid asrama harian, tema-tema utama dikenal pasti berdasarkan kesamaan makna dan konteks yang dinyatakan oleh responden. Begitu juga, tindakan yang diambil oleh murid dalam menangani cabaran, jawapan responden dianalisis dengan menggunakan pendekatan yang sama, iaitu dengan mengenal pasti tindakan yang disebut, cara murid menyesuaikan diri serta bentuk sokongan yang mereka gunakan. Pengkodan dan penentuan tema dilakukan berpanduan data itu sendiri tanpa pra-andaian teori agar tema yang terbentuk mencerminkan pengalaman sebenar murid asrama yang dikaji.

Dalam kajian ini, pertimbangan etika memberi penekanan dalam menjaga keselamatan peserta dan menjaga hak asasi manusia serta maruah mereka (di dalam kajian ini, murid asrama harian negeri Johor). Persetujuan dimaklumkan diperoleh daripada peserta dan penjaga, manakala penyertaan adalah secara sukarela dan peserta boleh menarik diri pada bila-bila masa. Identiti peserta dirahsiakan sepenuhnya dan hanya penyelidik dibenarkan mengakses data. Bagi jumlah peserta yang besar (87 orang), data dikumpul dan disimpan secara sistematik dan selamat bagi memastikan integriti kajian terpelihara berdasarkan peraturan yang ditetapkan oleh Universiti Teknologi Malaysia (UTM).

■ 4.0 DAPATAN KAJIAN

Analisis tematik pertama memfokuskan kepada cabaran yang dihadapi dan tindakan yang dilakukan oleh murid asrama harian. Sebanyak 428 respons telah diterima daripada peserta kajian. Seramai 87 orang murid asrama harian telah terlibat dalam kajian ini yang terdiri daripada 59 orang perempuan dan 28 orang lelaki. Dari aspek tingkatan, seramai 19 orang merupakan murid Tingkatan 1, 21 orang murid Tingkatan 2, 31 orang murid Tingkatan 3, 11 orang murid Tingkatan 4, dan 5 orang murid Tingkatan 5. Hasil analisis menunjukkan terdapat 4 tema utama yang dikenalpasti daripada data berkenaan cabaran kehidupan, iaitu peraturan asrama, fasiliti/ kemudahan asrama, cabaran diri sendiri dan rakan/ orang di asrama. Daripada tema-tema tersebut, sejumlah 14 subtema telah dikenal pasti secara keseluruhannya. Sementara itu, bagi soalan tindakan menghadapi cabaran pula menunjukkan 5 tema yang dikenal pasti iaitu sendiri, tindakan sosial, rohani/ spiritual, tindakan berbentuk emosi dan cadangan kepada pihak pengurusan asrama. Daripada 5 tema tersebut, sebanyak 9 subtema telah dikenal pasti.

4.1 Analisis berkenaan Cabaran Murid Asrama

Berdasarkan Jadual 1, hasil analisis terhadap data yang diperoleh mendapati bahawa terdapat empat tema utama yang merangkumi pelbagai cabaran yang dialami oleh murid asrama. Tema-tema tersebut ialah Peraturan Asrama, Fasiliti/Kemudahan Asrama, Diri Sendiri dan Rakan/Orang di Asrama. Setiap tema ini mengandungi subtema yang menunjukkan aspek-aspek khusus yang menjadi perhatian utama dalam kalangan murid asrama.

Jadual 1 Tema dan Subtema Cabaran Murid Asrama Respon

Tema	Subtema	Kekerapan
Peraturan Asrama	Jadual Padat	34
	Peraturan Ketat	24
	Sosial	17
	Gajet	12
	Makanan luar	8
Fasiliti/ Kemudahan Asrama	Keperluan Asrama	41
	Makan/ Minum	15
	Bangunan Asrama	11
Diri Sendiri	Pengurusan Diri	37
	Pengurusan Emosi	25
	Kemahiran Sosial	21
Rakan/ Orang di Asrama	Buli	12
	Curi	10

Tema 1: Peraturan Asrama

Tema Peraturan Asrama mencatatkan jumlah kekerapan tertinggi iaitu sebanyak 95. Subtema yang paling dominan bagi tema ini ialah Jadual Padat dengan kekerapan 34. Subtema Peraturan Ketat mencatatkan kekerapan 24, Sosial 17, Gajet 12 dan Makanan Luar sebanyak 8.

Subtema jadual padat mendapat respon yang terbanyak dalam tema ini dengan 34 kekerapan. Jadual harian yang terlalu padat berupaya memberi tekanan kepada murid. Antara respon murid asrama berkenaan subtema ini adalah:

- R1 : Antara kesukaran yang saya hadapi sepanjang hidup di asrama adalah jadual semakin lama semakin padat. (Murid 32)
- R2 : Di asrama, jadual terlalu padat sehingga terkejar-kejar untuk pergi ke sesuatu tempat. (Murid 38)
- R3 : Saya sering rasa letih di asrama kerana waktu tidur tidak mencukupi. (Murid 47)
- R4 : Di asrama sebab rehat tidak mencukupi (hari sekolah, jadual pack, balik lambat). (Murid 59)
- R5 : Cabaran di asrama adalah aktiviti asrama terlalu padat untuk murid asrama mengurus diri. (Murid 46)

Murid juga menyuarakan rasa tidak puas hati terhadap pelaksanaan peraturan asrama yang dirasakan terlalu ketat menjadikan subtema peraturan ketat mendapat 24 kekerapan.

- R1 : Di asrama saya perlu menahan undang-undang asrama yang terlalu ketat. (Murid 3)
- R2 : Saya rasa tidak selesa kerana perlu memakai baju kurung setiap kali prep malam. (Murid 35)
- R3 : Saya tidak seronok di asrama kerana light off pukul 11 malam jadi ianya sukar untuk melihat keadaan sekeliling (Murid 49)
- R4 : Saya tidak faham kenapa peraturan asrama merepek dan tidak masuk akal. (Murid 54)
- R5 : Bagi saya satu tugas yang agak membebankan ialah membersihkan dorm. (Murid 81)

Bagi subtema seterusnya adalah sub tema hubungan sosial. Murid merasa hubungan sosial terganggu akibat kekangan untuk keluar outing bersama rakan dan kekurangan peluang berinteraksi di luar persekitaran sekolah.

- R1 : Salah satu perkara yang mencabar ialah kurang lawatan luar. (Murid 53)
- R2 : Selepas duduk asrama, saya rasa terbatas kerana murid darjah khas tidak dapat outing. (Murid 16)
- R3 : Saya rasa terhad dari segi sosial sebab tidak boleh outing dengan kawan. (Murid 17)
- R4 : Cabaran bagi saya kerana outing diwajibkan dengan ibu bapa sedangkan ibu ayah saya jauh dari sekolah ini. (Murid 43)

Murid juga meluahkan rasa kecewa terhadap larangan membawa alat elektronik yang menghasilkan 12 respon terhadap subtema gajet.

- R1 : Di asrama alat elektronik tidak dibenarkan: mp3, phone... (Murid 41)
- R2 : Kesukaran di asrama antaranya adalah menahan diri dari bermain telefon bimbit (Murid 11)
- R3 : Saya berasa sukar di asrama kerana kekurangan alat elektronik seperti telefon bimbit, laptop dan radio (Murid 47)
- R4 : Di asrama, ibu bapa tidak dibenarkan melawat sambil membawa telefon bimbit. (Murid 63)
- R5 : Kadang-kadang, saya rasa susah sebab tiada kemudahan gajet. (Murid 64)

Selain itu, murid meluahkan rasa kecewa apabila tidak dibenarkan membawa makanan luar seperti jajan atau masakan ibu yang dikategorikan dalam subtema makanan luar.

- R1 : Di asrama tidak dapat membawa makanan. (Murid 39)
- R2 : Cabaran di asrama bila tidak dibenarkan membawa makanan luar: masakan emak, biskut-biskut dan lain-lain. (Murid 41)
- R3 : Saya tidak seronok di asrama kerana tidak boleh membawa makanan luar. (Murid 52)
- R4 : Di asrama ini bila melawat tidak boleh membawa makanan luar. (Murid 53)
- R5 : Saya tertanya-tanya kenapa tak boleh bawak makanan seperti jajan. (Murid 54)

Tema 2: Fasiliti / Kemudahan Asrama

Fasiliti dan kemudahan turut menjadi cabaran atau kesukaran utama kepada murid dengan jumlah kekerapan sebanyak 67. Subtema Keperluan Asrama mencatatkan kekerapan tertinggi iaitu sebanyak 41. Subtema Makan/Minum pula mencatatkan 15 respon manakala subtema Bangunan Asrama mencatatkan 11 respon.

Sebahagian murid menyatakan kekurangan kemudahan asas di asrama seperti mesin basuh, kipas dan lampu yang tidak berfungsi. Subtema keperluan asrama ini adalah subtema yang mencatatkan kekerapan terbanyak dalam keseluruhan respon dari responden.

- R1 : Hidup di asrama banyak cabaran, antaranya kekurangan teknologi harian contohnya mesin basuh dan telefon awam. (Murid 40)
- R2 : Kadang-kadang saya rasa susah nak biasakan diri sebab setengah dorm kipasnya rosak. (Murid 48)
- R3 : Di asrama saya, sesetengah lampu di asrama tidak berfungsi contohnya di depan dorm saya. (Murid 49)
- R4 : Di asrama iron board rosak dan sukar untuk menggosok baju (Murid 52)
- R5 : Antara kesukaran yang saya hadapi di asrama adalah perlu belajar sendiri tanpa rujukan online. (Murid 59)

Bagi cabaran dari subtema makan/minum, isu yang diketengahkan termasuklah rasa dan kebersihan makanan yang kurang memuaskan dengan 15 kekerapan.

- R1 : Antara dugaan terbesar sepanjang berada di asrama adalah hanya dibenarkan makan makanan dm (dewan makan) dan biskut kosong. *tetapi sudah beberapa kali mengalami sakit perut dan makanan tidak sedap. (Murid 38)
- R2 : Cabaran hidup di asrama adalah makanan dewan makan ada yang sudah tamat tempoh dan ada ulat, ayam berdarah. (Murid 43)
- R3 : Saya masih ingat satu ketika di asrama, apabila burung gagak mengambil makanan. (Murid 53)
- R4 : Setiap hari di asrama membawa cabaran tersendiri, contohnya makanan saya pernah ada nyamuk berdarah. (Murid 54)
- R5 : Semasa makan, kadang-kadang saya menjumpai nyamuk atau lalat dalam masakan antara nasi atau lauk. (Murid 66)

Terdapat respon murid yang menyatakan keadaan bangunan asrama seperti tandas, sinki dan longkang yang juga mengundang kesukaran hidup mereka di asrama. Subtema cabaran atau kesukaran dari aspek bangunan asrama ini mencatatkan sebanyak 11 respon.

- R1 : Di asrama saya semua tandas tiada kunci dan berlubang (Murid 25)
- R2 : Sungguh mencabar bila toilet asrama masih tidak diperbaiki (Murid 53)
- R3 : Antara perkara yang membuatkan saya tidak selesa di asrama adalah sinki air berkarat (Murid 35)
- R4 : Di asrama di bahagian asrama aspuir sedikit curam (Murid 57)
- R5 : Surau juga apabila dibasuh longkangnya tersumbat (Murid 68)

Tema 3: Diri Sendiri

Tema ini penting dengan jumlah kekerapan sebanyak 62. Subtema Pengurusan Diri mencatatkan kekerapan 37, menunjukkan bahawa sebahagian besar murid menghadapi kesukaran dalam mengurus masa dan keperluan harian secara berdikari. Sementara itu, Pengurusan Emosi mencatatkan kekerapan sebanyak 25 yang merujuk kepada cabaran murid dalam mengawal tekanan dan kerinduan terhadap keluarga.

Bagi tema diri sendiri, aspek pengurusan diri mencatatkan 37 respon. Cabaran utama dalam aspek pengurusan diri meliputi kesukaran mengurus masa, mengimbangi keperluan akademik dan kehidupan harian.

- R1 : Duduk di asrama ni saya perlu membiasakan diri di tempat yang baru. (Murid 2)
- R2 : Antara cabaran saya di asrama adalah tidak dapat mengurus waktu dengan cermat. (Murid 13)
- R3 : Cabaran saya di asrama ialah kurang waktu untuk belajar atau mengulang kaji dengan lebih fokus. (Murid 55)
- R4 : Di asrama saya kurang masa untuk membasuh baju dan lain-lain (Murid 32)
- R5 : Antara perubahan selepas duduk asrama adalah saya lakukan apa-apa sendiri tanpa pertolongan. (Murid 21)

Selain pengurusan diri, pengurusan emosi juga dikemukakan oleh murid-murid asrama dengan catatan sebanyak 25 respon. Antara isu yang diketengahkan adalah,

- R1 : Bagi saya duduk asrama tak mudah, kena berjauhan dengan ibu bapa (homesick) (Murid 59)
- R2 : Antara benda yang paling susah duduk asrama ialah saya rasa homesick (rindu rumah) (Murid 19)
- R3 : Kadang-kadang saya rasa susah nak biasakan diri sebab saya tidak boleh berjauhan dengan keluarga (rindu). Terutamanya ibu bapa saya. (Murid 22)
- R4 : Antara perkara yang buat saya rasa susah di asrama adalah rasa rindu mama. (Murid 50)
- R5 : Di asrama saya kerap merasa tidak nyaman kerana berjauhan dengan orang terdekat. (Murid 20)

Tema 4: Rakan/ Orang di Asrama

Hubungan sosial antara murid mencatatkan kekerapan keseluruhan sebanyak 43. Subtema Kemahiran Sosial merupakan yang tertinggi dalam tema ini dengan kekerapan sebanyak 21, Isu Buli 12 dan Curi 10 turut direkodkan,

Sebahagian murid menghadapi cabaran dalam menyesuaikan diri dengan rakan sebilik, senior atau persekitaran sosial yang dianggap tidak menyenangkan. Sub tema kemahiran sosial mencatatkan 21 kekerapan. Antara respon murid adalah:

- R1 : Di asrama cabaran bila terpaksa mengejut rakan-rakan sebilik dengan saya, dahlah susah nak bangun tido mati apa. (Murid 15)
- R2 : Cabaran saya kerana merasa tidak selesa dengan batch atasan. (Murid 16)
- R3 : Antara cabaran di asrama adalah stress sebab persekitaran yang toxic. (Murid 50)
- R4 : Sepanjang di asrama saya ingat satu jangan lawan cakap senior. (Murid 58)
- R5 : Saya rasa tak seronok bila ada pelajar yang tidak mengerti soal respect each other. (Murid 57)

Subtema Buli juga dicatatkan dalam tema ini. Murid melaporkan pengalaman seperti diejek (body shaming), difitnah dan dikecam oleh rakan asrama.

- R1 : Bagi saya, duduk di asrama tak mudah kerana berlaku buli body shaming. (Murid 28)
- R2 : Saya pernah alami cabaran seperti dikecam. (Murid 26)
- R3 : Banyak benda saya kena hadap masa duduk asrama, contohnya kena fitnah. (Murid 50)
- R4 : Sebagai seorang pelajar asrama, cabaran saya orang selalu menutup lampu ketika mandi. (Murid 78)
- R5 : Hidup di asrama ada banyak cabaran, antaranya guard selalu jeling pelajar. (Murid 68)

Kes kehilangan barang adalah antara cabaran yang sering dialami murid asrama dengan 10 respon dicatatkan bagi subtema ini.

- R1 : Salah satu cabaran di asrama ada kes mencuri duit dan barang. (Murid 44)
- R2 : Di asrama ada yang panjang tangan. (Murid 45)
- R3 : Pernah berlaku di asrama baju saya terbang hilang. (Murid 46)
- R4 : Sepanjang duduk di asrama, barang selalu hilang. (Murid 61)
- R5 : Sejak saya tinggal di asrama ibu selalu marah saya sebab kasut selalu hilang (DAH 3 PASANG). (Murid 68)

4.2 Tindakan Murid Menangani Cabaran Hidup di Asrama Harian

Berdasarkan dapatan kajian dalam Jadual 2, pelbagai bentuk tindakan telah dikenal pasti sebagai strategi yang digunakan oleh murid dalam menghadapi cabaran kehidupan di asrama harian. Pendekatan tematik induktif terhadap data yang diperoleh telah menghasilkan lima tema utama iaitu Kendiri, Sosial, Rohani/Spiritual, Emosi dan Tindakan Pengurusan.

Jadual 2 Tema dan Subtema Tindakan Murid Menangani Cabaran Hidup di Asrama Harian

Tema	Subtema	Kekerapan
Kendiri	Pengurusan Diri	34
	Kawalan Diri	25
Sosial	Sokongan Rakan	36
	Sokongan Ibu/ Bapa	10
	Sokongan Warden	6
Rohani/ Spiritual	Berserah	23
	Berdoa	9
Emosi	Pengurusan Emosi	11
Pengurusan	Pengurusan Asrama	7

Tema 1: Tindakan Pengurusan Kendiri

Tema ini mencatatkan kekerapan tertinggi iaitu 59, dengan subtema Pengurusan Diri sebanyak 34 dan Kawalan Diri sebanyak 25. Hal ini menunjukkan bahawa ramai murid cuba mengatasi cabaran harian dengan berusaha mengawal tingkah laku mereka.

Bagi subtema Pengurusan Diri yang memiliki 34 kekerapan, murid berusaha mengurus masa, tugas harian dan menyesuaikan diri dengan rutin asrama secara berdikari. Antara respon yang diterima adalah:

- R1: Sepanjang di asrama saya mesti mengikut peraturan secara sedikit terpaksa (Murid 47)
- R2: Di asrama saya sedar saya perlu rajin dan berdikari agar semua benda dilakukan dengan betul (Murid 27)
- R3: Saya perlu membasuh dan menggosok baju ketika ketiadaan pelajar lain (Murid 57)
- R4: Saya mengatur semula jadual saya selepas masa sekolah. (Murid 75)
- R5: Saya sedar apabila dimarahi atau dibuli tapi still kena pertahankan diri (Murid 16)

Untuk subtema Kawalan Kendiri, murid memilih untuk menjauhkan diri daripada unsur negatif dan memotivasikan diri sendiri.

- R1: Saya lebih memilih untuk mendiamkan diri (Murid 53)
- R2: Di asrama saya cuba jauhkan diri dari manusia yang toxic (Murid 44)
- R3: Saya sentiasa mengingatkan diri bahawa ini “ASRAMA” bukan “RUMAH” (Murid 35)
- R4: Saya akan cuba mengabaikan kecaman orang (Murid 61)
- R5: Di asrama, saya melukis untuk hilangkan rasa stress (Murid 50)

Tema 2: Tindakan Sosial

Tema Tindakan Sosial menunjukkan kekerapan sebanyak 52. Subtema Sokongan Rakan mencatatkan respon tertinggi iaitu 36, Sokongan Ibu Bapa dengan 10 respon dan Sokongan Warden sebanyak 6 respon.

Dalam tema ini, subtema yang paling tinggi respon dengan nilai kekerapan 36 adalah sokongn rakan yang memainkan peranan penting sebagai sumber sokongan emosi dan sosial sepanjang murid berada di asrama harian.

- R1: Sepanjang di asrama saya cuba menyertai semua aktiviti yang dianjurkan asrama (Murid 3)
- R2: Saya sering cuba untuk berkongsi masalah dengan rakan-rakan (Murid 10)
- R3: Untuk jaga diri saya daripada perkara yang tak baik, saya meminta pertolongan kawan rapat. (Murid 20)
- R4: Saya cuba luahkan hati kat kawan sebab kalau bagitahu parent kena keluar asrama (Murid 61)
- R5: Saya akan pilih kawan yang boleh bantu saya seperti meminta pertolongan outsider (Murid 75)

Subtema yang kedua tertinggi adalah sokongan ibu bapa. Murid menunjukkan kecenderungan untuk berhubung secara konsisten dengan ibu bapa sebagai satu bentuk sokongan emosi. Hal ini dapat dilihat daripada respon mereka:

- R1: Cara saya tenangkan diri dengan call parents everyday (rindu) (Murid 59)
- R2: Saya lebih suka mengadu kepada ibu bapa (Murid 63)
- R3: Bagi meredakan hati, saya kerap meluahkan kepada ayah saya (Murid 54)
- R4: Jika saya hadapi kesukaran di asrama saya akan memberi tahu ibu bapa (Murid 39)
- R5: Untuk bantu saya tenangkan diri saya akan menelefon ibu bapa (Murid 75)

Subtema sokongan warden turut dikenal pasti sebagai antara tindakan penting yang diambil oleh murid dalam menangani cabaran kehidupan di asrama harian. Nilai kekerapan bagi subtema ini adalah sebanyak 6 respon.

- R1: Jika ada masalah yang tidak dapat diselesaikan saya akan membuat aduan kepada guru dan senior (Murid 40)
- R2: Di asrama jika ada isu, saya buat aduan ke pihak atasan (warden) (Murid 44)
- R3: Jika ada apa-apa masalah di asrama, saya akan melaporkan kepada guru (warden) (Murid 59)
- R4: Jika saya sangat memerlukan, saya meminjam gajet warden (Murid 74)
- R5: Pemberitahuan kepada warden atau pihak berkuasa tentang masalah yang sangat teruk (Murid 42)

Tema 3: Tindakan Rohani/ Spiritual

Hasil kajian ini juga memperlihatkan tema Tindakan Rohani/Spiritual yang menjadi pendekatan signifikan dalam kalangan murid, khususnya apabila berdepan dengan cabaran yang melebihi jangkauan kawalan diri. Sebanyak 32 catatan diperoleh di bawah tema ini. Subtema Berserah mencatatkan sebanyak 23 respon manakala Berdoa sebanyak 9 respon.

Subtema redha dilihat tindakan paling utama bagi tema ini berdasarkan 23 respon yang diberikan oleh murid.

- R1: Saya serahkan semua kepada Allah dengan Saya terpaksa redho (Murid 25)
- R2: Saya ingatkan diri bahawa Allah is the best planner (Murid 46)
- R3: Saya bersabar dengan peraturan asrama (Murid 29)
- R4: Saya berserah, sesungguhnya yang baik datang daripada Allah, yang buruk datang daripada saya sendiri (Murid 68)
- R5: Saya cuba tenang hati dengan cara bersabar dengan peraturan asrama (Murid 45)

Subtema Berdoa dapat dikenal pasti dari tema ini kerana jawapan yang diberikan oleh murid secara konsisten menunjukkan bahawa doa merupakan alat yang digunakan untuk mencari ketenangan jiwa dan kekuatan dalam menghadapi cabaran.

- R1: Jika saya hadapi cabaran saya akan beristighfar/berselawat (Murid 7)
- R2: Di asrama ini, saya hanya mampu berdoa kepada Allah untuk meringankan beban yang berat (Murid 38)
- R3: Untuk menguatkan semangat saya saya berdoa kepada Allah (Murid 67)
- R4: Bila dah tak tahu nak buat apa, saya juga berdoa agar hati mereka lembut dan mengubah fikiran mereka (Murid 63)
- R5: Ikhtiar saya dalam menghadapi cabaran adalah menunaikan solat hajat. (Murid 76)

Tema 4: Tindakan Emosi

Sebanyak 11 kekerapan dicatatkan dalam tema Pengurusan Emosi, yang menggambarkan usaha murid untuk menstabilkan perasaan mereka ketika menghadapi tekanan, kerinduan atau kekecewaan.

Strategi yang digunakan oleh murid terhadap tekanan yang dirasakan antaranya adalah dengan pengurusan emosi sendiri. Antara respon murid asrama bagi subtema ini adalah:

- R1: Kadang kala dalam menghadapi cabaran ini saya menangis untuk rasa tenang (Murid 50)
- R2: Untuk jaga emosi saya, saya akan mengawal pernafasan (Murid 33)
- R3: Kalau saya rasa tertekan, saya akan cuba menenangkan diri sendiri (Murid 57)
- R4: Saya menangis di bucu katil kerana tidak mahu susahkan hati (Murid 30)
- R5: Selalunya di asrama saya menangis, nangis dan nangis (Murid 41)

Tema 5: Tindakan berkaitan Pengurusan Asrama

Akhir sekali, terdapat juga murid yang mencadangkan perubahan pengurusan asrama sebagai satu langkah mengatasi cabaran hidup di asrama.

- a) Murid mencadangkan perubahan seperti pelonggaran peraturan dan penglibatan pihak pengurusan asrama dalam menyelesaikan isu.
 - R1: Saya mencadangkan agar sekolah menukar PK HEM (Murid 43)
 - R2: Pengurusan asrama boleh cuba menukar peraturan asrama (Murid 43)
 - R3: Saya rasa lebih baik bila sekolah membolehkan membawa telefon Nokia (Murid 34)
 - R4: Saya cadangkan asrama menukar mesin basuh (Murid 50)
 - R5: Saya berharap setiap aduan dapat diwujudkan dengan versi terbaru (Murid 68)

■5.0 PERBINCANGAN DAPATAN KAJIAN

5.1 Perbincangan berkenaan Cabaran Muirid Asrama Harian

Bahagian ini membincangkan cabaran yang dihadapi oleh murid asrama harian berdasarkan dapatan kajian. Keputusan menunjukkan bahawa murid sering terkesan dengan jadual harian yang padat, peraturan yang ketat, kekangan penggunaan gajet, serta kualiti makanan dan kemudahan asas yang tidak memuaskan. Dapatan kajian ini mengenal pasti lima subtema utama yang paling kerap dikemukakan oleh murid dalam menggambarkan cabaran kehidupan di asrama harian, iaitu keperluan asrama, pengurusan diri, jadual padat, pengurusan emosi dan peraturan ketat. Keperluan asrama merangkumi aspek seperti kekurangan kemudahan asas, peralatan peribadi dan infrastruktur yang tidak memadai, memberi kesan langsung kepada kesejahteraan fizikal dan kesejahteraan murid.

Dapatan kajian melaporkan salah satu cabaran adalah dalam aspek emosi murid asrama yang terpaksa duduk berjauhan dari ibu bapa dan keluarga. Murid meluahkan rasa rindu kepada ibu dan merasa tidak selesa kerana berjauhan dengan orang tersayang. Hal ini selari dengan kajian oleh Mander dan Lester (2023) yang menyatakan bahawa perasaan rindu rumah (homesickness) dalam kalangan murid asrama boleh berlaku sejak tahun pertama persekolahan, dengan sebahagian murid mengalami episod homesick berulang yang berkait rapat dengan tekanan psikologi, masalah tingkah laku serta kesukaran dalam hubungan rakan sebaya. Terdapat juga kajian oleh Demetriou et al., (2022) yang menunjukkan bahawa kebanyakan kanak-kanak yang mengalami perpisahan daripada rumah mengalami homesickness atau perasaan rindu rumah, dengan analisis meta menunjukkan hubungan signifikan antara homesickness dengan tahap kemurungan (depresi) dan kebimbangan (anxiety).

Cabaran berkaitan jadual harian yang terlalu padat serta pelaksanaan peraturan yang ketat turut dilaporkan memberi tekanan terhadap kebebasan peribadi murid asrama. Sebahagian besar murid asrama melaporkan antara cabaran yang mereka hadapi di asrama adalah kekurangan waktu rehat dan waktu tidur. Hal ini selari dengan kajian oleh Yang Po dan Yan Zhiyi (2022) yang mengatakan bahawa murid asrama berpendapat pengurusan yang terlalu ketat di sekolah asrama termasuk waktu belajar yang panjang serta kekurangan masa untuk aktiviti sosial dan rehat, memberi kesan negatif terhadap kesejahteraan mental seperti kebimbangan, kemurungan dan stres. Peraturan yang ketat di asrama juga boleh menyebabkan murid merasa terkongkong seterusnya menjejaskan autonomi diri mereka. Hal ini berbeza dengan

kajian yang dilakukan oleh Hidayah dan Nordin (2020), yang menunjukkan bahawa murid asrama mempunyai peluang yang lebih banyak untuk berinteraksi dengan rakan sebaya serta terlibat dalam proses pembuatan keputusan di asrama, yang memberi ruang kepada mereka untuk mengembangkan autonomi diri.

Secara keseluruhannya, kelima-lima subtema ini memperlihatkan bahawa murid menghadapi cabaran pelbagai dimensi yang melibatkan aspek fizikal, emosi dan persekitaran. Faktor-faktor ini boleh menyumbang kepada penurunan kesejahteraan subjektif sekiranya tidak diurus dengan efektif, terutamanya apabila murid terpaksa mengorbankan masa rehat, sokongan keluarga dan privasi peribadi. Peralihan daripada kehidupan di rumah kepada persekitaran asrama yang lebih terikat dengan peraturan telah memberi tekanan tersendiri kepada murid, khususnya dalam mengurus masa, menyesuaikan diri dengan rakan sebaya serta menghadapi tekanan akademik tanpa ibu bapa. Cabaran-cabaran seperti penyesuaian diri dengan persekitaran baharu yang berbeza daripada suasana rumah, kerinduan terhadap keluarga, perasaan terasing, homesickness yang boleh menyebabkan kesepian, tekanan dan gangguan emosi, serta kekangan autonomi akibat peraturan ketat dan jadual harian yang padat telah pun diketengahkan oleh beberapa pengkaji seluruh dunia (Redman-MacLaren et al., 2019; Lester & Mander, 2020; Lestari, 2021; Watt, 2024).

5.2 Perbincangan berkenaan Tindakan Murid Asrama Harian dalam mengatasi Cabaran yang dihadapi

Bahagian ini membincangkan objektif kedua kajian ini, iaitu bentuk tindakan yang diambil oleh murid dengan kebolehan mereka menyesuaikan diri dalam menghadapi cabaran kehidupan di asrama harian. Keputusan menunjukkan bahawa murid menggunakan pelbagai strategi sendiri, sosial dan spiritual sebagai usaha menangani tekanan yang dialami. Dapatan kajian ini mendedahkan bahawa tindakan berbentuk sokongan sosial, terutamanya daripada rakan asrama dan rakan sekolah bukan asrama memainkan peranan utama dalam membantu murid mengatasi cabaran kehidupan di asrama harian. Kecenderungan untuk mendapatkan sokongan rakan lebih menonjol berbanding sumber sokongan lain seperti ibu bapa atau warden, sebagaimana yang ditunjukkan oleh kekerapan tinggi dalam subtema ini.

Selain itu, murid turut mengaplikasikan strategi pengurusan sendiri dan kawalan emosi sebagai sebahagian daripada daya tindak mereka. Tindakan seperti menjauhkan diri daripada individu bersifat negatif, menyusun semula jadual harian, melibatkan diri dalam aktiviti yang menenangkan seperti melukis, mengawal pernafasan dan menangis secara terkawal merupakan contoh tindakan yang membuktikan keupayaan murid untuk menstabilkan emosi serta menyesuaikan diri secara aktif terhadap tekanan persekitaran. Hal ini menunjukkan bahawa murid berupaya mengembangkan daya tindak secara dalaman dan luaran dalam menghadapi cabaran di asrama. Faktor-faktor ini berpotensi besar dalam menyumbang kepada peningkatan dan pengekalan kesejahteraan subjektif sepanjang tempoh tinggal di asrama. Hayes, R. (2023) menyatakan bahawa kesejahteraan emosi dan kepuasan hidup yang dilaporkan oleh responden mencerminkan keberhasilan mereka dalam mengurus emosi secara adaptif, menjadikan murid asrama bertahan dan meningkatkan keupayaan diri secara positif melalui pengalaman tinggal di asrama.

Tindakan ini sejajar dengan pandangan Abdul Rashid et al. (2020) yang menekankan bahawa peningkatan kesejahteraan sendiri murid bergantung kepada pelaksanaan pelbagai strategi daya tindak seperti fokus kepada penyelesaian masalah, pengukuhan amalan keagamaan dan spiritual, penjagaan kesihatan mental serta kestabilan emosi dan pemeliharaan kesejahteraan fizikal secara bersepadu. Teori kecerdasan emosi Goleman (1995) menegaskan bahawa murid yang memiliki kesedaran diri, pengurusan diri, motivasi, kemahiran sosial dan empati yang tinggi akan lebih baik dalam menghadapi persekitaran asrama yang penuh dengan cabaran kerana mereka dapat menguruskan emosi secara efektif, membina hubungan yang positif dengan rakan sebaya serta pihak pengurusan asrama dan mengatasi tekanan serta konflik dengan cara yang lebih positif.

Aspek spiritual turut memainkan peranan penting dalam proses adaptasi murid asrama harian. Seperti yang diuraikan oleh Rahman, et al., (2022), pembangunan spiritual menguatkan hubungan dengan Allah bersama pembangunan fizikal yang menekankan aspek kesihatan tubuh badan, merupakan elemen-elemen penting dalam membentuk identiti remaja yang seimbang. Hal ini terbukti apabila murid dalam kajian ini menyatakan bahawa amalan ibadah seperti solat hajat, zikir dan doa memberi ketenangan jiwa serta menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi cabaran harian. Justeru, pendekatan kerohanian bertindak sebagai mekanisme penenang diri yang signifikan dalam membina kekuatan diri murid sepanjang mereka berada dalam persekitaran yang mencabar di asrama.

6.0 LIMITASI KAJIAN

Beberapa kekangan yang dikenalpasti dalam kajian ini memberikan implikasi penting untuk penyelidikan masa hadapan. Penggunaan soalan tinjauan respons terbuka sebagai satu-satunya instrumen pengumpulan data boleh menyebabkan bias pelaporan subjektif dan maklumat yang diperolehi terbatas. Kajian masa hadapan disarankan untuk menggabungkan kaedah tambahan seperti temu bual mendalam atau perbincangan kumpulan fokus bagi memperkayakan pemahaman terhadap dinamik cabaran dan strategi penyesuaian murid secara lebih menyeluruh.

Tambahan pula, kajian ini hanya meneliti perspektif murid asrama harian tanpa mengambil kira pandangan pihak lain yang turut terlibat secara langsung dalam kehidupan murid, seperti warden atau ibu bapa. Penyelidikan masa hadapan boleh meneliti pelbagai sudut pandangan bagi memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh tentang faktor yang menyumbang kepada cabaran dan sokongan terhadap kesejahteraan murid asrama. Reka bentuk kajian yang digunakan dalam kajian ini hanya memberikan gambaran pengalaman murid pada satu titik masa tertentu. Oleh itu, kajian longitudinal dicadangkan untuk melihat perubahan pengalaman, strategi daya tindak murid dari semasa ke semasa, terutamanya dalam proses adaptasi jangka panjang di asrama. Pendekatan ini akan membolehkan penyelidik memahami bagaimana murid membina ketahanan emosi dan menyesuaikan diri dalam tempoh tinggal yang berbeza.

Seterusnya, kajian ini hanya dijalankan di sebuah sekolah asrama harian di Johor, dan ini mengehadkan kebolehlaksanaan dapatan kepada konteks yang lebih luas. Justeru, kajian lanjutan wajar dijalankan di negeri-negeri lain dan jenis asrama sekolah yang berbeza untuk mengenal pasti perbezaan konteks sosio-budaya, pengurusan asrama, serta latar belakang murid yang mungkin mempengaruhi pengalaman mereka secara berbeza. Akhir sekali, meskipun kaedah pengumpulan data melalui respons terbuka membolehkan murid menyuarakan pandangan secara bebas, pendekatan ini menghasilkan maklum balas yang tidak seragam. Maka, penyelidik masa hadapan disarankan untuk membimbing proses respons secara lebih berstruktur bagi memastikan kejelasan, konsistensi dan ketepatan maklumat yang dikumpulkan, seterusnya meningkatkan kesahan dan kebolehpercayaan dapatan kajian.

■7.0 KESIMPULAN

Dapatan menunjukkan bahawa kesejahteraan murid dipengaruhi oleh gabungan faktor persekitaran seperti peraturan yang ketat, kekangan fasiliti dan struktur jadual yang padat serta keupayaan dalaman murid seperti pengurusan emosi, pengurusan diri dan kekuatan spiritual. Kehidupan sebagai murid asrama harian memperlihatkan satu ekosistem pendidikan yang sarat dengan cabaran, pelbagai tekanan dan konflik emosi yang tidak mudah dihadapi oleh individu remaja. Mereka berhadapan dengan cabaran dan bebanan akademik yang tinggi, tekanan hidup berjauhan daripada keluarga serta kehilangan sokongan dari individu dalam rangkaian sosial remaja. Sokongan sosial ini dianggap penting kerana ia dapat memainkan peranan yang signifikan dalam kesejahteraan emosi remaja. Cabaran yang mereka alami juga melibatkan tekanan autonomi yang boleh menjejaskan motivasi intrinsik, merendahkan kesejahteraan hedonik dan eudaimonik. Cabaran utama yang perlu dihadapi oleh murid adalah bagi mengimbangi aspek kehidupan intelek, emosi, sosial dan rohani secara serentak dalam ruang asrama yang padat. Maka, tidak keterlaluan untuk menyatakan bahawa cabaran murid asrama adalah unik, bersifat pelbagai dimensi dan perlu difahami secara mendalam bagi membolehkan pelaksanaan strategi intervensi yang menyeluruh dan kontekstual. Oleh itu, intervensi yang berkesan bukan hanya perlu memberi fokus kepada penambahbaikan struktur dan fasiliti, tetapi juga kepada pembangunan keupayaan dan kekuatan dalaman murid asrama. Secara keseluruhan, walaupun kajian ini mempunyai limitasi, namun kajian ini berupaya menyediakan kerangka dalam memahami kesejahteraan murid melalui interaksi antara cabaran dan tekanan di asrama serta tindakan atau strategi yang digunakan.

Penghargaan

Para penulis merakamkan setinggi-tinggi penghargaan kepada Universiti Teknologi Malaysia (UTM), pihak sekolah yang terlibat dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) khususnya Unit Pengurusan Asrama Harian, Bahagian Pengurusan Sekolah Harian (BPSH), KPM atas galakan dan sokongan yang diberikan terhadap projek ini.

Konflik Kepentingan

Penulis dengan ini mengisytiharkan bahawa tiada konflik kepentingan berkaitan dengan penerbitan artikel ini

Rujukan

- Aziz, A. R. A., Shafie, A. A. H., Lee, U. H. M. S., & Ashaari, R. N. S. R. (2020). Strategi pembangunan aspek kesejahteraan sendiri bagi mendepani tekanan akademik semasa wabak COVID-19. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(12), 16-30.
- Azizah, A., & Hidayati, F. (2015). Penyesuaian sosial dan school well-being: studi pada siswa pondok pesantren yang bersekolah di mbi amanatul ummah pacet mojokerto. *Jurnal Empati*, 4(4), 84-89. DOI: <https://doi.org/10.14710/empati.2015.13659>.
- Bennett, T., Ramsaroop, S., & Petersen, N. (2021). A confluence of liminality in a rural learner transitioning to boarding school in South Africa. *Issues in Educational Research*, 31(2), 404-420. <https://www.researchgate.net/publication/367376413>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. DOI: <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Creswell, John W. & Creswell, J. David. (2023). Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. Sixth edition. SAGE Publications.
- Dahl, R. E., Allen, N. B., Wilbrecht, L., & Suleiman, A. B. (2018). Importance of investing in adolescence from a developmental science perspective. *Nature*, 554(7693), 441-450.
- Demetriou, E. A., Boulton, K. A., Bowden, M. R., Thapa, R., & Guastella, A. J. (2022). An evaluation of homesickness in children: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders*, 297, 463-470.
- Derakhshan, L., Maarefvand, M., Ebadi, A., & Mousvai, M. T. (2023). Evaluation of the validity and reliability of Children's Worlds Subjective Well-Being Scale (CW-SWBS) in Tehran, Iran. *Children and Youth Services Review*, 155, 107185. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107185>.
- Durmush, G., Craven, R. G., Brockman, R., Yeung, A. S., Mooney, J., Turner, K., & Guenther, J. (2021). Empowering the voices and agency of Indigenous Australian youth and their wellbeing in higher education. *International Journal of Educational Research*, 109, 101798. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2021.101798>.
- Emilda, E. (2022). Bullying di pesantren: Jenis, bentuk, faktor, dan upaya pencegahannya. *Sustainable Jurnal Kajian Mutu Pendidikan*, 5(2), 198-207.
- Faiz, F. R. F., Nurhadi, N., & Rahman, A. (2021). Pembentukan sikap disiplin siswa pada sekolah berbasis asrama. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Agama*, 13(2), 309-326. DOI: 10.37680/qalamuna.v13i2.902 .
- Franck, L., Midford, R., Cahill, H., Buerget, P. T., Robinson, G., Leckning, B., & Paton, D. (2020). Enhancing social and emotional wellbeing of Aboriginal boarding students: Evaluation of a social and emotional learning pilot program. *International journal of environmental research and public health*, 17(3), 771. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph17030771>.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. Bantan Book.
- Goswami, H., Goswami, G. G., Banik, B. K., & Khalil, M. I. (2023). Factors associated with children's subjective wellbeing during COVID-19 pandemic in Bangladesh. *Child Indicators Research*, 16(5), 1889-1911. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-023-10044-y>
- Hayes, R. (2023). Resilience and Happiness Among Adults Who Attended Boarding School: A Qualitative Study (Doctoral dissertation, University of Essex).
- Herati, H., Neiterman, E., Parker-Shandal, C., & Meyer, S. B. (2023). Exploring the Determinants that Contribute to and Promote the Wellbeing of Immigrant and Refugee Children in Canada: a Multi-Method Participatory Study. *Child Indicators Research*, 16(6), 2279-2305. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-023-10060-y>.
- Hidayah, N., & Nordin, M. S. (2020). Perceived peer support, autonomy and self-esteem among boarding school students. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(1), 235-240.
- Hodges, J., Sheffield, J., & Ralph, A. (2016). Staff and boarders perspectives of the boarding environment. *Journal of Child and Family Studies*, 25, 1045-1056. DOI: 10.1007/s10826-015-0287-3.
- Holopainen, L., Waltzer, K., Hoang, N., & Lappalainen, K. (2020). The relationship between students' self-esteem, schoolwork difficulties and subjective school wellbeing in finnish upper-secondary education. *International Journal of Educational Research*, 104, 101688. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101688> .
- Insan, A. C., Zukhra, R. M., & Lestari, W. (2021). Perbedaan Konsep Diri Remaja Pertengahan Yang Tinggal Bersama Orang Tua Dengan Remaja Petengahan Yang Tinggal Di Asrama Sekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(1), 16-29.
- Juniantari, I. G. A. S., & Sri, G. A. (2017). Pentingnya peningkatan kompetensi guru dalam pencapaian hasil belajar siswa. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 1(3), 1-12.
- Katsantonis, I., McLellan, R., & Marquez, J. (2023). Development of subjective well-being and its relationship with self-esteem in early adolescence. *British Journal of Developmental Psychology*, 41(2), 157-171. DOI: 10.1111/bjdp.12436.

- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2018). Buku Panduan Pengurusan Asrama Harian, KPM. *Bahagian Pengurusan Sekolah Harian*, KPM.
- Kong, F., Li, W., Wang, Q., & Zhen, Z. (2023). Incremental Well-being Beliefs and Well-being in Adolescents: The Mediating Role of Self-esteem and Optimism. *Child Indicators Research*, 16(2), 533-549. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-022-09994-6>.
- Lestari, M. (2021). Hubungan antara sense of belonging dengan homesickness pada siswa baru di pondok pesantren. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 12(1), 39-50. DOI: <https://doi.org/10.15548/alqalb.v12i1.2214>
- Lester, L., & Mander, D. (2020). A longitudinal mental health and wellbeing survey of students transitioning to a boys' only boarding school. Australian and *International Journal of Rural Education*, 30(2), 67-83. DOI: [doi/10.3316/informit.303046663169817](https://doi.org/10.3316/informit.303046663169817)
- Mander, D. J., & Lester, L. (2023). Self-reported homesickness in Australian adolescent males during their first year at boarding school: an exploratory study of symptomatic features, its dimensionality, coping strategies, and the relationship with academic, resilience, emotional and mental wellbeing factors. *Educational and Developmental Psychologist*, 40(2), 299-310.
- Martin, A. J., Papworth, B., Ginns, P., & Liem, G. A. D. (2014). Boarding school, academic motivation and engagement, and psychological well-being: A large-scale investigation. *American Educational Research Journal*, 51(5), 1007-1049.
- Moreira, A. L., Yunes, M. A. M., & Martins, L. F. (2023). Children's subjective wellbeing and the protective role of friendships, school satisfaction and neighborhood in the face of peer victimization. *Children and Youth Services Review*, 155, 107177. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.107177>
- Moreira, A. L., Yunes, M. A. M., Nascimento, C. R. R., & Bedin, L. M. (2021). Children's subjective well-being, peer relationships and resilience: An integrative literature review. *Child Indicators Research*, 14(5), 1723-1742. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-021-09843-y>.
- Moreira, H., Gouveia, M. J., & Canavarro, M. C. (2018). Is mindful parenting associated with adolescents' well-being in early and middle/late adolescence? The mediating role of adolescents' attachment representations, self-compassion and mindfulness. *Journal of youth and adolescence*, 47, 1771-1788. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10964-018-0808-7>
- Mulyana, A., Vidiati, C., Danarrahanto, P. A., Agussalim, A., Apriani, W., Fiansi, F., ... & Martono, S. M. (2024). Metode penelitian kualitatif. Penerbit Widina.
- Muyan-Yılık, M., & Demir, A. (2020). A pathway towards subjective well-being for Turkish university students: The roles of dispositional hope, cognitive flexibility, and coping strategies. *Journal of Happiness Studies*, 21(6), 1945-1963. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00162-2>.
- Na'imah, T., & Putranti, A. N. (2020). The Impact Of Emotional Intelligence On School Well-Being. *GESJ: Education Science and Psychology*, 2(56), 21-26.
- Nabella, A. & Muis, T., (2017). Peta Masalah Santri Dan Kesiapan Guru BK di SMA Pondok Pesantren Modern Al-Amanah Junwangi, Krian (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).
- Nopianti, R. (2018). Pendidikan Ahlak Sebagai Dasar Pembentukan Karakter Di Pondok Pesantren Sukamanah Tasikmalaya. *Patanjala*, 10(2), 291819. DOI: [10.30959/patanjala.v10i2.362](https://doi.org/10.30959/patanjala.v10i2.362).
- Pavletic, A. C., Dukes, T., Greene, J. G., Taylor, J., & Gilpin, L. B. (2016). Health services in boarding school: an oasis of care, counseling, and comfort. *The Journal of School Nursing*, 32(5), 304-314. DOI: <https://doi.org/10.1177/105984051664923>.
- Rahman, A. H. A., Majid, M. A., & Azizan, N. I. (2022). Kaedah Pembangunan Jati Diri Remaja Delinkuen Menurut Perspektif Islam: Tinjauan Sorotan Literatur: Methods of Identity Development of Delinquent Teenagers according to The Islamic Perspective. *Jurnal Pengajian Islam*, 15(2), 15-33.
- Rashid, I., Amin, F., Lone, A. H., & Gulzar, S. S. (2023). Health literacy and subjective well-being amongst university students: moderating role of gender. *Health Education*, 123(5/6), 121-137. DOI: doi.org/10.1108/HE-01-2023-0008.
- Reardon, A., Lushington, K., Junge, A., Crichton, J., & Agostini, A. (2023). Boarding versus day-students: A mixed-methods analysis of sleep and its relationship with psychological distress. *British Journal of Educational Psychology*, 93(4), 1146-1170. DOI: <https://doi.org/10.1111/bjep.12624>
- Redman-MacLaren, M., Benveniste, T., McCalman, J., Rutherford, K., Britton, A., Langham, E., ... & Bainbridge, R. (2021). Through the eyes of students: The satisfaction of remote Indigenous boarding students' with a transition support service in Queensland, Australia. *The Australian Journal of Indigenous Education*, 50(1), 95-106. DOI: doi.org/10.1017/jie.2019.3
- Rumainur, R., Umar, F. & Noor, M. (2022). Characteristics of Islamic religious education in boarding school curriculum. *Southeast Asian Journal of Islamic Education*, 4(2). DOI: <https://doi.org/10.21093/sajie.v4i2.4593>.
- Sam-Kalagbor, V. O. (2021). Perceived influence of school physical facilities on students academic performance in public secondary schools in Rivers State. *International Journal of Innovative Social & Science Education Research*, 9(1), 46-59. ISSN: 2360-8978.
- Setyawan, M. A. S. (2022). Perbandingan Scholl Well Being Muhammadiyah Boarding School di Kota dan Desa Pekalongan. *Nathiqiyah*, 5(2), 74-82. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v5i2.575>
- Tasdiq, M. (2024). Peran asrama al umami dalam membentuk karakter santri di Pondok Pesantren Nurul Huda. *Jurnal Pendidikan Islam Nusantara*, 3(01), 1-19.
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaptation and adolescents' subjective well-being. *Child Indicators Research*, 13(5), 1597-1617. DOI: <https://doi.org/10.1007/s12187-020-09717-9>.
- Wang, M., Zou, H., Zhang, W., & Hou, K. (2019). Emotional intelligence and subjective well-being in Chinese university students: the role of humor styles. *Journal of Happiness Studies*, 20, 1163-1178. DOI: <https://doi.org/10.1007/s10902-018-9982-2>.
- Watt, A. E. (2024). Wellbeing of Australian Boarders: Student, Staff and Parent Perspectives. [Southern Cross University]. DOI: <https://doi.org/10.25918/thesis.401>
- Widnall, E., Hatch, L., Albers, P. N., Hopkins, G., Kidger, J., de Vocht, F., ... & Campbell, R. (2023). Implementing a regional School Health Research Network in England to improve adolescent health and well-being, a qualitative process evaluation. *BMC Public Health*, 23(1), 745. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15713>
- Xing, J., Leng, L., & Ho, R. T. (2021). Boarding school attendance and mental health among Chinese adolescents: The potential role of alienation from parents. *Children and Youth Services Review*, 127, 106074. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106074>
- Yang, P., & Yan, Z. (2022). How boarding schools affect student mental health?. *Journal of East China Normal University (Educational Sciences)*, 40(8), 67.
- Yildirim, M. (2019). Mediating role of resilience in the relationships between fear of happiness and affect balance, satisfaction with life, and flourishing. *Europe's Journal of Psychology*, 15(2), 183. DOI: [10.5964/ejop.v15i2.1640](https://doi.org/10.5964/ejop.v15i2.1640).
- Yoon, Y., Eisenstadt, M., Leraya, S. T., & Deighton, J. (2023). Gender difference in the change of adolescents' mental health and subjective wellbeing 100 trajectories. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 32(9), 1569-1578. DOI: <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01961-4>.
- Zhang, R., Qiu, Z., Li, Y., Liu, L., & Zhi, S. (2021). Teacher support, peer support, and externalizing problems among left-behind children in rural China: Sequential mediation by self-esteem and self-control. *Children and Youth Services Review*, 121, 105824. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105824>.
- Zhao, Z., Ren, P., & Yang, Q. (2024). Student self-management, academic achievement: Exploring the mediating role of self-efficacy and the moderating influence of gender insights from a survey conducted in 3 universities in America. *arXiv preprint arXiv:2404.11029*. DOI: <https://doi.org/10.48550/arXiv.2404.11029>
- Zhong, Z., Feng, Y., & Xu, Y. (2024). The impact of boarding school on student development in primary and secondary schools: a meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 15, 1359626. DOI [10.3389/fpsyg.2024.1359626](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1359626)