

Kecerdasan Emosi Dalam Kalangan Remaja Malaysia *(The Emotional Intelligence among Malaysian Youth)*

¹Abdul Malek Rahman, ²Sidek Noah, ³Abdul Malek Karim, ²Wan Marzuki,
⁴Nabilah, ⁵Zulkifli, ⁶Joharry, ⁶Lihanna, ⁷Syed Mohamed Shafeq,
²Jamaludin, ⁸Sapon, ⁸Mohd Yusop, ⁹Mohd Taib, ¹⁰Munirah,
⁹Norlena, ¹¹Ruhaibah dan ²Tajularipin

¹Universiti Pendidikan Sultan Idris, ²Universiti Putra Malaysia,
³Universiti Utara Malaysia, ⁴Universiti Teknologi Mara,
⁵Universiti Malaysia Sabah, ⁶Universiti Antarabangsa Islam Malaysia,
⁷Universiti Teknologi Malaysia, ⁸Universiti Tun Hussein Onn,
⁹Universiti Kebangsaan Malaysia, ¹⁰Universiti Sains Malaysia,
¹¹Ast. Director MPM

Abstrak

Kajian tinjauan ini bertujuan melihat tahap kecerdasan emosi dalam kalangan remaja di Malaysia. Seramai 16, 668 remaja yang menduduki ujian MEdSi (Malaysia Educators Selection Inventory) dipilih sebagai sample kajian. Gerak balas sampel kajian terhadap komponen kecerdasan emosi (EQ) dalam ujian tersebut diambil sebagai data dan dianalisis secara deskriptif menggunakan min dan sisihan piawai. Dapatan kajian menunjukkan kecerdasan emosi remaja Malaysia berada pada tahap sederhana. Bagaimanapun komponen resiliensi dan kecerdasan hubungan berada pada tahap yang tinggi. Didapati secara keseluruhan remaja Malaysia mempunyai tahap kecerdasan emosi dan ekspresi emosi pada tahap sederhana. Justeru sekiranya kepercayaan bahawa EQ memainkan peranan penting terhadap personaliti dan prestasi, maka sewajarnya tindakan untuk membina dan meningkatkan EQ dalam kalangan remaja diberi perhatian oleh semua pihak yang terlibat dalam pembinaan dan perkembangan remaja.

Kata Kunci Kecerdasan emosi, emosi, remaja, EQ.

Abstract

This survey aims to describe the level of emotional intelligence (EQ) amongst Malaysian youth. A population of 16, 668 youth who sat for the Malaysian Educators Selection Inventory (MEdSI) was chosen as respondent. Their responses towards the EQ components were analyzed descriptively using percentages, mean and standard deviations. Results showed that overall EQ of Malaysian youths were at moderate level. The analysis of resilience and the relationship skills components, however at high-level while the respondents' emotional awareness and emotional expression levels were moderate.

Based on the findings, it is felt that more realistic actions in building and promoting EQ among youths need to be taken due to the fact that EQ plays important role personality and performance.

Keywords *Emotional Intelligence, emotion, youth, EQ.*

PENGENALAN

Pada tahun 2007, Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia telah melaksanakan satu sistemambilan bakal guru secara lebih rapi. Langkah ini diambil bagi menjamin calon guru yang mengikuti program sarjana muda pendidikan benar-benar berkualiti. Mereka seharusnya bukan hanya mempunyai prestasi akademik yang baik, malahan perlu juga memiliki personaliti yang menepati ciri-ciri profil guru berkesan. Justeru KPT menetap prosedur ambil melalui ujian bertulis dan temuduga. Bagi tujuan penilaian pertama, individu dikehendai menduduki satu ujian yang dikenali sebagai MEDSI (Malaysian Educators Selection Inventory). Calon yang berjaya, selanjutnya perlu melepasi keperluan temuduga sebelum diambil masuk oleh mana-mana IPTA untuk mengikuti program Ijazah Sarjanamuda Pendidikan.

Instrumen MEdSI telah dibangunkan untuk mengukur kualiti intrinsik individu guru dari segi Personaliti, Minat Kerjaya, Nilai Integriti, Patriotisme dan Kecerdasan Emosi (EQ). Maklumat yang diperolehi daripada pengukuran ini digunakan untuk memilih calon guru yang sesuai untuk kemasukan ke program pendidikan di IPTA. Kajian ini bertujuan memperihalkan tahap EQ dalam kalangan remaja di Malaysia. Untuk itu data komponen EQ daripada ujian MEdSI digunakan.

PERNYATAAN MASALAH

Individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang rendah lebih cenderung bertindak langsung dengan melanggar norma masyarakat (Abdul Malek et al., 2006). Dapatan kajian Goleman (1995) pula menunjukkan 80 peratus kejayaan seseorang bergantung kepada kecerdasan emosi berbanding dengan kecerdasan intelek.

Kajian yang menyeluruh berhubung kecerdasan emosi dalam kalangan remaja di Malaysia sangat perlu diperbanyakkan. Tahap kecerdasan emosi remaja sangat perlu diketahui, agar langkah tahap awal terhadap sebarang intervensi boleh dirancang dan dilaksanakan. Tindakan ini bertepatan dengan hasrat negara untuk melahirkan warganegara yang mempunyai modal insan dan berpersonaliti berkualiti.

Sehingga kini tidak terdapat kajian yang menunjukkan keadaan EQ dalam kalangan remaja Malaysia secara menyeluruh. Justeru adalah sukar bagi mana-mana pihak untuk mendapatkan maklumat berhubung EQ remaja. Melalui kajian ini perincian aspek EQ remaja akan diperihalkan melalui satu profil lengkap yang sedia digunapakai.

TUJUAN KAJIAN

Kajian ini bertujuan melihat tahap kecerdasan emosi remaja Malaysia dan selanjutnya membina satu profil kecerdasan emosi dalam kalangan remaja di Malaysia mengikut aspek; Kesedaran sendiri emosi, Ekspresi emosi, Kesedaran emosi terhadap orang lain, Resilien, Hubungan Interpersonal, dan Kecerdasan hubungan. Justeru dapatan kajian ini boleh digunakan untuk sebagai maklumat dalam mengenali personaliti remaja dan selanjutnya boleh juga digunakan sebagai rujukan dalam memilih seseorang berdasarkan kecerdasan emosinya.

TINJAUAN LITERATUR

Istilah EQ secara umumnya pernah digunakan buat pertama kalinya pada tahun 1990 oleh ahli psikologi Peter Salovey dari Universiti Harvard dan John Mayer dari Universiti New Hampshire (Salovey & Mayer, 1997). Ia digunakan bagi menjelaskan kualiti-kualiti diri khususnya yang terdapat pada emosi yang penting supaya seseorang dapat mencapai kejayaan (Mohd Azhar, 2004).

Menurut Goleman (1995), Ssalovey dan Mayer (1993) kecerdasan emosi sama pentingnya dengan kecerdasan intelek, malahan kadang kala lebih penting daripada kecerdasan intelek (IQ). Mayer et al., (1999) menyatakan bahawa kecemerlangan individu bergantung pada kecerdasan emosinya, dengan kata lain seorang guru yang memiliki kecerdasan intelek akan menjadi lebih cemerlang apabila dia juga memiliki kecerdasan emosi kerana kecerdasan intelek sahaja tidak dapat menjamin kecemerlangan seseorang individu.

Individu yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi berupaya mengenali diri, peka kepada persekitaran dan perasaan orang lain. Dalam perkataan lain seorang remaja yang mempunyai kecerdasan emosi yang tinggi berupaya mengawal diri dan berinteraksi secara baik dengan individu lain dan persekitaran. Demikian juga seorang guru yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi berkemampuan untuk mengenali, mengelola, dan mengekspresi perasaan dengan tepat, termasuk untuk memotivasi diri sendiri, mengenali emosi pelajarnya serta membina hubungan yang baik dengan pelajarnya. Jelas di sini seseorang yang mempunyai kecerdasan emosi tinggi, dapat hidup lebih bahagia dan berjaya kerana mereka percaya kepada diri sendiri serta mampu menguasai emosi serta mempunyai kesihatan mental yang baik.

METODOLOGI

Reka Bentuk Kajian

Kajian tinjauan ini bertujuan mendapatkan profil kecerdasan emosi yang melibatkan 16000 remaja diseluruh negara yang memohon program Sarjanamuda Pendidikan di tiga belas IPTA tempatan bagi kemasukan Julai 2007. Sebahagian set item MEdSi yang mengukur kecerdasan emosi digunakan dalam kajian ini.

Alat Kajian

Alat kajian ini mengandungi 60 item yang merangkumi; Kesedaran sendiri emosi (11 item), Ekspresi emosi (9 item), Kesedaran emosi terhadap orang lain (12 item), Resilien (12 item), Hubungan Interpersonal (9 item), Kecerdasan hubungan (7 item), di mana setiap individu dikehendaki memberi jawapan berdasarkan skala “Sangat tidak tepat dengan diri saya” hingga “Sangat tepat dengan diri saya”. Untuk tujuan pengiraan skor bagi setiap jawapan adalah di antara 0 hingga 3. Skor mentah maksimum yang boleh diperolehi oleh setiap individu ialah 180. Manakala min skor paling tinggi adalah 3 dan min skor paling rendah ada 0.

Jumlah skor mentah boleh menggambarkan kecerdasan emosi seseorang. Nilai skor mentah yang tinggi menggambarkan tahap kecerdasan emosi yang tinggi, begitu juga sebaliknya. Sebagai contoh jika individu memperoleh skor 180 maka tahap kecerdasan emosi beliau berada dalam tahap yang optimum. Sebaliknya juga, jika individu memperoleh skor 0 maka tahap kecerdasan emosinya berada dalam tahap terendah.

Terdapa tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap kecerdasan emosi tinggi, tahap kecerdasan emosi sederhana dan tahap kecerdasan emosi rendah seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 1.

Jadual 1 Tahap kecerdasan emosi

Tahap Kecerdasan Emosi	Julat	Min
Tinggi	121 – 180	2.01 – 3.00
Sederhana	61 – 120	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 60	0 – 1.00

Bagi tahap kecerdasan emosi tinggi, menggambarkan seseorang yang sensitif terhadap perasaannya dan perasaan orang lain, dapat menzahirkan perasaannya kepada orang lain, dapat memahami perasaannya dan perasaan orang lain, mempunyai jati diri, memiliki sifat tabah yang tinggi, dapat menghadapi masalah dengan lebih berkesan, dapat berinteraksi dan memberikan komitmen dengan orang lain secara jujur.

Bagi tahap kecerdasan emosi rendah pula, menggambarkan individu yang langsung tidak peka terhadap perasaan dirinya dan orang lain, sukar melahirkan perasaannya terhadap orang lain, tidak sensitif terhadap perasaan orang lain, tiada daya tahan, tidak memiliki kesabaran dan sentiasa menghadapi masalah apabila berinteraksi dengan orang lain. Individu ini juga sukar memberikan komitmen terhadap orang lain.

Tahap kecerdasan emosi sederhana secara amnya mempunyai sifat dan kecenderungan yang berada di antar kedua dua tahap kecerdasan emosi tinggi dengan kecerdasan emosi rendah. Interpretasi Sub Skala Kecerdasan Emosi.

Kesedaran Kendiri Emosi

Terdapat tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap kesedaran sendiri emosi tinggi, tahap kesedaran sendiri emosi sederhana dan tahap kesedaran emosi rendah seperti dalam Jadual 2.

Jadual 2 Tahap sub skala kesedaran sendiri emosi

Tahap Kesedaran Kendiri Emosi	Julat	Min
Tinggi	23 - 33	2.01 – 3.00
Sederhana	12 – 22	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 11	0 – 1.00

Tahap kesedaran sendiri emosi tinggi menggambarkan individu yang sentiasa mengenal pasti tentang dirinya dan perasaannya secara positif. Tahap kesedaran sendiri emosi rendah memperlihatkan seorang yang tidak pasti tentang dirinya dan perasaannya. Dia mempunyai tanggapan yang negatif terhadap dirinya. Tahap kesedaran sendiri emosi yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap kesedaran sendiri emosi tinggi dan rendah.

Ekspresi Emosi

Terdapat tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap ekspresi emosi tinggi, tahap ekspresi emosi sederhana dan tahap ekspresi emosi rendah seperti dalam Jadual 3.

Jadual 3 Tahap sub skala ekspresi emosi

Tahap Ekspresi Emosi	Julat	Min
Tinggi	19 – 27	2.01 – 3.00
Sederhana	10 – 18	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 9	0 – 1.00

Tahap ekspresi emosi tinggi menggambarkan individu yang dapat menzahirkan perasaan sebenarnya terhadap orang lain dengan berkesan. Dia juga dapat memahami merasai perasaan sebenar orang lain apabila berinteraksi. Tahap ekspresi emosi rendah memperlihatkan seorang yang tidak mampu menzahirkan perasaan sebenarnya terhadap orang lain dan gagal memahami perasaan orang lain. Tahap ekspresi emosi yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap ekspresi emosi tinggi dan rendah.

Kesedaran Emosi Terhadap Orang Lain

Terdapa tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap kesedaran emosi terhadap orang lain tinggi, tahap kesedaran emosi terhadap orang lain sederhana dan tahap kesedaran emosi terhadap orang lain rendah seperti dalam Jadual 4.

Jadual 4 Tahap sub skala kesedaran emosi terhadap orang lain

Tahap Kesedaran Emosi Terhadap Orang Lain	Julat	Min
Tinggi	25 – 36	2.01 – 3.00
Sederhana	13 – 24	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 12	0 – 1.00

Tahap kesedaran emosi terhadap orang lain yang tinggi menggambarkan individu tersebut dapat memahami perasaan orang lain dengan berkesan sama ada melalui kat-kata atau perlakuan secara tersurat atau tersirat. Tahap kesedaran emosi terhadap orang lain yang rendah pula dapat memerihalkan individu yang tidak dapat memahami perasaan orang lain dengan baik, sama ada secara yang tersurat atau tersirat. Tahap kesedaran emosi terhadap orang lain yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap kesedaran emosi terhadap orang lain tinggi dan rendah.

Resilien

Terdapat tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap resilien tinggi, tahap resilien sederhana dan tahap resilien rendah seperti dalam Jadual 5.

Jadual 5 Tahap sub skala resilien

Tahap Resilien	Julat	Min
Tinggi	25 – 36	2.01 – 3.00
Sederhana	13 – 24	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 12	0 – 1.00

Tahap resilien yang tinggi menggambarkan individu yang tabah dan bersifat sabar dalam melakukan sesuatu. Apabila menghadapi kesukaran, individu ini tidak mudah berputus asa. Tahap resilien yang rendah pula memerihalkan individu yang mudah rasa kecewa dan cepat merasa jemu dalam melakukan sesuatu. Apabila menghadapi kesukaran, individu ini cepat berputus asa. Tahap resilien yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap resilien tinggi dan rendah.

Hubungan Interpersonal

Terdapat tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap hubungan interpersonal tinggi, tahap hubungan interpersonal sederhana dan tahap hubungan interpersonal rendah seperti dalam Jadual 6.

Jadual 6 Tahap sub skala hubungan interpersonal

Tahap Hubungan Interpersonal	Julat	Min
Tinggi	19 – 27	2.01 – 3.00
Sederhana	10 – 18	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 9	0 – 1.00

Tahap hubungan interpersonal yang tinggi menggambarkan individu yang suka membina hubungan interpersonal dengan orang lain, mudah menjalinkan persahabatan dan dapat mempamerkan perasaan kasih sayang terhadap orang lain. Tahap hubungan interpersonal yang rendah pula menunjukkan individu yang menghadapi masalah dalam hubungan interpersonal. Individu tersebut juga sentiasa menghadapi kesukaran dalam menjalinkan persahabatan dan sukar mempamerkan perasaan terhadap orang lain. Tahap hubungan interpersonal yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap hubungan interpersonal yang tinggi dan rendah.

Kecerdasan Hubungan

Terdapat tiga tahap dalam menginterpretasikan skor individu, iaitu tahap kecerdasan hubungan tinggi, tahap kecerdasan hubungan sederhana dan tahap kecerdasan hubungan rendah seperti dalam Jadual 7.

Jadual 7 Tahap sub skala kecerdasan hubungan

Tahap Kecerdasan Hubungan	Julat	Min
Tinggi	15 – 21	2.01 – 3.00
Sederhana	8 – 14	1.01 – 2.00
Rendah	0 – 7	0 – 1.00

Tahap kecerdasan hubungan yang tinggi memerihalkan individu yang berupaya untuk berinteraksi secara mendalam dengan orang lain, memberi komitmen berterusan dan mengambil berat dalam hubungan. Tahap kecerdasan hubungan yang rendah pula dapat menggambarkan individu yang sukar untuk berinteraksi dengan orang lain. Individu ini juga sukar untuk memberi komitmen dalam hubungan secara berterusan dan bersikap tidak ambil berat dalam hubungan. Tahap kecerdasan hubungan yang sederhana memperlihatkan ciri-ciri antara tahap kecerdasan hubungan yang tinggi dan rendah.

Kesahan Kandungan Gagasan Alat Kajian

Kesahan gagasan dan kandungan bagi setiap bahagian telah dibuat melalui penilaian pakar bidang. Beberapa orang pakar bidang yang dikenal pasti telah di minta untuk memberi persetujuan bagi setiap item dengan menandakan skala 1 (Sangat tidak setuju) hingga 10 (Sangat setuju). Berdasarkan penilaian pakar tersebut, pekali kesahan kandungan telah dikira. Hasil kiraan adalah seperti dalam Jadual 8. Secara keseluruhannya, pekali kesahan bagi bahagian ini adalah tinggi.

Jadual 8 Pekali kesahan kandungan kecerdasan emosi

Gagasan	Pekali Kesahan
Kesedaran Kendiri Emosi	.875
Ekspresi Emosi	.825
Kesedaran Emosi Terhadap Orang Lain	.925
Resilien	.825
Hubungan Interpersonal	.800
Kecerdasan Hubungan	.767
Keseluruhan	.836

Kebolehpercayaan Alat Kajian

Daripada analisis kebolehpercayaan menggunakan model Alpha Cronbach menunjukkan kebolehpercayaan yang tinggi. Alat kajian kecerdasan emosi ialah .890. Ini menunjukkan alat kajian ini mempunyai kebolehpercayaan yang tinggi.

Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif menggunakan min dan sisihan piawai berbantuan program SPSS versi 14.0.

DAPATAN KAJIAN

Dapatan kajian dijelaskan melalui tiga bahagian iaitu; profil kecerdasan emosi remaja keseluruhan mengikut jantina dan etnik. Untuk melihat taburan tahap kecerdasan emosi secara lebih mendalam maka tahap kecerdasan emosi mengikut elemen komponen turut dibentangkan.

Jadual 9 Profil Kecerdasan Emosi Dalam Kalangan Remaja Malaysia

KOMPONEN KECERDASAN EMOSI	KESELURUHAN		
	N	Min	SP
Kesedaran Kendiri Emosi	16558	1.746	0.301
Ekspresi Emosi	16593	1.580	0.341
Kesedaran Emosi Terhadap Orang Lain	16538	1.940	0.373
Resilien	16591	2.010	0.295
Hubungan Interpersonal	16578	1.980	0.305
Kecerdasan Hubungan	16668	2.352	0.387
Kecerdasan Emosi		1.935	0.334

Jadual 9 menunjukkan tahap kecerdasan emosi keseluruhan dalam kalangan remaja di Malaysia. Analisis menunjukkan tahap kecerdasan emosi keseluruhan dalam kalangan remaja adalah di peringkat sederhana (min = 1.935). Analisis lanjut pula menunjukkan komponen kecerdasan hubungan (min = 2.350) dan resilien (min = 2.010) berada di peringkat yang tinggi, manakala komponen selainnya berada di peringkat yang sederhana. Bagaimanapun didapati komponen ekspresi emosi (min = 1.580) berada pada tahap rendah.

Jadual 10 Tahap Kecerdasan Emosi Dalam Kalangan Remaja Malaysia
Mengikut Jantina

KOMPONEN KECERDASAN EMOSI	JANTINA					
	Lelaki			Perempuan		
	N	Min	SP	N	Min	SP
Kecerdasan Kendiri Emosi 11	3068	1.716	0.294	13487	1.753	0.301
Ekspresi Emosi 9	3077	1.567	0.334	13513	1.582	0.342
Kesedaran Emosi Terhadap Oang Lain 12	3066	1.905	0.373	13469	1.954	0.372
Resilien 12	3070	1.995	0.301	13518	2.016	0.293
Hubungan Interpersonal 9	3073	1.910	0.311	13502	1.997	0.302
Kecerdasan Hubungan 7	3092	2.296	0.387	13573	2.365	0.386
Kecerdasan Emosi		1.898	0.333		1.944	0.333

Jadual 10 menunjukkan taburan tahap kecerdasan emosi remaja mengikut jantina. Dapatan analisis menunjukkan remaja perempuan memiliki tahap kecerdasan emosi keseluruhan yang lebih tinggi (min = 1.944) berbanding lelaki (min = 1.898). Bagaimanapun perbezaan ini didapati sangat kecil, iaitu 0.046 mata dan kedua-dua jantina memiliki tahap kecerdasan emosi keseluruhan yang sederhana. Manakala analisis lanjut menunjukkan remaja perempuan memiliki tahap resilien (min = 2.016) dan tahap kecerdasan hubungan (min = 2.365) di peringkat tinggi, berbanding remaja lelaki yang memiliki tahap resilien (min = 1.995) dan tahap kecerdasan hubungan (min = 1.910) di peringkat sederhana.

PERBINCANGAN DAN RUMUSAN

Kajian ini melibatkan lebih enam belas ribu responden dalam kalangan remaja yang memohon mengikuti program Sarjanamuda Pendidikan dalam pelbagai bidang di Institusi Pendidikan Tinggi Awam. Mereka terdiri daripada remaja lelaki dan perempuan ddari pelbagai etnik. Kajian ini secara keseluruhan menunjukkan remaja Malaysia mempunyai tahap kecerdasan emosi (EQ) yang sederhana. Remaja perempuan didapati memiliki EQ yang agak tinggi berbanding remaja lelaki.

Kajian ini juga memberi tumpuan terhadap enam komponen EQ iaitu, Kesedaran sendiri emosi, Ekspresi emosi, Kesedaran emosi terhadap orang lain, Resilien, Hubungan Interpersonal, dan Kecerdasan hubungan. Dapatan kajian menunjukkan walaupun remaja Malaysia mempunyai tahap EQ yang sederhana, tetapi mereka mempunyai tahap resilien dan kecerdasan hubungan yang tinggi berbanding komponen EQ selainnya pada tahap sederhana.

Semua remaja didapati tidak mempunyai kesedaran emosi dan ekspresi emosi yang tinggi. Ini menunjukkan keupayaan mereka mengenali dan menyedari emosi diri agak kurang. Mereka juga memperlihatkan kurang berupaya meluahkan perasaan kepada orang lain.

PENUTUP

Berdasarkan analisis dan rumusan di atas dapat disimpulkan bahawa tahap EQ remaja Malaysia berada pada tahap sederhana. Walaupun mereka didapati mempunyai tahap resilien dan kecerdasan hubungan yang agak tinggi, tetapi komponen kesedaran sendiri, kesedaran emosi terhadap orang lain, hubungan interpersonal, khususnya ekspresi emosi berada pada tahap sederhana.

Kajian ini telah mengambil langkah awal memperihalkan EQ dalam kalangan remaja Malaysia. Justeru sekiranya kepercayaan bahawa EQ memainkan peranan penting terhadap personaliti dan prestasi, maka sewajarnya tindakan untuk membina dan meningkatkan EQ patut diberi perhatian oleh semua pihak yang terlibat dalam pembinaan dan perkembangan remaja.

RUJUKAN

- Abdul Malek Abdul Rahman, Nasir Bistaman, Sabariah Siron, Md. Nor Saper, Aziz Yatim, Sulkifli Mamat, Mohd. Bazlan Mustafa, (2006). "Fenomena tingkah laku langsung dalam kalangan remaja sekolah menengah: Pencegahan dan rawatan". Laporan Kajian, Universiti Pendidikan Sultan Idris. Tanjung Malim.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York. Bantam Books Publishing Histroy.
- Mohd Azhar Abd. Hamid (ed.). (2006). *Panduan Meningkatkan Kecerdasan Emosi*. Kuala Lumpur. PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.
- Mayer, D, Caruso, R., & Salovey, P. (1999). Emotional Intelligence Meets Traditional Students. *Intelligence* 27, 267-298.
- Sidek Mohd Noah. (2006). *Perkembangan kerjaya: Teori dan praktis*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Salovey, P. & Mayer, D. (1997). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, & Personality*, 9, 185-211.