JURNAL YADIM
يايسن دعوه اسلامية مليسيا
"International Journal Of
Islam And Contemporary Affairs"

VOL. 6 (1) | JUN 2026: 47-70
E-ISSN: 2785-8898
www.e-jurnal.yadim.com.my

Diserahkan: 10 Februari 2026 Diterima : 30 April 2026 Atas Talian: 15 Mei 2026

SOKONGAN KOMUNITI ISLAM DALAM PEMBENTUKAN SEKOLAH SEJAHTERA BAGI MENANGANI ISU KESIHATAN MENTAL DI SEKOLAH: ANALISIS SUMBANGAN *RAHMAH SUPPORT TEAM* (RST)

SUPPORT OF THE ISLAMIC COMMUNITY IN FORMING PROSPEROUS SCHOOLS TO ADDRESS MENTAL HEALTH ISSUES IN SCHOOLS: AN ANALYSIS OF THE RAHMAH SUPPORT TEAM (RST) CONTRIBUTIONS

[1]Fatin Nur Majdina Nordin, [2]Noratirah Rambli, [3]Nor Akmariah Abdullah

[1]Program Sains Gunaan dengan Pengajian Islam,
Jabatan Fiqh-Usul dan Sains Gunaan, Akademi Pengajian Islam,
Universiti Malaya 50603 Kuala Lumpur

[2]Jawatankuasa Media, Penyelidikan dan Penerbitan,
Rahmah Support Team (RST)., Rahmah Centre Bukit Bintang (RCBB),
No.1, Jalan Bukit Bintang, Bukit Bintang 55100 Kuala Lumpur

[3]Jabatan Fakulti Pembangunan Mahasiswa Budiman (FPMB
Universiti Selangor (UNISEL), Jalan Timur Tambahan
Bestari Jaya, 45600 Kuala Selangor, Selangor

Corresponding Author; e-mail: *fatinmajdina@um.edu.my*

DOI: https://doi.org/10.61465/jurnalyadim.v6.374

ABSTRAK

Isu kesihatan mental dalam kalangan masyarakat, khususnya umat Islam, semakin membimbangkan dan memerlukan pendekatan sokongan yang menyeluruh serta berteraskan nilai Islam. Dalam kerangka Malaysia MADANI, kesejahteraan insan menuntut pembangunan yang seimbang dari aspek intelek, emosi dan spiritual, selari dengan prinsip pendidikan manusiawi yang bertujuan membina karakter pelajar berilmu dan berakhlak. Artikel ini menganalisis model sokongan komuniti dalam menangani isu kesihatan mental dari perspektif Islam melalui sumbangan badan bukan kerajaan (NGO), Rahmah Support Team (RST). Kajian ini meneliti inisiatif dan gerak kerja RST sebagai pelaksana intervensi komuniti berasaskan nilai ihsan, rahmah dan empati, yang menekankan keseimbangan antara sokongan rohani, psikososial dan pendidikan. Data kajian diperoleh melalui analisis dokumen, termasuk laporan program,

modul latihan, serta penilaian impak pelaksanaan intervensi dalam kalangan komuniti sekolah, universiti, serta masyarakat bandar dan luar bandar. Pemetaan nilai-nilai Islam dan prinsip MADANI terhadap objektif serta hasil program dilaksanakan menggunakan pendekatan Teori Perubahan (*Theory of Change*). Dapatan kajian menunjukkan bahawa pengintegrasian nilai-nilai Islam dalam model sokongan komuniti bukan sahaja menyumbang kepada peningkatan daya tahan emosi dan kesejahteraan mental peserta, malah turut memperkukuh budaya empati, ihsan dan sokongan sosial dalam komuniti. Artikel ini mencadangkan penambahbaikan ke arah pengukuhan kerjasama strategik antara NGO, institusi pendidikan dan agensi kerajaan bagi membangunkan ekosistem sokongan kesihatan mental yang mampan dan berteraskan nilai Islam di Malaysia.

Kata kunci*:* kesejahteraan, pendidikan manusiawi, intervensi komuniti, ekosistem sokongan

ABSTRACT

Mental health issues within society, particularly among Muslim communities, are increasingly concerning and require a comprehensive support approach grounded in Islamic values. Within the framework of Malaysia MADANI, human well-being calls for balanced development across intellectual, emotional, and spiritual dimensions, in line with humane education principles aimed at nurturing knowledgeable and morally grounded individuals. This article analyses a community support model in addressing mental health issues from an Islamic perspective through the contributions of a non-governmental organization (NGO), the Rahmah Support Team (RST). The study examines the initiatives and operational efforts of RST as a community-based intervention provider rooted in the values of *ihsan* (benevolence), *rahmah* (compassion), and empathy, emphasizing a balance between spiritual, psychosocial, and educational support. Data were collected through document analysis, including program reports, training modules, and impact evaluations of interventions implemented among school and university communities, as well as urban and rural populations. The mapping of Islamic values and MADANI principles to program objectives and outcomes was conducted using the Theory of Change approach. The findings indicate that integrating Islamic values into community support models not only enhances participants' emotional resilience and mental well-being but also strengthens a culture of empathy, compassion, and social support within communities. This article proposes further improvements to strengthen strategic collaboration among NGOs, educational institutions, and government agencies to develop a sustainable mental health support ecosystem grounded in Islamic values in Malaysia.

Kata kunci*:* holistic human well-being, humanistic education, community-based intervention, support ecosystem

PENGENALAN

Pendidikan merupakan satu proses menyeluruh yang bukan sahaja berperanan menyampaikan ilmu pengetahuan, malah membentuk adab, kemahiran serta karakter insan. Dalam konteks ini, pendidikan yang berkesan menuntut pembinaan ekosistem sekolah yang sejahtera dan saling menyokong, merangkumi peranan guru, murid, ibu bapa, pentadbir serta persekitaran fizikal dan sosial sekolah. Ekosistem pendidikan yang sihat amat penting bagi memastikan objektif pendidikan dapat direalisasikan secara holistik, khususnya dalam membangunkan pelajar yang berilmu, berakhlak dan sejahtera dari aspek emosi serta mental.

Namun, cabaran kesihatan mental dalam kalangan pelajar dan warga sekolah semakin ketara, merangkumi tekanan akademik, masalah emosi, konflik sosial, kebimbangan identiti diri serta kesan penggunaan teknologi dan media sosial yang tidak terkawal (Mohd Shaifuddin et al., 2025; Abdul Hamid & Mohamed, 2024; Institute for Youth Research Malaysia, 2023). Isu-isu ini bukan sahaja menjejaskan prestasi pembelajaran, malah memberi implikasi jangka panjang terhadap kesejahteraan emosi, pembentukan sahsiah dan daya tahan pelajar. Justeru, pendidikan tidak boleh terhad kepada pemindahan ilmu semata-mata, sebaliknya perlu memberi penekanan kepada pembinaan akhlak, nilai murni serta sokongan psikososial yang berterusan (Fadzil, 2021). Selari dengan perspektif pendidikan Islam, aspek keimanan, moral dan kesolehan merupakan teras penting dalam membangunkan insan seimbang yang menjaga kesejahteraan akal dan jiwa.

Sokongan sosial daripada ibu bapa, guru, dan rakan-rakan adalah sebahagian usaha pembentukan ekosistem yang mampu meningkatkan keyakinan dan kepuasan diri, serta faktor pelindung dalam mendepani pelbagai isu sebagai pelajar (Abu Bakar, Surat, & Rahman, 2023; Marianty, Hidayati, & Widodo, 2025). Peranan guru dalam ekosistem bukan hanya sebagai pendidik akademik, malah sebagai agen sosialisasi yang membimbing pelajar memahami nilai, sikap dan budaya yang membentuk kehidupan bermasyarakat (Marianty, Hidayati, & Widodo, 2025; Reynolds, 2001). Kesedaran terhadap kepentingan nilai empati, ihsan dan saling menghormati menjadi semakin penting dalam persekitaran pendidikan yang berhadapan dengan pelbagai latar belakang sosiobudaya dan cabaran kesihatan mental. Hal ini sejajar dengan Agenda Pendidikan Manusiawi yang diketengahkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia

(KPM) dalam kerangka Malaysia MADANI, yang menekankan pembangunan insan secara seimbang dari aspek intelek, emosi, rohani dan sosial.

Dalam era digital dan kecerdasan buatan, integrasi teknologi dalam pendidikan perlu diseimbangkan dengan penerapan nilai dan etika. Pelajar bukan sahaja perlu didedahkan kepada kemahiran abad ke-21, malah dibimbing untuk menggunakan teknologi secara beretika dan bertanggungjawab agar kesejahteraan mental dan keharmonian sosial dapat dipelihara. Selain itu, keadilan sosial dalam pendidikan, termasuk akses kepada sokongan kesihatan mental tanpa mengira latar belakang sosio-ekonomi dan lokasi, merupakan elemen penting dalam membina ekosistem sekolah yang inklusif (keterangkuman) dan sejahtera. Namun, kajian dan inisiatif NGO dalam mendepani isu sokongan emosi dan psikologi terhadap pelajar sekolah masih terhad dan terpencil (Abu Bakar, Surat, & Rahman, 2023). Dalam konteks inilah, peranan sokongan komuniti berasaskan nilai Islam menjadi signifikan (Abu Bakar, Surat, & Rahman, 2023).

Sehubungan itu, dalam situasi semasa, penghayatan nilai teras MADANI seperti kesejahteraan, hormat, ihsan dan keyakinan diyakini mampu menyokong pembinaan ekosistem pendidikan yang bukan sahaja cemerlang dari sudut akademik, tetapi juga prihatin terhadap kesihatan mental dan pembentukan karakter pelajar. Oleh itu, kertas kerja ini bertujuan menilai sumbangan dan impak gerak kerja Rahmah Support Team (RST) sebagai sebuah inisiatif sokongan komuniti dalam membangunkan ekosistem sekolah yang sejahtera melalui pendekatan rahmah, empati dan khidmat sokongan psikososial berteraskan nilai Islam.

SOROTAN KAJIAN

Ekosistem sekolah memainkan peranan penting dalam memastikan kesihatan mental dan kesejahteraan dalam kalangan pelajar. Pembentukan ekosistem yang menyokong perkembangan dan kesejahteraan kanak-kanak selaras dengan teori ekosistem Bronfenbrenner yang menekankan kepentingan kerjasama antara keluarga dan sekolah khususnya dalam memupuk perkembangan psikologi pelajar (Shuai & Xiao, 2023). Menurut Bronfenbrenner, perkembangan kanak-kanak adalah hasil interaksi antara alam persekitaran dengan kanak-kanak tersebut (Shuai

& Xiao, 2023; Junaidi, 2020). Model ekologi juga mengatakan bahawa kesihatan mental di sekolah perlu menekankan kepentingan budaya mendengar aktif dan etos inklusif pada tahap makro, meso, dan mikro (Aston, 2014). Dalam konteks ini, interaksi antara kanak-kanak dengan persekitaran dipercayai boleh mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan kanak-kanak tersebut.

Secara umum, penyelidikan terhadap pembinaan ekosistem sekolah sejahtera bagi menangani isu kesihatan mental mestilah mengambil pendekatan sistem secara menyeluruh melalui analisis persekitaran yang kompleks, dan menterjemahkan pengetahuan ke dalam dasar dan amalan (Furst et al., 2020). Perspektif holistik ini mengakui bahawa ekosistem sekolah boleh mempromosikan kejayaan akademik dan kesejahteraan pelajar (Gaspar et al., 2020). Selain itu, kesihatan mental pelajar boleh disokong secara berkesan oleh orang dewasa dalam komuniti sekolah, khususnya melalui pemahaman mendalam terhadap perkembangan kanak-kanak dan remaja, serta identiti dan kepentingan hubungan dalam kehidupan mereka (Aston, 2014).

Pembentukan ekosistem sekolah sejahtera adalah penting untuk kesihatan mental dan prestasi akademik pelajar di Malaysia. Keadaan ini bertepatan dengan model kesejahteraan sekolah yang merangkumi empat aspek iaitu memiliki atau *having* (keadaan sekolah), mencintai atau *loving* (hubungan sosial), kemenjadian (pencapaian diri atau *self-fulfillment*) dan kesihatan (Anggreni & Immanuel, 2020). Di samping itu, sokongan sosial ibu bapa juga berkait rapat dengan kesihatan mental pelajar di mana ibu bapa memainkan peranan dalam memastikan kefungsian anak yang baik dan optimum (Zuhaila @ Aishah et al., 2023). Malah, persekitaran sekolah yang selamat juga merupakan elemen yang penting dalam memupuk emosi positif serta membina kesejahteraan pelajar dalam jangka masa yang panjang (Awang & Suyanto, 2017).

Perkembangan dan keperluan pelajar sekolah rendah adalah berbeza dengan pelajar sekolah menengah. Bagi pelajar sekolah rendah, konsep diri fizikal dan hubungan keluarga sangat berkait rapat dengan kesihatan mental pelajar (Thea & Amir, 2024). Manakala bagi pelajar sekolah menengah, sokongan sosial daripada ibu bapa memainkan peranan penting dalam menangani gangguan kesihatan mental (Zuhaila @ Aishah et al., 2023). Kajian kes oleh Rashid

et al. (2018) menyatakan bahawa 50% pelajar mengalami kemurungan yang dicetuskan oleh pelbagai faktor. Faktor lain yang menyumbang kepada kebimbangan dan kerisauan dalam kalangan pelajar ialah tekanan akademik, gaya keibubapaan, ketidakharmonian dalam keluarga, perhubungan pelajar di sekolah merangkumi hubungan dengan rakan-rakan dan guru, serta persekitaran yang menyokong (Rosli et al., 2024; Rosli et al., 2023; Ahmad Shahril et al., 2021; Nurul Saidatus et al., 2021).

Beberapa inisiatif telah dijalankan bagi menangani masalah kebimbangan kesihatan mental yang semakin meningkat, antara usaha tersebut ialah meningkatkan kompetensi kaunselor sekolah dalam kaunseling kesihatan mental klinikal melalui program latihan khusus (Jais et al., 2020). Penekanan terhadap penglibatan semua pemegang taruh, khususnya sokongan ibu bapa, guru, kaunselor sekolah, dan pihak berkepentingan lain seperti kementerian, adalah penting dalam menangani isu ini. Pelan untuk mengurus dan mencegah masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar dengan berkesan harus dibentangkan dan dilaksanakan pada setiap peringkat pendidikan di Malaysia. Menurut Ifdil (2018), pihak yang berkepentingan perlu melaksanakan strategi-strategi yang menekankan aspek hubungan antara agama, alam semula jadi, dan komuniti dalam sistem pendidikan di Malaysia bagi membantu pelajar mengekalkan kesejahteraan mental dan berupaya menghadapi tekanan hidup dengan lebih berkesan.

Dalam perspektif Islam, kesihatan mental dilihat sebagai kesejahteraan holistik yang merangkumi dimensi spiritual, emosi, moral dan sosial, yang berpaksikan hubungan dengan Allah SWT serta nilai-nilai seperti *sabr* (kesabaran), *tawakkul* (kebergantungan kepada Allah) dan *zikr* (mengingati Allah) sebagai *coping mechanism* atau daya tindak yang penting dalam menghadapi tekanan kehidupan. Asas pembentukan mental yang sejahtera dalam diri individu Muslim yang dibina dalam kerangka *Islamic Educational Psychology* menekankan keseimbangan antara fitrah, qalb, nafs dan aql (Ma'rifah, Alimuddin, & Supriandi, 2025). Pendekatan ini juga sejajar dengan prinsip kaunseling Islam yang mengintegrasikan nilai-nilai al-Qur'an dan Sunnah untuk memupuk sifat belas kasihan, keadilan dan ketahanan emosi sebagai sebahagian daripada kesejahteraan sosial dan rohani (Sadiyah & Fitriyani, 2025). Oleh itu, pendekatan Islam terhadap kesihatan mental bukan sekadar pengurusan simptom, tetapi

mencakupi pengukuhan daya tahan atau *resilience* rohani dan sosial yang relevan dalam konteks pendidikan seharian pelajar.

Secara keseluruhannya, kajian-kajian ini menekankan keperluan untuk pendekatan yang menyeluruh dan kolaboratif dalam mempromosikan kesihatan mental di sekolah. Ringkasnya, persekitaran sekolah yang positif melalui keselamatan sekolah yang terjamin, juga penglibatan ibu bapa dalam aktiviti sekolah, kaunselor dan guru yang terlatih dalam menangani isu kesihatan mental, bersama aktiviti sekolah yang mempromosikan konsep diri yang positif, berupaya menyokong kesihatan mental dan kesejahteraan kepada keseluruhan pelajar sekolah di Malaysia. Pendidikan holistik yang merangkumi perkembangan mental, fizikal, emosi dan spiritual adalah sebahagian daripada persediaan kepada pelajar bagi berdepan dengan cabaran Revolusi Perindustrian 5.0 (Jayabalan et al., 2021).

Justeru, kajian ini mengenal pasti impak program dan aktiviti yang dijalankan oleh NGO khususnya *Rahmah Support Team* (RST) dalam menyumbang kepada pembinaan ekosistem sekolah sejahtera yang mensasarkan pembentukan pelajar yang holistik dalam sistem pendidikan sekolah di Malaysia. Analisis juga dibuat terhadap penerapan nilai MADANI yang turut menekankan elemen manusiawi yang penting dalam pendidikan dan pembangunan pelajar yang holistik.

METODOLOGI

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan mengaplikasikan dua kaedah pengumpulan data utama, iaitu kajian literatur dan analisis dokumen. Kajian literatur dijalankan secara sistematik melalui penelitian terhadap artikel jurnal terpilih yang berkaitan dengan konsep ekosistem sekolah sejahtera dan pembangunan kesejahteraan komuniti pendidikan. Artikel-artikel ini diperoleh daripada pelbagai pangkalan data akademik yang relevan. Selain itu, kertas kerja seminar dan persidangan berkaitan nilai MADANI dalam konteks pendidikan turut dirujuk bagi memperkukuh pemahaman konseptual dan wacana semasa.

Bagi mengukuhkan asas teoretikal kajian, analisis turut melibatkan penelitian terhadap dokumen dasar dan polisi kerajaan, antaranya Dasar Malaysia MADANI, Pelan Pembangunan

Pendidikan Malaysia (PPPM) 2013–2025, serta Agenda Pendidikan Manusiawi Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM). Analisis dokumen ini bertujuan mengenal pasti keselarasan nilai dan prinsip dasar negara dengan pelaksanaan program sokongan kesejahteraan di peringkat sekolah.

Kajian ini seterusnya menilai sumbangan dan impak gerak kerja Pertubuhan Sokongan Rahmah (RST) dalam pembinaan ekosistem sekolah sejahtera melalui kaedah analisis dokumen. Dokumen yang dianalisis merangkumi laporan aktiviti RST bagi tempoh 2019 hingga 2023. Laporan-laporan tersebut mengandungi maklumat terperinci berkaitan objektif program, kumpulan sasaran, modul intervensi, kaedah pelaksanaan, serta hasil dan pencapaian program. Selain itu, borang penilaian akhir program turut dianalisis bagi mendapatkan maklum balas berkaitan tahap kepuasan peserta, keberkesanan modul, serta cadangan penambahbaikan yang dikemukakan. Dalam kajian ini, komuniti dalam ekosistem sekolah merangkumi pelajar, guru dan ibu bapa.

Bagi meningkatkan kebolehpercayaan dapatan, kajian ini turut menggunakan pendekatan triangulasi data. Triangulasi dilaksanakan dengan membandingkan dan mengesahkan maklumat daripada beberapa sumber dokumen yang berkaitan dengan program RST, termasuk modul program, objektif pelaksanaan, laporan aktiviti serta maklum balas peserta. Perbandingan antara sumber-sumber ini membolehkan penyelidik menilai keselarasan maklumat serta mengukuhkan interpretasi terhadap bentuk penerapan nilai MADANI dan kesan program terhadap komuniti sekolah.

Kajian ini telah memperoleh kebenaran rasmi untuk menggunakan data daripada Pertubuhan Sokongan Rahmah (RST). Aspek kerahsiaan dan etika penyelidikan diberi perhatian sepenuhnya, dengan identiti peserta dilindungi dan penggunaan data dihadkan kepada tujuan akademik sahaja. Kajian ini tertumpu kepada program anjuran RST (bukan kerjasama atau jemputan organisasi lain), dan skop analisis data dihadkan kepada dokumen bagi tempoh lima tahun (2019–2023). Analisis dokumen dihadkan kepada tempoh lima tahun bersesuaian dengan tempoh penubuhan organisasi, juga bersesuaian dengan sasaran kajian kepada ekosistem sekolah.

Data yang dikumpul dianalisis secara deskriptif dengan meneliti jenis, skop dan bilangan program atau modul yang disasarkan kepada komuniti sekolah. Dapatan analisis dipersembahkan secara sistematik dalam bentuk jadual dan rajah bagi memudahkan pemahaman serta perbincangan. Proses analisis data dilaksanakan melalui tiga peringkat utama. Pada peringkat pertama, proses pengekodan dijalankan bagi mengenal pasti tema-tema utama yang muncul daripada dokumen yang dianalisis.

Peringkat kedua melibatkan pemetaan nilai MADANI, iaitu setiap program dan aktiviti dianalisis untuk mengenal pasti bentuk penerapan nilai-nilai MADANI dalam pelaksanaan intervensi. Penilaian terhadap penerapan nilai MADANI adalah berdasarkan maklum balas peserta, modul yang digunakan, dan objektif program yang mempunyai ciri-ciri nilai MADANI. Peringkat ketiga menggunakan kerangka Teori Perubahan (*Theory of Change*) bagi menganalisis hubungan antara input program, proses pelaksanaan, output dan hasil program, serta impak jangka panjang yang diharapkan terhadap kesejahteraan ekosistem sekolah (Hasan, Abu Bakar & Amer Nordin, 2023).

DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Sejarah dan asas gerak kerja Pertubuhan Sokongan Rahmah

Pertubuhan Sokongan Rahmah atau lebih dikenali sebagai RST (*Rahmah Support Team*) merupakan sebuah organisasi yang telah memulakan perkhidmatannya sejak tahun 2010 sebagai Skuad Rahmah di bawah naungan Hal Ehwal Wanita (HELWA) Angkatan Belia Islam Malaysia (ABIM). Pada peringkat awal penubuhannya, gerak kerja RST seiring dengan agenda HELWA ABIM yang memfokuskan kepada program-program kesedaran dan sokongan komuniti yang disasarkan kepada wanita, keluarga dan komuniti. Penerapan nilai Islam dalam setiap aktiviti, program dan perkhidmatan adalah teras utama dalam gerak kerja RST.

Pada tahun 2022, RST telah berdaftar secara rasmi di bawah Jabatan Pendaftaran Pertubuhan Malaysia (ROS) dan menawarkan pelbagai khidmat sokongan emosi serta psikologi melalui program latihan, seminar, pertandingan, juga pusat kaunseling komuniti. Salah satu

inisiatif yang signifikan adalah Talian RAHMAH, iaitu sokongan emosi dan psikologi yang dijalankan secara dalam talian (melalui telefon, emel dan Whatsapp) semasa tempoh Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) pada tahun 2020. Berdasarkan respon pemanggil, Talian RAHMAH menjadi pilihan kerana pendekatan Islam yang ditawarkan (Laporan Talian RAHMAH 2021). Talian Rahmah telah menjadi platform penting yang menghubungkan sukarelawan terlatih dengan masyarakat yang memerlukan bantuan, terutamanya dalam aspek kesihatan mental dan sokongan psikososial.

Pada tahun 2023, RST juga telah membuka pusat khidmat kaunseling di Bukit Bintang Kuala Lumpur. Pusat kaunseling ini menawarkan khidmat profesional secara fizikal oleh kaunselor berdaftar dan kaunselor pelatih, juga ahli psikologi dan pelatih dalam bidang psikologi. Dalam masa yang sama, pelbagai bengkel latihan telah dijalankan oleh RST bersama rakan strategik seperti Majlis Belia Malaysia (MBM), Global Peace Mission (GPM) Malaysia, ADAB Youth Garage (AYG) dan organisasi yang lain. RST menonjolkan kelainan melalui pendekatan integrasi tradisi Islam dan kontemporari dalam menangani isu-isu kesihatan mental dalam komuniti (Laporan Tahunan RST 2022).

RST masih kekal komited dan konsisten berpegang kepada misi awal penubuhannya iaitu membina masyarakat yang sihat dari segi fizikal, emosi, mental dan spiritual. Pertubuhan ini telah menyumbang kepada kesedaran isu kesihatan mental melalui program dan modul yang dirancang berdasarkan sasaran yang pelbagai iaitu merangkumi ahli pertubuhan bukan kerajaan, pelajar, mahasiswa, masyarakat awam, agensi kerajaan dan bukan kerajaan, aktivis dan pekerja sosial, golongan pekerja dan sebagainya. Namun, perbincangan ini memfokuskan kepada ekosistem sekolah yang merangkumi guru dan pelajar, termasuk infrastruktur sekolah, juga peranan ibu bapa.

Sumbangan Pertubuhan dalam Pembinaan Ekosistem Sekolah Sejahtera

Aktiviti dan program yang dijalankan oleh RST adalah berbentuk pendidikan kesedaran masyarakat terhadap kepentingan penjagaan kesihatan mental melalui aktiviti ceramah, bengkel latihan, diskusi serta pameran. Sebahagian daripada rakan kerjasama RST ialah HELWA ABIM,

Adab Youth Garage (AYG), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM). Berdasarkan fokus kajian ini, enam (6) inisiatif termasuk program dan aktiviti yang telah dianjurkan oleh RST, berasaskan modul-modul yang dibangunkan oleh RST, telah dipilih dan direkodkan dalam Jadual 1. Kesemua inisiatif dinilai keberkesanan dan impaknya dalam pembinaan ekosistem sekolah sejahtera melalui borang maklum balas peserta.

Enam program dan perkhidmatan yang dipilih ialah (i) Swacinta Edisi Remaja 2023 yang disasarkan kepada Pembimbing Rakan Sebaya (PRS) sekolah menengah sekitar Selangor, (ii) Program Keluarga Sejahtera 2023 yang menyasarkan individu dalam keluarga yang terdiri daripada ibu, bapa, dan pelajar yang juga merupakan anak yatim, (iii & iv) Projek Sokongan Psikososial Rahmah 2023 yang menyasarkan remaja sekolah menengah terdiri daripada pelajar asrama penuh dan pelajar yang tinggal di Program Perumahan Rakyat (PPR) sekitar Selangor, dan (v) Webinar Kesejahteraan Mental 2021 yang menyasarkan pelajar sekolah ABIM tingkatan 4 dan 5, dan (vi) Perkhidmatan Talian RAHMAH yang menyediakan sokongan emosi dan psikososial secara atas talian.

Enam inisiatif ini dipilih kerana sasaran program adalah khusus kepada entiti dalam komuniti sekolah iaitu pelajar, guru dan ibu bapa, manakala Talian RAHMAH adalah perkhidmatan yang turut melibatkan pemanggil dalam kalangan pelajar. Program atau inisiatif lain anjuran pertubuhan memfokuskan kepada bantuan kemanusiaan bagi mangsa banjir dan COVID-19, latihan kesukarelawanan dan bengkel kesedaran melibatkan peserta dalam kalangan keluarga dan belia.

Modul yang digunakan bagi inisiatif terpilih adalah seperti berikut, (i) Modul PFA (*Psychological First Aid*) RAHMAH yang bertujuan melatih pelajar khususnya Pembimbing Rakan Sebaya (PRS) sekolah dengan ilmu dan kemahiran PFA agar mereka dapat menggunakannya untuk membantu rakan-rakan dalam lingkungan mereka, (ii) Modul SEDAR (Kesedaran dan sokongan dalam isu kesihatan mental) yang bertujuan menyediakan ruang sokongan dan literasi ilmu serta kemahiran kepada mereka yang berdepan dengan isu kesihatan mental, sama ada sebagai pesakit mahupun penjaga, (iii) Modul AKSI (Aktivis Psikososial) dan

(iv) Modul KENTAL (Kendali Talian Sokongan Emosi dan Psikososial atas Talian) yang kedua-duanya bertujuan melatih dan membina sukarelawan yang berkemahiran dan berpengetahuan, seterusnya mampu membina rangkaian kerjasama dengan pelbagai pihak melalui perkongsian kemahiran. Pengendali Talian RAHMAH juga diwajibkan menghadiri Bengkel KENTAL bagi memastikan kemahiran dalam menerima panggilan dan menghubungkan pemanggil kepada bantuan yang diperlukan. Sebahagian daripada pemanggil memilih Talian RAHMAH atas faktor penerapan nilai Islam yang berbeza daripada talian sokongan emosi dan psikosial yang lain (Laporan Tahunan RST Tahun 2022).

Jadual 1 Inisiatif RST dalam komuniti sekolah bagi tahun 2019-2023 (5 tahun)

PROGRAM	OBJEKTIF	HASIL	PEMBIAYA	PENCAPAIAN/MAKLUM BALAS PESERTA
Swacinta Edisi Remaja 2023	1. Memahami perbezaan kesihatan mental dan penyakit mental 2. Menangani stigma-stigma kesihatan mental dalam kalangan remaja 3. Memperkenalkan kaedah penjagaan kendiri dan kaedah sokongan rakan sebaya bagi remaja	Seramai 105 pelajar sekolah menengah dari Pembimbing Rakan Sebaya (PRS) sekolah sekitar Selangor telah mendapat manfaat	Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM)	Pelajar mempunyai kesedaran tentang penjagaan kesihatan mental dan pengetahuan dalam memberi sokongan kepada rakan-rakan sebaya. Pelajar ingin menyebarluas pengetahuan yang mereka dapati daripada program ini.
Program Keluarga Sejahtera 2023	1. Meningkatkan kesedaran terhadap isu kesihatan mental dalam kalangan masyarakat 2. Menangani stigma-stigma kesihatan mental yang berlegar dalam masyarakat 3. Memperkenalkan kaedah-kaedah penjagaan kesihatan mental melalui kemahiran daya-tindak (*coping mechanism*) dan pengurusan penyesuian kendiri *(self-care)* dengan juga melihat kepada perspektif Islam.	Seramai 70 orang peserta yang terdiri daripada ibu bapa dan anak-anak telah mendapat manfaat	The All-Party Parliamentary Group Malaysia (APPGM) – SDG, Melaka (program kerjasama dengan Global Peace Mission Malaysia Melaka)	Peserta mendapat pengetahuan dan kemahiran baharu dalam mengendalikan isu berkaitan dengan kesihatan mental. Peserta menghargai pengisian dan penglibatan dalam program ini.
Projek Sokongan Psikososial	1. Memberi bantuan psikososial kepada pelajar sekolah 2. Mengenalpasti sokongan dan	Seramai 200 orang pelajar sekolah menengah di	Lembaga Penduduk dan Pembangunan	Pelajar mendapat kesedaran tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental, serta ruang dan peluang

PROGRAM	OBJEKTIF	HASIL	PEMBIAYA	PENCAPAIAN/MAKLUM BALAS PESERTA
Rahmah I 2023	bantuan lain yang diperlukan oleh pelajar sekolah 3. Menjadi platform pendidikan kesedaran penjagaan kesihatan dan kesejahteraan mental	sekitar Selangor dan Melaka berumur 16 dan 17 tahun telah mendapat manfaat	Keluarga Negara (LPPKN) di bawah Inisiatif PEMULIH (program kerjasama dengan HELWA ABIM)	berkongsi tentang kebimbangan mereka. Program menjadi ruang sokongan kepada peserta, serta beroleh pengetahuan dan kemahiran mengendalikan isu-isu berkaitan kesihatan mental.
Projek Sokongan Psikososial Rahmah II 2023	1. Memberi bantuan psikososial kepada anak-anak PPR 2. Mengenalpasti sokongan dan bantuan lain yang diperlukan oleh anak-anak PPR 3. Menjadi platform pendidikan kesedaran penjagaan kesihatan dan kesejahteraan mental	Seramai 110 orang remaja dari PPR sekitar Selangor telah mendapat manfaat	Lembaga Penduduk dan Pembangunan Keluarga Negara (LPPKN) di bawah Inisiatif PEMULIH (program kerjasama dengan HELWA ABIM)	Remaja mendapat kesedaran akan kepentingan penjagaan kesihatan mental. Program menjadi ruang sokongan kepada peserta, serta beroleh pengetahuan dan kemahiran mengendalikan isu-isu berkaitan dengan kesihatan mental.
Webinar Kesejahteraan Mental 2021	1. Menyebarluaskan kesedaran terhadap kepentingan penjagaan kesihatan mental dalam kalangan dewasa dan kanak-kanak. 2. Menjalankan program literasi, pendidikan dan advokasi dalam isu kesihatan mental kepada masyarakat umum	Seramai 60 orang pelajar sekolah menengah berumur 13 hingga 17 tahun telah mendapat manfaat	HELWA ABIM dan Bayt al Rahmah	Pelajar mendapat kesedaran dan pengetahuan serta ruang untuk berkongsi berkaitan kebimbangan dan tekanan sepanjang tempoh persekolahan semasa pandemik Covid-19.
Talian RAHMAH	1. Menyediakan sokongan emosi dan psikososial atas talian semasa	Jumlah pemanggil; 2020: 34 orang	Rahmah Support Team (RST) dan	Talian dihubungi secara atas talian (whatsapp atau panggilan telefon)

PROGRAM	OBJEKTIF	HASIL	PEMBIAYA	PENCAPAIAN/MAKLUM BALAS PESERTA
(2020-2022)	berdepan COVID-19 & Perintah Kawalan Pergerakan (PKP)	2021: 195 orang 2022: 39 orang Jumlah: 268 orang pemanggil (41% daripada pemanggil adalah berumur 18 tahun ke bawah)	Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM)	dan terbuka kepada masyarakat umum dalam julat umur 16 sehingga 65 tahun. Pemanggil mendapat sokongan emosi, berkongsi masalah, dan dihubungkan kepada pihak yang bersesuaian dengan keperluan pemanggil.

Penilaian terhadap program dan modul pertubuhan mendapati tiada program yang menyasarkan guru secara langsung, sebaliknya kebanyakan program bertumpukan kepada pelajar termasuk PRS sekolah. Guru termasuk pentadbir sekolah adalah tonggak utama dalam pembinaan ekosistem sekolah sejahtera, dan kesejahteraan guru menyumbang kepada kesejahteraan sekolah. Oleh itu, RST dicadangkan untuk melaksanakan program yang disasarkan kepada guru dan pentadbir sekolah dalam program akan datang. Selain itu, RST juga banyak menjalankan program komuniti yang melibatkan ibu bapa secara umum.

Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) di bawah kepimpinan YBM Fadhlina Sidek juga telah melakukan beberapa inisiatif bagi memperkasa kebajikan dan mengurangkan beban guru seperti yang telah disampaikan dalam ucapan beliau sempena sambutan Hari Guru Peringkat Kebangsaan Tahun 2023, khususnya bagi mencapai hasrat KPM melahirkan murid ceria, guru bahagia, sekolah bitara dan negara sejahtera. Cuti-cuti Guru adalah sebahagian daripada inisiatif KPM dalam melahirkan guru bahagia dan sejahtera, dengan menyediakan beberapa kemudahan untuk guru bercuti seperti potongan harga tiket penerbangan, penginapan, pengangkutan darat serta taman tema, yang dijalankan dengan kerjasama Kementerian Pelancongan, Seni dan Budaya, Kementerian Pengangkutan Malaysia serta rakan strategik yang lain.

Selain itu, KPM juga memperkenalkan Indeks Kesejahteraan Guru yang telah mengenal pasti domain-domain yang memberikan tumpuan kepada bagaimana kesejahteraan guru dapat ditingkatkan dari semasa ke semasa. Indeks ini boleh menjadi alat bagi menambahbaik sokongan sedia ada kepada kesejahteraan ekosistem sekolah khususnya guru.

Pemetaan nilai MADANI dengan program dan aktiviti

Visi Malaysia MADANI adalah pembentukan negara Malaysia yang maju bukan hanya secara fizikal, sebaliknya kemajuan yang disasarkan adalah kemajuan holistik meliputi infrastruktur serta masyarakat secara fizikal, intelektual, emosi, dan spiritual. Justeru, kajian ini mencadangkan penghayatan nilai MADANI dalam merealisasikan proses pembinaan otak dan watak pelajar yang akan berkembang menjadi masyarakat yang berilmu dan berakhlak. Pemetaan nilai MADANI dengan program dan aktiviti RST direkodkan dalam Jadual 2. Pemetaan nilai

adalah berasaskan komponen modul yang digunakan dan nilai yang diterima oleh peserta melalui maklum balas yang diterima, juga objektif yang disasarkan dalam semua inisiatif RST.

Jadual 2: Pemetaan nilai MADANI dengan inisiatif RST berasaskan impak kepada peserta

NILAI MADANI / PROGRAM	MAMPAN	SEJAHTERA	DAYA CIPTA	HORMAT	KEYAKINAN	IHSAN
Swacinta Edisi Remaja 2023	/	/	**x**	/	/	/
Program Keluarga Sejahtera 2023	/	/	/	/	/	/
Projek Sokongan Psikososial Rahmah I 2023	/	/	**x**	/	/	/
Projek Sokongan Psikososial Rahmah II 2023	/	/	**x**	/	/	/
Webinar Kesejahteraan Mental 2021	/	/	**x**	/	/	/
Talian RAHMAH (2020-2022)	/	/	/	/	/	/

Bagi Program Swacinta Edisi Remaja, Projek Sokongan Psikososial Rahmah I dan II, juga Webinar Kesejahteraan Mental yang berpandukan modul PFA Rahmah, para peserta dilatih dengan kemahiran PFA yang membolehkan para peserta menggunakan kemahiran tersebut dalam menjalankan tugas sebagai PRS di sekolah (mampan), membina keyakinan diri, sikap hormat dan ihsan dalam mengendalikan isu kesihatan mental sebagai PRS, yang seterusnya membawa kepada kesejahteraan. Manakala Program Keluarga Sejahtera berasaskan modul SEDAR, para peserta dilatih dengan kemahiran mengendalikan diri dalam mendepani cabaran kesihatan mental sama ada diri sendiri atau keluarga terdekat. Elemen daya cipta didapati melalui inisiatif peserta dalam memilih untuk keluar dari masalah dan mencari solusi serta sokongan

ketika berdepan dengan isu kesihatan mental. Perkara yang sama dapat dilihat dalam maklum balas pemanggil Talian RAHMAH.

Pemetaan nilai **MADANI** dengan enam inisiatif RST mendapati kurangnya elemen daya cipta yang ditekankan dalam modul dan aktiviti yang dijalankan kepada peserta program. Berdasarkan hasrat nilai daya cipta dalam gagasan Malaysia MADANI, elemen daya cipta dan inovasi penting bagi membantu individu meneroka potensi diri dan seterusnya melonjakkan kejayaan negara melalui inisiatif atau produk buatan Malaysia yang mempunyai identiti serta jati diri Malaysia yang unik. Pembinaan keyakinan dan jati diri pelajar boleh diintegrasikan dalam modul dan aktiviti yang menggalakkan daya cipta dalam kalangan pelajar. Oleh itu, RST dicadangkan untuk memasukkan nilai daya cipta bersama nilai MADANI yang lain seperti mampan, sejahtera, hormat, keyakinan dan ihsan dalam modul dan aktiviti program pada masa akan datang.

Analisis Impak Program dan aktiviti berdasarkan Teori Perubahan

Menurut UNSDG, Teori Perubahan (*Theory of Change*) adalah kaedah yang menerangkan bagaimana intervensi tertentu, atau satu set intervensi, dijangka membawa kepada perubahan pembangunan tertentu, menggunakan analisis kausal (sebab-akibat) berdasarkan bukti yang ada. Analisis kausal ini penting untuk sesuatu organisasi merancang, melaksana dan menilai impak sosial bagi inisiatif atau intervensi yang dicadangkan. Di samping itu, Teori Perubahan juga membantu untuk menilai semula gerak kerja melalui proses mengenal pasti (i) misi dan objektif yang disasarkan, (ii) perancangan dan strategi bagi mencapai objektif, melalui penentuan input, aktiviti, dan output, seterusnya (iii) hasil yang dihasratkan daripada strategi yang dirancang yang selaras dengan objektif yang disasarkan seperti yang dibentangkan dalam Rajah 1.



Rajah 1: Teori Perubahan

Berdasarkan analisis menggunakan Teori Perubahan, RST telah menetapkan tiga misi utama iaitu (i) membina kesedaran masyarakat tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental, (ii) menyebarluaskan ilmu pengetahuan berkaitan kepentingan, kaedah dan sokongan dalam isu kesihatan mental, serta (iii) membina sistem sokongan dalam lingkungan melalui penerapan kemahiran mengendalikan tekanan, emosi dan situasi krisis dalam program dan modul seperti yang dibentangkan dalam Jadual 3.

Untuk mencapai misi yang disasarkan, RST telah menggunakan input-input penting seperti sumber kewangan, sumber manusia dan bahan, latihan dan kemahiran, serta jaringan. Input ini kemudiannya diterjemahkan kepada aktiviti-aktiviti seperti program turun lapangan, modul yang tersasar, kempen media sosial dan program kerjasama. Dari segi output, program-program ini telah berjaya melibatkan seramai 580 pelajar sekolah yang terdiri daripada 200 pelajar Sekolah Berprestasi Rendah (SBR) dan 105 Pembimbing Rakan Sebaya (PRS), serta 630 orang komuniti yang merangkumi 50 ibu bapa dan 580 remaja. Manakala Talian RAHMAH telah menerima 298 panggilan dan 100 orang daripada mereka adalah dalam lingkungan umur 17 tahun ke bawah.

Jadual 3: Analisis impak program anjuran RST berdasarkan Teori Perubahan

MISI/OBJEKTIF PROGRAM	INPUT	AKTIVITI	OUTPUT	HASIL
1. Membina kesedaran masyarakat tentang kepentingan penjagaan kesihatan mental 2. Menyebarluaskan ilmu pengetahuan tentang kepentingan, kaedah dan sokongan dalam isu kesihatan mental 3. Membina sistem sokongan dalam lingkungan melalui penerapan kemahiran mengendalikan tekanan, emosi dan situasi krisis dalam program dan modul	1. Sumber kewangan 2. Sumber manusia dan bahan 3. Latihan dan kemahiran 4. Jaringan	1. Program turun lapangan 2. Modul yang tersasar 3. Kempen media sosial 4. Program kerjasama	1. 580 pelajar sekolah (200 SBP & 105 PRS Sekolah) 2. 630 orang komuniti (50 ibu bapa dan 580 remaja) 3. 298 orang pemanggil (100 orang dalam umur 17 tahun dan ke bawah)	1. **Jangka pendek:** Kesedaran dan pengetahuan mengenai isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar dan komuniti. 2. **Pertengahan**: Pelajar menggunakan pengetahuan dan kemahiran yang dipelajari untuk membantu rakan-rakan dalam menghadapi krisis dan konflik dalam kehidupan. Komuniti tahu tempat untuk mendapatkan sokongan dan bantuan ketika dalam krisis. 3. **Jangka panjang**: Membina sistem sokongan dalam kalangan pelajar dan komuniti.

Hasil program ini dapat dilihat dalam tiga peringkat. Dalam jangka pendek (*short-term*), program telah berjaya meningkatkan kesedaran dan pengetahuan mengenai isu kesihatan mental dalam kalangan pelajar dan komuniti. Pada peringkat pertengahan (*intermediate*), pelajar telah dapat menggunakan pengetahuan dan kemahiran yang dipelajari untuk membantu rakan-rakan dalam menghadapi krisis dan konflik dalam kehidupan. Komuniti juga menjadi lebih peka tentang tempat untuk mendapatkan sokongan dan bantuan ketika dalam krisis. Impak jangka panjang program ini ialah pembinaan sistem sokongan yang mampan dalam kalangan pelajar dan komuniti.

Bagi meningkatkan impak program, RST dicadangkan untuk fokus kepada satu kawasan atau sekolah sebagai sasaran khusus dan membuat penilaian secara komprehensif melalui penilaian sebelum dan selepas program. Seterusnya, hasil penilaian boleh membentuk model atau kerangka Sekolah Bitara dan Sejahtera, kemudiannya menjadi model atau rujukan oleh komuniti sekolah yang lain. Aspek lain yang dicadangkan dalam usaha pembinaan ekosistem sekolah sejahtera berasaskan nilai MADANI adalah seperti berikut;

1. Membangunkan sistem pendidikan yang mengintegrasikan keseimbangan antara manusia dan alam, di samping mewujudkan infrastruktur sekolah yang lestari dan mesra alam harus diberi keutamaan.
2. Merancang kurikulum yang mencerminkan citra Malaysia yang unik sambil memenuhi standard global, dengan memberi penekanan kepada nilai hormat dalam subjek bahasa, sejarah dan budaya, serta menggalakkan pelajar untuk bina platform komunikasi dan interaksi dengan pelbagai kelompok masyarakat.
3. Membentuk kurikulum yang menggalakkan pemikiran kreatif dan inovatif, menyuntik persekitaran pembelajaran yang merangsang kreativiti pelajar, dan menggalakkan projek-projek rentas bidang yang memerlukan pendekatan inovatif, serta penerapan aspek kesukarelawan dan kemahiran kaunseling.
4. Membina modul dan silibus yang menekankan penghayatan nilai keseimbangan rohani dan jasmani, serta makna kebahagiaan seorang insan yang diterapkan dalam setiap mata pelajaran. Persediaan bagi modul dan silibus ini ialah peningkatan pengetahuan dan

kemahiran guru untuk mengendalikan modul tersebut. Aspek pembangunan jati diri nasional, penerapan kemahiran Abad ke-21 dan pembinaan daya tahan (*resilience*) juga perlu diberi perhatian.

5. Mempertingkatkan kerjasama dengan NGO untuk program kesedaran sosial, aktiviti yang menggalakkan empati dan pemahaman silang budaya, serta program bantuan rakan sebaya untuk pelajar yang memerlukan sokongan.

KESIMPULAN

Sokongan sosial adalah sebahagian daripada elemen penting dalam meningkatkan keyakinan seterusnya kesejahteraan emosi pelajar. Ekosistem sekolah sejahtera yang dibincangkan dalam artikel ini terkait rapat dengan inisiatif seluruh komuniti sekolah merangkumi pelajar, guru, ibu bapa, juga infrastruktur yang menyokong. Walaupun NGO tidak terlibat secara langsung dalam ekosistem sekolah, namun NGO adalah sebahagian daripada ahli masyarakat yang mempunyai fokus serta kepakaran tertentu, sekaligus berupaya menyokong dan menyumbang kepada usaha pembentukan ekosistem sekolah sejahtera.

Pendekatan RST yang menekankan integrasi tradisi Islam dan kontemporari dalam usaha menangani isu kesihatan mental dilihat selaras dengan Dasar Literasi Kesihatan Kebangsaan dan Dasar Kesihatan Mental Negara yang mengambil kira faktor budaya, nilai dan norma masyarakat setempat dalam pendekatan promosi kesihatan. Hal ini kerana, faktor setempat memainkan peranan penting dalam memastikan penyampaian maklumat kesihatan lebih bermakna, mudah difahami serta berkesan dalam mempengaruhi amalan kesihatan komuniti.

Selain itu, penilaian melalui penerapan enam nilai teras MADANI dalam inisiatif sebegini seiring dengan hasrat pembangunan negara dan pembentukan masyarakat yang berakhlak dan beradab. Penghayatan nilai MADANI oleh guru dan pentadbir adalah penting kerana mereka adalah tonggak kepada ekosistem sekolah. Guru adalah agen sosialisasi dan agen perubahan khususnya dalam usaha menerapkan dan seterusnya menghayati nilai MADANI dalam kehidupan seluruh entiti dalam ekosistem sekolah termasuk pelajar dan ibu bapa.

Oleh itu, inisiatif RST dalam membina kesedaran, melatih kemahiran, dan membina rangkaian sokongan dalam isu kesihatan mental adalah sumbangan penting dalam pembentukan ekosistem sekolah sejahtera. Inisiatif sedia ada seharusnya diteruskan dengan beberapa penambahbaikan dalam gerak kerja pada masa akan datang, yang dilihat mampu membantu komuniti sekolah dalam menangani isu kesihatan mental. Seharusnya kita sedar bahawa usaha menangani isu kesihatan mental sama seperti inisiatif pembangunan negara yang harus didokong dan dilaksanakan oleh semua pihak, merangkumi kerajaan bersama agensi kerajaan, juga universiti dan sekolah, serta badan bukan kerajaan.

PENGHARGAAN

Penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberi sokongan dan saranan kepada kajian ini khususnya HELWA ABIM (Hal Ehwal Wanita Angkatan Belia Islam Malaysia), RST (Pertubuhan Sokongan Rahmah) dan Rumah perlindungan Bayt al-Rahmah.

RUJUKAN

Abdul Hamid, N., & Mohamed, R. (2024, November 25). Masalah kesihatan mental kalangan remaja: Cabaran dan penyelesaian. Berita RTM. Diakses melalui laman web https://berita.rtm.gov.my/fokus/perspektif/senarai-berita-fokus/perspektif/senarai-artikel/masalah-kesihatan-mental-kalangan-remaja-cabaran-dan-penyelesaian/

Abu Bakar, Z., Surat, S. & Rahman, S. (2023). Kesihatan Mental dan Sokongan Sosial Ibu Bapa Pelajar Sekolah Menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 8(8), e002375. https://doi.org/10.47405/mjssh.v8i8.2375

Hasan, S.I., Abu Bakar, A., & Amer Nordin, A.S. (2023). *A guide for creating impactful research*. Kuala Lumpur: University Malaya Press.

Institute for Public Health. (2024). National Health and Morbidity Survey (NHMS) 2023: Non-communicable Diseases and Healthcare Demand - Key Findings. Ministry of Health Malaysia.

Institute for Youth Research Malaysia. (2023). *Facts & figures: Malaysian Youth Index 2023*. Institute for Youth Research Malaysia (IYRES). Diakses melalui laman web https://www.iyres.gov.my/images/penerbitan/Facts%20&%20Figures%20Indeks%20Belia%20Malaysia%202023.pdf

Kementerian Pendidikan Malaysia. (2020). *Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2013-2025: Laporan Tahunan 2019*. Unit Pelaksanaan dan Prestasi Pendidikan (PADU).

Laporan Tahunan RST 2022. (Dokumen tidak diterbitkan, arkib organisasi).

Ma'rifah, M., Alimuddin, A., & Supriandi, S. (2025). Mental Health in an Islamic Perspective: A Conceptual Analysis of Islamic Education Psychology and Its Implications for the Development of Muslim Personality. *Edusoshum: Journal of Islamic Education and Social Humanities*, *6*(1), 231–243. https://doi.org/10.52366/edusoshum.v6i1.244

Mansor, N. R. (2020). Mengupayakan Pemikiran Aras Tinggi: Menyejahterakan Masyarakat Madani. *Journal of Business and Social Development*, 8(2), 77-90. DOI: 10.46754/jbsd.2020.09.008

Marianty, D., Hidayati, A., & Widodo, P. B. (2025). Peran guru dan upaya sekolah dalam menangani kesehatan mental siswa di Indonesia: Tinjauan literatur sistematis. *Fathana: Jurnal Psikologi Ar-Raniry*, 3(1).

Mohammad Saipol Mohd Sukor & Nabila Azman. (2021). Hubungan Antara Burnout Dan Penglibatan Kerja Dalam Kalangan Guru Sekolah Menengah. *Jurnal Sains Sosial dan Kemanusiaan*, 18(8). pp. 12-22.

Mohd Shaifuddin, M. F. H., Mohd Kamarulzaman, M. F., Zaminuddin, M. D. Z., Othaman, M. H., Alias, A., & Surtahman, A. W. (2025). Cabaran kesejahteraan mental remaja di institusi pendidikan: Kajian kes tekanan dan tingkah laku bunuh diri. *E-Journal of Islamic Thought and Understanding*, 8(1), 31.

Mohd Sukor, M. S., & Azman, N. (2021). Hubungan antara burnout dan penglibatan kerja dalam kalangan guru sekolah menengah. *Special Issue: Social Issues and Challenges of The Covid Pandemic 19*, 18(8), 12-22.

Reynolds, M. (2001). Education for Inclusion, Teacher Education and the Teacher Training Agency Standards. *Journal of In-Service Education*, *27*(3), 465–476. https://doi.org/10.1080/13674580100200164

Sadiyah, J., & Fitriyani, N. (2025). Strengthening Mental and Spiritual with Counseling Based Oo the Quran and Hadith. *Al-Tazkiah Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, *14*(01). https://doi.org/10.20414/altazkiah.v14i01.12398

United Nations Development Group (UNDG). (2017). UNDAF Companion Guidance: Theory of Change.

Wasitah Hj. Mohd Yusof, Ma'rof Redzuan, Zainal Madon, Mohd Rizal Mohd Sham, Asnida Abd. Hamid & Norhidayah Omar. (2016). *Stres Dalam Kalangan Belia Bekerja di Malaysia. Prosiding Seminar Penyelidikan IYRES 2016*