

**PENDIDIKAN GAYA HIDUP MAMPAN: TINJAUAN LITERATUR  
SISTEMATIK (SLR)****SUSTAINABLE LIFESTYLE EDUCATION: A SYSTEMATIC LITERATURE  
REVIEW (SLR)****\*Rohaniah binti Mohd Nor****Rafiza binti Abd Razak****Siti Hajar binti Halili**

Department of Curriculum &amp; Instructional Technology,

Faculty of Education, Universiti Malaya

*\*haniahnor@ymail.com*

**Abstract:** Studies on sustainable education have expanded and gained the attention of researchers worldwide. Despite this positive progress, sustainable education studies that focus on the reality of sustainable lifestyle receive the least attention as many scholars believe that identifying the correlation between a dream and the true reality is complicated and difficult to obtain. Regardless, implementation strategy needs to be empowered to change an unsustainable lifestyle to a sustainable one as well as strengthen its implementation to be effective and continuous, ultimately becoming a culture. This study focuses on the literature regarding sustainable education lifestyle through previous studies and integrating past findings to explore new issues to be investigated. This qualitative study utilizes document analysis and follows the systematic literature review (SLR) as a research design. The analysis focuses on background of study, problem statement, methodology and past findings. The findings show that previous studies focused more on food and sustainable living strategies with regards to pollution of nature and climate change as well as awareness on these issues. These changes are observed to see whether it had an impact on lifestyle or the opposite. The findings too show that the problems that arose from previous studies are able to be tackled by using suitable engagement strategies.

**Keywords:** Sustainable Development Goals, Sustainable Lifestyle, Sustainable Lifestyle Education

**PENGENALAN**

Gaya hidup ialah sikap sosial tentang cara seseorang itu menjalani hidup di mana ia menuntun sifat, merencana penerapan dan pemilihan tingkah laku, mencipta identiti, menjana kesihatan dan mengalu-alukan atau menidakkan seseorang daripada perhubungan sosial (Alm, 1992; Ganzeboom, 1988; Sobel, 1983; Bourdieu, 1979; Weber, 1922). Seseorang itu boleh, melalui bentuk amalan yang berbeza, mempamerkan dirinya melalui pelbagai gaya hidup. Konsep gaya hidup kebiasaannya dirujuk sebagai sesuatu yang perlu diubah jika ingin mencapai sesuatu pembaharuan yang diinginkan (Asad et al., 2022; Patrick & Manisha, 2016; Whitmarsh, 2010).

Pendidikan Gaya hidup Mampan atau Hijau adalah satu investasi yang paling berkesan untuk merealisasikan agenda mampan dalam kehidupan sehari-hari, memandangkan pendidikan adalah senjata paling ampuh yang boleh merubah dunia secara total (Hasanudin, et al, 2012; Nelson, 1923). Pendidikan membekalkan pengetahuan dan pengalaman secara langsung mahupun tidak langsung tentang kehidupan dan nilai ketanggungan yang perlu dilalui oleh semua orang dalam dunia yang mampan (Asad et al., 2022; Anastazija et al., 2021; Andreja et al., 2018; Maria, 2018; Maria, 2012). Gaya hidup mampan ialah corak kelakuan berkaitan pemakanan, pemakanan, cara hidup yang digunakan oleh ramai orang untuk bergabung atau membezakan diri mereka daripada yang lain bagi memenuhi keperluan asas, menyajikan kualiti hidup yang lebih baik, mengurangkan penggunaan sumber asli dan pembuangan sisa serta bahan pencemar sepanjang kitaran ekosistem, di samping tidak menjejaskan keperluan generasi akan datang (Mont, 2014; Scott 2009; Anastazija, 2021). Boleh dikatakan hampir semua masalah alam dan alam sekitar didasari oleh tingkah laku manusia. Antaranya, mencemarkan udara dan air, merubah iklim, menebang hutan, dan mengurangkan kepelbagaian biodiversiti. Penyelidikan dalam psikologi pendidikan memberi petunjuk berkaitan keterlibatan tingkah laku seseorang yang tidak mampan walaupun di masa yang sama mereka bimbang tentang akibat buruk yang berlaku (Kristen & Sandra, 2022; Echegaray et al., 2021; Lisa & Anastazija, 2021). Pada masa yang sama, penyelidikan ini juga menerangkan tentang bagaimana masyarakat telah berusaha sedaya upaya untuk bertindak secara mampan, dan memungkinakan untuk memotivasi diri dan memperkasa gaya hidup mampan (Katherine & Marion, 2019; Veronique, 2015; Mikael, 2008). Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tema kajian lepas berkaitan pendidikan

[30]

gaya hidup mampan, menilai secara kritis fokus kajian lepas dan mengintegrasikan penemuan kajian lepas sebagai cadangan isu baharu untuk dikaji.

## METODOLOGI KAJIAN

Kajian kualitatif ini merupakan kajian yang menggunakan kaedah tinjauan literatur sistematik [systematic literature review (SLR)] bertujuan untuk mengenal pasti, menilai secara kritis dan mengintegrasikan penemuan semula kajian (Baumeister & Leary, 1997; Bem, 1995). Justifikasi metodologi digunakan adalah kerana kesesuaian dan kerelevanannya dalam menilai secara sistematik keseluruhan kajian yang berkaitan dengan pendidikan gaya hidup mampan dari tahun ke tahun sekaligus menjelaskan isu baharu dari satu sudut yang lain. Kaedah ini menerapkan carian sistematik untuk mengenal pasti elemen gaya hidup mampan. Metodologi kajian yang digunakan ialah analisis dokumen terhadap artikel, jurnal, tesis dan buku yang ditulis oleh para sarjana. Kadar rujukan adalah bermula dari tahun 2009 hingga tahun 2022. Kajian lepas diambil bermula dari tahun 2009 kerana merujuk kepada dapatan dalam Jadual 1 dan Jadual 2, perbincangan berkaitan dengan gaya hidup mampan mula dibahas dan dikaji pada tahun tersebut. Namun jika dilihat kepada literatur kajian, kajian berkaitan gaya hidup mampan bermula selepas berlakunya pelbagai kemusnahan alam dan perubahan iklim yang sangat ketara, juga kerana munculnya fasa pandemik Covid 19 iaitu sekitar tahun 2019 dan seterusnya.

Kajian menerapkan kaedah tinjauan literatur sistematik (SLR) yang merangkumi tahun kajian, latar belakang, permasalahan kajian, metodologi dan dapatan kajian. Kaedah ini mengaplikasikan carian yang sistematik untuk mengenal pasti isu, elemen dan kaedah terhadap konsep kemampanan dan gaya hidup untuk menentukan gaya hidup mampan yang sesuai dan berkesan. Hakikatnya, prinsip tinjauan literatur sistematik (SLR) diterapkan oleh ramai pengkaji mutakhir ini bagi menyorot sejauh mana fenomena yang berlaku di sekitar kata kunci kajian (Michie & Williams, 2003; Siddiqi, et al., 2006). Dalam kajian ini, kata kunci 'gaya hidup mampan' atau 'gaya hidup hijau', 'sustainable lifestyle' atau 'green lifestyle' telah digunakan bagi mendapatkan data kajian. Kajian ini dibantu dengan akses pangkalan data Google, Researchgate, UM Online Database dan Academia. Hasil carian dokumen yang berkaitan dengan kajian, hanya 25 sahaja diterima untuk dianalisis dalam SLR dan skop carian adalah dari tahun 2009 hingga tahun 2022.

## DAPATAN KAJIAN

### *Tema Kajian Lepas Berkaitan Pendidikan Gaya Hidup Mampan (GHM)*

Objektif kajian yang pertama adalah untuk mengenal pasti tema kajian lepas berkaitan pengertian dan halangan serta keberkesanan strategi GHM dalam memastikan kemampanan alam sekitar terjamin. 25 tinjauan literatur telah dikenal pasti yang memfokuskan kepada GHM. Jika diperhalusi, terdapat dua tema yang melatari kajian berkenaan. Pertama, makna Pendidikan yang terkait dengan GMH. Kedua, isu dan masalah berkaitan implementasi GMH dalam kehidupan seharian. Kajian mengenai makna pendidikan GMH berjumlah 5 kajian iaitu:

*Jadual 1. Makna Pendidikan GMH*

| Bil | Kajian                                           | Latar Belakang                                                                                                | Permasalahan Kajian                                                                                                                       | Metode                                                | Dapatan                                                                                                                                            |
|-----|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Aleksandra et al., (2022)                        | Peningkatan kesedaran terhadap keutamaan kesihatan, kasih sayang, dan trend yang berkaitan dgn kemampanan     | Kajian mengenal pasti sikap dan persepsi hubungan antara komponen terpilih dalam gaya hidup masyarakat di konteks waktu pandemik COVID-19 | Kuantitatif<br>f<br>Analisis statistik dan deskriptif | Gaya Hidup aktif & pemilihan makanan seimbang adalah elemen penting utk berubah kepada gaya hidup mampan, iaitu satu bentuk aktiviti pro-kesihatan |
| 2   | Dewi Rezeki Islamiati, Anak Utama Saputra (2021) | Keprihatinan terhadap alam sekitar, untuk mengekalkan keseimbangan antara kehendak, keperluan dan kemampanan. | Kajian mencari elemen gaya hidup manusia sama ada ianya berdasarkan kehendak atau keperluan                                               | Kualitatif, analisis deskriptif                       | Kesedaran tentang alam sekitar perlu disemai bagi wujudkan gaya hidup mesra alam mengurangkan keluaran dan guna                                    |

| Bil | Kajian                       | Latar Belakang                                                                                                                    | Permasalahan Kajian                                                                                                                              | Metode                          | Dapatan                                                                                                                                                                                                  |
|-----|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                              |                                                                                                                                   |                                                                                                                                                  |                                 | berlebihan elakkan kesan negatif kepada kehidupan akan datang                                                                                                                                            |
| 3   | Chwialkowsa Richards (2019). | Tindakan keperluan berkaitan alam sekitar bagi menghapus kesan tingkah laku negatif manusia terhadap alam sekitar                 | Kajian menjelaskan meskipun masyarakat mengakui bimbang tentang kemusnahan alam sekitar namun tidak diterjemahkan kepada perubahan tingkah laku. | Kualitatif, analisis deskriptif | Promosi gaya hidup mampan di media sosial perlu dibuat secara konsisten untuk menarik, meyakinkan masyarakat tentang kepentingan berubah ke arah kemampanan                                              |
| 4   | Trine Helledle (2014)        | Gaya hidup mampan adalah motivasi dalaman; lakukan yang betul mengikut dan motivasi luaran; kurang pengeluaran penggunaan         | Kajian ini menyelidiki tentang gaya hidup mampan melalui penggunaan yang dikurangkan itu dapat dihayati dan dikekalkan.                          | Kualitatif, analisis deskriptif | Kemampanan seharusnya dicapai melalui penggunaan, perlu ambil berbeza, juga kurang, namun keadaan ini tidak dapat diterima oleh masyarakat                                                               |
| 5   | Janet A. Lorenzen (2012)     | Gaya hidup hijau adalah koleksi amalan yang digunakan oleh orang ramai untuk menangani masalah alam sekitar yang saling berkaitan | Kajian untuk mengenal pasti corak kemunculan gaya hidup hijau merentas semua                                                                     | Kualitatif, analisis deskriptif | Amalan hijau bukanlah keputusan atau tindakan terpicil, tetapi komponen dalam aktiviti yang sedang berjalan gaya hidup mampan dialami sebagai proses kerja dan koheren kehidupan naratif yang sementara. |

Manakala 13 literatur didapati berkisar tentang isu dan masalah berkaitan implementasi GMH, iaitu:

Jadual 2. Isu dan Masalah berkaitan Implementasi GMH

| Bil | Kajian                        | Latar Belakang                                                                                                                                                       | Permasalahan Kajian                                                                                                                 | Metode                         | Dapatan                                                                                                                                                                                                                   |
|-----|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Asad, et al. (2022)           | Usaha berterusan perlu dilakukan untuk merubah tingkah laku ekologi terhadap generasi muda melalui pendidikan                                                        | Kajian meneroka pengetahuan, sikap dan tindakan pelajar terhadap pendidikan alam sekitar hijau atau <i>go green</i>                 | Kualitatif Analisis deskriptif | Pendidikan alam sekitar mengintegrasikan amalan mampan dan persekitaran melalui aktiviti, pengurusan dan pembangunan dapat membangun tingkah laku sayang alam sekitar dan tanggungjawab sosial.                           |
| 2   | Kristian, Bani Badrika (2022) | Tingkah laku bertanggungjawab terhadap alam sekitar adalah tingkah laku yang berkaitan dengan penggunaan, agar dapat dikurangkan kesan negatif terhadap alam sekitar | Kajian menentukan faktor pendorong mempengaruhi pengguna untuk beralih menjadi pengguna yang bertanggungjawab terhadap alam sekitar | Kualitatif Analisis deskriptif | Faktor pendorong kepada tingkah laku penggunaan mesra alam adalah faktor dalaman & disokong oleh faktor luaran. Kesedaran alam sekitar ditingkatkan dengan ada ekosistem yang menyokong antara satu sama lain untuk hidup |

| Bil | Kajian                                  | Latar Belakang                                                                                                                                                                                                                      | Permasalahan Kajian                                                                                                                                                              | Metode                                        | Dapatan                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3   | Sandra Venghaus (2022)                  | Cuaca ekstrem yang semakin meningkat di seluruh dunia, memerlukan tindakan proaktif gaya hidup tentang kesedaran dan keselamatan perubahan iklim                                                                                    | Kajian meneliti tentang peningkatan kesedaran perubahan iklim dalam mencetuskan kepada perubahan tingkah laku yang mampan.                                                       | Kualitatif Analisis deskriptif                | Berfikiran positif dan tinggi kesedaran terhadap perubahan iklim tetapi tidak diterjemahkan secara langsung dan serta merta kepada tingkah. Tetapi sebaliknya, jika terdapat penetapan agenda politik, kesan tingkahlaku adalah lebih serta-merta.       |
| 4   | Anastazija Dimitrova et al. (2021)      | Hubungan antara gaya hidup pelajar pendidikan tinggi (pengguna) dan alam sekitar dalam merealisasikan GHM                                                                                                                           | Kajian melihat kesediaan bagi menyesuaikan diri dengan GHM dalam kalangan pelajar pendidikan tinggi, secara teorinya adalah berpengetahuan luas                                  | Kuantitatif Analisis statistik dan deskriptif | Keperluan menangani isu alam sekitar, disedari, bersedia untuk mengubah gaya hidup namun banyak kekangan dan memerlukan campurtangan kerajaan dan pertubuhan bukan kerajaan dengan pihak universiti untuk kos tindakan & perubahan gaya hidup            |
| 5   | Hongbo Liu, Breda McCarthy (2021)       | Satu pertiga makanan yang dihasilkan di dunia hilang atau dibuang di mana sisa makanan penggunaan adalah akibat tindakan langsung daripada tingkah laku dan gaya hidup                                                              | Kajian menjelaskan ketidakconsistenan antara niat-tingkah laku iaitu antara sikap dan tingkah laku yang tidak seiring (jurang hijau)                                             | Kuantitatif Analisis statistik dan deskriptif | Penemuan menunjukkan ada pengguna dilihat mempunyai ciri hidup mampan dan tahu tentang pembaziran, tetapi kelakuan mereka tidak mencerminkan kemampanan.                                                                                                 |
| 6   | Ryu Koidee (2021)                       | Gaya hidup tidak mampan, yang telah lama berakar umbi kepada isi rumah, mempunyai kaitan yg sangat penting ke atas jumlah pelepasan gas rumah hijau (GHG) global untuk tindakan selanjutnya yang boleh diambil bagi perubahan iklim | Kajian menjelaskan pendekatan untuk menilai jejak karbon bagi perubahan gaya hidup memudahkan peralihan kepada gaya hidup ternyah karbon melalui penyertaan pihak berkepentingan | Kualitatif, analisis deskriptif               | Penggunaan mobiliti, penggunaan makanan perumahan disahkan jurang sikap-tingkah laku yang berterusan namun sikap ini tidak serta-merta diterjemahkan kepada perubahan tingkah laku yang ketara tanpa campur tangan pihak berkepentingan                  |
| 7   | Martin Binder, Ann-Kathrin Heinz (2020) | Hubungan positif yang ketara antara gaya hidup mampan dan kesejahteraan adalah bersifat subjektif.                                                                                                                                  | Kajian menjelaskan tentang pematuhan individu dengan norma kemampanan sosial umum atau mematuhi norma khusus kumpulan yang memberi penekanan terhadap nilai identiti individu    | Kuantitatif Analisis statistik dan deskriptif | Hubungan positif antara imej diri individu mampan dan kepuasan hidup tidak berkaitan dengan sikap kemampanan, Manakala sikap hijau/ bukan hijau lebih banyak kesejahteraan diperoleh daripada menjadi mampan dan kurang sejahtera daripada tidak mampan. |

| Bil | Kajian                               | Latar Belakang                                                                                                                                                                                                       | Permasalahan Kajian                                                                                                                                                              | Metode                                        | Dapatan                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 8   | Katherine White, et al (2019).       | Perubahan tingkah laku pengguna yang mampan menggariskan rangka kerja psikologi yang komprehensif untuk membimbing penyelidik dan pengamal dalam memupuk tingkah laku mampan.                                        | Kajian adalah untuk memahami fasilitator tentang tingkah laku pengguna mampan harus dapat menarik minat pemasaran                                                                | Kualitatif, analisis deskriptif               | Pelbagai halangan perubahan tingkah laku mampan. Menggabungkan strategi boleh memberi kesan positif. 5 laluan psikologi untuk menggalakkan perubahan tingkah laku pengguna mampan iaitu Pengaruh sosial, Pembentukan Tabiat, Kendiri Individu, Perasaan dan kognisi, dan Kebolehan wujudan. |
| 9   | Marion Tharrey et al (2019)          | Kehadiran kawasan hijau dalam persekitaran bandar telah diiktiraf sebagai satu cara untuk menghubungkan sistem eko dan kesihatan manusia, serta dapat membantu mencapai bandar dan komuniti dengan gaya hidup mampan | Kajian ini menerangkan tentang kesan penyertaan dalam taman komuniti terhadap dimensi kemampanan dan gaya hidup komuniti bandar                                                  | Kuantitatif Analisis statistik dan deskriptif | Berkebudayaan komuniti yang dijalankan bersama dengan inisiatif makanan lain Pertanian Sokongan Komuniti, atau projek di kantin boleh memberi akses kepada semua produk tempatan yang sihat dan berkualiti dan dengan itu menyumbang kepada sistem makanan yang lebih mampan.               |
| 10  | Andreja Istenic Starcic et al (2018) | Pembangunan mampan (SD) adalah isu multidimensi                                                                                                                                                                      | Kajian ini untuk mengenal pasti bahawa program pengajian direka lebih untuk hasil kesedaran, dan bukan untuk hasil tingkah laku                                                  | Kuantitatif Analisis statistik dan deskriptif | Keperluan pendekatan keseluruhan sistem boleh mengubah amalan pedagogi pembelajaran yang seharusnya merentas sempadan dan boleh menjadi menyumbang kepada perubahan gaya hidup mampan                                                                                                       |
| 11  | Azizah Md Yusof, et al (2013)        | Konsep kesejahteraan hidup merupakan satu proses dinamik yang memberikan nilai kepada manusia tentang bagaimana kehidupan mereka berkembang sama ada bertambah baik atau sebaliknya.                                 | Untuk Melihat tahap kesejahteraan hidup petani melalui pengenalan aset dan mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi tahap kesejahteraan hidup subjektif petani di kawasan kajian | Kualitatif, analisis deskriptif               | Tingkat kesejahteraan hidup subjektif petani dipengaruhi oleh empat faktor iaitu kepuasan terhadap rumah, kepuasan terhadap pemilihan aset, kepuasan terhadap perbelanjaan dan kepuasan pendapatan. Secara keseluruhan dilihat bahawa tahap kesejahteraan hidup adalah tidak memuaskan      |
| 12  | Anja Thieme (2012)                   | Penyelidikan penting telah dijalankan di HCI ke dalam potensi teknologi untuk mengubah kepercayaan orang ramai, membentuk sikap mereka, dan mempengaruhi tingkah laku mereka Teknologi                               | Kajian ini menerangkan tentang keperluan pemahaman tentang bagaimana teknologi boleh menggalakkan kesedaran ekologi dan gaya hidup lestari alam sekitar dalam individu           | Kualitatif, analisis deskriptif               | Teknologi BinCam telah meningkatkan kesedaran individu tentang kitar semula dan tingkah laku pembaziran makanan, walaupun tidak memberi kesan kepada sikap dan niat peserta yang sudah mantap                                                                                               |

| Bil | Kajian                        | Latar Belakang                                                                                                                                                                                                                | Permasalahan Kajian                                                                                                                                                    | Metode                          | Dapatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |                               | persuasif kini digunakan dalam banyak perkara                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                        |                                 | untuk memperbaiki tingkah laku                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 13  | Maria Immaculata et al (2012) | Remaja adalah penentu nasib sesebuah negara pada masa hadapan dan sebagai peneraju kepada kemampuan sesebuah negara, pemahaman yang lengkap tentang kepentingan isu dan bagaimana gaya hidup mampan seharusnya sangat penting | Kajian ini menjelaskan tentang pengetahuan remaja tentang apa yang harus mereka lakukan agar mempunyai gaya hidup mampan dan menjalani kehidupan yang lebih mesra alam | Kualitatif, analisis deskriptif | Berdasarkan hasil tinjauan, remaja di Surabaya mempunyai pengetahuan yang minimum tentang gaya hidup lestari dan isu alam sekitar. Cara yang paling berkesan untuk mewujudkan Gaya Hidup Mampan (GHM) adalah melalui; buku panduan GHM, kurikulum dan kalkulator jejak ekologi serta latihan sosialisasi dan amalan terbaik GHM. |

### *Fokus Kajian Lepas Berkaitan Pendidikan Gaya Hidup Mampan*

GMH adalah kompleks dan difahami sebagai disatukan oleh pelbagai bidang dan amalan dari konvensional hingga ke lebih radikal dan ia biasanya terdiri daripada unsur anti-penggunaan, penggunaan mampan dan penggunaan kelabu atau tidak mampan (Alexandra, 2020; Ryu, 2021; Marion, 2019; Azizah et al., 2013, Anja, 2012). Fleksibiliti dan keupayaan beberapa strategi rangsangan perubahan memudahkan GMH dan menggalakkan komuniti bekerjasama dengan lebih giat seperti pendidikan GHM untuk semua golongan komuniti dan sedari kecil sehingga peringkat universiti, juga perluaskan promosi dan penghasilan produk mampan milik (Chwialkowska, 2019; Anja, 2012).

### *Isu Kajian*

Walau masyarakat menyedari kesan dari perubahan iklim akibat dari kerosakan tangan manusia menyebabkan ekosistem alam terganggu namun realitinya, masyarakat tidak merealisasikan kesedaran ini kepada perubahan tingkah laku dan gaya hidup mampan. Perkembangan sosial terkini telah melihat trend yang pada pandangan pertama, bercanggah dengan kesedaran semasa (Alexandra & Bob, 2020; Azizah, 2013). Faktor tersebut terdiri daripada faktor dalaman iaitu motivasi diri untuk berubah dan juga faktor luaran seperti kurang pengetahuan dan pengalaman, keupayaan kewangan dan sokongan sama ada oleh individu mahupun masyarakat (Kristian & Sandra 2022; Hangbo et al., 2021; Marion, 2019).

### *Rangsangan kajian Gaya Hidup Mampan*

Isu alam sekitar terus menjadi topik sohor baik dalam penyelidikan mahupun di kalangan masyarakat umum dan kerap dipersembahkan dalam pelbagai saluran media dan aktiviti yang dihadapi setiap hari. Terdapat pemahaman yang semakin meningkat tentang sumbangan tingkah laku manusia terhadap isu alam sekitar dan penyelesaian yang mungkin melalui gaya hidup mesra alam ini juga dikaitkan dengan pembangunan akhlak peribadi. Analisis tinjauan literatur sistematik (SLR) sebagaimana yang ditunjukkan dalam Jadual 1 dan Jadual 2 juga memberi maklumat untuk membincangkan dengan lebih terperinci tentang rangsangan atau latar belakang kajian GHM. Rangsangan utama yang menjadi pemangkin kepada kajian GHM adalah pembentukan strategi yang sesuai bagi pendidikan GHM yang sepadan. Rangsangan ini bagi menjawab permasalahan yang diutarakan oleh (Alvaro, et al, 2022; Asad, et al. 2022; Kristian, Bani Badrika 2022; Sandra Venghaus 2022; Anastazija, et al 2021; Hongbo, Breda, 2021, Jiyun et al., 2021; Ryu, 2021, Maria, 2012) bahawa pembentukan GHM yang mengandungi elemen pendidikan GHM adalah sekaligus menjadi pemangkin kepada penerapan GHM yang berjaya. Rangsangan seterusnya yang menarik kajian berkaitan dengan isu dan masalah pengetahuan dan tingkah laku sebenar. Mengambil contoh kajian Sandra Venghaus (2022); Anastazija Dimitrova et al. (2021); Liu & McCarthy, (2021) yang menyimpulkan bahawa terdapat pengetahuan dan kesedaran tentang kemampuan dan gaya hidup mampan secara segera namun perlu dipupuk secara perlahan atau dengan aspirasi pengurusan barulah perubahan boleh berlaku secara serta merta, walaupun ada tentangan.

### ***Metodologi Kajian Lepas***

Sekiranya diperhalusi, didapati kajian yang berkaitan dengan gaya hidup mampan dijalankan secara meluas melalui kedua-dua kaedah kajian samada melalui kajian kualitatif atau kajian kuantitatif. Kajian kualitatif kebanyakannya melibatkan kajian penerokaan, perbandingan antara karya dan penelitian ke atas elemen gaya hidup itu sendiri. Manakala kajian kuantitatif melibatkan analisis dan pengolahan data, melalui dua sudut pendekatan analisis iaitu secara deskriptif dan secara inferensi. Maka berdasarkan kajian ini, metodologi kajian yang sesuai berdasarkan latar belakang dan objektif kajian sebegini boleh menggunakan kedua-dua jenis kajian sama ada kajian kualitatif mahupun kajian kuantitatif.

### ***Logistik Kajian Gaya Hidup Mampan***

Berdasarkan Jadual 1 dan Jadual 2 sebelum ini, jika kajian dilihat dari sudut logistik, kajian yang berkaitan dengan gaya hidup mampan dijalankan melangkaui negara dan secara global. Dapatan ini menyokong dapatan semua pengkaji yang menegaskan bahawa kajian yang berkaitan dengan gaya hidup mampan walaupun diadakan secara meluas namun kurang diberi penekanan terhadap GHM dan mempunyai pelbagai fokus bidang dan elemen oleh para pengkaji seperti pendidikan (Asad et al., 2022; Anastazija et al., 2021; Dewi, 2021; Andreja et al., 2018; Maria et al., 2012), pelancongan (Aleksandra & Marion, 2022; Dewi, 2021) kesihatan (Ryu, 2021) pertanian (Azizah et al., 2013) dan teknologi (Ryu, 2021; Marion et al., 2019; Trine, 2014; Anja, 2012). Didapati kajian berkaitan GMH paling banyak dilakukan di negara barat terutama negara maju iaitu di USA (Andreja, 2022; Chwialkowsa & Khaterine, 2019; Trine, 2014; Janet, 2011); Jerman (Sandra, 2022; Martin, 2020), Poland (Alexandra, 2022; Anastazija, 2021), Perancis (Marion, 2019) dan juga di Asia Tenggara seperti Indonesia (Dewi, 2021; Maria, 2012) cuma hanya terdapat satu sahaja berkaitan GHM di dalam Malaysia yang dijumpai (Azizah et al., 2013).

### ***Cadangan Isu Baharu Untuk Dikaji Dalam Gaya Hidup Mampan***

Analisis tinjauan literatur sistematik (SLR) sebagaimana dalam Jadual 1 dan Jadual 2 yang menjelaskan tentang kajian-kajian terdahulu berkaitan dengan pendidikan dan GHM secara tidak langsung telah membantu kajian seterusnya untuk meneliti perkara yang telah dilakukan di samping mencari isu baharu dalam bidang ini yang menjadi objektif ketiga kajian.

Sebagaimana yang telah disebutkan sebelum ini, kajian yang berkaitan dengan GHM menggunakan kedua-dua jenis kajian iaitu kajian kuantitatif dan kualitatif. Kajian menggunakan pendekatan kuantitatif sebanyak 10 kajian manakala kualitatif pula sebanyak 15 kajian. Oleh yang demikian, kajian seterusnya boleh dibuat sama ada berbentuk kuantitatif sekiranya untuk memperoleh pengetahuan dan pemahaman yang lebih mendalam bagi memerhati situasi atau peristiwa yang mempengaruhi seseorang itu yang memerlukan data objektif yang boleh disampaikan dengan jelas melalui statistik dan nombor (Cohen, 1992; Krejcie & Morgan, 1970). Selain itu, kajian berbentuk kualitatif juga boleh digunakan sekiranya objektif kajian adalah untuk meneroka, membuat perbandingan atau memahami fenomena terhadap sesuatu isu berkaitan penghasilan makna GMH yang tidak disentuh dalam kajian kuantitatif (Wagner et al., 2019; Stake, 2010).

## **KESIMPULAN**

Penggunaan kaedah tinjauan literatur sistematik (SLR) menjelaskan beberapa isu berkaitan dengan kajian GHM. Hasil tinjauan ini mendapati kajian GHM secara ringkasnya tertumpu kepada makna GHM yang pelbagai dimensi dan merentasi bidang manakala strategi yang terlibat adalah melibatkan sektor penting iaitu pendidikan, kesihatan dan pelancongan manakala strategi GHM merangkumi kepentingan pengurusan dan promosi bagi memastikan keberkesanan untuk merealisasikan fenomena ini. Namun begitu, kebanyakan strategi yang diterapkan gagal menyerlahkan GHM seperti yang dihasratkan walaupun kebanyakan ahli komuniti menyedari namun ianya tidak diterjemahkan kepada tingkah laku kerana beberapa isu seperti kewangan, kekurangan pengetahuan dan kurangnya promosi dan pendedahan tentang kebaikan GHM terutama dalam menyelamatkan bumi untuk generasi akan datang.

## RUJUKAN

- Aleksandra Badora, Krzysztof Kud And Marian Woźniak (2022). Consumer Attitudes as Part of Lifestyle in the COVID-19 Emergency. *Sustainability* 2022, 14, 9521.
- Anastazija Dimitrova, Antonín Vaishar and Milada Št'astná (2021). Preparedness of Young People for a Sustainable Lifestyle: Awareness and Willingness. *Sustainability* 2021, 13, 7204.
- Anja Thieme, Rob Comber, Julia Miebach, Jack Weeden, Nicole Krämer, Shaun Lawson dan Patrick Olivier (2012). "We've Bin Watching You" – Designing for Reflection and Social Persuasion to Promote Sustainable Lifestyles. CHI 2012, 5–10 Mei 2012, Austin, Texas, Amerika Syarikat.
- Asad Asad, Sri Hidayati, Fridiyanto. (2022). Education and Human Resources: Retaining Future Human Resources' Behaviors to Nature Through Environmental Education. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, Vol. 22(2) 2022.
- Azizah Md Yusof, Jamal Ali, Roslina Kamaruddin (2013). Kesejahteraan Hidup: Kajian Petani di Kawasan Penanaman Padi di Negeri Perlis. Prosiding PERKEM Viii, Jilid 3 (2013) 1177 – 1, ISSN: 2231-962x
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1997). Writing Narrative Literature Reviews. *Review of general psychology*. 1(3), 311-320.
- Bem, D. J. (1995). Writing a review article for a psychological bulletin. *Psychological Bulletin*. 118, 172-177.
- Bourdieu, P. La Distinction (1979). *Kritikan Sociale du Jugement*. Ed. de Minuit, Paris.
- Chwialkowska Richards (2019). How Sustainability Influencers Drive Green Lifestyle Adoption On Social Media: The Process Of Green Lifestyle Adoption Explained Through The Lenses Of The Minority Influence Model And Social Learning Theory. *Management of Sustainable Development Sibiu, Romania*, Volume 11, No.1, June 2019.
- Dewi Rezeki Islamiati, Anak Utama Saputra (2021). Analisis Fenomena Tren Green Lifestyle Pada Mahasiswa Universitas Bangka Belitung. E-ISSN: 2775-0922, *Jurnal Studi Inovasi*, Vol. 1 No.2 (2021): 30-38.
- Ganzeboom, H (1988). Leefstijlen in Nederland: Een verkennende studie (Gaya Hidup di Belanda: Kajian Penerokaan). *Sociaal Cultureel Planbureau*, Rijswijk.
- Hongbo Liu, Breda McCarthy (2021). Sustainable lifestyles, eating out habits and the green gap: a study of food waste segments. *Asia Pacific Journal of Marketing and Logistics* ©Emerald Publishing Limited 1355-5855 DOI 10.1108/APJML-07-2021-0538
- Katherine White, Rishad Habib, and David J. Hardisty (2019). How to SHIFT Consumer Behaviors to be More Sustainable: A Literature Review and Guiding Framework. *Journal of Marketing*, 2019, Vol. 83(3) 22-49, ©American Marketing Association 2019 Article reuse guidelines: sagepub.com/journals-permissions
- Krejcie, R.V. dan Morgan, D.W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*. 30, 607-610
- Kristian (2022), Exploring Forms & Driving Factors of Environmentally Responsible Consumption Behavior In Yogyakarta, Vol. 10 No. 2 Mei 2022. E - ISSN: 2654-5837, Hal 137 – 140. P - ISSN: 2503-4413.
- Maria Immaculata Nesya Putri Saraswati & Maria Anityasari (2012). Analisis Gaya Hidup Berkelanjutan (Sustainable Lifestyle) Siswa-siswi SMA di Surabaya dan Upaya Perbaikannya. *Jurnal Teknik Its*, Vol. 1, No. 1(Sept. 2012) ISSN: 2301-9271.
- Marion Tharrey, Marlène Perignon, Pascale Scheromm, Caroline Mejean and Nicole Darmon (2019). Does participating in community gardens promote sustainable lifestyles in urban settings? Design and protocol of the JArDinS study. Tharrey et al. *BMC Public Health* (2019) 19:589
- Michie, S. and Williams, S. (2003) Reducing Work Related Psychosocial Ill Health and Sickness Absence: A Systematic Literature Review. *Occupational and Environmental Medicine*, 60, 3-9.
- Mont, O.; Neuvonen, A.; Lähteenoja (2014). S. Sustainable lifestyles 2050: Stakeholder visions, emerging practices and future research. *J.Clean. Prod.* 2014, 63, 24–32. [CrossRef]
- Patrick, S, Manisha, A, (2016). "Lifestyle Leapfrogging" in Emerging Economies: Enabling Systemic Shifts to Sustainable Consumption. *J Consum Policy* (2017) 40:3–23 DOI 10.1007/s10603-016-9339-3. *Springer Science+Business Media*, New York 2016
- Sandra Venghaus , Meike Henseleit dan Maria Belka (2022). The impact of climate change awareness on behavioral changes in Germany: changing minds or changing behavior? *Sustainability and Society*, (2022) 12:8
- Scott, K (2009). A literature review on sustainable lifestyles and recommendations for further research. *Stockh. Environ. Inst. Proj. Rep.* 2009, 1–42.
- Siddiqi, N., House, A. O., & Holmes, J. D. (2006). Occurrence and outcome of delirium in medical in-patients: a systematic literature review. *Age and Ageing*, 35(4), 350-364.
- Shirani, F.; Butler, C.; Henwood, K.; Parkhill, K.; Pidgeon, N (2015). I'm not a tree hugger, I'm just like you: Changing perceptions of sustainable lifestyles. *Environ. Politics* 2015, 24, 57–74

- Sobel, M.E (1983). *Lifestyle and Social Structure; Concepts, Definitions, Analysis*. Academic Press, New York..
- Trine Helledie (2014). A Study Of How Sustainable Lifestyles Are Lived And Maintained. Transportation Research Record, *Journal of the Transportation Research Board*, 2495(2495):74-82 DOI: 10.3141/2495-08
- Veronique Van Acker (2015). Defining, Measuring, and Using the Lifestyle Concept in Modal Choice Research
- Weber, M (1922). *Wirtschaft dan Gesellschaft* (Ekonomi dan Masyarakat). Mohr, Tübingen,