

Meneroka Daya Tindak Dan Sokongan Sosial Kepada Mahasiwa Universiti Kebangsaan Malaysia Yang Terkesan Akibat Pandemik Covid-19

*Exploring Action And Social Support For Students Of The National University Of Malaysia
Affected By The COVID-19 Pandemic*

Sasha Afrina Hamdan
¹Noremy Md Akhir

Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan
Universiti Kebangsaan Malaysia

Correspondence e-mel: ¹noremy@ukm.edu.my

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk meneroka permasalahan yang menyumbang kepada tekanan mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) ketika menghadapi pengajaran dan pembelajaran (PdP) secara atas talian. Tekanan yang besar akan menyebabkan ketidakstabilan emosi mahasiswa terutamanya ketika penularan wabak COVID-19 ini. Melalui permasalahan yang telah diberikan, kajian ini juga bertujuan untuk mengenal pasti daya tindak digunakan dan bentuk sokongan yang diperlukan oleh mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) ketika berhadapan dengan tekanan. Selain itu, lokasi kajian bertempat di Universiti Kebangsaan Malaysia dan pengkaji menggunakan kaedah kajian kualitatif bagi kajian ini. Hasil kajian yang dilakukan mendapati terdapat empat tema yang terhasil daripada objektif pertama iaitu menggunakan daya tindak bertenang, beriadah, sistem sokongan yang baik dan juga kerohanian manakala untuk objektif kedua adalah khidmat nasihat, sokongan kewangan dan juga sokongan sistem pembelajaran. Kajian ini dijalankan ke atas sembilan orang informan yang terdiri dari tahun satu hingga tiga dari pelbagai latar belakang fakulti di Universiti Kebangsaan Malaysia mengikut ketetapan yang dikehendaki oleh pengkaji iaitu pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia, pelajar tahun satu hingga tiga dan juga pelajar yang sememangnya terkesan ketika pengajaran dan pembelajaran ini dijalankan secara atas talian ketika pandemik COVID-19 ini berlaku. Seterusnya, sumbangan kajian ini kepada praktis kerja sosial adalah sebagai promosi untuk mengembangkan dan membuka mata masyarakat untuk mendekati dan lebih mengenali pekerja sosial terutamanya di Malaysia. Akhir sekali, pengkaji mengharapkan dengan sumbangan kajian ini terhadap di peringkat dasar, pihak yang sewajarnya dapat menyediakan satu dasar pengurusan untuk mahasiswa bagi mengurangkan tekanan yang dihadapi.

Katakunci: Tekanan, daya tindak, bentuk sokongan, mahasiswa, kerja sosial

ABSTRACT

This study aims to explore the problems to contribute to the stress of The National University of Malaysia students when facing teaching and learning on online platforms. Excessive stress will cause emotional instability of students especially during the transmission of this COVID-19 pandemic. Through the problems that have been given, this study also aims to identify the action force used and the form of support needed by students of The National University of Malaysia when faced with stress. In addition, the study

location is located at the National University of Malaysia and the researcher used qualitative research method for this study. The results of the study found that there are four themes that were achieved from the first objective which is to use the force of calm, recreation, good support system and also spiritual while for the second objective is advisory service, financial support and learning support system. This study was conducted on nine informants consisting of years one to three from various faculty background at The National University of Malaysia according to the determination required by the researcher, namely students of The National University of Malaysia, students of years one to three and also students who are impressed during teaching and learning was conducted online during this pandemic COVID-19 occurred. Furthermore, the contribution of this study to the practice of social work is a promotion to expand and attract the community to approach and get to know social workers, especially in Malaysia. Finally, the researcher hopes with the contribution of this study at the policy level, the appropriate parties can provide a management policy especially for students to reduce the stress faced.

Keywords: *stress, action power, support system, students, social work*

1. Pengenalan

Menurut Krok (2008), strategi daya tindak merujuk kepada cara seseorang menilai dan bertindak balas kepada peristiwa atau keadaan yang dianggap sebagai satu tekanan. Seterusnya, terdapat beberapa tindakan untuk mengatasi tekanan seperti beriadah, melakukan aktiviti keagamaan serta mendapatkan perkhidmatan kaunseling dan sokongan sosial. Seterusnya, menurut Lazarus dan Folkman (1984) pula, daya tindak merujuk kepada kepada cara berfikir dan tingkah laku yang digunakan dalam menghadapi tekanan dalaman dan luaran yang telah dibincangkan secara umum. Tekanan perasaan mampu menimbulkan kepada ketidakstabilan emosi bagi golongan mahasiswa terutamanya ketika penularan wabak pandemik COVID-19. Keseimbangan dan kestabilan emosi amat penting untuk mahasiswa untuk berdepan dengan perubahan dan krisis yang berlaku dari semasa ke semasa. Ketika penularan wabak COVID-19 ini berlaku, masalah yang menambahkan lagi tekanan golongan ini apabila mereka terpaksa berhadapan dengan pengajaran dan pembelajaran (PdP) secara atas talian dimana segelintir mahasiswa mempunyai masalah dalam mengakses internet di kawasan kediaman masing-masing. Persekitaran yang kurang kondusif sekaligus memainkan peranan penting sebagai seorang anak dirumah menjadikan mahasiswa adalah golongan yang turut terkesan ketika penularan wabak ini. Menurut Hairunnaja (2005), kegelisahan atau ketidakseimbangan emosi terjadi akibat ketidakupayaan seseorang pelajar yang mengendalikan sikap positifnya terhadap sesuatu peristiwa yang berlaku dalam persekitaran. Oleh kerana keupayaan dan daya tahan seseorang pelajar berbeza, kegelisahan boleh menjadi penyakit yang merbahaya dan menyebabkan penderitaan serta menjejaskan keharmonian hidup. Selain itu, menurut Mohamed Alfian dan Mohamed Shariff (2006) pula, kegelisahan pelajar dapat dilihat berdasarkan ekspresi wajah, tingkah laku atau kecenderungan gaya berfikir. Walau bagaimanapun orang yang mengalami kegelisahan pada kebiasaannya masih lagi mampu meneruskan kehidupannya tetapi yang membezakannya dengan orang lain adalah penderitaannya yang tidak mampu hidup gembira seperti orang lain.

2. Sorotan Literatur

Di dalam dunia yang serba moden ini, kita tidak akan terlepas dari masalah krisis kewangan, mahasiswa juga turut mempunyai permasalahan yang sama. Menurut Hallman & Rosenbloom (1993), hal ini berlaku kerana pelajar merasakan keperluan hidup mereka lebih meningkat walaupun pinjaman dan elaun mereka masih sama dan tidak bertambah yang akan mendorong kepada peningkatan dalam perbelanjaan hidup mereka. Pengurusan kewangan yang tidak tersusun dan teratur akan meningkatkan tekanan mental dan fizikal (Misra & Mckean, 2000) sehinggakan mereka tidak dapat tidur dengan cukup, murung dan menyendiri (Ridhwan, A.A.N et al. 2009; Wright, 1967). Menurut Antonovsky dan Tourani (1988), keluarga adalah satu unit yang mempunyai struktur tertentu terdiri daripada perhubungan perkahwinan yang sah dan ikatan pertalian darah. Oleh itu, institusi keluarga perlu dikukuhkan demi mencapai kesejahteraan dari segi fizikal, mental, psikologi, emosi, ekonomi, dan juga sosial dalam kalangan ahli keluarganya. Seterusnya, menurut dari pandangan islam pula, keluarga bahagia merujuk kepada yang mempunyai gabungan elemen seperti iman, amal, akidah, niat, akhlak dan juga ilmu (Nur Zahirah Hj Jaapar & Raihana Hj Azahari, 2011). Namun begitu, masih terdapat cabaran yang perlu dihadapi didalam kehidupan berkeluarga. Antara cabaran tersebut adalah konflik perhubungan, masalah kewangan, masalah kerjaya, masalah anak-anak, campur tangan pihak ketiga dan lain-lain (McCubbin, Joy, Cauble & Cameau, 1980).

Menurut Peletz (1996) menerusi kajian yang dilakukan olehnya keatas pengurusan emosi dari sudut pengluhan emosi dalam meneliti konsep malu dalam masyarakat melayu. Menurut beliau, perasaan malu dalam masyarakat melayu memainkan peranan penting dalam mengatur pengluhan perasaan lain dan mengatur perlakuan serta persepsi diri orang melayu. Seterusnya, menurut kajian yang dilakukan oleh Fariza (2005), mendapati majoriti remaja mengalami mengalami tekanan emosi dan menunjukkan simptom dari aspek psikologi. Hasil kajian yang dilakukan mendapati bahawa faktor utama yang menyebabkan tekanan ialah faktor keluarga dan faktor persekitaran. Tekanan yang dihadapi oleh mahasiswa daripada masalah keluarga menyebabkan emosi mahasiswa terganggu dan boleh menjejaskan pembelajaran. Hal ini kerana mahasiswa hanya duduk di rumah sepanjang pembelajaran secara atas talian dijalankan.

Menurut Dulewicz dan Higgs (1998), kecerdasan emosi boleh difahami sebagai satu proses mengendalikan perasaan dan emosi. Selain itu, menurut Wong dan Law (2002) merujuk kepada kecerdasan emosi sebagai keupayaan seseorang untuk mengenali perasaan diri sendiri dan juga perasaan orang lain serta cuba untuk mengawal emosi mereka didalam sesuatu situasi. Oleh itu, kecerdasan emosi boleh diklasifikasikan sebagai sebagai keupayaan seseorang individu tersebut untuk mengakses dan merangsang perasaan perasaan ketika mereka sedang berfikir, memahami tentang emosi dan mengawal emosi.

House (1981) dan Cobb (1982) telah menyatakan empat jenis sokongan sosial iaitu sokongan emosi seperti menzahirkan perasaan empati, mengambil berat, kasih sayang, sikap saling mempercayai, prihatin, berkongsi rasa dan memberikan rasa selamat. Seterusnya, adalah sokongan instrumental yang merujuk kepada penyediaan bantuan berbentuk barangan, kewangan tenaga atau juga masa. Selain itu, memberi nasihat, cadangan dan arahan juga merupakan sokongan berbentuk instrumental dan akhir sekali adalah sokongan penilaian seperti memberi maklum balas, perbandingan dan juga penilaian.

Selain itu, menurut kajian yang dilakukan oleh Zaidah Mustapha (2000) mendapati bahawa sokongan sosial amat penting dalam pengendalian emosi. Menurut beliau juga, sekiranya sistem sokongan di dalam masyarakat moden tidak ada atau tidak mencukupi, maka pengendalian emosi masyarakat juga akan terjejas

3. Metodologi

Untuk kajian ini pengkaji memilih untuk menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi. Fenomenologi daripada dua kata akar, iaitu *phenomenon* yang membawa maksud realiti yang nampak dan *logos* iaitu ilmu. Oleh itu, fenomenologi adalah satu ilmu yang berpaksikan untuk mendapatkan penjelasan tentang sesuatu realiti yang ada. Fenomena yang nyata adalah refleksi dari realiti yang tidak berdiri dengan sendiri kerana fenomena ini memiliki makna yang memerlukan penafsiran secara lebih mendalam. Fenomenologi juga sering diaplikasikan sebagai anggapan umum untuk menjelaskan pada pengalaman subjektif dari berbagai jenis, bentuk subjek yang ditemui.

Menurut Moleong (2001), pengkaji yang menggunakan pendekatan fenomenologi berusaha memahami erti peristiwa dan hubung kaitnya terhadap orang-orang yang berada dalam situasi-situasi tertentu. Hal ini kerana, erti kata fenomenologi sendiri membawa maksud fenomena atau perkara yang semulajadi. Menurut (Bogdan & Biklen, 1992), penyelidik fenomenologi berusaha untuk memahami maksud sesuatu kejadian serta interaksi orang awam dalam situasi yang tertentu.

Kajian ini dijalankan di Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, Selangor. Pengkaji memilih untuk menjalankan kajian di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) kerana pengkaji berasa terpenggil untuk mengenalpasti daya tindak yang digunakan bagi menangani tekanan dan bentuk sokongan yang diperlukan oleh mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia bagi menguruskan tekanan mereka. Hal ini kerana, pengkaji juga merupakan pelajar dari Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) sendiri. Oleh itu, jika pengkaji dapat mengenalpasti krisis yang berlaku terhadap rakan-rakan mahasiswa, isu ini boleh diketengahkan untuk pemerhatian pihak Universiti Kebangsaan Malaysia bagi menyediakan inisiatif atau platform kebajikan yang terbaik bagi menjaga kesihatan mental para pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM). Pemilihan lokasi kajian ini juga memudahkan pengkaji untuk mengakses dan menghubungi sampel kajian dan pengkaji juga lebih mudah untuk membina hubungan rapo dengan sampel kajian.

Teknik persampelan kajian yang digunakan didalam kajian ini adalah persampelan bertujuan (*Purposive sampling*). Kajian kualitatif selalunya menggunakan kaedah persampelan bertujuan kerana kaedah persampelan ini yang memfokuskan kepada individu-individu khusus, kejadian atau persekitaran yang mempunyai ciri-ciri yang relevan dengan persoalan kajian. Bagi persampelan bertujuan, terdapat tiga strategi yang dicadangkan oleh Patton (2002) dan Teddlie dan Yu (2007) seperti teknik persampelan perwakilan atau perbandingan, teknik persampelan istimewa/unik dan juga teknik persampelan berurutan. Pemilihan sampel iaitu informan bagi persampelan bertujuan dipilih secara khusus bagi mencapai tujuan tertentu. Oleh itu, pemilihan informan adalah berdasarkan kriteria yang ditetapkan oleh pengkaji yang terdiri daripada mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), pelajar tahun satu hingga tiga dan mahasiswa yang terjejas dengan pandemik COVID-19.

Seterusnya, strategi capaian sampel adalah melalui temubual yang dijalankan bersama mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang terdiri dari tahun satu hingga tiga yang berada di kediaman masing-masing. Bagi kajian fenomenologi, Creswell (1998) mencadangkan saiz sampel diantara lima hingga 25 dan Morse (1994) mencadangkan sekurang-kurangnya enam. Oleh itu, pengkaji menggunakan saiz sampel seramai sembilan orang informan. Pengkaji menggunakan temu bual mendalam sebagai kaedah pengumpulan data kualitatif. Menurut Silverman (1993), temu bual adalah interaksi aktif antara dua orang atau lebih untuk memandu perbincangan hasil berasaskan konteks kajian. Pengkaji menggunakan analisis tematik untuk menganalisis data kualitatif. Braun dan Clarke (2014) berpendapat bahawa analisis tematik adalah analisis asas yang merupakan kaedah yang fleksibel dalam membuat analisis data. Ramai penyelidik dalam bidang kerja sosial yang menggunakan analisis tematik bagi data kualitatif berbanding dengan menggunakan analisis kandungan. Menurut Braun dan Clarke (2006), analisis tematik adalah kaedah analisis kualitatif asas yang dipelajari kerana ia menyediakan kemahiran teras yang berguna untuk menjalankan pelbagai jenis analisis. Terdapat lima langkah analisis tematik iaitu mencipta kod permulaan, mencari tema, menyemak semula tema, tentukan tema dan akhir sekali adalah membuat penulisan.

RAJAH 1. Rumusan Metodologi Kajian

Kaedah Kajian	Kualitatif
Reka Bentuk Kajian	Fenomenologi
Persampelan Kajian	Persampelan Bertujuan
Bilangan Informan	Sembilan Orang
Teknik Pengumpulan Data	Temu Bual Mendalam
Instrumen Kajian	Panduan Soalan (Soalan separa struktur)
Analisis Kajian	Analisis Tematik

4. Dapatan Dan Perbincangan

4.1 Demografi Informan

Berdasarkan jadual 1, dapat dilihat bahawa jumlah informan perempuan yang telah ditemu bual oleh pengkaji lebih ramai iaitu seramai lima orang berbanding pelajar lelaki yang seramai empat orang. Selain itu, rata-rata umur informan yang telah dipilih oleh pengkaji untuk ditemu bual ialah berumur 20 hingga 23 tahun. Berdasarkan kepada data yang diperoleh juga menunjukkan majoriti daripada informan yang telah ditemu bual merupakan pelajar dari Fakulti Sosial dan Kemanusiaan dan berasal dari Johor. Hal ini kerana, informan yang dipilih menetap berhampiran kawasan kediaman pengkaji dan memudahkan proses temu bual ini dilakukan terutamanya ketika pandemik COVID-19 ini.

JADUAL 1. Rumusan Metodologi Kajian

Informan	Jantina	Umur (Tahun)	Fakulti	Tahun Pengkajian	Tempat Tinggal
1	Lelaki	23	FPEND	3	Johor
2	Perempuan	21	FST	1	Perak
3	Perempuan	23	FST	3	Melaka
4	Perempuan	20	FKAB	1	Selangor
5	Perempuan	21	FEP	2	Kuala Lumpur
6	Lelaki	20	FKAB	1	Johor
7	Lelaki	22	FSSK	2	Johor
8	Perempuan	23	FSSK	3	Johor
9	Lelaki	22	FSSK	2	Johor

4.2 Daya Tindak Mahasiswa UKM ketika menguruskan tekanan

Hasil kajian mendapati terdapat empat tema yang diperoleh dari objektif pertama iaitu daya tindak mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia ketika menguruskan tekanan kesan pandemik COVID-19. Berikut merupakan tema yang telah diperoleh iaitu bertenang, beriadah, sistem sokongan yang baik dan juga kerohanian.

i) *Bertenang*

Hasil dapatan kajian yang diperoleh mendapati majoriti informan menggunakan daya tindak bertenang ketika menguruskan tekanan. Hal ini kerana, cara bertenang adalah perkara asas yang boleh digunakan ketika seseorang individu terlalu emosi. Berikut merupakan kenyataan informan:

“...First of all, mestilah saya akan cuba buat daya tindak sendiri seperti yang telah di ajar iaitu kosongkan minda, tarik nafas beberapa saat then hembus.”

(Informan 4)

“...Daya tindak yang saya lakukan especially bila saya dapat tahu saya dan keluarga terkena jangkitan Covid-19 ini adalah bertenang”.

(Informan 8)

Penggunaan teknik bertenang dengan cara bernafas dengan betul dapat mengurangkan tekanan dan perasaan marah dan individu tersebut dapat berfikir secara rasional dan logik apabila keadaan mula reda. Seterusnya, cara-cara lain yang dicadangkan oleh Bradley (2006) untuk menangani tekanan mahasiswa ialah mereka hendaklah mengetahui punca tekanan dan seterusnya mengambil langkah yang sesuai untuk menanganinya (Abdul Adib&Lailawati, 2019). Oleh itu, mahasiswa perlulah sentiasa bertenang dan berfikiran positif dan beranggapan bahawa masalah tidak akan selalu dibawa bersama mereka (Mohammad Arif & Sa’Odah, 2019).

ii) Beriadah

Bahagian ini terdapat dua orang informan yang melakukan aktiviti beriadah. Aktiviti beriadah seperti berjogging dan berbasikal adalah aktiviti yang dapat mengurangkan tekanan selain dapat menghirup udara segar. Selain dapat mengeluarkan peluh dan membantu untuk melancarkan peredaran darah di dalam badan, beriadah juga dapat memberi ruang kepada diri kita sendiri daripada kesibukan kerja atau tugas dan memberikan banyak aura-aura yang positif untuk mendapatkan idea yang baik di dalam tugas. Berikut merupakan kenyataan informan:

“...saya akan melakukan aktiviti riadah untuk mengatasi tekanan yang dihadapi”

(Informan 2)

“... Contohnya kalau saya tengah bersukan, tengah keluar hang out dengan kawan-kawan ha saya tak fikir dah assignment ke apa. Saya fikir nak enjoy je ambil angin, kadang saya keluar pergi bandar pun bukan nak membeli. Tapi, saja jalan hirup angin sebab stress”

(Informan 1)

Menurut Razali (2010) telah mencadangkan beberapa cara untuk bertindak secara proaktif untuk mengelakkan tekanan dan tidak perlu menunggu berlakunya tekanan untuk melakukan tindakan pencegahan ini. Antara langkah yang boleh dimanfaatkan oleh mahasiswa untuk menghindari tekanan adalah dengan mengamalkan gaya hidup sihat seperti tidur yang mencukupi (Hafiz, 2000), pemakanan yang betul (Amey Rozalina, Nurul Farhana & Nur Farhana, 2016) dan sentiasa bersenam.

iii) Sistem Sokongan yang Baik

Hasil kajian mendapati majoriti responden seramai enam orang mempunyai sistem sokongan yang baik untuk menguruskan tekanan mereka. Sistem sokongan yang baik kadangkala datangnya daripada orang terdekat seperti keluarga dan rakan-rakan. Berikut merupakan kenyataan yang diperoleh daripada informan:

“...Seterusnya, saya akan berkawan dengan orang yang selalu memberikan saya aura positif supaya saya saya kembali bersemangat dan tidak terlalu mengikutkan perasaan dan emosi terlalu lama.”

(Informan 3)

“... Tetapi bila tak boleh bawa sangat dan terikut emosi saya akan luahkan kepada ibu dan rakan-rakan since saya rapat dengan mereka.”

(Informan 4)

Sokongan sosial yang diperolehi daripada pihak tertentu juga boleh membantu mahasiswa dalam pengurusan tekanan. Sokongan sosial ini boleh diperolehi daripada kaum keluarga, rakan-rakan dan individu yang mempunyai autoriti untuk memberikan pertolongan (Nur Shyahirah & Noremy, 2020).

iv) Kerohanian

Untuk tema ini, terdapat satu informan yang menggunakan daya tindak mengikut aspek kerohanian dengan membaca Al-Quran ketika berada di dalam tekanan. Berikut merupakan kenyataan informan:

“...saya juga akan cuba baca ayat-ayat Al-Quran seperti Al-Mulk dan Ar-Rahman untuk memberikan ketenangan kepada jiwa saya.”

(Informan 5)

Aspek kerohanian dengan mendekati diri dengan tadabur Al-Quran juga merupakan daya tindak yang terbaik dan terpuji yang boleh digunakan bagi menguruskan tekanan. Menurut pandangan islam pula, pengurusan tekanan yang utama adalah berpandukan kitab suci Al-Quran (Muhimmatul Hasanah, 2019). Al-Quran juga adalah sebuah kitab yang mempunyai mukjizat yang tidak dapat dinafikan kehebatannya (Abdullah Ridlo, 2020).

4.3 Sokongan Sosial Yang Diperlukan Oleh Mahasiswa UKM Bagi Menangani Tekanan

Terdapat tiga tema yang terhasil bagi sokongan sosial yang diperlukan oleh mahasiswa yang terkesan akibat pandemik COVID-19 iaitu khidmat nasihat, sokongan kewangan dan juga sokongan sistem pembelajaran. Ia dibincangkan seperti berikut:

i) Khidmat Nasihat

Bahagian ini terdapat majoriti informan iaitu seramai sembilan orang informan. Khidmat nasihat yang mereka perlukan tidak tertumpu kepada khidmat daripada pakar tetapi lebih kepada khidmat sokongan dan nasihat daripada ahli keluarga dan rakan-rakan. Hal ini kerana, mahasiswa memerlukan lebih banyak dorongan daripada orang terdekat supaya mereka lebih bersemangat dan bangkit untuk meneruskan pembelajaran mereka. Berikut merupakan kenyataan yang diberikan oleh informan:

“...ibu bapa juga boleh memberikan kata-kata semangat juga ataupun sekiranya berkemampuan ibu bapa boleh membelikan 1 kelengkapan yang boleh dibuat belajar untuk memberi keselesaan kepada diri sendiri.”

(Informan 6)

“...saya perlukan nasihat untuk sokongan mental dari rakan-rakan, dari keluarga untuk saya support diri saya balik, untuk saya kuatkan diri saya dan cuba bersabar dan beritahu masalah kepada mereka.”

(Informan 7)

Terdapat pelbagai cara yang boleh digunakan oleh mahasiswa untuk menguruskan tekanan dalam kehidupan seharian. Walaupun mahasiswa itu dikategorikan sebagai cemerlang dari segi pencapaian akademik atau berbakat dalam sesuatu bidang sekalipun, mereka tetap merupakan golongan yang perlu diberikan perhatian oleh ibu-bapa dan individu di sekeliling mereka (Peterson, Duncan & Canady, 2009). Berikut merupakan kenyataan informan yang memerlukan sokongan dalam bentuk nasihat bagi menangani tekanannya. Seterusnya, mahasiswa yang banyak menerima sokongan sosial dan nasihat yang positif akan menjadi lebih kuat dan tidak akan menyerah dalam setiap apa yang dilakukan kerana mereka tahu apa juga yang mereka lakukan akan mendapat sokongan dari kaum keluarga terutamanya ibu bapa (Sri Nurhayati, Fonny Dameati & Noor Aishah, 2020).

ii) Sokongan Kewangan

Tiga orang informan menjelaskan tentang keperluan sokongan kewangan bagi menangani tekanan mereka. Hal ini kerana, bukan individu yang sudah bekerja sahaja memerlukan kewangan untuk sara hidup tetapi mahasiswa juga memerlukan sokongan ini untuk membiayai data internet untuk pembelajaran mereka dan membantu keluarga bagi menangani beban yang ada ketika waktu pandemik ini. Berikut merupakan kenyataan yang diberikan oleh informan:

“...saya harapkan bantuan yang diberikan oleh kerajaan dan universiti dapat diadakan secara berterusan since ramai je mahasiswa yang sangat memerlukan dan ada yang terpaksa bekerja part-time demi membantu keluarga dan diri sendiri.”

(Informan 3)

“...Bagi saya cukup, kerajaan dan universiti juga telah memberi sumbangan kewangan kepada pelajar-pelajar yang terjejas cuma saya harap pihak kerajaan dan universiti lebih mendalami isu pelajar sebab ada je rakan-rakan saya yang betul betul memerlukan tapi tercicir kerana mungkin data yang diberikan tidak mencukupi atau sebagainya.”

(Informan 4)

“...saya rasa sepatutnya kerajaan dan university perlu ambil cakna hal ini contohnya macam sekarang kan kita dah 3 sem odl, so dalam masa 3 sem ni bagi sumber-sumber yang dapat sedikit membantu kurangkan beban pelajar. Saya rasa kerajaan bagi sekali je duit one-off RM200 kepada pelajar masa memula PKP lepas tu tak ada dah semua dari usaha universiti je.”

(Informan 5)

Menurut Fan dan Babiarz (2019), kesejahteraan kewangan merangkumi aspek kecukupan dan keselamatan individu atau keluarga dalam melindungi risiko ekonomi seperti pengangguran, penyakit kronik, muflis dan juga kemiskinan. Sikap individu tersebut dalam menguruskan kewangan di dalam keluarga juga merupakan titik ukur dalam kesejahteraan kewangan kesejahteraan ekonomi setempat. Seterusnya, menurut Abdul Rahman (2020), isu pandemic COVID-19 yang mengancam seluruh dunia ini telah mengganggu gugat krisis kesihatan sekali gus mengancam kelangsungan dan menjejaskan kesejahteraan masyarakat. Tambahan lagi, pandemic ini juga telah menjejaskan setiap individu dan juga perniagaan. Selain itu, menurut Mohamad et al., (2020), masalah kewangan seperti beban hutang, muflis, tidak mempunyai simpanan yang cukup boleh meningkatkan tekanan kewangan dan menjejaskan kesejahteraan kewangan seseorang individu.

iii) Sokongan Sistem Pembelajaran

Dalam bahagian ini terdapat seorang informan yang mengulas tentang sokongan system pembelajaran. Berikut merupakan kenyataan yang diberikan oleh informan 9:

“...Kalau pada university mungkin boleh memperbaiki UKMFolio atau sistem-sistem yang ada, mungkin mudah kerja untuk mengupload tugas dah okay kot.”

(Informan 9)

E-pembelajaran adalah penggunaan teknologi komunikasi dalam menyalurkan maklumat untuk pendidikan dan latihan (Sun et al. 2008). Sebagai contoh, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) sendiri menggunakan platform UKM-folio sebagai medium perhubungan secara maya. Mahasiswa juga boleh memuat naik dan muat turun bahan rujukan tugas, bahan kuliah dan juga mengadakan perbincangan secara atas talian. Potensi e-pembelajaran sebagai alat bantuan yang dapat meningkatkan tahap pendidikan dan juga prestasi pelajaran juga berkait rapat dengan tanggapan e-pembelajaran ini mampu meningkatkan prestasi pelajaran, meningkatkan produktiviti akademik dan boleh menjadikan proses pembelajaran lebih mudah (Park, 2009).

5. Rumusan dan Cadangan

Hasil daripada analisis yang dilakukan, pengkaji telah menghasilkan tema-tema dibawah setiap objektif kajian yang dibina. Antara tema yang dihasilkan di bawah objektif pertama iaitu mengkaji daya tindak mahasiswa UKM ketika menguruskan tekanan adalah bertenang, beriadah, sistem sokongan yang baik dan juga kerohanian. Selain itu, untuk tema bagi objektif kedua iaitu mengkaji bentuk sokongan yang diperlukan oleh mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) bagi menangani tekanan kesan pandemik COVID-19 adalah dengan memerlukan sokongan dalam bentuk khidmat nasihat, sokongan kewangan dan juga capaian sistem pembelajaran yang baik. Segala tema yang terhasil ini telah dibincangkan dengan lengkap dan dikukuhkan lagi dengan pandangan-pandangan ahli dari kajian lepas.

Secara umumnya, artikel yang ditulis ini untuk mengkaji daya tindak yang digunakan oleh mahasiswa UKM ketika menguruskan tekanan dan juga mengkaji bentuk sokongan yang diperlukan oleh mahasiswa UKM bagi menangani tekanan kesan pandemik COVID-19. Kajian ini juga dapat menyumbang terhadap praktis kerja sosial di peringkat Institusi Pengajian Tinggi, Mesyuarat Agung Persekutuan Antarabangsa Pekerja Sosial pada julai 2000 mendefinisikan kerja sosial sebagai satu profesion yang membantu individu, kelompok atau masyarakat untuk meningkatkan atau mengembalikan kefungsiannya mereka bagi memenuhi keperluan sosial dan dapat mewujudkan satu keadaan yang kondusif semula bagi mencapai tujuan tersebut. Selain menggunakan khidmat nasihat dari pakar ataupun unit-unit kaunseling, pihak universiti juga boleh menawarkan khidmat pekerja sosial kepada mahasiswa yang berhadapan dengan krisis, menghadapi tekanan dan memerlukan bantuan. Hal ini kerana, pekerja sosial boleh menjadi mediator (perantara) bagi menghubungkan kepada bantuan-bantuan yang boleh diberikan kepada mahasiswa, educator (pendidik) bagi memberi pendidikan yang bersesuaian, dan juga enabler (pemangkin perubahan) yang dapat mengetengahkan isu atau dasar-dasar yang dapat diguna pakai oleh mahasiswa.

Seterusnya sumbangan kajian ini kepada pendidikan kerja sosial adalah, masalah ini sememangnya dianggap penting bagi pihak Kementerian Pendidikan Tinggi dan juga Institusi Pengajian Tinggi sama ada di peringkat awam atau swasta. Dengan kajian yang dijalankan oleh pengkaji ini sedikit sebanyak dapat menyumbang kepada promosi dalam memperkenalkan pendidikan kerja sosial di negara ataupun kepada universiti. Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat juga turut menggubal Rang Undang-undang Profesion Kerja Sosial

bertujuan untuk melahirkan tenaga kerja yang komited dan juga professional untuk mewujudkan tadbir urus yang baik dalam bidang kerja sosial. Oleh itu, penempatan pekerja sosial di dalam agensi atau institusi dapat memberi gambaran permulaan yang baik kepada mahasiswa tentang kepentingan adanya pekerja sosial seterusnya dapat menyakinkan kelompok atau masyarakat tentang bidang kerja sosial.

Selain itu, kajian yang dijalankan ini juga diharapkan dapat membuka mata pihak berkepentingan khususnya kerajaan untuk merangka atau menambahbaik dasar pengurusan stress yang sedia ada bagi pihak mahasiswa. Hal ini bertujuan mengurangkan tekanan yang dialami oleh setiap mahasiswa kerana mereka juga perlu diberi perhatian. Pada tahun 2019, Presiden Kongres Kesatuan Pekerja-Pekerja dalam Perkhidmatan Awam, Azih Muda telah menggesa kerajaan untuk mewujudkan dasar pengurusan stress bagi penjawat awam (Sinar Harian, 2019). Oleh itu, pihak Kementerian Pendidikan Tinggi dan Kongres Mahasiswa juga perlu menyuarakan perkara yang sama bagi menjaga kesejahteraan emosi pelajar

Cadangan untuk kajian akan datang adalah untuk lebih memperbanyakkan kajian tentang permasalahan mahasiswa kerana kajian tentang hal mahasiswa tidak banyak diketengahkan. Hal ini kerana, melalui kajian yang telah dijalankan oleh pengkaji banyak sahaja permasalahan yang berlaku dalam diri mahasiswa tetapi masih tidak dapat diberi perhatian menyeluruh dari pengkaji-pengkaji lepas. Oleh itu, pengkaji mengharapkan lebih banyak lagi kajian kepada mahasiswa supaya kita dapat mengenal pasti masalah dan cara penambahbaikan yang boleh dilakukan sama ada bagi memperbaiki sistem pendidikan sendiri ataupun sistem dalam institusi pengajian mahasiswa itu sendiri.

Seterusnya, cadangan kepada pengkaji akan datang adalah dengan menggunakan kaedah mix-method approaches (pendekatan kajian kaedah gabungan) dalam kajian kualitatif iaitu dengan menggunakan kaedah temu bual dan juga kutipan data melalui borang soal selidik ataupun google forms. Dengan cara ini boleh mendapatkan lebih banyak lagi kutipan data untuk dianalisis dan memudahkan pengkaji ketika membuat ulasan bagi analisis data. Hal ini kerana, jika kajian hanya tertumpu kepada menggunakan kaedah temu bual sahaja data mungkin tidak cukup dan para pengkaji terpaksa untuk menghubungi informan semula bagi mendapatkan data-data tambahan untuk ditambahkan dalam kajian. Hal ini akan mengambil masa yang lebih lama untuk pengkaji menganalisis data kerana data masih tidak tepu.

Seterusnya, cadangan untuk kajian akan datang juga diharapkan dapat meluaskan lagi lokasi kajian dan tidak tertumpu kepada satu lokasi sahaja. Hal ini kerana ramai mahasiswa dari institusi pengajian tinggi yang lain juga perlu diberi perhatian dan perlu didengar masalahnya sama ada mahasiswa dari institusi pengajian tinggi mahupun swasta. Dengan kehidupan yang lebih kompleks dan dinamik mahasiswa memerlukan lebih banyak bentuk sokongan sama ada dari pihak Kementerian Pengajian Tinggi, Institusi Pengajian Tinggi dan juga agensi-agensi berkaitan. Oleh itu, pengkaji akan datang khususnya kepada pelajar kerja sosial sendiri perlu memperbanyakkan kajian lagi tentang mahasiswa supaya kita dapat membantu mahasiswa untuk mengurangkan beban yang mereka hadapi.

Rujukan

- Abdull Rahman, D. R. H. (2020). Kesan COVID-19 ke atas pekerja dan majikan | Astro Awani. In Astro Awani. <http://www.astroawani.com/berita-malaysia/kesan-9-ke-atas-pekerja-dan-majikan-238383>
- Amey Rozalina Azeman, Nurul Farhana Mohd Raduan, & Nur Farhana Othman. (2016). PEMILIHAN makanan di kalangan pelajar kolej universiti islam melaka: satu tinjauan. *Journal of Hospitality and Networks* 1:71-80. www.kuim.edu.my

- Antonovsky, A., & Tourani, S. (1988). Family Sense of Coherence and Family Adaptation. *Journal of Marriage and Family*, 79-82.
- Arzi, H. (2003). Enhancing science education laboratory environment: More than wall, benches and widgets. Dlm. Fraser, B.J., & Tobin, K.G. (Eds). *International Handbook of Science Education*, Vol. (1), Netherlands: Kluwer Academic Publishers.
- Bogdan R.C. & Biklen S. K. (1992). *Qualitative Research for Education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Braun, V., & Clarke, V. (2014). *Successful qualitative research: A practical guide for beginners*, London: SAGE.
- Creswell, J.W. (1998). *Qualitative Inquiry and research design: Choosing among five traditions*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Fan, L., & Babiartz, P. (2019). The Determinants of Subjective Financial Satisfaction and the Moderating Roles of Gender and Marital Status. 47(3). <https://doi.org/10.1111/fcsr.12297>
- Hallman, G. V. dan Rosenbloom, J. S. (1993). *Personal Financial Planning*. United State of America: McGraw-Hill Inc.
- Hairunnaja Najmuddin (2005). *Membimbing Remaja Memilih Pendidikan & Kerjaya*. Pahang: PTS Professional Publishing
- House, J. S. (1981). *Work Stress And Social Support*. Reading: Addison-Wesley.
- Krok, D. (2008). The role of spirituality in coping: Examining the relationships between spiritual dimensions and coping styles. *Mental health, religion and culture*, 11(7), 643-653.
- Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. In W. D.Gentry (Ed.), *Handbook of behavioral medicine*.
- Mohamed Alfian Harris Omar dan Mohamed Sharif Mustaffa. PhD, (2006). Tahap Kestabilan Emosi Pelajar di Sebuah Kolej Kediaman Institusi
- Moleong, L.J. (1989). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nur Shyahirah Mahpis & Noremy Md Akhir. (2020). Hubungan sokongan sosial terhadap kemurungan dalam kalangan pelajar. *Jurnal Wacana Sarjana* 4(2):1-10.
- Nur Zahirah Hj Jaapar & Raihanah Hj Azahari. (2011). Model Keluarga Bahagia Menurut Islam. *Jurnal Fiqh*, 25-44.
- Patton, M. (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods*. 3rd ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications
- Peletz MG (1996) *Reason and passion*. University of California Press, Berkeley.
- Peterson, J., Duncan, N. & Canady, K. (2009). A longitudinal study of negative life events, stress, and school experiences of gifted youth. *Gifted Child Quarterly* 53(1): 34-49.
- Redhwan, A.A.N et al. (2009). Stress and coping strategies among Management and Science University students: A qualitative study. *International Medical Journal*. 8(2), 11-15
- Sri Nurhayati Selian, Fonny Dameati Hutagalung, & Noor Aishah Rosli. (2020). Pengaruh stres akademik, daya tindak dan adaptasi sosial budaya terhadap kesejahteraan psikologi pelajar universiti. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan* 7(2): 36-57.
- Teddlie, C. & Yu, F. (2007). Mixed Method Sampling: A Typology with Examples. *Journal of Mixed Methods Research*, 1 (1): 77-100
- Yin, R. K. (2003). *Case Study Research*. 3rd Ed. London: Sage Publications