

CABARAN PENGURUSAN DIRI DALAM KALANGAN PELAJAR UNIVERSITI

CHALLENGES OF SELF-MANAGEMENT AMONG UNIVERSITY STUDENTS

Siti Zafrina Mohd Zahari^{1*}

Ramlan Mustapha²

Nurshahira Ibrahim³

Nurul Hidayah Che Hassan⁴

Abu Bakar Jaafar⁵

¹ Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), UiTM Pahang Branch, Jengka Campus, Malaysia,
(E-mail: zafrina@uitm.edu.my)

² Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), UiTM Pahang Branch, Raub Campus, Malaysia,
Email: ramlan@uitm.edu.my)

³ Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), UiTM Pahang Branch, Jengka Campus, Malaysia,
(E-mail:
shahiraibrahim@uitm.edu.my)

⁴ Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), UiTM Pahang Branch, Jengka Campus, Malaysia,
(E-mail:
nurul_hidayah@uitm.edu.my)

⁵ Academy of Contemporary Islamic Studies (ACIS), UiTM Pahang Branch, Jengka Campus, Malaysia,
(E-mail:
drabubakar@uitm.edu.my)

*Corresponding author

Article history

Received date : 19-6-2025

Revised date : 20-6-2025

Accepted date : 25-7-2025

Published date : 15-8-2025

To cite this document:

Mohd Zahari, S. Z., Mustapha, R., Ibrahim, N., Che Hassan, N. H. & Jaafar, A. B. (2025). Cabaran pengurusan diri dalam kalangan pelajar universiti. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 10 (75), 795 - 805.

Abstrak: *Pengurusan diri adalah suatu amalan yang perlu dilalui oleh setiap manusia dalam kehidupan seharian. Sebagai seorang pelajar universiti, pengurusan diri amat penting dalam menentukan kejayaan terhadap bidang pengajian yang dipilih. Pelbagai cabaran perlu dihadapi dan diatasi sebaik mungkin sama ada melibatkan aspek mental, fizikal, emosi dan spiritual. Oleh itu, kajian ini bertujuan menganalisis cabaran pengurusan diri pelajar sepanjang berada di universiti serta langkah yang diambil bagi mengatasi cabaran yang dihadapi. Kajian ini menggunakan pendekatan kaedah kualitatif iaitu analisis kandungan daripada bahan terbitan artikel jurnal, laman sesawang dan laporan akhbar. Antara sumber-sumber sekunder yang digunakan adalah analisis kandungan serta daripada mendapatkan maklumat semasa daripada portal rasmi buletin TV3, Astro Awani, laman sesawang MalaysiaGazette serta merujuk artikel jurnal dan akhbar online seperti Bernama, Berita Harian dan Sinar Harian. Hasil kajian mendapati antara cabaran pengurusan diri pelajar universiti adalah melibatkan kesihatan mental, tekanan akademik, pengurusan emosi dan masalah kewangan. Di samping itu, pelbagai langkah yang diambil bagi mengatasi cabaran*

adalah seperti mempertingkatkan kualiti sokongan sosial, memperkasakan program berunsurkan kerohanian serta memperkukuhkan peranan kolej kediaman.

Kata Kunci: Cabaran, Pengurusan Diri, Pelajar Universiti

Abstract: *Self-management is a practice that every human must go through in daily life. As a university student, self-management is very important in determining success in the chosen field of study. Various challenges must be faced and overcome as best as possible, whether involving mental, physical, emotional, and spiritual aspects. Therefore, this study aims to analyse the challenges of self-management that students face while at university and the steps taken to overcome these challenges. This study uses a qualitative method approach, namely content analysis from published materials such as journal articles, websites, and newspaper reports. Among the secondary sources used are content analysis as well as obtaining current information from the official portal of TV3 bulletin, Astro Awani, the Malaysia Gazette website, and referring to journal articles and online newspapers such as Bernama, Berita Harian, and Sinar Harian. The study found that among the challenges of self-management for university students include mental health, academic pressure, emotional management, and financial problems. In addition, various measures taken to overcome these challenges include enhancing the quality of social support, empowering spirituality-based programs, and strengthening the role of residence halls.*

Keywords: *Challenges, Self-Managament, University Students*

Pengenalan

Pengurusan rutin harian diri merupakan satu keperluan bagi setiap lapisan masyarakat terutamanya bagi pelajar universiti untuk meningkatkan keseluruhan kesejahteraan individu, sekali gus dapat menghasilkan produktiviti yang lebih baik (Hanif et al., 2023). Pengabaian aspek pengurusan diri boleh mengakibatkan pelbagai masalah termasuklah kegagalan menamatkan pengajian. Ini kerana semasa di kampus, mereka akan berdepan dengan suasana baru, belajar berdikari dan menyesuaikan diri dengan persekitaran sosial baru, mengurus diri sendiri seperti dalam hal urusan pembelajaran, kehidupan seharian, berkomunikasi, urusan kewangan, dan menguruskan masa dengan bijak (Ferlis et.al, 2009). Dari sudut *employability* pula, kemahiran pengurusan diri adalah komponen penting yang perlu dimiliki oleh seseorang individu sama ada pelajar atau orang dewasa bukan sahaja untuk tujuan mendapatkan pekerjaan, namun untuk kemajuan diri yang membolehkan seseorang menyumbang kepada kejayaan diri dan juga organisasi yang disertai (Hariaty, 2014).

Menurut Norasmah (2015), kegagalan graduan memperoleh pekerjaan dipercayai berpunca daripada kurangnya keyakinan terhadap kebolehan diri, tidak mempunyai matlamat dan keinginan untuk meningkatkan diri, tidak agresif dalam melaksanakan sesuatu tugas, kurang kemahiran komunikasi, kurang mahir dalam mengurus kewangan serta mengurus organisasi. Pada 15 November 2024, Berita Harian melaporkan bahawa sebanyak 4.1 peratus pelajar tercicir direkodkan pada tahun 2023 berpunca daripada tidak mendaftar dan gagal peperiksaan. Menurut Menteri Pendidikan Tinggi, Datuk Seri Dr Zambry Abdul Kadir, keadaan ini berpunca daripada berhenti atas sebab peribadi, alasan tidak berminat meneruskan pengajian, tidak membayar yuran pengajian dan masalah kewangan (Essa, 2024).

Sorotan Literatur

Terdapat kajian yang dilakukan bagi melihat cabaran yang dilalui oleh pelajar di universiti. Menurut Mohammad Arif & Saodah (2019), sebarang bentuk cabaran yang dihadapi di universiti boleh menjadi punca tekanan yang jika gagal ditangani akan memberi kesan kepada kesejahteraan psikologi, fizikal dan prestasi akademik pelajar universiti serta dalam jangka masa panjang kepada pembangunan masyarakat dan penghasilan guna tenaga negara secara keseluruhannya. Antara cabaran yang dihadapi oleh pelajar universiti dalam menguruskan diri ialah meliputi masalah tekanan akademik, pengurusan masa, penyesuaian, pengajaran pensyarah, persekitaran, beban tugas dan komunikasi pelajar-pensyarah (Najib et al., 2009). Menurut Nazneen et al. (2025), antara empat faktor yang melingkari isu tekanan psikologi dalam kalangan mahasiswa menurut perspektif kaunselor universiti ialah keluarga, tekanan akademik, diri sendiri serta hubungan sosial. Manakala faktor lain yang boleh mempengaruhi tekanan ialah penghargaan sendiri pelajar dan gaya asuhan yang diterima. Masalah ini harus ditangani secara bijak oleh para pelajar di universiti bagi membolehkan mereka mengharungi kehidupan di kampus dengan jayanya (Najib et al., 2006). Selain itu, menurut Ainul Natasya & Aizan (2023), cabaran mahasiswa Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya (APIUM) dalam isu kesihatan mental adalah meliputi peribadi, sosial dan kesihatan. Kajian mendapati cabaran peribadi seperti '*sering dibelenggu perasaan bersalah*' memperolehi skor tertinggi di kalangan mahasiswa APIUM.

Kajian Chan Yuen Fook & Gurnam Kaur Sidhu (2015) dalam *Investigating Learning Challenges Faced by Students in Higher Education* pula mendapati pelajar pengajian tinggi mengalami kesukaran secara kognitif untuk menjadi pelajar yang aktif, dalam bahan bacaan, bahasa, pengajaran, pengurusan masa, beban tugas dan perbezaan budaya. Sementara itu, kajian Ozlem & Selma (2012) dalam *The Problems Faced By University Students And Proposals For Solution* mendapati pelajar tidak memiliki gaya pemakanan yang sihat, memerlukan bantuan khidmat kaunseling, tidak mempunyai kualiti pendidikan serta merasa bimbang terhadap pengangguran dan masa depan. Menurut Balan & Rosnah, (2009), keadaan di universiti adalah berlainan dengan keadaan semasa berada di pangkuan keluarga. Pelajar perlu menghadiri kuliah sehingga waktu malam serta aktif dalam beberapa aktiviti di universiti iaitu sesetengah aktiviti dijalankan berterusan sehingga ke hujung minggu. Kerja-kerja kursus mesti disiapkan dalam jangkamasa yang ditetapkan selain ujian dan peperiksaan. Situasi sebegini boleh menimbulkan stres dalam kalangan pelajar universiti.

Menurut Nurul Haidah et al. (2020), kemampuan menyesuaikan diri adalah kemahiran insaniah penting yang perlu dimiliki oleh setiap orang sehingga akhir fasa pengajian. Bagi pelajar, jika seseorang yang cepat belajar, dia tahu bagaimana untuk menyesuaikan diri. Ia juga dapat meningkatkan lagi kemampuan penyesuaian dengan mencuba perkara baru dan mencabar kemampuan untuk menyelesaikan masalah dalam pelbagai keadaan, seterusnya kemahiran insaniah akan jauh lebih baik. Selain itu, demi mencapai penyesuaian diri yang tinggi dan efektif, teori psikodinamik, humanistik dan behaviorisme harus diambil kira bagi membantu seseorang pelajar membentuk perkembangan personaliti diri dimana setiap personaliti memainkan peranan yang penting kerana ia akan mempengaruhi bagaimana pelajar tersebut menjalani proses penyesuaian diri dengan persekitarannya Azizah et al. (2018).

Metodologi Penyelidikan

Kajian ini menggunakan pendekatan kaedah kualitatif iaitu analisis kandungan daripada bahan terbitan artikel jurnal, laman sesawang dan laporan akhbar. Antara sumber-sumber sekunder yang digunakan adalah analisis kandungan serta daripada mendapatkan maklumat semasa

daripada portal rasmi buletin TV3, Astro Awani, laman sesawang *MalaysiaGazette* serta merujuk artikel jurnal dan akhbar online seperti Bernama, Berita Harian dan Sinar Harian. Manakala kajian lepas berkaitan dengan cabaran pengurusan pelajar universiti turut dikaji dalam kajian ini. Selain itu, kajian ini turut menggunakan kajian kepustakaan dalam mengumpul maklumat berkaitan cabaran utama pelajar universiti dan langkah bagi mengatasi cabaran yang dihadapi. Kajian kepustakaan adalah kaedah yang dilakukan oleh pengkaji bagi memperolehi data yang bertepatan serta bersesuaian dengan isu yang dikaji.

Cabaran Pelajar Universiti dalam Aspek Pengurusan Diri

Universiti merupakan institusi yang berperanan dalam melahirkan tenaga kerja berpengetahuan dan ini telah membawa kepada peningkatan permintaan terhadap institusi ini (Norain & Nooriah, 2017). Universiti bukan berasal daripada kelompok ruang fizikal bangunan atau kompleks, sebaliknya ia merupakan himpunan individu yang mengerjakan aktiviti keilmuan untuk tujuan tertentu yang dipanggil *Corporation* (Nordin, 2011). Mengimbas tugas dan peranan universiti dalam Falsafah Pendidikan Pengajian Tinggi Malaysia adalah penting difahami bahawa misi utama universiti dan institusi pengajian tinggi negara adalah meneroka, membangun dan menyebarkan ilmu (Mohamad Zubir & Muhammad, 2015). Menurut Maria Chong et.al (2006), penyesuaian merupakan kriteria yang penting untuk berjaya di universiti. Kajian Abdul Hamid et.al (2013) mendapati aspek keperluan fisiologi adalah faktor teratas yang menjadi pendorong terhadap 417 pelajar sekolah menengah luar bandar di Sabah untuk melanjutkan pelajaran ke IPT. Berikut adalah antara cabaran pelajar dalam menguruskan diri ketika berada di universiti.

Kesihatan Mental

Secara umumnya, kesihatan mental melibatkan tiga komponen utama iaitu tekanan, kebimbangan dan kemurungan (Nuraznida & et. al., 2023). Menurut Muhammad Salehan Alhafiz dan Rohana (2020), kesihatan mental merujuk kepada keupayaan pelajar untuk berdaya tindak terhadap stres, masalah keyakinan diri, kebimbangan dan kemurungan, konflik interpersonal, gangguan tidur, gangguan fungsi sosial dan gangguan fokus akademik sepanjang tempoh berada di universiti. Timbalan Menteri Kesihatan Datuk Lukanisman Awang memberitahu Parlimen menerusi Laporan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS), masalah kesihatan mental di kalangan pelajar sekolah dan institusi pengajian tinggi menunjukkan peningkatan daripada 7.9 peratus iaitu 424, 000 orang pada 2019 kepada 16.9 peratus 922,318 orang pada 2023 (Faida, 2024). Menurut kajian Fauziah, (2020), 58 peratus pelajar daripada Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) mengalami tekanan namun memilih jenis mekanisme penyelesaian dalam aspek spiritual, bersikap positif serta memuat perancangan lebih awal dalam tindakan. Manakala kajian *Sokongan Sosial Dan Penghargaan Kendiri Sebagai Petunjuk Kemurungan Dalam Kalangan Mahasiswa Insituti Pengajian Tinggi (IPT)* oleh Hilwa & Nor Asyirah (2019) terhadap 300 pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) dan Universiti Sultan Azlan Shah (USAS) mendapati kadar kemurungan pelajar IPTA lebih tinggi berbanding dengan pelajar IPTS mungkin disebabkan oleh pengaruh tempat. Sementara itu, kajian Norli et.al (2023) mendapati tahap kesedaran pelajar Universiti Islam Selangor (UIS) dan Universiti Islam Melaka (UIM) tentang kesedaran mental adalah tinggi dan mereka bersetuju bahawa kesihatan mental yang baik boleh mempengaruhi prestasi akademik seseorang pelajar. Kajian *Psychological Well-Being among University Students in Malaysia* yang dijalankan oleh Shahira et.al (2018) terhadap 443 pelajar UnisZa pula menunjukkan 42.2 peratus pelajar mengalami kemurungan dan 72.7 peratus telah didiagnosis dengan kebimbangan serta 34.8 peratus mengalami stress.

Tekanan Akademik

Seterusnya, tular di media sosial dakwaan menyatakan bahawa seorang pelajar universiti meninggal dunia akibat tekanan berikutan perlu menjalani kuliah dalam talian, selain bebanan menyiapkan tugas dan persiapan menghadapi peperiksaan (Berita Harian, 2021). Menurut Sa'odah & Nur Fatimah (2023), tugas yang terlampau banyak dan tempoh masa penghantaran tugas yang singkat amat membebankan pelajar sekaligus menyebabkan mereka tiada masa untuk diri sendiri dan dalam masa yang sama akan menyebabkan mental mereka sentiasa dalam keadaan penat. Selain itu, kajian yang dijalankan oleh Muhammad Wafi & Sharifah Rohaya (2020) mendapati 100 pelajar Universiti Sains Malaysia (USM) mengalami tekanan akademik (pembelajaran) yang tinggi berbanding kewangan dan peribadi. Menurut kajian Abdul Salam & Mohammad Taufiq (2025) pula, pengalaman kaunselor pelatih semasa memberi perkhidmatan bimbingan kaunseling mendapati masalah klien yang terdiri daripada pelajar merangkumi isu seperti kesukaran mereka memahami subjek, prestasi rendah dalam peperiksaan serta kurang kerjasama rakan sekumpulan semasa melakukan tugas berkumpulan. Selain itu, kajian terhadap 300 pelajar kolej di Chennai mendapati kebanyakan pelajar mengalami tekanan akademik kerana faktor kesukaran berkomunikasi dan mempelajari bahasa, kekurangan penggunaan teknologi dalam pembelajaran, kekerapan dijalankan peperiksaan, kurang penghargaan setelah memperolehi markah cemerlang, yuran kolej yang tinggi, makanan yang kurang sesuai disediakan serta perbelanjaan yang besar bagi pengangkutan ke kolej (P. Barani & Kavitha, 2025).

Pengurusan Emosi

Kecerdasan emosi telah termaktub di dalam Falsafah Pendidikan Negara yang mana negara kita turut mementingkan perkembangan kesejahteraan emosi dalam diri setiap pelajar (Suzylyana, 2016). Dalam menentukan faktor yang mempengaruhi keterampilan peribadi, kajian lepas menunjukkan bahawa kecerdasan emosi dan kemahiran komunikasi memainkan peranan penting dalam membentuk keterampilan seseorang (Norafzaliza et al. 2023). Menurut Abdul Rashid, (2022), keperluan untuk memenuhi pencapaian yang baik menjadi konflik dalam diri pelajar sehinggakan mereka gagal untuk mengawal emosi dengan baik. Menerusi kajian Maria Chong et.al (2006) mendapati 51.9 peratus pelajar semester ketiga berada pada tahap penyesuaian jenis emosi-peribadi, akademik, sosial serta komitmen matlamat yang sederhana semasa mengikuti kursus Psikologi Pendidikan di Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Putra Malaysia (UPM). Kajian Zaiton et.al., (2015) pula menunjukkan terdapat hubungan signifikan secara negatif bagi kecerdasan emosi dengan kesunyian dan hubungan positif bagi penghargaan sendiri terhadap 562 pelajar luar bandar tahun pertama di Universiti Malaysia Sabah (UMS). Seterusnya menurut kajian Maizatul Izzati (2020) terhadap tujuh pelajar Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) mendapati kesan cinta telah mempengaruhi kehidupan di universiti seperti pengurusan masa yang tidak cekap, pengurusan emosi yang tidak profesional, pengurusan kewangan yang tidak terkawal serta isu kepercayaan. Konflik dalam keluarga juga boleh menjadi faktor penyebab ketidakstabilan emosi yang boleh membawa kepada tingkah laku negatif. Emosi yang tidak stabil seperti marah, geram, tertekan dan dendam akan mendorong pelajar untuk melepaskan geram dengan melakukan pelbagai tingkah laku negatif dengan tujuan melepaskan rasa tertekan mereka (Mohd Anuar & Nor Shahril, 2011).

Masalah Kewangan

Pengurusan kewangan sebagai seorang pelajar IPT pula sering diambil remeh namun ia sebenarnya merupakan satu aspek penting dalam kelangsungan sesi pembelajaran yang kondusif di universiti (Khadijah, 2023). Bagi pelajar, isu kewangan menjadi salah satu cabaran terbesar sepanjang tempoh pengajian mereka. Kebanyakannya bergantung kepada pinjaman

pendidikan, bantuan kewangan dan pekerjaan sambilan untuk menampung kos pengajian serta perbelanjaan harian (Wan Mohamad Hairul Haikal & Jaharudin, 2025). Menurut Mohd Faizul Haika (2025), pelajar institusi pengajian tinggi awam (IPTA) kini semakin cenderung membelanjakan antara RM200 hingga RM300 setiap bulan untuk membeli pelbagai barangan termasuk produk berjenama dan makanan melalui platform dalam talian. Tular di laman sosial mengenai luahan kecewa mahasiswa universiti awam (UA) mengenai kesukarannya meneruskan kehidupan sebagai pelajar akibat masalah kewangan. Dia yang datang daripada keluarga B40 menyebut terpaksa mencatu makanan selain bergantung pada Wang Perbadanan Tabung Pendidikan Tinggi Negara (PTPTN) bagi menampung yuran kos pengajian dan kos lain seperti rumah sewa yang dianggap sekadar cukup makan (Nor Amalina, 2023). Menurut kajian Norlaila et.al (2020), 223 prasiswazah wanita Fakulti Ekonomi dan Pengurusan (FEP) Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) yang terdiri dari keluarga berpendapatan rendah atau B40 mengalami masalah kewangan yang serius. Mereka juga berasa kecewa, tertekan dan murung serta terpaksa menghadkan pengambilan makanan berat dalam sehari. Kajian terhadap 118 mahasiswa tahun akhir daripada dua buah fakulti di sebuah IPTA di Lembah Klang pula mendapati pelajar daripada latar belakang kelompok B40 dan M40 mempunyai tahap tekanan kewangan yang tinggi berbanding kelompok T20 (Awien Azuyien & Suraiya, 2023).

Langkah bagi Mengatasi Cabaran

Graduan abad ke-21 dituntut agar multidisiplin, bertindak secara komputer, mampu mengurus pengetahuan, celik huruf kepada media baru, bijak dan mahir berfikir serta memiliki kemahiran-kemahiran bersifat insaniah iaitu kecerdasan sosial, sensitif, kemahiran silang budaya, minda terbuka serta berkeupayaan terlibat dengan kerjasama maya (Syed Lamsah, 2017). Pelbagai langkah perlu diambil agar kehidupan pelajar di universiti dapat diurus dengan baik seperti sokongan sosial dalam persekitaran kampus. Penyesuaian holistik proses penyesuaian diri adalah melalui program motivasi, program penyesuaian diri dan program pendedahan kepelbagaian budaya Malaysia yang boleh dianjurkan semasa orientasi pelajar baru, aktiviti berpersatuan dan pembangunan siswa keseluruhannya (Nasrudin et al. 2011). Pembinaan dan pembentukan daya tahan diri dalam kalangan pelajar universiti pula boleh dilaksanakan dengan memberikan ilmu pengetahuan dan pendedahan serta memberikan latihan berstruktur yang mencakupi tentang daya tahan diri (Nor Ezdianie & Muhammad Noh, 2020).

Di samping itu, pihak yang berperanan terhadap kesejahteraan psikologi pelajar ialah kolej kediaman. Menurut Ruslin et al. (2018), kolej kediaman perlu berubah peranan sebagai pusat pembelajaran kedua selepas fakulti, perkembangan bakat dan potensi mahasiswa serta pusat pertemuan alumni, ikon jemputan serta tokoh usahawan dengan pelajar-pelajar. Manakala peranan dan tanggungjawab Pegawai Pembangunan Pelajar (PPP) pula adalah seperti menjadi penjaga (ayah/ibu angkat), mentor, penasihat, dan penguatkuasa atau warden (Fairus & Raja Raizuan, 2006). Elemen kemahiran insaniah pula dapat dijayakan dengan penglibatan langsung dari pihak kolej kediaman dengan sulaman pemerikasaan aspek spiritual bagi melahirkan pelajar yang holistik (Ahmad Najaa' et.al, 2018).

Seterusnya pengisian program berunsurkan kerohanian perlu dilakukan bagi membentuk jati diri remaja menurut Islam. Penghayatan asas akidah, syariah dan akhlak seharusnya dipupuk secara holistik dalam diri pelajar Muslim agar keseimbangan menguruskan kehidupan di universiti dapat dicapai. Pendekatan seperti kaedah Tazkiyah Al-Nafs yang diasaskan oleh Imam Al-Ghazali iaitu berkaitan pembersihan jiwa mampu dilihat sebagai wadah keperibadian Muslim yang sejati. Pendekatan ini dapat membimbing pelajar untuk menguruskan emosi mereka secara efektif, mengurangkan stres, dan meningkatkan daya tahan mental (Tengku

Sarina, 2024). Kesan teknik tazkiyatun an-nafs bagi menangani kemurungan pelajar universiti ternyata memberi kesan positif dalam membantu pelajar kembali fokus kepada pengajian. Selain itu, psikoterapi tasawuf melalui penghayatan maqamat dan proses tazkiyah al-nafs pula menawarkan pendekatan holistik dalam mengawal emosi pelajar dengan menggabungkan aspek rohani, psikologi, dan kesejahteraan mental (Nur Dayana Dalila et al., 2021). Ini menunjukkan pendidikan rohani yang sempurna serta berpaksikan kepada sumber utama Islam iaitu al-Quran dan Sunnah akan dapat melahirkan individu Muslim yang kamil, seimbang dan harmonis serta boleh membawa kebaikan dan manfaat kepada manusia yang lain dan alam sekitar (Mohd Fuad et al., 2017).

Peranan ibu bapa dalam kehidupan anak-anak juga tidak dapat dinafikan apabila mereka makin meningkat dewasa. Keperluan penjagaan emosi yang stabil memerlukan sokongan daripada insan-insan yang bermula daripada aspek kekeluargaan. Keprihatinan dan kasih sayang yang dicurahkan oleh ibu bapa mampu mewujudkan pembangunan diri pelajar yang harmoni semasa menguruskan diri di kampus. Keadaan ini dapat dibuktikan oleh kajian Hilwa & Nor Asyirah (2019) dan Nor Ba' Yah & Asmawati (2004) terhadap tahap sokongan sosial dan penghargaan diri yang tinggi menyumbang kepada kadar kemurungan yang minimal dan mempunyai hubungan dengan kemurungan. Hubungan antara daya tahan, sokongan sosial dan kecerdasan emosi pula dapat menyerlahkan peranan sokongan sosial dan kecerdasan emosi dalam memupuk daya tahan dalam kalangan pelajar universiti (Salwa & Mohd Ferdaus, 2024).

Justeru, peranan kerajaan juga akan memberikan impak yang positif kepada pelajar dalam mengharungi kehidupan yang penuh mencabar semasa di universiti. Peranan kerajaan dapat dilihat membantu pelajar universiti dalam menguruskan kewangan dengan lebih bijak. Sebagai contoh, menerusi program Celik MADANI menyasarkan penglibatan seramai satu juta pelajar IPT dalam masa lima tahun bermula September depan secara berfasa (Afrina, 2025). Merujuk rajah 1, Menteri Kewangan II, Datuk Seri Amir Hamzah berkata melalui kepimpinan Naib Canselor dan Timbalan Naib Canselor, IPT disaran memberi kesedaran kepada pelajar mengenai kepentingan perancangan kewangan jangka panjang.



Rajah 1: Kepentingan Perancangan Kewangan Pelajar Universiti

Sumber: www.buletintv3.my

Kesimpulan

Generasi cemerlang merupakan pelaburan terpenting bagi pembangunan sesebuah negara dan menjadi teras kepada inovasi dan ekonomi berpendapatan tinggi yang produktif (Mohd Zaidi, 2016). Untuk membolehkan pelajar mengembleng daya usaha untuk terus belajar dan memperbaiki diri semasa belajar di universiti, keupayaan pengurusan dan kawalan diri adalah kunci yang utama (Afandi Ahmad et al., 2022). Selain itu juga sikap pelajar sama ada dari segi disiplin, kesungguhan ketika belajar di dewan kuliah, hubungan dengan pensyarah dan cara pembelajaran juga amat penting bagi membantu melahirkan pelajaran yang cemerlang dari segi akademik (Arham et al. 2006).

Rujukan

- Abdul Hamid Abdul Rahim, N. A., & Majzub, R. @ N. M. (2013). Pelajar generasi pertama sebagai sumber manusia: Motivasi dan aspirasi melanjutkan pelajaran ke Institusi Pengajian Tinggi (IPT). *Malaysian Journal of Learning and Instruction*, 10, 203–232.
- Abdul Salam Ahmad Sabri, & Muhammad Taufiq Abdul Ghani. (2025). Pengalaman kaunselor pelatih semasa memberi perkhidmatan bimbingan dan kaunseling. *Malaysian Online Journal of Psychology & Counseling*, 12(1), 1–10.
- Afandi Ahmad, S. M., Shakila Ahmad, & M. M. Mohd Nadzri. (2022). Pengurusan dan kawalan diri berasaskan Jam Pembelajaran Pelajar (JPP) untuk pelajar universiti: Konsep dan pelaksanaan. *Jurnal Personalia Pelajar*, 25(2), 223–235.
- Ahmad Najaa' Mokhtar, H. B. A. M. D., & Fauziah Hassan. (2018). Peranan kolej dalam membentuk kemahiran insaniah dan memperkasakan spiritual pelajar. Dalam *Prosiding Konvensyen Kepengetuaan dan Felo Penghuni Kolej Kediaman Universiti Awam Kebangsaan 2018* (hlm. 319–328).
- Sapuan, A. N., & Ali, A. (2023). Cabaran mahasiswa APIUM dalam isu kesihatan mental. *Journal of Muqaddimmah*, 11(2), 138–155.
- Jamri, A. A., & Ishak, S. (2023). Tekanan kewangan dan pengurusan tekanan kewangan dalam kalangan pelajar IPT berasaskan status sosioekonomi. *Journal of Social Science and Humanities*, 20(4), 164–178. <https://doi.org/10.17576/ebangi.2023.2004.14>
- Azizah Rajab, et al. (2018). Penyesuaian diri dalam kalangan pelajar antarabangsa di Universiti Teknologi Malaysia. Dalam *Prosiding Persidangan Serantau Sains Sosial & Kemanusiaan 2018* (hlm. 209–218).
- Chan, Y. F., & Sidhu, G. K. (2015). Investigating learning challenges faced by students in higher education. *Procedia–Social and Behavioral Sciences*, 186, 604–612. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.001>
- Darus, F. M., & Deris, R. R. R. (2006). Peranan, tanggungjawab dan cabaran pegawai pembangunan pelajar di kolej kediaman UiTM. Dalam *Seminar Pembangunan Pelajar dan Urus Tadbir Kolej Kediaman Zon Timur, Universiti Teknologi MARA (23–25 Jun 2006, Kampus Dungun)*.
- Ibrahim, F., Ahmad Zaini, N. A., Hassan, N., Zakaria, E., & Alavi, K. (2020). Mengukur tekanan dan jenis mekanisme penyelesaian masalah dalam kalangan pelajar universiti. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 34(2), 1–12.
- Bullare @ Bahari, F. B., Rathakrishnan, B., & Ismail, R. (2017). The source of stressor, coping strategies and stress experienced by university students. *Jurnal Kemanusiaan*, 7(1). <https://jurnalkemanusiaan.utm.my/index.php/kemanusiaan/article/view/198>
- Jofri, H., Rahim, R., Abdu, I., & Hafiz, H. H. (2023). i-StudentCare: Pembangunan aplikasi pengurusan rutin harian diri bagi pelajar UTHM Pagoh. *Multidisciplinary Applied Research and Innovation*, 4(3), 98–103.

- Hushin, H., & Mahmud, N. (2010). *Tinjauan kategori masalah dalam kalangan pelajar antarabangsa Universiti Teknologi Malaysia, Skudai, Johor Darul Takzim*. (Penulisan ilmiah) Universiti Teknologi Malaysia Institutional Repository.
- Abdullah, H., & Hamidi, N. A. (2019). Sokongan sosial dan penghargaan sendiri sebagai petunjuk kemurungan dalam kalangan mahasiswa IPT. *Jurnal Sultan Alauddin Sulaiman Shah*, 6(2), 58–70.
- Ranual, M. I. (2020). Isu cinta dalam kalangan pelajar UKM Kampus Bangi. *Jurnal Wacana Sarjana*, 4(1), 1–9.
- Abdullah, M. C., Elias, H., Mahyuddin, R. H., & Uli, J. (2006). Masalah penyesuaian: punca pelajar gagal menyempurnakan pengajian di universiti. Dalam *Proceedings of NASDEC 2006* (8–9 Ogos, Kuala Lumpur).
- Johari, M. A., & Ahmad, S. (2019). Persepsi tekanan akademik dan kesejahteraan diri di kalangan pelajar universiti di Serdang, Selangor. *EDUCATUM Journal of Social Sciences*, 5(1), 24–36. <https://doi.org/10.37134/ejoss.vol5.1.4.2019>
- Majid, M. Z. A., & Hussin, M. (2015). Kebolehpasaran dan pengangguran graduan lepasan IPT. Dalam *International Conference on Global Education III: Human Resources Development Towards Global Economy* (25–26 Mei 2015, Padang, Indonesia).
- Abdul Rahman, M. N., & Abdul Hamid, N. (2011). Kesan persekitaran terhadap pembangunan emosi pelajar di Fakulti Pendidikan, UTM. *Journal of Education Psychology & Counseling*, 1, 141–161.
- Othman, M. F., Che Noh, M. A., Lubis, M. A., & Wan Hassan, W. N. S. (2017). Pendidikan rohani berasaskan sains al-Quran. *ASEAN Comparative Education Research Journal on Islam and Civilization (ACER-J)*, 1(1), 64–77.
- Hajazi, M. Z. (2016). Strategi menghasilkan generasi cemerlang melalui pendidikan: Peranan universiti. *Proceeding International Seminar on Education 2016*.
- Salehan Alhafiz Mat Wajar, M., & Hamzah, R. (2020). Model kebahagiaan hidup pelajar universiti berdasarkan faktor kesihatan mental, kecerdasan spiritual dan demografi. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(11), 17–32.
- Ramli, M. W., & Syeikh Dawood, S. R. (2020). Faktor tekanan dalam kalangan pelajar Universiti Sains Malaysia: Satu tinjauan awal. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 17(7), 66–76.
- Marzuki, N. A., Mustaffa, C. S., Saad, Z. M., & Abdullah, S. (2009). Senario masalah pelajar Universiti Utara Malaysia. *Jurnal Pembangunan Sosial*, 12, 33–60. <https://doi.org/10.32890/jps.12.2009.10976>
- Subhi, N., et al. (2011). Penyesuaian diri dan gaya tindak pelajar Sabah dan Sarawak di UKM Bangi. *Jurnal Personalita Pelajar*, 14, 69–79.
- Shahira, N., Hanisshya, H., Zm, L., Riza, N., Chik, A., & Kamal, M. Y. (2018). Psychological well-being among university students in Malaysia. *International Journal of Research and Innovation in Social Science (IJRISS)*, 2(12), 133–137.
- Ismail, N., et al. (2025). Tekanan psikologi dalam kalangan mahasiswa menurut perspektif kaunselor universiti. *Journal of Humanities & Social Sciences*, 12(1), 15–33.
- Ibrahim, N. A. N. M., Hassan, M. H. S., Sah Allam, S. N., Ridzuan, A. R., Anuar, M. S., & Kahar, N. (2023). Pembinaan model kecerdasan emosi dan komunikasi bukan lisan terhadap keterampilan peribadi pelajar universiti: *I-IECONS E-Proceedings*, 10(1), 450–457. <https://doi.org/10.33102/iecons.v10i1.16>
- Abdul Kadir, N. B., & Desa, A. (2004). Sokongan sosial dan keceriaan: tinjauan awal di IPT. *Jurnal e-Bangi*, 3(3), 1–12.

- Omar, N. E., & Abdullah, M. N. (2020). Pengalaman daya tahan pelajar universiti: keperluan kepada penyesuaian kehidupan di kampus. *Asia Pacific Journal of Educators and Education*, 35(2), 109–129.
- Mat Lazim, N., & Yusof, N. (2017). Universiti, pembangunan modal insan dan penumpuan ruang komuniti berpendidikan tinggi di Malaysia: Suatu ulasan kritis. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 7(2), 308–327.
- Othman, N., et al. (2015). Tahap daya saing pelajar IPT di Semenanjung Malaysia. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 40(2), 139–149.
- Husin, N., Ghani, M. A., & Tonot, H. (2023). Tahap kesihatan mental dalam kalangan pelajar universiti. Dalam *Proceeding of the 10th International Conference on Management and Muamalah 2023 (ICoMM 2023)*.
- Kardi, N. (2011). Konsep universiti dan aplikasinya di Malaysia. *Global Journal Al-Thaqafah*, 1(1), 43–55. <https://doi.org/10.7187/GJAT052011.01.01>
- Bakar, N. A., et al. (2019). Masalah kewangan dan tekanan dalam kalangan mahasiswa. *Jurnal Personalia Pelajar*, 22(2), 113–120.
- Yusuf, N., et al. (2023). Tahap kesedaran kesihatan mental dalam kalangan pelajar IPT. *Jurnal 'Ulwan*, 8(3), 310–325.
- Dalila, N. D., et al. (2021). Kesan teknik Tazkiyatun An-Nafs untuk menangani kemurungan pelajar universiti. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 18(10), 94–106.
- Saidon, N. H., et al. (2020). Amalan kemahiran penyesuaian dalam kalangan pelajar universiti: Suatu pemerhatian awal. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(7), 76–81.
- Kumari, P. B., & Kavitha, R. (2025). Impact of academic stress and performance among undergraduate students from self-financing colleges in Chennai city. *Southeast European Journal of Public Health (SEEJPH)*, XXVI(2), 133–142.
- Amir, R., et al. (2018). Cabaran mahasiswa dan kolej kediaman mendepani Revolusi Industri 4.0. Dalam *Prosiding Konvensyen Kepengetuaan dan Felo Penghuni Kolej Kediaman Universiti Awam Kebangsaan 2018*.
- Ahmad, S. & Latif, S. A. (2023). Pengaruh tekanan akademik, keyakinan tingkah laku akademik dan kebimbangan dalam kalangan pelajar universiti. *EDUCATUM Journal of Social Sciences*, 9(2), 13–22. <https://doi.org/10.37134/ejoss.vol9.2.2.2023>
- Patah, S. A., & Harun, M. F. (2024). Exploring the role of emotional intelligence in building resilience among Malaysian undergraduate students. *Sains Humanika*, 17(1), 55–60. <https://doi.org/10.11113/sh.v17n1.2198>
- Mamat, S. (2016). Tahap kecerdasan emosi dalam kalangan remaja di Kolej Universiti Melaka. *Jurnal Sains Sosial*, 1, 115–136.
- Syed Chear, S. L. (2017). Pengajaran dan pembelajaran melalui aplikasi WhatsApp dan Telegram di universiti swasta. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 42(2), 87–97.
- Sarina, T., et al. (2024). Psikoterapi tasawuf dan peranannya dalam pengurusan emosi pelajar. *Journal of Islamic Educational Research (JIER)*, 10(1), 62–69.
- Wahid, H. A., Ahmad, N. L., Hadi, F. S. A., Samsudin, N. S., & Othman, N. (2014). Kompetensi pengurusan dalam kalangan pelajar IPT di Malaysia. Dalam *Persidangan Pengurusan Pendidikan dan Kepimpinan Asia Pasifik* (Johor Bahru, Johor Darul Takzim), 1, 14.
- Wan Ali, W. Z., Yunus, A. S. M., Hamzah, R., Abu, R., Ahmad Tarmizi, R., Md Nor, S., & Ismail, H. (2008). Kemahiran pengurusan masa pelajar universiti tempatan: Status dan hubungannya dengan pencapaian. *Sains Humanika*, 49(1). <https://doi.org/10.11113/sh.v49n1.298>

- Mohamad, Z. et al. (2015). Hubungan keseimbangan, kecerdasan emosi dan penghargaan sendiri terhadap kesunyian pelajar luar bandar dalam IPT. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 10(2), 1–15.
- Abdul Rahman, N. A. (2021, July 10). Pelajar UiTM Kedah meninggal dunia disyaki akibat tekanan belajar. *Berita Harian Online*. <https://www.bharian.com.my/berita/kes/2021/07/837942/pelajar-uitm-kedah-meninggal-dunia-disyaki-akibat-tekanan-belajar>
- Abdul Rashid Abdul Azizi. (2022, June 20). Emosi sejahtera pemangkin kecemerlangan pelajar. *MalaysiaGazette*. <https://malaysiagazette.com/2022/06/emosi-sejahtera-pemangkin-kecemerlangan-pelajar/>
- Alias, N. A. (2023, May 2). Universiti bantu pelajar tangani masalah kewangan. *Berita Harian*. <https://www.bharian.com.my/berita/pendidikan/2023/05/1096241/universiti-bantu-pelajar-tangani-masalah-kewangan>
- Md Ariffin, K. (2023, November 15). Utamakan keperluan, pelajar IPT perlu bijak urus belanja. *Bernama.com*. <https://www.bernama.com/bm/tintaminda/news.php?id=2243373>
- Rahim, F. (2024, December 4). 922,318 pelajar sekolah, IPT alami masalah mental pada 2023. *Astro Awani*. <https://www.astroawani.com/videos/video-terkini-x7sio1/922318-pelajar-sekolah-ipt-alami-masalah-mental-pada-2023-lukanisman-x9a7emg>
- Afrina Romzi. (2025, February 24). Kerajaan seru galakkan pelajar simpan, melabur. *Buletin TV3*. <https://www.buletintv3.my/detik-niaga/kerajaan-seru-ipt-galakkan-pelajar-simpan-melabur/>
- Mat Khazi, M. F. H. (2025, March 17). Lebih praktikal untuk pelajar IPT beli secara online. *Sinar Harian*. <https://www.sinarharian.com.my/article/718082/berita/nasional/lebihpraktikal-untuk-pelajar-ipt-beli-secara-online>
- Wan Zamri, W. M. H. H., & Padli, J. (2025, March 26). Kewangan peribadi & pengurusan hutang pelajar IPT. *Sinar Bestari, Sinar Harian*. <https://sinarbestari.sinarharian.com.my/my-ipt/karya-kampus/kewangan-peribadi-pengurusan-hutang-pelajar-ipt>
- Abu Yamin, E. (2024, November 15). 4.1 peratus pelajar tercicir akibat tak berjaya tamat pengajian di IPTA tahun lalu. *Berita Harian*. <https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2024/11/1324003/41-peratus-pelajar-tercicir-akibat-tak-berjaya-tamat-pengajian-di-ipta-tahun-lalu>