

FAKTOR TEKANAN AKADEMIK, SOSIAL DAN EKONOMI DALAM KALANGAN PELAJAR DIPLOMA KEJURUTERAAN AWAM, POLITEKNIK KOTA BHARU

ACADEMIC, SOCIAL AND ECONOMIC PRESSURE FACTORS AMONG CIVIL ENGINEERING DIPLOMA STUDENTS, KOTA BHARU POLYTECHNIC

Wanly A/P Eh Keon^{1*}
Nor Abidah Binti Abdul Hamid²
Nik Noorafieda Bt Wan Azraen³

¹ Politeknik Kota Bharu, Kelantan (E-mail: wanly@pkb.edu.my)

² Politeknik Kota Bharu, Kelantan (E-mail: norabidah@pkb.edu.my)

³ Politeknik Kota Bharu, Kelantan (E-mail: noorafieda@pkb.edu.my)

Article history

Received date : 21-12-2024

Revised date : 25-12-2024

Accepted date : 24-3-2025

Published date : 15-4-2025

To cite this document:

Eh Keon, W., Abdul Hamid, N.A., & Wan Azraen, N. (2025). Faktor tekanan akademik, sosial dan ekonomi dalam kalangan pelajar diploma Kejuruteraan Awam, Politeknik Kota Bharu. *Jurnal Penyelidikan Sains Sosial (JOSSR)*, 8 (26), 84 - 94.

Abstrak: Tekanan atau stres dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi merupakan isu global yang semakin mendapat perhatian, terutamanya dalam konteks pencapaian akademik dan kesejahteraan pelajar. Dalam konteks tempatan, pelajar di Malaysia, khususnya mereka yang mengikuti program teknikal dan vokasional seperti Diploma Kejuruteraan Awam, sering berhadapan dengan cabaran kompleks yang menuntut tahap komitmen tinggi. Oleh itu, kajian ini bertujuan untuk mengkaji faktor tekanan dalam kalangan pelajar Diploma Kejuruteraan Awam di Politeknik Kota Bharu dari aspek akademik, sosial, dan ekonomi. Kajian ini menggunakan reka bentuk tinjauan dengan borang soal selidik sebagai instrumen pengumpulan data. Sampel terdiri daripada 139 orang pelajar Diploma Kejuruteraan Awam di Politeknik Kota Bharu. Hasil kajian mendapati bahawa faktor akademik merupakan faktor tekanan yang dominan dalam kalangan pelajar Diploma Kejuruteraan Awam di Politeknik Kota Bharu, dengan nilai min tertinggi ($M = 3.06$) berbanding faktor ekonomi ($M = 2.80$) dan faktor sosial ($M = 2.64$). Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa faktor akademik, sosial dan ekonomi dalam kalangan pelajar Diploma KejuruteraanAwam di Politeknik Kota Bharu berada pada tahap sederhana.

Kata Kunci: tekanan, faktor, pelajar, diploma kejuruteraan awam, politeknik

Abstract: Stress among students of higher education institutions is a global issue that is gaining more and more attention, especially in the context of academic achievement and student well-being. In the local context, students in Malaysia, especially those following technical and vocational programs such as Civil Engineering Diploma, are often faced with complex challenges that demand a high level of commitment. Therefore, this study aims to examine stress factors among Civil Engineering Diploma students at Kota Bharu Polytechnic from academic, social, and economic aspects. This study uses a survey design with a questionnaire as a data

collection instrument. The sample consisted of 139 Civil Engineering Diploma students at Kota Bharu Polytechnic. The results of the study found that academic factors are the dominant stress factors among Civil Engineering Diploma students at Kota Bharu Polytechnic, with the highest mean value ($M = 3.06$) compared to economic factors ($M = 2.80$) and social factors ($M = 2.64$). Overall, the findings of the study show that academic, social and economic factors among Civil Engineering Diploma students at Kota Bharu Polytechnic are at a moderate level.

Keywords: stress, factors, students, civil engineering diploma, polytechnic

Pengenalan

Tekanan atau stres dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi merupakan isu global yang semakin mendapat perhatian, terutamanya dalam konteks pencapaian akademik dan kesejahteraan pelajar. (Ramli dan Dawood, 2020). Pelajar adalah sekumpulan orang yang unik yang sedang melalui tempoh paling kritikal dalam hidup di mana mereka mengalami banyak peristiwa yang penuh tekanan. Apabila pendidikan meningkat ke tahap yang lebih tinggi, pelajar biasanya menghadapi lebih banyak peristiwa yang menekan seperti silibus yang lebih sukar, tugas kerja dan projek yang mencabar, serta tinggal di asrama (Asif, S et al., 2020). Beban akademik yang tinggi sering dikaitkan dengan kesan negatif terhadap prestasi dan kesejahteraan pelajar, termasuk masalah tidur serta keletihan emosi (Gewalt et al., 2022). Menurut Ramli dan Dawood (2020), isu kesihatan mental kebiasaannya meningkat dalam kalangan pelajar pusat pengajian tinggi yang memberi impak besar terhadap peringkat kehidupan mereka

Dalam konteks tempatan, pelajar di Malaysia, khususnya mereka yang mengikuti program-program teknikal dan vokasional seperti Diploma Kejuruteraan Awam, sering berhadapan dengan cabaran yang lebih kompleks disebabkan oleh keperluan bidang tersebut yang menuntut tahap komitmen yang tinggi. Program Kejuruteraan Awam di politeknik, seperti di Politeknik Kota Bharu, menawarkan kurikulum yang komprehensif dan mencabar, melibatkan penguasaan teori, kerja praktikal, projek berkumpulan, serta latihan industri. Beban akademik ini sering menjadi punca utama tekanan dalam kalangan pelajar. Di samping itu, faktor luaran seperti tekanan sosial dan ekonomi turut memburukkan keadaan. Tekanan sosial mungkin timbul daripada harapan keluarga dan rakan sebaya, manakala tekanan ekonomi berpunca daripada kos sara hidup dan keperluan untuk menampung perbelanjaan pengajian (Aziz, Sukor & Ab Razak, 2020).

Walaupun tekanan akademik dalam kalangan pelajar telah banyak dikaji, namun, masih terdapat jurang penyelidikan mengenai bagaimana pelajar politeknik menyesuaikan diri dengan kurikulum teknikal yang mencabar dan peranan sokongan sosial dalam mengurangkan tekanan mereka. Sebahagian besar kajian sedia ada memberi tumpuan kepada pelajar universiti, yang mungkin menghadapi situasi pembelajaran dan tekanan yang berbeza daripada pelajar politeknik. Situasi ini menimbulkan persoalan mengenai sejauh mana faktor-faktor tersebut menyumbang kepada tekanan serta kesannya terhadap kesejahteraan mental pelajar di politeknik, terutamanya dalam kalangan pelajar yang mengikuti program pengajian yang mencabar seperti Kejuruteraan Awam.

Kajian Literatur

Tekanan dalam kalangan pelajar institusi pengajian tinggi telah menjadi topik kajian yang meluas dalam beberapa dekad terakhir. Park & Folkman (1997) mendefinisikan tekanan sebagai respons emosi individu terhadap situasi yang dianggap mencabar atau melebihi

kemampuan mereka untuk mengatasi. Kajian lepas menunjukkan bahawa pelajar yang menghadapi beban kerja akademik yang tinggi, kekangan masa, dan keperluan untuk menyesuaikan diri dengan persekitaran baru lebih cenderung mengalami tekanan. Contohnya Mohamad Arif dan Sa' Odah (2019) menegaskan bahawa faktor akademik merupakan pendorong utama kepada tekanan dalam kalangan pelajar universiti. Selain itu, tekanan ini turut dipengaruhi oleh faktor lain seperti aspek fizikal, sosial, dan emosi, yang secara kolektif menyumbang kepada tahap tekanan yang dialami oleh pelajar.

Kajian yang dilakukan oleh Mohamad Arif dan Sa' Odah (2019) mendapati bahawa secara keseluruhan, kebanyakan pelajar menunjukkan tahap tekanan akademik yang tinggi. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa tekanan akademik yang dialami pelajar berkait rapat dengan beberapa aspek utama, termasuk tekanan terhadap prestasi akademik, persepsi mengenai beban kerja dan peperiksaan, pandangan terhadap diri sendiri dalam konteks akademik, serta kekangan masa. Skor tekanan akademik yang tinggi ini mencerminkan cabaran signifikan yang dihadapi pelajar dalam menguruskan tuntutan akademik mereka.

Manakala menurut Ramachandiran dan Dhanapal (2018), tekanan dalam kalangan pelajar berpunca daripada pelbagai faktor, termasuk tekanan akademik, pengaruh rakan sebaya, masalah keluarga, isu kewangan, dan lain-lain. Kajian tersebut mendapati bahawa hampir 90% responden mengakui pengajian merupakan penyebab utama tekanan yang mereka hadapi. Aspek-aspek akademik yang menyumbang kepada tekanan ini meliputi kehadiran ke kuliah, penyediaan tutorial, pelaksanaan tugas individu dan kumpulan, penyediaan pembentangan lisan, serta persediaan menghadapi peperiksaan.

Kajian terdahulu juga menunjukkan bahawa tekanan tidak hanya berpunca daripada faktor akademik, tetapi juga faktor sosial dan peribadi. Menurut Ramli dan Dawood (2020), kurangnya sokongan sosial daripada keluarga dan rakan sebaya boleh memburukkan lagi tekanan yang dihadapi oleh pelajar. Sokongan sosial memainkan peranan penting dalam membantu pelajar mengatasi cabaran, terutamanya ketika mereka menghadapi tekanan daripada tuntutan akademik dan kehidupan peribadi. Selain itu, Mofatteh (2020) mendapati faktor sosial memainkan peranan penting dalam mempengaruhi kesejahteraan mental individu. Kekurangan rangkaian sosial yang menyokong menjadi salah satu penyebab utama yang menyumbang kepada tekanan emosi dan kesunyian. Tambahan pula, kekurangan sokongan sosial daripada pihak universiti boleh meningkatkan rasa keterasingan, terutamanya bagi pelajar yang memerlukan bimbingan atau dorongan moral. Kunjungan keluarga yang jarang turut menjadi faktor yang menyumbang kepada kekurangan sokongan emosi, manakala kurangnya penglibatan dalam aktiviti sosial boleh membawa kepada isolasi dan ketidakupayaan untuk membina hubungan yang positif (Glickman et al., 2021; Monika et al., 2023).

Kekangan kewangan juga merupakan salah satu faktor penyumbang utama tekanan dalam kalangan pelajar. Hasil kajian oleh Heckman et al., (2014) mendapati bahawa kekurangan sumber kewangan untuk menyertai aktiviti sosial bersama rakan sebaya dan jangkaan untuk menanggung jumlah hutang pinjaman pelajar yang lebih tinggi selepas tamat pengajian memberi kesan signifikan terhadap kesejahteraan emosi dan psikologi pelajar. Pelajar yang terpaksa bekerja sambil untuk menampung perbelanjaan sering menghadapi kesukaran untuk mengimbangi tanggungjawab kerja dan pengajian, yang seterusnya menjejaskan keseimbangan mental mereka (Owuondo, 2023). Tambahan pula, pandemik COVID-19 telah memperburuk tekanan ekonomi dalam kalangan pelajar, dengan ramai yang kehilangan sumber pendapatan tambahan akibat kemerosotan ekonomi (Kamaludin et al., 2020).

Disamping itu, Mofatteh (2020) mendapati status ekonomi keluarga mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kesihatan mental pelajar. Pendapatan keluarga yang rendah dan keadaan kemiskinan sering menjadi faktor risiko kepada perkembangan masalah seperti tekanan, kebimbangan, dan kemurungan sepanjang tempoh pengajian di universiti. Sebaliknya, pendapatan keluarga yang lebih tinggi berpotensi mengurangkan pengalaman psikologi negatif yang dialami semasa zaman kanak-kanak. Walau bagaimanapun, pengalaman tersebut, jika wujud, boleh memberikan kesan jangka panjang yang buruk terhadap kesihatan mental pelajar apabila mereka melanjutkan pengajian ke peringkat universiti. Selain itu, pengalaman hidup dalam kemiskinan pada zaman kanak-kanak sering meninggalkan kesan negatif yang berpanjangan hingga ke alam dewasa, yang boleh menyumbang kepada perkembangan tekanan, kebimbangan, dan kemurungan semasa tempoh pengajian di universiti.

Metodologi Kajian

Kajian ini menggunakan reka bentuk tinjauan dengan borang soal selidik sebagai instrumen pengumpulan data. Soal selidik tersebut terdiri daripada enam bahagian utama, iaitu profil responden, faktor akademik, faktor sosial, faktor ekonomi, kesan tekanan, serta strategi pengurusan tekanan. Instrumen kajian ini mengaplikasikan skala Likert lima tahap, yang merangkumi *Sangat Tidak Setuju* (STS), *Tidak Setuju* (TS), *Neutral* (N), *Setuju* (S), dan *Sangat Setuju* (SS) sebagaimana yang dicadangkan oleh Batterton dan Hale (2017). Sampel kajian terdiri daripada 139 orang pelajar Diploma Kejuruteraan Awam di Politeknik Kota Bharu. Analisis data dilakukan menggunakan perisian *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 27. Statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh nilai peratusan dan min, yang diuraikan secara deskriptif. Skala interpretasi yang dikembangkan oleh Abu Baker et al. (2019) diaplikasikan bagi menentukan tahap skor berdasarkan nilai min, iaitu sangat rendah (1.00 hingga 1.80), rendah (1.81 hingga 2.60), sederhana (2.61 hingga 3.40), tinggi (3.41 hingga 4.20), dan sangat tinggi (4.21 hingga 5.00). Ujian rintis telah dijalankan dengan melibatkan 20 responden pelajar diploma Kejuruteraan Awam, Politeknik Kota Bharu. Hasil daripada ujian rintis tersebut menunjukkan nilai kebolehpercayaan *Cronbach Alpha* bagi soal selidik adalah sebanyak 0.882. Menurut Konting (2005), nilai kebolehpercayaan antara 0.6 hingga 0.8 dianggap boleh diterima untuk instrumen kajian selidik yang digunakan.

Hasil Kajian

Demografi Responden

Profil demografi responden dalam kajian ini menunjukkan komposisi sampel yang kompleks dari perspektif jantina, umur, semester pengajian, dan sumber kewangan (Jadual 1). Daripada jumlah keseluruhan 139 responden, majoriti terdiri dari pelajar lelaki (56.1%) berbanding perempuan (43.9%). Dari segi umur, sampel didominasi oleh golongan remaja berumur 18-20 tahun (85.6%), dengan kumpulan minoriti terdiri daripada responden berumur 21-23 tahun (13.7%), dan hanya sebilangan kecil berumur 24 tahun (0.7%). Bagi kategori pengajian, (38.1%) responden berada di Semester Satu, (2.2%) di Semester Dua, (21.6%) di Semester Tiga, (7.2%) di Semester Empat, dan (30.9%) sedang mengikuti pengajian di Semester Lima. Manakala dari segi sumber kewangan pula, majoriti responden iaitu (52.5%) bergantung kepada bantuan keluarga, diikuti oleh pelajar yang menerima pinjaman PTPTN sebanyak (27.3%) dan (4.3%) bekerja sambil untuk menyokong keperluan kewangan mereka sumber alternatif (15.8%) manakala hanya (4.3%) daripada responden bekerja sambil bagi menyokong perbelanjaan mereka. Sebanyak (15.8%) responden melaporkan bergantung kepada sumber kewangan alternatif.

Jadual 1 : Demografi Responden

Kategori	N= 139	Peratusan (%)
Jantina		
Lelaki	78	56.1
Perempuan	61	43.9
Umur		
18-20 tahun	119	85.6
21-23 tahun	19	13.7
24 tahun	1	0.7
Semester		
Satu	53	38.1
Dua	3	2.2
Tiga	30	21.6
Empat	10	7.2
Lima	43	30.9
Sumber Kewangan		
Pinjaman PTPTN	38	27.3
Bantuan Keluarga	73	52.5
Bekerja Sambilan	6	4.3
Lain-lain	22	15.8

Faktor Akademik

Jadual 2 memaparkan item-item yang berkaitan dengan faktor tekanan dari aspek akademik. Analisis data menunjukkan bahawa tahap tekanan akademik dalam kalangan pelajar Kejuruteraan Awam berada pada tahap sederhana berdasarkan skor min bagi lima item yang dinilai. Item "Beban tugas akademik yang banyak menyebabkan saya berasa tertekan" mencatatkan nilai min tertinggi ($M=3.28$), diikuti oleh "Kekangan masa untuk menyelesaikan projek akademik menjejaskan kesejahteraan saya" dengan nilai min ($M=3.24$). Seterusnya, tekanan berkaitan dengan "Tekanan peperiksaan memberi kesan kepada prestasi saya" memperoleh nilai min sebanyak ($M=2.96$), manakala item "Hubungan dengan pensyarah mempengaruhi tahap tekanan saya" mencatatkan nilai min ($M=2.94$). Item "Sukar untuk memahami subjek teknikal dalam kurikulum Kejuruteraan Awam" mencatatkan nilai min terendah iaitu ($M=2.89$). Secara keseluruhan, dapatan ini menunjukkan bahawa tekanan akademik yang dialami pelajar berkait rapat dengan beban tugas, kekangan masa, dan aspek hubungan interpersonal. Walaupun berada pada tahap sederhana, faktor-faktor ini memerlukan perhatian serius bagi memastikan kesejahteraan pelajar dapat dijaga dengan baik.

Jadual 2 : Faktor Akademik

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Beban tugas akademik yang banyak menyebabkan saya berasa tertekan.	3.28	Sederhana
Sukar untuk memahami subjek teknikal dalam kurikulum Kejuruteraan Awam.	2.89	Sederhana
Tekanan peperiksaan memberi kesan kepada prestasi saya.	2.96	Sederhana
Kekangan masa untuk menyelesaikan projek akademik menjejaskan kesejahteraan saya	3.24	Sederhana
Hubungan dengan pensyarah mempengaruhi tahap tekanan saya.	2.94	Sederhana

Faktor Sosial

Jadual 3 memaparkan item-item yang berkaitan dengan faktor tekanan sosial. Hasil kajian menunjukkan bahawa tahap tekanan sosial dalam kalangan pelajar berbeza-beza bergantung kepada faktor yang dinilai. Tekanan sosial tertinggi dicatatkan dalam item "Tekanan sosial daripada rakan sebaya mempengaruhi keseimbangan emosi saya" dengan ($M=2.88$), yang berada pada tahap sederhana. Item ini diikuti oleh "Harapan keluarga yang tinggi meningkatkan tekanan saya," yang juga berada pada tahap sederhana dengan ($M=2.79$). Hubungan dengan keluarga turut memberi kesan kepada tekanan sosial, mencatatkan nilai min ($M=2.62$), yang mencerminkan tahap sederhana. Sebaliknya, dua item lain menunjukkan tekanan sosial pada tahap rendah, iaitu "Saya berasa tertekan apabila tidak mendapat sokongan daripada rakan sebaya" ($M=2.55$) dan "Saya menghadapi kesukaran untuk menyesuaikan diri dengan persekitaran politeknik" ($M=2.35$).

Jadual 3: Faktor Sosial

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Saya berasa tertekan apabila tidak mendapat sokongan daripada rakan sebaya.	2.55	Rendah
Hubungan dengan keluarga saya memberi kesan kepada tekanan yang saya alami.	2.62	Sederhana
Saya menghadapi kesukaran untuk menyesuaikan diri dengan persekitaran politeknik	2.35	Rendah
Harapan keluarga yang tinggi meningkatkan tekanan saya.	2.79	Sederhana
Tekanan sosial daripada rakan sebaya mempengaruhi keseimbangan emosi saya.	2.88	Sederhana

Faktor Ekonomi

Jadual 4 memperincikan item-item berkaitan faktor tekanan ekonomi dalam kalangan pelajar. Hasil kajian menunjukkan bahawa tahap tekanan kewangan yang dialami oleh pelajar berada pada tahap sederhana hingga rendah, bergantung kepada aspek yang dinilai. Item dengan nilai min tertinggi ialah "Saya menghadapi tekanan kerana kos sara hidup yang tinggi" dan "Saya sering kekurangan wang untuk memenuhi keperluan asas", masing-masing mencatatkan nilai min sebanyak ($M=3.03$), mencerminkan tahap tekanan sederhana. Seterusnya, item "Saya perlu bekerja sambil untuk menyara pengajian saya" mencatatkan nilai min ($M=2.73$), juga berada pada tahap sederhana. Item "Kekangan kewangan menghalang saya daripada membeli bahan pembelajaran yang diperlukan" menunjukkan nilai min ($M=2.70$), manakala "Tekanan kewangan memberi kesan kepada prestasi akademik saya" berada pada tahap tekanan rendah dengan nilai min ($M=2.53$). Dapatan ini menunjukkan bahawa tekanan kewangan dalam kalangan pelajar lebih ketara dalam aspek kos sara hidup dan kekurangan kewangan untuk memenuhi keperluan asas. Walaupun bekerja sambil dan kesukaran mendapatkan bahan pembelajaran turut menyumbang kepada tekanan pada tahap sederhana, impaknya terhadap prestasi akademik adalah lebih rendah.

Jadual 4 : Faktor Ekonomi

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Saya menghadapi tekanan kerana kos sara hidup yang tinggi.	3.03	Sederhana
Saya sering kekurangan wang untuk memenuhi keperluan asas.	3.03	Sederhana
Saya perlu bekerja sambil untuk menyara pengajian saya.	2.73	Sederhana

Kekangan kewangan menghalang saya daripada membeli bahan pembelajaran yang diperlukan.	2.70	Sederhana
Tekanan kewangan memberi kesan kepada prestasi akademik saya.	2.53	Rendah

Kesan Tekanan

Dapatan kajian (Jadual 5) menunjukkan bahawa tekanan memberi kesan ketara terhadap kesejahteraan pelajar, dengan semua item berada pada tahap sederhana berdasarkan nilai skor min. Item "Tekanan menyebabkan saya mengalami keletihan emosi" mencatatkan nilai min tertinggi (M=3.33), menunjukkan bahawa tekanan emosi merupakan isu utama yang dialami pelajar. Ini diikuti dengan "Saya kerap mengalami kebimbangan akibat beban kerja yang berlebihan" (M=3.20) dan "Tekanan memberi kesan kepada prestasi saya dalam tugas dan peperiksaan" (M=3.19), yang mencerminkan hubungan antara tekanan dan kebolehan pelajar untuk memenuhi keperluan akademik. Selain itu, item "Tekanan akademik menyebabkan saya mengalami masalah tidur" (M=3.06) dan "Saya berasa kurang bermotivasi untuk belajar kerana tekanan" (M=3.01) turut mencerminkan kesan tekanan terhadap aspek fizikal dan psikologi pelajar. Ini mencerminkan bahawa tekanan bukan sahaja mempengaruhi kesejahteraan fizikal dan emosi, tetapi juga menurunkan motivasi pelajar.

Jadual 5 :Kesan Tekanan

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Tekanan akademik menyebabkan saya mengalami masalah tidur.	3.06	Sederhana
Saya berasa kurang bermotivasi untuk belajar kerana tekanan.	3.01	Sederhana
Tekanan memberi kesan kepada prestasi saya dalam tugas dan peperiksaan	3.19	Sederhana
Saya kerap mengalami kebimbangan akibat beban kerja yang berlebihan.	3.20	Sederhana
Tekanan menyebabkan saya mengalami keletihan emosi.	3.33	Sederhana

Strategi Pengurusan Tekanan

Hasil kajian mengenai strategi pengurusan tekanan menunjukkan bahawa pelajar menggunakan pelbagai pendekatan untuk mengatasi tekanan, dengan tahap keberkesanan yang berbeza. Nilai min tertinggi dicatatkan bagi item "Saya mengamalkan rehat dan senaman untuk mengurangkan tekanan" (M=3.65) dan "Saya menggunakan teknik pengurusan masa untuk mengurangkan tekanan" (M=3.62), kedua-duanya berada pada tahap tinggi. Selain itu, pelajar turut melaporkan mencari sokongan daripada keluarga atau rakan sebagai strategi penting, dengan nilai min (M=3.60), juga berada pada tahap tinggi. Ini menunjukkan bahawa sokongan sosial memainkan peranan penting dalam mengatasi tekanan. Walau bagaimanapun, item "Aktiviti kokurikulum membantu saya mengatasi tekanan" (M=3.22) dan "Politeknik menyediakan sokongan yang mencukupi untuk membantu saya menangani tekanan" (M=3.22) masing-masing mencatatkan tahap sederhana. Secara keseluruhan, dapatan ini menekankan kepentingan strategi peribadi seperti pengurusan masa, senaman, dan sokongan sosial dalam menangani tekanan, sementara institusi pendidikan perlu memperkukuhkan sokongan mereka untuk membantu pelajar mengurus tekanan dengan lebih berkesan.

Jadual 6: Strategi Pengurusan Tekanan

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Saya mencari sokongan daripada keluarga atau rakan apabila mengalami tekanan.	3.60	Tinggi
Saya menggunakan teknik pengurusan masa untuk mengurangkan tekanan	3.62	Tinggi
Aktiviti kokurikulum membantu saya mengatasi tekanan.	3.22	Sederhana
Saya mengamalkan rehat dan senaman untuk mengurangkan tekanan.	3.65	Tinggi
Politeknik menyediakan sokongan yang mencukupi untuk membantu saya menangani tekanan	3.22	Sederhana

Perbincangan

Jadual 7 menunjukkan keseluruhan nilai min dan tahap skor untuk faktor akademik, sosial dan ekonomi. Faktor akademik mencatatkan nilai min sebanyak ($M=3.06$), iaitu berada pada tahap skor sederhana. Manakala faktor sosial dan faktor ekonomi masing-masing mencatatkan nilai min sebanyak ($M=2.64$) dan ($M=2.80$), iaitu berada pada tahap skor sederhana

Jadual 7 : Nilai Min Dan Tahap Skor Keseluruhan Faktor

Item	Nilai Min	Tahap Skor
Faktor Akademik.	3.06	Sederhana
Faktor Sosial	2.64	Sederhana
Faktor Ekonomi	2.80	Sederhana

Berdasarkan analisis data, tekanan akademik dalam kalangan pelajar Kejuruteraan Awam berada pada tahap sederhana, seperti yang ditunjukkan oleh skor min bagi lima item yang dinilai. Beban tugas akademik merupakan faktor utama yang menyebabkan tekanan, diikuti oleh kekangan masa dalam menyelesaikan projek akademik. Tekanan akibat peperiksaan juga memberi impak yang signifikan terhadap pelajar. Selain itu, hubungan dengan pensyarah dan kesukaran memahami subjek teknikal dalam kurikulum Kejuruteraan Awam turut menyumbang kepada tekanan akademik, walaupun pada tahap yang lebih rendah. Dapatan ini selari dengan kajian Mohamad Arif dan Sa'Odah (2019), yang mendapati bahawa pelajar menghadapi tekanan akademik tinggi akibat persepsi bebanan kerja, tekanan prestasi, dan kekangan masa. Tambahan pula, hubungan antara pelajar dan pensyarah memainkan peranan penting dalam menyumbang kepada pembangunan kompetensi pelajar secara menyeluruh. Hubungan ini turut membantu meningkatkan pengalaman pembelajaran serta memperkukuh tahap penguasaan pelajar dalam pelbagai aspek akademik dan profesional (Sundani dan Mamokhere, 2021).

Bagi faktor sosial, tekanan sosial dalam kalangan pelajar didapati berada pada tahap sederhana hingga rendah bergantung kepada faktor yang dinilai. Tekanan sosial tertinggi adalah berkaitan pengaruh rakan sebaya terhadap keseimbangan emosi pelajar, diikuti oleh tekanan akibat harapan keluarga yang tinggi. Faktor hubungan dengan keluarga turut menyumbang kepada tekanan sosial pelajar. Sebaliknya, tekanan sosial berada pada tahap rendah bagi dua faktor lain, iaitu kekurangan sokongan daripada rakan sebaya dan kesukaran menyesuaikan diri dengan persekitaran politeknik. Dapatan ini menunjukkan bahawa tekanan sosial lebih banyak dipengaruhi oleh tekanan daripada rakan sebaya dan harapan keluarga berbanding faktor lain seperti penyesuaian diri atau sokongan sosial. Analisis ini mencerminkan bahawa tekanan

sosial pelajar lebih tertumpu kepada interaksi interpersonal dan harapan keluarga, berbanding cabaran penyesuaian atau sokongan sosial yang rendah. Kajian terdahulu oleh Maqsood et al. (2022) menyokong dapatan ini dengan menyatakan bahawa pelajar boleh mengalami tekanan daripada pelbagai sumber. Antara sumber tekanan utama di peringkat pendidikan termasuk tekanan akademik, pengurusan masa, tekanan rakan sebaya, dan tekanan kewangan. Tekanan daripada rakan sebaya dikenal pasti sebagai faktor utama yang mempengaruhi keseimbangan emosi pelajar. Tambahan pula, tekanan rakan sebaya boleh memberikan kesan terhadap prestasi akademik pelajar, sama ada secara positif mahupun negatif.

Manakala bagi faktor ekonomi pula, dapatan kajian menunjukkan bahawa tekanan kewangan adalah salah satu isu yang signifikan dalam kalangan pelajar, dengan item "Saya menghadapi tekanan kerana kos sara hidup yang tinggi" dan "Saya sering kekurangan wang untuk memenuhi keperluan asas" mencatatkan nilai tertinggi. Ini menunjukkan bahawa kos sara hidup yang meningkat memberi impak yang ketara kepada kesejahteraan pelajar. Hal ini disokong oleh Nasr et.al, (2024), yang menyatakan bahawa peningkatan tekanan kewangan, tekanan akademik, dan tekanan keluarga turut membawa kepada kemunculan gejala ketara seperti kebimbangan, kegelisahan, kurang tidur, dan kemurungan dalam kalangan pelajar. Selain itu, pelajar juga sering menghadapi tekanan kewangan disebabkan oleh pelbagai faktor, termasuk yuran pengajian, yang memberi kesan ketara terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan mental mereka.

Kesimpulan

Dapatan kajian menunjukkan bahawa tekanan akademik, sosial, dan ekonomi memainkan peranan yang signifikan dalam mempengaruhi kesejahteraan serta prestasi pelajar Diploma Kejuruteraan Awam di Politeknik Kota Bharu. Faktor akademik dikenal pasti sebagai penyumbang utama tekanan dengan tahap sederhana, khususnya disebabkan oleh beban kerja yang tinggi, tekanan peperiksaan, dan cabaran dalam memahami subjek teknikal. Sementara itu, tekanan sosial lebih banyak berpunca daripada hubungan interpersonal, seperti tekanan daripada rakan sebaya dan harapan keluarga, manakala tekanan ekonomi disebabkan oleh kos sara hidup dan kekangan kewangan untuk memenuhi keperluan akademik. Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa semua faktor tekanan berada pada tahap sederhana, mencerminkan cabaran pelajar dalam menangani keperluan akademik, sosial, dan ekonomi secara serentak. Justeru, institusi pengajian tinggi disarankan untuk menyediakan sokongan yang mencukupi, termasuk bantuan kewangan, bimbingan akademik, dan program pengurusan stres, bagi memastikan kesejahteraan dan prestasi pelajar dapat ditingkatkan secara menyeluruh.

Penghargaan

Kami merakamkan penghargaan kepada semua pihak yang menyokong kajian ini, termasuk Politeknik Kota Bharu atas kemudahan dan peralatan yang disediakan. Terima kasih kepada semua individu atas sokongan dan sumbangan secara langsung atau tidak langsung dalam menjayakan penyelidikan ini.

Rujukan

- Abu-Baker, M. I. K., Abu-Zaid, M. K. S., Alsawalqah, H., Al-Shamayleh, Y., & Al-Shboul, B. (2019). The Impact of the Implementation of Capability Maturity Model Integration on User Satisfaction: Case Study on Software Companies in Jordan. *J. Softw.*, 14(7), 293-311.
- Asif, S., Mudassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan journal of medical sciences*, 36(5), 971.
- Aziz, A. R. A., Sukor, N. M., & Ab Razak, N. H. (2020). Wabak Covid-19: Pengurusan aspek kesihatan mental semasa norma baharu. *International Journal of Social Science Research*, 2(4), 156-174.
- Batterton, K. A., & Hale, K. N. (2017). The Likert scale what it is and how to use it. *Phalanx*, 50(2), 32-39.
- Gewalt, S., Berger, S., Krisam, R., & Breuer, M. (2022). “effects of the covid-19 pandemic on university students’ physical health, mental health and learning, a cross-sectional study including 917 students from eight universities in germany”. *Plos One*, 17(8), e0273928.
- Glickman, E., Choi, K., Lussier, A., Smith, B., & Dunn, E. (2021). Childhood emotional neglect and adolescent depression: assessing the protective role of peer social support in a longitudinal birth cohort. *Frontiers in Psychiatry*, 12.
- Heckman, S., Lim, H., & Montalto, C. (2014). Factors related to financial stress among college students. *Journal of Financial Therapy*, 5(1), 3.
- Joonggeun, O. and Song, J. (2021). The effects on students' psychological needs and social-emotional competence of relatedness support from a teacher and peers in physical education class. *Journal of Advanced Researches and Reports*, 1(2), 53-60.
- Kamilah Kamaludin , Karuthan Chinna b , Sheela Sundarasan, Heba Bakr Khoshaim, Mohammad Nurunnabi, Gul Muhammad Baloch, Areej Sukayt , Syed Far Abid Hossain(2020). Coping with COVID-19 and movement control order (MCO): Experiences of university students in Malaysia
- Konting, M. M. (2005). Kaedah penyelidikan pendidikan. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Maqsood, S., Bano, S., Goraya, J. T., & Sher, I. (2022). Peer Pressure, Academic Stress and Goal Adjustment in Day Scholars and Hostelite College Students. *Journal of Research in Psychology*, 4(2), 81-93.
- Monika, M., Majeed, J., & Sharma, N. (2023). Emotional maturity, resilience, parent adolescent relationship and peer pressure as predictors of psychological well-being among adolescents of indian working and non-working mothers..
- Mofatteh, M. (2020). Risk factors associated with stress, anxiety, and depression among university undergraduate students. *AIMS public health*, 8(1), 36
- Nasr, R., Rahman, A. A., Haddad, C., Nasr, N., Karam, J., Hayek, J., ... & Alami, N. (2024). The impact of financial stress on student wellbeing in Lebanese higher education. *BMC public health*, 24(1), 1809.
- Owuondo, J. (2023). Fostering financial inclusion and education access in the global south: collaborative stratagem. *International Journal of Latest Technology in Engineering Management & Applied Science*, XII(X), 34-40.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of general psychology*, 1(2), 115-144.
- Ramachandiran, M., & Dhanapal, S. (2018). Academic Stress Among University Students: A Quantitative Study of Generation Y and Z's Perception. *Pertanika Journal of social Sciences & humanities*, 26(3).
- Ramli, M. W., & Dawood, S. R. S. (2020). Faktor tekanan dalam kalangan pelajar Universiti Sains Malaysia: Satu tinjauan awal. *e-BANGI*, 17(7), 66-76.

Sundani, N. D., & Mamokhere, J. (2021). The impact of student-lecturer relationship on good decisionmaking and quality promotion in the institutions of higher education and training. *African Perspectives of Research in Teaching and Learning*, 5(2), 136-147.