

# Cabaran Pengendalian Tanggungjawab dalam Kalangan Pelajar Pasca Siswazah Berkeluarga dari Perspektif Pengurusan Tekanan

Roshafiza Hassan dan Shamsudin Othman

**Abstrak** --- Menyambung pengajian ke peringkat tertinggi memerlukan sifat dedikasi dan penerimaan terhadap tekanan yang bakal di hadapi dalam mengharungi cabaran sebagai seorang pelajar. Kajian ini bertujuan mengenal pasti cabaran dalam mengendalikan tanggungjawab sebagai pelajar pasca siswazah dan dalam masa yang sama berperanan sebagai pengurus rumah tangga. Aspek cabaran yang dikaji adalah berdasarkan perspektif pengurusan tekanan yang meliputi faktor dan strategi menangani tekanan serta kesan daripada pengurusan tekanan tersebut. Pendekatan kualitatif telah digunakan dalam kajian ini. Teknik persampelan bertujuan digunakan untuk menjana data dan seramai 7 orang responden yang terpilih sebagai sampel kajian terdiri daripada pelajar Institusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA) sepenuh masa. Dapatan menunjukkan bahawa cabaran utama yang dihadapi oleh pelajar pasca siswazah berkeluarga adalah dari aspek pengurusan masa. Tinjauan kajian awal juga mendapati bahawa pelajar yang mampu mengurus masa dengan optimum berupaya mencapai kejayaan dalam akademik serta kurang mengalami tekanan dalam menguruskan tanggungjawab mereka. Responden turut menyatakan bahawa cabaran-cabaran yang dihadapi menyebabkan kurang fokus dalam menyelesaikan tugas sebagaimana dijadualkan. Responden didapati lebih gemar berkongsi pelbagai permasalahan yang dihadapi bersama pasangan, ibu, penyelia dan rakan karib di dalam kelompok yang sama sebagai strategi menangani tekanan yang dihadapi. Oleh itu, mereka berupaya menghadapi pelbagai cabaran dan menguruskan tekanan dengan sebaiknya.

**Kata Kunci** -- Cabaran, Tanggungjawab, Pengurusan tekanan, Pelajar pasca siswazah berkeluarga