>> BERITA > NASIONAL > Kerjasama mahasiswa, universiti tangani isu tekanan emosi

Kerjasama mahasiswa, universiti tangani isu tekanan emosi

| | 16 Julai 2021

Sesuatu perlu dilakukan bagi membantu mahasiswa menangani tekanan agar keadaan tidak melarat menjadi bertambah teruk. –



KUALA LUMPUR - Penguatkuasaan kawalan pergerakan selama hampir setahun setengah bagi membendung penularan pandemik Covid-19, menandakan sepanjang tempoh itu jugalah mahasiswa Institut Pengajian Tinggi (IPT) ‘terperuk’ di dalam bilik bagi menghadiri kelas, berbincang, menyiapkan tugasan dan membuat pembentangan secara maya.

Ahli Majlis Pewakilan Pelajar Institut Teknologi Penerbangan Malaysia Universiti Kuala Lumpur (UniKL-MIAT), Nur Nadhirah Mohd Ariffin, 21 berkata, ramai mahasiswa sudah lesu upaya dengan situasi pembelajaran dalam talian yang dijalankan lebih daripada setahun ini.

“Rata-rata mereka sudah keletihan dan tertekan kerana kursus yang diambil bukan teori semata-mata, sebahagiannya membabitkan praktikal. Bayangkan, aktiviti praktikal juga dilakukan secara dalam talian, yang sudah tentu agak sukar dan memberi tekanan kepada kami,” katanya dalam satu temu bual.

Mahasiswa Kejuruteraan Teknologi Pesawat (Avionik) itu berkata, sesuatu perlu dilakukan bagi membantu mahasiswa menangani tekanan agar keadaan tidak melarat menjadi bertambah teruk.

Untuk itu katanya, beliau melalui MPP telah berkerjasama dengan Unit Kaunseling UniKL-MIAT mengambil pendekatan baharu secara peer to peer, iaitu membantu memantau keadaan rakan mahasiswa melalui media sosial.

Sementara itu, Kaunselor Kanan UniKL-MIAT, Mahyana Mukhtar berkata, keadaan sudah berubah kerana jika dahulu mahasiswa yang bermasalah dikenal pasti melalui gaya dan tingkah laku, tetapi kini dengan keadaan pembelajaran jarak jauh media sosial adalah cara terbaik mendekati mereka.

“Mahasiswa menghabiskan banyak masa dengan komputer riba dan telefon bimbit, kemungkinan untuk mereka meluahkan tekanan di media sosial adalah besar, oleh itu kerjasama dibuat dengan ahli MPP kerana mereka juga sebahagian daripada mahasiswa dan rakan di media sosial,” katanya.

Mahyana berkata, melalui pendekatan 'peer to peer' ahli MPP akan segera memaklumkan kepada Unit Kaunseling jika melihat ada dalam kalangan rakan mereka memuat naik hantaran yang mencurigakan di media sosial seperti sedang menghadapi tekanan kerana rata-rata mahasiswa tidak tahu tempat untuk dapatkan nasihat atau bimbingan.

Disyorkan artikel berkaitan ini:

Ketupat tak laku, daging korban tak larisPatuh SOP dalam meraikan Aidiladha juga satu pengorbananRakyat ‘berkorban’ sambut Aidiladha

"Mahasiswa perlu menjadikan unit kaunseling sebagai pusat sehenti jika mempunyai apa-apa masalah walaupun mereka tidak berada di kampus," katanya.

Beliau berkata, biasanya bimbingan kaunseling seorang ke seorang diberikan secara maya mengikut keselesaan mahasiswa sama ada menggunakan medium WhatsApps, panggilan video atau telefon.

“Pernah ada kes social phobia, seorang pelajar mempunyai ketakutan untuk membuat pembentangan secara maya. Saya bantu dia dengan memberi terapi melalui panggilan video dan akhirnya pelajar tersebut berjaya membuat pembentangan,” katanya.

Sementara itu, Ketua Bahagian Kaunseling Universiti Putra Malaysia, Dr Mazila Ghazali berkata, pihaknya turut menggunakan laman sosial rasmi sebagai medium mendekati mahasiswa.

“Kami menawarkan perkhidmatan telekaunseling dengan meletakkan nombor peribadi di laman sosial rasmi bagi membolehkan mahasiswa atau staff UPM menghubungi kami secara terus, tujuh hari seminggu. Terdapat 12 pegawai psikologi yang ditugaskan secara bergilir-gilir dan bersedia untuk dihubungi.

“Pendekatan itu ternayata mendapat reaksi yang menggalakkan kerana hampir setiap hari kami menerima panggilan atau WhatApps daripada mahasiswa yang berkongsi masalah,” katanya. - Bernama.

Artikel Penuh : https://www.sinarharian.com.my/article/150400/BERITA/Nasional/Kerjasama-mahasiswa-universiti-tangani-isu-tekanan-emosi

© 2018 Hakcipta Terpelihara Kumpulan Karangkraf