05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

TAHAP TEKANAN TERHADAP PELAJAR SEMESTER 6 FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN DI UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI) SEMASA PANDEMIK COVID-19

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SYAZA HUSNA BINTI MOHD ZULKIFLI

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2021

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

TAHAP TEKANAN TERHADAP PELAJAR SEMESTER 6 FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN DI UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI) SEMASA PANDEMIK COVID-19

SYAZA HUSNA BINTI MOHD ZULKIFLI

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

TESIS DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK MEMPEROLEHI IJAZAH SARJANA MUDA SAINS SUKAN (SAINS KEJURULATIHAN) DENGAN KEPUJIAN

FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2021

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

PERAKAUAN KEASLIAN PENULISAN

Saya dengan ini mengaku tesis ini yang bertajuk Tahap Tekanan Terhadap Pelajar Semester 6 Fakulti Sains Sukan Dan Kejurulatihan Di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) Semasa Pandemik Covid-19 adalah berdasarkan hasil kerja saya sendiri kecuali petikan yang telah diakui dengan sewajarnya. Saya juga mengaku bahawa tesis ini tidak pernah sebelum ini diserahkan untuk ijazah atau anugerah lain di Universiti Pendidikan Sultan Idris atau di institusi lain.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SYAZA HUSNA BINTI MOHD ZULKIFLI
(Nama Pelajar)

…………………….
(Tandatangan Pelajar)

DIPERAKUI OLEH

……………………….
(Dr. Thariq Khan Bin Azizuddin Khan)
Penyelia
Fakulti Sains Sukan Dan Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris

Tarikh: 29/07/2021

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

KELULUSAN UNTUK PENYERAHAN

Tesis ini bertajuk Tahap Tekanan Terhadap Pelajar Semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan Di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) Semasa Pandemik Covid-19 disediakan oleh Syaza Husna Binti Mohd Zulkifli telah disahkan memenuhi standard yang diperlukan untuk penyerahan dalam memenuhi sebahagian daripada keperluan untuk dianugerahkan Ijazah Sarjana Muda Sains Sukan (Sains Kejurulatihan) dengan kepujian di Universiti Pendidikan Sultan Idris.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

....	....
(Dr. Thariq Khan Bin Azizuddin Khan)	(Dr. Nor Aijratul Asikin Binti Mohamad Shalan)
Penyelia	Penyelaras Kursus
Jabatan Sains Kejurulatihan	Jabatan Sains Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris	Universiti Pendidikan Sultan Idris
Tarikh: 29/07/2021	Tarikh: 7/8/2021

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

PENGHARGAAN

Bersyukur kehadrat Ilahi kerana dengan limpah dan kurniaannya akhirnya dapat juga saya siapkan tesis ini. Dengan izinNya juga dapat saya menyempurnakan tesis ini dengan jayanya.

Penghargaan ini juga tujukan kepada ibu saya kerana sentiasa menitipkan doa-doa untuk keberkatan saya di sini. Beliau banyak menyokong saya dari segi segala aspek seperti segi rohani dan kewangan untuk menghasilkan tugasan bermutu ini.

Tidak lupa juga, saya ingin mengambil kesempatan ini bagi merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan jutaan terima kasih kepada Dr. Thariq Khan Bin Azizuddin Khan selaku penyelia penulisan ilmiah, beliau sudi menunjuk ajar saya dan mengganggu masa rehatnya. Segala tunjuk ajar dan bimbingan, bantuan, sumbangan, nasihat dan cadangan beliau telah banyak menolong saya ke arah menyiapkan penulisan ilmiah ini.

Ucapan terima kasih juga diucapkan kepada penyelaras kursus Dr. Nor Aijratul Asikin Binti Mohamad Shalan di atas sumbangan ilmu pengetahuan serta tunjuk ajar dalam menyiapkan penulisan ilmiah ini. Sekalung budi diberikan kepada pelajar-pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris terutama peserta kajian kerana banyak memberi kerjasama sepanjang menjalankan kajian ini.

Saya juga ingin tujukan ucapan penghargaan ini kepada kawan-kawan seperjuangan yang sanggup berkongsi ilmu, maklumat dan segala bentuk bantuan yang saya dambarkan khususnya dalam menghasilkan tugasan ini. Oleh itu, segala bantuan dan tunjuk ajar yang anda salurkan amat saya hargai. Sekian, terima kasih.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

TAHAP TEKANAN TERHADAP PELAJAR SEMESTER 6 FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN DI UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI) SEMASA PANDEMIK COVID-19

ABSTRAK

Tekanan merupakan keadaan resah, cemas, tegang disebabkan oleh tekanan mental atau fizikal yang sering dialami oleh seseorang individu. Namun, dengan adanya penularan wabak pandemik Covid-19 ini telah memberi impak dan kesan kepada semua aspek terutamannya dalam kalangan pelajar. Kajian ini dijalan untuk mengkaji tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19. Tujuan kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti tahap tekanan terhadap pelajar semester 6, seterusnya mengenalpasti perbezaan tahap tekanan diantara pelajar lelaki dan pelajar perempuan semester 6 dan mengenalpasti perbezaan tahap tekanan diantara kursus bagi pelajar semester 6. Kajian ini telah dilakukan dengan menggunakan borang soal selidik *(Perceive Stress Scale PSS-10)* untuk 128 orang (n=128) pelajar lelaki (n=64) dan pelajar perempuan (n=64) yang dipilih secara rawak. Borang soal selidik ini diedarkan melalui platform *'google form'* untuk mendapatkan data bagi pengkaji menjalankan kajian. Data yang diperolehi telah dianalisis dengan menggunakan *Statical Package for Social Science (SPSS) versi 23.* Hasil kajian pertama, tahap tekanan terhadap pelajar semester 6, menunjukkan pelajar yang tinggi peratusannya adalah tahap tekanan sederhana (64.1%). Hasil kajian kedua, menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan mengenai tahap tekanan terhadap pelajar lelaki dan pelajar perempuan. t(126)=1.448, p=0.139, p>0.05. Hasil kajian ketiga, mendapati terdapat perbezaan yang signifikan mengenai tahap tekanan diantara kursus (ISM Sains Sukan (Sains Kejurulatihan, ISM Sains Sukan (Rehabilitasi Sukan), ISMP Pendidikan Jasmani, ISMP Sains Sukan) F(3,124=3.871, p=0.011). Kesimpulannya, tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 dapat dikawal semasa pandemik Covid-19 ini. Oleh itu, tahap tekanan ini merupakan perkara yang penting perlu dititikberat oleh pelajar dalam kehidupan terumatanya semasa pandemik Covid-19 ini. Implikasi kajian semoga kajian ini dapat memberi manfaat mengenai tahap tekanan agar prestasi pelajar dapat dikekalkan semasa semester 6 tanpa mengalami sebarang tekanan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LEVEL OF STRESS ON SEMESTER 6 STUDENTS IN THE FACULTY OF SPORTS SCIENCE AND COACHING AT UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS (UPSI) DURING THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRAC

Stress is a state of restlessness, anxiety, tension caused by mental or physical stress that is often experienced by an individual. However, with the spread of the Covid-19 pandemic has had an impact and impact on all aspects, especially among students. This study was conducted to examine the level of stress on semester 6 students in the Faculty of Sports Science and Coaching at Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) during the Covid-19 pandemic. The purpose of this study was to identify the level of stress on semester 6 students, then identify the differences in stress levels between male and female students in semester 6 and identify the differences in stress levels between courses for semester 6 students. This study was conducted using a questionnaire Perceive Stress Scale (PSS-10) for 128 (n = 128) male students (n = 64) and female students (n = 64) were randomly selected. This questionnaire is distributed through the 'google form' platform to obtain data for researchers to conduct research. The data obtained were analyzed using the Statistical Package for Social Science (SPSS) version 23. The results of the first study, the level of stress on semester 6 students, showed that a high percentage of students were moderate levels of stress (64.1%). The results of the second study, showed that there was no significant difference in the level of stress on male and female students. t(126) = 1.448, p = 0.139, p> 0.05. The results of the third study, found that there was a significant difference in the level of stress between courses (ISM Sports Science (Coaching Science), ISM Sports Science (Sports Rehabilitation), ISMP Physical Education, ISMP Sports Science) F(3,124 = 3.871, p = 0.011). In conclusion, the level of stress on students in semester 6 can be controlled during this Covid-19 pandemic. Therefore, this level of stress is an important thing to be emphasized by students in life especially during this Covid-19 pandemic. Implications of this study hopefully this study can benefit the level stress so that student performance can be maintained during semester 6 without experiencing any stress.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

KANDUNGAN

	Muka Surat
PERAKUAN KEASLIAN PENULISAN	ii
KELULUSAN UNTUK PENYERAHAN	iii
PENGHARGAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KANDUNGAN	vii
SENARAI JADUAL	xi
SENARAI RAJAH	xii
SENARAI SINGKATAN	xiii
SENARAI LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENGENALAN	
1.1 Latar Belakang Kajian	1
1.2 Pernyataan Masalah	5
1.3 Kepentingan Kajian	6
1.4 Objektif Kajian	7
1.5 Persoalan Kajian	7
1.6 Hipotesis Kajian	8

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7 Definisi Operasional 8

1.7.1 Tahap 9

1.7.2 Tekanan 9

1.7.3 Pelajar Semester 6 9

1.7.4 Pandemik Covid-19 10

1.8 Limitasi Kajian 10

1.9 Delimitasi Kajian 10

1.10 Rumusan 11

BAB 2 TINJAUAN LITERATUR

2.1 Pengenalan 12

2.2 Kajian-Kajian Terdahulu 12

2.3 Rumusan 17

BAB 3 PENGENALAN

3.1 Pengenalan 18

3.2 Reka Bentuk Kajian 19

3.3 Kerangka Konseptual Kajian 20

3.4 Populasi dan Sampel Kajian 21

3.5 Instrumen Kajian 22

3.6 Prosedur Pengumpulan Data 22

3.7 Penganalisisan Data 23

3.8 Rumusan 23

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 4 DAPATAN KAJIAN

4.1 Pengenalan 24

4.2 Analisis Deskriptif 25

4.2.1 Bilangan Jantina Dalam Kajian 25

4.2.2 Bilangan Bangsa Dalam Kajian 26

4.2.3 Bilangan Umur Dalam Kajian 26

4.2.4 Bilangan Kursus Dalam Kajian 27

4.2.5 Apakah tahap tekanan pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19? 28

4.3 Analisis Inferensi 29

4.3.1 Adakah perbezaan tahap tekanan diantara pelajar lelaki dan pelajar perempuan semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19 menunjukkan perubahan yang ketara? 29

4.3.2 Adakah perbezaan tahap tekanan diantara kursus bagi pelajar semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19 menunjukkan perubahan yang ketara? 30

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 5 PERBINCANGAN, CADANGAN DAN RUMUSAN

5.1 Pengenalan	32
5.2 Perbincangan	32
5.3 Cadangan	34
5.3.1 Persempelan Kajian	35
5.3.2 Meluaskan Kawasan Kajian	35
5.3.3 Pentadbiran Kajian	36
5.3.4 Jangka Masa	36
5.4 Rumusan	37
RUJUKAN	38
LAMPIRAN	41

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI JADUAL

Jadual		Muka Surat
4.1	Bilangan Jantina Dalam Kajian	25
4.2	Bilangan Bangsa Dalam Kajian	26
4.3	Bilangan Umur Dalam Kajian	26
4.4	Bilangan Kursus Dalam Kajian	27
4.5	Taburan Peratusan Tahap Tekanan Pelajar Semester 6	28
4.6	Perbezaan Tahap Tekanan Antara Jantina	29
4.7	Perbezaan Tahap Tekanan Antara Kursus	30

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI RAJAH

Rajah **Muka Surat**

3.1 Kerangka Konseptual Kajian 20

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI SINGKATAN

FSSKJ	Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan
KKM	Kementerian Kesihatan Malaysia
KPM	Kementerian PelajaranMalaysia
PdPc	Bentuk Pengajaran dan Pemudah Cara
PSS-10	Perceived Stress Scale
SPSS	Statistical Package for the Social Sciences
UKM	Universiti Kebangsaan Malaysia
USIM	Universiti Sains Islam Malaysia
WHO	World Health Organization

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI LAMPIRAN

Borang Soal Selidik

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Latar Belakang Kajian

Sejak kebelakangan ini, masyarakat Malaysia semakin kerap menghadapi ketidakseimbangan emosi, psikologi, dan kognitif sehingga menimbulkan masalah kecelaruan jiwa yang pada dasarnya berhubungan dengan konflik peribadi dan polemik semasa yang dihadapi termasuklah wabak Covid-19 yang sedang melanda. Hal ini kerana, pada akhir tahun 2019 telah muncul atau telah merabak wabak jangkitan paru-paru (pneumonia) yang tidak diketahui puncanya di Wuhan, Wilayah Hubei, China (Li et al., 2020). Oleh itu, jangkitan paru-paru ini telah terbukti disebabkan oleh virus baru ini yang diberi nama *2019 Novel Coronavirus Disease* (Covid-19).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Lantaran itu, Pertubuhan Kesihatan Sedunia *(World Health Organization, WHO)* telah mengumumkan dan memberi makluman terhadap pandemik Covid-19 sebagai salah satu masalah kesihatan awam dunia. Sehingga 8 November 2020, wabak Covid-19 telah mencatat lebih 50 juta kes dengan angka kematian sebanyak 1.25 juta orang. Kes ini juga melibatkan keseluruhan 219 buah negara yang terjejas dengan masalah Covid-19 di seluruh dunia (Data WHO, 2020). Manakala sebanyak 40209 kes

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

dan 290 kematian yang telah dicatat berdasarkan statistik Kementerian Kesihatan Malaysia sehingga 8 November 2020. Penularan wabak Covdi-19 ini telah memberi impak dan kesan yang besar kepada semua aspek kehidupan yang menjalani kehidupan seharian. Malah dengan perubahan kehidupan norma baharu ini juga turut memberi kesan psikologi kepada manusia sehingga ramai orang atau kumpulan individu berasa cemas, tertekan, bimbang dan takut dijangkiti wabak ini.

Sejarah ini bermula pada 18 Mac 2020 merupakan satu tarikh yang terpahat dalam ingatan buat seluruh rakyat Malaysia terutamanya pelajar Universiti Awam dan Swasta. Hal ini kerana, berlakunya gelombang pandemik Covid-19 yang meragut ratusan nyawa rakyat Malaysia. Oleh itu, Pihak Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM) telah mengambil tindak dengan nasihat pihak Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) untuk mengumumkan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) 2020 dilaksanakan di seluruh negara supaya boleh mengurangkan dan menurunkan kadar kebolehjangkitan wabak ini kepada rakyat Malaysia.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Bagi sudut pendidikan dalam norma baharu untuk menghadapi gelombang pandemik korona virus ini, bentuk pengajaran dan pemudah caraan (PdPc) di Universiti Awam dan Swasta turut mengalami perubahan yang ketara. Kaedah pembelajaran atas talian dianggap pilihan terbaik dalam keadaan yang menggugat ini mengambil tempat pelaksanaan PdPc sebelum ini secara konvensional. Namun ia perlu ditadbir urus dengan baik oleh pensyarah dan pelajar. Pensyarah berperanan menggunakan kreativiti mereka untuk berinteraksi dengan pelajar walaupun berjauhan secara atas talian atau alam maya. Sebarang aplikasi termasuk "*WhatsApp, Google Classroom, Webex, Zoom,*

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Telegram" dan lain-lain perlulah di integrasikan dalam menjayakan proses pembelajaran.

Disamping itu, pelajar haruslah bijak untuk membuat perancangan pembelajaran mereka sendiri seperti menyediakan jadual. Perancangan seorang pelajar adalah merangkumi perancangan perkara yang hendak dipelajari dan mengkaji bahan atau rujukan yang telah dimuatnaik oleh para pensyarah di platform pembelajaran maya. Selain itu, pelajar harus bijak menyusun masa seperti mengikut keutamaan yang diperlukan agar tidak timbul sebarang tekanan dalam menyelesaikan dan menyempurnakan sesuatu tugasan. Sekiranya pelajar tidak mampu untuk mengatasi semua masalah itu, pelajar akan ketinggalan untuk mengikuti pembelajar atas talian. Hal ini akan menyebabkan tekanan kepada pelajar. Banyak kajian melaporkan bahawa terdapat hubungan yang kuat antara tekanan dengan pelajar universiti (Greenberg & Valletutti, 1980 dan Norlizawati, 2006). Terlalu banyak tekanan boleh mengganggu persediaan, tumpuan dan pencapaian pelajar (Norlizawati, 2006).

Secara umumnya, tekanan atau kata lain iaitu *stress* merupakan satu pengalaman atau kejadian yang sering dialami oleh seseorang individu. Tekanan boleh mendatangkan dan memberikan gangguan atau masalah ke atas pemikiran, perasaan dan aktiviti seharian. Tekanan bukan sahaja dialami oleh orang dewasa, namun tekanan ini juga turut dialami dalam kaangan pelajar university, Lessard (1998). Hal ini kerana persekitaran di universiti merupakan persekitaran yang seringkali digunakan oleh pelajar untuk menuntut ilmu bagi menyeimbangkan pelbagai peranan dan tugas yang perlu dilaksanakan oleh mereka. Sekiranya merea tidak mencapai apa yang diperlukan atau tidak berjaya, mereka akan mudah mengalami masalah tekanan. Dengan ini,

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

masalah tekanan dalam kalangan pelajar universiti merupakan satu topik yang sering menjadi bahan kajian atau rujukan kebanyakan pengkaji.

Individu yang bergelar pelajar sering menghadapi dengan masalah tekanan. Hal ini kerana, apabila seseorang itu mempunyai tanggungjawab sebagai seorang pelajar universiti mereka perlu menghadapi atau mengharungi beberapa perubahan seperti sistem pembelajaran dan pengajaran yang berbeza dengan alam persekolahan, perubahan cara hidup dan juga persekitaran sosial. Tambahan pula, pelajar di universiti mempunyai syarat yang harus dicapai seperti mencapai tahap lulus minima yang ditetapkan untuk membolehkan pelajar itu bergraduasi. Pencapaian di universiti yang sudah kita ketahui akan dinilai bagi setiap semester sepanjang menjalani pembelajaran di universiti adalah melalui tugasan, aktiviti di dalam kelas, pembentangan kerja-kerja yang diberikan dan juga peperiksaan akhir (Ong & Cheong, 2009).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Tekanan dari perspektif psikologi ditentukan sebagai ketidakseimbangan atau ketidakseimbangan yang berpotensi antara kehendak seseorang dan kemampuan seseorang untuk melakuannya. Masalah yang semakin meningkat ini mempengaruhi lebih ramai orang di banyak negara maju yang dihasilkan dari gaya hidup dan keadaan sosial. Tidak banyak yang mengetahui mengenai berlakunya tekanan pada populasi pelajar. Tahap tekanan berbeza bergantung kepada populasi kajian dan faktor lain berkaitan dengan gaya hidup. Campbell dan Svenson (1992), tekanan yang tidak terkawal oleh seseorang akan mendatangkan atau memperolehi kesan buruk terhadap tahap kesihatan dan tahap pencapaian akademik seseorang mahasiswa.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kesimpulannya, tahap tekanan merupakan salah satu peranan yang sangat penting dalam kehidupan seharian tambahan lagi dalam kalangan pelajar sama ada ingin mengekalkan atau meruntuhkan semangat dan momentum kejayaan. Tekanan ini juga akan memberikan kesan positif dan negative terhadap individu. Oleh itu, kajian yang dijalankan ini berkaitan dengan tahap tekanan pelajar semasa pandemik Covid-19 ini.

1.2 Pernyataan Masalah

Dalam kajian ini, permasalahan yang hendak dikemukakan ialah mengenal pasti tahap tekanan pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan Di Universiti Pendidikan Sultan Idris semasa pandemik Covid-19. Banyak kajian yang telah dijalankan berkaitan dengan tahap tekanan. Hal ini demikian kerana, ramai individu atau masyarakat terkesan semasa pandemik Covid-19 ini terutamanya individu yang bergelar pelajar. Isu tekanan yang dialami oleh pelajar universiti amat membimbangkan dan ia bukanlah sesuatu perkara yang baru. Tekanan adalah fenomena yang sering ditafsir sebagai ancaman besar terhadap kesihatan mental (Awang 2016). Isu kesihatan mental kebiasaannya meningkat dalam kalangan pelajar universiti yang memberi impak besar terhadap peringkat kehidupan mereka (Wenjuan et al. 2020; Bruffaerts et al. 2018).

Namun, kesan Corona virus terhadap kesihatan mental kurang atau belum dikaji secara sistematik tetapi terbukti Covid-19 mempunyai kesan terutamanya berdasarkan reaksi masyarakat dan politik (Moukaddam, 2020). Oleh itu, pengkaji telah merancang

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

satu kajian yang akan dijalankan agar dapat memberi pendedahan tentang tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 di UPSI semasa pandemik Covid-19.

1.3 Kepentingan Kajian

Kepentingan kajian ini adalah untuk mendapatkan maklumat terkini terhadap tekanan yang sering dihadapi oleh pelajar semester 6 semasa pandemik Covid-19. Tahap tekanan seseorang pelajar dapat mempengaruhi pencapaian akademik. Selain itu, dengan adanya borang soal selidik ini, pengkaji akan mengetahui maklumat terkini tentang tahap tekanan yang di hadapi oleh pelajar yang menghadapi pembelajaran atas talian disebabkan wabak yang semakin merebak ke seluruh dunia. Seterusnya, pelajar akan mengetahui tahap tekanan yang dihadapi oleh diri mereka berdasarkan borang soal selidik yang telah dijawab oleh diri mereka sendiri. Oleh itu, kajian tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan harus dijalankan pada musim sekarang disebabkan kebanyakkan pelajar akan menghadapi pelbagai masalah kerana pelajar tidak dapat belajar bersemuka untuk menyelesaikan segala tugasan demi mencapai keputusan yang terbaik.

Hasil daripada kajian yang dilakukan ini diharap dapat memberi input dan membantu pihak pengurusan fakulti sains sukan dalam merancang pelbagai pelan tindakan yang menarik dan sewajarnya untuk menangani masalah tekanan terhadap pelajar.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.4 Objektif Kajian

Melalui kajian yang dijalankan ini, terdapat beberapa objektif untuk mengkaji tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19. Antara objektifnya ialah:

i. Mengenal pasti tahap tekanan terhadap pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19.
ii. Mengenal pasti perbezaan tahap tekanan diantara pelajar lelaki dan pelajar perempuan semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19.
iii. Mengenal pasti perbezaan tahap tekanan diantara kursus bagi pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universtit Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.5 Persoalan Kajian

Kajian ini merupakan tinjuan untuk melihat:

i. Apakah tahap tekanan pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19?

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

ii. Adakah perbezaan tahap tekanan diantara pelajar lelaki dan pelajar perempuan semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19 menunjukkan perubahan yang ketara?

iii. Adakah perbezaan tahap tekanan diantara kursus bagi pelajar semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19 menunjukkan perubahan yang ketara?

1.6 Hipotesis Kajian

Ho_1 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan tahap tekanan diantara pelajar lelaki dan pelajar perempuan semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan Di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Ho_2 Tidak terdapat perbezaan yang signifikan tahap tekanan diantara kursus bagi pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan Di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) semasa pandemik Covid-19.

1.7 Definisi Operasional

Antara istilah definisi operasional tersendiri mengikut konteks kajian yang telah dijalankan antaranya**:**

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7.1 Tahap

Merujuk kepada prestasi, kebolehan, keupayaan, individu dalam melakukan sesuatu aktiviti.

1.7.2 Tekanan

Menurut Kamus Dewan (1999), tekanan membawa maksud sesuatu desakan atau paksaan yang diterima oleh seseorang. Manakala kamus Oxford Advanced Leaner's (1983) mendefinisikan tekanan atau dalam Bahasa Inggerisnya *stress* sebagai *pressure; condition causing hardship, disquiet*. Seyle (1964) adalah orang yang pertama menggunakan terma 'tekanan' mendefinisikannya sebagai satu set fizikal dan psikologikal yang bertindak balas kepada keadaan dan pengaruh yang sebaliknya.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7.3 Pelajar Semester 6

Pelajar semester 6 adalah merujuk kepada individu atau pelajar yang masih belajar dan belum menamatkan lagi pelajaran di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) bagi semester 6 dari pelbagai kursus iaitu ISM Sains Sukan (Sains Kejurulatihan), ISM Rehabilitasi Sukan, ISMP Pendidikan Jasmani dan ISMP Sains Sukan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7.4 Pandemik Covid-19

Pandemik Covid-19 dikenali sebagai pandemik koronavirus atau wabak koronavirus ialah pandemik penyakit koronavirus 2019 yang sedang berlaku secara global berpunca daripada koronavirus sindrom pernafasan akut teruk 2 (SARS-CoV-2). Wabak ini pada mulanya dikesan pada pertengahan Disember 2019 di bandaraya Wuhan, Hubei, China dan telah diiktiraf sebagai pandemik oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) pada 11 Mac 2020.

1.8 Limitasi Kajian

Limitasi kajian adalah batasan yang disebabkan oleh kelemahan yang terjadi akibat daripada perkara yang tidak boleh dikawal oleh pengkaji semasa menjalankan kajian. Oleh itu, kejujuran dan keikhlasan responden ketika menjawab soal selidik adalah di luar kawalan pengkaji. Selain itu, walaupun sebelum memberi soal selidik kepada responden pengkaji telah memberikan taklimat agar responden dapat menjawab dengan jujur dan patuh pada arahan yang telah disediakan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.9 Delimitasi Kajian

Delimitasi kajian ini merupakan kajian yang dibentuk dan ditetapkan oleh pengkaji sendiri. Sebagai contoh, perkara yang boleh dikawal oleh pengkaji iaitu seperti bilangan subjek yang digunakan, ujian dan instrumen yang digunakan. Delimitasi kajian yang

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

telah dikenalpasti adalah kajian ini terbatas kepada pelajar semester 6 di Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) sahaja. Peserta kajian telah dibahagikan sama banyak antara atlet lelaki dan atlet wanita. Seterusnya, kajian ini telah menggunakan borang soal selidik sebagai proses pengumpulan data. Borang soal selidik tersebut telah mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan.

1.10 Rumusan

Secara kesimpulan, dapat pengkaji menyatakan disini bahawa kepentingan kajian yang telah dijalankan terhadap 128 subjek melalui borang soal selidik kepada pelajar semester 6 Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan di Universiti Pendidikan Sultan Idris semasa pandemik Covid-19. Seterusnya, objektif kajian telah dinyatakan oleh pengkaji dengan lebih terperinci dalam menjalankan satu kajian Maka dengan itu, berdasarkan kajian ini, secara tidak langsung dapat membantu pengkaji dalam menyelesaikan permasalahan yang telah dinyatakan dalam bab ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi