

# BAB 3

## **Pengaruh Ikatan Kekeluargaan Terhadap Kesehatan Mental Pelajar Semasa Pandemik**

*Junaidah Yusof, Nur Shakila Ibharam, Amalina Ibrahim, dan Annette  
d'Arqom*

### **3.1 PENGENALAN**

Coronavirus (Covid-19) adalah sejenis penyakit berjangkit yang telah melanda seluruh dunia dan meninggalkan pelbagai kesan terhadap kegiatan ekonomi, pendidikan, pelancongan, dan kesihatan penduduk dari pelbagai peringkat umur. Keadaan pandemik yang berterusan telah menimbulkan kebimbangan akan kesan negatif jangka panjang, terutamanya terhadap kesihatan mental populasi masyarakat sedunia (Brooks et al., 2020).

Para pelajar universiti juga tidak terkecuali terdedah kepada risiko gangguan kesihatan mental akibat daripada situasi pandemik Covid-19 yang masih berlarutan (Wang et al., 2020). Tambahan lagi, kajian-kajian terkini telah membuktikan bahawa pelajar universiti juga merupakan antara populasi yang lebih mudah untuk mengalami kebimbangan, kemurungan, dan terlibat dalam penyalahgunaan bahan (Loades et al., 2020; Mehareen et al., 2021; Karing, 2021).

Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) yang dikenakan pada 18 Mac 2020 oleh pihak kerajaan Malaysia untuk mengawal

penyebaran wabak Covid-19 telah memberi kesan kepada pelajar universiti, khususnya apabila kesemua institusi pengajian tinggi diarahkan ditutup buat sementara waktu sehingga situasi semakin pulih. Seiring dengan PKP yang dilaksanakan oleh kerajaan Malaysia bagi membendung penularan wabak Covid-19, kaedah pembelajaran dalam talian telah dilihat sebagai suatu keperluan bagi membolehkan aktiviti pembelajaran diteruskan (Mohamad Idham, 2020).

Namun, terdapat pelbagai isu dan cabaran semasa pandemik yang perlu dilalui oleh pelajar universiti (Besser et al., 2020). Antara cabaran tersebut adalah pelajar universiti perlu menyesuaikan diri dengan transformasi drastik dari segi kaedah penyampaian pembelajaran bersemuka kepada pembelajaran dalam talian (Ahmad Mokhtar & Lakman, 2021; Pace et al., 2020). Berdasarkan kajian oleh Besser et al. (2020), pelajar universiti mempunyai reaksi negatif terhadap pembelajaran secara dalam talian berbanding secara bersemuka. Reaksi negatif ini sedikit sebanyak mempengaruhi motivasi dan minat pelajar untuk menghadiri kelas dan mengikuti aktiviti pembelajaran yang dijalankan secara dalam talian.

Selain itu, pematuhan terhadap garis panduan kawalan pergerakan, terutamanya bagi pengasingan fizikal atau penjarakan sosial menyebabkan terdapat dalam kalangan pelajar universiti yang merasakan terasing dan kesunyian (Besser et al., 2020). Perubahan dan peralihan drastik yang mengganggu rutin pembelajaran ini turut menyumbang kepada risiko pelajar universiti mengalami kebimbangan, tekanan dan kemurungan. Malah, kajian-kajian terkini telah merekodkan bahawa berlakunya peningkatan tahap kebimbangan dan tekanan dalam kalangan individu yang melalui perubahan dalam rutin harian akibat situasi pandemik Covid-19 (Casagrande et al., 2020; Flett & Hewitt, 2020; Horesh & Brown, 2020).

Selain daripada cabaran menyesuaikan diri dengan peralihan kaedah penyampaian pembelajaran, terdapat peningkatan tahap kebimbangan, tekanan dan kemurungan dalam kalangan pelajar universiti. Peningkatan ini berpunca daripada perasaan risau dan bimbang pelajar terhadap kesihatan diri dan keluarga, perasaan takut dijangkiti wabak Covid-19, masalah kewangan, kekangan pergerakan dan kebosanan (Brooks et al., 2020). Kerisauan berkaitan dengan masa hadapan disebabkan kemungkinan kelewatan menamatkan pengajian juga menjadi salah satu faktor tekanan pelajar (Woon et al., 2021; Ramli & Sheikh Dawood, 2020). Maka, dapat digambarkan bahawa keadaan pandemik Covid-19 yang berterusan menambah kesan kepada perubahan proses psikologi dan sosial pelajar universiti.

### **3.2 PENGARUH IKATAN KEKELUARGAAN TERHADAP KESIHATAN MENTAL**

Keluarga ialah sekumpulan dua atau lebih individu yang mempunyai pertalian sama ada melalui kelahiran, perkahwinan ataupun pengangkatan yang tinggal secara bersama, dan semua individu yang ada perkaitan dianggap sebagai ahli keluarga. Institusi keluarga merupakan asas masyarakat yang menyumbang ke arah pembangunan sesebuah negara. Ikatan kekeluargaan yang kuat merupakan sandaran untuk mendapatkan persekitaran yang selamat dan dilihat menjadi penyumbang terhadap perkembangan kesejahteraan serta kepuasan hidup individu secara keseluruhan.

Bagi menjaga ikatan kekeluargaan supaya kekal utuh, interaksi antara ahli keluarga adalah penting. Hal ini kerana ahli keluarga boleh meluahkan keperluan, kehendak dan kebimbangan mereka antara satu sama lain. Peranan aktif yang dimainkan oleh setiap ahli keluarga dapat menjadi sumber