

## Sumber stres, strategi daya tindak dan stres yang dialami pelajar universiti

### Abstrak

Kajian ini bertujuan mengkaji sumber stres, strategi daya tindak dan stres yang dialami pelajar sebuah universiti di Kota Kinabalu, Sabah. Secara khususnya, kajian ini dilaksanakan bagi mengenal pasti hubungan antara sumber stres dan stres yang dialami pelajar universiti. Di samping itu, kajian ini cuba meneliti bentuk strategi daya tindak yang digunakan oleh pelajar universiti untuk menangani stres yang dialami. Kajian ini dijalankan menggunakan borang soal selidik. Seramai 223 orang pelajar yang berumur antara 19 hingga 22 tahun dijadikan subjek kajian. Alat kajian yang digunakan merangkumi item-item bagi mengukur sumber stres, Adolescent Coping Scale (ACS) bagi mengukur strategi daya tindak dan alat kajian Stress Student Scale yang telah diubahsuai digunakan untuk mengukur stres pelajar. Data yang diperolehi telah dianalisis menggunakan ujian statistik inferensi melibatkan korelasi Pearson dan korelasi separa (partial correlation). Keputusan yang diperolehi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sumber stres keseluruhan dan stres yang dialami pelajar universiti. Sementara itu, strategi daya tindak keseluruhan didapati mampu bertindak sebagai perantara (mediator) bagi hubungan antara sumber stres keseluruhan dan stres yang dialami pelajar.