



Cik Aisha Shamsuddin (dua dari kanan) dan Encik Encik Mohammad Shakir Mohd, berkongsi kisah tentang daya ketahanan dalam menghadapi cabaran peribadi bersama penerbit dan penyampai podcast NoTapis, Cik Natasha Mustafa. – Foto BH

Daripada kesulitan kepada kekuatan: Kisah daya tahan, siswazah NUS dan NTU lulus cemerlang

► NATASHA MUSTAFA  
nmustafa@sph.com.sg

## Dua siswazah muda jaya atasi cabaran, pupuk daya tahan

Merengung ke luar tingkap bilik dewan di universiti, Cik Aisha Shamsuddin, 24 tahun, tiba-tiba memikirkan sesuatu yang tidak sepatutnya beliau lakukan.

Terkejut dengan pemikiran tersebut, Cik Aisha pada awalnya tidak mengendahkan tanda-tanda tersebut.

Namun, sebagai seorang individu yang pemalu dan introvert, beliau mula dibelenggu rasa sedih yang tidak dapat dijelaskan dan tidak mempunyai motivasi untuk melakukan tugas hariannya.

“Kadangkala saya secara tiba-tiba menangis dan tidak tahu mengapa saya rasa begitu. “Ada hari saya rasa macam tidak ingin bangun.”

“Walaupun saya tahu saya harus melakukan sesuatu, saya tidak dapat melakukannya langsung,” katanya.

Cik Aisha kemudian terdorong untuk mendapatkan bantuan dan didiagnosis mengalami keresahan dan gangguan kemurungan utama pada 2021.

Dalam episod siri NoTapis *Berita Harian* (BH), Cik Aisha berkata diagnosis tersebut bukan satu kejutan baginya kerana beliau mengenali tanda-tanda isu kesihatan mental.

“Saya rasa terjadi demikian kerana ketika saya mula pengajian universiti, keadaan Covid-19 baru mula stabil dan terdapat pelbagai perkara yang berlaku di rumah.”

“Jadi apabila saya tiba-tiba ada pemikiran seperti itu, ia agak mengejutkan kerana ia bukan diri saya,” kata lulusan Sarjana Muda Sains Kemasyarakatan dengan Kepujian (Kecemerlangan) dalam Komunikasi dan Media Baru di Universiti Nasional Singapura (NUS).

Anak sulung dua beradik itu sudah mengalami ‘rollercoaster’ atau turun naik emosi pada tahun-tahun sebelum beliau menuntut di menara gading.

Pada 2018, ibunya didiagnosis mengalami barah buah dada dan Cik Aisha perlu memainkan peranan lebih besar di rumah melakukan kerja rumah untuk membantu keluarganya.

Pada masa yang sama, pendapatan bapanya sebagai seorang ejen hartanah terjejas ekoran pandemik Covid-19 ketika itu.

Meskipun berhadapan dengan keadaan yang mencabar, Cik Aisha tidak berputus asa.

Beliau mula meluahkan perasaannya dan mencari sistem sokongan di sekolah untuk menangani keadaannya.

“Alhamdulillah saya terima banyak bantuan daripada profesor saya yang memahami dan membimbing saya.”

“Sekiranya saya memerlukan bantuan untuk melakukan kerja sekolah atau memerlukan lebih masa untuk menghabiskan kerja tersebut, mereka memberi ruang bagi saya untuk terus cemerlang,” jelasnya.

Seorang lagi individu yang menunjukkan daya tahan serupa ialah Encik Mohammad Shakir Mohd, 26 tahun.

Pada usia 18 tahun, Encik Shakir mengalami serangan angin ahmar ekoran pendarahan di otak yang menjejaskan penglihatan dan keseimbangan badannya.

Menurut beliau, pendarahan di otaknya berlaku akibat saluran darah yang pecah.

“Saya tidak dapat mengawal badan saya. Saya kehilangan daya keseimbangan dan ketika itu memerlukan tongkat untuk berjalan.”

“Penglihatan saya juga terjejas kerana saya mengalami penglihatan berganda; saya tidak dapat menggerakkan bahagian kiri muka saya.”

“Ini mengelirukan kerana kadangkala saya mengalami isu berjalan kerana tidak dapat lihat apa di hadapan saya dengan jelas,” kata beliau yang berjaya melanjutkan pengajian di Universiti Teknologi Nanyang (NTU).

Disebabkan keadaannya, anak bongsu empat beradik itu, berkata beliau harus bekerja lebih keras.

Sebagai contoh, beliau memerlukan lebih masa ketika mengulangkaji kerana penglihatannya yang terjejas.

Namun Encik Shakir, yang juga bekas pelajar

ajar Maktab Rendah Jurong (JJC) berkata ia tidak pernah melemahkan semangatnya untuk terus melakukan apa yang beliau suka iaitu kimia.

Beliau menerima banyak sokongan daripada pasukan Pendidikan Boleh Diakses dan Penyertaan Pejabat Hal Ehwal Pelajar NTU.

Pasukan itu membantunya mendapatkan peluang bekerja sambil belajar setelah beberapa syarikat menolaknya kerana tidak dapat mengubah sekitaran dan prosedur tempat kerja bagi membolehkan beliau bekerja dengan selamat di makmal mereka.

Setelah empat tahun, Encik Shakir berjaya menamatkan pengajian dan menggenggam ijazah Sarjana Muda Kejuruteraan dengan Kepujian dalam Kejuruteraan Bahan, dengan pengkhususan dalam Bahan dan Kemampunan, serta Nanosains dan Nanoteknologi.

Mengulas pengalamannya menuntut di universiti, Encik Shakir berkata:

“Universiti ini adalah peluang bagi anda untuk bergaul dan mencari rakan-rakan baru. “Jangan kluatir untuk meminta bantuan sekiranya anda mengalami masalah.”

“Yang penting adalah anda cari ‘tribe’ (kumpulan) yang anda boleh dipercayai dan membantu anda,” ujarnya.

DIDIAGNOSIS RESAH DAN MURUNG

ALAMI SERANGAN ANGIN AHMAR



“Kadangkala saya secara tiba-tiba menangis dan tidak tahu mengapa saya rasa begitu. Ada hari saya rasa macam tidak ingin bangun. Walaupun saya tahu saya harus melakukan sesuatu, saya tidak dapat melakukannya langsung... Saya rasa terjadi demikian kerana ketika saya mula pengajian universiti, keadaan Covid-19 baru mula stabil dan terdapat pelbagai perkara yang berlaku di rumah. Jadi apabila saya tiba-tiba ada pemikiran seperti itu, ia agak mengejutkan kerana ia bukan diri saya.”

– Cik Aisha Shamsuddin.



“Saya tidak dapat mengawal badan saya. Saya kehilangan daya keseimbangan dan ketika itu memerlukan tongkat untuk berjalan. Penglihatan saya juga terjejas kerana saya mengalami penglihatan berganda; saya tidak dapat menggerakkan bahagian kiri muka saya. Ini mengelirukan kerana kadangkala saya mengalami isu berjalan kerana tidak dapat lihat apa di hadapan saya dengan jelas.”

– Encik Mohammad Shakir Mohd.



Imbas kod QR untuk dengar podcast ini.