

# 4K punca prestasi graduan merosot

➔ UPM sahkan sindrom beri kesan kualiti pelajar

Oleh Amin Ridzuan Ishak, Ahmad Suhael Adnan dan Mohd Zulkifli Zainuddin  
bhnews@bh.com.my

✦ Kuala Lumpur

**K**ajian Universiti Putra Malaysia (UPM) mengesahkan Sindrom 4K menjadi punca prestasi rendah dalam kalangan mahasiswa, sekali gus memberi kesan kepada kualiti graduan tempatan.

Sindrom 4K ialah kuliah (tidak fokus walaupun hadir syarahan), katil (tidur berlebihan), kafeteria (melepak dan membuang masa) serta komputer (menghabiskan waktu dengan permainan dan media sosial).

Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar dan Alumni) UPM, Prof Datuk Shatar Sabran, berkata kajiannya menunjukkan sindrom 4K, khususnya tidur berlebihan membawa kesan rantaian kepada perkara lain hingga menjejaskan pres-



Mereka menghabiskan masa dengan media sosial atau permainan komputer menyebabkan masa rehat dan tidur mereka tidak terurus ”

**Shatar Sabran,**  
Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar dan Alumni) UPM

tasi pelajar.

“Kebanyakan mahasiswa berprestasi rendah menjadikan tidur lewat, iaitu sekitar jam 3 dan 4 pagi sebagai rutin, menyebabkan mereka tidak dapat fokus dalam kuliah yang bermula seawal jam 8 pagi.

“Mereka menghabiskan masa dengan media sosial atau permainan komputer menyebabkan masa rehat dan tidur mereka tidak terurus, menyebabkan prestasi akademik merudum serta mengabaikan waktu beribadah.

## Tidur dua hari tanpa bangun

“Malah, saya turut menemui kes pelajar yang sering tidur lewat hingga sampai satu masa, dia tidur selama dua hari tanpa bangun kerana terlalu letih,” katanya kepada *BH*, semalam.

Beliau mengulas isu Sindrom 4K dalam kalangan mahasiswa yang dibangkitkan Dekan Fakulti Kejuruteraan Elektrik dan Elektronik Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Dr Afandi Ahmad dalam

*BH*, semalam.

Sementara itu, Timbalan Naib Canselor (Hal Ehwal Pelajar dan Alumni) Universiti Malaysia Pahang (UMP), Prof Datuk Dr Yuserrie Zainuddin, berkata pihaknya memberi insentif kepada pelajar yang mencapai keputusan baik dalam akademik dan aktif kokurikulum bagi mengelakkan Sindrom 4K dalam kalangan mahasiswanya.

Insentif itu termasuk memberi anugerah, keutamaan tinggal di kolej kediaman dan membawa pelajar ke lawatan akademik di luar negara.

“Cara mengenali pelajar mempunyai sindrom 4K adalah mudah, iaitu tidak aktif menyertai aktiviti kokurikulum dan prestasi kurang memberangsangkan dalam akademik. Contohnya, hanya 30 peratus daripada pelajar kita menyertai aktiviti kokurikulum kepimpinan.

“Saya tidak berani kata selebihnya mempunyai Sindrom 4K, namun mereka ada ciri-cirinya,” katanya.