

Memahami Strategi Daya Tindak (*Coping Strategy*) dalam Kalangan Murid-murid Prasekolah Orang Asli

BITARAVolume 2, Issue 2, 2019: 001-009
© The Author(s) 2019
e-ISSN: 2600-9080
<http://www.bitarajournal.com>Nor Aimi Harun¹ & Fauziah Md. Jaafar¹

Abstrak

Peningkatan masalah kesihatan stres dalam kalangan kanak-kanak prasekolah orang asli semakin membimbangkan. Kajian kes kualitatif telah dilakukan untuk mengenal pasti dan memahami bentuk strategi daya tindak yang dibangunkan oleh kanak-kanak prasekolah orang asli sewaktu berhadapan dengan rangsangan stres. Kajian ini menggunakan sampel bertujuan (*purposeful sampling*) yang melibatkan seorang kanak-kanak prasekolah orang asli yang mengalami stres di tahap 73 mata berdasarkan ujian *Stress Child and Adolescent Survey of Experiences* (CASE). Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam kajian ini adalah temu bual, pemerhatian dan dokumen. Perisian *Nvivo 0.8* telah digunakan untuk membantu memudahkan transkrip analisis data. Dapatan menunjukkan responden kajian telah melakukan *Onychophagia* sebagai strategi daya tindak. *Onychophagia* merupakan habit menggigit kuku yang dapat memberikan rasa pelepasan atau melahirkan *feeling of pleasure* serta salah satu cara menenangkan diri (*self-soothing*) sebagai tindak balas kepada kegelisahan emosi dalaman sewaktu berada dalam keadaan tertekan. Kajian ini memberi implikasi kepada guru-guru prasekolah, ibu bapa dan *stakeholder* secara proaktif dan kolektif bagi membantu kanak-kanak orang asli membangunkan strategi daya tindak dengan cara yang bersesuaian untuk mengendalikan rangsangan stres.

Kata Kunci

Orang asli, prasekolah, *Onychophagia*, Strategi daya tindak

Cite This Article:

Nor Aimi Harun & Fauziah Md. Jaafar. 2019. Memahami strategi daya tindak (*coping strategy*) dalam kalangan murid-murid prasekolah orang Asli. *BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences* 1(4): 001-009.

Pengenalan

Stres merupakan salah satu risiko kesihatan mental yang melibatkan semua peringkat usia termasuk dalam kalangan kanak-kanak di peringkat prasekolah. Hal ini berdasarkan laporan terkini Kementerian Kesihatan Malaysia, (2008) menunjukkan masalah kesihatan mental stres yang dihadapi oleh kanak-kanak dan remaja semakin meningkat jumlahnya. Berdasarkan kajian Kementerian Pendidikan Malaysia dengan kerjasama Kementerian Kesihatan Malaysia, melalui projek rintis Program Minda Sihat Menangani Stres dalam kalangan murid sekolah

¹ Universiti Utara Malaysia, Kedah, Malaysia.

Corresponding Author:

Fauziah Md. Jaafar, Universiti Utara Malaysia, Kedah, Malaysia.
E-mail: mjfauziah@uum.edu.my

telah menunjukkan peningkatan masalah kesihatan mental dalam kalangan pelajar di negara ini sekitar 15 hingga 16 peratus lebih tinggi berbanding tahun-tahun sebelumnya. Melalui program tersebut, seramai 6,540 orang murid telah disaring dan sebanyak 17.1 peratus murid-murid sekolah terpilih mengalami tanda-tanda keresahan yang teruk, manakala 5.2 peratus dari murid-murid tersebut mengalami kemurungan yang teruk dan 4.8 peratus murid didapati mengalami masalah stres yang teruk (*Utusan Malaysia*, 2011), (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2011). Dapatan tersebut juga selari dengan laporan NHMS (Laporan Kajian Morbiditi dan Kesihatan Kebangsaan, 2016) yang menunjukkan pola peningkatan jumlah pelajar sekolah yang dikesan mengalami stres.

Berdasarkan rujukan kajian terdahulu, banyak kajian yang telah meneroka tentang fenomena stres seperti faktor penyumbang dan kesannya. Keadaan ini terbukti berdasarkan tumpuan kajian yang dijalankan oleh Nor (2011) terhadap aspek sekolah dan guru sebagai penyumbang stres dalam kalangan awal remaja dan kanak-kanak. Kajian penyelidikan luar negara seperti March, Jackson, (1993), Gunnarsdóttir, (2014), Ritchie, (2010) mendapati banyak faktor yang menyumbang kepada stres seperti persekitaran keluarga, rakan, sekolah, dan sosial budaya yang menimbulkan tekanan dan cabaran kepada golongan kanak-kanak di peringkat awal persekolahan.

Sumber luar yang memberi tekanan hadir dalam dua bentuk sama ada yang boleh diramal seperti permulaan hari pertama sekolah, dan tidak dapat diramalkan (contohnya, kehilangan orang yang disayangi). Rangsangan sumber luar yang menyerang kanak-kanak biasanya akan menimbulkan tekanan kepada kanak-kanak kerana mereka masih belum mempunyai kemahiran untuk berinteraksi atau bertindak balas terhadap rangsangan tersebut. Dari aspek positif, cabaran-cabaran ini menyediakan peluang pengalaman baharu kepada kanak-kanak untuk belajar mengatasi atau berkompromi dengan halangan-halangan tersebut.

Dalam berhadapan dengan situasi yang mencabar, kanak-kanak biasanya akan berinteraksi dengan individu dewasa yang terhampir dan mempelajari tentang bagaimana mereka mengatasi rangsangan stres. Proses pengamatan dan peniruan tersebut adalah langkah asas dalam membangunkan kemahiran atau strategi daya tindak individu. Strategi daya tindak adalah mekanisme kemahiran dan pengalaman tentang bagaimana menguruskan tekanan secara berkesan, mengawal emosi, dan membangunkan sosial, tingkah laku, dan sumber daya kognitif yang diperlukan untuk berhadapan dengan sumber stres.

Menurut Smith, Eisenberg, Spinrad, Chassin, Morris, Kupfer, Liew, Cumberl, Valiente dan Kwok,(2006), strategi daya tindak adalah satu usaha yang konstruktif sebagai banteng atau penghalang kepada pengalaman stres. Definisi tersebut dijelaskan lagi oleh Maguire, (2012), bahawa strategi daya tindak sebagai usaha perubahan kognitif dan tingkah laku yang konsisten dalam usaha untuk mengawal atau menguruskan segala permintaan external atau internal secara spesifik yang muncul atau mengganggu sumber individu.

Kemahiran strategi daya tindak amat penting dibangunkan oleh kanak-kanak untuk mengatasi atau berkompromi dengan persekitaran bertujuan untuk memastikan kelangsungan hidup. Kehadiran dan sokongan dari pelbagai pihak seperti penjaga, guru dan individu persekitaran yang sensitif dan responsif boleh membantu melengkapkan kanak-kanak dengan pengetahuan strategi daya tindak yang diperlukan untuk menangani serangan stres dalam keadaan cara yang sihat.

Pernyataan Masalah

Fenomena stres sering kali menjadi topik perbincangan dalam kalangan penyelidik-penyelidik psikologi. Banyak kajian-kajian stres yang telah membincangkan tentang stres dari pelbagai skop dan peringkat usia seperti golongan dewasa, remaja, pelajar sekolah menengah dan rendah di kawasan urban. Kebanyakan sampel yang terlibat juga meliputi pelbagai kategori seperti ibu bapa, pentadbir, guru, pelajar sekolah menengah dan murid-murid sekolah rendah. Salah satu contoh adalah penyelidikan yang dilakukan Tajulashikin, Fazura dan Mohd Burhan (2013), yang melihat tekanan persekitaran sebagai punca stres terhadap guru-guru yang mengajar sekolah rendah mubaligh di kawasan urban. Kajian-kajian Norly (2010), Nor (2011), Puvarasi (2013) dan Fariza (2005) juga mempunyai skop yang sama apabila turut membincangkan tentang faktor stres terhadap pelajar sekolah menengah dan rendah di kawasan urban dan pinggir urban.

Melihat kepada ketaasuban penyelidik-penyelidik terdahulu terhadap kajian stres yang berkait dengan faktor penyumbang, kesan dan ciri-ciri stres di kawasan urban telah menyebabkan wujudnya kelompangan kajian dalam aspek strategi daya tindak (*coping skills*) dalam kalangan orang asli di pendalaman. Hal ini terbukti apabila kajian berkaitan strategi daya tindak stres dalam kalangan kanak-kanak prasekolah orang asli masih belum ditemui dan diperbincangkan secara meluas. Oleh itu, terdapat keperluan mendesak untuk mentadbirkan kajian ilmiah berkaitan strategi daya tindak stres melibatkan golongan minoriti yang tinggal di pendalaman. Keperluan kajian tersebut mempunyai justifikasi yang tinggi berdasarkan insiden kematian lima daripada tujuh murid-murid orang asli yang melarikan diri ke dalam hutan akibat kegagalan untuk berkompromi dengan perasaan *anxiety* dan trauma (Mazlan, 2015).

Kejadian tersebut menunjukkan kajian-kajian ilmiah berkaitan strategi daya tindak dalam kalangan kanak-kanak prasekolah orang asli di pendalaman masih belum diteroka dan diperbincangkan sepenuhnya. Isu ini memerlukan pemahaman dan kesedaran semua pihak tentang bahaya stres dalam kalangan kanak-kanak orang asli. Kekaburan tentang strategi daya tindak yang berlaku dalam kalangan kanak-kanak orang asli amat penting diterokai dan difahami.

Berdasarkan itu, tujuan penyelidikan ini dijalankan bagi memahami strategi daya tindak yang dilakukan oleh kanak-kanak prasekolah orang asli untuk menangani atau berkompromi terhadap rangsangan stres yang dihadapi. Langkah-langkah pemahaman tentang strategi daya tindak yang berkait dengan strategi kawalan stres adalah penting untuk diterokai dan diperbincangkan. Hal ini kerana, impak stres terhadap kanak-kanak boleh membawa kemudaratan dan mengganggu perkembangan kesihatan psikologi serta fisiologi (Lazányi, 2012).

Objektif

Kajian kualitatif bertujuan memahami strategi daya tindak stres yang dilakukan oleh kanak-kanak prasekolah orang asli.

Metodologi

Reka bentuk kajian kualitatif telah digunakan dalam kajian ini bagi memahami strategi daya tindak yang digunakan oleh kanak-kanak prasekolah orang asli sewaktu berhadapan dengan stres. Hal ini kerana reka bentuk kualitatif dapat membantu penyelidik meneroka dan memahami sesuatu fenomena secara terperinci (*in-depth*) (Fraenkel dan Wallen, 2000). Kesesuaian kualitatif dengan keperluan kajian adalah disebabkan reka bentuk ini bersifat 'terbuka' dan berkembang. Creswell, (2013) turut menyatakan bahawa metode ini dapat membantu penyelidik memahami sesuatu fenomena dengan jelas kerana ianya bergerak dalam persekitaran semula jadi (*natural setting*) dan meneroka berdasarkan pandangan partisipan (*participant views*).

Bagi merealisasikan penyelidikan yang bersifat penaakulan induktif, kaedah kajian kes kualitatif telah diaplikasikan dalam kajian ini. Kaedah kajian kes amat bertepatan kerana ianya berbentuk penghuraian secara holistik yang dapat memberikan penjelasan secara mendalam berdasarkan bukti yang diperoleh. O'Leary (2004) Braun dan Clarke, (2013) dan Chism et. al., (2008) sepakat menyatakan kajian kes dapat melihat permasalahan secara 'bottom up' yang merujuk kepada penerokaan sesuatu persoalan atau pernyataan yang kecil dan berkembang serta bersifat terbuka.

Bagi melengkapkan penyelidikan kajian kes ini, alat instrumen pengumpulan data seperti temu bual, pemerhatian dan analisis dokumen telah digunakan. Penggunaan instrumen tersebut amat penting untuk meneroka dan memahami secara mendalam sesuatu peristiwa berdasarkan pandangan peserta kajian. Ini bertepatan dengan pandangan Clarke dan Creswell (2015), Patton (1990), Creswell, (2013) bahawa satu set produser mengutip data menggunakan instrumen temu bual, pemerhatian dan dokumen sebagai keperluan utama dalam penyelidikan berbentuk kajian kes kerana diyakini dapat memahami masalah dalam suatu fenomena dari perspektif peserta kajian.

Perisian Nvivo telah digunakan sebagai alat untuk membantu proses analisis transkripsi data bagi mengenal pasti tema-tema yang diperoleh dari instrumen yang berkaitan bagi memahami bentuk strategi daya tindak yang diamalkan oleh kanak-kanak orang asli sewaktu berhadapan dengan stres. Creswell, (2005) turut menyarankan penggunaan program perisian untuk analisis data bagi proses melabel, pengekodan, menyusun dan memudahkan penyimpanan.

Dalam kajian ini, sampel bertujuan (*purposeful sampling*) telah digunakan untuk mendapatkan sampel yang paling sesuai dan bertepatan dengan keperluan kajian. Oleh itu, kajian yang dijalankan hanya melibatkan seorang kanak-kanak prasekolah orang asli yang telah dikenal pasti mengalami stres di tahap 73 mata berdasarkan ujian pengukuran stres *Child and Adolescent of Experiences* (CASE). Menurut Cohen, Manion, Morrison, (2007) sampel bertujuan yang spesifik dan bertepatan (*specific purpose*) amat penting dalam kajian kes kerana ia dapat membantu memahami fenomena secara mendalam dan teliti.

Dapatan

Berdasarkan dapatan kajian, kanak-kanak prasekolah orang asli telah didapati melakukan tindakan Onychophagia (menggigit kuku) sebagai salah satu strategi daya tindak untuk berhadapan dengan rangsangan stres. Tingkah laku tersebut telah terbukti melalui pemerhatian dan temu bual pengakuan guru bahawa responden sering melakukan tindakan Onychophagia (menggigit kuku) apabila menerima rangsangan apabila diminta menjawab atau menyelesaikan sesuatu aktiviti akademik di dalam kelas: *...dia diam keras macam tu jer laa..lepas tu gigit kuku...(G)*

Pengumpulan data yang dilakukan melalui rekod pemerhatian dalam tempoh tiga minggu bermula dari 2/10/2017 hingga 20/10/2017 melibatkan enam kali aktiviti pemerhatian pada beberapa skala masa yang berlainan seperti sebelum dan selepas waktu rehat. Dalam pemerhatian yang dijalankan, tindakan Onychophagia berlaku apabila terdapat rangsangan dari guru berbentuk soalan lisan. Tingkah laku tersebut telah dikenal pasti dalam beberapa situasi seperti menunggu giliran atau menjawab sesuatu soalan dari guru. Tindakan Onychophagia semakin ketara apabila guru memberikan rangsangan negatif seperti tekanan vokal, kutukan dan hukuman fizikal kepada kegagalan murid dalam sesi pembelajaran.

Tindakan Onychophagia telah dilakukan oleh responden sewaktu berada dalam keadaan bimbang dan tertekan untuk menjawab soalan yang diajukan oleh guru. Dalam beberapa situasi, tindakan Onychophagia sering kali mendapat teguran dan hukuman dari guru. Hukuman fizikal yang sering dilakukan oleh guru terhadap tingkah laku Onychophagia adalah dengan mengetuk jari responden dengan pembaris. Keadaan ini menimbulkan perasaan takut dan memberontak apabila ada responden hanya mendiamkan diri dan diikuti dengan melakukan tindakan menggigit kuku (Onychophagia) tanpa mempedulikan tindak balas atau hukuman guru.

Dalam situasi tersebut, responden dilihat begitu 'khusyuk' melakukan aktiviti menggigit kuku tanpa mempedulikan arahan guru. Keadaan ini memberikan justifikasi bahawa beliau amat 'selesa' dan mendapat ketenangan sewaktu melakukan tindakan Onychophagia.

Dalam pemerhatian yang dijalankan, kesan positif yang telah diperolehi oleh responden hasil dari tindakan onychophagia adalah terhapusnya tindakan guru yang tidak meneruskan sesi soal jawab terhadap responden. Guru dilihat mengalih atau menyasarkan arah soalan kepada murid yang lain dengan alasan '*...menjimatkan masa...*', apabila responden terlalu menumpukan kepada aktiviti menggigit kuku tanpa memberi sebarang tindak balas kepada soalan guru. Hal ini secara tidak langsung telah memberi 'kemenangan' kepada responden apabila tidak lagi diasak dengan rangsangan guru. Lanjutan dari terhapusnya rangsangan dari guru, responden didapati tidak lagi meneruskan tingkah laku Onychophagia.

Perbincangan

Onychophagia merupakan tingkah laku automatik yang dilakukan oleh kanak-kanak tersebut sebagai salah satu strategi daya tindak terhadap serangan stres. Ini kerana masalah Onychophagia merupakan manifestasi stres yang dihadapi oleh seseorang individu dan juga sebagai salah satu mekanisme strategi daya tindak. Hal ini bertepatan dengan pandangan Downey, (2009) dan Hsu, (2018) bahawa salah satu fungsi strategi daya tindak adalah satu

cubaan untuk mengawal, menguasai, mengurangkan atau berkompromi dengan rangsangan stres secara kognitif dan behavioral, tidak kira sama ada percubaan tersebut bermanfaat atau tidak.

Onychophagia adalah tindakan menggigit kuku dan tisu-tisu lembut di sekitar kuku dan ia merupakan masalah kawalan impulse (*an impulse control disorder*) dan ianya adalah tingkah laku automatik (*an automatic behaviour*) dalam situasi yang dirasakan menekan (Pacan, Grzesiak, Reich, Janiec dan Szepietowski, 2014).

Dapatan kajian menunjukkan tindakan Onychophagia berlaku sewaktu berhadapan dengan rangsangan stres apabila guru sering memberi provokasi dalam bentuk teguran vokal dan hukuman fizikal sewaktu aktiviti pembelajaran. Keadaan tersebut menimbulkan perasaan bimbang dan tertekan terhadap responden. Keadaan ini menimbulkan perasaan takut dan sifat memberontak apabila responden bertindak balas dengan hanya mendiamkan diri sambil melakukan tindakan menggigit kuku (Onychophagia) tanpa mempedulikan soalan dan hukuman guru.

Berdasarkan perbincangan dapatan yang telah dihuraikan, jelas difahami bahawa tindakan habit spontan menggigit kuku yang dilakukan oleh responden adalah merupakan salah satu strategi daya tindak yang dilakukan ketika berhadapan dengan stres. Hal ini kerana, Onychophagia dapat memberikan rasa pelepasan atau melahirkan *feeling of pleasure* sebagai tindak balas kepada kegelisahan emosi dalaman. Dalam keadaan ini, responden cuba membawa titik fokus kegelisahan kepada aktiviti menggigit kuku atau Onychophagia sebagai salah satu cara pelepasan atau menenangkan diri (*self-soothing*) sewaktu berada dalam keadaan tertekan.

Terdapat dua potensi Onychophagia sebagai strategi daya tindak. Potensi pertama yang dapat difahami adalah mekanisme strategi daya tindak berbentuk Onychophagia merupakan salah satu cara perlegaian stres sewaktu berhadapan dengan tekanan, kebimbangan, atau emosi yang terganggu sewaktu aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dijalankan oleh guru di dalam kelas.

Potensi kedua melihat Onychophagia sebagai mekanisme alih tumpu (*divert*) atau *escapism* daripada situasi yang mendesak. Tindakan Onychophagia sebagai *divert* yang dilakukan bertujuan untuk mengalihkan tumpuan terhadap rangsangan stres dilihat berkesan sebagai salah satu strategi daya tindak apabila guru tidak melanjutkan penyoalan atau rangsangan terhadap responden, tetapi meneruskan aktiviti pembelajaran kepada murid yang lain bagi menjimatkan masa dan mencapai objektif pengajaran pada waktu itu. Situasi ini menunjukkan bahawa terdapat unsur berkompromi yang berlaku antara kesan Onychophagia dan sumber stres.

Berdasarkan itu, strategi daya tindak yang telah dikenal pasti dalam kajian ini adalah satu set tingkah laku yang dilakukan oleh kanak-kanak orang asli sebagai usaha untuk menguruskan situasi stres.

Onychophagia sebagai salah satu mekanisme daya tindak telah banyak dibincangkan penyelidik-penyelidik seperti Sachan dan Chaturvedi, (2012), Salaria, Shah, Shah, Salaria (2017), Downey, (2009), Fields dan Prinz (1997). Dalam aspek ini, Fields dan Prinz (1997) menerangkan tindakan Onychophagia merupakan percubaan kognitif untuk meminimumkan atau menafikan ancaman, manakala percubaan tingkah laku (*behavioral*) adalah cubaan untuk melarikan diri atau mengelakkan dari berhadapan dengan sumber stres. Ianya lebih kepada tindakan tingkah laku bagi melepaskan tekanan (*relieving tension*) untuk menyatakan emosi.

Sachan dan Chaturvedi, (2012), telah membuktikan bahawa Onychophagia merupakan salah satu strategi daya tindak berbentuk perlegaian stres atau *self-soothing* yang biasa dilakukan oleh individu yang berada dalam keadaan tertekan. Pendapat ini sokong melalui kajian klinikal yang dijalankan oleh Salaria, Shah, Shah, Salaria (2017) menunjukkan perbandingan kadar tekanan (*tension*) menurun kepada 40 peratus selepas melakukan aktiviti menggigit kuku (Onychophagia). Bukti Onychophagia sebagai strategi daya tindak yang berkesan dapat dilihat juga melalui kajian Pacan, Grzesiak, Reich, Janiec dan Szebietowski, (2014), yang menunjukkan tahap tekanan (*tension*) sebelum menggigit kuku adalah sebanyak 65.7 peratus, dan menurun kepada perasaan yang melegakan (*feelings of pleasure*) selepas menggigit kuku adalah 42 peratus.

Hal ini bertepatan dengan pandangan Downey, (2009) dan Hsu, (2018) bahawa Onychophagia yang dilakukan adalah satu cubaan untuk mengawal, menguasai, dan mengurangkan rangsangan stres tanpa menyedari percubaan tersebut bermanfaat atau tidak. Mereka turut menekankan bahawa individu yang berlainan akan menggunakan strategi daya tindak yang berbeza, bagi mengatasi masalah yang berbeza dalam masa yang berbeza.

Walau pun Salaria, Shah, Shah, Salaria (2017) bersetuju bahawa Onychophagia adalah salah satu bentuk strategi daya tindak yang berkesan untuk mengurangkan tekanan, namun tingkah laku tersebut hanya dapat memberi perasaan kelegaan dalam jangka pendek dan tidak menyelesaikan masalah yang dihadapi. Menurut mereka, kesan tindakan Onychophagia hanya bersifat sementara, iaitu '*a feeling of temporary pleasure*' sahaja. Hal ini telah menyebabkan responden lebih kerap melakukan onychophagia bagi mencari kesan kelegaan atau perasaan menyenangkan secara berterusan, dan ini menyebabkan habit tersebut menjadi berulang dan meneguhkan tingkah laku. Berdasarkan pandangan ahli psikologi tingkah laku melalui Modifikasi Tingkah Laku Skinner, pemerolehan sesuatu yang positif atau hasil yang menyenangkan dari sesuatu tingkah laku akan menyebabkan kebarangkalian sesuatu tingkah laku itu diulangi adalah tinggi (Labrador, 2004). Hal ini berkemungkinan mendorong responden lebih kerap melakukan Onychophagia bagi mencari kesan kelegaan/menyenangkan secara berterusan dan ini menyebabkan habit tersebut menjadi berulang dan berlaku peneguhan tingkah laku, walau pun mendapat bantahan dari guru. Selain itu, tingkah laku Onychophagia ini boleh memberi kesan kesihatan berhadapan anggota badan apabila terdapat kerosakan tisu-tisu lembut sehingga boleh memberikan kesan jangkitan bakteria (Hsu, 2018).

Kesimpulan

Secara keseluruhan, kajian mendapati Onychophagia adalah tingkah laku yang dilakukan oleh responden sebagai salah satu strategi daya tindak (*coping skills*) sewaktu berhadapan dengan stres. Dalam kontak ini, tindakan Onychophagia telah digunakan sebagai salah satu mekanisme menenangkan diri atau *self-soothing* untuk mengatasi tekanan atau emosi yang terganggu. sewaktu aktiviti pengajaran dan pembelajaran yang dijalankan oleh guru di dalam kelas.

Namun, tindakan Onychophagia sebagai strategi daya tindak dilihat membawa kesan negatif dari aspek gangguan, kecederaan psikologi dan fizikal. Oleh itu satu usaha secara kolektif haru digerakkan oleh semua pihak bagi membantu kanak-kanak prasekolah orang asli yang mengalami stres dapat membangunkan strategi daya tindak berbentuk positif sewaktu berhadapan dengan stres. Kanak-kanak orang asli yang berhadapan dengan sumber stres harus

dibimbing untuk mengamalkan strategi tindak berbentuk pencapaian kawalan sendiri positif melalui kebolehan menyelesaikan masalah (*problem solving*) secara terkawal dan terancang melalui penstrukturan kognitif, kawalan gangguan realistik dan sikap positif

Rujukan

- Braun, V. & Clarke, V. 2013. *Successful qualitative research*. London: SAGE Publications
- Chism, N.V., Douglas, E. and Hilson, W.J. (2008). *Qualitative research basic. A guide for engineering education*. Indianapolis: Rigoros Research in Engineering Education.
- Clark, I. P and Creswell, J. W. 2015. *Understanding Research*. New Jersey: Pearson Education.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison, K. 2007. *Research methods in education*. London and New York: Routledge Group.
- Creswell, J. W. 2013. *Qualitative inquiry & research design*. Thousand Oaks, California: SAGE Publications.
- Downey, L. 2009. *From isolation to connection: A guide to understanding and working with traumatised children and young people*. Victoria, Australia: The Child Safety Commissioner.
- Fariza Md. Sham. 2005. *Tekanan emosi remaja islam*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Fields, L. and Prinz, R. J. 1997. Coping and adjustment during childhood and adolescence. *Clinical Psychology Review*. Vol. 17 (8).937-976
- Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E. 2000. *How to design & evaluate research in education*. Boston: McGraw Hill.
- Gunnarsdottir, H. R. 2014. *Parental time pressure and financial stress-challenges for mental health of nordic children and adolescents*. Gothenburg, Sweden: University of Gothenburg.
- Hsu, T.D. 2018. Untethered: A primer on social isolation. Retrieved from readUntethered.com
- Kementerian Kesihatan Malaysia. 2008. *Psychiatric Morbidity: A report of the third national health and morbidity survey, 2006*. Kuala Lumpur: Institut of Public Health.
- Kementerian Pendidikan Malaysia. 2011. *Garis panduan pelaksanaan minda sihat menangani tekanan emosi (stres) dalam kalangan murid sekolah di Malaysia*. Putrajaya: Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Labrador, F. J. 2004. Skinner and the rise of behavior modification and behavior therapy. *The Spanish of Psychology*. 7(2), 178-187.
- Laporan Kajian Morbiditi dan Kesihatan Kebangsaan. (2016, Januari 28). Kanak-kanak mengalami sakit mental. Retrieved from [Utusan online: www.utusanonline.com.my](http://utusanonline.com.my)
- Lazányi, K 2012. Stress and the means of coping in organisations: *10th international conference on management, enterprise and banchmaking (pp.8-16)*. Budapest, Hungary: MEB
- Maguire, K.C. (2012) *Stress and coping in families*. Malden, USA: Polity Press.
- March, J. S and Jackson, L. A. 1993. Post-traumatic stress disorder in children and adolescents. *The National Center for PTSD*. Vol. 4 (4), 1-8.
- Mazlan Lazim. 2015. Kisah sebenar tragedi kehilangan murid orang asli. Retrieved from [BHonline: www.bharian.com.my](http://bhonline.com.my)

- Merriam, S. B. 1998. *Qualitatif research and case study applications in education*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Nor Aimi Harun. 2011. *Fenomena stres dalam kalangan kanak-kanak berbakat*. Tanjung Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Norly Jamil. 2010. Tingkahlaku emosi kanak-kanak dan ekspresi emosi ibubapa. *Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education: Join Conference UPI & UPSI (pp. 1-11)*. Bandung, Indonesia: UPSI.
- O'Leary, Z. 2004. *The Essential Guide to doing research*. London: SAGE Publications .
- Pacan P., Grzesiak M., Reich A., and Szepletowski J. C. (2014). Onychophagia and onychotillomania: Prevalence, Clinical Picture and Comorbidities. *Acta Derm Venereol* 2014.94, 67-71.
- Patton, M. Q. 1990. *Qualitative evolution and research methods*. Newbury Park London: Sage Publications.
- Patton, M. Q. 2002. *Qualitative research & evaluation methods*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Puvarasi Elamurugan. 2013. *Hubungan stres dengan personaliti tingkahlaku devian dan daya coping di kalangan pelajar sekolah menengah Daerah Johor Baharu*. Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.
- Ritchie, M. 2010. The social effects of nicknames, early childhood education and care. *The 4th ECEC Research Conference Panel Discussion; (pp. 22-27)*. Japan: Child Research Net (CRN).
- Sachan, A., Chaturvedi TP. 2012. Onychophagia (nail biting), anxiety, and malocclusion. *Indian Journal of Dental Research*. Vol.23. (5). 680-682
- Salaria, S., Shah, S., Shah, P., Salaria, O. 2017. Onychophagia-A case report. *South East Asia Journal of Medical Sciences*. Vol.1 (1), 13-15.
- Smith, Eisenberg, Spinrad, Chassin, Morris, Kupfer, Liew, Cumberl, Valiente & Kwok. 2006. children's coping strategies and coping efficacy: Relations to parent socialization, child adjustment. *Development and Psychopathology: Vol.18*. 445-469
- Tajulashikin Jumahat, Fazura Mohd Noor & Mohd Burhan Ibrahim. 2013. Faktor-faktor penentu stres dalam kalangan guru: sekolah rendah mubaligh di Kuala Lumpur. *JuKu: Jurnal Kurikulum dan Pengajian Asia Pasifik*. Bil.1 (2), 1-11.
- Tellis, W. M. 1997. Application of a case study methodology. *The Qualitative Report*. Vol 3. no.3, 1-19.
- Utusan Malaysia. 2011. *Atasi masalah keciciran orang asli*. Kuala Lumpur: Utusan Publications.
- Yin, R. K. 2003. *Case study research design and methods (3 rd edition)*. California: Sage Publications.