

PENGLIBATAN DALAM AKTIVITI BAGI MENGURANGKAN MASALAH TINGKAH LAKU HIPERAKTIF

Yusop Malie, Fatimah Az-Zahra, Nur Farhana Kamel, Nurulain Pusa, Ririn Yiichasiani, Sabariah Ahmad
Institut Pendidikan Guru Kampus Batu Lintang, Kuching Sarawak, Malaysia
malieyusop@yahoo.co.uk

Abstract

The purpose of this study was to investigate the behaviour problems of trainees in Community-Based Rehabilitation (CBR) related to hyperactive. This study involved a trainee named Fariz from one of the Community-Based Rehabilitation. Observation method was used in this study to be recorded for two weeks about the hyperactive behaviour shown. Various activities were held to find out how the impact of the trainee's involvement in order to maintain his focus span. The finding of this study shows that there was a positive feedback regarding the less hyperactive behaviour shown by the trainee when given a role or work. This study also recommended other suggestions to reduce the hyperactive behaviors among children with learning disabilities.

Keywords

hyperactive, special education, learning disabilities, Community-Based, Rehabilitation

1 PENGENALAN

Orang Kurang Upaya (OKU) boleh dikatakan sebagai salah satu daripada kumpulan minoriti mengikut populasi di Malaysia. Menurut World Health Organization (WHO), terdapat 7% populasi di negara ini yang mengalami masalah ketidakupayaan dan kira-kira 2% memerlukan rawatan pemulihan. Melalui statistik daripada Jabatan Kebajikan Masyarakat pada tahun 2006, dicatatkan bahawa seramai 197,519 orang telah berdaftar sebagai OKU. Bertitik tolak kepada analisis data daripada Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM), kita tidak dapat menafikan bagaimana pendidikan khas memberi kesan yang besar khususnya dalam dunia pendidikan. Pendidikan khas ini merangkumi tiga kategori iaitu masalah pendengaran, masalah penglihatan, dan masalah pembelajaran. Menurut Kirk et.al. (1989), kanak-kanak hanya dianggap sebagai kanak-kanak khas apabila terdapat keperluan bagi mengubahsuai program pendidikan.

Kajian ini berfokus kepada masalah hiperaktif atau lebih dikenali sebagai Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) yang tergolong dalam kategori masalah pembelajaran. Masalah hiperaktif memiliki tiga ciri-ciri yang ketara iaitu tumpuan yang singkat, impulsif dan hiperaktif. Secara amnya, simptom berikut boleh mengesahkan bahawa kanak-kanak mempunyai masalah hiperaktif seperti gagal berlari ataupun memanjat sebarang

objek ataupun perabot tanpa terkawal, sukar duduk dengan tenang, bergerak secara berlebihan, dan senantiasa aktif sepanjang masa (Jamila, 2006).

1.1 Pernyataan Masalah

Masalah ADHD yang ketara ditunjukkan oleh peserta kajian ialah hiperaktif. Pusat Pemulihan Dalam Komuniti (PDK) bertindak sebagai sebuah institusi pendidikan dan pemulihan bagi orang kurang upaya terutamanya yang bermasalah pembelajaran seperti hiperaktif ini. Menurut Noriati *et.al.* (2009), teori behavioris yang menyatakan bahawa "tingkah laku manusia dapat dikawal dan diramal". Pernyataan ini berkait rapat dengan objektif kajian kes ini bagi mengurangkan tingkah laku hiperaktif peserta kajian dalam tempoh yang ditetapkan. Secara umumnya, individu yang menunjukkan masalah hiperaktif memerlukan perancangan aktiviti yang sesuai bagi mengekalkan tumpuan mereka. Aktiviti perlulah menarik agar mereka tidak cepat bosan. Petugas PDK sebolehnya telah mengetahui bagaimana rutin harian dan pengawalan tingkah laku yang berkesan kepada pelatih tersebut. Petugas PDK lebih mengenali pelatih PDK yang hiperaktif secara mendalam kerana lebih banyak masa mereka bersama para pelatih.

Bagi National Institute of Health (2003), definisi ADHD secara mendalam adalah *ADHD refers to a family of related chronic neurobiological disorders that interfere with an*

individual's capacity to regulate activity level (hyperactivity), inhibit behavior (impulsivity), and attend to tasks (inattention) in developmentally appropriate ways. Masalah hiperaktif ini perlu diberi perhatian dan dikawal supaya tingkah laku yang negatif dapat dikurangkan secara positif. Tingkah laku yang sukar dikawal akan mendatangkan kesan yang serius terhadap pencapaian akademik dan penglibatan sosial dengan komuniti setempat.

1.2 Tujuan Kajian

Kajian dilaksanakan bagi meninjau sejauh mana masalah tingkah laku hiperaktif memberi kesan kepada persekitaran sekeliling, terutamanya kepada rakan-rakan pelatih PDK yang lain di pusat PDK. Theneur & Wheeler (2005) melalui kajiannya telah menyatakan terdapat hipotesis bahawa individu yang dapat mengawal diri sendiri dilihat lebih gembira, pencapaian akademik yang produktif dan dapat menunjukkan tingkah laku dalam aktiviti sosial dengan cara yang sebetulnya. Secara amnya, objektif kajian ini adalah untuk :

- i. mengenal pasti ciri-ciri tingkah laku hiperaktif;
- ii. mengemukakan beberapa aktiviti yang sesuai bagi kawalan tingkah laku secara berkesan; dan
- iii. melihat perbandingan tingkah laku hiperaktif sebelum dan selepas galakan penglibatan dalam aktiviti dilaksanakan.

2 TINJAUAN LITERATUR

Masalah pembelajaran melibatkan ADHD bukanlah suatu isu yang baharu dalam pendidikan khas. Pengenalpastian masalah ini secara jelas dikesan melalui kajian di Amerika Syarikat yang mencatatkan populasi tertinggi bagi kanak-kanak yang dikenal pasti mengalami masalah ADHD yang meningkat sebanyak 500% daripada tahun 1990 hingga 1998 (Dunne, 2000). Ciri-ciri hiperaktif memang tidak dapat dipisahkan dengan ADHD. Tileston (2004) telah membuat kajian dan menyatakan bahawa kanak-kanak hiperaktif tidak dapat duduk diam dan sentiasa mencari alasan untuk meninggalkan tempat duduk mereka semasa sesi pembelajaran di dalam kelas. Mereka turut dikesan sukar untuk berhenti bercakap dan masalah utama ialah duduk di satu tempat dan mendengar secara fokus.

Woolfolk & Margetts (2007) mencadangkan satu bentuk terapi untuk kanak-kanak tersebut menggunakan kekuatan dalam dirinya bagi mengawal masalah hiperaktif. Beliau mencadangkan guru menggunakan masa yang sesuai semasa kanak-kanak dapat memberi perhatian untuk menguasai diri dan tingkah laku mereka. Penglibatan ibu bapa dan komuniti setempat adalah penting bagi memudahkan kawalan tingkah laku hiperaktif, bukan semata-mata diletakkan pada bahu pihak pentadbir sekolah, pusat PDK, dan institusi berkaitan. Kajian oleh Johnson (2009) yang menyatakan bahawa pengurusan pendidikan khas perlu dilakukan oleh individu yang benar-benar mempunyai kemahiran dan pengetahuan dalam bidang berkaitan.

3 KAEDAH KAJIAN

Seorang pelatih di pusat PDK yang berumur 20 tahun telah dipilih sebagai peserta kajian berdasarkan tingkah laku hiperaktif yang ketara. Terdapat tiga kaedah utama yang telah digunakan dalam kajian ini. Kaedah pertama ialah pemerhatian. Pemerhatian merupakan titik tolak kepada pemilihan peserta kajian sebagai isu yang diketengahkan dalam kajian kes ini semenjak kali pertama pengkaji menjejaskan kaki ke PDK ini untuk melaksanakan program khidmat masyarakat. Proses pemerhatian dilakukan bermula apabila Fariz telah mengganggu pelatih-pelatih PDK yang lain semasa aktiviti perkebunan dijalankan. Tingkah laku Fariz ini telah memberi kesan kepada warga PDK yang lain. Sehubungan itu, pengkaji telah memberi galakkan kepada Fariz untuk melibatkan diri secara maksimum dalam beberapa aktiviti dan merekod kejayaannya bagi mengurangkan tingkah laku hiperaktif apabila sesuatu tugas diberikan kepadanya.

Kaedah kedua yang digunakan bagi menguatkan lagi pengumpulan data secara lebih spesifik ialah melalui temubual bersama penyelia dan tiga orang petugas PDK. Kaedah seterusnya ialah menggunakan rekod kekerapan. Rekod kekerapan ini merangkumi catatan pengulangan tingkah laku negatif yang dilakukan oleh peserta kajian. Seterusnya analisis data dibuat untuk banding beza menunjukkan tingkah laku tersebut berkurangan apabila galakan penglibatan secara maksimum diberikan untuk menyertai aktiviti yang dianjurkan oleh pengkaji.

4 DAPATAN KAJIAN

Hasil pemerhatian dan tinjauan mendapati bahawa Fariz sukar untuk duduk di satu tempat dan sering menimbulkan kekacauan kepada pelatih-pelatih PDK yang lain. Berikut merupakan tingkah laku hiperaktif yang ditunjukkan oleh Fariz:

- 1) berjalan atau berlari tanpa terkawal;
- 2) bertukar daripada satu aktiviti ke satu aktiviti yang lain;
- 3) sukar duduk di satu tempat dengan tenang;
- 4) mengganggu pelatih PDK dan para pengkaji dengan sentuhan;
- 5) inginkan perhatian yang lebih; dan
- 6) sentiasa aktif sepanjang masa

Jadual 1 menunjukkan perbandingan ciri-ciri hiperaktif (Jamil, 2006) dengan ciri-ciri yang ada pada Fariz. Pengkaji menyedari bahawa Fariz mempunyai tumpuan singkat tetapi dia amat mudah tertarik dengan benda yang baharu. Pengkaji berusaha memberi galakan kepada Fariz untuk melibatkan diri secara maksimum dalam aktiviti yang dijalankan seperti berikut :

- 1) kraftangan daripada suratkhbar;
- 2) menyertai aktiviti "mini library";
- 3) komunikasi dua hala;
- 4) aktiviti senam seni 1Malaysia; dan
- 5) gotong- royong membersihkan halaman pusat PDK.

Bil.	Ciri – ciri Hiperaktif (Jamila,2006)	Ciri – ciri Hiperaktif Fariz
1.	Berlari ataupun memanjat sebarang objek ataupun perabot tanpa terkawal.	Ciri-ciri ada pada Fariz tetapi Fariz tidak memanjat sebarang objek. Dia hanya berlari sehingga ada satu masa ke jalan raya di hadapan PDK apabila tumpuan padanya tidak diberikan.
2.	Sukar duduk di satu tempat dengan tenang.	Ciri-ciri terdapat pada Fariz.
3.	Bergerak secara berlebihan.	Ciri-ciri terdapat pada Fariz.
4.	Sentiasa aktif sepanjang masa.	Ciri – ciri terdapat pada Fariz.
5.	Bertukar daripada satu aktiviti ke aktiviti yang lain.	Ciri-ciri terdapat pada Fariz. Tugas yang diberikan oleh petugas PDK tidak dilaksanakan dengan baik kerana tertarik dengan tugas oleh pelatih yang lain.
6.	Perlu diberi perhatian yang lebih.	Ciri-ciri terdapat pada Fariz. Dia sentiasa bertanya kepada orang yang baru dikenalnya dengan pelbagai soalan.
7.	Sukar menunggu giliran.	Ciri-ciri terdapat pada Fariz. Ketika aktiviti bacaan buku dilakukan, dia ingin menyertainya dan tidak mahu menunggu giliran.

Jadual 1. Persamaan melalui pemerhatian dan perbandingan ciri-ciri hiperaktif

Rekod kekerapan digunakan untuk melihat bagaimana pengulangan tingkah laku hiperaktif yang ditunjukkan oleh Fariz dalam jangka masa pemerhatian dilakukan. Perekodan peristiwa atau perekodan kekerapan bermaksud jumlah sesuatu tingkah laku diperhatikan dalam tempoh masa yang telah diberikan direkod. Contohnya jumlah berapa kali seorang murid bercakap-cakap dengan kawan semasa waktu mata pelajaran Bahasa Malaysia selama 30 minit. Tingkah laku murid direkod berasaskan kekerapan sebenar, kadar kejadian atau kejadian tersebut dalam peratus peluang sedia ada. Rekod bagi kajian kes ini pula dapat dilihat berdasarkan Jadual 2. Fariz seterusnya

dilibatkan dalam beberapa aktiviti bagi mengekalkan tumpuannya dan memastikan bahawa pelatih-pelatih menerima kehadirannya dengan hati yang terbuka.

4.1 Intervensi

Rajah 1 hingga 3 menunjukkan beberapa penglibatan Fariz dalam aktiviti yang dianjurkan. Tingkah laku hiperaktif dilihat semakin berkurangan terutamanya apabila aktiviti kraftangan dibuat kerana kami dapat melihat kesungguhan yang ada pada dirinya untuk menghasilkan bunga daripada suratkhbar (Rajah 1).

Tingkah Laku Fariz	Kekerapan Kejadian	Masa	Jumlah
berlari atau berjalan tanpa terkawal	/////	0830 – 1230 (4 jam)	5
bertukar daripada satu aktiviti ke satu aktiviti yang lain	////		4
mengganggu pelatih PDK dan para pengkaji dengan sentuhan	////////		8
inginkan perhatian yang lebih	/////		6
sentiasa aktif sepanjang masa	/////		6
sukar duduk di satu tempat dengan tenang	/////		6

Jadual 2. Rekod kekerapan tingkah laku hiperaktif Fariz di pusat PDK

Semasa aktiviti “mini library”, dia berusaha untuk membaca buku cerita yang diberikan apabila melihat pelatih – pelatih yang lain sedang membaca. Walaupun pada hakikatnya Fariz tidak tahu membaca dan apa yang

dibacakan kepada kami langsung tidak difahami, kami tetap memberi galakan kepadanya apabila melihat usahanya untuk mengikuti aktiviti tersebut. Salah seorang dari kami bertindak sebagai tenaga pengajar.



Rajah 1 Penglibatan dalam aktiviti kraftangan daripada surat khabar



Rajah 2 Penglibatan dalam aktiviti "mini library"



Rajah 3 Penglibatan dalam aktiviti tarian

Graves (1983) mendapati bahawa fokus dan tumpuan boleh membantu dalam sesuatu perubahan tingkah laku. Buktinya, apabila Fariz dapat mengekalkan tumpuannya terhadap aktiviti yang dilaksanakan, dia mampu mengurangkan tingkah laku hiperaktif yang memberi kesan terhadap pelatih-pelatih yang lain.

Jadual 3 menunjukkan perbandingan kekerapan tingkah laku hiperaktif sebelum dan selepas intervensi dilaksanakan. Pengurangan tingkah laku adalah amat ketara dan kesan positif ini perlu diteruskan supaya Fariz dapat mengawal diri sendiri pada masa akan datang.

Bil.	Tingkah Laku Fariz	Kekerapan Kejadian sebelum intervensi	Kekerapan kejadian selepas intervensi	Jumlah pengurangan
1.	berlari atau berjalan tanpa terkawal	////	//	3
2.	bertukar daripada satu aktiviti ke satu aktiviti yang lain	////	/	3
3.	mengganggu pelatih PDK dan para pengkaji dengan sentuhan	////////	////	4
4.	inginkan perhatian yang lebih	//////	////	2
5.	sentiasa aktif sepanjang masa	////////	///	3
6.	sukar duduk di satu tempat dengan tenang	////////	////	2

Jadual 3. Perbandingan sebelum dan selepas intervensi

5 CADANGAN PEMULIHAN

Antara cadangan lain bagi mengurangkan tingkah laku hiperaktif adalah seperti berikut :

- 1) peneguhan sosial-berikan peneguhan jika murid menunjukkan tingkah laku positif supaya dia dapat mengingat dan mengamalkannya pada masa akan datang. Hal ini boleh memberikan rangsangan kepadanya untuk menjadikan tingkah laku positif sebagai rutin harian.
- 2) terapi main-bertujuan untuk mengurangkan masalah tingkah laku, meningkatkan komunikasi, persefahaman dan ekspresi verbal, mampu menilai diri sendiri, meningkatkan kepercayaan mempercayai seseorang, dan merawat gangguan perkembangan normal. Nad (2011) menerangkan bahawa terapi main adalah suatu terapi interaksi

sosial yang menyediakan kesempatan untuk belajar keterampilan sosial-emosional dan meningkatkan ketahanan emosional.

Kajian ini dilaksanakan bagi memberikan tumpuan kepada pengurusan tingkah laku dalam kalangan individu hiperaktif dalam pendidikan khas masalah pembelajaran. Penekanan perlu diberikan agar individu ini mampu untuk meneruskan kehidupan seperti mana orang yang normal. Kajian ini juga dapat membantu dalam memahami masalah hiperaktif dalam kalangan ADHD dengan lebih mendalam.

6 KESIMPULAN

Pengurusan tingkah laku perlu dititikberatkan dalam kalangan murid khas. Hal ini kerana jika sesuatu tingkah laku negatif atau positif itu tidak diuruskan dari awal, dikhuatiri akan menimbulkan kesan buruk pada masa akan datang. Cadangan intervensi yang dilakukan mampu

memberi impak positif kerana walaupun tidak dapat menghapuskan tingkah laku tersebut, tingkah laku tersebut mampu dikurangkan agar tidak menjadi lebih teruk.

Ibarat berat mata memandang, berat lagi bahu yang memikul; begitulah pepatah yang sesuai dikaitkan dengan penglibatan diri dalam membuka minda terhadap nasib golongan kurang upaya ini. Dalam hal ini, usaha dari semua pihak termasuklah ibu bapa, guru-guru, pihak pentadbiran dan masyarakat sekeliling adalah amat penting bagi memastikan perancangan program berjalan dengan lancar. Apa yang penting ialah pelaksanaan aktiviti adalah mengambil kira tahap penglibatan murid supaya proses pembelajaran tersebut tidak akan berhenti begitu sahaja.

7 RUJUKAN

- Dunne, D. W. (2000). *Statistics confirm rise in childhood ADHD and medication use*. Sumber dimuat turun daripada http://www.educationworld.com/a_issues/issues148a.shtml pada 1 Oktober 2017.
- Graves, D. (1983). *Writing: Teachers and children at work*. New Hampshire: Heinemann.
- Jabatan Kebajikan Masyarakat (2009). *Program pemulihan Dalam Komuniti*. Sumber dimuat turun daripada <http://www.jkm.gov.my> pada 25 September 2017.
- Jamila K.A. Mohamed (2006). *Pendidikan Khas Untuk Kanak – Kanak Istimewa*. Selangor Darul Ehsan : PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.
- Johnson, J.A. (2009). Special education : whose responsibility is it? *International Journal of Special Education*, 24(2), 11 – 18.
- Kirk, Samuel, A., Gallagher, James,J. (1989). *Educating Exceptional Children*. USA : Houghton Mifflin Company.
- Nad binti Zulkipli (2011). *Terapi main*. Sumber dimuat turun daripada <http://nadzulkipli.com/2011/12/terapi-main.html> pada 24 Mac 2017.
- Noriati A.Rashid & Sharifah Fakhriah Syed Ahmad (2009). *Siri Pendidikan Guru Murid dan Alam Belajar*. Selangor Darul Ehsan : Oxford Fajar Sdn. Bhd.
- Theneur, S.K. & Wheeler, J.J. (2005). Issues in Medication Compliance Among Children And Families Affected By Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *International Journal of Special Education*, 20(1), 55 – 59.
- Tileston, D.W. (2004). *What every teacher should know about special learners*. California : Corwin Press.
- Woolfolk, A. & Margetts, K. (2007). *Educational psychology*. New Jersey : Pearson Prentice Hall.

