

Pemahaman Terapi Program Intervensi Awal Terhadap Kesehatan Mental

(Understanding Early Intervention Program Therapy for Mental Health)

Halimatusyidah Abd Rashid¹, Shahlan Surat^{2*}, Wan Muna Ruzanna Wan Mohammad³

¹Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 4360 Bangi, Selangor, Malaysia.
Email: P126270@siswa.ukm.edu.my

²Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 4360 Bangi, Selangor, Malaysia.
Email: drshahlan@ukm.edu.my

³Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 4360 Bangi, Selangor, Malaysia.
Email: munaruzanna@ukm.edu.my

CORRESPONDING

AUTHOR (*):

Shahlan Surat
(drshahlan@ukm.edu.my)

KATA KUNCI:

Pemahaman terapi
Program intervensi awal
Kesehatan mental

KEYWORDS:

Understanding of the therapist
Early intervention programme
Mental health

CITATION:

Halimatusyidah Abd Rashid, Shahlan Surat, & Wan Muna Ruzanna Wan Mohammad. (2025). Pemahaman Terapi Program Intervensi Awal Terhadap Kesehatan Mental. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 10(7), e003425.
<https://doi.org/10.47405/mjssh.v10i7.3425>

ABSTRAK

Kesehatan mental perlu diberi perhatian khusus oleh semua golongan masyarakat. Kesehatan mental ini juga merujuk kepada keadaan di mana seseorang itu mempunyai keseimbangan dalaman yang dinamik yang membolehkan individu menggunakan kebolehan mereka mengikut nilai sejagat dalam masyarakat. Kajian lepas yang menunjukkan keputusan bahawa kesan tekanan kerja boleh memberi pengaruh yang kuat terhadap kesehatan mental pekerja. Pengkaji mendapati sektor pendidikan juga merupakan salah satu profesion perkhidmatan yang membawa kepada tekanan kerja terutamanya dalam kalangan guru. Objektif kajian ini adalah untuk meneroka pemahaman ahli terapi (Program Intervensi Awal) kesehatan mental, mengenal pasti cabaran yang dihadapi oleh ahli terapi (Program Intervensi Awal) dalam memahami dan menyokong kesehatan mental pelajar dan mengenal pasti cadangan ahli terapi untuk meningkatkan kesedaran dan sokongan kesehatan mental dalam konteks program intervensi awal. Kaedah kajian ini adalah data kualitatif yang menggunakan kaedah naratif untuk mendapatkan lebih banyak maklumat daripada peserta. Peserta untuk penyelidikan ini adalah tiga orang yang mendapat daripada ahli terapi dari perkhidmatan Iggy Psikologi. Hasil kajian mendapati bahawa, pemahaman mengenai kesehatan mental yang merangkumi aspek tekanan, kebimbangan, dan kerisauan menunjukkan pemahaman yang baik. Pemahaman dalam kesehatan mental ini perlulah diterapkan dalam diri seseorang, bukan hanya pada pakar terapi, tetapi juga dalam setiap golongan masyarakat tanpa mengira latar belakang seseorang itu.

ABSTRACT

Mental health needs to be given special attention by all groups of society. Mental health also refers to a state in which a person has a dynamic internal balance that allows individuals to use their abilities according to universal values in society. Past studies have shown that the effects of work stress can have a strong influence on the mental health of employees. Researchers found that the education sector is also one of the service professions that leads to work stress, especially among teachers. The objectives of this study are to explore the understanding of therapists (Early Intervention Program) of mental health, identify the challenges faced by therapists (Early Intervention Program) in understanding and supporting students mental health and identify therapists recommendations to increase awareness and support for mental health in the context of early intervention programs. The method of this study is qualitative data that uses narrative methods to obtain more information from participants. The participants for this research are three therapist from the Iggy Psychology service. The results of this study found that, understanding of mental health which includes aspects of stress, anxiety, and depression shows good understanding. This understanding of mental health needs to be applied within a person, not only to therapists, but also to every group of society regardless of the person's background.

Sumbangan/Keaslian: Kajian ini menyumbang kepada kajian literatur yang menunjukkan pemahaman terapi dalam program intervensi awal terhadap kesihatan mental dan kajian ini dilakukan secara temubual dalam mendapatkan maklumat yang terkini mengenai masalah tersebut.

1. Pengenalan

Kesihatan mental ini perlulah diberikan perhatian yang khusus oleh semua golongan masyarakat. Kesihatan mental ini adalah keadaan normal seseorang yang tidak mempunyai masalah penyakit, hidup aman sejahtera dan mempunyai matlamat (Nor Aina Fariha & Hilwa, 2020). Kesihatan mental ini juga merujuk kepada keadaan dimana seseorang itu dapat menggunakan kebolehannya yang dapat menyeimbangkan sikap dalaman yang membolehkan ianya selaras dengan nilai sejagat (Galderisi et al., 2015). Golongan kerjaya juga merupakan antara golongan yang mempunyai risiko untuk mengalami masalah kesihatan mental.

Hal ini demikian kerana terdapat juga kajian lepas yang menunjukkan hasil tekanan kerja dapat memberikan impak dan mempengaruhi kepada Kesihatan mental seseorang itu. Menurut Rabindarang et al. (2014), sektor Pendidikan iaitu dalam profesion perguruan juga memberikan tekanan kerja. Keadaan yang menyebabkan golongan pendidik terlibat dengan mempunyai masalah kesihatan ini ialah kerana mereka mempunyai lebih dareipada satu tugas iaitu pelbagai aktiviti yang perlu dilakukan. Tugas yang diperoleh berkemungkinan tidak dapat dijalankan dengan baik kerana tekanan ini memberikan kesan yang tidak baik dari segi prestasi pendidik dan sebagainya.

Faktor utama yang menyebabkan berlakunya masalah kesihatan mental dalam kalangan guru adalah tekanan. Tekanan yang berlaku pada diri seseorang itu akan membawa kepada masalah yang lebih teruk kepada guru dan akhirnya terdedah kepada masalah kesihatan mental. Keadaan ini juga akan mempengaruhi seseorang itu dalam prestasi kerja dan melakukan kehidupan seharian ([Mohamed, 2018](#)).

Bagi mengurangkan masalah kesihatan mental dalam kalangan guru dalam pendidikan khas, pelbagai langkah perlu dilakukan secara menyeluruh agar dapat mengurangkan masalah tekanan yang dihadapi oleh seseorang itu. Jika masalah ini dibiarkan dan tidak diberikan penekanan, individu yang mengalami masalah ini akan terganggu dari segi kesihatan mental, fizikal, persekitaran dan sebagainya ([Kamenetz, 2015](#)).

Guru juga terdedah dengan masalah tekanan dan keletihan yang tinggi kerana sifat pekerjaan yang dilalui ([Lee & Mohd Mokhtar, 2023](#)). Banyak juga kajian yang dijalankan untuk mengetahui tahap kecerdasan emosi guru. Hasil penyelidikan yang dijalankan oleh [Saleh Al-Busaidi et al \(2019\)](#) menunjukkan hasil yang tinggi. Guru pendidikan khas juga didapati bahawa kecerdasan emosi mereka menunjukkan hasil yang tinggi, kajian yang dijalankan adalah di Sekolah Rendah dan sekolah menengah di Seberang Perai Tengah, Pulau Pinang.

Guru merupakan seorang pendidik dan sebagai pembimbing yang memiliki kematangan, kedewasaan, kesihatan jasmani dan rohani. Sebagai seorang pendidik, haruslah menunjukkan contoh yang baik kepada anak didiknya. Mengajar merupakan salah satu aktiviti yang melibatkan guru dan anak murid. Kajian-kajian yang dijalankan di negara-negara barat menunjukkan bahawa penerapan dan pelaksanaan ilmu terapi (Program Intervensi Awal) memberikan manfaat kepada murid-murid berkeperluan khas kerana negara tersebut melalui proses yang memberikan pendidikan inklusif penuh terhadap murid berkeperluan khas. Terdapat juga terapi yang dijalankan secara *one to one* ini dan telah diubahsuai.

Kebimbangan dalam kalangan guru pendidikan khas mempunyai kebimbangan kerana mereka kekurangan pengetahuan dalam bagaimana ingin mengendalikan pendidikan khas ini. Menurut kajian yang dijalankan oleh [Jamilah \(2005\)](#) menyatakan pendidikan khas perlu diketahui oleh semua lapisan masyarakat terutamanya para guru. Hal ini penting dalam memberikan seseorang itu mengetahui dan mengenal pasti pelajar dalam program intervensi awal. Pengalaman mengajar didapati guru yang mempunyai lebih pengalaman dalam mengajar menunjukkan tahap kecerdasan emosi yang rendah. Status perkahwinan juga berupaya untuk mempengaruhi tahap kecerdasan emosi seseorang pendidik ([Lee & Mohd Mokhtar, 2023](#)).

Berikut merupakan objektif yang hendak dicapai dalam kajian ini:

- i. Meneroka pemahaman terapi (Program Intervensi Awal) mengenai kesihatan mental
- ii. Menenal pasti cabaran yang dihadapi oleh terapi (Program Intervensi Awal) dalam memahami dan menyokong kesihatan mental pelajar
- iii. Menenal pasti cadangan terapi untuk meningkatkan kesedaran dan sokongan kesihatan mental dalam konteks Program Intervensi Awal

2. Metod Kajian

Kajian ini berlandaskan reka bentuk kajian kualitatif dengan menggunakan kaedah temu bual atau lebih dikenali sebagai kajian naratif. Kajian naratif dipilih agar memudahkan pengkaji dalam mengumpul data secara terperinci hasil daripada temubual yang lebih mendalam dengan peserta. Kajian secara temubual ini dilakukan untuk memahami dengan lebih mendalam lagi mengenai pandangan dan pengalaman seseorang itu atau bagaimana seseorang itu menghadapi situasi sosial. Peserta yang terlibat dalam kajian ini adalah sebanyak tiga orang seperti di [Jadual 1](#) yang terdiri daripada golongan pendidik yang melakukan terapi (Program Intervensi) bagi Kanak-kanak keperluan khas yang diperoleh daripada pusat Intervensi. Lokasi kajian dilakukan di Iggy Psychology Services, yang terletak di Kuala Lumpur. Pemilihan lokasi ini adalah ianya bersesuaian dengan tujuan kajian yang ingin dijalankan. Pengkaji juga telah mendapatkan keizinan daripada pihak terapi intervensi tersebut bagi menjalankan kajian ini.

Jadual 1: Demografi Peserta

Peserta kajian (Cikgu)	Umur	Jantina	Tahap Pendidikan	Opsyen	Tempoh perkhidmatan
Peserta 1- Muhammad	30	L	Ijazah Sarjana	Pendidikan Khas	>2 tahun
Peserta 2- Alia	28	P	Ijazah Sarjana	Pendidikan dan Psikologi	>1 tahun
Peserta 3- Afiqah	28	P	Ijazah Sarjana	Psikologi	>3 Tahun

Intrumen kajian pula, kajian dijalankan adalah secara temu bual dan dilakukan secara atas talian. Temu bual separa berstruktur yang digunakan untuk mendapatkan maklumat daripada sampel kajian. Struktur temu bual membantu pengkaji untuk memberi perhatian terhadap pengalaman yang dikongsikan oleh peserta dalam menjalankan kajian. Temu bual dijalankan secara mendalam untuk membolehkan pengkaji mengumpul data untuk menjawab persoalan kajian yang telah dikemukakan untuk mencapai objektif kajian.

Bagi tujuan analisis, penyelidik mengikut garis panduan [Creswell \(2012\)](#). Terdapat enam peringkat dalam menganalisis data secara kajian naratif iaitu, pengkaji mengenalpasti masalah kajian seperti memahami kajian yang dijalankan. Kedua, pengkaji melihat kajian literatur bagi memahami masalah kajian. Yang ketiga, pengkaji membentuk soalan secara general untuk diberikan kepada peserta untuk melihat kefahaman mereka. Yang keempat pula, mengumpul data kualitatif yang diperoleh yang mengandungi soalan yang diberikan oleh pengkaji dan jawapan yang diberikan oleh peserta. Yang kelima pula, menginterpretasi data yang menulis semula jawapan yang diberikan oleh responden tanpa mengubah isi dalamnya, dan yang keenam atau yang terakhir pula ialah melaporkan data yang diperolehi.

3. Hasil Kajian

Secara keseluruhannya, keputusan temubual dibahagikan kepada tiga bahagian iaitu bahagian pertama yang mengkaji mengenai pemahaman mengenai kesihatan mental dan sejauhmanakah kesihatan mental ini memberikan kesan terhadap pembelajaran

mereka. Bahagian kedua pula adalah pengalaman dan cabaran dan bahagian ketiga ialah sokongan dan cadangan pakar terapi (Intervensi Awal) mengenai kesihatan mental.

3.1. Pemahaman Tentang Kesihatan Mental

Melalui hasil temubual tersebut, pengkaji telah memperoleh pemahaman seseorang itu dalam kesihatan mental yang merangkumi aspek tekanan, kebimbangan, dan kerisauan. awal) dalam kesihatan mental ini menunjukkan pemahaman yang baik. Iaitu merangkumi pengenalanpastian terhadap pakar terapi (Intervensi awal) dalam konsep kesihatan mental dan sejauhmana masalah ini memberikan kesan dalam diri pelajar.

Hasil temubual mendapati bahawa kefahaman pakar terapi (Intervensi awal). Bagi temu bual untuk soalan pertama, seperti yang dijelaskan pada petikan temu bual dibawah bersama dengan peserta dalam kajian yang dijalankan.

"...kesihatan apabila mempunyai tekanan, kerisauan dan kebimbangan. Bila sudah dewasa ini, pelbagai tekanan diterima lagi-lagi bila kerja..."
(Peserta 1)

"...apa yang saya faham mengenai kesihatan mental ialah keupayaan seseorang itu untuk memahami perasaan diri sendiri samada berupaya untuk memahami perasaan sendiri. Sebagai contoh, samada boleh atau tidak untuk meneruskan kerja, kalau seseorang itu tidak memahami maka dia akan memaksa diri dia sebab tidak mampu untuk memahami keupayaan kesihatan mental diri..." (Peserta 2)

"...kesihatan mental ini sangat penting dalam kehidupan manusia. Seperti yang Hasil temubual mendapati bahawa pengalaman dan cabaran pakar terapi (Intervensi awal). Bagi temu bual untuk soalan kedua, seperti yang dijelaskan pada petikan temu bual dibawah bersama dengan peserta dalam kajian yang dijalankan..." (Peserta 3)

3.2. Pengalaman dan Cabaran

Pengalaman dan cabaran yang dihadapi oleh pakar terapi (Intervensi awal) dalam mengenalpasti masalah kesihatan mental pelajar dan cabaran dalam mengatasi masalah pelajar yang mempunyai masalah ini.

"...jika pelajar tu saya tidak kenal lagi, kerana mengenali adalah aspek yang penting untuk kita tahu apa yang patut dibuat. Contoh, jika pelajar tu kita dah kenal lama, kita dapatg meningkatkan semangat mereka dan mereka tidak fikir benda yang tidak perlu..." (Peserta 1)

mengganggu juga suasana pembelajaran dalam kelas tersebut. Pengalaman, adalah beberapa pelajar, dan perlu beberapa pelajar perlu diberikan tumpuan. Ada juga pelajar yang diberikan pengajaran secara one to one kerana tidak mengganggu murid yang lain..." (Peserta 2)

"...pelbagai intervensi telah dilakukan. Kita sebenarnya tidak tahu budak ini bukan sahaja ada autism, tetapi ada juga masalah yang lain seperti

GDD (Global Development Delay), atau ADHD. Dia punya cabaran dia disitu, kita kena cari tahu lagi apa masalah budak itu. Selain itu, cabaran yang terdapat ialah ibu bapa, di tempat intervensi, kita dah buat yang terbaik, tetapi apabila dirumah, ibu bapa tidak melakukan tugas yang diberikan oleh pakar terapi...” (Peserta 3)

3.3. Sokongan dan Cadangan

Sokongan atau sumber yang digunakan oleh pakar terapi untuk membantu pelajar dengan masalah kesihatan mental dan cadangan pakar terapi untuk meningkatkan kesedaran dalam kesihatan mental.

Hasil temubual mendapati bahawa sokongan dan cadangan pakar terapi (Intervensi Awal). Bagi temubual untuk soalan kelima dan keenam, dijelaskan dibawah dengan peserta dalam kajian yang dijalankan.

“...sumber sokongan yang diperlukan adalah persekitaran. Kerana persekitaran merupakan aspek yang penting. Cadangan dalam membantu mereka yang menghadapi masalah kesihatan mental ini ialah buat satu lawatan ke syarikat lain dan dalam pada masa kita dapat mempelajari budaya kerja disana yang mungkin akan membantu seseorang itu untuk menghadapi masalah dalam kehidupan seharian...” (Peserta 1)

“...sokongan yang boleh diberikan berkemungkinan dari segi pertanyaan kita kepada seseorang itu seperti, “Apa khabar”, dan sebagainya. Kita juga boleh menggunakan positive reinforcement untuk meningkatkan tumpuan mereka. Cadangan pula, pada diri sendiri kita kena cari ilmu untuk mengetahui apa itu kesihatan mental dan boleh juga berkongsi kepada yang lain. Hari-hari perlu untuk menambah ilmu seperti melibatkan diri dengan ceramah, forum, membaca...” (Peserta 2)

“...sokongan yang boleh diberikan terhadap diri dan pelajar yang mempunyai masalah kesihatan mental ini, kita kena cuba untuk menenangkan diri, kita kena peka dengan masalah yang dihadapi dan jika lagi teruk kita kena rujuk kepada pakar jika berlarutan. Cadangan, kena sentiasa berkomunikasi, melibatkan diri dengan aktiviti yang menarik, menyertai forum mengenai kesihatan mental dan memperkembangkan pengetahuan ini dengan laman sosial...” (Peserta 3)

4. Perbincangan

Kajian yang dijalankan mendapati bahawa pemahaman Terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental. Hasil dapatan menunjukkan bahawa pemahaman pakar terapi mengenai kesihatan mental ini menunjukkan hasil yang memberangsangkan. Responden dapat menjawab dan memberikan jawapan yang baik semasa temubual dijalankan.

4.1. Pemahaman Tentang Kesihatan Mental

Pemahaman ini adalah kemampuan seseorang itu untuk memahami dan memikirkan sesuatu perkara. Dalam proses mengajar, guru merupakan salah seseorang yang sangat penting kerana mereka mengajar dan membimbing para pelajar yang dapat menghasilkan keperibadian yang baik pakar terapi (Program Intervensi Awal) ini juga merupakan salah seorang pendidik yang membantu pelajar yang mempunyai masalah pembelajaran. Pendidikan juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kesihatan mental seseorang itu terganggu. Ini disebabkan oleh kerana guru merupakan sumber seseorang pelajar untuk diikuti. Dari segi keperibadian seseorang guru itu, cara mengajar.

Pengetahuan dalam kesihatan mental ini merupakan dimana seseorang itu dapat mengetahui potensi diri dan mampu mengurus diri dengan boleh mengatasi masalah tekanan, kebimbangan dan kerisauan dalam kehidupan seharian. Kesihatan mental terhadap diri seseorang itu dikatakan amat penting untuk membolehkan seseorang itu menjalani kehidupan seharian ([Galderisi et al, 2015](#)).

4.2. Pengalaman dan Cabaran

Pengalaman dan cabaran seseorang itu dalam mengendalikan masalah kesihatan mental yang dihadapi oleh diri sendiri dan menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh pelajar. Dalam usaha mendidik, sudah semestinya banyak cabaran yang berlaku dan dihadapi oleh pakar terapi. Sebagai seorang pendidik, mereka memerlukan tenaga, emosi yang stabil, dan mental yang kuat dan sihat untuk menjalankan tanggungjawab sebagai seorang pendidik ([Manak & Farhana Kamarul, 2020](#)).

Seperti yang kita ketahui, tugas sebagai pendidik terutamanya pakar terapi yang berhadapan dengan pelajar yang mempunyai masalah pembelajaran, kerjaya mereka ini adalah sangat mencabar kerana mereka bukan sahaja mengajar, malah mereka juga mempunyai tugas yang berat untuk dilaksanakan ([Hannah et al., 2019](#)).

4.3. Sokongan dan Cadangan

Sokongan amat penting dalam kehidupan seseorang itu. Dapatan kajian menunjukkan bahawa menceritakan masalah kepada individu yang paling dekat seperti ahli keluarga merupakan salah satu langkah dalam mengurangkan masalah kesihatan mental. Sokongan daripada keluarga seperti sokongan emosi merupakan aspek yang terpenting dalam diri seseorang itu. Keluarga merupakan ahli yang rapat dan boleh dipercayai ([Mohamad et al., 2019](#)).

Selain itu, sokongan sosial juga dikatakan salah satu elemen yang penting. Sokongan sosial yang tinggi bermaksud seseorang individu itu mempunyai hubungan yang baik dengan keluarga dimana ibu bapa memainkan peranan yang penting dalam memantau tingkah laku anak-anak mereka. Rakan- rakan juga merupakan salah satu sokongan dalam membentuk diri seseorang itu.

Sebagai cadangan, dalam menjaga Kesihatan dari segi kesihatan mental, perlulah untuk kita sebagai manusia menjaga pemakanan, persekitaran seseorang itu juga, dari segi pergaulan. Cadangan yang kedua ialah, melibatkan diri dengan melakukan aktiviti yang

sihat. Sentiasa menghadirkan diri ke forum atau kempen yang melibatkan betapa pentingnya menjaga kesihatan mental ini.

5. Rumusan

Secara keseluruhannya, kajian ini dijalankan adalah untuk mengetahui kefahaman pakar terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental. Juga terdapat objektif kajian yang ingin dicapai dalam kajian ini iaitu meneroka pemahaman pakar terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental, meneroka cabaran yang dihadapi oleh pakar terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental, dan yang terakhir meneroka cadangan pakar terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental. Berikutan itu, pengkaji berminat untuk menjalankan temubual bersama peserta untuk mendapatkan maklumat dengan lebih mendalam lagi mengenai kajian ini.

Kesemua objektif ini boleh dikatakan bahawa kefahaman kesihatan mental ini terhadap pakar terapi merupakan salah satu yang boleh difahami dan boleh diterapkan dalam kehidupan mereka.

Keputusan kajian pula mendapati bahawa kefahaman pakar terapi (Program Intervensi Awal) terhadap kesihatan mental menunjukkan hasil yang baik. Dimana mereka dapat memahami dan dapat mengendalikan masalah kesihatan mental ini dalam diri mereka dan pelajar. Cabaran dan pengalaman seseorang itu dapat memberikan pakar terapi itu untuk lebih memberikan tumpuan terhadap pelajar yang memerlukan bantuan. Kesihatan mental ini perlulah dijaga dan dipelihara.

Akhir sekali, berdasarkan daripada perbincangan kajian, didapati bahawa peserta dapat berkongsi apa yang mereka tahu mengenai kesihatan mental ini dengan baik. Diharapkan supaya pihak berkuasa dapat melaksanakan aktiviti yang boleh meningkatkan kekuatan mental seseorang itu seperti mengadakan aktiviti bersukan, mengadakan forum dan sebagainya supaya masyarakat lebih peka terhadap kesihatan mental. Kesihatan mental ini amat penting dan perlu dijaga dengan sebaiknya.

Kelulusan Etika dan Persetujuan untuk Menyertai Kajian (*Ethics Approval and Consent to Participate*)

Semua prosedur yang dilakukan dalam kajian ini yang melibatkan subjek manusia telah dijalankan mengikut piawaian etika jawatankuasa penyelidikan institusi. Kebenaran dan persetujuan mengikuti kajian turut diperoleh daripada semua peserta kajian.

Penghargaan (*Acknowledgement*)

Terima kasih kepada para peserta dalam membantu penyelidik menjalankan kajian ini.

Kewangan (*Funding*)

Kajian ini tidak menerima bantuan kewangan daripada mana-mana pihak.

Konflik Kepentingan (*Conflict of Interest*)

Penulis melaporkan tiada sebarang konflik kepentingan berkenaan penyelidikan.

Rujukan

- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research (4th Edition)*. Pearson: Boston
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a New Definition of Mental Health. *Official Journal of The World Psychiatric Association*, 14(2), 231-233.
- Hannah Aqilah Amran, Rosadah Abd Majid & Manisah Mohd. Ali. (2019). Cabaran Guru Pendidikan Khas Pada Abad Ke-21. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(26), 113-122.
- Jamilah Mohamed. (2005). *Pendidikan Khas Untuk Kanak-Kanak Istimewa*. Selangor: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.
- Kamenetz, A. (2015). *The test: Why our schools are obsessed with standardized testing but you don't have to be*. Public Affairs.
- Lee Hui Feng & Mohd Mokhtar Tahar. (2023). Kecerdasan Emosi Guru Program Pendidikan Khas Integrasi (PPKI) Masalah pembelajaran di Melaka. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(1), 75-87.
- Manak Ek Klai & Farhana Kamarul Bahrin. (2020). Kesedaran Tentang Masalah Kemurungan Dalam Kalangan Guru. *Malaysian Journal of Society and Space*, 16(4), 273-284. e-ISSN 2682-7727. <https://doi.org/10.17576/geo-2020-1604-20>.
- Mohamad, M., Mohammad, M., Salleh, F., Abd Ghani, M., Ramli, R., & Afthanorhan, A. (2019). The antecedent and consequence of youth drug abusers' life satisfaction: Delinquency behavior as the mediator. *Journal of Reviews on Global Economics*, 8, 783-796.
- Mohamed, T. (2018). Sources of Occupational Stress Among Teachers: A Field of Study for Teachers Working in Libyan Schools in Turkey. *International Journal of Academic Research in Economics and Management Sciences*, 7(1), 1-15.
- Nor Aina Fariha Taib & Hilwa Abdullah @ Mohd. Nor. (2020). Persepsi Masyarakat Terhadap Kesihatan Mental. *Jurnal Wacana Sarjana*, 4(1), 1-13.
- Rabindarang, S., Khuan, W.B. & Khoo, Y.Y. (2014). Refleksi Tenaga Pengajar Terhadap Kepemimpinan Distributif dan Tekanan Kerja dalam Pendidikan Teknik dan Vokasional. *Akademika*, 84(1&2), 17-27.
- Saleh, A. B., Said, A., Marwa, A., Hussain, A., Badar, A., Abdullah, A. & Khoula, A. (2019). Emotional intelligence among school teachers in Oman. *Alberta Journal of Educational Research*, 65(4), 320-345.