



**HASIL ANALISIS TEMU BUAL BAGI KAJIAN
 PEMBANGUNAN MODEL REGULASI EMOSI IBU BAPA YANG MEMPUNYAI
 ANAK KURANG UPAYA BERASASKAN RISALAH ANNUR KE ARAH
 PEMERKASAAN KELUARGA SEJAHTERA**

Hasil temu bual bersama 15 orang ibu bapa yang mempunyai anak kurang upaya menunjukkan bahawa mereka menghadapi pelbagai cabaran emosi dalam mengasuh dan membesarkan anak kurang upaya mereka. Daripada enam emosi asas manusia dalam teori Ekman (1972) iaitu, gembira (*happy*), sedih (*sad*), takut (*fear*), marah (*anger*), terkejut (*surprise*), dan jijik (*disgust*) tiga daripadanya menjadi cabaran emosi yang dihadapi oleh ibu bapa ini iaitu emosi sedih, marah dan takut. Manakala berdasarkan pembahagian emosi yang diklasifikasikan oleh Parrott (2001) emosi tertekan (*depressed*), terasing (*isolation*), dan malu (*shame*) turut menjadi cabaran emosi yang dihadapi.

Bil.	Cabaran Emosi
Cabaran Emosi: SEDIH	
i) Sedih menerima berita hasil diagnosis anak	
1.	"Memang perasaan tu memang <u>sedih lah kan kita dapat tahu anak kita macam tu tak normal</u> tapi Alhamdulillah macam saya dan suami kami boleh terima. Nak kata sedih semua tu memang lah." (I5, 2025)
2.	"Kita pun <u>nangis je lah kan depan doktor</u> macam tu kan. Anak sulung, lepas tu kita dah tunggu 6 tahun baru saya dapat anak first. Lepas tu macam husband kita steady je lah kan, cuma kita je lah kan mak, macam <u>emosi tu tak boleh nak kawal</u> . Dia kata kita kena redha lah kan." (I2, 2025)
3.	" <u>Sedih</u> ni sampai sekarang lah terasa tapi kita boleh kawal lah, sedih yang boleh kawal macam sebak macam tu. <u>Sedih</u> dengan anak kita lah sebab kenapa dia tak boleh macam anak orang lain. <u>Sedih</u> sebab dia nak buat apa-apa benda tu semua macam struggle kita nampak kan. Kita nak buat aktiviti terapi untuk dia pun struggle kan. Macam kesiannya kadang-kadang sampai dia nangis-nangis kan, <u>kita pun nangis</u> ." (I2, 2025)

ii) Sedih dengan reaksi / penerimaan orang lain	
4.	<i>"<u>Tak ada orang nak jaga</u>, kita hantar mana-mana semua sekejap je sehari dua je, <u>orang tak tahan kan, orang tak boleh jaga, dia kata tak tahu nak jaga macam mana</u>. <u>Sedih</u> lah kan anak kita macam tu padahal senang je jaga kan, bagi botol, bagi susu, mandikan je, tak suruh buat terapi apa semua sebab kita yang buat sendiri." (I2, 2025)</i>
5.	<i>"Lepas tu satu lagi, kita macam <u>sedih la banding-banding ni</u>. Kita tahu anak kita memang autism, memang kita dah terima. Tapi sampai satu tahap kita macam <u>sedih</u> sebab dia (ibu informan) asyik duk <u>banding-banding</u>. Sampai kita cakap, 'Mama tau tak cucu Mama ni special, jangan duk <u>banding-banding dengan cucu lain</u>'. " (I3,2025)</i>
Cabaran Emosi: MARAH	
i) Marah dengan anak tantrum	
6.	<i>"Bila tak tahu apa dia nak lepas tu <u>dia macam mengamuk apa semua tu, saya jadi macam cepat naik angin</u>, hari-hari macam tu sampai suara saya memang hari-hari tinggi." (I11, 2025)</i>
7.	<i>"Cuma <u>tantrum dia lah</u> saya masih tak boleh nak control. Kadang-kadang kita ni <u>geram sangat</u> sebab kita kerja kan, kerja lagi anak lagi." (I8, 2025)</i>
8.	<i>"Kita tak faham kadang-kadang <u>dia menangis dia tantrum</u> nak apa kan, kita pun jadi <u>marah kat dia</u>." (I2, 2025)</i>
9.	<i>"Sekarang dia macam <u>cepat mengamuk, dia mengamuk</u> kadang-kadang tangan naik kat saya juga, bila macam tu <u>saya jadi panas, saya jadi angin</u>, tangan saya pun kadang cepat juga naik." (I11, 2025)</i>
10.	<i>"Ada juga lah <u>kadang-kadang termarah</u>. Kita pun manusia, kadang ada <u>terpukul</u> juga." (I5, 2025)</i>
11.	<i>"Dia start hantuk kepala la, benda-benda macam tu buat kita rasa marah. Saya kadang tu ada juga tau <u>dia mengamuk-ngamuk, saya ambil dia 'panggg' saya lempar dia</u> macam tu, pernah la juga. Kadang-kadang sebab kita tak cukup tidur, bila tengah hari dia balik daripada rumah pengasuh tu kadang-kadang kita nak jugalah baring, haa dia naik atas kita lah dia lompat lah lepas tu 'pangggg' sebihi haaa macam tu. Saya jenis <u>baran</u>, tapi dengan anak tu kadang kita buat kita kesian sebenarnya tapi kadang-kadang terlepas juga. Tak boleh control lepas tu kita pun <u>termarah</u>." (I1, 2025)</i>

12.	"Saya betul-betul burn out kalau jaga anak saya ni bila kita tukar rutin dia, kita tutup kipas je, contohlah kan kita tutup kipas kita nak sapu, <u>dia akan menjerit, dia akan menanqis, dia akan baling semua benda</u>. Sampai saya rasa macam dia jerit tu membingitkan telinga saya so saya kadang-kadang <u>hilang kesabaran</u>. Dengan adik-adik dia lagi, dengan dia lagi kadang saya memang akan ada <u>terpukul</u> dia sikit. Ada sekali tu saya tak perasan dia pergi ambil pisau. Saya tahu memang time tu dia boleh 'mati' kena bedal dengan saya. Saya memang <u>marah gila, memang marah sangat-sangat</u> yang memang tak boleh nak hilang lah. Memang dia kena lah, ada bengkak sikit lah, ada macam berbirat sikit lah saya pukul." (I8, 2025)
Cabaran Emosi: TERTEKAN / STRES	
i) Tertekan akibat penat menguruskan anak	
13.	"Dia sawan, sembelit semua ada lah. Macam ibarat <u>jaga dia seorang ni macam sepuluh orang</u>. Kadang-kadang <u>penat</u> kan, <u>penat</u> tapi nak buat macam mana." (I12, 2025)
14.	"Kadang-kadang yang tak boleh tahan, ada masa dia tak nak tidur, tak boleh tidur. Kadang sampai pukul 4 pagi <u>dia tak nak tidur tapi mulut dia bising</u>. Kita <u>stress</u> lah. Dia 'cit cit cit cit' macam tu, dia tak bergerak tapi mulut dia 'aaaaaa' macam tu. Kita nak <u>tidur pun terganggu</u> kan." (I6, 2025)
15.	"Ya Allah <u>letih</u> tu memang lah, saya kan masalah bila malam, sebab dia duduk rumah pengasuh pagi dia tidur je, dia akan bangun pukul 12, masa tu lah dia main. Jadi bila kat rumah <u>dia tidur lambat</u> pukul 1, pukul 2, saya pukul 6, 6 suku saya kena pergi kerja dah." (I1, 2025)
16.	"<u>Penat</u> juga, sebulan kadang tiga ke empat kali <u>pergi hospital, appointment</u> sahaja kan" (I14, 2025)

17.	"Sebab saya <u>tak boleh fokus dua-dua</u> , saya jadi stres sebab dua-dua nak berkomunikasi dengan kita jadi mana satu yang saya nak fokus ni kan. Kalau dua-dua normal tu orang kata kita boleh lagi lah tapi ni macam dengan sorang ni kita tak tau dia nak cakap apa yang seorang ni demand dia lain." (I11, 2025)
18.	"Kita sendiri pun <u>depressed</u> kan nak build up diri kita pun susah, so macam mana kita <u>nak handle anak yang lain lagi</u> kan." (I3, 2025)
19.	" <u>Kesabaran tu memang teruji</u> lah sebabnya kita punya tenaga tak sama macam dia punya tenaga dan kita pun ada anak-anak yang lain kan jadi <u>bila dia jaga kita kena jaga, bila dia tidur pun kita kena jaga yang lain kan.</u> " (I10, 2025)
ii) Tertekan dengan pasangan	
20.	"Macam sekarang suami tu memang sorang je bekerja, jadi kita tu sama-sama penat. Hidup kita macam dah berubah 180 darjah kan? Kadang-kadang adalah masa <u>kita bergaduh juga, bertegang urat juga.</u> " (I5, 2025)
21.	"Kadang suami saya ni, anak saya tu tak ada buat apa salah pun. Nak peluk dia je pun tapi dia macam peluk yang kasar. So kadang-kadang suami saya tak boleh adapt benda tu dia akan marah, dia akan mengamuk. <u>Bila dia mengamuk, saya akan jadi gaduh dengan dia.</u> Pasal benda tu je, tak ada benda apa pun sebenarnya." (I8, 2025)
22.	"Cabaran tu macam saya ibu muda anak pertama pula tu. Saya terfikir sampai bila macam ni, saya <u>stress dengan anak</u> , okay saya letak anak saya dekat depan, saya kat dalam bilik sebab saya <u>cepat temper</u> . Sampai saya rasa macam jangan sampai saya ni dera anak. Bagi saya tu lah, sebab kita tak ada ilmu tu <u>tak boleh nak kawal emosi</u> . Sebab kadang-kadang saya fikir dia macam anak normal, sebenarnya dia tak normal. Dengan saya yang macam ni, bagi saya, saya kena cari ilmu macam mana nak handle keadaan ni supaya saya tak stres. Sebab saya <u>stres</u> tu kadang-kadang saya <u>mengamuk</u> . <u>Suami sibuk kerja</u> , suami saya pemandu lori so dia jarang di rumah masa anak saya membesar. So memang saya berdua, bangun tidur je menghadap anak. Bila <u>anak stres, saya pun stres</u> , dua-dua dalam rumah je. Saya pun tak suka marah-marah. Saya pun dah <u>penat marah dia</u> , 24 jam saya dengan dia. Saya pun rasa <u>penat</u> macam ni, saya rasa saya nak kerja, saya <u>stres</u> tapi saya fikir siapa nak jaga anak saya. Saya terfikir macam mana lah, <u>saya jaga anak saya pun stres</u> macam mana kalau hantar kat orang, Allahh lagi lah." (I4, 2025)

Cabaran Emosi Takut - Risau	
i) Takut tidak mampu mengawal anak	
23.	“Saya duduk je kat rumah sebab nak keluar saya <u>takut</u> dengan anak macam ni. So saya <u>tak ada confidence</u>. Saya <u>risau dia tak boleh duduk diam</u>, saya jadi <u>takut</u> macam <u>tak boleh control</u> atau <u>dia tiba-tiba hilang ke</u> apa.” (I4, 2025)
24.	“Sekarang dia akan pukul dia akan baling apa je depan mata, so saya <u>takut dia cederakan anak orang lain</u>. Dulu dia tak berbalas balik, sekarang dia berbalas tu yang saya <u>takut sebab dia berbalas tu</u>, bagi saya ekstrem untuk kanak-kanak umur 7 tahun boleh buat benda tu, dia pijak orang.” (I8, 2025)
ii) Risau masa hadapan anak	
25.	“Macam mana kalau aku dah tak ada, suami aku tak ada, siapa jaga dia. Contoh orang yang jaga dia pun lepaskan tangan macam tu. So dari situ saya tak tahu <u>anak saya nanti besar jadi macam mana</u>. Sebab fikiran dia kadang-kadang okey, kadang-kadang tak okey. So saya <u>takutlah</u> benda-benda tu.” (I8, 2025)
26.	“Antara yang kita selalu <u>risau</u> juga macam mana kalau nanti Mama Papa dah tak ada, <u>dia dah besar</u>, nanti dia period macam mana. Itu yang selalulah mak-mak <u>overthink</u>” (I5, 2025)
27.	“Saya doa je lah, saya doa dia pergi dulu dari saya. <u>Kalau parent pergi dulu, siapa jaga dia?</u> Adik beradik belum tentu. Itu je lah yang saya harapkan macam tu je sebab dia memang perit kan tapi itu yang terbaik.” (I7, 2025)
28.	“Anak saya kan tak boleh urus diri dia sendiri, saya selalu doa, macam mana kalau saya tak ada, harap-harap ada orang yang boleh jaga dia. Tapi saya tahu doa saya tu tak bagus sebenarnya, tapi saya rasa itu yang terbaik. Saya minta dia pergi dulu sebab saya tak tahu, <u>saya tak yakin, siapa akan jaga dia selepas saya</u>. Adakah orang tu lebih baik, nanti orang tu pukul dia ke, orang tu tak bagi dia makan ke, saya kasihan.” (I14, 2025)
iii) Sentiasa bimbangkan keadaan anak	
29.	“Kadang-kadang bila tinggal suami jaga anak pun <u>kita susah hati, okay ke anak aku ni kan, sindrom mak-mak!</u>.” (I2, 2025)

30.	"Saya macam bila hantar anak saya pergi sekolah tu, saya rasa kat rumah saya <u>tak tenang, duk fikir je apa anak buat</u> la, apa semua kan. Lepas tu memang dulu pun saya tak percaya dia (suami) nak jaga macam dia boleh handle ke anak, memang saya tak percaya, saya nak keluar pun saya macam <u>tak nak lepaskan anak</u> , saya akan bawa, kalau nak keluar tu jom keluar sekali lah macam tu, kadang-kadang saya keluar dua jam ke, saya <u>fikir apa lah anak saya buat</u> , saya keluar lah macam nak release stress ke tapi saya <u>asyik fikir anak saya okey ke tak okey?</u> Balik okey ke?." (I4, 2025)
31.	"Macam saya <u>selalu berjaga-jaga sebab dia sawan tiba-tiba</u> . Cuma doktor sarankan jangan lebih 5 minit, bawah 5 minit kita boleh control lagi lah."
iv) Runsing kerana tiada ilmu mengenai masalah kesihatan anak	
32.	"Saya <u>perlu kan ilmu</u> , yelah sebab saya pun tak ada pengalaman, tak ada pengalaman sekeliling saya, jadi bila saya dapat saya pun <u>tak tahu nak buat macam mana</u> . Tu saya rasa saya tak boleh macam ni, saya <u>kena cari ilmu</u> macam mana nak tangani masalah." (I4, 2025)
33.	"Kita bukan pakar macam doktor. <u>Kita bukan pakar yang kita automatik tahu macam mana kita nak control anak ni</u> . Sometimes kita study sendiri kan. <u>Macam mana ni anak aku tantrum, macam mana ni anak aku tak nak makan, macam mana</u> ." (I13, 2025)
34.	"Mencabar juga lah emosi mental semua dalam masa bekerja, lepas tu dapat pula anak macam tu kan. Kita tak tahu, takde apa orang kata, <u>takde pendidikan nak handle anak macam tu</u> , CP pula penyakit yang rare masa zaman tu. Internet, Facebook dan media sosial baru-baru lagi kan tak macam sekarang. Takde lagi macam sekarang banyak maklumat kita boleh dapat kan. Cabaran la masa mula-mula tu kita <u>tak ada ilmukan</u> tentang CP ni daripada segi nak jaga dia tu sebab <u>tak tahu kan dia punya fizikal dia tu macam mana, apa yang dia selesa tak selesa tu</u> memang mencabar lah." (I2, 2025)
Cabaran Emosi Sunyi / Terasing	
35.	" <u>Kawan pun takde</u> . Rasa dah takde dah kawan. <u>Macam mana kita nak pergi jumpa kawan?</u> Anak-anak macam mana? Nak tinggal kat siapa? Takde siapa nak jaga anak." (I9, 2025)

36.	"Tempat yang macam kenduri kahwin ke, kalau pergi tu sanak saudara ada tu, saya memang akan duduk kat rumah, saya <u>takkan duduk kat luar yang ramai-ramai</u> . Orang kadang-kadang tak faham kita kan, anak kita. So kadang-kadang ada saya pergi, ada saya tak pergi lah." (I8, 2025)
37.	"Kita dengan dunia orang normal ni <u>ada satu barrier</u> dan kita kena terima. Kalau kita tak terima, sampai bila pun kita tak terima anak kita sebab <u>kita nak 'gang' dengan orang normal, kita tak boleh 'gang' dengan anak kita</u> . Jadi kalau kita nak 'gang' dengan anak kita, kita kena terima la perbezaan ni." (I10, 2025)
Cabaran Emosi Malu	
38.	"Kadang-kadang kita akan rasa <u>malu tau bila kita bawa anak-anak kita</u> , jumpa kawan-kawan kan, ada reunion ke, jumpa ke, datang raya ke kan anak kita duduk dalam bilik je." (I15, 2025)
39.	"Saya memang <u>malu</u> kadang-kadang bila anak saya jerit, saya terus ambil, saya <u>tak nak orang lagi bercakap pasal saya, anak saya</u> , saya terus ambil terus gerak." (I10, 2025)