

Kesan Trauma Zaman Kanak-kanak terhadap Kesejahteraan Kesihatan Mental Kanak-kanak dan Tingkah Laku Dewasa: Lensa Profesional di Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)

The Effects of Childhood Trauma on Children's Mental Health Well-Being and Adult Behavior: Perspective of Professionals in Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)

Asma Amalia Azman
¹Hilwa Abdullah @ Mohd Nor

Pusat Kajian Psikologi & Kesejahteraan Manusia
Universiti Kebangsaan Malaysia
Bangi, Selangor, Malaysia

Correspondence e-mel: ¹hilwa@ukm.edu.my

ABSTRAK

Trauma zaman kanak-kanak berlaku lebih kerap daripada yang difikirkan. Lebih daripada dua pertiga kanak-kanak melaporkan sekurang-kurangnya satu peristiwa traumatik menjelang umur 16 tahun termasuklah pengabaian, penderaan psikologi, fizikal, seksual, bencana dan sebagainya. Trauma zaman kanak-kanak dipercayai memberi kesan bukan sahaja terhadap kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak malahan terhadap tingkah laku mereka apabila dewasa. Kajian ini dilaksanakan bagi melihat kesan trauma zaman kanak-kanak terhadap kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak dan tingkah laku dewasa dari perspektif tujuh pakar klinikal dan profesional di Universiti Kebangsaan Malaysia. Kajian kualitatif berbentuk temu bual secara mendalam dijalankan di UKM secara bersemuka dan dalam talian dengan mengemukakan soalan-soalan separa berstruktur. Kaedah pensampelan yang digunakan adalah pensampelan bertujuan dan pensampelan bola salji. Informan terdiri daripada golongan profesional yang pakar dan bekerja dalam bidang yang melibatkan trauma semasa zaman kanak-kanak dari UKM. Data transkripsi dianalisis secara manual menggunakan analisis tematik. Hasil kajian menunjukkan kesan trauma zaman kanak-kanak terhadap tingkah laku dewasa terdiri daripada tingkah laku adaptif dan maladaptif. Tingkah laku adaptif terdiri daripada tingkah laku memperbaiki diri dan mendapatkan bantuan profesional. Manakala, tingkah laku maladaptif pula ialah terlibat dalam penyalahgunaan bahan, membahayakan diri, tingkah laku devian serta melarikan diri daripada trauma. Penemuan kajian dijangka dapat menunjukkan gambaran sebenar isu trauma zaman kanak-kanak di Malaysia dari lensa profesional bagi menyumbang terhadap kesedaran masyarakat berkaitan kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak.

Kata kunci: kesan, trauma zaman kanak-kanak, kesejahteraan kesihatan mental, tingkah laku dewasa, profesional

ABSTRACT

Childhood trauma occurs more often than one might think. More than two-thirds of children reported at least one traumatic event by the age of 16 including neglect, psychological, physical, sexual, catastrophic abuse and others. Childhood trauma is believed to affect not only children's mental health well-being but also their behavior as adults. This study aims to look for the effects of childhood trauma on children's mental well-being and adult behaviour from the perspective of seven clinical and

professional experts in Universiti Kebangsaan Malaysia. A qualitative study employing in-depth interviews was conducted at UKM both face-to-face and online, utilizing semi-structured questions. Purposive sampling and snowball sampling methods were used in this study. Informants consisted of professionals specializing in fields involving childhood trauma at UKM. Transcribed data were analyzed manually using thematic analysis. The results of the study show that the effects of childhood trauma on adult behavior consist of adaptive and maladaptive behavior. Adaptive behavior consists of self-improvement behavior and seeking professional help. Meanwhile, maladaptive behavior is involved in substance abuse, self-harm, deviant behavior and escape from trauma. The findings of the study are expected to show the reality of childhood trauma issues in Malaysia from professionals' viewpoint to contribute public awareness related to children's mental health well-being.

Keywords: *effects, childhood trauma, mental health well-being, adult behavior, professionals*

1. Pengenalan

Zaman kanak-kanak adalah tempoh yang penting dalam kehidupan seseorang kerana merupakan asas untuk perkembangan dan kesejahteraan masa depan (Likhar, Baghel & Patil 2022). Pengalaman dan peluang yang dimiliki semasa awal kanak-kanak membentuk keupayaan mereka untuk menyumbang kepada masyarakat dan menentukan kualiti hidup mereka secara keseluruhan sebagai seorang dewasa. Lima tahun pertama kehidupan yang dikenali sebagai tahun formatif, memainkan peranan penting dalam membentuk perkembangan, prestasi dan kejayaan kanak-kanak dalam peringkat kehidupan seterusnya. Dalam tempoh ini, otak mengalami perkembangan pesat dan intensif yang menjadikannya lebih mudah terdedah kepada pengaruh luar, seperti persekitaran dan interaksi dengan penjaga.

Menurut American Psychiatric Association (APA), trauma digambarkan sebagai pengalaman yang dilalui yang mengancam kecederaan, kematian atau integriti fizikal dan menyebabkan perasaan takut, seram dan tidak berdaya. Pengalaman ini mungkin berlaku disebabkan satu kejadian (akut) atau kesan daripada pendedahan berulang (kronik). Pendedahan kepada pengalaman traumatik adalah meluas dan tidak mempunyai diskriminasi jantina, umur, bangsa, etnik atau orientasi seksual (American Psychiatric Association 2000). Pengalaman trauma semasa zaman kanak-kanak mempunyai lima dimensi, iaitu penderaan fizikal, penderaan emosi, penderaan seksual, pengabaian fizikal dan pengabaian emosi (Bernstein & Fink 1998). Trauma semasa zaman kanak-kanak mempunyai implikasi besar dalam perkembangan manusia kerana merupakan penyebab utama morbiditi kanak-kanak dalam pengkhususan kesihatan dan ketidakupayaan fizikal, kesihatan emosi dan perkembangan kesihatan anak (Arifah Yusri & Mohd Nasir 2022).

Menurut Majlis Keselamatan Negara (MKN), masalah kesihatan mental kini turut menular kepada golongan kanak-kanak. Seorang daripada 20 orang kanak-kanak berusia 5 hingga 9 tahun di Malaysia kini mengalami gangguan mental. Kementerian Kesihatan Malaysia telah merekodkan 424,000 kanak-kanak di Malaysia disahkan mengalami masalah mental (Raihan Mokti 2023). Trauma zaman kanak-kanak juga berlaku lebih kerap daripada yang difikirkan. Menurut Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA 2017), lebih daripada dua pertiga kanak-kanak melaporkan sekurang-kurangnya satu peristiwa traumatik menjelang umur 16 tahun termasuklah pengabaian, penderaan psikologi, fizikal, seksual, bencana dan sebagainya. Peristiwa traumatik zaman kanak-kanak bukan sahaja melibatkan kejadian akut namun peristiwa berulang yang mengancam kesejahteraan secara harian juga menyumbang kepada peristiwa traumatik.

Menurut Sinar Harian bertarikh 20 November 2023, sebanyak 6,770 kes penderaan kanak-kanak dilaporkan di negara ini pada tahun 2022, meningkat 626 kes berbanding 6,144 kes pada tahun 2021. Menteri Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat, Datuk Seri Nancy Shukri berkata, sebanyak 5,216 kes penderaan kanak-kanak dilaporkan diterima Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM) setakat Ogos 2023. Media acap kali mendedahkan kisah kanak-kanak yang dikasari golongan dewasa termasuklah kes dera di rumah pengasuh, jurulatih yang menampar anak murid malah ibu bapa yang menjadikan kekerasan sebagai alasan untuk mendidik anak-anak. Bukan itu sahaja, perbincangan dan perbandingan berkaitan cara didikan yang berkesan sering berlaku yang melibatkan pertembungan antara keperluan mendidik anak menggunakan dendaan, rotan dan hukuman fizikal lain yang secara tidak sedar menjadi salah satu punca berlakunya trauma semasa zaman kanak-kanak. Trauma yang dialami pada zaman kanak-kanak ini akan meninggalkan kesan yang mendalam berpanjangan sehingga mempengaruhi tingkah laku apabila menginjak dewasa. Mangsa trauma zaman kanak-kanak ini akan membentuk mekanisme daya tindak sama ada yang positif (adaptif) mahupun yang negatif (maladaptif). Mekanisma daya tindak yang maladaptif akan mengganggu kehidupan seharian, kesihatan mental serta hubungan interpersonal.

Trauma memberi kesan yang mendalam terhadap kesejahteraan kesihatan mental sama ada dari aspek fizikal, psikologikal mahupun sosial. Pelbagai kesan trauma zaman kanak-kanak telah direkodkan dalam kajian-kajian lepas. Kajian oleh McKay et al. (2021) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pendedahan trauma semasa zaman kanak-kanak dan gangguan mental dewasa. Zaman kanak-kanak dan remaja merupakan tempoh yang kritikal yang merisikokan seseorang itu untuk mendapat penyakit mental di kemudian hari. Trauma zaman kanak-kanak juga terbukti sangat berkait dengan gejala kemurungan dan hubungan ini berpotensi dimediasi oleh kesunyian (Fan et al. 2023). Seterusnya, menurut kajian oleh Arifah Yusri dan Mohd Nasir (2022), pengalaman trauma semasa zaman kanak-kanak dilihat sangat memberikan pengaruh terhadap keyakinan diri seseorang apabila mereka menjadi dewasa kelak. Selain itu, trauma kanak-kanak seperti penderaan seksual dan penderaan fizikal dikaitkan dengan pelbagai gangguan tidur seperti kesukaran untuk tidur, terus tidur dan peningkatan aktiviti semasa tidur (Baddam et al. 2018; Glod et al. 1997) Kajian oleh Brindle et al. (2018) menunjukkan trauma semasa kanak-kanak boleh menjejaskan kesihatan tidur ketika menginjak dewasa.

Trauma zaman kanak-kanak memberi kesan kepada tingkah laku apabila meningkat dewasa. Tingkah laku yang dipamerkan merupakan mekanisme daya tindak yang digunakan untuk meneruskan hidup selepas menghadapi trauma ketika zaman kanak-kanak. Menurut Folkman dan Moskowitz (2004), daya tindak adalah tingkah laku dan pemikiran yang digunakan seseorang untuk menangani keadaan yang mencabar dalam mengurus permintaan dalaman dan luaran bagi situasi yang dinilai sebagai tekanan. Antara mekanisme daya tindak maladaptif yang biasa dikenal pasti dalam kalangan dewasa yang menghadapi trauma zaman kanak-kanak ialah penyalahgunaan dadah, mengasingkan diri serta penafian. Oleh disebabkan trauma boleh memudaratkan kesejahteraan seseorang, mangsa mungkin berusaha untuk mengasingkan diri sebagai tindak balas kepada keterukan dan kerumitan emosi serta pemikiran mereka selepas peristiwa yang menyedihkan (Jenama, Schielke & Brams 2017).

Isu trauma semasa zaman kanak-kanak ini masih kurang diteroka dan dikaji di Malaysia terutama berkaitan kesannya dalam jangka masa panjang. Tambahan pula, kebanyakan kajian yang dijalankan adalah berbentuk kuantitatif yang mengehadkan penemuan baharu berkaitan isu ini. Selain itu, kebanyakan kajian lepas juga mengambil kira pengalaman retrospektif mangsa yang terdapat kemungkinan wujudnya memori palsu serta bias dalam perkongsian pengalaman sewaktu kanak-kanak disebabkan trauma yang dialami.

Kajian yang mengkaji dari lensa profesional ini adalah bertujuan untuk mendapatkan maklumat secara terus daripada golongan berpengalaman yang bertanggungjawab mengenal pasti, mengkaji dan menguruskan individu yang pernah mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak ini. Melalui kajian ini, pandangan profesional dapat diketengahkan untuk membantu mengenal pasti isu berkaitan trauma semasa zaman kanak-kanak dengan lebih mendalam. Secara ringkasnya, kajian ini akan mengkaji trauma dari aspek penderaan emosi, fizikal dan seksual serta menggunakannya untuk memahami kesan trauma dari aspek mekanisma daya tindak yang diambil golongan ini apabila mereka menginjak dewasa yang dipamerkan melalui tingkah laku. Oleh itu, kajian kualitatif berbentuk temu bual ini adalah penting dan signifikan bagi mengenal pasti isu berkaitan trauma kanak-kanak daripada lensa profesional di UKM yang merupakan universiti yang memiliki tenaga profesional terbaik dalam bidang kajian ini. Hasil temu bual yang diperolehi akan mempamerkan gambaran sebenar keadaan kesihatan mental di Malaysia serta mampu menyumbang dalam meningkatkan kesedaran dalam kalangan masyarakat.

Berdasarkan perbincangan di atas, objektif kajian ini adalah untuk mengetahui tingkah laku yang ditunjukkan oleh individu dewasa yang pernah mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak dari lensa profesional UKM.

2. Sorotan Literatur

Terdapat pelbagai kajian luar dan dalam negara yang berkaitan dengan trauma semasa zaman kanak-kanak. Cheyenne Downey dan Aoife Crummy (2022) telah menjalankan sebuah kajian bertajuk *The impact of childhood trauma on children's wellbeing and adult behavior* yang dijalankan dari perspektif sembilan profesional klinikal di Ireland. Kajian ini mempamerkan bagaimana penderaan fizikal, seksual dan emosi mengganggu kehidupan seseorang dengan menganalisis strategi daya tindak dan tingkah laku mangsa trauma zaman kanak-kanak berikutan pendedahan peristiwa traumatik. Keputusan kajian menunjukkan mangsa trauma zaman kanak-kanak menunjukkan isu kebergantungan alkohol dan dadah namun menafikan kesan negatif peristiwa traumatik terhadap kesejahteraan mereka. Permulaan awal trauma mungkin menimbulkan keyakinan diri yang rendah, kemurungan serta kebimbangan. Gangguan tidur tidak menjadi akibat kepada trauma zaman kanak-kanak dalam kajian ini. Manakala, kelas sosial bukanlah faktor yang mempengaruhi jenis pengalaman traumatik yang dihadapi oleh individu dari latar belakang yang berbeza. Walau bagaimanapun, keadaan kewangan adalah penting dalam memberi kesan kepada ketersediaan perkhidmatan sokongan.

Sebuah kajian oleh Arifah Yusri dan Mohd Nasir Selamat (2022) telah dijalankan yang bertajuk *Pengalaman Trauma semasa Zaman Kanak-kanak dan Pengaruhnya Terhadap Keyakinan Diri Remaja di Kuala Lumpur*. Kajian yang dijalankan dalam kalangan 115 pelajar sekolah menengah ini dilakukan bertujuan untuk mengkaji pengalaman trauma semasa zaman kanak-kanak dan pengaruhnya terhadap keyakinan diri remaja di Kuala Lumpur. Keputusan kajian menunjukkan bahawa semua jenis trauma kanak-kanak iaitu penderaan fizikal, penderaan emosi, pengabaian fizikal, pengabaian emosi dan juga penderaan seksual mempunyai hubungan korelasi yang sangat signifikan dengan keyakinan diri. Jenis trauma yang paling banyak dihadapi oleh remaja di Kuala Lumpur ialah dimensi pengabaian emosi.

Trauma zaman kanak-kanak, dikenal pasti oleh Schaan et al. (2019) sebagai 'kesulitan kehidupan awal' yang berpotensi secara kekal untuk mengubah tindak balas tekanan,

mencetuskan laluan gangguan kesihatan mental termasuk kemurungan, kebimbangan, pencerobohan, dan psikosis pada orang dewasa. Arora, S. dan Soni, S. (2024) telah menjalankan kajian yang bertajuk *Unveiling the pernicious consequences of trauma in childhood: A study on the relationships between adverse childhood experiences and children's wellbeing and attachment styles in young adults*. Dalam kajian ini, pengkaji mengenal pasti hubungan yang rumit di antara trauma kanak-kanak, kesejahteraan psikologi dan gaya keterikatan dewasa dalam kalangan dewasa muda yang bertujuan untuk menerangkan perkaitan dan implikasinya terhadap kesihatan mental. Walau bagaimanapun, trauma zaman kanak-kanak menunjukkan korelasi negatif yang lemah dengan kesejahteraan psikologi ($r = -.092, p > .05$).

Michael T. McKay et. al (2021) telah melakukan tinjauan sistematik dan meta analisis yang bertajuk *Childhood trauma and adult mental disorder: A systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies*. Dalam kajian ini, pengkaji ingin mengenal pasti bukti secara sistematik untuk perkaitan antara trauma dialami pada zaman kanak-kanak atau remaja dan pengalaman afektif berikutnya atau gangguan mental psikotik pada masa dewasa. Keputusan kajian menunjukkan terdapat bukti kukuh tentang perkaitan antara trauma zaman kanak-kanak dan penyakit mental pada kemudian hari. Perkaitan ini amat jelas untuk pendedahan kepada buli, penderaan emosi, penganiayaan dan kehilangan ibu bapa. Bukti menunjukkan bahawa zaman kanak-kanak dan remaja adalah masa yang penting untuk seseorang itu berisiko mengalami penyakit mental kemudian hari dan satu tempoh penting untuk memfokuskan strategi intervensi.

Selain itu, Brindle et al. (2018) telah menjalankan kajian yang bertajuk *The relationship between childhood trauma and poor sleep health in adulthood*. Kajian ini dijalankan bertujuan untuk mencirikan hubungan antara pendedahan trauma kanak-kanak dan kesihatan tidur melalui ukuran tidur multidimensi novel (novel multidimensional measure of sleep). Keputusan kajian menunjukkan lebih banyak pendedahan trauma zaman kanak-kanak dikaitkan dengan kesihatan tidur yang rendah yang diukur melalui diari tidur dan aktigrafi (actigraphy) dalam kalangan dewasa. Selepas pelarasan dilakukan untuk tekanan semasa, sejarah kemurungan dan kovariat sosiodemografi lain, perkaitan antara trauma kanak-kanak dengan kesihatan tidur yang rendah adalah tetap signifikan. Sungguhpun begitu, pendedahan trauma selepas umur 18 tahun dan sepanjang hayat adalah tidak berkaitan dengan kesihatan tidur berasaskan diari atau aktigrafi.

Tammy C. Ayres (2023) telah menjalankan sebuah kajian yang bertajuk *Childhood Trauma, Problematic Drug Use and Coping* yang bertujuan untuk mengkaji tentang kemungkinan keterukan (severity) trauma zaman kanak-kanak atau jenis daya tindak meramalkan penggunaan dadah bermasalah dalam kalangan sekumpulan 149 pesalah lelaki yang menggunakan dadah. Keputusan kajian menunjukkan tahap trauma kanak-kanak yang tinggi tidak memberi kesan kepada keterukan penggunaan dadah dalam kalangan dewasa atau membezakan antara pesalah yang menggunakan dadah tanpa masalah dengan mereka yang menunjukkan penggunaan dadah bermasalah.

3. Metodologi dan Kawasan Kajian

Reka bentuk kajian ini adalah secara kualitatif berbentuk fenomenologi di mana penyelidik mengumpul data melalui temu bual secara mendalam. 7 orang informan dipilih melalui kaedah pensampelan bertujuan dan bola salji. Syarat pemilihan informan adalah memiliki

pengalaman dalam mengendalikan isu trauma semasa zaman kanak-kanak serta golongan profesional dari UKM. Sesi temu bual dilaksanakan secara bersemuka atau dalam talian dan direkod dengan alat perakam suara serta nota lapangan. Penyelidik akan mengemukakan 8 soalan temu bual berbentuk terbuka yang telah dipilih (pre-selected). Soalan temu bual separa berstruktur dibangunkan oleh pengkaji yang diadaptasi daripada kajian Downey, C. & Crummy, A. (2022). Masa yang diambil untuk sesi temu bual adalah sekitar 20 hingga 45 minit. Data kajian ini dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik (thematic analysis) secara manual dengan menekankan tema dan pola berulang yang dikenal pasti semasa menganalisis transkrip temu bual. Setiap transkrip disemak dengan teliti untuk dikodkan secara berasingan seterusnya dianalisis untuk membangunkan tema yang sesuai. Kawasan kajian ialah di Universiti Kebangsaan Malaysia kampus Bangi, Selangor di mana para profesional yang terdiri daripada ahli psikologi klinikal, kaunselor, ahli psikologi perkembangan serta pekerja sosial dikenal pasti dan ditemu bual. Kawasan kajian dipilih kerana UKM merupakan salah sebuah universiti penyelidikan berprestij di Malaysia serta memiliki ramai pakar dalam bidang kesejahteraan mental.

4. Dapatan dan Perbincangan

Bahagian ini akan menjelaskan berkenaan dengan dapatan dan perbincangan kajian hasil daripada temu bual ke atas tujuh orang informan. Informan yang telah ditemu bual berasal daripada latar belakang pekerjaan yang berbeza namun kesemua mereka terlibat dalam mengendalikan klien, mengkaji dan merawat golongan yang menghadapi trauma semasa zaman kanak-kanak. Selain itu, bahagian ini juga turut menjelaskan kesan trauma semasa zaman kanak-kanak terhadap tingkah laku dewasa yang terdiri daripada tingkah laku adaptif dan tingkah laku maladaptif.

4.1 Demografi Informen

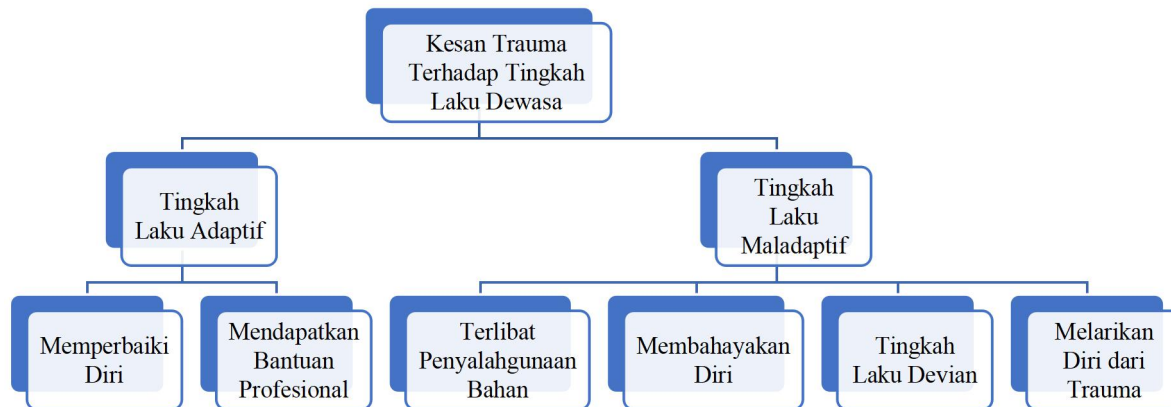
JADUAL 1. Demografi Informen

Informan	Umur (tahun)	Jantina	Peringkat Pengajian	Kerjaya/ jawatan	Tempoh penglibatan (tahun)
Informan 1	44	Perempuan	PhD	Ahli Psikologi Perkembangan	18
Informan 2	28	Perempuan	Sarjana	Ahli Psikologi Klinikal	5
Informan 3	34	Lelaki	Sarjana	Ahli Psikologi Klinikal	7
Informan 4	38	Lelaki	Sarjana Muda	Pegawai Psikologi (Kaunselor)	12
Informan 5	34	Lelaki	Sarjana Muda	Pegawai Psikologi (Kaunselor)	10
Informan 6	37	Perempuan	PhD	Ahli Kerja Sosial, Kaunselor	2
Informan 7	47	Perempuan	PhD	Ahli Kerja Sosial, Kaunselor	14

Jadual 1 di atas menunjukkan data demografi bagi tujuh orang informan. Informan berumur dari 28 hingga 47 tahun. Informan terdiri daripada empat orang perempuan dan tiga orang lelaki. Peringkat pengajian informan adalah seramai tiga orang peringkat PhD, dua orang peringkat sarjana dan dua orang peringkat ijazah sarjana muda. Informan terdiri daripada

seorang ahli psikologi perkembangan, dua orang ahli klinikal psikologi, dua orang pegawai psikologi (kaunselor) serta dua orang ahli kerja sosial yang juga merupakan kaunselor. Tempoh penglibatan informan dalam kerjaya yang mengendalikan kes trauma ialah bermula dari dua tahun sehingga 18 tahun.

4.2 Kesan Trauma Zaman Kanak-kanak Terhadap Tingkah Laku Dewasa



RAJAH 1. Kesan trauma terhadap tingkah laku dewasa

Berdasarkan Rajah 1, hasil kajian yang dijalankan mendapati terdapat dua kesan trauma semasa zaman kanak-kanak terhadap tingkah laku dewasa iaitu tingkah laku adaptif dan tingkah laku maladaptif. Tingkah laku adaptif terdiri daripada tingkah laku memperbaiki diri dan mendapatkan bantuan profesional. Manakala, tingkah laku maladaptif pula ialah terlibat dalam penyalahgunaan bahan, membahayakan diri, tingkah laku devian serta melarikan diri daripada trauma.

4.2.1 Tingkah Laku Adaptif

Tingkah laku adaptif ini merupakan tingkah laku positif yang ditunjukkan kesan daripada trauma yang dialami semasa zaman kanak-kanak. Menurut informan, individu yang menunjukkan tingkah laku yang adaptif ini "*Maksudnya mereka matang dalam menilai. Mereka matang dalam mengolah kehidupan mereka. Jadi, mereka boleh mengharungi kehidupan ini dengan lebih baik.*" (Informan 4) serta "*daya tahan dia tinggi, resilience dia tinggi, dia boleh go through quite macam-macam.*" (Informan 2). Berdasarkan kajian, terdapat dua tingkah laku adaptif yang ditunjukkan individu yang menghadapi trauma semasa zaman kanak-kanak. Antaranya ialah memperbaiki diri dan mendapatkan bantuan profesional.

i) Memperbaiki Diri

Tingkah laku adaptif yang pertama ialah memperbaiki diri. Terdapat pelbagai cara seseorang itu memperbaiki diri iaitu dengan berusaha untuk berjaya dalam pelajaran, rajin bersenam, sibukkan diri dengan perkara bermanfaat serta lebih kuat agama. Sebagai contoh, informan menyatakan;

“Cara seseorang tu protect diri dia selepas trauma. Ada orang protect diri dia dengan cara dia akan excel in other things. Macam benda ni, dia susah, family dia tak okay, apa yang dia go through tak okay, so dia akan excel dekat study. Study dia akan terus excel. Tapi bila kita tengok balik, they go through a lot of painful experiences, traumatic experiences. Ada juga yang very expressive, ada yang menulis, ada yang tulis notebook, ada yang tulis buku, ada yang able to share.”

(Informan 2)

“Mungkin ada yang sihat, mungkin ada yang tak sihat. Macam saya sebut tadi itu banyak yang daya tindak yang tak sihat. Tetapi ada banyak yang sihat. Contohnya dia jadi sangat aktif dengan macam exercise. Sebab dia nak lupakan, dia nak cope dengan trauma. Dia jadi macam someone yang macam apa dia selalu pergi gym, nak bina badan, nak kurus, nak badan cantik. So dia selalu aktif sukan, dia pergi jogging. Jadi ini benda itu, ini satu apa coping skill yang baik. So tak semuanya yang tak baik.”

(Informan 3)

“Dan ada klien-klien lain biasanya coping mekanisme yang natural mereka buat adalah menyibukkan diri. Sambung belajar untuk stop daripada fikir masalah-masalah ataupun trauma yang mereka hadapi sebelum ni.”

(Informan 6)

Dapatan kajian hasil temu bual yang dijalankan menunjukkan bahawa, klien dewasa yang menghadapi trauma zaman kanak-kanak menunjukkan tingkah laku adaptif iaitu cuba untuk memperbaiki dan menyibukkan diri dengan aktiviti-aktiviti berfaedah. Dengan menyibukkan diri, mereka dapat melupakan trauma yang dihadapi semasa kanak-kanak serta menjadi individu yang lebih baik. Hasil kajian ini adalah bertentangan dengan kajian oleh McKelvey et al. (2018) yang menunjukkan bahawa pendedahan pengalaman buruk zaman kanak-kanak (ACE) pada peringkat bayi dan kanak-kanak dikaitkan dengan peningkatan kemungkinan bahawa kanak-kanak akan menunjukkan tingkah laku maladaptif dan mempunyai hasil akademik yang kurang optimum.

ii) Mendapatkan Bantuan Profesional

Berdasarkan temu bual yang dijalankan ke atas profesional yang mengendalikan kes trauma, tingkah laku adaptif yang dilakukan oleh klien ialah mendapatkan pertolongan profesional apabila memerlukannya. Informan menyatakan;

“Antara salah satu yang saya nampak kalau dengan klien saya memang dia seek professional help lah. Maksudnya some of my client yang memang ada trauma experience ni saya bukan terapis yang pertama. Okey jadi maksudnya mereka ni segelintir mereka mereka memang nak sangat pulih. Tak nak fikir mengenai events yang create the trauma. Jadi dia akan continuously cari terapis yang bersesuaian.”

(Informan 6)

Berdasarkan hasil temu bual ini, golongan dewasa yang pernah mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak bertindak mendapatkan rawatan daripada golongan profesional untuk keluar daripada kesan trauma yang di alami. Menurut Curran et al. (2021) pemeriksaan awal untuk sejarah trauma akan memudahkan usaha pencegahan sebelum timbulnya kemurungan dan berkemungkinan dapat mengurangkan rawatan yang tidak berkesan.

4.2.2. Tingkah Laku Maladaptif

i) Terlibat Penyalahgunaan Bahan

Hasil temu bual mendapati golongan yang menghadapi trauma semasa zaman kanak-kanak ini cenderung terlibat dengan penyalahgunaan bahan. Penyalahgunaan bahan yang paling ketara ialah terlibat dengan dadah dan alkohol. Majoriti informan (6 daripada 7) menyatakan bahawa klien mereka yang mengalami trauma zaman kanak-kanak terlibat dengan pengambilan bahan terlarang seperti penyalahgunaan dadah, pengambilan alkohol serta ganja. Sebagai contoh, informan menyatakan;

“Ada yang terlibat dengan aktiviti-aktiviti berisiko seperti penyalahgunaan dadah.”

(Informen 3)

Informen 3 juga menyatakan bahawa ganja merupakan penyalahgunaan bahan yang popular dalam kalangan klien yang menghadapi trauma.

“Jadi memang ada pelbagai cara yang kadang-kala mereka gunakan dan ada satu popular juga sebenarnya yang biasa adalah weed lah. Penyalahgunaan ganja. Itu juga salah satu cara. Dia mekanisme daya tindak tapi dia maladaptif. Dia tak sihatlah.”

(Informen 3)

Hasil kajian ini adalah selari dengan kajian oleh Cheyenne Downey dan Aoife Crummy (2022) yang mendapati mangsa trauma zaman kanak-kanak menunjukkan isu kebergantungan alkohol dan dadah namun menafikan kesan negatif peristiwa traumatik terhadap kesejahteraan mereka. Sungguhpun begitu, hasil kajian ini bertentangan dengan kajian oleh Tammy C. Ayres (2023) yang menyatakan tahap trauma kanak-kanak yang tinggi tidak memberi kesan kepada keterukan penggunaan dadah dalam kalangan dewasa atau membezakan antara pesalah yang menggunakan dadah tanpa masalah dengan mereka yang menunjukkan penggunaan dadah bermasalah.

ii) Membahayakan Diri

Seterusnya, golongan dewasa yang mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak didapati sering melakukan tingkah laku yang membahayakan diri. Tingkah laku yang membahayakan ini termasuklah pemikiran dan cubaan membunuh diri, perlakuan mencederakan diri serta pengambilan ubat yang melebihi dos. Menurut Informan 4, klien beliau melakukan perbuatan menghantukkan kepala ke dinding berulang kali setiap kali terbayang peristiwa trauma yang pernah dialaminya. Menurut informan;

“Maksudnya cuba untuk membunuh diri atau cuba untuk mencederakan diri, hasil daripada peristiwa traumatik. Dan ada segelintir klien, ada tingkah laku yang mereka lakukan untuk dia hilangkan perasaan ataupun ingatan tentang masa lalu. Ada yang menghantuk kepala ke dinding. Dia cuba untuk melupakan.”

(Informan 4)

Sungguhpun begitu, Informan 6 menyatakan bahawa klien beliau mencederakan diri tanpa ada pemikiran untuk membunuh diri. Informan menyatakan;

“Dia memilih untuk mencederakan diri dan bertindak agresif. Tetapi tidak ada suicidal thought tau. Yang mencederakan diri ni dia hanya cederakan with non-suicidal thought. Maksudnya dia suka harming.”

(Informan 6)

“Ada yang suicidal thoughts , ada yang self harming. This would happen to apparently to a lot of people, not everyone has high resilience. It's just the way how your body copes lah, and different people copes differently.”

(Responden 2)

Secara keseluruhannya, trauma semasa zaman kanak-kanak telah memberi kesan terhadap tingkah laku membahayakan diri sama ada dengan niat untuk membunuh diri atau tidak. Kajian ini adalah selari dengan kajian lepas oleh Farjami M. et al. (2024) yang telah menunjukkan hubungan signifikan antara kesan langsung trauma kanak-kanak dengan tingkah laku mencederakan diri sendiri.

iii) Tingkah Laku Devian

Tingkah laku devian menggambarkan tingkah laku yang agresif, luar kawalan, kompulsif serta di luar kebiasaan. Tingkah laku devian ini berlaku sebagai mekanisme daya tindak bagi melindungi mangsa trauma serta membantu mereka menghadapi masa lalu. Hasil kajian mendapati mangsa trauma semasa zaman kanak-kanak ini menjadi agresif. Sebagai contoh, Informan 1 menyatakan;

“So, kalau mereka menjadi mangsa keganasan atau mereka melihat ibu, adik contohnya diganasi. Mereka pun sebenarnya akan buat perkara yang sama. Itu pun kita panggil vicious cycle lah. Mereka menjadi agresif. Mereka pun mungkin sebenarnya in the next future, melakukan jenayah secara fizikal.”

(Informan 1)

Selain itu, Informan 5 menggambarkan klien yang menghadapi trauma semasa zaman kanak-kanak memiliki kelakuan di luar kebiasaan seperti mengamuk, bertindak impulsif serta memandu dalam keadaan berbahaya. Informan 5 menyatakan;

“Dia bawa kenderaan dengan sangat laju. Dia cederakan diri dia sebab dia nak channel perasaan tersebut dengan ketakutan tersebut. Dan ada juga yang bertindak luar kawalan. Macam cederakan diri dengan sama ada dengan bertindak seperti salah satu kes itu, dia bertindak luar kawalan sehingga dia mengamuk. Apabila permintaan dia tidak dipenuhi, dia mengamuk dan menumbuk ahli keluarganya.”

(Informan 5)

Bukan itu sahaja, terdapat responden yang menyatakan klien mereka terlibat dengan gejala sosial seperti pelacuran, seks bebas, pornografi serta masturbasi. Informan-informan tersebut menyatakan;

“Contohnya kan, remaja perempuan. Kita risau mereka mungkin terlibat dalam gejala sosial yang lebih teruk lah. Contoh bukan setakat ambil dadah, mungkin mereka pun terlibat dalam pelacuran ataupun menjadi sexual worker.”

(Informan 1)

“Malah ada yang terlibat dengan perkara seperti seks bebas seperti ketagihan terhadap pornografi, ketagihan terhadap masturbation.”

(Informan 3)

Keputusan kajian ini disokong oleh kajian Wang et al. (2019) yang menunjukkan bahawa penderaan emosi semasa kanak-kanak secara signifikan meramalkan keagresifan pelajar kolej dalam sampel yang dikaji. Penemuan ini mencadangkan bahawa penjaga harus memberi lebih perhatian kepada perkembangan personaliti kanak-kanak bagi memperbaiki kesan buruk penderaan emosi zaman kanak-kanak terhadap tingkah laku agresif.

iv) Melarikan diri dari trauma

Berdasarkan temu bual, klien yang mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak digambarkan cuba melarikan diri dari trauma. Mereka memiliki tingkah laku mengelak dan cuba menafikan trauma yang pernah dihadapi sebagai salah satu mekanisme daya tindak mereka. Informan menyatakan;

“Yang pertama mungkin dia biasanya dia suka avoid, dia suka mengelak. Mengelak daripada pertama, mengelak daripada berjumpa dengan orang yang menyebabkan trauma itu. Dia mengelak daripada tempat atau situasi atau waktu yang dia pernah kena trauma itu. Contohnya, mengelak daripada terjumpa pada waktu raya, pada waktu berkumpul ramai-ramai. Mengelak daripada pergi berdekatan dengan rumah orang tersebut. Mengelak daripada pergi majlis-majlis yang ada individu-individu itu. Mengelak daripada pergi ke tempat macam sekolah ke universiti ke kolej ke tadika ke perkampungan yang mengingatkan dia kepada perkara-perkara yang traumatik itu. Dia akan cuba untuk mengelak. Itu antara yang paling selalulah iaitu avoidance.”

(Informan 3)

Seterusnya, tingkah laku penafian turut ditunjukkan oleh individu yang mengalami trauma semasa zaman kanak-kanak. Penafian boleh dianggap sebagai mekanisme pertahanan diri berbanding mekanisme daya tindak kerana mangsa enggan memikirkan pengalaman lalu demi menjaga kesejahteraan mereka. Informan 2 menyatakan;

“Ada yang in denial, sometimes dia tahu dia going through something tapi dia tak nak label it as trauma. Itu ada. Sebab trauma tu, it's a heavy word . It's a heavy label. You know? Oh, you know you're going through traumatic. Padahal aku okay je. Macam sekarang aku rasa aku okay. Tak adalah benda tu, just something je yang happen. Dulu aku macam ni. Tapi sekarang macam, aku okay je. Tak ada masalah pun. Ada yang denial tapi not to a point where dia rasa macam dia tak ada apa-apa ke, tak ada. Because they are going through the cycle, they go through a lot. Dia akan go through a lot.”

(Informan 2)

Sebuah kajian oleh Roche et al. (2019) mendapati analisis pengantaraan menunjukkan bahawa pengelakan pengalaman adalah pengantara yang signifikan dalam hubungan antara trauma kanak-kanak dan tingkah laku bermasalah. Kajian ini juga menyimpulkan bahawa pelajar kolej yang mengalami trauma zaman kanak-kanak mungkin menasarkn mekanisme yang menguntungkan seperti tingkah laku mengelak untuk meminimumkan penglibatan dalam tingkah laku bermasalah. Walau bagaimanapun, sebuah kajian merekodkan bahawa

apabila individu menafikan trauma zaman kanak-kanak mereka, mereka juga melaporkan kadar bunuh diri yang lebih rendah serta menunjukkan pengurangan pemikiran mereka tentang bunuh diri (Kline 2014). Menurut Tapia (2014), dalam sesetengah kes, pengalaman pahit traumatik boleh mencetuskan perasaan rasa malu yang boleh menghalang mangsa daripada mendapatkan sokongan.

Kesimpulannya, tingkah laku adaptif yang terdiri daripada i) memperbaiki diri dan ii) mendapatkan bantuan profesional serta tingkah laku maladaptif iaitu i) terlibat penyalahgunaan bahan, ii) membahayakan diri, iii) tingkah laku devian dan iv) melarikan diri daripada trauma merupakan tingkah laku dewasa kesan daripada peristiwa trauma semasa zaman kanak-kanak berdasarkan hasil temu bual bersama informan yang terdiri daripada golongan profesional dalam bidang kesihatan mental. Oleh itu, isu trauma zaman kanak-kanak ini haruslah dipandang serius kerana terbukti memberikan kesan jangka panjang dalam hidup individu yang menghadapinya.

5. Rumusan dan Cadangan

Rumusannya, isu trauma semasa zaman kanak-kanak ini merupakan suatu isu yang biasa didengari tetapi masih kurang diberi perhatian di Malaysia. Trauma zaman kanak-kanak ini memberi kesan bukan sahaja terhadap kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak malahan terhadap tingkah laku mereka apabila dewasa. Dalam kajian ini, trauma semasa zaman kanak-kanak terbukti memberi kesan terhadap tingkah laku apabila mangsa menginjak dewasa. Tingkah laku ini terbahagi kepada dua iaitu adaptif dan maladaptif. Tingkah laku adaptif termasuklah i) memperbaiki diri dan ii) mendapatkan bantuan profesional. Manakala, antara tingkah laku maladaptif ialah i) terlibat penyalahgunaan bahan, ii) membahayakan diri, iii) tingkah laku devian dan iv) melarikan diri daripada trauma. Justeru itu, pelaksanaan intervensi pencegahan haruslah diambil bermula daripada memelihara kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak.

Oleh itu, pelbagai pihak haruslah memandang serius isu ini kerana peristiwa trauma semasa zaman kanak-kanak ini meninggalkan kesan yang besar dan berpanjangan dalam hidup seseorang. Kajian yang mendalam berkaitan isu ini haruslah dilaksanakan dan didedahkan kepada masyarakat agar realiti sebenar yang sedang berlaku dapat diambil tindakan bagi menyelesaikannya. Kajian kualitatif ini diharapkan dapat membawa masyarakat untuk menilai keseriusan isu trauma ini dengan mengetengahkan pendapat daripada para profesional yang lebih pakar. Hasil daripada kajian ini juga dapat menjadi titik tolak dalam memelihara kesejahteraan kesihatan mental kanak-kanak di Malaysia.

Berdasarkan hasil kajian ini, pengkaji mencadangkan agar kajian kualitatif ke atas mangsa trauma yang bersifat longitudinal dapat dilaksanakan pada masa hadapan. Hal ini supaya data daripada mangsa dapat dikumpul secara langsung. Selain itu, skop pemilihan informan juga dicadangkan untuk diperluas lagi dengan menemu bual pakar psikologi yang lebih ramai daripada pelbagai latar belakang, bangsa dan demografi bagi mengambil kira faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkah laku kesan daripada trauma zaman kanak-kanak.

Rujukan

- American Psychiatric Association. (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed., Text rev.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Arifah Yusri & Mohd Nasir Selamat. (2022). Pengalaman Trauma semasa Zaman Kanak-kanak dan Pengaruhnya Terhadap Keyakinan Diri Remaja di Kuala Lumpur. *Jurnal Wacana Sarjana*, 6(2).
- Arora, S. & Soni, S. (2024). Unveiling the pernicious consequences of trauma in childhood: A study on the relationships between adverse childhood experiences and children's wellbeing and attachment styles in young adults. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 2(5), 129-148.
- Baddam, S. K., Canapari, C. A., Van Noordt, S. J. & Crowley, M. J. (2018). Sleep disturbances in child and adolescent mental health disorders: a review of the variability of objective sleep markers. *Medical Sciences*, 6(2), 46.
- Brand, B. L., Schielke, H. J. & Brams, J. S. (2017). Assisting the courts in understanding and connecting with experiences of disconnection: Addressing trauma-related dissociation as a forensic psychologist, part I. *Psychological Injury and Law*, 10(4), 283–297.
- Bernstein D.P, Fink L. (1998). Childhood Trauma Questionnaire: A retrospective self-report manual. The Psychological Corporation, San Antonia TX.
- Brindle, R. C., Cribbet, M. R., Samuelsson, L. B., Gao, C., Frank, E., Krafty, R. T., Thayer, J. F., Buysse, D. J. & Hall, M. H. (2018). The Relationship Between Childhood Trauma and Poor Sleep Health in Adulthood. *Psychosomatic Medicine*, 80(2), 200–207. <https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000542>
- Curran, E., Perra, O., Rosato, M., Ferry, F., & Leavey, G. (2021). Complex childhood trauma, gender and depression: Patterns and correlates of help-seeking and maladaptive coping. *Journal of Affective Disorders*, 292, 603-613.
- Downey, C. & Crummy, A. (2022). The impact of childhood trauma on children's wellbeing and adult behavior. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 6(1), 100237.
- Fan, L., Yu, C., Zhu, M., Mao, Z. & Li, N. (2023). Correlation between childhood trauma experience and depressive symptoms among young adults: The potential mediating role of loneliness. *Child Abuse & Neglect*, 144, 106358. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106358>
- Farjami, M., Farjami, Z., Shakibaeinezhad, A., & Paezy, L. (2024). Formulation The Model of Self-Injurious Behaviors Based on The Experience of Childhood Trauma and Alexithymia With The Mediation Of Mentalization In Adolescents. *Iranian Journal of Psychiatric Nursing*, 12(1), 0-0.
- Folkman, S. & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 745–774.
- Glod, C. A., Teicher, M. H., Hartman, C. R. & Harakal, T. (1997). Increased nocturnal activity and impaired sleep maintenance in abused children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 36(9), 1236-1243.

- Heath, W. (2018). *Psychology Research Methods: Connecting Research to Students' Lives*. Cambridge University Press.
- Huh, H. J., Kim, S. Y., Yu, J. J., & Chae, J. H. (2014). Childhood trauma and adult interpersonal relationship problems in patients with depression and anxiety disorders. *Annals of general psychiatry*, 13, 1-13.
- Kapoor, S., Domingue, H. K., Watson-Singleton, N. N., Are, F., Elmore, C. A., Crooks, C. L., ... & Kaslow, N. J. (2018). Childhood abuse, intrapersonal strength, and suicide resilience in African American females who attempted suicide. *Journal of family violence*, 33, 53-64.
- Kline, D. (2014). The Effect of Denial of Childhood Trauma on the Self-Report of Suicidality on Psychiatric Inpatients. Poster presented at LVHN Research Scholar Program Poster Session, Lehigh Valley Health Network, Allentown, PA.
- Likhar, A., Baghel, P., & Patil, M. (2022). Early Childhood Development and Social Determinants. *Cureus*, 14(9), e29500. <https://doi.org/10.7759/cureus.29500>
- McKay, M. T., Cannon, M., Chambers, D., Conroy, R., Coughlan, H., Dodd, P., Healy, C., O'Donnell, L. & Clarke, M. (2021). Childhood trauma and adult mental disorder: A systematic review and meta-analysis of longitudinal cohort studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 143(3), 189–205. <https://doi.org/10.1111/acps.13268>
- McKelvey, L. M., Edge, N. C., Mesman, G. R., Whiteside-Mansell, L., & Bradley, R. H. (2018). Adverse experiences in infancy and toddlerhood: Relations to adaptive behavior and academic status in middle childhood. *Child abuse & neglect*, 82, 168-177.
- Rahman, N. A. Z. A., & Hoesni, S. M. (2023). Hubungan Antara Trauma Zaman Kanak-kanak dan Kesiediaan Perkahwinan Dalam Kalangan Kemunculan Dewasa di Selangor. *Jurnal Wacana Sarjana*, 7(3), 1-15.
- Raihan Mokti. (2023). Kesehatan Mental di Malaysia Semakin Membimbangkan. *Majlis Keselamatan Negara*. 13 April. <https://www.mkn.gov.my/web/ms/2023/04/13/kesehatan-mental-di-malaysia-semakin-membimbangkan/> [30 Disember 2023].
- Roche, A. I., Kroska, E. B., Miller, M. L., Kroska, S. K., & O'Hara, M. W. (2019). Childhood trauma and problem behavior: Examining the mediating roles of experiential avoidance and mindfulness processes. *Journal of American college health*, 67(1), 17-26.
- Russin, S. E. & Stein, C. H. (2021). The Aftermath of Trauma and Abuse and the Impact on Family: A Narrative Literature review. *Trauma, Violence, & Abuse*, 23(4), 1288–1301. <https://doi.org/10.1177/1524838021995990>
- Substance Abuse and Mental Health Services Administration (SAMHSA). (2017). Understanding Child Trauma. <https://www.samhsa.gov/child-trauma/understanding-child-trauma> [30 Disember 2023].
- Tammy C. Ayres. (2023). Traversing the fantasy of drugs: drugs, consumerism and everyday life. *Drugs: Education, Prevention and Policy* 30:1, pages 17-30.

- Tapia, N. D. (2014). Survivors of child sexual abuse and predictors of adult re-victimization in the United States: A forward logistic regression analysis. *International journal of criminal justice sciences*, 9(1), 64.
- Wade DT, Halligan PW. (2017). The biopsychosocial model of illness: a model whose time has come. *Clinical Rehabilitation*. 31(8):995-1004. doi:10.1177/0269215517709890
- Wang, Q., Shi, W., & Jin, G. (2019). Effect of childhood emotional abuse on aggressive behavior: a moderated mediation model. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 28(8), 929-942.