

## **Kesan Psikososial Terhadap Mangsa Yang Dijangkiti Positif Covid-19 Dalam Kalangan Orang Dewasa: Kajian Kes Di Kelantan**

### ***Psychosocial Effects On Victims Of Covid-19 Positive Infection Among Adults : Case Study In Kelantan***

Anis Auni Zulkifli  
<sup>1</sup>Noremy Md Akhir

<sup>1</sup>Program Kerja Sosial  
Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia  
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan  
Universiti Kebangsaan Malaysia

Correspondence e-mel: <sup>1</sup>noremy@ukm.edu.my

#### **ABSTRAK**

*Kajian ini dilaksanakan untuk mengenalpasti masalah yang dihadapi dalam kalangan orang dewasa di Kelantan semasa menjalani kehidupan seharian mereka ketika mereka dalam keadaan positif Coronavirus (COVID-19). Sepanjang penyebaran wabak Coronavirus (COVID-19) melanda di negara ini, rakyat perlu menempuhi kehidupan dengan norma yang baharu. Kegiatan seharian juga tidak lagi normal seperti dahulu kala. Tambahan lagi bagi pesakit yang positif Coronavirus (COVID-19), mereka perlu menjalani proses kuarantin yang ketat untuk mengurangkan jangkitan kepada individu lain. Kajian ini telah menggunakan kaedah kualitatif dengan menggunakan reka bentuk fenomenologi dan data yang diperolehi telah dianalisis dengan menggunakan analisis tematik. Kajian ini melibatkan lapan orang golongan dewasa peringkat umur lingkungan umur 30 an sehingga 50 an. Kajian ini juga telah dijalankan di Kelantan. Objektif kajian ini adalah untuk mengkajikesan psikososial dalam kalangan orang dewasa dan telah menghasilkan sebanyak lima tema utama iaitu kesan terhadap fizikal, kesan terhadap mental dan emosi, masalah yang dihadapi ketika menjalani kehidupan seharian di pusat kuarantin, penerimaan terhadap situasi individu tersebut ketika mendapat tahu positif Coronavirus (COVID-19) dan perubahan yang ketara terhadap psikososial semasa menghadapi positif Coronavirus (COVID-19) . Kajian yang terhasil ini diharapkan dapat menjadi panduan serta rujukan kepada pihak yang berkepentingan untuk tujuan penambahbaikan kepada pengkaji akan datang.*

**Kata kunci:** Kesan psikososial, orang dewasa, pesakit positif Covid-19, Kelantan

#### **ABSTRACT**

*This study was conducted to identify the problems faced among adults in Kelantan during their daily lives when they were in a Coronavirus (COVID-19) positive state. Throughout the spread of the Coronavirus (COVID-19) pandemic hit the country, the people have to live life with new norms. Daily activities are also*

*no longer normal as in the past. Additionally for Coronavirus (COVID-19) positive patients, they need to undergo a rigorous quarantine process to reduce infection to other individuals. This study has used a qualitative method using phenomenological design and the data obtained were analyzed using thematic analysis. The study involved eight adults in the age group of 30 to 50 years. This study was also conducted in Kelantan. The objective of this study was to examine the psychosocial effects among adults and has produced a total of five main themes namely effects on physical, effects on mental and emotional, problems encountered while living daily life in quarantine centers, acceptance of the individual's situation when positive. Coronavirus (COVID-19) and significant changes in psychosocial during coronavirus (COVID-19) positive exposure. The resulting study is expected to be a guide and reference to stakeholders for the purpose of improvement to futureresearchers.*

**Keywords:** *Psychosocial effects, adults, Covid-19 positive patients, Kelantan*

## **1. Pengenalan**

Sejak kebelakangan ini seperti yang kita tahu Malaysia di landa dengan wabak misteri iaitu koronavirus atau lebih dikenali sebagai Coronavirus (COVID-19). Kes ini akan dikupas dengan lebih mendalam bagaimana perkara ini boleh berlaku. Sejak Januari 2020, tindak balas dan kesiapsiagaan perubatan terhadap wabak tersebut di Malaysia diselia oleh Ketua Pengarah Kesihatan, Tan Sri Dr. Noor Hisham Abdullah di bawah Kementerian Kesihatan. Kronologi serangan wabak virus Coronavirus (COVID-19) telah dikesan pada permulaannya di hujung tahun 2019 yang lalu iaitu pada 31 Disember 2019, pihak berkuasa China telah melaporkan mengenai satu kejadian kluster radang paru paru (pneumonia) yang tidak diketahui punca jangkitannya, melibatkan masyarakat setempat di Wuhan, China (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2020). Ekoran itu muncul peningkatan isu-isu kesihatan mental dan gangguan psikologi seperti kebimbangan dan cemas dalam kalangan masyarakat kerana terkesan dengan impak negatif yang dibawa oleh pandemik ini. Antaranya, seluruh dunia menyaksikan ribuan jumlah angka yang terkorban setiap hari akibat wabak ini, rutin sosial yang mula berubah dan aktiviti sosial yang terganggu seperti majlis keramaian, aktiviti ibadah malah yang lebih kritikal sumber pendapatan masyarakat terjejas kerana tidak dapat lagi menjalankan aktiviti perniagaan seperti biasa. Menurut World Health Organization, (2020) wabak Coronavirus (COVID-19) telah mengakibatkan pelbagai kesukaran terhadap kehidupan manusia dari sudut kesihatan, ekonomi, aktiviti sosial, pendidikan dan lain-lain. Ia agak membimbangkan semua orang kerana mengancam nyawa kita serta individu tersayang.

## **2. Tinjauan Literatur**

Penyebaran virus SARS-CoV-2 dapat terjadi melalui kontak secara langsung dengan orang yang telah dijangkiti. Penyebaran Coronavirus (COVID-19) antara anggota keluarga merupakan salah satu penyebab penyebaran dapat menjadi lebih cepat dalam masyarakat. Gunnell et al. (2020) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa penularan SARS-CoV-2

dari individu ke individu boleh terjangkiti terutama dengan anggota keluarga, termasuk saudara mara dan rakan-rakan yang berhubungan dekat dengan pesakit atau pembawa virus tersebut. Bersentuhan dengan orang yang dijangkiti Coronavirus (COVID-19) melalui tangan juga dapat memindahkan SARS-CoV-2 penyebab Coronavirus (COVID-19) dari satu orang ke orang lainnya. Melalui hasil penelitian Abdul Rashid (2020) bahawa jika bersentuhan fizikal secara langsung antara individu yang dijangkiti dengan orang yang sekeliling dapat menyebabkan penularan virus dengan lebih cepat.

Penelitian Wu et al., (2020) menyatakan 98% individu yang dijangkiti Coronavirus (COVID-19) dalam penelitian mereka mengalami demam, 78% memiliki suhu lebih dari 38° C, 76% dan batuk, 44% mengalami keletihan dan sakit otot lenguh tubuh badan, dan 55% dari mereka mengalami dysapnea. Sejumlah kecil yang terjangkiti covid-19 juga mengalami sakit kepala (8%) dan cirit-birit (3%). Perubahan mendadak yang berlaku dalam hidup secara asasnya memberi tekanan terhadap individu. Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) telah dilaksanakan oleh Kerajaan Malaysia akibat daripada pandemik yang menyerang seluruh dunia. Semua lapisan masyarakat tidak mengira umur, bangsa, agama dan status pekerjaan terkesan dengan pandemik ini sehingga menuntut kepada perubahan mendadak dalam kehidupan dan pergerakan seharian. Justeru, semasa individu berhadapan dengan krisis dan perubahan yang mendadak dalam hidup, reaksi normal yang akan ditunjukkan adalah seperti perasaan risau, takut, bimbang, sedih, tertekan, keliru, geram, malah boleh juga mendatangkan emosi marah Qiu et al. (2020).

Keadaan pesakit yang dijangkiti Coronavirus (COVID-19) ketika mereka mengalami rutin harian mereka perlu sokongan keluarga untuk memenuhi keperluan sokongan iaitu menurut Qiu et al. (2020) menyatakan bahawa sebahagian besar pesakit yang boleh berdikari sebelum dijangkiti covid-19, setelah itu diasingkan dengan orang lain tidak dapat lagi melakukan rutin harian seperti biasa sehingga menimbulkan rasa stress dalam diri mereka. Ketika pesakit di sahkan sebagai pesakit positif Coronavirus (COVID-19) individu yang positif itu terlalu memikirkan dan menganggap bahawa dirinya sakit teruk walaupun gejala yang dialami hanyalah yang ringan sahaja mahupun gejala itu tidak berlaku atas diri individu tersebut. Perasaan tersebut mendorong mereka untuk mencari dan melakukan tindakan dalam mencegah penularan kepada orang lain juga anggota iaitu keluarga terdekat kerana menimbulkan rasa bimbang dan memikirkan kesihatan orang sekeliling.

### **3. Metodologi**

#### **3.1 Kaedah Kajian**

Kaedah reka bentuk kajian yang digunakan oleh pengkaji ialah kualitatif. Menurut Aizan et al. (2019) data kualitatif ialah dalam bentuk temubual, pemerhatian, dan analisis dokumen. Nota lapangan dan penulisan pengkaji merupakan penyokong utama dalam mengesahkan kerja-kerja lapangan yang dijalankan dalam kajian kualitatif. Pengkaji menggunakan kaedah ini untuk

mendapatkan maklumat yang ‘rich’ iaitu maklumat yang kaya dengan informasi dan isi tentang pengalaman pesakit yang pernah positif Coronavirus (COVID-19). Bebeza dengan kaedah kuantitatif yang boleh diberi nilai numerikal dimana sesuatu perkara itu boleh diukur dengan nilai dan nombor. Kaedah ini menggunakan penemuramah yang menjalankan temu bual yang terperinci berdasarkan garis panduan yang ditetapkan. Apa yang disebutkan oleh informan merupakan data penting kajian. Tindak balas informan yang relevan akan dicatatkan. Melalui kaedah ini seseorang pengkaji boleh memperoleh kefahaman yang meluas dan sempurna dengan cara “mendalami” topik tersebut. Pada masa yang sama, pendekatan ini unik kerana bilangan informan diperlukan hanyalah sedikit sahaja. Pengkaji boleh memberikan keterangan yang terperinci tentang sebab di sebalik jawapan informan. Ia juga mengizinkan pemerhatian yang lebih lama tentang respon yang diberikan. Hal ini kerana temu bual mendalam ini mampumenghasilkan data yang tidak terjangkau oleh informan kerana had masa yang sangat luas khususnya jika bercerita tentang masa yang lalu.

### **3.2 Reka Bentuk Kajian**

Jadi, dalam reka bentuk kajian kualitatif ini kami menggunakan teknik fenomenalogi. Dalam teknik fenomenalogi kaedah pengumpulan data yang utama ialah temubual individu iaitu dengan menemubual informan yang di sasarkan. Selain itu, pengkaji boleh juga menggunakan kaedah pemerhatian dan analisa dokumen. Fokus utama dalam penggunaan teknik fenomena logik adalah untuk memahami asas kepada sesuatu pengalaman menurut Aizan et al. (2019).

### **3.3 Lokasi Kajian**

Lokasi kajian yang saya pilih adalah di Tumpat, Kelantan. Saya memilih lokasi di Tumpat Kelantan kerana pada mulanya kes Coronavirus (COVID-19) dikawasan ini tidaklah begitu ketara namun sejak kebelakangan ini, isu Coronavirus (COVID-19) mendadak naik di Tumpat Kelantan kerana ada nya kluster daripada golongan masjid, pusat tahfiz dan sebagainya. Malahan, di Tumpat terdapat satu hospital iaitu Hospital besar Tumpat yang di jadikan tempat untuk merawat pesakit positif Coronavirus (COVID-19) dan juga dijadikan pusat kuarantin bagi pesakit positif Coronavirus (COVID-19).

### **3.4 Persampelan**

Teknik persampelan bagi kajian kualitatif terdapat dua iaitu persampelan bertujuan (purpose sampling) dan persampelan bola salji (snow ball sampling). Jadi bagi kajian kualitatif yang pengkaji jalankan, pengkaji menggunakan persampelan bertujuan. Persampelan bertujuan ini dipilih kerana lebih mudah untuk meneroka pelbagai kes yang relevan dengan fenomena atau peristiwa tertentu. Teknik persampelan seperti ini adalah untuk memberikan pandangan sebanyak mungkin mengenai peristiwa atau fenomena yang dikaji. Sebagai contoh, semasa melakukan tinjauan jalanan mengenai sesuatu masalah, seorang pengkaji ingin memastikan bahawa dia

berbicara dengan seberapa banyak jenis orang yang mungkin untuk membina pandangan yang kuat mengenai masalah ini dari perspektif orang ramai. Jadi dalam persampelan bertujuan ini terdapat pula kriteria iaitu dua kriteria pertama kriteria inklusif iaitu (penerimaan). Dalam kajian ini pengkaji menggunakan persampelan bertujuan yang berkriteria insklusif iaitu (penerimaan) dimana konsep nya meletakkan syarat yang melayakkan seseorang individu dipilih sebagai informan bagi kajian. Kriteria yang ditetapkan ialah mempunyai pengalaman positif Coronavirus (COVID-19), orang dewasa dan tinggal di Tumpat Kelantan. Seterusnya, saiz sampel iaitu 7 informan apabila data mencapai tahap ketepuan.

### **3.5 Teknik Pengumpulan Data**

Kaedah pengumpulan data adalah kaedah temubual mendalam (indepth interview). Kaedah ini digunakan berdasarkan kajian yang dilakukan pengkaji adalah untuk meneroka pengalaman pesakit yang pernah mengalami positif Coronavirus (COVID-19). Ini kerana untuk mendapatkan data yang kaya dan tepat daripada informan sendiri. Malah pengkaji tidak mempunyai had untuk bertanyakan soalan sebanyak yang mungkin untuk mendapatkan data yang jelas dan berisi.

### **3.6 Analisis Kajian**

Analisis data ialah proses dimana data mentah dianalisis sehingga menjadi dapatan kajian. Sebelum analisis, adalah penting untuk menyediakan teks yang telah di tukar ke bentuk transkrip verbatim iaitu petikan dialog temubual pengkaji dengan informan. Bagi analisis data kualitatif terdapat dua teknik iaitu analisis tematik dan analisis kandungan. Jadi dalam kajian ini pengkaji menggunakan teknik analisis tematik. Analisis tematik adalah teknik analisis data yang digunakan untuk penyelidikan kualitatif di mana pengkaji mengumpulkan data deskriptif untuk menjawab masalah penyelidikannya. Apabila data telah dikumpul, pengkaji akan melalui data berulang kali dengan niat mencari corak, tema, sub-tema yang muncul dan lain-lain. Ini membolehkan pengkaji mengkategorikan data di bawah bahagian yang berlainan.

## **4. Dapatan dan Perbincangan**

### **4.1 Demografi Informan**

Berdasarkan Jadual 1.0, jumlah informan wanita yang telah ditemu bual oleh pengkaji lebih ramai iaitu seramai lima orang berbanding infroman lelaki yang seramai dua orang lelaki. Pemilihan umur bagi informan yang telah dipilih oleh pengkaji untuk ditemu bual ialah dewasa yang berumur lingkungan 30 hingga 57 tahun. Berdasarkan kepada data yang diperolehi juga menunjukkan majoriti daripada informan yang telah ditemu bual merupakan masyarakat yang beragama Islam.

JADUAL 1. Demografi Informan

Informan	Jantina	Umur	Agama
1	Perempuan	54	Islam
2	Lelaki	57	Islam
3	Perempuan	35	Islam
4	Perempuan	33	Islam
5	Perempuan	30	Islam
6	Perempuan	37	Islam
7	Lelaki	39	Islam

#### 4.2 Kesan Psikososial Terhadap Mangsa Yang Dijangkiti Positif Covid-19

Hasil kajian mendapati terdapat empat tema yang diperolehi dari objektif kedua iaitu kesan psikososial terhadap mangsa yang dijangkiti positif Coronavirus (COVID-19). Berikut merupakan tema yang telah diperolehi iaitu kesan terhadap fizikal, kesan terhadap mental dan emosi, masalah yang dihadapi ketika menjalani kehidupan seharian di pusat kuarantin, penerimaan terhadap situasi individu tersebut ketika mendapat tahu positif Coronavirus (COVID-19) dan perubahan yang ketara terhadap psikososial semasa menghadapi positif Coronavirus (COVID-19).

##### i) Kesan terhadap fizikal

Hasil menunjukkan dapatan kajian mendapati ada beberapa orang informan mempunyai kesan fizikal iaitu Hal ini kerana, kesan daripada simptom permulaan atau samada selepas. Berikut merupakan kenyataan informan:

*“..simptom yang teruk teruk saya tak ada. Saya di tahap 1 atau 2 dimana tahap rendah positif covid-19. Simptom saya hanya pada luaran iaitu fizikal. Mata saya jadi merah”..*  
(Informan 1)

*“..setelah sembuh saya hilang hampir 8kg berat badan saya”..*  
(Informan 2)

Perubahan fizikal tersebut telah memberi impak kepada fizikal badan informan. Jadi untuk mengekalkan keadaan yang kembali pulih mungkin mengambil masa lama. Pesakit yang telah sembuh daripada Coronavirus (COVID-19) kebanyakan kurang tidur dan perlukan rehat yang cukup. Menurut Abdul Rashid dan Nurhafizah (2020), cadangan jangka masa untuk tidur dalam lapan hingga sepuluh jam sehari bagi mendapatkan rehat yang mencukupi. Jadi boleh cuba untuk mengamalkan rehat secukupnya untuk memastikan tubuh badan mendapat semula tenaga seperti sediakala.

##### ii) Kesan terhadap mental dan emosi

Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa kesan terhadap mental dan emosi

dialami oleh majoriti informan. Informan menyatakan bahawa ketika dalam keadaan positif Coronavirus (COVID-19) mental dan emosi mereka terjejas. Berikut adalah kenyataan yang diperoleh daripada informan.

*“..saya dah rasa cemas dan risau sangat. Kadang kadang rasa macam putus harapan”..*  
(Informan 4)

*“..Fikiran dan emosi pun terganggu jadi cepat marah dan mudah tersentuh’..*  
(Informan 5 )

*“..Saya mula rasa bersalah dan takut pada masa yang sama. Perasaan dah bercampur baur dah”..*  
(Informan 6)

Dalam aspek mental dan emosi ni memainkan peranan penting untuk kita selalu memastikan emosi dan mental kita terkawal menurut Rafidah dan Mohd Nasaruddin, (2020) . Kebanyakan yang gagal dalam menangani isu positif Coronavirus (COVID-19) adalah dalam aspek mental dan emosi. Justeru penjagaan mental emosi amatlah penting untuk kefungsiian tubuh badan yang sihat. jenis makanan adalah suatu aktiviti yang boleh memberi kesan positif terhadap emosi dan psikologi seseorang (Abdul Rashid dan Nurhafizah, 2020).

*iii) Masalah yang dihadapi ketika menjalani kehidupan seharian di pusat kuarantin*

Hasil daripada dapatan kajian menunjukkan bahawa hanya seorang informan sahaja yang menjalani kuarantin di pusat kuarantin. Dimana informan tersebut mengalami positif Coronavirus (COVID-19) pada tahap yang membimbangkan. Berikut adalah antara kenyataan yang diperoleh daripada salah seorang informan yang menjalani kuarantin di pusat kuarantin.

*“...Saya boleh katakan kalau orang yang lemah semangat memang tak boleh nak duduk dalam wad yang begitu suasana nya menyayat hati ramai orang yang dah tua dan bunyimesin mesin dan keadaan bilik nya yang sejuk”..*  
(Informan 2)

Menurut Siti Sarawati dan Mohamad Isa (2020), sangat perlu ditekankan daripada aspek kesejahteraan emosi dan kesihatan mental adalah sama pentingnya dengan kesihatan fizikal. Bila mana ketika dalam keadaan kuarantin lagi perlu untuk menjaga kondisi mental fizikal supaya tidak terlalu berfikir tidak terlalu kerisauan. Jangka masa kuarantin itu perlu di isi dengan produktiviti.

*iv) Situasi individu tersebut ketika mendapat tahu positif Coronavirus (COVID-19)*

Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa rata rata informan yang muma mendapat tahu positif Coronavirus (COVID-19) masing masing mengalami situasi yang cemas. Berikut adalah kenyataan yang diperoleh daripada informan.

*“.. mula saya tahu ynag terkena positif covid-19 tu saya memang terkejut sangat memang tak pernah fikir akan terkena. Saya agak panik dan cemas sebab saya fikir siapa yang saya last berjumpa dan kontak..”*

(Informan 6)

Dalam situasi ini informan cuba untuk menadaptasi sistuasi yang baru. Menurut Siti Sarawati dan Mohamad Isa (2020), situasi atau keadaan boleh mempengaruhi seseorang dalam menetapkan fokusnya ke dalam atau ke luar dirinya. Contohnya, situasi yang membosankan dan rasa sunyi akan membawa dirinya memfokuskan lebih ke dalam dirinya sendiri. Jadi jika seseorang individu memfokuskan diri kepada kesesuaian keadaan dan fokus kepada adaptibilitimaka lebih senang untuk dia menerima situasi dia ketika berada dalam pusat kuarantin walaupun pada mulanya dia merasa cemas (Bulman et al. 1977).

v) *Perubahan yang ketara terhadap psikososial semasa menghadapi positif Coronavirus(COVID-19)*

Hasil dapatan kajian menunjukkan majoriti informan mengalami perubahan ketara terhadap psikososial semasa menghadapi positif Coronavirus (COVID-19). Berikut adalah kenyataan yang diperoleh daripada informan.

*“..Semasa saya kena saya dah start fikir yang buakan bukan. Macam anxiety pun adarasa takut yang amat cemas la sbb kita tak tahu sejauh mana kita boleh sembuh kan..”*

(Informan 1)

*“..dalam positif la macam macam benda saya fikir”*  
(Infroman 2)

Perubahan emosi dari sebelum positif Coronavirus (COVID-19) kepada dalam keadaan mengalami positif Coronavirus (COVID-19) menjadikan perubahan yang ketara terhadap psikososial infroman. Menurut American Psychological Association (2013) kebanyakan wabak memberi kesan kepada tahap kesihatan mental manusia. Menurut Wang et al (2020) wabak Coronavirus (COVID-19) telah mencetuskan perasaan takut, cemas, bimbang dan tertekan.

## **5. Rumusan dan Cadangan**

Hasil daripada analisis yang dilakukan, pengkaji telah menghasilkan tema-tema iaitu kesan terhadap fizikal, kesan terhadap mental dan emosi, masalah yang dihadapi ketika menjalani kehidupan seharian di pusat kuarantin, penerimaan terhadap situasi individu tersebut ketika mendapat tahu positif Coronavirus (COVID-19) dan perubahan yang ketara terhadap psikososial semasa menghadapi positif Coronavirus (COVID-19). Segala tema yang terhasil ini telah dibincangkan dengan lengkap dan dikukuhkan lagi dengan pandangan-pandangan dari kajian lepas. Secara umumnya, kertas kerja yang dijalankan ini untuk mengkaji kesan psikososial terhadap mangsa yang dijangkiti positif Coronavirus (COVID-19) kajian kes di Kelantan. Daripada kajian ini kita boleh lihat sejauh mana pengalaman yang dialami oleh individu

yang pernah positif Coronavirus (COVID-19) mendepani psikososial mereka. Sehubungan dengan itu, kajian ini juga sedikit sebanyak menyumbang kepada pengetahuan umum masyarakat juga bagaimana sebenarnya keadaan sesetengah masyarakat kita yang berhadapan dengan situasi realiti positif Coronavirus (COVID-19). Gambaran situasi dan juga kesan psikososial terhadap individu pernah positif boleh membantu pihak Kementerian Kesihatan Malaysia mengenalpasti apa permasalahan dan saranan yang diperlukan oleh mereka. Pengkaji mendapati bahawa sokongan psikososial adalah diperlukan oleh setiap individu yang mengalami positif Coronavirus (COVID-19) pandemik ini dalam meningkatkan semangat supaya emosi dan mental terkawal jika berdepan dengan situasi yang tertekan atau berhadapan dengan sesuatu krisis. Dalam hal ini, pihak profesional seperti Pekerja sosial, Kaunselor dan Pakar Psikologi perlu memberi kerjasama dalam menyampaikan bantuan kepada pesakit.

Kajian ini menyarankan untuk pengkaji akan datang menggunakan kaedah campuran dalam pengumpulan data. Kaedah campuran adalah merupakan pengkaji menjalankan kajian dengan menggunakan dua kaedah iaitu kaedah kualitatif dan kaedah kuantitatif. Dengan menggunakan kaedah campuran ini, pengkaji akan memperolehi data yang holistik dengan kajian yang dijalankan oleh pengkaji. Selain itu, pengkaji mendapati bahawa adalah lebih baik jika pengkaji akan datang meluaskan skop kajian dengan memfokuskan lebih daripada satu kawasan. Kajian semasa hanya memfokuskan kepada satu kawasan sahaja iaitu hanya di Kelantan Namun begitu, pengkaji akan datang boleh melibatkan banyak lagi Kawasan dalam kajian mereka supaya dapatan kajian yang diperolehi lebih komprehensif.

## Rujukan

- Abdul Rashid Abdul Aziz@ Dorashid. (2020). *Tip Bahagia Menjalani Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) Semasa Wabak COVID-19*. Dalam Mohamad Isa Amat & Ahmad Jazimin Jusoh. *Kompilasi Artikel Pendekatan Bimbingan dan Kaunseling dalam Menangani Impak COVID-19* (Eds), 56-67. Kajang: Perkama International.
- Abdul Rashid & Nurhafizah (2020) *View of WABAK COVID-19: Pengurusan Aspek Kesihatan Mental Semasa Norma Baharu*.
- Aizan Sofea Amin, Ezarina Zakaria, Norulhuda Sarnon. (2019). *Penulisan Tesis: Kajian Kuantitatif Dan Kualitatif*. - . 28
- Al Noman, Mohammad Abdulla, Sharmin, Tarana, Shoshi, Fatema Kabir, Anee, Kanij Fatima, Hossain, Md Belal, Islam, Md Nazrul, & Khan, Md Shafiqul Islam. (2020). *Occupational hazards and health care seeking behavior of fishermen*. *Asian Journal of Medical and Biological Research*, 6(1), 38–43.
- Bulman, R.J. dan C.B. Wortman (1977). *Attributions of blame and coping in the "real world": Severe accident victims react to the lot*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 35: 351-363. Tiedens, L. Z. (2001). *Anger and advancement versus sadness and subjugation: The effect of negative emotion expressions on social status conferral*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(1), 86–94
- Didactic, M. (2019). *Pedoman pencegahan dan pengendalian coronavirus disesase (covid-19)*. *Math Didactic: Jurnal Pendidikan Matematika*, 4(3), 1–214.
- Gunnell, D., Appleby, L., Arensman, E., Hawton, K., John, A., Kapur, N., Khan, M.,

- O'Connor, R. C., & Pirkis, J., & COVID-19 *Suicide Prevention Research Collaboration* (2020). *Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic*. *The Lancet. Psychiatry*, 7(6), 468–471
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B., & Xu, Y. (2020). *A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: implications and policy recommendations*. *General Psychiatry*, 33(2), e100213.
- Rafidah Mat Ruzki & Mohd Nasaruddin Parzi. (19 Mei 2020). *Covid-19: Masalah Emosi Isu Utama Kesehatan Mental Rakyat*. *Berita Harian Online*.
- Siti Sarawati & Mohamad Isa (2020), (Corresponding author). *Pensyarah Kanan, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia. (Post-Doktoral, Universiti Sains Islam Malaysia)*. sarawati@uthm.edu.my ii *Pensyarah Kanan, Universiti Sains Islam Malaysia*. isaamat@usim.edu.my
- World Health Organization (31 Mac 2020). *Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novelcoronavirus-2019/advice-for-public>
- Wu, Peng, Hao, Xinxin, Lau, Eric H. Y., Wong, Jessica Y., Leung, Kathy S. M., Wu, Joseph T., Cowling, Benjamin J., & Leung, Gabriel M. (2020). *Real-time tentative assessment of the epidemiological characteristics of novel coronavirus infections in Wuhan, China, as at 22 January 2020*. *Eurosurveillance*, 25