

Intervensi Amalan Zikir dan Analisis Kesejahteraan Subjektif Murid Berkeperluan Pendidikan Khas

Nurhasyimah Binti Mohd Salleh

Sekolah Menengah Kebangsaan Dato` Haji Talib Karim, Melaka
g-50424346@moe-dl.edu.my

ABSTRAK

Kesejahteraan subjektif atau kehidupan yang baik merupakan impian setiap individu termasuk murid pendidikan khas. Ke arah pembangunan kehidupan yang lestari dan mampan, elemen kesejahteraan subjektif merupakan salah satu agenda yang diwartakan oleh Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu. Namun, murid pendidikan khas memperlihatkan ciri-ciri kesejahteraan subjektif yang terhad berbanding murid-murid tipikal. Hal ini mengakibatkan perkembangan emosi, tingkah laku serta proses pengajaran dan pembelajaran murid pendidikan khas terganggu. Oleh itu, intervensi amalan zikir telah digunakan sebagai amalan terbaik bagi membantu kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas khususnya daripada aspek emosi dan tingkah laku. Seramai 30 orang murid pendidikan khas yang beragama Islam, dua orang guru pendidikan khas dan tiga orang ibu bapa telah dipilih sebagai kumpulan sasaran. Semua kumpulan sasaran amalan terbaik ini merupakan warga SMK Dato` Haji Talib Karim, Alor Gajah, Melaka pada tahun 2022. Data amalan terbaik ini diperolehi melalui pemerhatian terhadap murid pendidikan khas. Kaedah temu bual separa berstruktur pula dijalankan kepada guru pendidikan khas dan ibu bapa dalam proses pengumpulan data. Dapatan amalan terbaik ini turut disokong dengan analisis terhadap dokumen Rancangan Pendidikan Individu, senarai semak tingkah laku, senarai semak amalan kebaikan, maklumat Sistem Sahsiah Diri Murid dan gambar-gambar aktiviti murid pendidikan khas. Data yang diperolehi dianalisis dengan diberikan kod, kategori dan tema. Hasil dapatan amalan terbaik ini memaparkan murid pendidikan khas yang melalui intervensi amalan zikir kelihatan lebih tenang dari sudut emosi. Dari aspek tingkah laku pula, murid lebih mudah mematuhi arahan dan menunjukkan perkembangan tingkah laku yang semakin positif. Kesimpulan, pelaksanaan amalan terbaik ini memberi implikasi dari aspek pembelajaran dan pemudahcaraan bagi murid pendidikan khas.

Kata kunci: Kesejahteraan subjektif, murid pendidikan khas, zikir, intervensi

Pengenalan Amalan Terbaik

Kesejahteraan subjektif merupakan salah satu elemen yang terdapat dalam bidang psikologi iaitu psikologi positif. Kesejahteraan subjektif turut menjadi bidang tumpuan ahli Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu ke arah pembangunan kehidupan yang lestari dan mampan. Pelan Tindakan Orang Kurang Upaya (OKU) 2016 hingga 2022 pula menfokuskan elemen kesejahteraan subjektif ini kepada golongan OKU. Ini bermakna, murid pendidikan khas yang merupakan salah satu golongan yang

terdapat dalam OKU turut berhak untuk memiliki kesejahteraan subjektif. Kesejahteraan subjektif acap kali didefinisikan sebagai kebahagiaan, kehidupan yang berkualiti, *self actualization* serta kepuasan terhadap apa yang dimiliki dan dilakukan (Diener, 1984; Diener, Oishi, & Tay, 2018; Hefferon & Boniwell, 2011; Jach, Sun, Loton, Chin, & Waters, 2018; Ramesh, 2017). Dalam al-Quran pula, perkataan *good life* atau *hayatan tayyiba* adalah merujuk kepada kesejahteraan subjektif. Hal ini dinukilkan dalam firman Allah dalam surah an-Nahl: 97 yang bererti "*barang siapa yang mengerjakan amal soleh, sama ada lelaki mahupun perempuan dalam keadaan beriman, maka sesungguhnya akan Kami berikan kepadanya kehidupan yang baik...*". Berdasarkan maksud ayat di dalam surah ini, setiap individu berkelayakan untuk memiliki kesejahteraan subjektif dengan memenuhi syarat sebagai seseorang yang beriman dan beramal soleh (Ali, 2014; Amirus, 2015; Iswan, Annisa Fitri, & Fuad, 2017; Mohd Shafie, 2013). Contohnya, apabila seseorang itu melakukan kebaikan, dia akan memiliki emosi dan perasaan seperti gembira, tenang dan seronok. Sebaliknya, seseorang yang mempunyai sifat dengki akan memiliki emosi dan perasaan seperti marah serta rasa tidak selesa dalam hati.

Bagi membantu kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas, intervensi amalan zikir telah dipilih sebagai salah satu amalan terbaik. Zikir merupakan salah satu amalan harian yang memiliki unsur terapeutik (Ahmad A'toa' & Mardiana, 2021; Satriyawati, Hidayat, Wardita, & Arifah, 2021). Secara umumnya, zikir merujuk kepada perbuatan mengingati Allah SWT dengan mengucapkan dan menyebut kalimah-kalimah tayyibah secara berulang kali dengan lidah atau di dalam hati. Antara contoh kalimah tayyibah adalah seperti lafaz istighfar, ucapan tasbih, tahmid, takbir, membaca al Quran, selawat ke atas Nabi dan bacaan asmaul husna. Kesan daripada amalan zikir ini akan dapat mengurangkan kegelisahan, keresahan dan kerisauan hati seseorang (Ahmad A'toa' & Mardiana, 2021; Lainatul, H.Fuad, & Rr. Indahria, 2014; Lili, 2018; Noorfarah Asmira Abdul Malek, 2020). Hal ini adalah selari dengan firman Allah SWT yang tercatat dalam surah ar-Ra'd:28 yang bermaksud "*(laitu) orang-orang yang beriman dan tenang tenteram hati mereka dengan zikrullah. Ketahuilah dengan zikrullah itu, tenang tenteramlah hati manusia*".

Amalan terbaik ini telah dilaksanakan di dalam Program Pendidikan Khas Integrasi, SMK Dato` Haji Talib Karim (STARIM), Alor Gajah, Melaka bermula September 2021 sehingga April 2022. Seramai 30 orang murid pendidikan khas yang beragama Islam, dua orang guru pendidikan khas dan tiga orang ibu bapa murid pendidikan khas telah dipilih sebagai kumpulan sasaran. Murid pendidikan khas adalah murid yang telah disahkan oleh pakar perubatan dan mereka ini mengalami kecelaruan berkaitan aspek kefahaman, penggunaan bahasa lisan dan tulisan (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2015; U. S. Department of Education, 2004) Kecelaruan ini menyebabkan proses pembelajaran, tingkah laku, sosial dan emosi murid pendidikan khas terganggu. Namun begitu, murid pendidikan khas ini tetap berhak untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif mereka selari dengan Akta Orang Kurang Upaya (OKU) 2008 dan Pelan Tindakan Orang Kurang Upaya (OKU) 2016 hingga 2022.

Justifikasi Pelaksanaan Amalan Terbaik

Setiap murid mempunyai cabaran dalam menghadapi proses pembelajaran dan pemudahcaraan termasuk murid pendidikan khas. Penulis mendapati murid pendidikan khas di STARIM sukar untuk mengawal emosi jika sesuatu perkara atau keadaan tidak berlaku seperti yang mereka ingini. Murid mudah mengeluarkan kata-kata yang berunsur negatif di kalangan rakan sebaya. Emosi yang tidak stabil ini juga menyebabkan murid sukar untuk mengawal tingkah laku mereka. Murid mudah untuk mencubit dan memukul kawan mereka. Murid gemar keluar kelas tanpa kebenaran guru. Selain itu, murid juga kurang pengamalan agama dalam kehidupan seharian mereka. Murid kurang didedahkan dengan bacaan-bacaan doa dan ayat al Quran sama ada di rumah mahupun sekolah. Hasil dapatan pemerhatian ini turut mengukuhkan dapatan kajian lepas bahawa murid pendidikan khas memiliki kesejahteraan yang terhad dalam kehidupan seharian mereka (Giuliani & Jacquemettaz, 2017; Nik Asilah, Madhya Zhagen, & Ghazali, 2016; Nor Hidayah, Mohd. Hanafi, & Mohd Mokhtar, 2016; Siti Shahidah, Mohd Hanafi, & Mohd Mokhtar, 2016). Hal ini secara tidak langsung menyebabkan proses pengajaran dan pemudahcaraan (PdPc) murid-murid pendidikan khas terganggu.

Bagi membantu meningkatkan kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas, pelbagai intervensi telah dilaksanakan di STARIM. Antaranya ialah intervensi berkuda, memanah, boling, token ekonomi dan senaman fizikal. Namun, intervensi-intervensi ini kurang menerapkan elemen spiritual. Selain daripada elemen biologi, sosial dan psikologi, spiritual merupakan salah satu komponen dalam diri manusia (Al-Ghazali, 1990; Hefti, 2011; Mohd Affifudin & Nooraini, 2017). Hal ini menunjukkan terdapatnya jurang elemen spiritual dalam pelaksanaan intervensi sebelum ini terhadap murid pendidikan khas. Elemen spiritual ini jika dapat dipenuhi dengan input-input yang baik seperti amalan zikir akan melahirkan individu yang memiliki personaliti yang baik. Menurut teori al-Ghazali, matlamat akhir personaliti yang baik ini adalah untuk mencapai kesejahteraan subjektif (Fariza, Salasiah Hanin, & Mohd Jurairi, 2008). Justeru, intervensi amalan zikir telah dipilih oleh penulis sebagai amalan terbaik bagi membantu meningkatkan kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas.

Objektif Pelaksanaan

Objektif pelaksanaan amalan terbaik ini ialah:

1. Menganalisis kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas yang melalui amalan zikir dari sudut emosi.
2. Menganalisis kesejahteraan subjektif murid pendidikan yang melalui amalan zikir dari aspek tingkah laku

Amalan Terbaik yang Dilaksanakan

Secara amnya, semua ayat al-Quran dan doa-doa daripada Rasulullah SAW boleh dijadikan sebagai amalan zikir. Amalan zikir yang diamalkan oleh penulis adalah bersumberkan al-Quran dan sunnah. Murid melaksanakan amalan zikir ini bermula dari awal pagi ketika tiba di sekolah sehingga pulang. Proses pelaksanaan amalan zikir ini adalah seperti yang terdapat di Rajah 1. Tayangan video digunakan sebagai

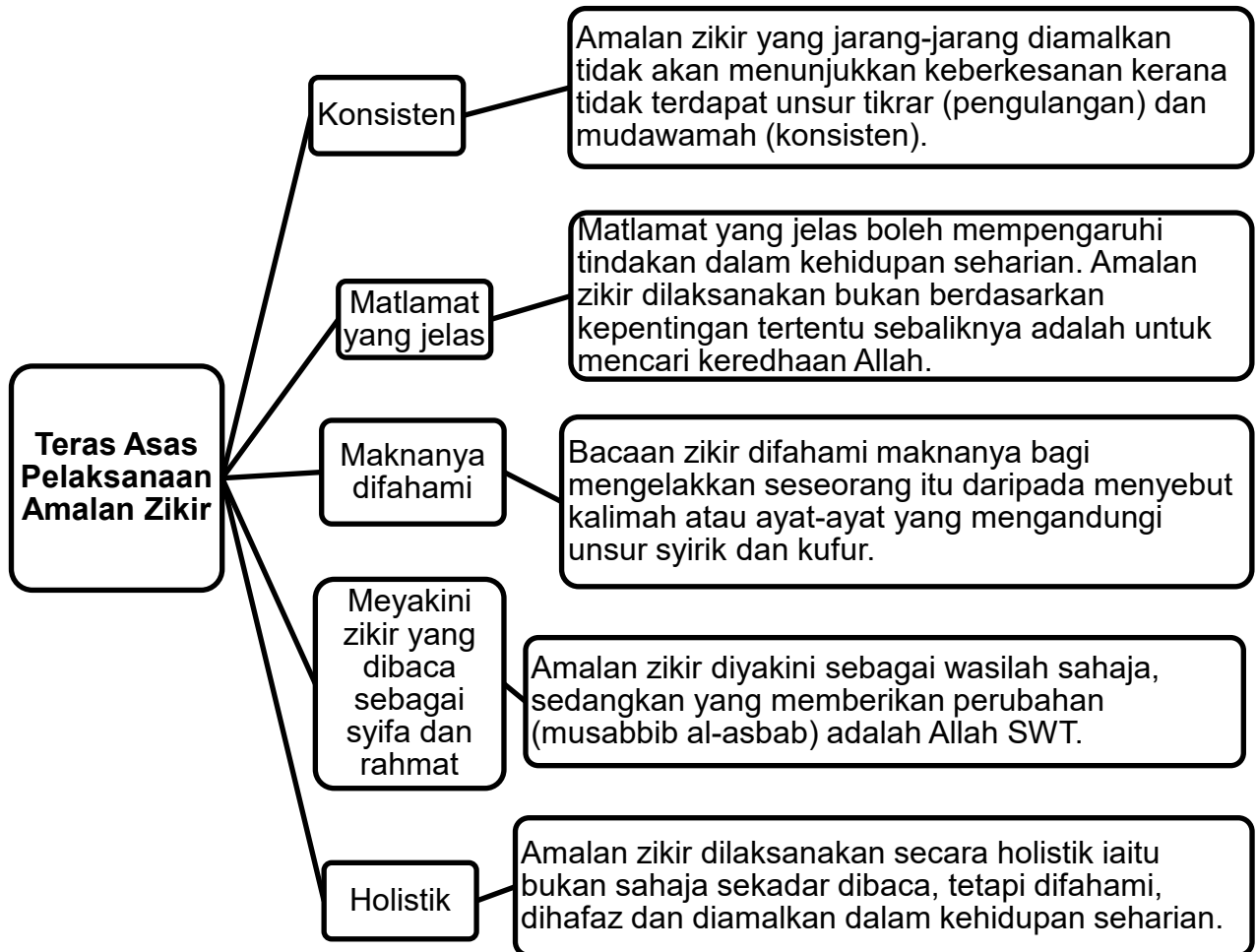
bahan bantu semasa amalan zikir dilaksanakan. Setelah amalan zikir ini dirutinkan setiap hari, murid dapat menyebut dan menghafaz bacaan-bacaan zikir yang didengar. Oleh itu, murid pendidikan khas tidak lagi memerlukan kepada bantuan video.

Rajah 1
Proses Pelaksanaan Amalan Zikir

Sebelum memulakan setiap kali proses pembelajaran	<ul style="list-style-type: none">• Murid membaca surah al-Fatihah: 1-7, surah al- Baqarah: 1-5 dan 255, surah an-Nas, al-Falaq, al-Ikhlash, selawat, istighfar, bacaan doa belajar, doa menghindar daripada wabak penyakit
Ketika murid melakukan kesalahan/ emosi tidak stabil	<ul style="list-style-type: none">• Murid membaca istighfar minimum 5 kali• Bilangan bacaan istighfar ditingkatkan sehingga emosi stabil
Ketika waktu makan	<ul style="list-style-type: none">• Membaca doa makan
Ketika waktu hujan	<ul style="list-style-type: none">• Murid membaca doa hujan
Ketika ditimpa musibah	<ul style="list-style-type: none">• Murid melafazkan kalimah istirja'
Ketika ingin pulang	<ul style="list-style-type: none">• Murid membaca doa naik kenderaan

Amalan zikir dilaksanakan berdasarkan lima teras asas iaitu konsisten, mempunyai matlamat yang jelas, maknanya difahami, ayat yang dibaca diyakini sebagai syifa dan rahmat serta holistik. Penerangan bagi setiap teras tersebut adalah seperti Rajah 2.

Rajah 2
Teras Asas Pelaksanaan Amalan Zikir

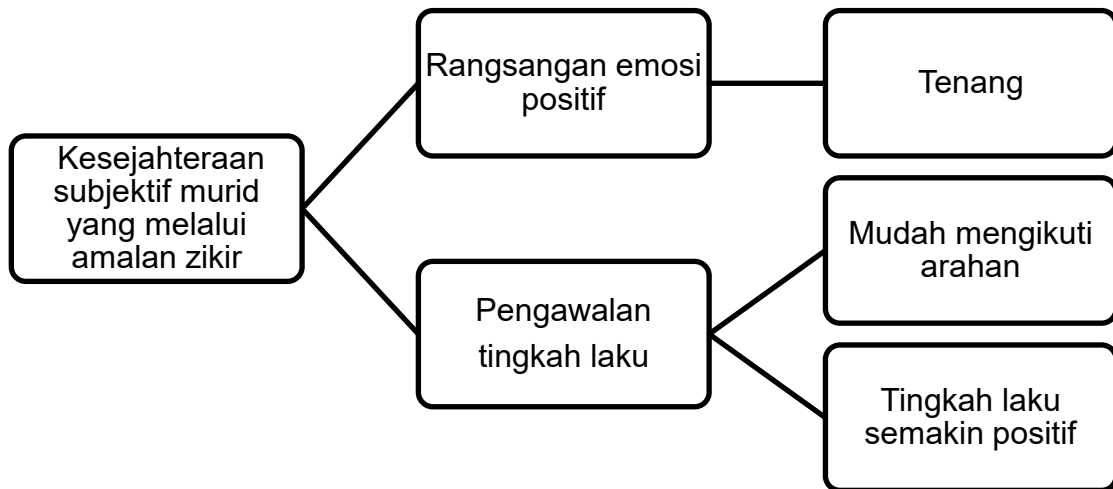


Keberkesanan Amalan Terbaik yang Dilaksanakan

Data-data dalam amalan terbaik ini diperolehi melalui kaedah temu bual separa berstruktur terhadap 2 orang guru dan 3 orang ibu bapa murid pendidikan khas. Kaedah pemerhatian pula dilaksanakan kepada murid pendidikan khas selama 6 bulan. Di samping itu, dapatan amalan terbaik ini turut disokong dengan analisis dokumen terhadap Rancangan Pendidikan Individu, senarai semak tingkah laku, senarai semak amalan kebaikan, maklumat Sistem Sahsia Diri Murid dan gambar-gambar aktiviti murid pendidikan khas.

Hasil dapatan amalan terbaik menunjukkan terdapat dua tema yang wujud setelah murid melalui intervensi amalan zikir. Tema tersebut adalah merangkumi rangsangan emosi positif dan pengawalan tingkah laku. Di bawah setiap tema ini pula terdapat beberapa kategori seperti Rajah 3.

Rajah 3
Kesejahteraan Subjektif Murid Pendidikan Khas yang Melalui Amalan Zikir



Rangsangan Emosi Positif

Dapatan amalan terbaik memaparkan emosi murid pendidikan khas yang melalui amalan zikir kelihatan lebih tenang. Ketenangan murid pendidikan khas turut mempengaruhi individu yang berada disekeliling murid tersebut seperti guru dan ibu bapa. Semua kumpulan sasaran yang terdiri daripada guru dan ibu bapa bersetuju bahawa murid pendidikan kelihatan tenang apabila keperluan rohani mereka dipenuhi.

Kumpulan sasaran	Dapatan temu bual
Guru 1	“Yang saya nampak, bila kita dekatkan diorang dengan al-Quran ataupun zikir ni, kita nampak emosi diorang tu semakin tenang. Sebab apa, sebelum <i>start</i> belajar, mereka akan <i>start</i> dengan bacaan quran dan zikir. Sebenarnya ia merupakan salah satu cara diorang <i>release</i> diorang punya <i>energy</i> . Macam kita pun, kita pun kena bersihkan diri kita. So kita <i>start</i> dengan bacaan zikir tu. Dari segi emosi tu pun, saya kira mereka akan lebih tenang la bila kita dengarkan dengan ayat-ayat al-Quran.”
Guru 2	“Kita kena yakin la. Ayat quran ni memang penawar la untuk murid-murid ni. Sebabnya, macam parents la, jika dia amalkan, secara tak langsung diri dia pun, akan rasa lebih dekat dengan Allah lah. Dia bukan kesan pada anak tu je, dia akan kesan pada gurunya, kesan pada mak ayah, kesan pada orang sekeliling. Sebab bila kita mulakan hari kita dengan ayat-ayat al-Quran, dia jadi lebih tenang lah.”
Ibu bapa 1	“..ada satu zikir tu, zikir lain dia macam dengar macam biasa je, tapi zikir satu ni, dia akan menghadap tab ni. Sejak itu, saya perasan,

	saya ingatkan dia suka yang lain-lain kan.. sejak dia dengar zikir tu, emosi dia makin cool la”.
Ibu bapa 2	“ Saya kadang pergi makan, bawa dia, dia buat hal ke, saya suruh dia ngaji je. Betul, saya suruh dia ngaji je. Saya tasmik ke, terus dia diam. Bukan dia diam la. Tapi dia tak buat benda-benda yang merepek. Itu je. Ayat-ayat Quran tu sendiri yang boleh beri ketenangan, kawal dia punya mind, apa ke, wallahualam la”.
Ibu bapa 3	“So, bila dibaca tu, memang slowly dia akan cool. Lepas tu dia tengok saya, dia akan senyum...”

Selain itu, hasil pemerhatian dan analisis dokumen terhadap laporan Rancangan Pendidikan Individu, senarai semak tingkah laku serta gambar-gambar aktiviti murid pula menunjukkan, murid-murid pendidikan khas kelihatan tenang setelah mengamalkan bacaan zikir. Kawalan murid juga adalah lebih mudah setelah murid mengamalkan amalan terbaik ini.

Pengawalan Tingkah Laku

Hasil amalan terbaik ini memaparkan murid pendidikan khas yang melalui intervensi amalan zikir berkeupayaan untuk mengawal tingkah laku mereka. Terdapat dua kategori di bawah tema ini iaitu murid lebih mudah mematuhi arahan dan tingkah laku murid semakin positif.

Murid Lebih Mudah Mengikuti Arahan

Berdasarkan hasil temu bual dengan kumpulan sasaran, murid pendidikan khas yang melalui amalan zikir secara konsisten memaparkan tingkah laku mudah mengikuti arahan. Murid pendidikan khas yang pada awalnya sukar untuk duduk diam dan tantrum kini boleh mengikuti arahan daripada guru. Ibu bapa pula menyatakan, murid pendidikan khas mudah mengikuti arahan khususnya dalam membantu membuat tugas-tugas di rumah.

Kumpulan sasaran	Dapatan temu bual
Guru 2	“Memang permulaan mereka tantrum. Tapi bila kita terapkan amalan zikir ni, so, kat kelas dia boleh follow apa yang cikgu ajar, boleh buat, dengar apa arahan dari cikgu.”
Guru 1	“Ada yang mudah marah, ada yang bila kita suruh duduk, dia tak nak. Dia jerit-jerit. Ada juga yang macam tu. Tapi, lepas dia amalkan bacaan-bacaan zikir ni, ...alhamdulillah, arahan tu boleh diterima. Bila kita bagi arahan, dia boleh ikut.”

Ibu bapa 1	“Cuma, anak saya makin <i>cool</i> , dengar kata, alhamdulillah, saya memang <i>happy</i> la. Benda tu perubahan sikit je la, tapi, pada saya <i>is a big</i> la kan
Ibu bapa 3	“Kalau kita suruh buat apa-apa ke, kata tolong ambil ni, tolong angkat baju ke, apa ke, memang dia pergi. Kalau anak yang lain kena dua tiga kali. Kalau dia terus pergi. Kalau angkat baju, dia tahu cara saya kena sorting. Dia buatlah. Ni bakul siapa.. siapa.... semua dia buat. Tak payah risau la tentang tu. Dia senang nak dengar kata la”

Di samping itu, hasil dapatan temu bual ini turut diperkukuhkan dengan pemerhatian terhadap murid pendidikan khas. Analisis dokumen terhadap senarai semak tingkah laku, maklumat Sistem Sahsiah Diri Murid dan Rancangan Pendidikan Individu juga memaparkan murid dapat mematuhi arahan. Murid dapat mematuhi arahan apabila berada di sekolah.

Tingkah Laku Murid Semakin Positif

Semua kumpulan sasaran yang ditemu bual bersetuju bahawa tingkah laku negatif murid pendidikan khas didapati semakin berkurangan setelah melalui amalan zikir secara konsisiten. Tingkah laku murid pendidikan khas yang dahulunya kerap tantrum, mencubit, memukul kawan dan gelisah dapat dikurangkan. Kalimah istighfar dijadikan sebagai peneguhan negatif untuk mengawal tingkah laku murid pendidikan khas. Semua ahli kumpulan sasaran menyakini bahawa perubahan tingkah laku murid-murid ini adalah disebabkan kemukjizatan yang ada pada bacaan-bacaan zikir yang bersumberkan al-Quran dan hadith.

Kumpulan sasaran	Dapatan temu bual
Guru 1	“Alhamdulillah, setakat ni, memang memberi kesan yang positif la, di waktu kelas. Lepas baca ayat Quran dan zikir-zikir ni, dia dapat mengurangkan behaviour murid-murid ni. Memang permulaan mereka tantrum. Tapi bila kita terapkan bacaan zikir, so, kat kelas dia boleh follow apa yang cikgu ajar, boleh buat, dengar apa arahan dari cikgu.”
Ibu bapa 2	“Saya rasa, bila kita mengamalkan ayat-ayat zikir tu, atau mana-mana potongan ayat Quran tu sendiri, dia rasanya, boleh kawal minda kita. Ye la, bila saya tengok...bila dia mengamuk, kita suruh istigfar, ataupun bila dia restless ke, kita tanya dia tentang ayat Quran, dia boleh stop dia punya behaviour and divert to al-Quran. Maknanya, dengan ayat tu sendiri, boleh jadi ubat dekat dia....”
Ibu bapa 1	“Dia ada juga la mengamuk. Tapi, still boleh control lagi la. Biasanya saya buat macam ni la. Dekat sana tu. Suruh istighfar. Sambil-sambil dia nangis tu, dia istighfar juga. Dia menangis ke, mengamuk ke, kita suruh dia istighfar. Dia tetap buat juga.”

Guru 2	“.. Sepanjang pengalaman saya mengajar, memang nampak la. Maksudnya kita tahu bila parents datang tu, mereka akan cakap...., cikgu, anak saya tak pernah solat. Cikgu, anak saya tak pernah pun mengaji. Maksudnya, parents tak mengamalkan tu kat rumah. Bila dia mula bagi peluang kat anak dia belajar mengaji, solat, wuduk dan apa semua tu, Errr..... dan kita pun minta <i>parents</i> amalkan kat rumah, memang ada perubahan tu. Walaupun tak banyak, memang ada sikit. Kita akan nampaklah. Kebanyakan parents mengakui selepas dia dekatkan anak dia dengan al-Quran ni, anak dia ada perubahan.
--------	---

Selain itu, dapatan pemerhatian terhadap murid-murid pendidikan khas sepanjang tempoh 6 bulan pula, mendapati kumpulan sasaran ini menunjukkan tingkah laku yang semakin positif dari hari ke sehari. Hasil dapatan ini diperkukuhkan lagi dengan analisis dokumen terhadap senarai semak tingkah laku, senarai semak amalan kebaikan, maklumat Sistem Sahsiah Diri Murid dan gambar-gambar aktiviti murid pendidikan khas.

Perbincangan

Setelah melalui amalan zikir, hasil dapatan memperlihatkan murid pendidikan khas kelihatan lebih tenang dari sudut emosi. Ketenangan merupakan salah satu indikator bahawa seseorang itu memiliki kesejahteraan subjektif. Dapatan amalan terbaik ini memperkukuhkan lagi hasil dapatan pengkaji lalu bahawa amalan zikir yang mengandungi bacaan al-Quran dapat memberikan ketenangan walaupun seseorang itu tidak berkeupayaan untuk membaca dan memahami ayat al-Quran (Haslinda, Latifah, & Wan Nasyrudin, 2015; Lainatul, H.Fuad, & Rr. Indahria, 2014; Mohd Affifudin & Nooraini, 2017; Siti Patonah, Zulkifli, & Duriyyah Sharifah, 2013; York, 2011). Aktiviti otak akan berada di aras gelombang alpha di paparan *electroencephalogram* (EEG) semasa bacaan ayat-ayat al-Quran diperdengarkan. Gelombang alpha ini menjelaskan bahawa seseorang itu sedang berada di peringkat tenang (Azian Azamimi & Zainab, 2011; Mohd Amzari, 2018; Nurul Fazrena, Nasrul Humaimi, & Nor Aini, 2013; Siti Patonah et al., 2013). Ketenangan merupakan perkara yang penting kepada murid pendidikan khas. Ini kerana proses PdPc akan dapat berjalan dengan lebih efektif sekiranya murid pendidikan khas berada dalam keadaan tenang (Noor Aini & Nor Hafizah, 2015; Nor Hidayah, Mohd. Hanafi, & Mohd Mokhtar, 2016). Murid pendidikan khas yang berada dalam keadaan tenang akan lebih mudah menerima pembelajaran daripada guru dan kurang mengganggu rakan-rakan di kelas.

Dapatan amalan terbaik turut menjelaskan bahawa murid pendidikan khas didapati lebih mudah mengikuti arahan sama ada di sekolah mahu pun di rumah. Mengikuti arahan merupakan salah satu kemahiran yang penting dalam proses PdPc dan kehidupan seharian. Namun begitu, salah satu ciri murid pendidikan khas ialah sukar untuk mengikuti arahan (Manisah, & Norizza 2016; Zalizan 2009). Penguasaan kemahiran mengikuti arahan yang terhad ini boleh mengganggu perjalanan proses PdPc di sekolah dan seterusnya menjejaskan kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas. Kajian lepas telah menggunakan intervensi *social story*, kaedah

ganjaran dan penggunaan origami bagi membantu murid pendidikan khas untuk mengikuti arahan (Manisah & Norizza, 2016; Siti Shahidah, Mohd Hanafi, & Mohd Mokhtar, 2016). Walau bagaimanapun, amalan zikir ini masih kurang digunakan sebagai intervensi amalan terbaik untuk mengawal tingkah laku. Oleh hal yang demikian, dapatan amalan terbaik ini turut memperkembangkan lagi hasil dapatan yang dijalankan oleh pengkaji-pengkaji lepas.

Selain itu, hasil dapatan kajian turut memaparkan tingkah laku murid pendidikan khas kelihatan semakin positif setelah konsisten melaksanakan amalan zikir. Semua kumpulan sasaran yang terdiri daripada guru dan ibu bapa bersetuju bahawa murid pendidikan khas semakin kurang tantrum, menjerit-jerit, mencubit dan memukul kawan. Sebaliknya, murid pendidikan khas akan melafazkan kalimah istighfar jika melakukan kesalahan tingkah laku. Hasil dapatan amalan terbaik ini mengukuhkan hasil kajian lepas yang menyatakan bahawa amalan zikir dapat membantu mengubah tingkah laku seseorang (Haslinda et al., 2015; Khader, Abdullah, & Mohd Farhan, 2014; Khadher, Mohd Anuar, & Nor Azian, 2016; Luthfi, 2017; Noorfarah Asmira Abdul Malek, 2020). Di samping itu, teori al-Ghazali pula menyatakan bahawa tingkah laku manusia dipengaruhi oleh komponen akal, hati, nafsu dan roh. Semua komponen ini apabila diisi dan dipenuhi dengan kata-kata yang baik seperti ayat-ayat al-Quran serta zikir akan mempengaruhi tubuh atau tingkah laku seseorang (Ahmad A'toa' & Mardiana, 2021; Al-Ghazali, 1990; Muhammad Hilmi, Zakaria, & Raudhah, 2016; Zulfahmi & Wan Hasmah, 2014). Oleh itu, akal, hati, nafsu dan roh murid pendidikan khas yang sentiasa dilazimi dengan amalan zikir akan membantu membentuk ke arah tingkah laku yang positif. Tingkah laku yang positif ini, seterusnya akan membantu murid pendidikan khas memperolehi kesejahteraan subjektif.

Kesimpulan

Pelaksanaan amalan terbaik ini memperlihatkan percambahan ilmu pengetahuan berkaitan intervensi amalan zikir dan kesejahteraan subjektif murid pendidikan khas. Intervensi amalan zikir ini dilaksanakan berdasarkan lima teras asas dengan bacaan zikir yang tertentu bermula di awal pagi dan berakhir sebelum murid pulang ke rumah. Murid pendidikan khas yang melalui amalan zikir mempamerkan emosi yang lebih tenang. Mereka juga lebih mudah mematuhi arahan dan menunjukkan tingkah laku yang semakin positif dalam kehidupan seharian. Semua hasil dapatan ini menunjukkan murid pendidikan khas memperolehi kesejahteraan subjektif yang positif apabila dilaksanakan intervensi amalan zikir sebagai amalan terbaik. Hal ini seterusnya akan membantu murid dalam proses PdPc serta memperbaiki hubungan sosial sesama rakan, ahli keluarga dan masyarakat.

Rujukan

Al-Quran.

Ahmad A'toa', M., & Mardiana, M. N. (2021). Zikir dan Tafakkur Asas Psikoterapi Islam. *Jurnal Pengajian Islam*, 14(Special Edition), 204–217.

Al-Ghazali. (1990). *Ihya Ulum al-Din*. Surabaya: Nur Asia.

Azian Azamimi, A., & Zainab, O. (2011). The effect of temporal EEG signals while listening to Quran recitation. *Proceeding of the International Conference on Advanced Science, Engineering and Information Technology 2011*, 1(4), 372. <https://doi.org/10.18517/ijaseit.1.4.77>

Fariza, M. S., Salasiah Hanin, H., & Mohd Jurairi, S. (2008). *Personaliti Dari Perspektif Al-Ghazali*. Bandar Baru Bangi: Fakulti Pengajian Islam, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Haslinda, L., Latifah, A. M., & Wan Nasyrudin, W. A. (2015). Kesan terapi ruqyah dalam merawat pesakit HIV/Aids. *Al-Hikmah*, 7(1), 119–131.

Khader, A., Abdullah, Y., & Mohd Farhan, M. A. (2014). Signifikan penggunaan ruqyah berasaskan al-Quran dalam rawatan penyakit: Satu analisis. In A. Sedek, A. Khader, & S. Ishak (Eds.), *Tajdid In Qur`anic Studies*. Kuala Lumpur: Department of Al-Quran & Al-Hadith, Academy of Islamic Studies, Universiti Malaya.

Khadher, A., Mohd Anuar, R., & Nor Azian, A. R. (2016). Pemahaman terhadap aspek penggunaan ruqyah dalam rawatan penyakit: Analisis berasaskan fiqh al-Hadith Imam al-Bukhari. *AlBayan: Journal of Qur`an And Hadith Studies*, 14(2), 168–205.

Lainatul, M., H.Fuad, N., & Rr. Indahria, S. (2014). Terapi zikir al-Fatihah untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif pecandu narkoba dalam masa rehabilitasi. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 6(2).

Luthfi, M. (2017). Nilai pendidikan Islam dalam ruqyah syar`iyyah pada komunitas ruqyah syar`iyyah Alhaq Bengkulu. *Manthiq*, 2(1).

Manisah, M. A., & Norizza, S. (2016). Intervensi meningkatkan tumpuan dalam pembelajaran murid bermasalah pembelajaran. *Jurnal Pendidikan Malaysia*, 41(1), 1–6.

Mohd Affifudin, M., & Nooraini, O. (2017). The ruqyah syar`iyyah spritual method as an alternative for depression treatment. *Life Science Journal*, 14(2), 1–6.

Mohd Amzari, T. (2018). *Kesan Terapi Praktikal Ibadah Ramadhan Dan Rangsangan Auditori Menggunakan Surah Al-Quran Terpilih Terhadap Gangguan Tidur Kanak-Kanak Autistik*. Tesis Dr. Fal. Universiti Malaya.

Muhammad Hilmi, J., Zakaria, S., & Raudhah, A. S. (2016). Konsep hati menurut al-Ghazali. *Jurnal Reflektika*, 11(11), 59–71.

- Muhammad Tarmizi, S. (2014). Mengurangkan masalah tingkah laku negatif murid sindrom down dan ADHD menggunakan kaedah Pokok Ganjaran. In *Jabatan Pendidikan Khas* (pp. 151–310). Selangor: Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Noor Aini, A., & Nor Hafizah, A. H. (2015). Tahap pengetahuan guru pendidikan khas apabila mengurus murid bermasalah pembelajaran. *Asia Pacific Journal of Educators and Education*, 30, 73–88.
- Noorfarah Asmira Abdul Malek. (2020). Garis panduan guru: Pelaksanaan amalan zikir bagi kanak-kanak bermasalah tingkah laku agresif Berpandukan kanak-kanak autisma. *Jurnal Pendidikan Bitara Upsi*, 13(1), 36–54. Retrieved from <http://ojs.upsi.edu.my/index.php/JPB/article/view/3114>
- Nor Hidayah, I., Mohd. Hanafi, M. Y., & Mohd Mokhtar, T. (2016). Mengurangkan masalah tingkah laku disruptif murid ADHD melalui Integrated Play Group. In *Seminar Modifikasi Tingkah Laku Murid Pendidikan Khas (Bermasalah Pembelajaran) Peringkat Negeri Johor* (Vol. 1).
- Nurul Fazrena, K., Nasrul Humaimi, M., & Nor Aini, Z. (2013). Modeling brain activities during reading working memory task: Comparison between reciting Quran and reading book. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 97, 83–89.
- Siti Patonah, M., Zulkifli, M. Y., & Duriyyah Sharifah, H. A. (2013). Terapi bunyi melalui bacaan al-Quran bagi masalah emosi dan kemahiran motor pertuturan kanak-kanak autistik. *International Journal of Quranic Research*, 5(2), 53–72.
- Siti Shahidah, S. M. F., Mohd Hanafi, M. Y., & Mohd Mokhtar, T. (2016). Penggunaan intervensi social story dan ganjaran dalam mengurangkan masalah tingkah laku disruptif murid autisme. In *Seminar Modifikasi Tingkah Laku Murid Pendidikan Khas (Bermasalah Pembelajaran) Peringkat Negeri Johor*. Johor: Kementerian Pendidikan Malaysia.
- York, C. M. (2011). *The Effect Of Ruqya On A Non-Muslim : A Multiple Case Study Exploration*. Tesis Dr. Fal. Institute of Transpersonal Psychology, Palo Alto, California.
- Zalizan, M. J. (2009). *Pendidikan Kanak-Kanak Berkeperluan Khas: Konsep dan Amalan*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Zulfahmi, S., & Wan Hasmah, W. M. (2014). Perbandingan pemikiran konsep akhlak al-Ghazali dan Ibn Miskawayh dalam aspek intelek. *The Online Journal of Islamic Education*, 2(2), 107–119.