

**STRES PEKERJAANDIKALANGANGURU-GURU
SEKOLAHMENENGAHDAERAH
KUALAKANGSAR,PERAK**

Tesis ini diserahkan kepada Sekolah Siswazah, Universiti
Utara Malaysia untuk memenuhi sebahagian daripada
keperluan **ijazah** Sarjana Sains (Pengurusan).

Oleh:

Mohd Sazali Noordin



**Sekolah Siswazah
(Graduate School)
Universiti Utara Malaysia**

**PERAKUAN KER JA TESIS
(Certification Of Thesis Work)**

Kami, yang bertandatangan, memperakukan bahawa
(We, the undersigned, certify that)

MOHD. SAZALI BIN NOORDIN

calon untuk ijazah
(candidate for the degree of) Sarjana Sains (Pengurusan)

telah mengemukakan tesisnya yang bertajuk
(has presented his/her thesis of the following title)

STRES PEKERJAAN DI KALANGAN GURU-GURU SEKOLAH MENENGAH

DAERAH KUALA KANGSAR, PERAK.

seperti yang tercatat di muka surat tajuk dan kulit tesis
(as it appears on the title page and front cover of thesis)

bahawa tesis tersebut boleh diterima dari segi bentuk serta kandungan, dan meliputi bidang ilmu dengan memuaskan.
(that the thesis is acceptable in form and content, and that a satisfactory knowledge of the field is covered by the thesis).

AJK Tesis
(Thesis Committee)

Nama
(Name) En. Mohd. Taib b. Ariffin
(Penyeliu Utama/Principal Supervisor)

Tandatangan
(Signature)

Nama
(Name) P.M. Shahrom b. Hashim

Tandatangan
(Signature)

Nama
(Name) _____

Tandatangan
(Signature) _____

Tarikh
(Date)

28/4/97

KEBENARAN MENGGUNA

Dalam menyerah tesis ini sebagai keperluan pengajian lepasan ijazah Universiti Utara Malaysia (UUM), **saya** bersetuju supaya pihak perpustakaan UUM mengadakan tesis ini **bagi** tujuan rujukan. **Saya** juga bersetuju bahawa kebenaran untuk membuat salinan keseluruhan atau sebahagiannya, **bagi** tujuan akademik mestilah mendapat kebenaran daripada penyelia **saya** atau semasa ketiadaan beliau, kebenaran **tersebut** boleh diperolehi daripada Dekan Sekolah Siswazah. Sebarang penyalinan, penerbitan atau penggunaan ke **atas** keseluruhan atau sebahagian daripada tesis ini, untuk pemerolehan kewangan tidak dibenarkan **tanpa** kebenaran daripada **saya**. Di **samping** itu pengiktirafan kepada **saya** dan UUM seharusnya diberikan dalam kegunaan bahan-bahan yang terdapat dalam tesis ini.

Permohonan untuk kebenaran membuat salinan atau lain kegunaan, **sama** **ada** secara keseluruhan atau sebahagiannya, boleh dibuat dengan menulis kepada:

DEKAN
SEKOLAH SISWAZAH
UNIVERSITI UTARA MALAYSIA
06010 UUM SINTOK
KEDAH DARUL AMAN

ABSTRAK

Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji stres pekerjaan di kalangan guru-guru sekolah menengah dengan melihat tahap-tahap stres; punca stres; hubungan tahap stres dengan **punca-punca** stres mengikut faktor demografi jantina, status perkahawinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar di bandar dan di luar bandar.

Kajian ini melibatkan 235 responden dari 8 buah sekolah di Daerah Kuala Kangsar. Sebanyak 265 set borang **soal** selidik telah diedarkan sendiri oleh penyelidik kepada responden. **Dari** jumlah tersebut, hanya 235 orang yang telah memberikan kejasama dan menjawab **soal** selidik **tersebut** dengan sempurna. Set **soal** selidik mengandungi 48 item menggunakan lima skala Likert.

Data yang diperolehi dianalisis dengan menggunakan kaedah Statistik deskriptif dan statistik inferensi. Dua belas hipotesis utama yang dibentuk, di uji dengan menggunakan Ujian-t, **Analisis** Varian Sehalu (**ANOVA**), **Analisis** Korelasi Pearson dan **Analisis** Regresi Berganda (Multiple Regression).

Hasil kajian telah menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara stres pekerjaan yang dialami oleh guru dengan faktor demografi seperti jantina, status perkahawinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar. **Walau** bagaimanapun terdapat perhubungan yang signifikan antara stres dengan punca yang menyebabkan stres di **mana** punca utamanya ialah skim perkhidmatan.

ABSTRACT

The purpose of this survey is to examine work stress among secondary school teachers by looking at the levels of stress, causes of stress based on demography factors, (sex, marital status, age, duration of service, academic qualification and school location i.e. town and rural)

This survey was carried out using a sample of 235 respondents from 8 schools in the district of Kuala Kangsar. A total of 265 sets of questionnaire forms were distributed by the researcher himself to the respondents. However, only 235 responded. The questionnaire consists of 48 items using **Likert** Five Scale.

The data collected was analysed using the descriptive statistic method and inferential statistic. 12 major hypothesis were formulated, tested using the t-test, Variant Scale Analysis (**ANOVA**), Pearson Correlation Analysis and MultipleRegressionAnalysis.

The results reveal that there is no significant difference between work stress faced by teachers and demography factors such as sex, marital status, age, duration of service, academic qualification and the location of school. Nevertheless, there is a significant relationship between stress and the causes stress where by the main cause is scheme of service.

PENGHARGAAN

ALHAMDULILLAH, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan kehadiran Allah S.W.T. **atas** hidayah, petunjuk dan rahmat-Nya membolehkan **saya** menyelesaikan kajian ilmiah ini seperti yang dirancang, **bagi** memenuhi sebahagian daripada syarat untuk memperolehi **Ijazah** Sarjana Sains Pengurusan.

Saya mengucapkan jutaan terima kasih kepada kedua-dua penyelia **saya**, Encik Mohd Taib bin **Ariffin** selaku penyelia utama dan Prof. Madya Shahrom bin **Hashim** selaku penyelia kedua kerana telah **memberi** nasihat, dorongan dan tunjuk ajar yang berharga dalam proses menyiapkan tesis ini.

Ribuan terima kasih **juga** ditujukan kepada Prof. Madya Dr. Ibrahim Abdul **Hamid**, Dekan Sekolah Siswazah, Universiti Utara Malaysia yang begitu bertimbang **rasa**, memahami dan **memberi** sokongan yang berterusan kepada semua pelajar Program Kembar IAB-UUM **Kohort** 3, Sarjana Sains Pengurusan. Ucapan terima kasih **juga** ditujukan kepada Pengarah IAB, Dr. Ibrahim **Ahmad** Bajunid dan **juga** Kementerian Pendidikan yang **memberi** peluang kepada **saya** untuk melanjutkan pelajaran. Tidak dilupakan **juga** ucapan terima kasih ditujukan kepada Pengarah Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Kementerian Pendidikan, Pengarah Pendidikan Negeri

Perak, Pegawai Pendidikan Daerah Kuala Kangsar dan Pengetua-Pengetua yang memberikan kebenaran untuk menjalankan kajian ini. Begitu **juga** diucapkan ribuan terima kasih kepada guru-guru di sekolah yang terlibat dalam kajian ini yang telah memberikan kerjasama yang baik semasa menjawab **soal** selidik.

Saya juga mengucapkan terima kasih kepada pensyarah-pensyarah yang **banyak memberi** tunjuk ajar dan **juga** rakan **seperjuangan**, khususnya Encik Mohd Nor bin Usop yang **banyak** membantu dalam menyiapkan tesis ini.

Akhir sekali penghargaan yang khusus dan teristimewa ditujukan kepada keluarga tersayang dan **bonda** tercinta yang telah **banyak** bersabar dan setia menunggu serta telah mendoakan kejayaan di sepanjang pengajian **saya** di Universiti Utara Malaysia.

Mohd Sazali bin Noordin
Sekolah Siswazah
Universiti Utara Malaysia
Sintok, Kedah Darulaman.

KANDUNGAN

	Halaman
KEBENARAN MENGGUNA	i
ABSTRAK (Bahasa Malaysia)	ii
ABSTRACT (Bahasa Inggeris)	iii
PENGHARGAAN	iv
KANDUNGAN	vi
SENARAI JADUAL	viii
SENARAI RAJAH	x
BAB 1 : PENGENALAN	1
1.1 Pendahuluan	1
1.2 Pemyataan Masalah	2
1.3 Objektif Kajian	7
1.4 Kepentingan Kajian	8
1.5 Skop Kajian	10
1.6 Konsep Stres	11
1.7 Teori Stres	16
1.8 Definisi Konsep	20
BAB2 : SOROTAN LITERATUR	24
2.1 Stres Pekerjaan Di kalangan Guru	24
2.2 Kajian Lepas Tentang Faktor Demografi Dalam Stres	28
2.3 Punca-punca Stres	32
BAB3 : METODOLOGI KAJIAN	38
3.1 Reka bentuk Kajian	38
3.2 Alat Penyelidikan	38
3.3 Tatacara Pengumpulan Data	40
3.4 Kerangka Konseptual	41
3.5 Lokasi Kajian	42
3.6 Populasi Kajian	42

3.7	Sampel Dan Persempelan Kajian	43
3.8	Kajian Rintis	45
3.9	Tatacara Analisis Data	47
3.10	Hipotesis Kajian	47
BAB 4 : ANALISIS DATA DAN DAPATAN KAJIAN		51
4.1	Latar Belakang Responden Berdasarkan Jantina	51
4.2	Latar Belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan	52
4.3	Latar Belakang Responden Berdasarkan Umur	52
4.4	Latar Belakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkahwinan	53
4.5	Latar Belakang Responden Berdasarkan Kelayakan Akademik	54
4.6	Latar Belakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekolah Bandar Dan Luar Bandar	55
4.7	Analisis Kebolehpercayaan Pembolehubah	56
4.8	Analisis Pembolehubah-Pembolehubah	57
4.9	Pengujian Hipotesis	60
4.10	Kesimpulan	72
BAB 5 : PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN		76
5.1	Persepsi Guru-Guru Terhadap Paras Stres	75
5.2	Tahap Stres Dan Punca Stres Di Kalangan Guru-Guru	77
5.3	Hubungan Antara Pembolehubah Bebas Dengan Tahap-Tahap Stres	79
5.4	Masalah Dalam Menjalankan Kajian	79
5.5	Cadangan-cadangan	80
5.6	Cadangan Untuk Kajian Akan Datang	83
5.7	Kesimpulan	84
BIBLIOGRAFI		86
Lampiran 1 :	Soal selidik Kajian	91
Lampiran 2 :	Surat Kebenaran Daripada Bahagian Perancangan Dan Penyelidikan Pendidikan	99
Lampiran 3 :	Surat Kebenaran Daripada Jabatan Pendidikan Perak	101
Lampiran 4 :	Surat Perakuan Untuk Mengutip Data	103

SENARAI JADUAL

Jadual	Halaman	
3.1	Nama Sekotah, Gred Dan Bitangan Guru	43
3.2	Taburan Populasi Dan Pemitihan Sampel	44
3.3	Analisis Keputusan Ujian Rintis	46
4.1	Latar betakaang Responden Berdasarkan Jantina (n = 235)	51
4.2	Latar belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan (n =235)	52
4.3	Latar betakang Responden Berdasarkan Umur (n =235)	53
4.4	Latar betakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan (n = 235)	54
4.5	Latar betakang Responden Berdasarkan Ketayakan Akademik (n = 235)	55
4.6	Latar betakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekotah, Bandar Dan Luar Bandar (n = 235)	55
4.7	Analisis Keboteppercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Kepuasan Kerja (n = 235)	56
4.8	Analisis Keboteppercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Punca-punca Stres (n = 235)	56
4.9	Analisis Keboteppercayaan Bagi Setiap Kumputan Item : Simtom-simtom Stres (n = 235)	57
4.10	Analisis Pembotehubah Mengikut Kumputan Item Kepuasan Kerja (n = 235)	58
4.11	Analisis Pembotehubah Mengikut Kumputan Item Punca-punca Stres (n =235)	58

4. 12	Analisis Pembolehubah Mengikut Kumpulan Item Simtom-simtom Stres	59
4. 13	Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Jantina Dan Stres Yang Dialami Di kalangan Guru (n = 235)	60
4. 14	Analisis Unian-t Terhadap Status Perkahwinan Dan Stres Di kalangan Guru (n = 235)	61
4. 15	Analisis Varian (ANOVA) Sehala Di antara Umur Dengan Stres (n = 235)	62
4. 16	Analisis Varian (ANOVA) Sehala Di antara Tempoh Perkhidmatan Dengan Stres (n = 235)	63
4. 17	Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Kelayakan Akademik Dan Stres Yang Dialami Oleh Guru (n = 235)	64
4. 18	Analisis Ujian-t Ke atas Perbezaan Lokasi Bandar Dan Luar Bandar Terhadap Stres Di kalangan Guru (n = 235)	65
4. 19	Keputusan Ujian Regresi Berganda Bagi Pembolehubah Bebas (n = 235)	67
4. 20	Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar Dengan Tahap Stres	68
4. 21	Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Tuntutan Luaran Dengan Tahap Stres	69
4. 22	Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar Dengan Tahap Stres	70
4. 23	Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Tuntutan Masa Dengan Tahap Stres	71
4. 24	Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Iklim Sekolah Dengan Tahap Stres	72
4. 25	Ringkasan Penganalisan Ke atas Semua Hipotesis Yang Dibina	73

SENARAI RAJAH

Rajah:	Halaman
1.1 Hubungan Di Antara Stres Dengan Prestasi Kerja	14
1.2 Seiyee's General Adaptation Syndrome	17
1.3 Model Tekanan	18
1.4 Model Person - Environment Fit	19
3.1 Kerangka Konseptual Stres Pekerjaan Di kalangan Guru-guru	41

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pendahuluan

Stres pekerjaan merupakan satu pengalaman yang lumrah **bagi semua** pekerjaan. Stres merupakan cabaran yang menyebabkan **kita** kurang senang dan **juga tanpa** stres pula menyebabkan kehidupan menjadi bosan dan tidak bernilai. Jika diperhatikan dari satu sudut, stres merupakan penyelamat **hidup** dan **pada** sudut yang lain pula stres merupakan pemusnah kehidupan (Fontana 1989). Pendapat Hans Selye seorang pakar penyelidik mengenai stres **juga** mengatakan manusia yang **hidup tanpa** tekanan adalah **serupa** dengan mati.

Menurut Robbins (1993) stres adalah sesuatu keadaan yang dinamik dalam **mana** seseorang individu berhadapan dengan peluang, **halangan** atau tuntutan yang berkaitan dengan **apa** yang dia inginkan dan hasilnya adalah belum **pasti** tetapi penting. **Bagi** Gmelch (1982) **sama ada** stres itu **positif** atau negatif reaksinya terhadap fisiologi seseorang adalah **sama**. Ini kerana stres menimbulkan kesan ke **atas** tubuh, mental dan fizikal.

Seseorang yang menghadapi stres dan tidak dapat mengawalnya maka **akan** wujud simptom-simptom atau tanda-tanda stres. Beehr (Ross dan **Almaier** , 1994) menyatakan **ada** tiga kategori simptom stres iaitu simptom psikologi, simptom fizikal dan simptom tingkahlaku. Simptom psikologi merujuk **kepada** masalah-masalah emosi dan kognitif yang terjadi akibat stres pekerjaan. Contoh simptom psikologi ialah tekanan perasaan, kebimbangan, kebosanan, kegagalan, kekecewaan pengasingan diri dan sebagainya. Simptom fizikal pula merujuk kepada kesihatan fizikal yang berkait dengan stres pekerjaan. Walaupun **ia** kadang-kadang sukar untuk membuktikan kaitan antara stres dan kesihatan fizikal tetapi penyelidikan yang telah dijalankan menunjukkan **ada pertalian** yang konsisten di antara stres pekerjaan dengan simptom-simptom fizikal dan penyakit. Mengikut Sutherland dan Cooper (Ross dan Altmaier, 1994), penyakit-penyakit seperti koronari-jantung dan kardiovaskular merupakan risiko yang **biasa** dihadapi oleh seseorang individu yang mengalami stres pekerjaan yang teruk.

1.2 Pernyataan Masalah

Mengikut Mitchell (1977), stres pekerjaan merupakan **salah satu masalah** utama di Amerika Syarikat. Ianya mempunyai kesan negatif ke **atas berjuta-juta** rakyat Amerika Syarikat. Terdapat **juga** bukti yang menunjukkan bahawa penyakit yang berhubung dengan stres kerja **ini** semakin meningkat.

Stres yang berhubung dengan pekerjaan sering menjadi fokus kajian. **Ini** disebabkan **ia** mempunyai implikasi ekonomi yang signifikan terhadap sesebuah organisasi. Stres pekerjaan akan mewujudkan ketidakpuasan pekerja, pengurangan dalam kualiti dan kuantiti pengeluaran, kadar pusing ganti kerja yang tinggi, kecenderungan berlaku kemalangan, ketidakstabilan emosi dan terjejasnya kesihatan **para** pekerja dalam organisasi **tersebut** (Matteson dan Ivancevich, 1989 dan Dua, 1994).

Matteson dan Ivancevich (1989), menjelaskan organisasi di Amerika Syarikat menganggarkan kehilangan sekurang-kurangnya **enam** puluh **juta** Dollar setiap tahun disebabkan oleh penyakit fizikal yang berkaitan dengan masalah stres. Di United Kingdom pula dilaporkan kehilangan sebanyak lima billion paun United Kingdom setiap tahun disebabkan stres pekerjaan. Angka di **atas** adalah berdasarkan kepada statistik penyakit yang disebabkan oleh kebimbangan dan tekanan (**Murdock & Scutt**, 1993).

Guru adalah merupakan elemen terpenting dalam pedagogi untuk menghasilkan pendidikan yang berkualiti. Kualiti pengajaran guru **pada** hari ini atau masa-masa yang akan datang jika dibandingkan dengan **hari-hari** yang lepas adalah tidak **sama** atau sukar untuk dipiawaikan. Kepuasan kerja dan faktor-faktor yang mengakibatkan stres boleh mempengaruhi kualiti pengajaran guru dan seterusnya mempengaruhi pula produktiviti, prestasi dan kecekapan guru.

Kebanyakan guru melaporkan tekanan dalam pekerjaan mereka dan mengalami 'burn out' **pada** peringkat tertentu dalam pengalaman pekerjaan mereka. Di Malaysia di antara tahun 1982 hingga 1985 kira-kira 3,000 orang guru sekolah **rendah** dan menengah di seluruh negara telah berhenti kerja sebelum masa bersara dengan **alasan beban tugas** guru yang semakin bertambah (Berita Harian 30hb. Mac. 1985)

Guru sering kali menghadapi **masalah** kekurangan masa untuk menyelesaikan kerjanya dan **pada** kebiasaannya setiap orang guru terpaksa mengajar lima hingga **enam** kelas. Di **samping** itu mereka **juga** terpaksa membuat persediaan mengajar, menyemak buku latihan dan lain-lain kerja yang berkaitan dengan pengajaran. Selain daripada kerja-kerja **ini** mereka diberi pula kerja-kerja seperti mengisi borang, menaip surat, memegang jawatan sebagai penasihat persatuan-persatuan dan sukan (Blase 1986).

Selain dibebankan dengan pelbagai **tugas** guru-guru **juga** terpaksa menghadapi tekanan dari masyarakat. Masyarakat sentiasa **memberi** perhatian kepada isu-isu pendidikan khususnya yang berkaitan dengan pencapaian akademik **para** pelajar.

Menurut Soh (1987) dengan pemodenan dalam kehidupan masyarakat, jangkaan masyarakat terhadap guru adalah **sangat** tinggi. Guru-guru hari ini

sentiasa dipertanggungjawabkan dengan perkara-perkara baru. **Perubahan-perubahan** yang berlaku di dalam masyarakat **secara langsung** akan mempengaruhi perubahan di dalam sekolah. Stres yang dialami oleh guru akan mempengaruhi sikap mereka dan seterusnya **memberi** kesan kepada prestasi profesion mereka.

Pada tahun 1995 tidak kurang daripada 10 kejadian yang melibatkan guru **mendera** pelajar yang disiarkan oleh media **massa**. Di antaranya seorang **murid** ditampar dan ditumbuk oleh guru. Kesannya **murid** yang berkenaan **cedera** di bahu, di kepala, pening kepala dan sakit **badan** (Berita Harian, 26 Julai 1995). Kemudian diikuti pula dengan berita 15 orang pelajar tingkatan dua terpaksa dikejarkan ke hospital kerana **tangan** mereka berdarah disebat oleh guru Matematik kerana pencapaian dalam **mata** pelajaran Matematik terlalu lemah (Utusan Malaysia, 17 September 1995).

Satu **lagi** berita mengenai seorang **pelajar**, Mohd Azrael Ismail sambilan tahun meninggal dunia di Hospital Kuala Lumpur akibat **cedera** teruk di kepala dipercayai dipukul dengan jam **dinding** oleh guru sekolahnya (Berita Harian, 10 **Mei**, 1996 : 12). Fenomina **ini** jelas menunjukkan bahawa terdapat sesuatu yang tidak **kena pada** guru-guru yang berkenaan menghadapi stres kerja atau masalah lain, sukar untuk dipastikan kerana kajian-kajian yang lalu sebelum **ini** hanya tertumpu kepada kepuasan kerja guru Ghazali Othman (1979), Habsah Abdul Rauf (1986), Nor **Azizah** Mohd Salleh (1993).

Mengikut **McGrath** (1970) pula, titik permulaan untuk **mana-mana** perbincangan mengenai stres ialah perkaitan antara individu dan persekitarannya. Beliau menyatakan bahawa stres boleh berlaku apabila wujud ketidakseimbangan antara desakan dari persekitaran dan keupayaan untuk bertindak oleh seseorang individu. Oleh yang demikian jika punca stres dapat dikenal **pasti ia** dapat diurus dengan lebih **berkesan** oleh organisasi mahupun pentadbir itu sendiri serta kepuasan kerja **juga** dapat dipertingkatkan.

Justru itu punca stres pekerjaan di kalangan guru-guru penting dikaji. Keadaan ini lebih mendesak **lagi** apabila dilihat dalam konteks pentadbiran di Malaysia yang sering dikatakan berhadapan dengan stres dan guru adalah pihak yang melaksanakan dasar.

Banyak penyelidikan telah dibuat mengenai stres yang dialami oleh guru-guru dalam kerjaya mereka di negara-negara seperti United Kingdom, Amerika Syarikat, Afrika dan lain-lain **lagi**. Namun begitu, di Malaysia didapati kurang sekali penyelidikan dan perhatian diberikan terhadap stres pekerjaan yang dialami oleh guru. Kebanyakan penyelidikan yang dilakukan lebih tertumpu kepada pengajaran dan pembelajaran. Tumpuan kajian **juga** kepada **murid** bukannya kepada penggerak utama dalam pendidikan iaitu guru. Dengan ini

diharapkan kajian ini dapat menjadi pelengkap kepada bidang **penyelidikan** yang berfokuskan bidang pendidikan.

1.3 Objektif Kajian

Objektif Umum

Objektif kajian ini ialah untuk mengenal **pasti** faktor-faktor yang mewujudkan stres di kalangan guru-guru dan faktor-faktor demografi yang mempengaruhi persepsi guru terhadap **paras** stres.

Objektif khusus

1. Untuk mengkaji **sama ada** terdapat **perbezaan** antara jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar terhadap **paras** stres di kalangan guru-guru.
2. Untuk mengkaji apakah faktor-faktor yang menyebabkan stres di kalangan guru-guru.
3. Untuk mengkaji **sama ada** faktor skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah mempengaruhi tahap stres guru-guru.
4. Untuk mengkaji tahap stres berdasarkan simptom-simtom stres iaitu simptom psikologi, simptom fisiologi dan simptom fizikal di kalangan **guru-guru**.

Daripada maklumat yang diperolehi nanti membolehkan pihak pengurusan mengatur strategi yang sesuai untuk mengurangkan atau menghapuskan stres pekerjaan supaya kesan buruknya terhadap individu dan organisasi dapat dikurangkan dengan meminimumkan stres pekerjaan dan memaksimumkan kepuasan kerja dan kesejahteraan pekerja.

1.4 Kepentingan Kajian

Tindakan guru di luar dugaan sejak akhir-akhir ini telah menimbulkan keresahan di kalangan masyarakat khususnya ibu bapa. Sekiranya guru ponteng kerja, mengambil **cuti** rehat yang panjang atau **cuti** sakit, **ia** sudah **pasti** akan menimbulkan keresahan di kalangan pelajar terutama sekali pelajar-pelajar yang terlibat dengan peperiksaan.

Bakhtiar **Mansor** (1993) menjelaskan Kementerian Pendidikan Malaysia mempunyai lebih 180,000 orang guru, Daripada jumlah ini 22,865 orang adalah guru-guru siswazah dan 155,865 orang **lagi** merupakan guru-guru bukan siswazah. Bilangan guru yang sebegini besar tentunya merumitkan pihak kerajaan melayan keperluan-keperluan yang merangkumi bidang pengajian, penggalak, perkembangan staf dan peluang-peluang kenaikan pangkat.

Bakhtiar **Mansor** (1993) dalam kajiannya telah melaporkan **pada** tahun 1988 sejumlah 656 orang guru bersara secara pilihan setelah mencapai tangga gaji maksimum dan tiadanya ganjaran atau galakan tertentu untuk mereka meneruskan perkhidmatan. Dapatan yang paling menarik daripada kajian beliau ialah mengenai kesihatan mental pendidik, dengan sejumlah 1,119 orang guru mengalami penyakit neurotik dan 169 orang guru pula adalah psikotik daripada sejumlah 5,394 orang guru yang dikaji.

Kajian yang telah dibuat di luar negara oleh Feitler dan Tokar (1986) **juga** mendapati masih **ada** pendidik yang menyatakan kerjaya mereka adalah terlalu stres dan ramai guru merasa tidak puas **hati**. Codoline (1982) **juga** menerangkan laporan rasmi 'State of California' dalam tahun 1977 yang menyatakan 25% daripada pentadbir sekolah akan bersara awal kerana mengalami stres yang berlebihan.

Negara **kita** menghadapi kekurangan guru yang ketara kerana bidang perguruan dilihat sebagai kerjaya yang kurang menarik dari segi kebajikan dan gaji. Pendapatan guru-guru di negara **kita** adalah kurang lumayan jika dibandingkan dengan negara-negara lain (Berita Harian, 24 April 1995)

Kajian **ini** dapat mengesan **punca** sebenar stres yang dialami oleh guru-guru **sama ada** disebabkan oleh **punca-punca** yang dipilih itu atau disebabkan oleh ketidakpuasan mahupun persepsi demografi. Pihak berwajib iaitu

Kementerian Pendidikan, Jabatan Pendidikan mahupun Pejabat Pendidikan Daerah dapat menjaga kebajikan guru dan lebih peka kepada masalah yang dihadapi oleh guru sebagai pelaksana polisi, peraturan ataupun sebarang **kempen** kerajaan.

Badan-badan tertentu **seperti** Kesatuan Guru, Persidangan Kebangsaan Pengetua dan Majlis Guru Besar boleh menggunakan dapatan kajian **ini** untuk merancang aktiviti dan program **bagi** mengatasi masalah stres yang dikenal **pasti**. Di **samping** itu masyarakat **juga** boleh mengetahui perasaan dan masalah yang dihadapi oleh golongan pendidik. Oleh yang demikian masyarakat akan lebih memahami dan bersedia untuk memberikan kerjasama terhadap tanggungjawab pendidikan. Golongan pendidik sendiri dapat menggunakan hasil kajian **ini** untuk mengambil langkah-langkah tertentu **bagi** mengatasi stres yang mereka alami sebelum sampai ke peringkat yang lebih kritikal.

1.5 Skop Kajian

Kajian **ini** akan dijalankan di 8 buah sekolah menengah terpilih dalam daerah Kuala Kangsar. Daripada bilangan sekolah yang dikaji terdapat **empat** buah terdiri dari sekolah yang dikelaskan sebagai sekolah luar bandar dan **empat** buah **lagi** sekolah dalam bandar. Terdapat dua jenis gred sekolah iaitu gred

A dan gred B. Kajian ini melibatkan tiga jenis sekolah iaitu sekolah lelaki sahaja, sekolah perempuan dan sekolah **campur**.

1.6 Konsep Stres

Fontana (1989) menjelaskan terdapat pandangan yang **berbeza** berkaitan dengan perkataan stres. Satu sumber mengatakan stres berasal daripada perkataan Latin “stringere” yang bermaksud “to bind tightly”. Sumber kedua pula mengatakan perkataan stres berasal daripada perkataan Perancis “destresse” yang membawa maksud kesempitan atau penekanan.

Marshal dan Cooper (1979) menjelaskan perkataan stres berasal daripada perkataan Latin yang **sangat** popular dalam kurun ketujuh belas. **Ia** membawa makna kerja kuat, kesukaran, kesusahan atau kesedihan. **Pada** kurun kelapan belas dan kesembilan belas baharulah **ia** muncul untuk menandakan **daya**, tekanan strain atau usaha yang kuat dengan merujuk kepada objek dan **juga** kepada manusia atau organ manusia atau kuasa mental (Hinkles, 1973).

Ivancevich dan Matterson (dalam Tanner et. al., 1991) mentakrifkan stres sebagai rangsangan, tindak balas dan interaksi antara dua aktiviti. Dari perspektif rangsangan, stres didefinisikan sebagai ciri-ciri sesetengah peristiwa atau keadaan persekitaran yang mendatangkan akibat yang negatif.

Tekanan-tekanan ini akan mengakibatkan kebimbangan, keletihan dan ketegangan kepada individu tersebut.

Andrew (1994), Davies dan Newstrom (dalam Mazwin, 1993) pula menganggap stres sebagai tekanan pada emosi, proses pemikiran dan keadaan fizikal hasil daripada ancaman atau desakan yang tidak boleh ditunaikan. Jika tahap stres terlalu tinggi, ia akan menyebabkan gangguan terhadap kebolehan berinteraksi dengan persekitaran. Stres yang keterlaluan juga akan membawa kepada kebimbangan yang kronik, mudah marah, sukar untuk menenangkan diri, tidak boleh diajak berunding dan bagi sesetengah pihak, mereka akan mengambil alkohol dan dadah berlebihan. Pandangan ini sama dengan Murdock dan Scutt (1993) yang mentakrifkan stres sebagai ketidakpadanan antara persepsi tuntutan atau desakan dengan persepsi keupayaan untuk menunaikannya. Jika terdapat jurang atau perbezaan persepsi ini, maka individu akan mengalami stres.

Farrell (1985), menyatakan stres berlaku apabila seseorang individu mempersepsikan integriti dan kesejahteraannya terganggu. Dalam konteks ini, integriti membawa maksud nilai, harapan, aspirasi, piawai dan imej diri. Pendapat ini sama dengan pandangan Cofer dan Appley (dalam Jariah, 1992) yang mendefinisikan stres sebagai satu keadaan apabila kesejahteraan atau kesempumaan seseorang diancam dan dia mesti menumpukan segala keupayaannya untuk mempertahankannya.

Mazwin, (1993) menjelaskan stres **juga** boleh dikaitkan dengan ketidakpastian fizikal yang membawa kepada perubahan dalam sistem tubuh akibat percubaan untuk mengatasi tekanan. Stres boleh berlaku dalam keadaan yang singkat dan menghasilkan perubahan dalam sistem tubuh seperti sakit perut **biasa**. Stres berlarutan dan berterusan akan membawa penyakit-penyakit yang serius seperti sakit jantung, darah tinggi, dan sakit buahpinggang.

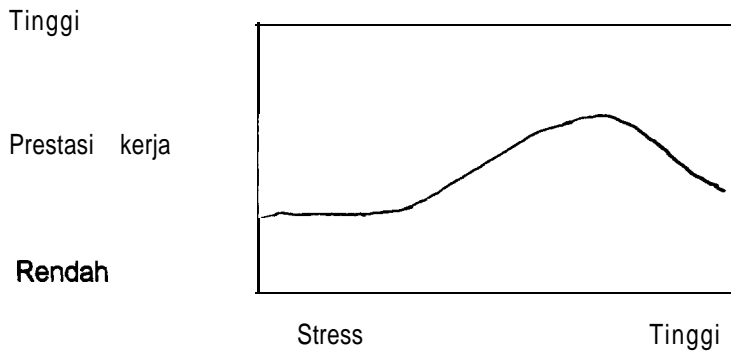
Umumnya stres ditakrifkan sebagai stimulus dari luar yang mengganggu mental dan fizikal atau tindak balas kimia dalam tubuh **badan** seseorang (Nykodym dan George, 1989).

Kelazimannya stres dikaitkan dengan sesuatu yang tidak baik, buruk dan mendatangkan kesan negatif kepada seseorang individu. Pendapat ini disangkal oleh beberapa penyelidik dan penulis seperti **Robbins (1993)**, Dubrin (1990) Woodcock dan **Francis(1993)**, Razali dan Sabitha (dalam Mihat, (1995) dan **Holt** (dalam Mohd Redzwan, 1995).

Robbins (1993) berpendapat stres tidak semestinya berkaitan dengan **aspek-**aspek negatif sahaja. Stres **juga** mempunyai nilai **positif**. Stres boleh mendatangkan kesan **positif** seperti peningkatan produktiviti atau

peningkatan prestasi kerja. Ini dapat diparjelaskan melalui hubungan “inverted- U” seperti yang ditunjukkan dalam rajah 1.1 di bawah.

Rajah 1.1: Hubungan Di antara Stres Dengan Prestasi Kerja



Sumber: **Robbins** (1993) “Organizational Behavior?”

Berdasarkan rajah di atas, didapati tahap tekanan rendah ke tahap tekanan sederhana akan merangsangkan tubuh badan dan meningkatkan kemampuan untuk bertindak. Individu dapat melaksanakan tugas mereka dengan baik, lebih gigih dan lebih cepat. Walau bagaimanapun prestasi kerja akan menurun sekiranya seseorang individu mengalami stres yang keterlaluan sedangkan tuntutan atau desakan tidak dapat ditunaikan atau wujudnya ketegangan.

Kenyataan di atas juga disokong oleh Jariah (1992) yang mengatakan bahawa stres tidak sepatutnya dianggap sebagai satu pengalaman yang selalu negatif dan ia patut dihapuskan. Stres yang sederhana akan

mendorong **badan** dan pemikiran sentiasa **berwaspada** terhadap bahaya dan seterusnya menyediakan individu untuk terlibat secara aktif dengan persekitaran. Stres merupakan sesuatu keadaan semula jadi dan **ia** tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan.

Menurut Holt (dalam Mohd Redzuan, 1995) walaupun stres mempunyai kaitan dengan perasaan cemas dan kebimbangan yang boleh memudaratkan kedua-dua **fizikal** dan psikologi manusia, tetapi stres adalah sesuatu yang perlu dalam kehidupan manusia kerana **ia** boleh berbentuk eustress (stres **positif**) selain berbentuk distress (stres **negatif**). Eustress merupakan dimensi stres yang membina dan diperlukan **bagi** kehidupan manusia sementara distress ialah dimensi stres yang memusnahkan dan menggugat fizikal dan psikologi individu.

Dubrin (1980), **juga** berpendapat bahawa sejumlah stres diperlukan dalam diri individu. Stres ini boleh membawa kesan **positif** seperti peningkatan prestasi kerja, peningkatan motivasi kerja, peningkatan kepuasan kerja dan menjadikan individu lebih kreatif. Walau bagaimanapun **ia** tidak menafikan kehadiran stres yang memudaratkan (distress) yang boleh membawa **kesan-kesan** negatif kepada seseorang individu. Di antara kesan-kesan negatifnya adalah seperti ketagihan **dadah** dan alkohol, ketidaktentuan emosi, kesukaran **memberi** kosantrasi terhadap kerja, kesukaran mengawal perasaan dan tingkah laku defensif.

1.7 Teori Stres

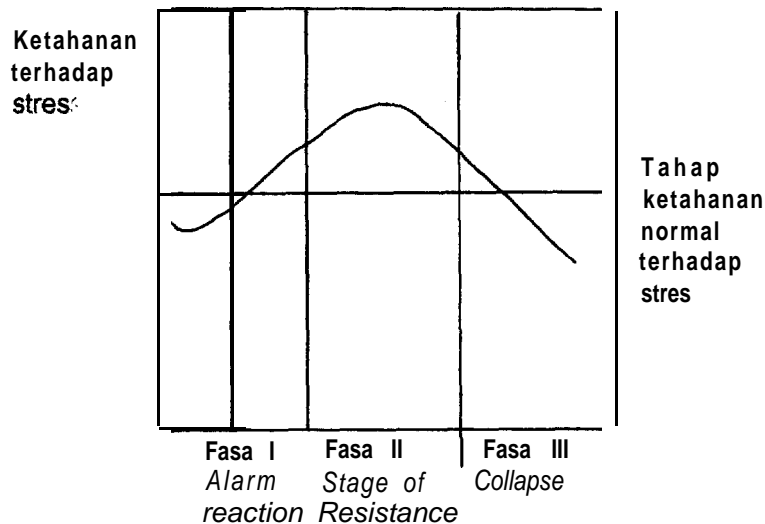
Menurut Fincham dan Rhodes (1988) dan Luthan (dalam Mazwin, 1993) tokoh yang dianggap sebagai **pelopor** dalam kajian stres adalah Hans Selye. Beliau percaya bahawa di sebalik reaksi ke **atas** segala tekanan, wujud satu fenomena yang dipanggil General Adaptation Syndrome. Sindrom ini mempunyai tiga peringkat iaitu peringkat amaran (alarm) peringkat penentangan (resistance) dan peringkat kehabisan tenaga (exhaustion).

Peringkat **pertama** menunjukkan perubahan **pada** sistem dalaman **badan** apabila terdedah kepada **stressor** yang mengancam. **Pada** masa itu, tahap ketahanan **badan** mulai berkurangan. Tindakbalas fisiologi **seperti** pengeluaran adrenalin, kadar respirasi yang meningkat dan kenaikan darah akan berlaku.

Peringkat kedua menunjukkan **badan** dapat menyesuaikan diri dengan tekanan yang dialami secara berterusan. Tahap tekanan meningkat melebihi **paras** normal. Tanda-tanda emosi, respirasi dan denyutan jantung mula merosot tetapi kandungan darah mengandungi hormon-hormon yang berkaitan dengan tekanan.

Peringkat ketiga adalah di **mana** penerimaan tekanan yang **sama** secara berterusan dan dalam tempoh masa panjang akan mengakibatkan kehabisan

tenaga untuk tujuan penyesuaian diri. Keadaan ini amat membahayakan kerana ia boleh membawa kepada kematian. Model Selye's General Adaptation Syndrome dapat dilihat melalui rajah 1.2

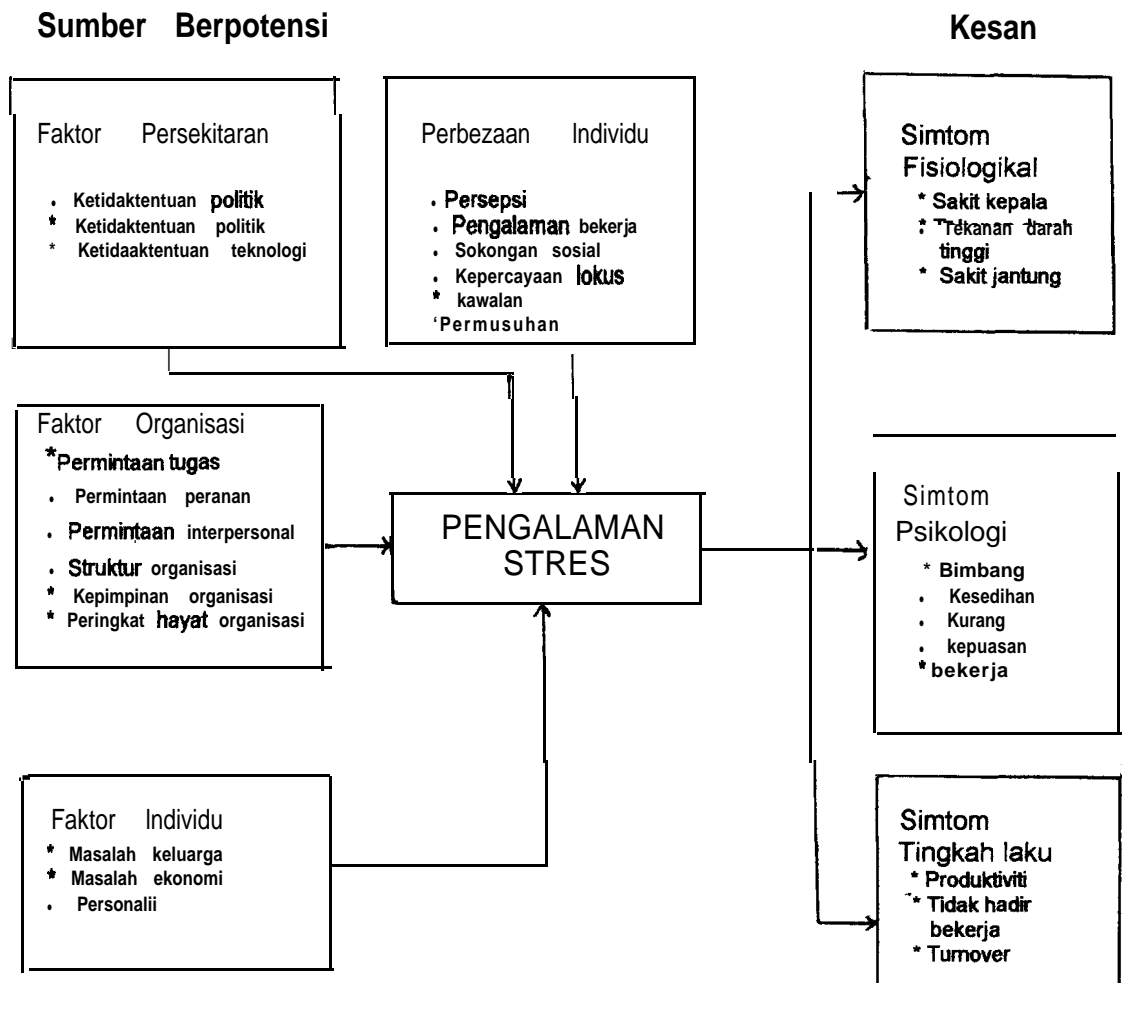


Rajah 1.2 Selye's General Adaptation Syndrome
 Sumber :Cox (1978) "Stress".

Seterusnya Robbins (1993) dan Hendrix, Ovalle dan Troxler (1985) berpendapat bahawa faktor-faktor organisasi, ekonomi dan individu merupakan sumber-sumber yang berpotensi dalam menimbulkan stres. Faktor ekonomi termasuklah ketidak tentuan ekonomi, politik dan sosial. Sementara faktor organisasi merangkumi aspek tuntutan-tuntutan kerja, peranan, interpersonal, struktur organisasi dan kepimpinan organisasi.

Penekan ini mewujudkan pengalaman stres di kalangan individu. Jika individu tidak berjaya menangani tekanan tersebut maka ia akan mengalami simptom stres seperti simptom psikologi, simptom fisiologi dan simptom tingkahlaku. Simtom fisiologi termasuklah sakit kepala, tekanan darah tinggi

dan sakit jantung. Simtom **psikologi** pula merangkumi **aspek** kebimbangan, ketegangan dan kekurangan kepuasan kerja. Sementara simtom tingkah laku termasuklah produktiviti yang **rendah** dan ketidakhadiran kerja. Model stres boleh dilihat melalui Rajah 1.3

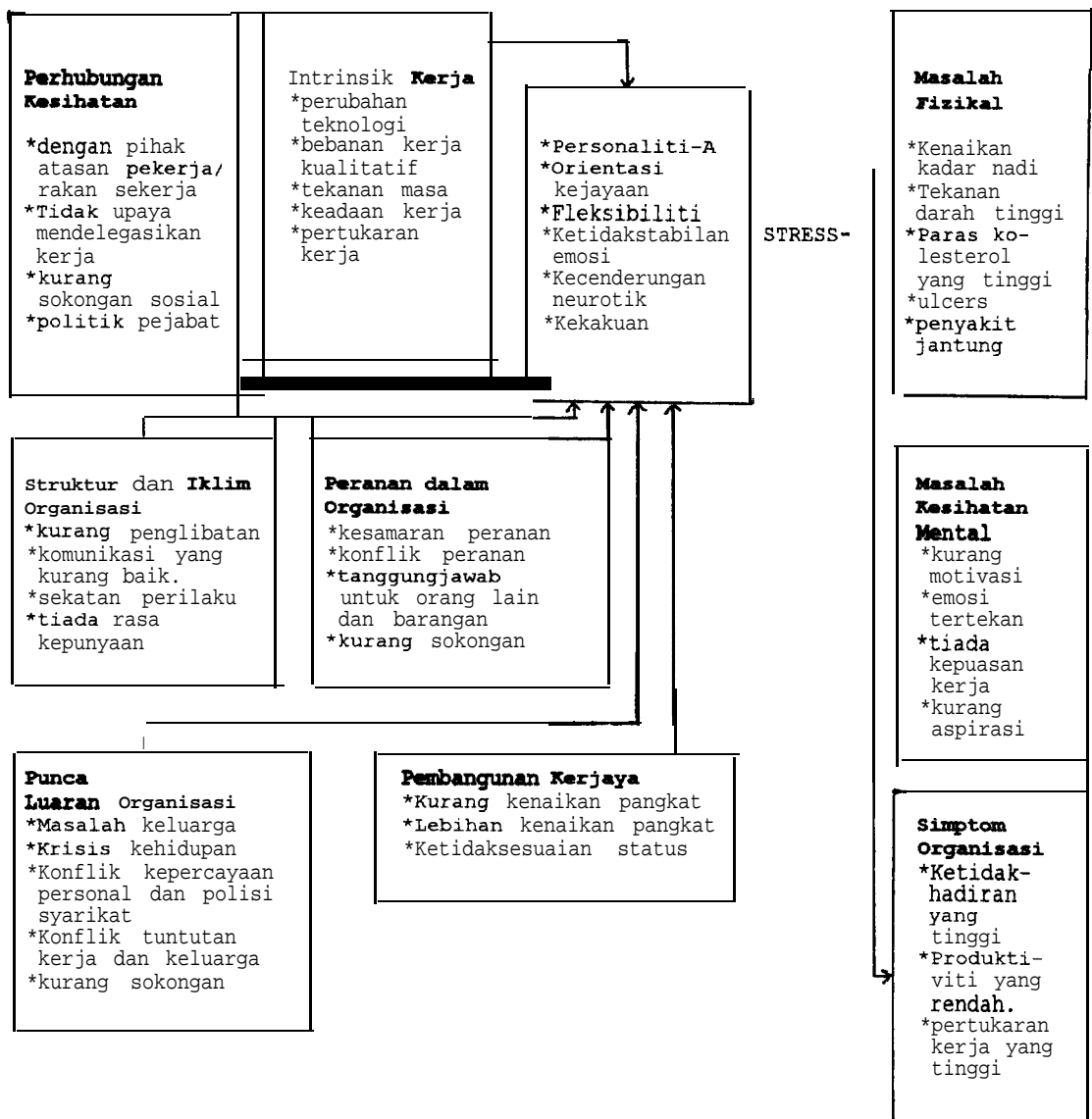


Rajah 1.3 Model Tekanan
 Sumber : **Robbins**. (1993; ha1639). "Organization Behavior."

Stres kerja **juga** dikaitkan dengan teori Person-Environment Fit yang dikemukakan oleh French, Cobb dan Rogers (Saad & Siti Fatimah, 1993).

Teori ini menjelaskan apabila persekitaran kerja tidak memenuhi keperluan dan keupayaan pekerja, maka akan wujud stres kerja. Stres ini boleh membawa kepada kesan fisiologi. Marshall dan Cooper(1979) telah mengapiikasikan model Person-Environment kepada stres kerja.

Faktor Persekitaran Faktor Individu Manifestasi Stress



Rajah 1.4: Model Person - Environment Fit

Menurut Marshall dan Cooper (1979), stres berpunca dari faktor-faktor persekitaran dan individu. Faktor persekitaran merangkumi aspek perhubungan, intrinsik pekerjaan, struktur dan iklim organisasi. Komponen perhubungan mencakupi aspek hubungan dengan pihak atasan, pekerja dan rakan sekerja. Faktor struktur dan iklim organisasi pula merangkumi aspek kurang penglibatan, komunikasi yang kurang baik dan tidak rasa kepunyaan.

Penekan ini akan membawa stres kepada pihak yang berkenaan, jika mereka **gagal** bertindak terhadap penekan-penekannya tersebut. Ketegangan yang berlarutan akan membawa kepada masalah kesihatan fizikal dan masalah kesihatan mental. Masalah kesihatan adalah **seperti** kenaikan kadar nadi, tekanan darah tinggi, **paras** kolesterol yang tinggi serta penyakit jantung. Masalah kesihatan mental pula termasuklah kurang motivasi, emosi, tertekan tiada kepuasan kerja dan kurang inspirasi.

1.8 Definisi Konsep

Bagi tujuan penyelidikan ini, beberapa istilah didefinisikan supaya memudahkan pembaca memahaminya.

1.8.1 Stres

Miller dan **Catt** (1989) menjelaskan stres merupakan ketidakmampuan untuk bertindak secukupnya **tanpa** bebanan emosi atau psikologi yang berlebihan.

Akibat dari stres boleh terjadinya 'burnout' iaitu keadaan emosi yang lesu atau fizikal, di **mana** kerja sudah tidak mempunyai makna **lagi**.

Stone dan **Freeman**(1989) menjelaskan stres menghasilkan perasaan **cemas** dan **beban** yang wujud apabila individu melihat keadaan sebagai mendesak dan mengancam untuk mengatasi kemampuan atau kebolehan. Pihak pengamal perubatan mempercayai hampir 30 hingga 50% penyakit fizikal adalah berpunca dari stres. Di **samping** itu stress **juga** akan menyebabkan kemurungan, kejengkelan (irritation), keletihan, kerisauan, rasa **rendah** diri dan kepuasan kerja yang **rendah**.

Plunkett dan Attner(1992) mendefinisikan stress sebagai ketidakselesaan yang kelihatan berpunca dari ketidaksesuaian antara individu dengan desakan yang dirasakan perlu untuk ditunaikan. Ia merupakan tindak balas **badan** terhadap keadaan yang mendesak. Mereka **juga** menjelaskan **sumber-sumber** stres ialah keluarga , psikologi individu, kerja dan persekitaran tempat kerja.

Cedoline (1982) melaporkan kajian yang dilakukan oleh McLean dalam tahun 1974 menerangkan stres kerja boleh terhasil apabila faktor-faktor yang berkaitan dengan kerja menghalang atau menggalakkan keadaan **fizikal** dan mentalpekerja.

Mahamood Nazar Mohamed dan Sabitha Marican (1995) telah memberikan definisi stres sebagai satu tindak **balas pada** satu **punca** tekanan, rangsangan atau suasana yang menjejaskan keadaan fisiologi seseorang individu.

Terdapat pefbagai faktor yang yang menyebabkan stres dalam pekerjaan tetapi yang paling menonjol ialah perubahan **organisasi**, kadar kerja, lebih **beban** kerja, persekitaran fizikal dan 'job burnout'. Manakala faktor-faktor yang menyumbang stres individu secara khusus ialah penyeliaan, gaji, jaminan kerja dan keselamatan (Schuler dan t-tuber, 1993).

1.8.2 Stres Pekerjaan Guru

Stres pekerjaan guru boleh didefinisikan sebagai keadaan mental dan fizikal yang diakibatkan oleh gangguan peristiwa atau keadaan persekitaran pekerjaan. Perubahan emosi yang tidak menyenangkan seperti ketegangan, kekecewaan dan kemarahan hasil dari pekerjaan boleh menimbulkan stres (Kyriacou 1987). **Punca** yang kerap berlakunya stres ialah keadaan pekerjaan yang buruk (Rowsey & Ley, 1987), **salah** laku pelajar (Dunham, 1984; Veenman, 1984), kekurangan sumber untuk mengajar (Farber, 1984; Keiper & Flaherty, 1985), bebanan **tugas** bukan mengajar (Payne & Fumham, 1987) dan sikap **murid** terhadap pelajaran (Kyriacou, 1987).

1.8.3 Guru

Guru bermaksud seseorang yang telah dilantik dan disahkan dalam jawatannya oleh pihak Kementerian Pendidikan. Guru biasanya tidak memegang sesuatu jawatan khas dan biasanya ditugaskan mengajar **mata** pelajaran • **mata** pelajaran yang tertentu. Guru kanan **mata** pelajaran dan Penolong Kanan (Pentadbiran dan Hal Ehwal **Murid**) terdiri dari guru-guru yang dilantik oleh Kementerian atau Jabatan Pendidikan.

BAB2

SOROTAN LITERATUR

2.1 Stres Pekerjaan Di kalangan guru

Dalam kajian ke **atas** 650 orang guru di Great Britain, Dunham (1977) menyatakan bahawa stres guru adalah masalah yang **serius dalam** profesyen mereka. Dunham **juga** menambah bahawa stres yang dialami oleh guru bukan merupakan penyakit jangka pendek yang berlaku **pada** tahun-tahun awal memasuki karier perguruan tetapi kebanyakan guru akan mengalami sepanjang masa kerjayanya. Dapatan ini turut disokong oleh Hargreaves (1978) yang telah menemuduga guru-guru sekolah **rendah** dan menengah di England. Dapatan menunjukkan **ada** penambahan dalam stres yang dialami oleh guru dan ini memang dijangkakan apabila perubahan berlaku di sekolah dalam masa sepuluh ke lima belas tahun yang terakhir ini. **Menurut** Hargreaves keadaan **ini** adalah disebabkan berlakunya perubahan peranan guru **bagi** memenuhi kehendak kurikulum yang luas **bagi** mencapai objektif pendidikan. Dia mengatakan guru telah bertindak sebagai

penjaga, pegawai polis, paderi dan pekerja sosial selain dari sebagai guru.

Didapati lebih kurang satu **perlima** daripada 257 orang guru dalam sekolah campuran komprehensif di England mengelaskan kerjaya perguruan adalah **sangat** stres atau ekstrim stres. Setahun kemudian dalam satu **soal** selidik yang dijalankan ke **atas** satu sampel 218 orang guru di sekolah campuran komprehensif di England **juga** melaporkan bahawa 23.4% mendapati kerjaya perguruan adalah **sangat** stres atau ekstrim stres (Kyriacou dan Sutcliffe, 1979).

Capel (1987) dalam kajiannya terhadap 78 orang guru dalam **empat** sekolah menengah di Britain, 81 peratus menunjukkan stres **paras rendah** dan 19 peratus stres **paras** sederhana. Laporan **Capel** ini adalah **bertentangan** dengan **apa** yang dilaporkan oleh Kyriacou dan Sutcliffe di **atas**.

Stres merupakan perkara **biasa** di kalangan semua guru di **mana** umur dan pengalaman mengajar tidak **memberi** kesan kepada **paras** stres yang dialami oleh guru. Walau bagaimanapun pandangan Hargreaves **bertentangan** dengan kajian oleh **Edworthy** (1987) yang mendapati bahawa semakin **lama** pengalaman mengajar seseorang guru itu semakin tinggi **paras** stres yang dialami oleh mereka. Dengan lain perkataan darjah stres

yang **rendah** menunjukkan semakin pendek pengalaman mengajar seseorang guru itu.

Kyriacou dan Sutcliffe (1977) **mendefinisikan** stres guru sebagai tindakan negatif guru seperti **marah**, risau atau sedih, dan diikuti oleh perubahan fisiologi seperti penambahan kadar denyutan jantung atau pembebasan hormon adrenokortikotropik ke dalam saluran darah.

Soh (dalam Mohd **Redzwan**, 1995) telah membuat kajian di **Singapura** mengenai stres guru dan hubungannya dengan sikap terhadap tanggung jawab dan perubahan. Dapatan beliau menunjukkan bahawa terdapat hubungan negatif antara stres dan sikap terhadap tanggungjawab serta perubahan. **Solman** dan Feld (1989) dalam kajiannya di Australia mendapati tahap stres di kalangan guru adalah tinggi. Sejumlah 20 peratus guru-guru di sekolah Katholik dan 33 peratus guru-guru di sekolah kerajaan melaporkan **tugas** guru menyebabkan mereka mengalami stres yang teruk.

Smilansky (1984) pula telah membuat kajian mengenai kepuasan kerja dan stres di kalangan guru-guru sekolah **rendah** di Israel. Beliau melaporkan kepuasan kerja dan stres guru di tempat kerja berkait **rapat** dengan perasaan. Dapatan menunjukkan **apa** yang berlaku di dalam kelas berpunca daripada masalah-masalah pentadbiran atau polisi. Data **juga** menunjukkan

guru-guru di Israel mempunyai tahap kepuasan yang agak tinggi dan tahap stres yang sederhana terhadap tugas mereka.

Litt dan Turk (1985) dalam kajian mereka terhadap guru-guru sekolah menengah di Amerika Syarikat mendapati konflik peranan dan penyeliaan mempunyai hubungan yang signifikan dengan stres. Kepuasan kerja pula berkait rapat dengan iklim sekolah yang diwujudkan oleh pengetua. Guru-guru akan lebih berpuas hati sekiranya pengetua mengambil berat tentang kebajikan dan perkembangan profesional mereka.

Lim dan Turk (1985) juga mendapati hubungan negatif yang kuat antara kepuasan kerja dan tingkahlaku negatif. Ini bermakna guru yang mempunyai hubungan baik dengan rakan sejawat, ibu bapa dan bermoral tinggi akan mengalami stres yang sedikit sahaja.

Richard dan Krieshok (dalam Blik, Cruise, Mitchell dan Blix, 1994) dalam kajian mereka mendapati guru-guru mempunyai stres kerja yang lebih daripada pentadbir-pentadbir sekolah. Kajian ini disokong oleh Sarros (1987). Ini berkemungkinan kerana pentadbir sekolah telah lali terhadap stres kerja setelah melalui pengalaman, rangkaian rakan sejawat, sokongan dan rasa dihormati.

Tanner , Schnittjen dan Atkins (dalam Mohd Redzwan, 1995) melaporkan pengetua mengalami stres ketika mengimbangi pengurusan aktiviti sekolah dan memenuhi permintaan yang bertentangan. Mereka juga menerangkan kebanyakan punca stres mempunyai kaitannya dengan kekangan masa. Milstein dan Farkas (1988) telah melaporkan kajian Hendrickson yang mendapati lebih 40 peratus pengetua tidak lagi memperolehi kepuasan dalam melaksanakan tugas mereka. Manakala kajian Seigmann dan Huck mendapati 25 peratus daripada 1,600 orang pengetua berhajat untuk meninggalkan profesion mereka kerana mengalami stres.

Dalam konteks negara kita, banyak kajian telah dibuat mengenai stres. Antaranya Lem Boon (1983) telah mengkaji stres di kalangan pekerja syarikat dan Norkiah Abdul Kadir (1990) pula mengkaji stres dan kepuasan kerja di kalangan guru. Sebagai rumusannya dapatlah dikatakan kajian mengenai stres di kalangan pendidik di negara kita masih belum begitu mendalam lagi.

2.2 Kajian Lepas **Tentang** Faktor Demografi Dalam Stres

Menurut (Ferrando, 1993; Lee - Wu Zen, 1994 dan Kye, 1994) faktor demografi merujuk kepada informasi berkaitan dengan biografikal seperti umur, jantina, status perkahwinan, bilangan anak, pengalaman bekerja, jawatan dan sebagainya.

2.2.1 Jantina

Sullivan (1991) mendapati bahawa tidak terdapat perbezaan tahap stres di antara ahli fakulti, pentadbir dan staf sokongan di Mid-Western Universiti dengan merujuk kepada aspek jantina.

Dapatan kajian Houchen (1995), juga menunjukkan tidak **ada perbezaan signifikan** tahap stres dan **punca-punca** stres di kalangan department chair lelaki dan perempuan di Kolej Community.

Ini **bertentangan** dengan kajian Ferrando (1993) yang mendapati bahawa pendidik **wanita** mempunyai tahap stres yang lebih tinggi berbanding dengan pendidik lelaki.

Abdul Wahid (1995) dalam kajiannya terhadap **250** orang guru sekolah menengah di Daerah Kinta Perak mendapati bahawa tidak **ada** perbezaan yang signifikan antara stres yang dialami oleh guru lelaki dengan guru perempuan.

2.2.2 Status Perkahwinan

Dapatan kajian Davis (1992) melapor wujudnya perbezaan yang signifikan di antara tahap stres keseluruhan dengan **stressor** pekerjaan di kalangan

pentadbir jururawat di General Hospital Tennessee dengan merujuk kepada status perkahwinan.

Abdul Wahid (1995) pula menjelaskan bahawa tiada perbezaan yang **signifikan** antara status perkahwinan dengan **paras** stres yang dialami oleh guru. Walau bagaimanapun beliau menambah dari min simptom stres didapati guru yang berpisah, janda atau **duda** mengalami lebih stres berbanding dengan guru yang sudah berkahwin atau bujang. Guru yang masih bujang didapati min simptom stres yang kurang sekali.

2.2.3 Umur

Ferrendo (1993) **juga** mendapati bahawa pendidik yang berumur di antara 30 hingga 39 tahun mempunyai tahap stres yang lebih tinggi. Kyriacou dan Sutcliffe (dalam Mohd Redzuan, 1995) melaporkan guru yang berumur lebih dari 44 tahun mengalami stres yang tinggi dan ini diikuti oleh mereka yang berusia di antara 30 hingga 40 tahun sementara guru yang berusia kurang daripada 30 tahun mengalami stres yang terendah. Mengikut kajiannya **juga**, guru yang berusia lebih dari 44 tahun adalah lebih stres kerana gaji yang tidak memuaskan dan kurang peluang kenaikan pangkat.

2.2.4 Tempoh perkhidmatan

Kinder (1993) mendapati bahawa tempoh perkhidmatan memberi kesan signifikan terhadap stres di kalangan pentadbir sekolah menengah di Missouri. Ini selaras dengan dapatan kajian McCabe (1989) yang menunjukkan terdapat perbezaan signifikan dalam tahap stres di antara pengetua dan penolong pengetua di Texas. Dapatan kajian Morris (1991) juga menunjukkan majoriti responden yang mempunyai pengalaman kerja yang kurang dari tiga tahun menerima stres yang rendah di sebabkan mereka berupaya untuk berdaya tindak terhadap perubahan. Bagaimanapun dapatan kajian Morris bercanggah dengan dapatan kajian Borg dan Riding (1993), yang menunjukkan tahap stres di kalangan pengetua dan penolong pengetua di Malta dan Gozo semakin tinggi apabila tempoh perkhidmatan mereka melebihi lima tahun berbanding dengan rakan mereka yang mempunyai pengalaman kurang dari lima tahun.

Bagaimanapun dapatan kajian di atas bercanggah dengan dapatan kajian Sullivan (1991) yang memperlihatkan tiada perbezaan tahap stres di kalangan pensyarah fakulti, pentadbir dan staf sokongan di universiti Mid-Western dari segi tempoh perkhidmatan. Kenyataan ini selaras dengan dapatan kajian Abdul Wahid (1995).

2.3 Punca-punca Stres

2.3.1 Pelajar

Faktor pelajar merupakan **punca** yang utama dalam stres guru. Pelajar yang sering menimbulkan masalah disiplin, kurang minat hendak **belajar**, kurang motivasi dan tidak membawa **alat** kelengkapan **belajar** akan **memberi** tekanan, kemarahan dan kekecewaan kepada guru untuk menjalankan tugasnya. Lawrence, Steed dan Young (1983) telah menjalankan kajian **salah** laku di dua buah sekolah menengah di London . mendapati **salah** laku yang ketara ialah kelakuan yang kasar seperti menggunakan kata-kata kesat, bercakap dan tidak mengindahkan kuasa guru.

McManus (1989) telah menjelaskan antara **salah** laku yang dilakukan oleh pelajar ialah meminta keluar ke tandas berulang kali, merokok dalam tandas, enggan membuat kerja **rumah**, bercakap semasa guru mengajar, bergaduh di padang atau di dalam kelas, mengancam atau mengugut guru, datang **lambat** ke sekolah, merosakkan **harta benda** sekolah dan ponteng kelas atau sekolah.

Okebula dan Jegede (dalam Abdul Wahid , 1995) menunjukkan sikap negatif murid kepada pelajaran adalah pembolehkan yang **sangat** stres

dalam sampel kajiannya. Dapattannya adalah **sama** seperti yang dilaporkan dari penyelidikan di UK (Feltcher & Payne, 1982), Australia (Laughlin, 1984) dan di Amerika Syarikat (Philip dan Lee, 1984). Dapatan ini menerangkan bagaimana kecewanya guru yang telah bertungkus -lumus menyediakan rancangan pelajaran **sama ada** dalam sekolah atau di luar sekolah **bagi** menyampaikan pelajaran yang terbaik dalam kelas, tetapi hasilnya terpaksa berhadapan dengan **murid** yang tidak kisah terhadap pelajaran, tidak mahu membuat kerja **rumah** dan menganuti sikap sambil lewa.

2.3.2 Tuntutan Masa

Cook dan Leffingwell, Fletcher dan Payne, Carter (dalam Abdul Wahid , 1995) menyatakan bahawa persepsi kekurangan masa sebagai **punca** stres. Guru diletakkan dalam situasi di **mana** dia sering didakwa mempunyai masa kerja yang pendek (setengah hari), “easy hours” tetapi dalam masa inilah mereka berhadapan dengan tuntutan yang tetap dan berbagai kerenah kerja. Apabila sahaja loceng akhir berbunyi maka masa itulah mereka terpaksa menghadiri mesyuarat, menanda buku, membuat persediaan mengajar, menulis laporan atau buku rekod mengajar, dan menyelesaikan masalah pelajar, kerana waktu kelas mereka mesti mengajar (atau masuk ke kelas). Jika tidak akan timbul masalah disiplin pelajar seperti membuat bising atau pelajar bergaduh.

2.3.3 Iklim Sekolah

Iklim adalah satu konsep yang kompleks dan samar. Dengan itu **adalah** sukar untuk mendapatkan takrif yang standard **bagi** iklim organisasi. Ashfoth (1985) menyatakan budaya adalah mengandungi andaian, nilai dan **norma** bersama, manakala iklim pula adalah persepsi bersama terhadap gelagat. Oleh itu iklim organisasi adalah istilah yang luas yang merujuk kepada ahli-ahli yang mengongsi (shared) persepsi terhadap suasana kerja dalam sesebuah organisasi (Hoy dan Miskel, 1987)

Menurut Hoy dan Clover (dalam Abdul Wahid, 1995) iklim sekolah **adalah** persepsi guru terhadap suasana kerja. Secara lebih khusus, iklim adalah satu set ciri-ciri yang boleh diukur dari segi suasana kerja guru dan pentadbir berasaskan kepada persepsi yang terkumpul. Persepsi-persepsi ini adalah dipengaruhi kuat oleh **amalan** atau **gaya** kepimpinan pentadbir iaitu pengetua yang merupakan individu tunggal yang penting dalam mempengaruhi iklim sesebuah sekolah. Pengetualah yang mengawal organisasi formal dan pengetua **juga** yang **amalan** kepimpinannya yang mencorakkan gelagat normatif dan berstruktur **bagi** organisasi tak formal. Iklim mempunyai impak yang besar kepada prestasi organisasi kerana ia mempengaruhi motivasi individu. Perhubungan interpersonal **sesama** guru dan di antara pengetua dan guru secara **langsung** membentuk motivasi dan gelagatguru-guru.

(Blase dan **Mathew**, 1984; Cedoline , 1982 dan Iwanicki, **1983**), menyatakan satu daripada unsur dalam iklim sekolah ialah penglibatan bersama **dalam** membuat keputusan. Kebanyakan keputusan terletak **di tangan pengetua** sebagai kata pemutus. Oleh yang demikian, **punca** utama yang lain ialah kurangnya penglibatan guru dalam membuat keputusan dan **ini memberi** kesan secara **langsung** dalam kualiti kehidupan pekerjaan. (French dan Caplan, **1973**), menjelaskan penglibatan dalam membuat keputusan merupakan satu proses yang kritikal dalam memelihara moral, motivasi, entusiasma, kepuasan sendiri, dan kepuasan kerja secara keseluruhan. (Maslach dan **Jackcon**, 1984) menjelaskan **pada** amnya guru mempunyai peranan yang minima dalam membuat keputusan secara **langsung** mengenai mereka. Misalnya perubahan dalam kurikulum, implimentasi polisi dan tindakan disiplin terhadap **murid** tidak pernah merujuk kepada guru. Keadaan ini membawa kepada penurunan moral, kepuasan kerja, kepuasan sendiri dan “locus of control”. Bukti pertalian yang kuat antara sokongan penyeliaan dengan stres guru adalah disokong secara empirikal (Bacharah et al., 1986; Litt dan Turk, **1985**), di **samping** itu sokongan dari rakan-rakan dan pengetua adalah penting dalam mengurangkan stres guru (Cunningham, 1982; Farber dan Miller, 1981).

2.3.4 Bebanan kerja (tugas)

Ross dan Altmaier (1994) membahagikan **beban** kerja kepada bebanan kerja kuantitatif dan bebanan kerja kualitatif. Apabila pekerja mempersepsikan yang mereka mempunyai **banyak tugas** yang perlu disiapkan atau kekurangan masa untuk menyelesaikan tugas yang diberi, maka keadaan ini dirujuk sebagai berlakunya bebanan kerja kuantitatif. Bebanan kerja kualitatif pula wujud apabila pekerja merasai mereka kurang berupaya untuk menyelesaikan tugas berbanding dengan usaha dan kemahiran yang mereka curahkan; atau merasai standard prestasi kerja yang terlalu tinggi **tanpa** mengira berapa **banyak** masa yang mereka miliki.

Micheal dan Ivancevish (1989) mendefinisikan bebanan kerja sebagai bebanan kerja yang kronik di **mana** individu merasai yang mereka dibebani dengan kerja yang **banyak** secara berterusan atau sepanjang masa. Sementara Bory dan Riding, (1993) mendefinisikan bebanan kerja sebagai mempunyai terlalu **banyak** kerja dan tanggungjawab yang perlu dilaksanakan.

Dalam konteks di sekolah guru selalu merungut kerana mereka dibebankan dengan **tugas-tugas** bukan mengajar yang **banyak**. Contohnya kerja-kerja “**paperwork**”, kerja perkeranian, mengutip derma, menjalankan **kempen** dan lain-lain lagi.

Litt dan Turk (1985) dalam kajian mereka terhadap guru-guru sekolah tinggi di Amerika mendapati bahawa **punca** utama stres di kalangan guru adalah banyaknya **tugas** perkeranian. Walau bagaimanapun pandangan mereka disangkal oleh Fletcher dan Payne (1982) yang mendapati bahawa ramai guru tidak merasa mereka mempunyai **banyak** bebanan **tugas** tetapi sebaliknya mereka bersedia memikul **banyak** tanggungjawab yang diarahkan.

Lebih bebanan kerja **juga** dialami oleh **para** pentadbir sekolah. Misalnya kajian yang dijalankan di sekolah menengah kerajaan di Iowa **pada** tahun 1991-1992 (Stouffer, 1993) mendapati bahawa lebih bebanan kerja adalah di antara **stressor** yang utama di kalangan pentadbir sekolah tersebut.

Bab 3

METODOLOGI KAJIAN

3.1 Rekabentuk Kajian

Alat penyelidikan yang digunakan ialah **soal** selidik yang diedarkan kepada responden. Purata **masa** diperlukan untuk menjawab **soalan-soalan** dalam **soal** selidik adalah antara 10 - 15 minit. Responden diminta mengisi **soal** selidik sewaktu rehat persekolahan. **Pada** hari berikutnya penyelidik telah datang ke sekolah berkenaan untuk memungut semula borang **soal-selidik** tersebut. Data mentah telah dimasukkan dalam komputer untuk dianalisis. Sistem yang digunakan ialah Sistem Komputer Pakej SPSS. Ver. 6.0.

3.2 Alat Penyelidikan

Soal selidik terdiri daripada **empat** bahagian. Bahagian A mengumpul maklumat latar belakang atau demografi responden, termasuk jantina, status perkahwinan, **umur**, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar. Bahagian B, C dan D adalah **soalan-soalan** yang dibentuk dari sumber-sumber seperti Laughlin (1984), Kyriacou dan

Sutcliffe (1974) dan McCormick dan Solman (1992). Beberapa perubahan telah dibuat ke atas soalan-soalan tersebut untuk disesuaikan mengikut lokasi tempatan bagi memenuhi tujuan kajian. Bagi semua soalan-soalan ini responden dikehendaki menanda di kotak yang disediakan mengikut persepsimereka.

Bahagian B menyentuh kepuasan kerja sebagai seorang guru. Responden dikehendaki menjawab mengikut Skala Likert dari nombor 1 hingga 5. Terdapat dua aspek yang ditanyakan dalam bahagian ini iaitu skim perkhidmatan dan tuntutan luaran. Kedua-dua aspek ini mengandungi enam item setiap satu.

Bahagian C mengenai pasti punca-punca stres pekerjaan di kalangan guru. Responden diminta memberi respon berdasarkan Skala Likert yang diberi nombor 1 hingga 5 iaitu tiada stres, sedikit stres, sederhana stres, sangat stres dan ekstrim stres. Sebanyak tiga faktor iaitu pelajar, tuntutan masa skim perkhidmatan, tuntutan luaran dan iklim sekolah. Setiap faktor mengandungi enam item .

Bahagian D menentukan simptom-simtom atau tanda-tanda apabila seseorang itu mengalami stres. Ada tiga aspek simptom stres iaitu psikologi, fisiologi dan kesihatan ftzikal yang dikemukakan. Setiap satu aspek mengandungi enam item. Responden diminta memberi satu jawapan

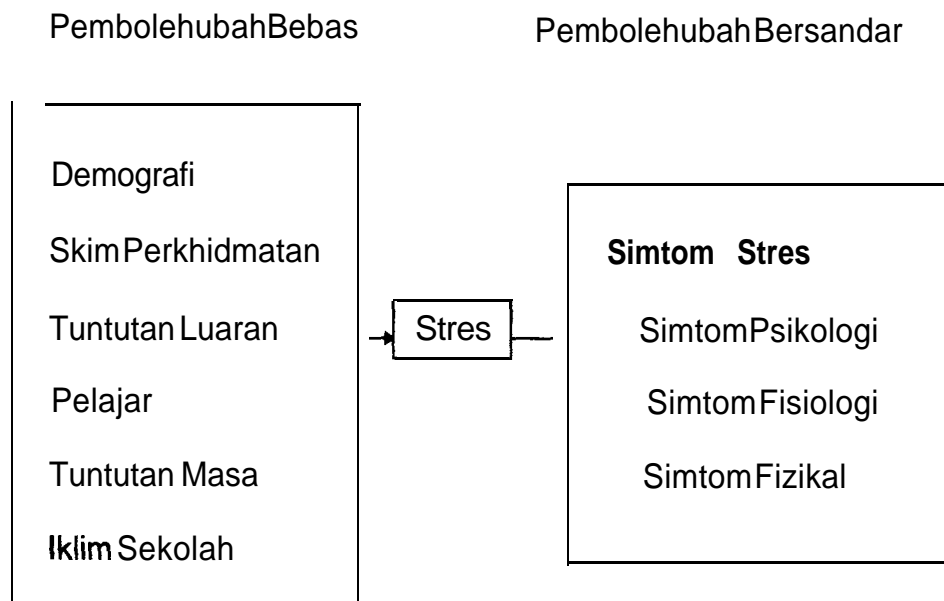
dengan memilih respon-respon yang diberikan berdasarkan Skala Likert dari nombor 1 hingga 5 iaitu sentiasa, kerap kali, kadang-kadang, jarang dan tidak pernah.

3.3 Tatabara Pengumpulan Data

Sebelum kajian ini dilaksanakan, penyelidik telah mendapat kebenaran daripada **Ba hagian** Perancangan dan Penyelidikan Pendidikan, Kementerian Pendidikan Malaysia, Jabatan Pendidikan Perak dan Pengetua bagi setiap sekolah yang dipilih.

Data dikumpul melalui instrumen **soal** selidik yang diadakan. Pemilihan instrumen ini adalah sesuai dengan pendapat Mohd Majid **Konting(1990)**, menyatakan bahawa **soal** selidik lebih praktikal dan berkesan digunakan untuk populasi yang besar. Pemilihan ini juga sesuai dengan pendapat Sekaran (1992), bahawa **soal** selidik adalah paling berkesan dalam pengumpulan data. Sebanyak 265 set borang **soal** selidik akan diadakan kepada responden oleh penyelidik sendiri. Setiap responden dikehendaki menjawab **soalan** yang dikemukakan dengan jujur dan ikhlas. Penyelidik akan memungut sendiri **soalan soal-selidik** yang telah dijawab oleh setiap responden.

3.4 Kerangka Konseptual



Rajah 3.1 Kerangka Konseptual Stres Pekerjaan Di Kalangan Guru

Berdasarkan huraian konsep stres, teori stres dan **dapatan** kajian lepas, pengkaji telah membentuk model teoritikal kajian sebagaimana yang di tunjukkan dalam rajah 3.1 di **atas**. Tujuannya untuk mengkaji tahap stres dan **punca-punca** stres di kalangan guru. Ia **juga** mengkaji **sama ada** faktor demografi seperti jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, skim perkhidmatan dan lokasi tempat **bertugas** seperti bandar dan luar bandar mempunyai perbezaan yang signifikan dengan tahap stres di kalangan guru. Model kajian yang digunakan adalah berdasar dan disesuaikan daripada gabungan Model Person Environment Fit (Marshall & Cooper, 1979) dan Model Stres (Robbins, 1993).

3.5 Lokasi Kajian

Lokasi kajian ialah daerah Kuala Kangsar di negeri Perak. Terdapat sebelas buah sekolah menengah di bandar ini, tidak termasuk beberapa buah sekolah lagi yang berada di bandar Sungai Siput. Hanya lapan buah sekolah sahaja dipilih untuk kajian ini.

3.6 Populasi Kajian

Mohd Majid Konting (1990), mendefinisikan populasi sebagai satu set ciri yang menunjukkan cerapan atau ukuran tertentu ke atas sekumpulan individu atau objek. Individu atau objek yang dicerap mestilah mempunyai sekurang-kurangnya satu ciri atau sifat yang sama antara satu sama lain.

Dalam kajian ini populasi adalah terdiri daripada guru-guru di lapan buah sekolah terpilih. Saiz populasi ialah 440 orang (Sumber dari PPD Kuala Kangsar).

Jadual 3.1 : Nama Sekolah, Gred Dan Bilangan Guru

Bil.	Nama Sekolah	Gred	Bit. Guru
1.	Sek. Men Clifford	A	68
2.	Sek. Men. Raja Perempuan Kelsom	A	55
3.	Sek. Men. Temenggung Kati	A	62
4.	Sek. Men. Bukit Merchu	A	65
5.	Sek. Men. Raja Muda Musa	B	55
6.	Sek. Men. Tun Perak	B	-48
7.	Sek. Men. Tajul Ariffin	B	47
8.	Sek. Men. Sayong	B	40
	JUMLAH		440

3.7 Sampel Dan Persampelan Kajian

Penyelidik telah memilih 235 orang guru secara rawak daripada 440 orang guru di **lapan** buah sekolah yang dipilih. Pemilihan ini adalah berdasarkan jadual penentuan saiz sampel oleh Krejcie dan Morgan (1970) dan Sekaran (1992). **Menurut** mereka, **bagi** jumlah populasi seramai 440 orang saiz sampel yang diperlukan ialah 205 orang. Untuk kajian ini penyelidik memilih sampel yang lebih besar iaitu seramai 235 orang. Pemilihan saiz sampel yang lebih besar adalah bersesuaian dengan pendapat Gay dan **Diehl**

(1992) iaitu saiz sampel yang lebih besar adalah lebih baik dan jumlah minima sampel ialah 10% daripada jumlah keseluruhan.

Bagi memenuhi tujuan pemilihan sampel sebanyak 265 set borang soal-selidik telah diedarkan kepada responden. Sebanyak 237 set borang soal selidik telah dikembalikan dan dari jumlah tersebut hanya 235 set yang boleh dipakai untuk tujuan analisis. Berdasarkan jumlah borang soal-selidik yang dikembalikan dan boleh dipakai, pecahan sampel bagi taburan populasi responden adalah seperti jadual 3.2.

Jadua13.2 : Taburan Populasi Dan Pemilihan Sampel

Sekolah Yang Dipilih	Jumlah Populasi (N)	Jumlah Sampel (n)
Sek. Men. Clifford	68	38
Sek. Men. Raja Perempuan Kelsom	55	28
Sek. Men. TemenggungKati	62	33
Sek. Men. Bukii Merchu	65	35
Sek. Men. Raja Muda Musa	55	26
Sek. Men. Tun Perak	48	27
Sek. Men. Tajul Ariffin	47	26
Sek. Men. Sayong	40	22
JUMLAH	440	235

3.8 Kajian Rintis

Ujian rintis (pilot test) telah dilaksanakan terlebih dahulu **kepada 30 orang** guru yang mengajar di sebuah sekolah di bandar Sungai Siput. Tujuan ujian ini ialah untuk menentukan kesahan, keberkesanan dan kebolehpercayaan **soal selidik** yang telah dibina. Kesahan dan kebolehpercayaan **soal selidik** telah diuji dengan 'Cronbach Alpha'. **Menurut** Sekaran (1992) 'Cronbach Alpha' merupakan 'reliability coefficient' atau kebolehpercayaan nilai Alpha akan menunjukkan bagaimana item-item kajian berhubung antara satu **sama** lain. Jika nilai Alpha menghampiri 1, bermakna kebolehpercayaannya tinggi, baik dan berkesan. Jika nilai Alpha kurang daripada 0.6 bermakna lemah, jika di antara 0.6 dengan 0.7 boleh diterima dan jika melebihi 0.8 ia adalah **sangat** baik.

Penyelidik hanya dapat mengumpul kembali sebanyak 29 jawapan **soal selidik** daripada responden. Data daripada hasil ujian rintis **ini** dianalisis untuk mencari kesahan dan kebolehpercayaan item-item di dalam **soal selidik**. **Analisis** keputusan ujian ditunjukkan dalam Jadual 3.4 di bawah.

Jadua13.3 : Analisis Keputusan Ujian Rintis

Pembolehubah	No. Item	Korelasi	Nilai Alpha
Skim Perkhidmatan	7	0.1380	0.8707
	8	0.2215	
	9	0.0322	
	10	0.0133	
	11	0.1056	
	12	0.0701	
Tuntutan Luaran	13	0.3163	0.8650
	14	0.2292	
	15	0.2168	
	16	0.1903	
	17	0.1404	
	18	0.1759	
Pelajar	19	0.5224	0.8600
	20	0.5339	
	21	0.2837	
	22	0.4666	
	23	0.3166	
	24	0.5995	
Tuntutan Masa	25	0.6161	0.8547
	26	0.7119	
	27	0.6397	
	28	0.7060	
	29	0.7046	
	30	0.7533	
Ilklim Sekolah	31	0.5980	0.8579
	32	0.6475	
	33	0.6674	
	34	0.5013	
	35	0.5249	
	36	0.3399	
Simtom Psikologi	37	0.0155	0.8639
	38	0.5202	
	39	0.2278	
	40	0.1707	
	41	0.2471	
	42	0.2647	
Simtom Fisiologi	43	0.2478	0.8637
	44	0.1343	
	45	0.0603	
	46	0.4203	
	47	0.4159	
	48	0.3776	
Simtom Kesihatan Fizikal	49	0.2810	0.8626
	50	0.1653	
	51	0.3928	
	52	0.2527	
	53	0.3673	
	54	0.4221	
NILAI ALPHA KESELURUHAN			0.8650

Merujuk kepada **analisis** keputusan ujian rintis, didapati nilai 'Cronbach Alpha' bagi keseluruhan item ialah 0.8650. Nilai 'Cronbach Alpha' bagi setiap pembolehubah bersandar dan tidak bersandar adalah melebihi 0.8. Keputusan ini menunjukkan bahawa keberkesanan dan kebolehpercayaan soal selidik yang dibina adalah **sangat** baik.

3.9 Tatacara Analisis Data

Semua data yang diperolehi dalam kajian ini **diproses** dan dianalisis dengan menggunakan kaedah statistik diskriptif dan statistik inferensi. Dalam melaksanakan **analisis** kajian ini, aras signifikan yang ditetapkan ialah 0.05 ($p < 0.05$) di mana ia merupakan aras signifikan yang **biasa** digunakan oleh kebanyakan penyelidik.

3.10 Hipotesis Kajian

Hipotesis-hipotesis yang digunakan dalam kajian ini adalah seperti berikut:

Hipotesis 1:

H_{01} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara jantina dan stres yang dialami oleh guru.

H_{A1} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara jantina dan stres yang dialami oleh guru.

Hipotesis 2:

H_{02} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara status perkahwinan dengan **paras** stres.

H_{A2} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara status perkahwinan dengan **paras** stres.

Hipotesis 3:

H_{03} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara umur dengan **paras** stres yang dialami oleh guru.

H_{A3} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara umur dengan **paras** stres yang dialami oleh guru

Hipotesis 4:

H_{04} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tempoh perkhidmatan dengan stres yang dialami oleh guru.

H_{A4} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara tempoh perkhidmatan dengan stres yang dialami oleh guru

Hipotesis 5:

H_{05} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara kelayakan akademik dengan **paras** stres di kalangan guru.

H_{05} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara kelayakan akademik dengan **paras** stres di kalangan guru.

Hipotesis 6:

H₀₆: Tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap stres yang dialami oleh guru yang mengajar di bandar dengan di luar bandar.

H_{A6}: Terdapat perbezaan yang signifikan terhadap stres yang dialami oleh guru yang mengajar di bandar dengan di luar bandar.

Hipotesis 7:

H₀₇: Faktor pembolehubah bebas demografi (jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik, tempat bertugas bandar atau luar bandar), skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah tidak mempengaruhi secara signifikan ke **atas** tahap stres.

H_{A7}: Faktor pembolehubah bebas demografi (jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik, tempat bertugas bandar atau luar bandar), skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah mempengaruhi secara signifikan ke **atas** tahap stres.

Hipotesis 8:

H₀₈: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor skim perkhidmatan dengan tahap stres.

H_{A8}: Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor skim perkhidmatan dengan tahap stres.

Hipotesis 9:

H_{09} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan l uaran dengan tahap stres.

H_{A9} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan luaran dangan tahap stres.

Hipotesis 10:

H_{010} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pelajar dengan tahap stres.

H_{A10} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pelajar dengan tahap stres.

Hipotesis 11:

H_{011} : Tidak terdapat hubungan yang **signifikan** antara faktor tuntutan masa dengan tahap stres.

H_{A11} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan masa dengan tahap stres.

Hipotesis 12:

H_{012} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor iklim sekolah dengan tahap stres.

H_{A12} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor iklim sekolah dengan tahap stres.

BAB 4

ANALISIS DATA DAN DAPATAN KAJIAN

4.1 Latar belakang Responden Berdasarkan Jantina.

Jadual 4.1 menunjukkan daripada 235 orang responden, 89 orang adalah lelaki (37.9%) manakala sejumlah 146 orang lagi adalah perempuan (62.1%). Fenomena sebegini adalah biasa dikebanyakan sekolah di Malaysia kerana profesyen perguruan adalah begitu sesuai dan diminati oleh kaum perempuan.

Jadual 4.1 : Latar belakang Responden Berdasarkan Jantina (n=235)

Jantina	Kekerapan	Peratus
Lela ki	89	37.9
Perempuan	146	62.1
JUMLAH	235	100

4.2 Latar belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan

Berdasarkan jadual 4.2 analisis status perkahwinan pula menunjukkan bahawa sebahagian besar guru dalam sampel populasi ini sudah berkahwin iaitu seramai 205 orang (87.6%), manakala 30 orang (12.4%) lagi adalah bujang.

Jadual 4.2 : Latar belakang Responden Berdasarkan Status Perkahwinan (n = 235)

Status Perkahwinan	Kekerapan	Peratus
Sudah Kahwin	205	87.6
Bujang	30	12.4
JUMLAH	235	100

4.3 Latar belakang Responden Berdasarkan Umur.

Dari segi umur, 48 orang (20.4%) daripada responden berumur 29 tahun ke bawah. Lebih separuh daripada responden iaitu seramai 130 orang (55.3%) berumur di antara 30 - 39 tahun, 40 orang (17.0%) berumur di antara 40 - 49 tahun, dan terdapat seramai 17 orang (7.2%) yang berumur 50 tahun ke atas.

Jadua14.3: Latar belakang Responden Berdasarkan Umur (n = 235)

Umur (Tahun)	Kekerapan	Peratus
29 ke bawah	48	20.4
30 - 39	130	55.3
40-49	40	17.0
50 ke atas	17	7.2
JUMLAH	235	100

4.4 Latar belakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan

Jadual 4.4 menunjukkan seramai 64 orang (27.4%) guru telah mengajar lebih daripada 15 tahun, seramai 57 orang (24.4%) mengajar 11 hingga 15 tahun, seramai 52 orang (22.2%) mengajar 1 hingga 5 tahun, seramai 45 orang (19.2%) mengajar 6 hingga 10 tahun dan 16 orang (6.6%) guru pula mengajar kurang dari satu tahun.

Jadual 4.4 : Latarbelakang Responden Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan (n = 235)

Tempoh Perkhidmatan (Tahun)	Kekerapan	Peratus
Kurang 1 tahun	16	6.8
1 - 5 tahun	52	22.2
6 - 10 tahun	45	19.2
11 - 15 tahun	57	24.4
Lebih 15 tahun	65	27.4
JUMLAH	235	100

4.5 Latar belakang Responden Berdasarkan Kelayakan Akademik

Jadual 4.5 menunjukkan bilangan guru siswazah adalah seramai 122 orang (51.95%) manakala seramai 133 orang lagi terdiri daripada guru-guru bukan siswazah. Berdasarkan bilangan ini jumlah guru siswazah dan bukan siswazah hampir seimbang dan ini menunjukkan guru siswazah telah ramai mengajar di sekolah menengah.

Jadual 4.5 : Latar belakang Responden Berdasarkan Kelayakan Akademik (n =235)

Kelayakan Akademik	Kekerapan	Peratus
Siswazah	122	51.9
BukanSiswazah	113	48.1
JUMIAH	235	100

4.6 Latar belakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekolah Bandar dan Luar Bandar.

Jadual 4.6 menunjukkan seramai 113 orang (48.1%) mengajar di sekolah dalam bandar manakala seramai 122 orang lagi (51.9%) mengajar di sekolah yang kedudukannya di luar bandar.

Jadual 4.6: Latar belakang Responden Berdasarkan Lokasi Sekolah, Bandar dan Luar Bandar (n = 235)

Lokasi Sekolah	Kekerapan	Peratus
Bandar	113	48.1
Luar bandar	122	51.9
JUMIAH	235	100

4.7 Analisis Kebolehpercayaan Pembolehubah.

Bagi menentukan konsistensi dalaman responden, di bawah ini dikemukakan analisis kebolehpercayaan bagi setiap kumpulan. Jadual-jadual di bawah menunjukkan kumpulan item, nombor item, jumlah item dan nilai pekali alpha masing-masing.

Jadual 4.7 : Analisis Kebolehpercayaan Bagi Setiap Kumpulan Item : Kepuasan Kerja (n = 235)

Kumpulan Item	No. Pembolehubah	Bil. Item	Nilai Alpha
1. Skim perkhidmatan	V7 hingga V12	6	0.8600
2. Beban tugas	VI 3 hingga VI 8	6	0.8567
Keseluruhan	V7 hingga V18	12	0.8583

Jadua14.8 : Analisis Kebolehpercayaan Bagi Setiap Kumpulan Item : Punca-punca Stres (n = 235)

Kumpulan Item	No. Pembolehubah	Bil. Item	Nilai Alpha
Pelajar	V19 hingga V24	6	0.8508
Tuntutan masa	V25 hingga V30	6	0.8471
Iklimsekolah	V31 hingga V36	6	0.8505
Keseluruhan	VI 9 hingga V36	18	0.8494

**Jadual 4.9 : Analisis Kebolehpercayaan Bagi Setiap Kumpulan Item :
Simtom-simtom Stres (n = 235)**

Kumpulan Item	No. Pembolehubah	Bil. Item	Nilai Alpha
1. Simtom Psikologi	V37 hingga V42	6	0.8516
2. Simtom Fisiologi	V43 hingga V48	6	0.8494
3. Simtom Fizikal	V49 hingga V54	6	0.8494
Keseluruhan	V37 hingga V54	18	0.8501

Pada keseluruhannya nilai pekali kebolehpercayaan alpha bagi kumpulan item di atas adalah tinggi. Menurut Uma Sekaran (1992), nilai alpha bagi ketiga-tiga kumpulan di atas adalah baik kerana kesemuanya mempunyai nilai lebih dari 0.8547. Nilai alpha yang paling tinggi ialah kumpulan item skim perkhidmatan di mana nilainya adalah 0.8600.

4.8 Analisis Pembolehubah-pembolehubah.

Pada bahagian ini, penyelidik akan membincangkan analisis pembolehubah dari segi min, median, mod, sisihan piawai dan varian bagi skor yang telah dibuat oleh responden. Analisis bagi tiga pembolehubah iaitu kepuasan kerja, punca-punca stres dan simtom-simtom stres ditunjukkan dalam jadual 4.10, 4.11 dan 4.12 di bawah.

Jadual 4.10 : Analisis Pembolehubah Mengikut Kumpulan Keuasan Kerja (n = 235)

Pembolehubah	Bil.Item	Min	Median	Mod	Sisihan Piawai	Varian
Skim Perkhidmatan	6	2.725	2.667	2.667	0.611	0.373
Tuntutan luaran	6	3.941	4.000	4.000	0.447	0.200
JUMLAH	12	3.330	3.333	3.250	0.388	0.151

Daripada jadual 4.10 didapati **pada** keseluruhannya keuasan kerja dalam perguruan ialah 3.33 dan **ini** menggambarkan bahawa guru tidak **pasti sama ada** kerjaya ini benar-benar **memberi** keuasan kerja. Namun begitu jika diperhatikan kumpulan item skim perkhidmatan min ialah 2.73, median 2.67 dan mod adalah 2.67 menunjukkan guru hampir tidak **pasti** mengenai persepsi mereka terhadap skim perkhidmatan. Guru-guru adalah bersetuju bahawa tuntutan luaran yang **ada** hubungannya dengan **beban** kerja adalah tidak **memberi** keuasan kerja kepada mereka di **mana** min ialah 3.94, median 4.00 dan mod adalah 3.67.

Jadual 4.11 : Analisis Pembolehubah Mengikut Kumpulan Item : Punca-punca Stres (n = 235)

Pembolehubah	Bil. Item	Min	Median	Mod	Sisihan piawai	Varian
1. Pelajar	6	3.100	3.167	3.500	0.694	0.481
2. Tuntutan masa	6	2.833	2.833	3.000	0.807	0.652
3. Iklim sekolah	6	2.171	2.167	1.667	0.760	0.577
JUMLAH	18	2.710	2.722	2.556	0.596	0.355

Pada keseluruhannya daripada tiga faktor stres itu menunjukkan guru-guru mempunyai pandangan kerjaya perguruan adalah hampir sederhana stres dimana min adalah 2.70, median 2.72 dan mod adalah 2.72. Jika diperhatikan dari jadual 4.11 didapati pelajar merupakan faktor utama stres di kalangan guru, di mana tahap stres sederhana yang dilaporkan min 3.11, median 3.17 dan mod 3.50. Guru merasakan bahawa mereka mengalami stres sederhana dari segi tuntutan masa. Dari segi faktor iklim sekolah guru merasa sedikit stres berdasarkan min 2.17, median 2.17 dan mod 1.67.

Jadual 4.12 : Analisis Pembolehubah Mengikut Kumpulan Item Simtom-simtom Stres (n = 235)

Pembolehubah	Bil.Item	Min	Median	Mod	Sisihan piawai	Varian
1. Simtom psikologi	6	2.511	2.500	2.500	0.506	0.256
2. Simtom fisiologi	6	2.073	2.000	1.167	0.741	0.549
3. Simtom fizikal	6	2.200	2.167	2.333	0.756	0.571
JUMLAH	18	2.262	2.222	2.056	0.580	0.337

Pada keseluruhannya daripada ketiga-tiga simtom tersebut guru merasakan mereka mendapati skala kadang-kadang dimana min 2.26, median 2.22 dan mod 2.00. Walau bagaimanapun jika diteliti dari segi simtom psikologi didapati ia lebih tinggi berbanding dengan simtom fisiologi di mana min 2.07, median 2.00 dan mod 1.17. Begitu juga simtom fizikal di mana minnya 2.20, median 2.17 dan mod 2.33. Daripada keputusan ini menunjukkan walaupun guru mengalami stres tetapi kesannya adalah rendah.

4.9 Pengujian Hipotesis

Hipotesis1.

H_{01} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara jantina dan stres yang dialami oleh guru.

H_{A1} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara jantina dan stres yang dialami oleh guru.

Jadual 4.13 : Analisis Ujian t, Ke atas Perbezaan Jantina Dan Stres Yang Dialami Di kalangan guru (n = 235)

Jantina	Kekerapan	Min	Sisihan Piawai	Nilai t	p	DK
Lelaki	87	2.2363	0.601	0.000	0.996	228
Perempuan	143	2.2782	0.569			

Aras keertian $p < 0.05$

Daripada jadual 4.13 didapati min stres yang dialami oleh guru lelaki adalah 2.24 dan min stres guru perempuan 2.28. Nilai t adalah 0.000 $p = 0.996$. Ini menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara stres yang dialami oleh guru lelaki dengan guru perempuan. Dengan itu hipotesis H_{01} adalah diterima.

Hipotesis2.

H_{02} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara status perkahwinan dengan **paras** stres.

H_{A2} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara status perkahwinan dengan **paras** stres.

4.14 : Analisis Ujian- t Terhadap Status Perkahwinan Dan Stres Di Kalangan Guru (n = 235)

Status Perkahwinan	Kekerapan	Min	Sisihan piawai	Nilai t	p	DK
Sudah kahwin	201	2.2526	0.578	0.073	0.787	227
Bujang	28	2.3492	0.604			

Aras keertian $p < 0.05$

Daripada jadua 14.14 didapati min stres guru-guru yang sudah kahwin adalah 2.25 dan min stres guru-guru bujang adalah 2.35. Nilai t adalah 0.073 dan p adalah 0.787. Ini menunjukkan tidak **ada perbezaan** yang signifikan antara stres yang dialami oleh guru-guru sudah kahwin dengan guru-guru bujang. Dengan itu H_{02} diterima.

Hipotesis 3.

H_{03} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara umur dengan **paras** stres yang dialami oleh guru.

H_{A3} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara umur dengan **paras** stres yang dialami oleh guru .

Jadual 4.15 : Analisis Varian (ANOVA) Sehala : Di antara Umur Dengan Stres (n = 235)

Sumber	dk	Jumlah Kuasadua	Min Kuasadua	Nisbah F	Signifiksn F
Antara kumpulan	3	.3915	0.1305	0.3843	0.7644
Dalam kumpulan	226	76.7388	0.3396		
Jumlah	229	77.1302			
Umur	Bil. Kes	Min	Sisihan	Minimum	Maksimum
29 ke bawah	48	2.2025	0.5010	1.1111	3.2222
30 - 39	126	2.2985	0.5863	1.1111	3.8889
40 - 49	40	2.2375	0.6225	1.1667	4.3333
50 ke atas	16	2.2188	0.6760	1.4444	3.9444
Jumlah	230	2.2623	0.5804	1.1111	4.3333

Berdasarkan jadual 4.15 analisis ujian analisis varian (ANOVA) sehala menunjukkan tidak terdapat perbezaan umur yang signifikan dengan **paras**

stres yang dialami oleh guru. Nilai f adalah 0.384 dan nilai p adalah 0.764. Pengujian ini membuktikan bahawa H_{03} diterima.

Hipotesis 4.

H_{04} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tempoh perkhidmatan dengan paras stres yang dialami oleh guru.

H_{A4} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara tempoh perkhidmatan dengan paras stres yang dialami oleh guru.

Jadual 4.16 : Analisis varian (ANOVA) Sehala Di antara Tempoh Perkhidmatan Dengan Stres (n = 235)

Sum ber	dk	Jumlah Kuasadua	Min Kuasadua	Nisbah F	Signifikan F
Antara kumpulan	4	.7174	0.1793	0.5274	0.7157
Dalam kumpulan	224	76.1770	0.3401		
Jumlah	228	76.8944			

Tempoh	Bil.Kes	Min	Sisihan Piawai	Minimum	Maksimum
< 1 tahun	16	2.1806	0.4747	1.1111	2.8333
1 -5 tahun	51	2.2887	0.5474	1.3333	3.6111
6 -10 tahun	43	2.2106	0.5646	1.1111	3.8889
11 - 15 tahun	56	2.2232	0.5706	1.1667	3.8333
> 15 tahun	63	2.3395	0.6541	1.1667	4.3333
Jumlah	229	2.2644	0.5807	1.1111	4.3333

Berdasarkan jadual 4.16 keputusan ujian **analisis** varian (**ANOVA**) sehala menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan di antara tempoh perkhidmatan dengan **paras** stres yang dialami oleh guru. Nilai f ialah 0.527 dan nilai p ialah 0.716. Pengujian ini menunjukkan bahawa **H₀₄** di terima.

Hipotesis5.

H₀₅ : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara kelayakan akademik dengan **paras** stres di kalangan guru.

H_{A5} : Terdapat perbezaan yang signifikan antara kelayakan akademik dengan **paras** stres di kalangan guru.

Jadual 4.17 : Analisis Ujian t Ke atas Perbezaan Kelayakan Akademik Dan Stres Yang Dialami Oleh Guru (n = 235)

Kelayakan akademik	Kekerapan	Min	Sisihan piawai	Nilai t	P	DK
Siswazah	119	2.2782	0.578	0.029	0.864	228
Bukan siswazah	111	2.2452	0.585			

Aras keertian $p < 0.05$

Berdasarkan jadual 4.17 didapati min stres yang di alami oleh guru-guru siswazah ialah 2.28 manakala min stres yang dialami oleh guru-guru bukan siswazah adalah 2.25. Nilai t adalah 0.029 dan nilai p adalah 0.864. Ini menunjukkan bahawa tidak **ada** perbezaan yang signifikan antara stres yang

dialami oleh guru-guru siswazah dengan guru-guru bukan siswazah. Dengan itu hipotesis H_{05} diterima.

Hipotisis6.

H_{06} : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap stres yang dialami oleh guru yang mengajar di bandar dengan di luar bandar.

H_{A6} : Terdapat perbezaan yang signifikan terhadap stres yang dialami oleh guru yang mengajar di bandar dengan di luar bandar.

Jadual 4.18 : Analisis Ujian- t Ke atas perbezaan Lokasi Bandar Dan Luar Bandar Terhadap Stres Di kalangan Guru (n = 235)

Kedudukan	Kekerapan	Min	Sisihan piawai	Nilai t	P	DK
Bandar	111	2.2803	0.515	3.115	0.079	228
Luarbandar	119	2.2456	0.637			

Aras keertian $p < 0.05$

Daripada jadual 4.18 didapati min stres yang dialami oleh guru-guru yang mengajar di dalam bandar adalah 2.28 dan min stres yang dialami oleh guru-guru yang mengajar di luar bandar adalah 2.25. Nilai t adalah 3.115 dan nilai p adalah 0.079. Ini menunjukkan bahawa tidak ada perbezaan yang

signifikan **antara** stres yang dialami oleh guru-guru yang mengajar **di** bandar dengan di luar bandar. Dengan itu hipotesis **H₀₆** **di** terima.

Hipotesis 7.

H₀₇ : Faktor pembolehubah bebas demografi (jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik, tempat bertugas bandar atau luar bandar), skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah tidak mempengaruhi secara signifikan ke **atas** tahap stres.

H_{A7} : Faktor pembolehubah bebas demografi (jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik, tempat bertugas bandar atau luar bandar), skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah mempengaruhi secara signifikan ke **atas** tahap stres.

Kaedah yang sesuai untuk menguji hipotesis tujuh ialah dengan menggunakan **Analisis Regresi Berganda (Multiple Regression)**. Penggunaan kaedah ini untuk menentukan pengaruh pembolehubah bebas terhadap tahap stres di kalangan guru-guru. Ini dapat ditunjukkan melalui **jadual 4.19** di bawah.

Jadual 4.19 : Keputusan ujian Regresi Berganda Bagi Pembolehubah Bebas (n = 235)

Pembolehubah	b	Beta	t	Sig
Jantina	0.1000	0.8442	1.225	0.2219
Statusperkahwinan	0.2355	0.1350	1.865	0.0637
Umur	0.0279	0.0381	0.396	0.6922
Tempohparkhidmatan	0.0596	0.1317	1.303	0.1943
Kelayakanakademik	0.0211	0.0183	0.266	0.7903
Tempatbertugas (Bandar / luar bandar)	0.0267	0.0233	0.283	0.7779
Skimperkhidmatan	0.2777	0.2986	4.630	0.0000
Tuntutanluaran	0.1086	0.0865	1.315	0.1902
Pelajar	0.0019	0.0024	0.033	0.9337
Tuntutan masa	0.2015	0.2824	3.482	0.0006
Iklimsekolah (Konstan)	0.3850 2.2212	0.0509	0.681 4.180	0.4967 0.0000
$R^2 = 0.2169$ $F = 4.5696$ $p = 0.000$				
Adjust $R^2 = 0.1694$				

Aras keertian $p < 0.05$

Analisis pembolehubah bebas mempunyai pengaruh sebanyak 21.68% perubahan terhadap tahap stres di kalangan guru-guru ($R^2 = 0.2168$).

Analisis ini menunjukkan dua daripada pembolehubah bebas yang dibina mempunyai pengaruh yang signifikan ($p < 0.05$). Pembolehubah-pembolehubah itu ialah skim perkhidmatan (0.2777) dan tuntutan masa (0.2015). Ini bermakna hipotesis nul ditolak kerana pembolehubah-pembolehubah bebas mempunyai pangaruh terhadap tahap stres di kalangan

guru. Analisis ini menunjukkan faktor skim perkhidmatan adalah paling berpengaruh (Nilai Beta 0.2986) diikuti oleh faktor tuntutan masa (Nilai Beta 0.2824).

Hipotesis8.

H₀₈: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor skim perkhidmatan dengan tahap stres.

H_{A8} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor skim perkhidmatan dengan tahap stres.

Jadual 4.20 : Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar Dengan Tahap Stres.

Pembolehubah	Tahap Stres	
	r	P
SkimPerkhidmatan	0.3195	0.000

Aras keertian $p < 0.05$

Keputusan ujian Korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.3195$ dengan nilai $p < 0.05$. Dengan ini hipotesis nul ditolak pada aras keyakinan 95% kerana terdapat hubungan yang signifikan antara faktor skim perkhidmatan dengan tahap stres.

Hipotesis9.

H_{09} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan luaran dengan tahap stres.

H_{a9} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan luaran dengan tahap stres.

Jadua14.21 : Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Tuntutan Luarannya Dengan Tahap Stres.

Pembolehubah	Tahap Stres	
	r	p
Tuntutan luaran	0.0597	0.369

Aras keertian $p < 0.05$

Keputusan ujian Korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.0597$ dengan nilai $p < 0.05$. Dengan ini hipotesis nul ditolak pada aras keyakinan 95 % kerana terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan luaran dengan tahap stres.

Hipotesis10.

H_{010} Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pelajar dengan tahap stres.

H_{A10} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pelajar dengan tahap stres.

Jadua 14.22 : Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Faktor Pelajar Dengan Tahap Stres.

Pembolehubah	Tahap Stres	
	r	P
Faktor Pelajar	0.1477	0.027

Aras keyakinan $p < 0.05$

Keputusan ujian Korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.1477$ dengan nilai $p < 0.005$. Dengan ini hipotesis nul ditolak pada aras keyakinan 95% kerana terdapat hubungan yang signifikan di antara faktor pelajar dengan tahap stres.

Hipotesis 11.

H_{011} ; Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan masa dengan tahap stres.

H_{A11} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor tuntutan masa dengan tahap stres.

Jadua14.23 : Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di antara Pembolehubah Tuntutan **Masa Dengan Tahap Stres.**

Pembolehubah	Tahap Stres	
	r	P
Faktor tuntutan masa	0.3174	0.000

Aras keertian $p < 0.05$

Keputusan ujian Korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.3174$ dengan nilai $p < 0.05$. Dengan ini hipotesis nul ditolak **pada** aras keyakinan 95% kerana terdapat hubungan yang signifikan di antara faktor tuntutan masa dengan tahap stres.

Hipotesis₁₂.

H_{012} : Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor iklim sekotah dengan tahap stres.

H_{A12} : Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor iklim sekolah dengan tahap stres.

Jadua14.24 : Keputusan Ujian Korelasi Pearson Di Antara Pembolehubah Faktor Iklim Sekolah Dengan Tahap stres.

Pembolehubah	Tahap Stres	
	r	p
Faktor iklim sekolah	0.1808	0.006

Aras keertian $p < 0.05$

Keputusan ujian Korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = 0.1808$ dengan nilai $p < 0.05$. Dengan ini hipotesis nul ditolak **pada** aras keyakinan 95% kerana terdapat hubungan yang signifikan di antara faktor iklim sekolah dengan tahap stres.

4.10 Kesimpulan

Keputusan **analisis** ke **atas** semua hipotesis yang menggambarkan perbezaan, hubungan dan pengaruh ke **atas** pembolehubah-pembolehubah boleh diringkaskan seperti jadua14.25 di bawah.

Jadua14.25 : Ringkasan Penganalisan Ke atas Semua Hipotesis Yang Dibina

Hipotesis	Aras Keertian	Nilai p (t, F, r, b, R Sq.)	Keputusan
Hipotesis 1	0.05	p = 0.996 t = 0.000	Ho diterima
Hipotesis 2	0.05	p = 0.787 t = 0.073	Ho diterima
Hipotesis 3	0.05	p = 0.764 f = 0.384	Ho diterima
Hipotesis 4	0.05	p = 0.716 f = 0.527	Ho diterima
Hipotesis 5	0.05	p = 0.864 t = 0.029	Ho diterima
Hipotesis 6	0.05	p = 0.079 t = 3.115	Ho diterima
Hipotesis 7	0.05	p = 0.000 R²=0.217	Ho ditolak
Hipotesis 8	0.05	p = 0.000 r = 0.319	Ho ditolak
Hipotesis 9	0.05	p = 0.369 r = 0.059	Ho diterima
Hipotesis 10	0.05	p = 0.027 r = 0.147	Ho ditolak
Hipotesis 11	0.05	p = 0.000 r = 0.317	Ho ditolak
Hipotesis 12	0.05	p = 0.006 r = 0.181	Ho ditolak

Hasil kajian menunjukkan tidak terdapat perbezaan persepsi guru-guru terhadap tahap stres yang dialami berhubung dengan faktor demografi.

Dengan menggunakan Kaedah Regresi Berganda (Multiple Regression) di dapati **pembolehubah-pembolehubah** bebas iaitu faktor demografi, skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah

mempengaruhi secara signifikan terhadap tahap stres guru-guru, terutama sekali faktor skim perkhidmatan.

Akhimya dengan menggunakan **analisis** Korelasi Pearson, telah dibuktikan bahawa terdapat hubungan yang signifikan di antara faktor skim perkhidmatan, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah dengan tahap stres guru-guru. Walau bagaimanapun satu faktor **lagi** iaitu tuntutan luaran tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan tahap stres guru-guru.

BABLIMA

PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

5.1 Persepsi Guru-Guru Terhadap Paras Stres.

Hasil kajian mendapati tidak terdapat perhubungan yang signifikan **secara** statistik antara jantina dengan tahap stres guru. Dapatan ini **sama** dengan dapatan kajian Kasim (1990), Siti Radziah (1982), Rohani (1984), dan Abdul Wahid (1986). Ini berkemungkinan kerana guru-guru dalam kajian di **atas** mempunyai kebolehan menyesuaikan diri dalam persekitaran kerja dan **beban** kerja. Disebabkan tidak wujud diskriminasi kerja terhadap jantina menyebabkan tekanan yang dialami oleh mereka adalah **sama**.

Bagaimanapun keputusan kajian ini **berbeza** dengan keputusan kajian Punch dan Tuettemann (1990) dan Fontaana dan Abouserie (1993) yang mendapati guru perempuan mengalami stres yang lebih tinggi. Ini berkemungkinan kerana mereka **terlalu** ghairah untuk mencapai

kecemerlangan dan keinginan **membuktikan** golongan wanita **juga** boleh menjadi guru yang berjaya.

Hasil kajian ini **juga** mendapati tidak wujud perbezaan tahap stres di kalangan guru-guru dengan merujuk kepada faktor status perkahwinan. Dapatan ini **sama** dengan dapatan kajian Abdul Wahid (1996). Bagaimanapun dapatan ini bercanggah dengan dapatan kajian Davis (1992) dan Marecek dan **Ballou** (1981).

Faktor umur pula menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara umur dengan **paras** stres yang dialami oleh guru. **Paras** stres yang dialami oleh guru-guru yang mempunyai kelompok umur yang berlainan adalah hampir **sama** sahaja. Dapatan ini disokong oleh kajian yang dilakukan oleh Abdul Wahid (1996). Walau bagaimanapun dapatan kajian ini bercanggah dengan dapatan kajian Chang (1996), Malakolunthu (1994) dan Sutcliffe (1978). Ini **mungkin** disebabkan usia lanjut tidak mengizinkan mereka menyesuaikan diri dengan reformasi pendidikan yang **berlaku** dengan begitu drastik berbanding dengan golongan **muda** yang lebih senang menyesuaikan diri dengan keperluan tuntutan semasa.

Dari segi tempoh perkhidmatan pula didapati tidak **ada** perbezaan tahap stres di antara guru-guru yang baru mengajar dengan guru-guru yang telah **lama** mengajar. Dapatan ini **sama** dengan dapatan Abdul Wahid (1996).

Bagaimanapun penemuan ini **bercanggah** dengan penemuan **oleh** Borg dan Riding (1993), Rohani dan Malakolunthu (1994) yang menadapati pendidik yang iebih **berpengalaman** mengalami tekanan yang lebih tinggi. Ini berkemungkinan mereka telah **memberi komitmen kerja** ke **paras** maksimum dan tambahan **kerja berlanjutan** akan menyebabkan **mereka** berasa bosan, letih dan **tertekan**.

Kajian terhadap **kelayakan** akademik pula **mendapati** tidak terdapat perbezaan **paras** stres di antara pendidik golongan siswazah dengan bukan siswazah. Kajian ini **sama** dengan dapatan kajian Abdul Wahid (1999). Ini **mungkin** disebabkan tidak terdapat **banyak** perbezaan **tugas** di antara guru siswazah dengan guru-guru bukan siswazah.

Dari **segi** lokasi sekolah mengajar pula didapati tidak terdapat perbezaan tahap stres antara **guru-guru** yang mengajar di bandar dengan di luar bandar. Ini **mungkin** disebabkan kemudahan infrastruktur dan **sistem** pentadbiran yang hampir **sama** antara bandar dengan luar bandar.

5.2 Tahap Stres Dan **Punca** Stres Di Kalangan Guru-Guru.

Keputusan kajian menunjukkan faktor skim perkhidmatan merupakan **punca** utama stres di kalangan guru-guru berbanding dengan faktor-faktor

lain. Nilai Beta **bagi** skim perkhidmatan ialah 0.2986. Faktor kedua yang paling berpengaruh ialah tuntutan masa di **mana** nilai **Betanya** 0.2824.

Dapatan **ini** menunjukkan faktor skim perkhidmatan merupakan faktor yang dominan terhadap **punca-punca** stres. **Ini mungkin** berhubung dengan aspek penilaian prestasi ke **atas** guru-guru. Didapati sesetengah responden tidak begitu bersetuju dengan pelaksanaan Sistem **Saraan** Baru. Mereka merasakan tertekan kerana kuota yang diperuntukkan untuk setiap sekolah adalah begitu **kecil** berbanding dengan jumlah guru yang layak menikmati ganjaran pergerakan gaji melintang atau menegak. Berikutan kuota yang begitu terhad ditambah pula dengan **cara** pemberian **markah** yang begitu subjektif, maka akan mewujudkan iklim organisasi yang tidak baik dan **ini** menimbulkan stres di kalangan mereka.

Dapatan **ini** seiring dengan dapatan Mohd Redzuan (1995) dan Saat dan Siti Fatimah yang menunjukkan penilaian prestasi **ada** hubungannya dengan skim perkhidmatan menimbulkan stres kepada guru-guru.

Penemuan di **atas** bercanggah dengan dapatan Abdul Wahid (1996) yang menyatakan faktor disiplin pelajar adalah **punca** utama stres guru. Begitu **juga** dapatan kajian Chang (1996) yang mendapati **beban tugas** merupakan **punca** utama stres guru-guru.

5.3 Hubungan Antara Pembolehubah Bebas Dengan Tahap-Tahap Stres.

Terdapat lima pembolehubah bebas yang dikaitkan dengan tahap-tahap stres dikalangan guru. Lima pembolehubah **tersebut** ialah skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah.

Hasil kajian menunjukkan terdapat **empat** daripada lima pembolehubah mempunyai hubungan yang signifikan terhadap stres guru-guru, iaitu skim perkhidmatan, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah. Kajian **juga** menunjukkan faktor tuntutan luaran tidak terdapat hubungan dengan tahap stres guru-guru.

5.4 Masalah Dalam Menjalankan Kajian.

Masalah pertama adalah berhubung dengan kelemahan instrumen kajian. Ini kerana hasil dapatan **cuma** berdasarkan item-item yang diuji sahaja. Berkemungkinan item-item yang tidak diuji itu merupakan **punca-punca** stres dan simptom-simptom stres yang sebenar-benarnya dialami oleh responden. Berikutan **ini** temu bual dan pemerhatian perlu dilakukan ke **atas** responden kajian sebelum membentuk instrumen kajian untuk kajian yang akan datang.

Seterusnya masalah kedua berkaitan dengan segelintir responden **dari** beberapa buah sekolah yang tidak mahu memberikan kerjasama yang sepatutnya serta tidak mahu menjawab **soal** selidik yang diedarkan.

5.5 Cadangan-Cadangan

Berdasarkan kepada dapatan dan rumusan kajian **ini** implikasinya sudah tentu kepada pihak penggubal dasar iaitu Kementerian Pendidikan, Jabatan Pendidikan dan Pegawai Pendidikan Daerah. Sebagai langkah untuk menangani masalah stres di kalangan guru-guru di bawah **ini** dicadangkan beberapa **saranan**.

Pihak kerajaan khususnya Kementerian Pendidikan **perlu** melihat dan mengkaji aspek kebajikan guru-guru di sekolah. Kebajikan guru-guru yang tidak terurus akan menimbulkan masalah kepada guru dan implikasi seterusnya sudah tentulah kepada **murid-murid**. Sebaik-baiknya **apa juga** kemudahan dan keistimewaan yang dinikmati oleh penjawat-penjawat awam yang lain dinikmati **juga** oleh golongan guru.

Dari segi kurikulum, pihak **Pusat** Perkembangan Kurikulum jangan terlalu ghairah memperkenalkan kurikulum baru sehinggalah sekolah tidak dapat menyediakan infrastruktur, kemudahan pengajaran dan pembelajaran, guru yang berkelayakan dan faktor-faktor yang berkaitan. Sekarangpun guru

sangat sukar untuk menghabiskan sukatan pelajaran yang luas ditambah **lagi** dengan kekangan masa di **samping** tekanan sistem pendidikan yang berorientasikan peperiksaan. Pihak Kementerian, Jabatan Pendidikan, Pejabat Pendidikan Daerah, sekolah dan ibu bapa inginkan keputusan peperiksaan yang cemerlang dan berkualiti walaupun **pada zahimya** semua pihak memperkatakan bukanlah prestasi peperiksaan yang menjadi syarat penentu tetapi itulah hakikat sebenarnya. Pendidikan adalah dilihat **dari** kejayaan dalam peperiksaan dan kurang penekanan dibarikan kepada aspek-aspek lain.

Sudah sampai masanya, sistem pendidikan dikaji dalam aspek . kepengurusan iaitu lebih mengamalkan **cara** 'bawah ke **atas**' berbanding dengan **secara** tradisionalnya 'atas ke bawah' dalam bidang-bidang tertentu. Rasionalnya adalah kerana pihak **atas** yang menggubal dasar atau **polisi** hanya melihatnya dari **atas** tetapi yang melaksananya adalah di peringkat bawahan iaitu sekolah yang mempunyai kekangan dari kewangan, masa, staf, kelengkapan dan sebagainya. Sekiranya **banyak** dasar yang tidak relevan dan lari dari matlamat **asas** pendidikan iaitu kurikulum dan kokurikulum maka bebanan **tugas** guru akan bertambah dan ini boleh menyebabkan mereka mendapat stres seperti tekanan perasaan dan keletihan. Di antara contoh-contoh bebanan **tugas** seperti paperwork' yang tidak penting dan berbagai aktiviti sampingan yang **banyak** dan tidak berkaitan dengan proses pengajaran dan pembelajaran.

Kecenderungan sistem pendidikan di Malaysia yang **selalu** menekankan kepada pelajar dan kurang sekali kepada guru haruslah diseimbangkan. Sebagai contoh apabila diwujudkan **kempen** masyarakat penyayang yang dimaksudkan ialah pelajar tetapi tidak guru. Oleh yang demikian kebajikan guru dan masalah-masalah mereka haruslah digandingkan bersama oleh semua pihak dalam organisasi pendidikan. Guru adalah **juga** manusia yang perlu disayangi dan diambil perhatian yang sewajarnya. Pihak media harus bertanggungjawab dengan isu-isu yang melibatkan guru supaya menampakkan pelaporan yang **positif** dan bukan publisiti untuk mencari keuntungan.

Pihak masyarakat khususnya kaum ibu bapa janganlah melepaskan segala tanggungjawab mendidik anak mereka kepada **para** pendidik. Masalah disiplin pelajar yang semakin serius dan perlu dibentaras agar dapat merigurkan bebanan dan tekanan ke **atas para** pendidik. Sehubungan itu ibu bapa perlu bekerjasama dengan **para** pendidik untuk menangani masalah ini. Antara langkah-langkahnya ibu bapa sendiri **perlu** meluangkan lebih **banyak** masa untuk mendidik anak-anak mereka, **memberi** sokongan moral atau menyelesaikan sebarang konflik atau masalah yang dihadapi oleh anak-anak mereka. Selain itu ibu bapa perlu bekerjasama dengan pihak sekolah dengan menghadiri mesyuarat ibu bapa dan guru-guru dan menyertai sebarang aktiviti sekolah yang melibatkan mereka agar mereka

peka terhadap perkembangan isu-isu semasa dan mengadakan sesi sumbang saran bagi menyelesaikan segala masalah disiplin pelajar.

6.6 Cadangan Untuk Kajian Akan Datang.

Kajian yang serupa pada masa akan datang perlu menggunakan populasi yang lebih besar sama ada di peringkat negeri atau peringkat kebangsaan. Ini bertujuan untuk memperoleh maklumat atau maklumbalas yang lebih lengkap dan tepat mengenai tahap stres dan punca-punca stres di kalangan guruguru.

Kajian seterusnya perlu memperluaskan skop pembolehubah bebas dalam model teoritikal kajian seperti pembangunan kerjaya, masalah rumahtangga dan masalah ekonomi. Ini penting bagi mengenalpasti sejauh manakah pembolehubah bebas tersebut turut mempengaruhi stres di kalangan guruguru. Selain dari pembolehubah bebas, skop pembolehubah bersandar perlu juga diperluaskan dalam kajian akan datang supaya dapat memberi gambaran manifestasi stres yang lebih tepat dan lengkap.

Dicadangkan supaya kajian akan datang dapat memberikan tumpuan kepada stres yang membawa implikasi positif di samping aspek tekanan yang membawa implikasi negatif. Ini perlu supaya tidak berlaku bias dalam mempersepsikan implikasi stres. Melalui tumpuan kepada tekanan stres

yang berbentuk **positif** akan **memberi** gambaran yang jelas, **lengkap, tepat** dan menyeluruh **tentang** fenomena stres.

Kaedah temu bual dan pemerhatian **perlu juga** digunakan untuk kajian akan datang. Kaedah **ini** dirasakan perlu dan wajar **bagi** mengetahui fenomena stres secara tepat dan menyeluruh **tanpa** dibatasi oleh skop instrumen kajian. Di **samping** itu **ia juga** boleh mengelakkan kemungkinan pihak lain yang menjawab **soal** selidik **bagi** pihak responden.

Penyelidikan yang akan datang **juga patut** menyelidik perhubungan stres dan produktiviti iaitu prestasi pelajar dalam peperiksaan, stres dan kesi **hatan** fizi kal guru. Penyelidikan **juga** boleh dilakukan dalam bidang pengurusan stres di kalangan guru.

5.7 Kesimpulan

Hasil **dari** penyelidikan **ini** menunjukkan bahawa stres pekerjaan guru secara amnya adalah tidak **ada** perbezaan dari segi jantina, status perkahwinan, umur, tempoh perkhidmatan, kelayakan akademik dan lokasi sekolah mengajar. Stres pekerjaan dialami oleh semua guru daripada 235 orang guru yang dipilih dari **lapan** buah sekolah terpilih dalam Daerah Kuala Kangsar. Ini menjelaskan bahawa faktor demografi tidak mempengaruhi stres pekerjaan di kalangan guru.

Hasil kajian telah membuktikan faktor skim perkhidmatan, tuntutan luaran, pelajar, tuntutan masa dan iklim sekolah telah mendatangkan stres **kepada** responden kajian. Terbukti **juga** berlakunya simptom psikologi, fisiologi dan simptom fizikal di kalangan responden apabila mereka menghadapi stres pekerjaan.

Dari segi **punca-punca** stres didapati **punca** utama stres ialah faktor skim perkhidmatan. Ini diikuti oleh faktor tuntutan masa, tuntutan luaran, iklim sekolah dan disiplin **pelajar**. Hasil kajian **juga** menunjukkan tahap stres guru-guru diperingkat yang sederhana.

BIBLIOGRAFI

- Abdul Wahid b. Nuruddin. (1996). Stress Pekerjaan Di kalangan Guru, **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Alias Baba. (1992). **Statistik Penyelidikan dalam Pendidikan dan Sains Sosial, Bangi** : Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Asfoth, S.J. (1995). Climate formations; Issues and extensions. **Academy of Management Review**, 25, 837-847.
- Bakhtiar **Mansor**. (1993). Perguruan : Satu Perpektif Perkembangan Kerjaya. **Jurnal, Pengurusan Pendidikan** 3 (2) Institiut Aminuddin Baki. Kementerian Pendidikan Malaysia Kuala Lumpur : Percetakan Nasional **Berhad** 15 - 22.
- Blase, J.J. & Mathews, K. (1984). How principals stress teachers. **The Canadian School Executive**, 4, 8-1 1.
- Borg, M. G. et al. (1991). Stress in teaching : a study of **accupational** stress and its determinants, job satisfaction and career commitment among primary school teachers, **Educational Psychology**, 11 (I). 59-75.
- Borg, M.G. dan Riding, R.J.(1993a) Teachers stress and cognitive style. **British Journal of Educational Psychology**, 63, 271-286.
- Borg. M.G. dan Riding, R.J. (1993b). Occupational stress and job satisfaction among school administrators. **Journal of Educational Administration**, 31 (I), 4-12.
- Capel, S.A. (1987). The incidence of and influences of stress and burnout in secondary school teachers. **British Journal Education Psychology**, 57, 279-288.
- Cedoline, A.J. (1982). **Job burnout in public education: Systems, Causes and survival skills**. New York: Teachers College Press.
- Cooper, C.L. dan Kelly, M. (1993). Occupational stress in head teachers: A national UK study. **British Journal of Educational Psychology**, 63 (I), 130-143.

- Cox, T. (1978). **Stress**. London: The **MacMillion** Press Ltd.
- Dua, J.K. (1994). Job stressors and their effects on physical health, emotional health, and job satisfaction in a university. **Journal of Educational Administration**,32 (1), 59-78.
- DuBrin, A.J. (1980).**Effective Business Psychology**. Virginia: Prentice-HallCompany.
- Dunham, J. (1992). **Stress in Teaching**, second edition, London: Roulledge.
- Edworthy, A. (1987) **Occupational Stress in Professional Groups**. Phd. Thesis. West Yorkshire: The British Library Document Centere.
- Farber, B.A. (1991). **Crisis in education** : Stress and boumout in the American teacher San Fraancisco: Jossey - Bass.
- Fletcher, B.C. and Payne, R.L. (1982). Level of reported stressors and strain amongst school teachers; some UK data. **Educational review**, 34, 267-78.
- Fontana, D. (1989).**Managing Stress**. Guildford: The British Psychological Society and Routledge Ltd.
- Ghazali Othman. (1979). An Investigation of the Sources of Job Satisfaction of Malaysia School Teachers. **Disertasi Ph. D.,Los Angeles** : University of California.
- Gmelch, W.H. (1982). **Beyond Stress To Effective Management**. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Habsah Abd. Rauf. (1986). Job Motivation, Job Satisfaction and Role Performance of Tabika Perpaduan Teachers in Panisular Malaysia. **Tesis Sarjana Sains**. Kuala Lumpur : Universiti Pertanian Malaysia.
- Hamzah Said. (1994). Kepuasan Kerja Guru dan Pensyarah Sains Pertanian . **Tesis Sarjana Sains tidak diterbitkan**, Universiti PertanianMalaysia.
- Hassan b. Hashim. (1994). Pengurusan Stres Dan Kesan Terhadap Kualiti Kerja, **Buletin PKPSM Perak**, 1 (3), 15-17.
- Hinkle, L.E. (1973). The Concept of Stress in the biological and social science .**Science Medicine and Man**, 1,31 -48.

- Hoy, W.K. and Clover, S.H.I. (1986) **Elementary School Climate: A revision of the OCDQ Educational Administration Quarterly**, 22.1, Winter 1986.
- Iwanicki, E.F.(1983). Toward understanding and alleviating teacher burnout. **Theory Into Practice**, **12**, 27-32.
- Jariah bt. Masud. (1992). **Keluarga dan Persekitaran: Perspektif Ekosistem**. Kuala Lumpur: **Dewan Bahasa dan Pustaka**.
- Kyriacou, C. dan Sutchliffe, J. (1978a). Teachers stress: Prevalence, Sources and Symptoms. **British Journal of Educational Psychology**, **48**, 159-167.
- Kyriacou, C. dan Sutchliffe, J. (1978b). Teachers stress and burnout: An international review: **Educational Research**, **29(2)**. 146-152
- Kyte, K.F. (1994). Perceptions of occupational stress among public school principals in Tennessee. **ProQuest - Dissertation Abstracts**, East Tennessee State University.
- Lee, Wu-Zen. (1994). Perceived levels of stress among teachers and principals of selected elementary and junior high schools in Taiwan(China). **ProQuest-Dissertation Abstracts**, University of SouthernMississippi.
- Litt, M.D. and Turk, D.C.(1985). Sources of stress and dissatisfaction in experienced high school teachers. **Jurnal of Educational Research**, 78, 3. Jan - Feb., 178-85.
- Lottie, D. (1975). **Schoolteacher : A sociological Study**. Chicago : University of Chicago Press.
- Marshall, J. dan Cooper, C.L. (1979).**Executive Under Pressure: a Psychological Study**. New York: Praeger Publishers.
- Maslach, C., and Jackson, S.E. (1984). Burnout in organizational setting. In S. Oskamp (Ed.), **Applied social psychology annual, Vol. 5 : Applications in organizational settings** (pp. 133-153). Beverly Hills, CA:Sage.
- Matteson, M.T. dan Ivancevich, J.M. (1989). **Controlling Work Stress: Effective Human Resources and Management Strategies**. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.

- Mihat b. Dolah. (1995). Pengurusan tekanan guru pelatih: Satu **analisis** di maktab-maktab perguruan terpilih. **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Mohd Majid Konting (1990). **Kaedah Penyelidikan Pendidikan**. Kuala Lumpur : **Dewan** Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Redzuan Ishak. (1995). Kepuasan kerja dan stress di kalangan pentadbir sekolah **Tesis Sarjana tidak diterbitkan**, Universiti Utara Malaysia.
- Murdock, A. dan Scutt, C.(1993). Personal Effectiveness**. Great Britain:**Butterworth - Heinmann Ltd**.
- Prick, Leo G.M. (1989). Satisfaction and Stress Among Teachers. **International Journal of Educational Research**, 13,363-377.
- Robbins, S.P. (1993). Organizational Behavior : Concepts, Controversies, and Application**. Sixth Edition. New Jersey: Prentice - Hall, Inc.
- Rohani Aabdullah. (1983/184). Tekanan guru : Satu kajian ke **atas** guru-guru yang mengajar KBSM, **Latihan Ilmiah tidak diterbitkan**, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Ross, R.R. dan Altmaier, E.M. (1994). **Intervention in Occupational Stress: A Handbook of Counselling for Stress**. London: SAGE PublicationsLtd.
- Sabitha Marican. (1998). Penelitian **punca** stress dan kepuasan kerja di kalangan pentadbir ke arah membentuk program pengurusan stress yang berkesan. **Seminar Globalisasi dan kecemetlangan Pengurusan : Cabaran dan Prospek**, Sekolah Pembangunan Sosial, Universiti Utara Malaysia.
- Sarros, J.C. dan Sarros, A.M. (1992). Social support and teachers burnout. **Journal of Educational Administration**, 30 (I), 55-69.
- Schafer, W. (1987). **Stress Management For Wellness**. Chicago : Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Sekaran, U. (1992). **Research Methods For Business : A Skill Building Approach**. Second Edition. New York: John Wiley and Sond, Inc.

Soh, Kay **Cheng**.(1987) Teacher Stress A Correlate of Attitudes Towards **Responsibility** and Change. **Singapore Journal of Education**, **8** (1), 89-91.

Stouffer, R.E. (1992). Perceived stress of secondary public school administrators in Iowa (Secondary School). **ProQuest - Dissertation Abstracts**, The University of Iowa.

Tan Poo Chang dan Halimah **Awang**. (1994). **Pengenalan Statistik**, Kuala Lumpur : **Fajar Bakti**.

Tanner, C.K. , Schnittjer, C.J., and Atkins, T.T. (1991). Effects of the use of management strategies on stress levels of high school principals on the United States. **Educational Administration Quarterly**, **27** (2),203-224.


Akh bar:

Berita Harian, "**Murid** Ditampar dan Ditumbuk Oleh Guru", 26 Julai 1995.

_____ , "**Murid Mati Dicedera** Dengan Niat", 10 Mei 1996.

Utusan Malaysia, 15 Orang Pelajar Tingkatan 2 Dimasukakan Ke Hospital", 17 September 1995.

LAMPIRAN 1
Borang Soal Selidik

<u>SOALAN SOALAN KAJIAN</u>		Untuk Kegunaan Penyelidik
BAHAGIAN A : Maklumat Latarbelakang.		
Sila jawab soalan-soalan berikut dan tandakan (✓) pada kotak yang disediakan		
1. Jantina	1. Lelaki 2. Perempuan E 1	<input type="checkbox"/> 01
2. Status Perkahwinan	<input type="checkbox"/> 1. Sudah berkahwin <input type="checkbox"/> 2. Bujang	<input type="checkbox"/> 02
3. Umur	<input type="checkbox"/> 1. 29 ke bawah <input type="checkbox"/>  <input type="checkbox"/> 3. 40 -49 <input type="checkbox"/> 4. 50 ke atas	<input type="checkbox"/> 03
4. Tempoh perkhidmatan sebagai guru	<input type="checkbox"/> 1. Kurang dari 1 tahun <input type="checkbox"/> 2. 1 ~ 5 tahun <input type="checkbox"/> 3. 6 ~ 10 tahun <input type="checkbox"/> 4. 11- 15 tahun c 1 S. Lebih 15 tahun	<input type="checkbox"/> 04
5. Kelayakan akademik	<input type="checkbox"/> 1. Siswazah <input type="checkbox"/> 2. Bukan siswazah	c 01 5

6. Tempat sekolah anda mengajar sekarang

1. Dalam bandar

2. Luar bandar

06

BAHAGIAN B : Kepuasan Kerja.

I

Soalan-soalan berikut adalah mengenai perasaan atau persepsi anda mengenai kepuasan kerja sebagai seorang guru, Sila bulatkan satu jawapan anda pada nombor pernyataan yang betul bagi diri anda berdasarkan pilihan yang berikut.

1. Sangat tidak setuju

2. Tidak setuju

3. Berkecuali

4. Setuju

5. Sangat setuju

- | | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|---|---|---|---|-----------------------------|
| 7. | Sistem penilaian guru di bawah Sistem Saraan Baru(SSB) adalah adil | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | <input type="checkbox"/> 07 |
| 8. | Adalah mudah untuk mendapat kenaikan pangkat di bawah SSB | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | <input type="checkbox"/> 08 |
| 9. | Sistem penilaian guru di bawah SSB menimbulkan keresahan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | <input type="checkbox"/> 09 |
| 10. | Sistem penilaaian guru di bawah SSB menggalakkan persaingan yang sihat di kalangan guru | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | <input type="checkbox"/> 10 |
| 11. | Ganjaran-ganjaran yang diperuntukkan kepada guru adalah memuaskan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5 | <input type="checkbox"/> 11 |

E I II

- | |
|---|
| 1. Sangat tidak setuju
2. Tidak setuju
3. Tidak pasti
4. Setuju
5. Sangat setuju |
|---|

- | | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|---|---|-----------------------------|
| 12. | Pada keseluruhannya saya berpuas hati dengan SSB | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 12 |
| 13. | Bebanan tugas guru adalah berlebihan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 13 |
| 14. | Guru banyak membuat kerja-kerja bukan mengajar | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 14 |
| 15. | Terlalu banyak perubahan dalam sistem pendidikan | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 15 |
| 16. | Saya sangat puas hati dengan Kementerian Pendidikan sebagai majikan saya | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 16 |
| 17. | Jangkaan orang ramai terhadap guru adalah tinggi | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 17 |
| 18. | Orang yang bukan guru tidak faham realiti di sekolah | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | <input type="checkbox"/> 18 |

BAHAGIAN C : Punca-punca Stres

Stres adalah satu keadaan yang menyebabkan tekanan perasaan, bimbang, marah, risau takut dan lain-lain lagi. Ia boleh menyebabkan tidak boleh tidur, tidak mahu makan dan sebarang kesan psikologi, fisiologi dan kesihatan fizikal. Setakat manakah punca-punca stres berikut menyebabkan anda mengalami stres. Sila bulatkan jawapan anda pada pernyataan yang benar bagi anda.

- | |
|-------------------------|
| 1. Tiada stress |
| 2. Sedikit stres |
| 3. Sederhana stres |
| 4. Sangat stres |
| 5. Ekstrim stres |

19.	Menghadapi pelajar yang sentiasa membuat salahlaku	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	19
20.	Sukar memhcri motivasi kepada pelajar	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	20
21.	Sikap murid yang tidak mahu belajar	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	21
22.	Pelajar yang selalu menggunakan kata-kata kesat	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	22
23.	Pelajar yang datang ke sekolah tanpa alat kelengkapan yang cukup (misalnya buku, alat tulis dan lain-lain)	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	23
24.	Disiplin pelajar yang tidak memuaskan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	24
25.	Tidak cukup masa menghabiskan sukatan pelajaran	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	25
26.	Tidak cukup masa untuk membuat persediaan mengajar dan menanda buku latihan pelajar.	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	26
27.	Sukar untuk mengajar dengan baik kerana terpaksa membuat tugas-tugas lain yang diarahkan oleh sekolah/jabatan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	27

- | |
|---|
| 1. Tiada stres
2. Sedikit stres
3. Sederhana stres
4. Sangat stres
5. Ekstrim stres |
|---|

28.	Tidak cukup masa pada hari sekolah untuk membuat hal-hal lain	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	28
29.	Tidak cukup masa untuk hal-hal peribadi	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	29
30.	Sukar untuk menyiapkan kerja dalam masa yang diperunkrkkkan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	30
31.	Kurang sokongau dari rakan-rakan guru dan staf sokongan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	31
32.	Pergaulan di sekolah kurang mesra	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	32
33.	Lokasi sekolah yang tidak sesuai atau tidak selesa	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	33
34.	Sekolah saya kekurangan peruntukan kewangan dan alat kelengkapan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	34
35.	Tidak diberi peluang membuat kepwtusan-keputusan bagi sekolah	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	35
36.	Kurang sokongan dari pengetua	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	36

BAHAGLAN D : Petanda-petanda Stres (Stress Symptoms)

Sila nyatakan sejauh mana anda bersetuju dengan setiap pernyataan di bawah ini dengan membulatkan nombor yang berkenaan.

- | |
|------------------|
| 1. Sentiasa |
| 2. Kerap kali |
| 3. Kadang-kadang |
| 4. Jarang |
| 5. Tidak pernah |

37.	Mudah marah	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	37
38.	Mengalami ketegangan fikiran	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	38
39.	Gementar (nervous)	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	39
40.	Kerap membuat kesilapan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	40
41.	Tidak dapat menumpukan fikiran	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	41
42.	Perubahan "mood"	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	42
43.	Makanan tidak hazam(indigestion)	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	43
44.	Hilang berat badan	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	44
45.	Berpeluh(unnecessary sweating)	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	45
46.	Sukar atau cepat bernafas	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	46
47.	Kerap membuang air kecil	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	47
48.	Metghadapi masalah untuk tidur malam	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	48
49.	Sakit kepala	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	49
50.	Sakit perut	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	50
51.	Tekanan darah naik	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	51
52.	Sakit belakang (backpain)	1	2	3	4	5	<input type="checkbox"/>	52

E 1

53.	Tangan atau kaki rasa sejuk	1	2	3	4	5	1 5 3
54.	Mengalami sakit tengku k	12	3	4	5	<input type="checkbox"/>	54

LAMPIRAN 2

**Surat Kebenaran Daripada
Bahagian Perancang dan Penyelidikan Pendidikan
Kementerian Pendidikan Malaysia**



BAHAGIAN PERANCANGAN DAN
PENYELIDIKAN PENDIDIKAN,
KEMENTERIAN PENDIDIKAN,
PARAS 2, 3 DAN 5, BLOK J,
PUSAT BANDAR DAMANSARA,
50604 KUALA LUMPUR

Telefon: 2556900
Kawat: "PENDIDIKAN"
Faks: (03-2554960)

Ruj. Tuan:

Ruj. Kumi:

Tarikh:

KP(BPPP)13/15
Jld.46(4/1)
6 Ogos 1996

En. Mohd. Sazali b. Noordin.
Kg. Sayong Masjid,
33040 Kuala Kangsar,
Perak.

Tuan,

**Kebenaran Bagi Menjalankan Kajian Ke Sekolah-Sekolah,
Jabatan-Jabatan Dan Institusi-Institusi Di Bawah
Kementerian Pendidikan Malaysia**

Adalah saya diarah untuk memaklumkan bahawa permohonan tuan untuk menjalankan kajian mengenai

"Stres Pekerjaan Di Kalangan Guru-Guru Sek .Men. Daerah
Kuala kangsar, Perak".

diluluskan

2. Kelulusan ini adalah berdasarkan kepada hanya apa yang terkandung di dalam cadangan penyelidikan yang tuan kemukakan ke Bahagian ini. Kebenaran bagi mensaunakan sampel kajian perlu diperolehi daripada Ketua Bahagian/Pengarah Pendidikan Negeri yang berkenaan.

3. Tuan juga dikehendakimenghantar senaskhah hasil kajian tuan ke Bahagian ini sebaik sahaja selesai kelak.

Sekian.

"RERKHIDMAT UNTUK NEGARA"

"CINTAILAH BAHASA KITA"

Saya yang menurut perintah,

(HJ. HASHIM BIN MOKHTAR)

b.p. Pengarah Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan,
b.p. Pendaftar Besar Sekolah-Sekolah dan Guru-Guru,
Kementerian Pendidikan.

LAMPIRAN 3

**Surat Kebenaran Daripada
Jabatan Pendidikan Perak**



JABATAN PENDIDIKAN PERAK DARUL RIDZUAN,
JALAN TUN ABDUL RAZAK,
3 0 6 4 0 IPOH.

Telefon: 05-5274355
Fax: 05-5277273

J.Pen.Pk./SULIT
4757/Jld.9(65)
26 Jamadiawal 1417
3 Oktober, 1996.

Encik Mohd **Sazali** bin Noordin,
Kampung Sayong Masjid,
33040 Kuala Kangsar,
Perak.

Tuan,

KEBENARAN BAGI MENJALANKAN **KAJIAN**
KE SEKOLAH-SEKOLAH DI NEGERI **PERAK.**

Saya diarah merujuk surat permohonan tuan bertarikh
6 Oktober 1996 dan surat Kementerian Pendidikan Malaysia
KP(BPPP)13/15/Jld.46(411) bertarikh 6 Ogos, 1996
mengenai perkara di **atas**.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa **kebenaran** adalah diberi
untuk tuan menjalankan kajian yang bertajuk:

" Stres Pekerjaan Di Kalangan Guru-Guru Sekolah Menengah
Daerah Kuala Kangsar, Perak".

di sekolah-sekolah seperti dalam **lampiran A**.

Sekian, terima kasih.

'BERKHIDMAT UNTUK NEGARA'

Saya yang menurut perintah,

Tn Kohor Alam
Lt Kol Haji **Ahmad** Fuad bin Haji **Harun**
AMN, AMP, PPN, PPT, PK, PPA, (**AMIM**)
b.p. Pendaftar Sekolah-Sekolah
Perak.

s.k.

Pegawai Pendidikan Daerah Kuala Kangsar

LAMPIRAN 4

Surat Perakuan Untuk Mengutip Data.



UNIVERSITI UTARA MALAYSIA

06010 UUM, Sintok, Kedah Darul Aman, Malaysia. Tel 04-9241801 • 8 Cable : UTAMAS Telex: MA 42052 Fax/DL: 04-9241641

Sekolah Siswazah

UUM/SS/T-13/1

13 April 1996

KEPADA SESIAPA YANG BERKENAAN

Adalah disahkan bahawa Mohd. Sazali Noordin, no. matrik 80275 ialah pelajar siswazah program kembar UUM/IAB Sarjana Sains (Pengurusan) di Universiti ini.

Sukacita pihak tuan/puan dapat memberi kerjasama dan bantuan untuk membolehkan beliau mengutip dan mengumpul maklumat untuk kerja kursusnya.

(RAMLAH CHEK)

b.p. Dekan

s.k. : Fail Pelajar

s-siapa'aa hh