

PERSEKITARAN KERJA DAN 'BURNOUT' DI KALANGAN GURU PENDIDIKAN JASMANI DAN SUKAN

Lim Khong Chiu
Sekolah Pengurusan Pelancongan, Universiti Utara Malaysia
e-mel: lkc@uum.edu.my



Abstrak

Kajian meneliti tahap 'burnout' di kalangan guru pendidikan jasmani dan sukan (PJS) dan perkaitan dengan persekitaran kerja di sekolah. Soal selidik yang diadaptasi daripada Fejgin et.al (1995) dan Pines dan Aronson (1981) telah ditadbirkan kepada 82 responden. Keputusan kajian menunjukkan tahap 'burnout' di kalangan guru PJS adalah pada paras rendah. Analisis ujian-t menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan tahap 'burnout' di antara guru-guru PJS sekolah rendah dan menengah. Keputusan kajian juga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan di antara setiap dimensi persekitaran kerja dengan 'burnout' di kalangan guru PJS. Sehubungan itu, analisis regresi berganda 'stepwise' membuktikan dimensi birokratik dan sosial adalah penyumbang yang signifikan ke atas 'burnout' di kalangan guru PJS. Kajian ini mencadangkan supaya penambahbaikan terhadap persekitaran kerja dan memperluaskan peranan guru-guru PJS dalam pengurusan dan pentadbiran di sekolah.

The study examined burnout level among physical educators and sports' teachers (PJS) and its relation to work environment in schools. The adapted questionnaires from Fejgin et.al (1995) and Pines and Aronson (1981) were administered to 82 respondents. The results of the study showed that the PJS teachers had low level of burnout. T-test analysis indicated that there was a significance difference of burnout level between the PJS teachers in primary and secondary schools. The result of the study also revealed that there was a significance relationships between each dimensions of work environment and burnout among the PJS teachers. Thus, stepwise multiple regression analysis proved that bureacratic and social dimensions was the significant contributors on burnout among PJS teachers. This study suggests on improvement of the work environment and the PJS teachers should play a wider role in the management and administration of the schools.

PENDAHULUAN

Profesion keguruan merupakan satu bentuk perkhidmatan sosial yang sungguh mencabar. Tenaga pengajar dan pengurus pendidikan seharusnya peka dengan perkembangan terkini dalam proses kepemimpinan, pengurusan, pengelolalaan sumber, dan pencapaian matlamat pendidikan (Ibrahim Ahmad Bajunid, 1995). Justeru itu, dengan pelaksanaan berbagai-bagai reformasi dalam pendidikan sudah pasti menjadikan peranan dan tanggungjawab guru-guru menjadi lebih mencabar. Terdapat pelbagai tanggapan dan dakwaan berhubung dengan kerjaya guru pada dewasa ini. Sesetengah ahli masyarakat mempunyai tanggapan bahawa kerja, beban dan tugas guru sekarang tidak mewujudkan kerjaya guru yang menarik. Malah tidak menafikan ada yang

melihat sekolah sebagai sebuah organisasi yang dihujani dengan pelbagai bebanan tugas dan ada kalanya tugas ini bukan satu yang terancang tetapi muncul dari situasi yang tidak diduga (Abdul Shukor, 1996). Jika keadaan sedemikian dibiarkan berterusan agak pasti suasana pengajaran-pembelajaran di sekolah kini akan menuju ke arah satu keadaan yang tidak terurus dan akan menghadapi kegagalan untuk mencapai matlamat yang diidamkan.

Individu tidak mungkin dapat berfungsi dengan berkesan jika ia dalam keadaan tertekan (Smith, 1993; Girdano et.al, 1993). Perasaan tertekan menjadikan seseorang itu tidak rasional, cemas, tegang, tidak dapat memusatkan perhatian kepada kerja dan gagal menikmati rasa gembira atau puas hati terhadap kerja yang dilakukan. Hal-hal ini akan menghalang seseorang mewujudkan sifat positifnya, apa lagi sifat kasih sayang. Terdapat kajian-kajian (Fejgin et al, 1995; Pastore &Judd, 1992) membuktikan sesetengah guru memang mengalami perasaan tertekan, sikap berang, murung, mengambil keputusan atau memikirkan untuk berhenti atau bersara sebelum masa kerana dikatakan tertekan.

Banyak kajian tentang 'burnout' di kalangan guru telah dijalankan di Barat (Austin, 1981; Depaepe, French & Laraj, 1985; Horton, 1984; Fejgin, Ephraty & Ben-Sira, 1995), tetapi hanya sebahagian kecil sahaja yang memberi tumpuan terhadap guru-guru pendidikan jasmani dan sukan (PJS). Di Malaysia, status mata pelajaran pendidikan jasmani (PJ) di sekolah kini semakin kurang kredibilitinya (Yusof Ismail, 1987; de Vries, 1990; Tuan Sheikh Kamaruddin, 1994). Walau bagaimanapun, berbagai-bagai pengharapan dan jangkaan peranan guru-guru PJ telah dituntut daripada pihak-pihak tertentu. Di samping itu, terdapat perbezaan keadaan struktur kelas yang harus dikendalikan oleh guru-guru PJ berbanding dengan guru-guru mata pelajaran yang lain di sekolah. Keadaan ini telah menimbulkan pelbagai tanggapan umum tentang punca dan tahap 'burnout' guru-guru PJ daripada guru-guru yang lain. Sehingga kini, belum ada kajian yang khusus pernah dijalankan mengenai fenomena ini terhadap guru-guru PJS. Bukti-bukti awal dirasakan perlu untuk mengetahui tentang persekitaran kerja dan tahap 'burnout' di kalangan guru PJS supaya langkah-langkah persediaan dapat diambil untuk menghadapi kemungkinan-kemungkinannya. Oleh itu, kajian ini bertujuan untuk meneliti tahap 'burnout' di kalangan guru PJS dan mengenal pasti perkaitannya dengan persekitaran kerja di sekolah.

PERSOALAN KAJIAN

Berdasarkan permasalahan kajian yang dikemukakan, beberapa soalan kajian berikut akan cuba dijawab melalui kajian ini.

- a) Bagaimanakah tahap 'burnout' guru-guru PJS ?
- b) Adakah terdapat perbezaan yang signifikan tahap 'burnout' guru-guru PJS mengikut jantina, jenis dan lokasi sekolah ?
- c) Bagaimanakah suasana persekitaran kerja guru-guru PJS ?
- d) Adakah terdapat hubungan di antara persekitaran kerja dengan tahap 'burnout' guru-guru PJS ?

PESEKITARAN KERJA

Terdapat pelbagai pendekatan telah digunakan untuk memberi pengertian kepada persekitaran kerja oleh pengkaji-pengkaji khususnya di kalangan ahli psikologi industri dan organisasi. Mereka cenderung menggunakan pendekatan-pendekatan tertentu untuk mengukur dan menentukan faktor-faktor atau dimensi-dimensi dalam iklim organisasi untuk mengenal pasti persekitaran kerja sesebuah organisasi.

Pengkaji-pengkaji Barat menyifatkan iklim organisasi sebagai suatu unsur fizikal, di mana iklim dapat dilihat sebagai suatu atribusi dari organisasi atau sebagai suatu atribusi daripada persepsi individu sendiri. Duncan (1972) mencirikan iklim organisasi sebagai keseluruhan faktor-faktor fizikal dan sosial yang terdapat dalam sempadan sesebuah organisasi (Yukl & Wexley, 1984).

Di samping itu, Campbell, Dunnette, Lawler dan Weick (1970) telah memberi takrifan iklim organisasi sebagai satu set atribusi khusus yang ada pada sesebuah organisasi tertentu yang boleh dilihat melalui cara organisasi itu bertindak dengan ahli-ahli dalam organisasi dan persekitarannya.

Tagiuri (1968) mentakrifkan iklim sebagai "... the characteristics of the total environment in a school building." (h.78). Sehubungan itu, dalam konteks kajian ini, persekitaran kerja dilihat sebagai unsur-unsur fizikal dan sosial yang kekal dalam sesebuah organisasi untuk jangka masa tertentu dan ia mempengaruhi tingkah laku dalam organisasi itu. Kerangka model konseptual Pines (1982) menjelaskan bahawa persekitaran kerja sesebuah organisasi dapat diukur melalui empat dimensi seperti berikut :-

- a) Dimensi Psikologikal - iaitu meliputi pembolehubah-pembolehubah seperti beban kerja, kurang berautonomi, kurang pemenuhan sendiri (self-fulfilment), dan kurang perkembangan sendiri.
- b) Dimensi Struktural - iaitu meliputi pemboleh ubah-pemboleh ubah seperti persekitaran fizikal, paras kebisingan, dan darjah keserasian antara keperluan-keperluan kerja dan struktur fizikal.
- c) Dimensi Sosial - iaitu meliputi aspek-aspek interaksi dengan klien (dari segi kuantiti dan ciri-ciri permasalahannya), rakan sejawat (darjah sokongan dan kerjasama), dan penyelia-penyelia (maklum balas, sokongan dan ganjaran).
- d) Dimensi Birokratik - iaitu meliputi kerja-kerja perkeranian, 'red-tape', undang-undang dan peraturan-peraturan, konflik peranan, dan kekaburan peranan.

'BURNOUT'

Fenomena 'burnout' telah mula dikaji seawal tahun 1970-an (Pastore & Judd, 1992). Walau bagaimanapun, sehingga kini agak sukar untuk mendapatkan satu definisi operational yang konkrit tentang 'burnout'. Freudenberger (1980) mentakrifkan 'burnout' sebagai "...a state of fatigue or frustration brought about by devotion to a cause, way of life, or relationship that failed to produce the expected reward." (h.74). Namun begitu, sering kali wujud kekeliruan di kalangan penulis dan pengkaji tentang

penggunaan konsep 'burnout' dan tekanan (stress). Konsep-konsep ini telah digunakan secara silih berganti dalam berbagai-bagai penulisan walaupun pada hakikatnya ada perbezaan di antara kedua-dua konsep tersebut. Ini adalah kerana terdapat persamaan ciri-ciri dan symptoms-symptoms pada individu yang mengalami masalah-masalah tersebut. Menurut Lazarus (1966) dan Selye (1976), " burnout is usually a result of unmediated stress, and in several theories certain stress reactions are referred to in terms that are similar to those used to describe burnout." (Friedman, 1995). Farber (1983) pula menyimpulkan bahawa " in general burnout can be conceptualized as a function of the stresses engendered by individual, work-related and societal factors " (h.3).

Maslach dan Pines telah mengkaji tentang 'burnout' dari perpektif sosial-psikologikal. Kajian mereka telah berjaya menghasilkan satu inventori yang dikenali sebagai **Maslach Burnout Inventori**. Inventori ini telah digunakan secara meluas untuk menaksir tiga faktor dalam mengukur 'burnout' terhadap individu. Faktor-faktor tersebut adalah dari segi keletihan emosi (emotion exhaustion), gangguan keperibadian sendiri (depersonalization), dan pencapaian peribadi (personal accomplishment). Di samping itu, Maslach dan Pines percaya bahawa ciri-ciri kerja/tugas dalam sesebuah organisasi adalah faktor penentu utama terhadap kebarangkalian seseorang itu akan mengalami 'burnout' (Gold & Roth, 1993).

METOD KAJIAN

Subjek

Seramai 82 orang guru-guru PJS telah dipilih sebagai responden kajian. Mereka terdiri daripada 47 lelaki dan 35 wanita. Bilangan responden mengikut jenis dan lokasi sekolah adalah seperti dalam jadual 1 di bawah.

Jadual 1
Taburan Responden Mengikut Jantina, Jenis Dan Lokasi Sekolah

PEMBOLEH UBAH	n	%
Jantina		
Lelaki	47	57.3
Wanita	35	42.7
Jenis Sekolah		
Rendah	48	58.5
Menengah	34	41.5
Lokasi Sekolah		
Bandar	45	54.9
Luar Bandar	37	41.1

(N=82)

Responden-responden telah dipilih dengan menggunakan kaedah rambang percontohan bertujuan (purposive random sampling) berasaskan kriteria-kriteria berikut :

- a) Guru-Guru terlatih yang mengajar mata pelajaran PJ sekurang-kurangnya 4 waktu seminggu dan terlibat juga sebagai guru sukan di sekolah.

- b) Guru-Guru terlatih PJS yang mengajar di sekolah-sekolah rendah dan menengah akademik biasa yang mendapat bantuan penuh kerajaan.
- c) Guru-Guru terlatih PJS yang sedang mengajar di sekolah-sekolah rendah dan menengah gred A sekurang-kurangnya 2 tahun di sekolah yang terkini.

Soal Selidik

Soal selidik yang mengandungi tiga bahagian telah digubal oleh penyelidik untuk mendapatkan maklumat tentang demografi responden dan kerjaya, keadaan-keadaan di tempat kerja, dan tahap 'burnout'. Bahagian pertama soal selidik menanyakan maklumat tentang jantina, umur, status perkahwinan, pengalaman mengajar, jawatan dan tugas di sekolah serta lokasi dan jenis sekolah.

Bahagian kedua soal selidik mengandungi 73 item yang menghuraikan mengenai keadaan-keadaan khusus tentang organisasi, kerja, persekitaran dan pentadbiran. Item-item dalam bahagian ini telah diadaptasi dan diterjemahkan ke dalam bahasa Melayu mengikut prosedur 'back translation' daripada versi soal selidik yang digubal oleh Naomi Fejgin, Nevat Ephraty dan David Ben-Sira (1995). Item-item dalam bahagian ini telah diklasifikasikan kepada empat dimensi persekitaran kerja iaitu, psikologikal, fizikal-struktural, sosial dan birokratik seperti yang digunakan oleh penyelidik-penyelidik asalnya. Setiap item dalam soal selidik ini telah menggunakan skala 5 mata likert daripada tiada langsung kepada sangat banyak. Bahagian ketiga soal selidik ialah inventori 'burnout' yang telah diadaptasi dan diterjemahkan ke dalam bahasa Melayu daripada versi Pines dan Aronson (1981). Inventori ini meliputi 21 item yang menaksirkan keadaan fizikal dan mental seperti kelesuan, kemurungan, perasaan terperangkap, optimistik dan enerjetik. Item-item yang disediakan dalam inventori ini adalah dalam bentuk satu perkataan atau frasa-frasa yang pendek. Responden dikehendaki menandakan kekerapan perasaannya di atas skala likert 1 hingga 5 daripada tidak pernah kepada selalu. Indeks bagi 'burnout' adalah purata markat daripada 21 item selepas menentukan item-item positif dan negatif.

Soal selidik mengukur tentang persekitaran kerja oleh Fejgin et.al (1995) dan inventori 'burnout' oleh Pines dan Aronson (1981) telah diuji oleh penyelidik-penyelidik asalnya dari segi kesahan dan kebolehpercayaan. Kebolehpercayaan dalaman alat ukur tersebut didapati nilai alfanya di antara 0.8 dan 0.93 (Fejgin et al, 1995). Walau bagaimanapun, nilai alfa kronbach alat ukur persekitaran kerja dalam kajian ini adalah di antara .60 hingga .82 dan bagi inventori 'burnout' ialah .93. Justeru itu, kedua-dua alat ukur tersebut masih mempunyai nilai kebolehpercayaan yang sesuai untuk digunakan (Chadwick, Bahr & Albrecht, 1984).

Prosedur

Setelah kajian rintis dijalankan, proses memungut data telah dijalankan oleh penyelidik sendiri dan dibantu oleh beberapa orang pensyarah serta guru-guru pelatih Kursus Diploma Perguruan Malaysia semasa menjalankan praktikum di sekolah. Guru-Guru PJS yang dipilih dalam kajian ini telah diminta memberi kerjasama untuk menjawab soal selidik yang diedarkan. Tiada had masa yang dikenakan untuk menjawab soal selidik. Sebahagian daripada soal selidik telah dipungut seminggu selepas diedarkan dan sebahagian lagi dipungut setelah guru-guru pelatih selesai menjalani praktikum masing-masing.

KEPUTUSAN KAJIAN

Tahap 'Burnout'

Jadual 2 menunjukkan tahap 'burnout' di kalangan guru PJS adalah pada tahap yang rendah (\underline{M} =2.42). Pengamatan responden terhadap item-item adalah daripada keadaan 'sekali-sekala' (rarely) kepada 'kadang-kadang' (sometime). Item-item yang mewakili perasaan negatif yang menunjukkan markat min yang tertinggi ialah 'menghiraukan' (bothered) (\underline{M} =3.01), diikuti dengan 'keletihan mental'(mental weary) (\underline{M} =2.74), 'keletihan fizikal' (physically weary) (\underline{M} =2.74), dan 'kelesuan' (fatigued) (\underline{M} =2.68). Di samping itu, empat item yang mewakili perasaan positif pula adalah di luar jangkauan kajian ini kerana keputusan menunjukkan markat min yang lebih rendah. Item-item tersebut adalah 'hari yang menyenangkan' (had a good day) (\underline{M} =2.52), Optimistik (optimistic) (\underline{M} =2.35), Gembira (\underline{M} =2.20), dan Cergas (energetic) (\underline{M} =2.11) .

Jadual 2
Min Dan Sisihan Piawai Bagi Item-Item 'Burnout'

<i>Item</i>	Min	SD
1. Menghiraukan (Bothered)	3.01	1.01
2. Keletihan Mental (Mentally weary)	2.74	.94
3. Keletihan Fizikal (Physically weary)	2.74	.93
4. Kelesuan (Fatigued)	2.68	.89
5. Tertekan (Depressed)	2.62	1.10
6. Membimbangkan (Worried)	2.57	1.02
7. Hari yang menyenangkan (Had a good day)	2.52	1.01
8. Keletihan kerana kurang tidur (Tired after sleepless night)	2.51	1.09
9. Cukup setakat ini (I've had enough)	2.51	1.07
10. Kecewa (Frustrated)	2.49	1.09
11. Optimistik (Optimistic)	2.35	.96
12. Ketegangan Emosi (Emotionally drained)	2.30	1.07
13. Tidak dihargai (Worthless)	2.29	1.24
14. Tidak bermaya (Worn down)	2.23	.95
15. Lemah dan sakit (Weak and sickly)	2.23	.96
16. Tidak gembira (Unhappy)	2.22	.99
17. Tiada harapan (Hopeless)	2.21	1.20
18. Gembira (Happy)	2.20	1.14
19. Terperangkap (Entrapped)	2.16	1.01
20. Keadaan terasing (Reserved)	2.16	1.14
21. Cergas (Energetic)	2.11	.90
Indeks 'burnout' (Burnout Index)	2.42	.68

(N=82)

Jadual 3 menunjukkan perbandingan tahap 'burnout' guru-guru PJS mengikut jantina, jenis dan lokasi sekolah. Keputusan kajian telah membuktikan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan di antara tahap 'burnout' guru-guru PJS lelaki dan wanita ($t_{(82)} = -.52, k > .05$). Keputusan dalam jadual 3 juga menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan tahap 'burnout' di antara guru-guru PJS sekolah rendah dan menengah ($t_{(82)} = -2.044, k < .05$). Markat min tahap 'burnout' guru-guru PJS di sekolah menengah ($M = 2.6$) didapati lebih tinggi daripada guru-guru PJS di sekolah rendah ($M = 2.29$). Begitu juga keputusan dalam jadual 3 menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan tahap 'burnout' di antara guru-guru PJS yang mengajar di sekolah-sekolah bandar dan sekolah-sekolah luar bandar ($t_{(82)} = .98, k > .05$).

Jadual 3

Ujian - t, Min dan Sisihan Piawai Guru-Guru PJK Mengikut Jantina, Jenis dan Lokasi Sekolah

Pemboleh ubah	N	M	SD	Ujian-t
Jantina				
Lelaki	47	2.39	.62	-.52
Wanita	35	2.47	.76	
Jenis Sekolah				
Rendah	48	2.29	.59	-2.04*
Menengah	34	2.60	.75	
Lokasi Sekolah				
Bandar	45	2.49	.71	.98
Luar Bandar	37	2.34	.64	

* $k < .05$

Keputusan dalam jadual 4 menunjukkan keadaan persekitaran kerja di kalangan guru PJS pada keseluruhannya berada di antara paras rendah dan sederhana. Dimensi struktural mencatatkan markat min yang paling tinggi iaitu 3.137 daripada markat maksimum 5, diikuti dengan dimensi sosial ($M=2.995$), dimensi psikologikal ($M=2.835$) dan dimensi birokratik ($M=2.643$).

Jadual 4

Min, Sisihan Piawai, Dan Korelasi Dimensi-Dimensi Persekitaran Kerja Dengan 'Burnout'

Persekitaran Kerja	N	M	SD	r
Psikologikal	82	2.8350	.3309	.344**
Sosial	82	2.9953	.4681	.544**
Birokratik	82	2.6425	.4884	.654**
Struktural	82	3.1367	.3668	.358**

* $k < .05$, ** $k < .01$

Keputusan kajian dalam jadual 4 menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan di antara markat min tiap-tiap dimensi persekitaran kerja iaitu, psikologikal

($r=.344$, $k < .01$), sosial ($r=.544$, $k < .01$), birokratik ($r=.654$, $k < .01$) dan struktural ($r=.356$, $k < .01$) dengan markat min 'burnout' guru-guru PJS.

Jadual 5
Pekali Regresi Berganda 'Stepwise' Pembolehkan Dimensi-Dimensi Persekitaran Kerja Ke Atas 'Burnout'

Persekitaran Kerja	R	R ²	Pekali Beta	F
Birokratik	.654	.428	.511	59.800***
Sosial	.682	.466	.241	34.416***
Struktural	-	-	T.S	T.S
Psikologikal	-	-	T.S	T.S

($N = 82$)

* $k < .05$

** $k < .01$

*** $k < .001$

T.S - Tidak Signifikan

Keputusan dalam jadual 5 menunjukkan bahawa terdapat dua dimensi iklim kerja iaitu, birokratik dan sosial yang paling banyak menyumbang ke atas 'burnout' guru-guru PJS. Berdasarkan nilai beta membuktikan bahawa dimensi birokratik merupakan pemboleh ubah peramal yang paling 'berpengaruh' ($B=.511$). Keputusan menunjukkan bahawa dimensi sosial dan birokratik telah dapat menerangkan sebanyak 46.6% daripada keseluruhan varians ke atas 'burnout' di kalangan guru PJS.

PERBINCANGAN

Tahap 'Burnout'

Berdasarkan markat min menggambarkan tahap 'burnout' guru-guru PJS adalah pada paras yang rendah. Ini bermakna guru-guru PJS jarang-jarang mengalami masalah 'burnout'. Penemuan dalam kajian ini didapati selari dengan hasil kajian-kajian yang pernah dijalankan oleh Fejgin et. al (1995) terhadap guru-guru PJ di Israel; Quigley et.al (1989) terhadap guru-guru PJ di Kanada; dan Sisley et.al (1987) terhadap guru-guru PJ di Amerika Syarikat. Walau bagaimanapun, dalam kajian Fejgin et.al (1995) guru-guru PJ didapati lebih optimistik, energetik, gembira dan mengalami hari-hari yang menyenangkan berbanding dengan guru-guru PJS dalam kajian ini. Guru-Guru PJS dalam kajian ini didapati kurang energetik, kurang gembira, kurang optimistik dan jarang-jarang mengalami hari-hari yang menyenangkan. Malahan yang agak mengejutkan ialah guru-guru PJS merasakan diri mereka kurang cergas (energetic). Guru-guru PJS dalam kajian ini jarang-jarang mengalami perasaan dirinya dalam keadaan cergas dan bertenaga mungkin mereka dibebani dengan pelbagai tanggungjawab dan peranan untuk menggerakkan aktiviti-aktiviti di sekolah di samping tugas-tugas tambahan lain yang harus dikendalikan mengikut arahan dan prosedur yang ditetapkan selain daripada tugas-tugas pengajaran. Ekoran daripada itu mereka perlu menggunakan daya fizikal dan mental yang banyak untuk melaksanakan segala tugas dan tanggungjawab yang diamanahkan kepadanya. Fenomena ini mungkin dapat dikaitkan dengan perubahan kurikulum baru dalam sistem pendidikan di Malaysia. Perubahan itu dikatakan menyebabkan senarai tugas

guru semakin panjang dan harapan terhadap guru semakin tinggi, sedangkan keadaan lain tidak berubah (Amla Mohd Salleh, 1994). Dengan itu, guru berasa amat kecewa kerana tidak mampu menangani tugas dan harapan yang sudah berubah.

Perbandingan Tahap 'Burnout' Mengikut Jantina, Jenis Dan Lokasi Sekolah

Tahap 'burnout' guru-guru PJS lelaki dan wanita tidak menunjukkan perbezaan yang signifikan dalam kajian ini. Hal ini dapat diujahkan bahawa sistem pendidikan di Malaysia tidak mengamalkan 'diskriminasi' dalam menjalankan tugas dan tanggungjawab pendidikan di kalangan guru. Guru-Guru lelaki dan wanita perlu sama-sama memikul tanggungjawab dan amanah terhadap tugasnya masing-masing. Guru-Guru lelaki dan wanita telah diberi tugas dan tanggungjawab yang sama untuk mengajar, membimbing, mengurus, melatih dan menilai di sekolah. Oleh itu, berdasarkan beban tugas yang 'ringan sama dijinjing, berat sama dipikul' memungkinkan tahap 'burnout' guru-guru lelaki dan wanita tidak menunjukkan perbezaan yang ketara.

Walau bagaimanapun, kajian ini telah menunjukkan perbezaan yang signifikan tahap 'burnout' guru-guru PJK sekolah rendah dan menengah. Guru-Guru PJS yang mengajar di sekolah menengah didapati lebih tinggi tahap 'burnout' berbanding dengan guru-guru PJS yang mengajar di sekolah rendah. Pebezaan ini dapat dijelaskan bahawa beban tugas yang terpaksa ditanggung oleh guru-guru PJS di sekolah menengah adalah lebih banyak jika dibandingkan dengan guru-guru PJS di sekolah rendah. Pelbagai peranan, jangkaan dan pengharapan sekolah (pentadbir) terhadap guru-guru PJS di sekolah menengah juga adalah lebih tinggi berbanding dengan guru-guru PJS di sekolah rendah. Pelbagai pengharapan dan ekspektasi terhadap guru-guru PJS ini mungkin antara punca menyebabkan kekaburan peranan dan konflik peranan. Keadaan-keadaan tersebut merupakan antara punca-punca 'burnout' guru-guru PJS di sekolah seperti yang dijelaskan oleh Sisley, Capel dan Desertrain (1987).

Di samping itu, guru-guru PJ di sekolah menengah mungkin terpaksa menanggung risiko dan tanggungjawab yang lebih berat dalam proses pengajaran-pembelajaran. Mereka terpaksa berdepan dengan pelajar-pelajar yang lebih besar dan matang. Oleh itu, mereka akan terdedah dengan pelbagai masalah disiplin yang lebih mencabar semasa mengendalikan pengajarannya. Menurut Mancini, Wuest, Valentine dan Clark (1984) masalah-masalah disiplin yang berterusan adalah salah satu punca mengakibatkan tekanan (stress) di kalangan guru PJ di sekolah menengah dan guru-guru berkenaan akan menghadapi dengan masalah 'burnout'.

Selain itu, guru-guru PJS di sekolah menengah juga sentiasa berada dalam keadaan kebimbangan yang berterusan kerana memikirkkan tentang keselamatan atau kecederaan yang mungkin berlaku semasa mengendalikan kelas PJ. Proses pengajaran-pemelajaran PJ di sekolah menengah melibatkan aktiviti-aktiviti yang lebih 'lasak' dan 'terbuka' kepada kecederaan. Oleh itu, guru-guru PJ di sekolah terpaksa sentiasa berada dalam keadaan yang lebih 'bersedia' untuk menanggung risiko dalam mengendalikan proses pengajaran. Mereka bukan sahaja perlu menggunakan tenaga fizikal yang banyak, tetapi juga mental yang sentiasa didorong oleh suasana kebimbangan. Justeru segala fenomena yang dialami oleh guru-guru PJ ini akan mencetuskan perasaan kekurangan dan 'burnout'.

Dalam pada itu, kajian ini membuktikan tahap 'burnout' guru-guru PJ sekolah bandar dan luar bandar tidak memperlihatkan perbezaan yang signifikan. Keadaan sedemikian dapat dijelaskan bahawa semua sekolah di Malaysia sama ada di bandar mahupun di luar bandar diwajibkan mengikuti kurikulum yang sama. Oleh itu, Guru-Guru PJ yang mengajar di bandar atau luar bandar seharusnya melaksanakan proses pengajaran-pemelajaran dengan menggunakan sukatan pelajaran yang sama. Mereka mengendalikan pengajaran berdasarkan tajuk-tajuk dan garis panduan yang terkandung dalam sukatan tersebut. Selain itu, tiada perbezaan tahap 'burnout' guru-guru PJ di kedua-dua kawasan bandar dan luar bandar juga dapat dikaitkan dengan latihan perguruan asas yang mereka terima daripada maktab-maktab perguruan dan universiti-universiti yang menggunakan reka bentuk paradigma latihan perguruan yang sama. Jadi, tidaklah menghairankan bahawa mereka sememangnya mengetahui tanggungjawabnya, dan sentiasa bersedia dari segi mental dan fizikal untuk berkhidmat di mana-mana tempat yang diarahkan.

Hubungan Persekitaran Kerja Dan 'Burnout'

Persekitaran kerja dalam konteks kajian ini diukur berasaskan empat dimensi iaitu, psikologikal, birokratik, sosial dan struktural. Secara umumnya, hasil kajian telah menunjukkan bahawa suasana persekitaran kerja di sekolah adalah pada tahap yang sederhana. Daripada pengamatan guru-guru PJS, persekitaran kerja yang berkaitan dengan psikologikal, struktural dan sosial adalah dalam keadaan yang memuaskan. Manakala itu, persekitaran kerja yang berkaitan dengan birokratik seperti kerenah pentadbiran; konflik terhadap permintaan pengetua/guru besar, pentadbiran, ibu bapa; masalah-masalah komunikasi dan kerja-kerja 'perkeranian' diamati oleh guru-guru PJS sebagai di bawah tahap memuaskan.

Di samping itu, hasil kajian menunjukkan hubungan di antara dimensi birokratik dengan 'burnout' guru-guru PJS adalah pada tahap yang sederhana tinggi. Manakala hubungan di antara dimensi sosial dengan 'burnout' guru-guru PJS didapati pada tahap sederhana, dan hubungan di antara dimensi psikologikal dan struktural dengan 'burnout' di kalangan guru PJ pula, keputusan menunjukkan hubungannya adalah pada tahap sederhana rendah. Sehubungan itu, hasil kajian ini membuktikan persekitaran kerja yang kurang memuaskan berkecenderungan mengakibatkan peningkatan tahap 'burnout' di kalangan guru PJS. Penemuan ini telah menunjukkan sokongan terhadap hasil kajian-kajian lepas oleh Schwab dan Ivanicki (1982), Friedman (1991), dan Fejgin et.al (1995) dalam beberapa aspek. Dalam kajian-kajian lepas menunjukkan hubungan keadaan persekitaran kerja dengan 'burnout' adalah berbeza-beza antara sekolah-sekolah. Guru-Guru yang menghadapi masalah konflik peranan, kekaburan peranan, kurang kuasa autonomi, pengasingan sosial, dan kurang berpeluang meningkatkan pemenuhan sendiri adalah hasil daripada sistem birokratik yang berbeza-beza di sekolah.

Dalam pada itu, hasil kajian ini membuktikan bahawa dimensi birokratik adalah pembolehubah peramal yang paling 'berpengaruh' ke atas hubungannya dengan 'burnout' guru-guru PJS. Ini bermakna segala kerenah pentadbiran, kuasa autonomi, dan pengharapan daripada pelbagai pihak merupakan antara faktor-faktor penyumbang ke arah kewujudan masalah 'burnout' guru-guru PJS. Selain itu, aspek-aspek sosial juga didapati mempengaruhi 'burnout' guru-guru PJS. Oleh itu, pihak

sekolah seharusnya menggalakkan guru-guru PJS berinteraksi secara yang lebih meluas dengan guru-guru lain, pengetua/guru besar, pelajar dan ibu bapa di samping memberi pelbagai sokongan sosial. Pihak sekolah juga harus mengelakkan pengasingan sosial di kalangan guru serta mengawal masalah-masalah disiplin yang boleh menjejaskan keharmonian sekolah. Dengan tindakan-tindakan itu, berkemungkinan dapat membantu guru-guru khususnya guru-guru PJS daripada mengalami masalah 'burnout' yang berterusan.

PENUTUP

Hasil kajian ini mungkin mempunyai implikasi yang bernilai kepada pihak-pihak tertentu yang terlibat secara langsung dan tidak langsung dalam bidang pendidikan. Walaupun tahap 'burnout' di kalangan guru PJS adalah rendah, namun seandainya fenomena ini dibiarkan berlaku secara berterusan sudah pasti prestasi kerja guru-guru PJS akan semakin menurun, dan ekoran daripada itu ia akan menjejaskan pelaksanaan aktiviti-aktiviti dan program di sekolah. Oleh itu, kajian ini mengesyorkan bahawa program-program pendidikan guru seharusnya menyediakan bakal-bakal guru untuk mengatasi kemungkinan konflik-konflik sosial dan konflik yang timbul daripada pelbagai tuntutan sekolah dan pentadbir. Mereka seharusnya didedahkan dengan pelbagai program yang menggalakkan bakal guru memahami peranan dan tanggungjawab mereka dalam pentadbiran yang tidak semata-mata berkaitan dengan PJS supaya mereka akan lebih berpeluang dan kerap melibatkan diri dengan pelajar-pelajar, ibu bapa, guru-guru serta staf-staf yang lain.

Pihak sekolah (pengetua/guru besar, kaunselor, guru-guru kanan selain daripada guru kanan PJK) seharusnya mewujudkan kumpulan-kumpulan sasaran yang lebih bersifat 'interbidang mengikut subjek' dan melibatkan guru-guru PJS dalam aspek-aspek pentadbiran seperti hal-hal yang berkaitan dengan pengurusan pelajar, kurikulum dan perancangan dasar-dasar sekolah. Adalah juga dirasakan wajar bahawa pihak kerajaan perlu mengambil langkah-langkah tertentu untuk mengkaji dari segi tingkat gaji yang merupakan sumber yang paling ketara mengakibatkan 'burnout' guru-guru secara umumnya (Fejgin et.al, 1995). Sehubungan itu, guru-guru PJS mungkin boleh dipertimbangkan untuk diklasifikasikan sebagai kelompok 'kritikal' yang setaraf dengan guru-guru teknik dan vokesyenal yang lain, dan di samping itu, cadangan pihak kerajaan untuk mempertimbangkan pembayaran elaun kerja lebih masa di luar waktu bertugas rasmi adalah satu usaha yang memberangsangkan kaum guru.

Akhir sekali, adalah dicadangkan kajian-kajian selanjutnya seharusnya menunjukkan tentang strategi-strategi pengurusan yang berkesan untuk guru-guru PJS supaya tindakan-tindakan dapat dilakukan sama ada oleh guru-guru secara individu, pihak sekolah atau pusat-pusat latihan guru dalam usaha mencegah fenomena 'burnout'. Di samping itu, adalah lebih membantu dalam penyelidikan sekiranya kajian yang berbentuk kuantitatif dan kualitatif digunakan dalam menentukan sikap dan tingkah laku guru-guru. Kajian-kajian yang sedemikian akan dapat mengumpul lebih banyak maklumat tentang 'attribut-attribut' yang membina supaya dapat membantu guru-guru PJS meningkatkan perasaan yang lebih optimistik, energetik, 'gembira' dan kepuasan berkerja.

RUJUKAN

- Abdul Shukor Abdullah. (1996, 14-16 Nov). Penilaian semula situasi pengurusan sekolah. Kertas kerja yang dibentangkan dalam Seminar Nasional Ke-4 Pengurusan Pendidikan di Institut Aminuddin Baki, Genting Highlands, Pahang.
- Amla Mohd Salleh. (1994, 1 Okt). Beban kerja halang kemampuan guru. Berita Harian. Kuala Lumpur: New Straits Times Press. hal.19.
- Austin, D.A. (1981). 'Teachers Burnout Issue'. Journal of Physical Education Recreation and Dance, 52(9), 35-36.
- de Vries, L.A. (1990, 28-29 Sept). 'Pendidikan jasmani dan kesihatan - Satu dilema'. Paper presented at The Physical Education and Sport Sciences Seminar Towards the year 2020 at UPM.
- Campbell, J.P, Dunnette, M.D, Lawler, E.E., & Weick, K.E. (1970). Managerial behavior, performance, and effectiveness. New York : McGraw-Hill.
- Chadwick, B.A, Bahr, H.M., & Albrecht, S.C. (1984). Social Sciences Research Methods New York: Prentice-Hall, Inc.
- Depaepe, J., French, R., & Laray, B. (1985). Burnout symptoms experienced among special physical educators : A descriptive longitudinal study. Adapted Physical Activity Quarterly, 2, 189-196.
- Farber, B.A. (1983). Stress and burnout in the human services profession. New York : Pergamon Press.
- Fejgin, N, Ephraty, N., & Ben-sira, D. (1995). Work environment and burnout of physical education teachers. Journal of Teaching Physical Education . 15. 64-78.
- Freedman, I. (1991). 'High and low burnout schools: school culture aspects of teacher burnout'. The Journal of Educational Research, 84, 325-333.
- Freudenberger, H. (1980). Staff burnout . Journal of Social Issues, 34 (4), 111 – 123
- Freudenberger, H.J., & Richelson, G. (1980), Burnout the high cost & high achievement. New York : Anchor Press.
- Friedman, I.A. (May - June, 1995). Student behaviour patterns contributing to teacher burnout. The Journal of Educational Research. 88(5), 281-288.
- Gay, L.R. (1996). Educational Research : Competencies for analysis and application (5th.ed). New Jersey : Prentice-Hall, Inc.
- Girdano, A.A, Everly, G.S., & Dusek, D.E. (1993). Controlling stress & tension - a holistic approach. New Jersey : Englewood Cliffs.
- Gold, Y., & Roth, R.A. (1993). Teachers managing stress and preventing burnout : The professional health solution. Washington, D.C : The Falmer Press.

- Horton, L. (1984). 'What do we know about teachers burnout?' Journal of Physical Education, Recreation and Dance, 55 (3), 69 -71.
- Ibrahim Ahmad Bajunid. (1995). Peningkatan pelbagai jenis literasi khususnya literasi saintifik dan teknikal : Ke arah pemantapan martabat kepimpinan yang unggul. Jurnal Pengurusan Pendidikan, 4 (2).1-19.
- Isaac, S., & Micheal, W.B. (1984). Handbook in research and evaluation (4th.ed). San Diego, California : EdiTs Publishers.
- Johnson, B.C., & Nelson, J.K. (1986). Practical measurement for evaluation in physical education (4th.ed). USA: Burgess Publishing.
- Mancini, V.A., Wuest, D.A., Valentine, K.W., & Clark, E.K. (1984). The use of instruction and supervision in interaction analysis on burned out teachers : Its effects on teaching behaviors, levels of burnout and academic learning time. Journal of Teaching in Physical Education, 3 (2), 29 - 46.
- Maslach, C., & Jackson, S. (1986). Maslach burnout inventory manual. Palo Alto, CA : Consulting Psychological Press, Inc.
- Taguiri, R. (1968). The concept of organizational climate. In Organizational climate: Exploration of a concept. Taguiri, R. and Litwin, G.H. (Eds). Boston, MA: Harvard University, Division of Research, Graduate School of Business Administration.
- Pastore, D.C., & Judd, M.R. (May-June, 1992). Burnout in coaches of women's team sports. JOPERD, 74 - 79.
- Pines, A. (1982). Changing organizations : Is work environment without burnout an impossible goal ? In W. Paine (ed), Job stress and burnout (PP . 274 - 281). Beverly Hills, CA : Sage.
- Pines, A., & Aronson, E. (1981). Burnout : From tedium to personal growth. New York : Free Press Schwab, R.L Ivanicki , E.F. (1982). Perceived role conflict, role ambiguity and teacher burnout. Educational Administrative Quarterly 18, 60 - 74.
- Sisley, B.L, Capel, S.A., & Desertrain G.S. (1987). 'Preventing & burnout in teacher coaches. Journal of Physical Education, Recreation and Dance, 58 (2), 71 - 75.
- Smith, J.C. (1993). Understanding stress and coping, New York: MacMillan Publishing Company.
- Tuan Sheikh Kamaruddin Sheikh Ahmad. (1994, 14-16 Nov). "Towards High Quality Education Management in Physical Education". Paper Presented at Fourth National Seminar on Educational Management at IAB, Sri Layang, Genting Highland, Pahang .
- Yukl, G.A., & Wexley, K.N.C. (1984). Organization behavior and personnel psychology. Illinois: IRWIN.
- Yusoff Ismail .(1987, Mei). Peranan pendidikan jasmani dalam KBSM. Jurnal Pendidikan, 12, 51 - 60.