

# STRES GURU YANG MENGAJAR SUBJEK REKA BENTUK DAN TEKNOLOGI (RBT) DI SEKOLAH RENDAH DI KUANTAN

NORREZA BINTI MOHD TAHA

Laporan projek ini dikemukakan sebagai memenuhi sebahagian daripada syarat  
penganugerahan Ijazah Sarjana Pendidikan Teknikal  
( Rekabentuk Instruksional dan Teknologi)

Fakulti Pendidikan Teknikal dan Vokasional  
Universiti Tun Hussien Onn Malaysia

JULAI 2014

**UNIVERSITI TUN HUSSEIN ONN MALAYSIA**

## ABSTRAK

Tujuan kajian ini adalah untuk mengenalpasti faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja dalam kalangan guru-guru Rekabentuk dan Teknologi sekolah rendah dalam daerah Kuantan, Pahang. Faktor-faktor yang dikaji ialah tingkah laku pelajar, kekangan masa, kekurangan sumber, sokongan dan penghargaan, hubungan interpersonal dan beban tugas. Kajian berbentuk tinjauan deskriptif yang melibatkan data kuantitatif menggunakan borang soal selidik sebagai instrument kajian. Sampel terdiri daripada guru-guru yang mengajar subjek Rekabentuk dan Teknologi di mana responden adalah seramai 105 orang yang diambil dari keseluruhan populasi. Data dianalisis dengan menggunakan perisian *Winsteps* versi 3.69.1.11 dengan pendekatan Model Pengukuran *Rasch*. Dapatan kajian menunjukkan bahawa stres kerja dalam kalangan guru adalah disebabkan oleh faktor tingkah laku pelajar, kekangan masa, kekurangan sumber, sokongan dan penghargaan, hubungan interpersonal dan beban tugas. Dapatan kajian juga mendapati faktor paling dominan menyumbang kepada stres dalam kalangan guru ialah beban tugas. Hasil analisis kajian menunjukkan tahap stres guru berada pada tahap sederhana bagi semua faktor. Selain itu, dapatan kajian juga menunjukkan terdapat perbezaan tahap stres kerja guru di antara jantina bagi faktor kekangan masa dan hubungan interpersonal. Bagaimanapun, dapatan kajian menunjukkan tidak terdapat perbezaan di antara jantina bagi faktor tingkah laku pelajar, kekurangan sumber, sokongan dan penghargaan dan beban tugas. Hasil analisis juga menunjukkan tidak terdapat perbezaan tahap stres kerja di antara guru-guru berdasarkan kepada pengalaman mengajar. Hasil kajian ini dicadangkan sebagai satu garis panduan kepada pelaksanaan aspek pengurusan stres supaya guru-guru dapat menangani stres seterusnya meningkatkan profesionalisme guru-guru di sekolah.

## ABSTRACT

The purpose of the research was to identify the factors that contributed to stress among the teachers of Rekabentuk dan Teknologi who are currently teaching in primary schools in Kuantan, Pahang. The contribution factors studied were student's attitude, time constrain, lack of sources, appreciation and support, relationships with colleagues and workload. The design of this study is descriptive survey involving quantitative data using a questionnaire as a study instrument. The sample consisted of teachers who teach Rekabentuk dan Teknologi subject in which 105 of the respondents were taken from the whole of the population. Data were analysed using the *Winsteps* version 3.69.1.11 software by *Rasch* measurement model approach. The study showed that the stress among the teachers were caused by student's attitude, time constrain, lack of sources, appreciation and support, relationships with colleagues and workload. The study also showed the most dominant factor contributed to the stress among the respondents was workload. The result of the study showed that the stress level were in moderate level for all the factors. Besides, finding also showed that there was a difference in stress level difference between gender for time constrain and relationships with colleagues factors. However, findings showed that there was no differences between gender for student's attitude, lack of sources, appreciation and support and workload. The study also showed that there were no differences in stress level between teachers based on teaching experience. The results of this study can suggested as a guideline for the implementation of stress management aspect so that teachers can manage stress in other to improve the professionalism of teachers in the school.

## KANDUNGAN

	<b>TAJUK</b>	<b>i</b>
	<b>PENAKUAN</b>	<b>ii</b>
	<b>DEDIKASI</b>	<b>iii</b>
	<b>PENGHARGAAN</b>	<b>iv</b>
	<b>ABSTRAK</b>	<b>v</b>
	<b>ABSTRACT</b>	<b>vi</b>
	<b>KANDUNGAN</b>	<b>vii</b>
	<b>SENARAI JADUAL</b>	<b>xi</b>
	<b>SENARAI RAJAH</b>	<b>xiii</b>
	<b>SENARAI SIMBOL/SINGKATAN/ISTILAH</b>	<b>xiv</b>
	<b>SENARAI LAMPIRAN</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1</b>	<b>PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
	1.1 Pengenalan	1
	1.2 Latar belakang Kajian	4
	1.3 Penyataan Masalah	10
	1.4 Objektif Kajian	11
	1.5 Persoalan Kajian	11
	1.6 Skop Kajian	11
	1.7 Kepentingan Kajian	12
	1.7.1 Guru-Guru RBT	12
	1.7.2 Pentadbir Sekolah	12
	1.7.3 Kementerian Pelajaran Malaysia	13
	1.7.4 Penyelidik-Penyelidik Lain	13

1.8	Kerangka Teori Kajian	14
1.9	Kerangka Konsep Kajian	16
1.10	Definisi Terminologi	21
<b>BAB 2</b>	<b>KAJIAN LITERATUR</b>	<b>25</b>
2.1	Pengenalan	25
2.2	Model Stres	25
2.2.1	Model Stres Kyricaou dan Sutcliffe	26
2.2.2	Model Stres Guru Boyle, Borg, Falzon & Baglioni (1995)	28
2.3	Kajian-Kajian Stres Guru	29
2.3.1	Maksud dan Konsep Stres	29
2.3.2	Kajian-kajian Faktor-Faktor Stres Guru	30
2.3.3	Kesan-Kesan Stres Guru- Guru	37
2.4	Reka Bentuk dan Teknologi (RBT)	39
2.5	Penutup	42
<b>BAB 3</b>	<b>METODOLOGI</b>	<b>44</b>
3.1	Pengenalan	44
3.2	Reka Bentuk Kajian	44
3.3	Populasi dan Sampel	48
3.4	Prosedur Kajian	50
3.5	Instrumen Kajian	51
3.6	Kajian Rintis	54
3.6.1	Kesahan Muka dan Kandungan	55
3.6.2	Kebolehpercayaan dan Indeks Pengasingan	56
3.6.3	Pemeriksaan Terhadap Polariti Item ( <i>Item Polarity</i> )	57
3.6.4	Kesesuaian Item ( <i>Item Fit</i> )	58
3.6.5	Pengukuran Nilai Kolerasi Residual Terpiawai ( <i>Standardized Residual Correlations</i> )	59

3.6.6	Ringkasan Jumlah Item Yang Kekal Dan Digugurkan Bagi Soal Selidik	59
3.7	Analisis Data Kajian Sebenar	61
3.8	Penutup	63
<b>BAB 4</b>	<b>ANALISA DATA</b>	<b>65</b>
4.1	Pengenalan	65
4.2	Analisis Demografi Responden	65
4.2.1	Taburan Responden Mengikut Umur	66
4.2.2	Taburan Responden Mengikut Jantina	67
4.2.3	Taburan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	68
4.3	Analisa Dapatan Kajian	69
4.3.1	Persoalan Kajian 1	70
4.3.2	Persoalan Kajian 2	73
4.3.3	Persoalan Kajian 3	80
4.3.4	Persoalan Kajian 4	81
4.3.5	Persoalan Kajian 5	83
4.4	Penutup	85
<b>BAB 5</b>	<b>RUMUSAN, PERBINCANGAN DAN CADANGAN</b>	<b>86</b>
5.1	Pengenalan	86
5.2	Rumusan Kajian	86
5.3	Perbincangan	87
5.3.1	Perbincangan Dapatan Kajian 1	88
5.3.2	Perbincangan Dapatan Kajian 2	89
5.3.3	Perbincangan Dapatan Kajian 3	92
5.3.4	Perbincangan Dapatan Kajian 4	93
5.3.5	Perbincangan Dapatan Kajian 5	95
5.4	Cadangan Dapatan Kajian	98
5.4.1	Guru-Guru	98
5.4.2	Pentadbir	99
5.4.3	JPN dan PPD	100

5.4.4	KPM	101
5.5	Cadangan Kajian Lanjutan	102
5.6	Penutup	102
<b>RUJUKAN</b>		<b>104</b>
<b>LAMPIRAN</b>		<b>111</b>

## SENARAI JADUAL

3.1	Saiz Populasi Kajian Mengikut Sekolah-Sekolah	49
3.2	Cadangan Pemilihan Saiz Sampel oleh Linacre	49 59
3.3	Pemarkahan Item-Item Skala Likert	52
3.4	Kandungan Soal Selidik Bahagian B	53
3.5	Nilai <i>Alpha Cronbach</i> ( $\alpha$ ) dan Kebolehpercayaan	56
3.6	Nilai Kebolehpercayaan (alpha Cronbach) Kajian Rintis	57
3.7	Kebolehpercayaan Responden Yang Diukur	57
3.8	Kebolehpercayaan Item Yang Diukur	57
3.9	Item-Item Yang Digugurkan dan Nilai Outfit MNSQ	58
3.10	Ringkasan Jumlah Item Yang Kekal Dan Digugurkan	60
3.11	Interpretasi Min Skor	62
3.12	Objektif, Persoalan, Pendekatan dan Kaedah Analisis Kajian	62
4.1	Bilangan dan Peratusan Umur Responden	66
4.2	Analisis Responden Mengikut Jantina	67
4.3	Bilangan dan Peratusan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	69
4.4	Perbandingan Faktor-Faktor Stres Kerja Guru Berdasarkan Kajian	71
4.5	Perbandingan Faktor-Faktor Stres Kerja Guru Melalui Temubual	73



4.6	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Beban Tugas	74
4.7	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Hubungan Personal	75
4.8	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Kekurangan Sumber	76
4.9	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Kekangan Masa	77
4.10	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Tingkah Laku Pelajar	78
4.11	Nilai Ukuran (logit) Bagi Item Sokongan & Penghargaan	79
4.12	Nilai Ukuran (logit) Bagi Setiap Faktor	80
4.13	Nilai Min Skor Bagi Setiap Faktor	81
4.14	Perbezaan Jantina Dengan Konstruk Tingkah Laku Pelajar, Kekurangan Sumber, Sokongan & Penghargaan dan Beban Tugas	82
4.15	Perbezaan Jantina Dengan Konstruk Kekangan Masa Dan Hubungan Interpersonal Menggunakan DGF	82
4.16	Kumpulan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	83
4.17	Analisis Perbezaan Stres Guru Berdasarkan Pengalaman Mengajar	84

**SENARAI RAJAH**

1.1	Kerangka Teori Kajian	16
1.2	Kerangka Konsep Kajian	20
2.1	Model Stres Guru ( Kyriacou dan Sutcliffe,1978a)	27
2.2	Model Stres Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni,1995)	28
3.1	Kerangka Rekabentuk Kajian	47
4.1	Graf Taburan Responden Mengikut Umur	67
4.2	Graf Taburan Responden Mengikut Jantina	68
4.3	Graf Taburan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	69

**SENARAI SIMBOL/SINGKATAN/TATANAMA/ISTILAH**

EMK	-	Elemen Merentasi Kurikulum
DIY	-	Kerja-buat-sendiri ( <i>Do It Yourself</i> )
JPN	-	Jabatan Pendidikan Negeri
KBSR	-	Kurikulum Bersepadu Sekolah Rendah
KH	-	Kemahiran Hidup
KPM	-	Kementerian Pendidikan Malaysia
KSSR	-	Kurikulum Standard Sekolah Rendah
PIBG	-	Persatuan Ibu Bapa dan Guru
PBS	-	Pentaksiran Berasaskan Sekolah
PPD	-	Pejabat Pelajaran Daerah
RBT	-	Rekabentuk dan Teknologi
SPBT	-	Skim Pinjaman Buku Teks
TMK	-	Teknologi Maklumat dan Komunikasi
$\alpha$	-	alpha
$<$	-	nilai yang lebih kecil
$\geq$	-	nilai yang lebih besar atau sama dengan

**SENARAI LAMPIRAN**

A	Pengesahan Pakar	111
B	Surat Menjalankan Kajian	117
C	Soal Selidik Kajian Rintis	121
D	Soal Selidik Kajian Sebenar	131
E	Analisis Data Kajian Rintis	139
F	Analisis Dapatan Kajian Sebenar	143
G	Carta Pelaksanaan Projek Sarjana	148

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Pengenalan**

Stres didefinisikan sebagai satu tindakbalas fisiologikal dan psikologikal ke atas permintaan terhadap seseorang seperti yang dinyatakan oleh Md Suandi (2008), Beliau juga menyatakan stres membawa maksud tindakbalas dan bukan rangsangan atau tuntutan. Tindakbalas ini adalah termasuklah dari aspek fizikal, psikologi dan sosial. Menurut Abdul Jalal (2010), stres merupakan suatu tindakbalas yang sering dikaitkan dengan hal-hal yang negatif seperti gila, gelisah, tertekan, tidak mampu berfikir, jiwa yang resah, pemarah dan hal-hal negatif yang lain. Bagi kebanyakan orang, stres menyebabkan perubahan psikologi dan tingkah laku. Ini bermaksud, stres yang melanda seseorang akan menyebabkan fikiran dan fizikal individu tersebut bertindak balas mengikut keadaan dan tahap stres tersebut (John, 2007).

Menurut Seyle (1976) terdapat dua jenis stres, iaitu stres positif yang dikenali *eustress* dan negatif yang dikenali sebagai *distress*. Seseorang individu memerlukan *eustres* untuk mendorong dirinya melakukan sesuatu tugas sehingga berjaya seterusnya dapat meningkatkan prestasi kerjanya. *Eustress* merupakan stres yang baik kerana ia akan menghasilkan tindakbalas positif, misalnya seseorang itu akan menjadi lebih bersemangat untuk melaksanakan tanggungjawab mereka dengan sempurna. Manakala *distress* merupakan rangsangan yang menyebabkan seseorang merasa sakit atau kecewa. Ia merupakan peneguhan negatif yang menyebabkan rasa kecewa atau putus asa dalam melakukan sesuatu tugas. Misalnya, *distress* yang tidak dapat dikawal akan boleh membuatkan seseorang itu mengalami kesugulan, marah, ketegangan, putus harapan, keinginan membunuh diri dan lain-lain yang memudaratkan. Stres berlaku apabila tuntutan seseorang itu tidak setanding dengan

kebolehan atau kemampuan kemahiran daya tindakannya. Faktor yang boleh menyebabkan stres boleh dibahagikan kepada empat kategori utama iaitu faktor yang terdapat dalam diri sendiri, psikologi, biologi dan sosial. Fauziah dan Akmalias *et al.* (2002) menjelaskan bahawa *eustress* ialah stres yang menyeronokkan disebabkan oleh peristiwa yang positif, manakala *distress* ialah stres yang mengecewakan disebabkan oleh peristiwa yang negatif.

Stres wujud apabila tekanan mencapai satu peringkat di luar kawalan, misalnya menimbulkan gangguan kepada guru bukan sahaja kepada psikologi malah juga fizikal. Raja Ali (2011) menjelaskan bahawa tindak balas stres adalah merangkumi tindak balas psikologikal iaitu keletihan dan kemurungan, fisiologikal iaitu sakit kepala dan tekanan darah tinggi dan berkaitan dengan tingkah laku iaitu pengambilan alkohol, merokok, gaya hidup dan masalah tidur. Kehidupan manusia pada alaf ini amat mencabar dan kompleks. Kepelbagaian kehidupan ini menyebabkan munculnya sindrom yang menyerang manusia iaitu stres. Menurut Sidi dan Shaharom, (2002) stres merupakan sebahagian daripada kehidupan manusia sejak dahulu lagi tanpa disedari dan ia sentiasa berubah mengikut peredaran masa.

Kebanyakan dari kita hanya mengetahui atau menganggap stres dari aspek yang negatifnya sahaja (Hassan, 2008). Ini termasuklah kecenderungan untuk melakukan keganasan serta meningkatkan risiko penyakit mental. Tetapi jika dilihat dari satu aspek lagi, sebenarnya stres juga mempunyai kebaikan apatah lagi dalam kehidupan yang serba moden dan canggih kini. Stres biasanya merupakan pengalaman manusia yang tidak menyeronokkan. Walaubagaimanapun, semuanya bergantung kepada kekuatan mental dan fizikal seseorang individu untuk menyerap dan menerima stres samaada secara positif atau sebaliknya. Maka, stres hendaklah dikawal dengan emosi dan minda yang sihat agar apabila seseorang individu berhadapan dengan stres, ia dapat diuruskan dengan terkawal seterusnya kesan negatif berjaya dielakkan dengan baik.

Stres kerja pula merupakan cabaran utama terhadap kesihatan pekerja dan memberi kesan yang mendalam kepada sesebuah organisasi. Pekerja yang mengalami stres akan menjadi tidak sihat, kurang bermotivasi, kurang produktif dan tidak mengamalkan etika keselamatan ketika bekerja (John Burung, 2011). Dalam sesebuah organisasi, majikan tidak dapat melindungi pekerja-pekerjanya daripada stres ketika pekerja-pekerja berada di luar tempat kerja tetapi majikan masih boleh membantu mengurangkan stres ketika pekerja-pekerja berada di tempat kerja. Stres

kerja adalah faktor terpenting yang akan memberi kesan kepada produktiviti sesebuah organisasi dan *performance* individu melalui gangguan emosi, mental, tingkah laku dan fisiologi. Oleh itu, pengurusan kerja yang baik oleh pentadbiran adalah satu cara yang paling berkesan untuk mengelakkan berlakunya stres dalam kalangan pekerja-pekerja di tempat kerja bagi sesebuah organisasi.

Stres dalam kalangan guru adalah pengalaman guru terhadap emosi yang tidak diingini seperti tekanan, kekecewaan, kebimbangan, kemarahan dan kemurungan akibat daripada tugasnya sebagai seorang guru (Sipon, 2007). Masyarakat juga harus sedar bahawa, tugas guru bukanlah semata-mata di dalam bilik darjah, mengajar, membimbing dan mendidik. Tugas guru hari ini turut merangkumi tugas di luar bilik darjah dan juga di luar waktu persekolahan. Menurut Lemaire (2009), guru-guru kini terlalu dibebankan dengan tugas-tugas yang tidak berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran seperti aktiviti ko-kurikulum, menghadiri mesyuarat, mengendalikan program-program pelajar, mengurus karenah dan kebajikan pelajar serta tugas-tugas pengurusan.

Abu Bakar (2005) pula menyatakan arus pendidikan hari ini semakin mendesak para profesional pendidikan untuk bekerja keras dan lebih masa demi mencapai matlamat dalam pendidikan. Oleh itu, bagi memenuhi tuntutan yang tinggi dalam dunia pendidikan, guru-guru pula semakin berasa tertekan dalam menghadapi pelaksanaan pelbagai reformasi dalam sistem pendidikan negara. Guru-guru terpaksa menghadapi pelbagai program baru yang telah diperkenalkan samada di peringkat sekolah menengah dan sekolah rendah seperti pelaksanaan kurikulum dan pengajaran yang berteraskan teknologi maklumat. Perubahan demi perubahan yang dilaksanakan secara tidak langsung menyebabkan stres dalam kalangan guru-guru. Nobile dan McCormick (2005) menjelaskan stres yang dihadapi oleh guru akan memberi kesan kepada emosi, psikosomatik dan fizikal. Justeru, guru perlu mengawal stres yang dialami melalui pengurusan stres yang berkesan.

Jumahat *et al.* (2013) menegaskan, memandangkan peningkatan kualiti dan kecemerlangan pendidikan amat bergantung kepada golongan pendidik iaitu guru-guru, maka, sewajarnya pihak-pihak seperti sekolah, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pelajaran Malaysia perlu peka dengan permasalahan stres yang dihadapi oleh golongan ini. Ini disebabkan golongan guru telah diklasifikasikan sebagai golongan terpenting yang dipertanggungjawabkan untuk merealisasikan impian dan matlamat negara untuk menjadi sebuah negara maju menjelang 2020.

Selain itu, tindakan yang diambil juga adalah amat penting dalam usaha memastikan tahap kesihatan mental dan fizikal serta kepuasan kerja guru berada dalam keadaan yang baik demi melahirkan guru-guru yang berkualiti tinggi. Seterusnya guru yang berkualiti tinggi ini berupaya menyumbang kepada keberkesanan mutu pendidikan yang mantap demi melahirkan generasi yang gemilang serta mampu merealisasikan wawasan 2020.

## **1.2 Latar Belakang Kajian**

Menurut Sipon (2007), stres yang berlaku dalam kalangan guru memang berkecenderungan untuk menyebabkan guru berada dalam kemurungan, kekecewaan dan kebimbangan. Keadaan ini akan menjejaskan kualiti pendidikan dan juga profesion perguruan seterusnya akan membantutkan usaha mewujudkan sebuah masyarakat yang mampu membawa Malaysia ke tahap kecemerlangan dan kegemilangan mutu pendidikan. Royo dan Fun (2007) mendapati bahawa stres dalam kalangan guru sememangnya mengganggu gaya hidup dan kesejahteraan hidup seseorang guru, seterusnya akan mengganggu prestasi kerja dan output mereka dalam bidang pendidikan.

Pelajar-pelajar kini dikatakan menghadapi keruntuhan moral yang semakin meruncing dan masalah ini menuntut guru bertanggungjawab sebagai pembentuk akhlak pelajar supaya memberi tunjuk ajar, nasihat dan teguran yang lebih efektif kepada pelajar (Sulaiman, 2003). Pada zaman serba canggih dan moden ini, pelajar-pelajar amat terdedah dengan kehidupan yang sosial. Keadaan ini membawa kepada masalah sikap dan disiplin pelajar yang negatif. Pelajar-pelajar masa kini lebih bersikap agresif dan tidak menghormati orang lain bukan sahaja ibubapa di rumah malah guru-guru di sekolah. Sebagai contoh, ada segelintir guru yang ditendang dan dibuli oleh pelajar mereka sendiri kerana tidak berpuas hati dengan guru tersebut. Ini jelas membuktikan sikap pelajar yang semakin buruk dan mengalami kerosakan akhlak.

Abu Bakar *et al.* (2005) pula menyatakan bahawa salah laku pelajar yang berlaku seperti ponteng kelas, bising, bertindak biadap terhadap guru, melanggar peraturan sekolah, bergaduh, tidak menyerahkan kerja sekolah dan sebagainya merupakan satu punca yang menyebabkan stres dalam kalangan guru. Oleh itu, jelaslah fenomena keruntuhan akhlak ini memerlukan guru bukan sahaja terhad



kepada mengajar, mendidik dan membimbing sahaja, malah mereka juga mempunyai peranan yang paling besar iaitu terlibat dalam mengawal keseimbangan moral pelajar-pelajar. Tanggungjawab seorang guru juga semakin bertambah tidak seperti dulu lagi kerana tugas dan tanggungjawab guru semakin berat untuk memastikan disiplin dan sikap pelajar sentiasa terkawal. Oleh itu, faktor sikap dan disiplin pelajar ini telah dikenalpasti antara punca utama yang menyumbang kepada stres. Ini kerana sikap dan disiplin pelajar sangat mempengaruhi kestabilan emosi guru samada kesan *eustress* atau *distress*.

Salah laku pelajar merupakan cabaran kerana guru terpaksa berhadapan dengan pelbagai karenah pelajar dan dalam masa yang sama mereka juga terpaksa melaksanakan tugas lain yang memang menjadi rutin tugas seharian mereka. Yahaya *et al.* (2010) menjelaskan faktor salah laku atau disiplin pelajar adalah satu punca stres kerja dalam kalangan guru. Misalnya, guru Reka Bentuk dan Teknologi (RBT) bukan sahaja terpaksa membuat persediaan mengajar, menyemak kerja bertulis pelajar, membuat kerja-kerja dalam bengkel RBT, menaip soalan ujian dan peperiksaan, menyelia aktiviti kurikulum dan kokurikulum, menghadiri mesyuarat, kursus, malah mereka juga perlu menyelesaikan masalah disiplin pelajar, mengurus hal ehwal kebajikan pelajar dan melayan pelbagai jenis karenah dan sikap pelajar. Maka, dalam usaha guru melayan keperluan dan kehendak pelajar-pelajar, guru terpaksa bersabar menghadapi pelbagai tekanan, kebimbangan dan desakan emosi kerana setiap hari guru tidak dapat mengelak daripada berdepan dengan karenah pelajar-pelajar yang berlainan watak dan pelbagai gaya pembelajaran.

Walaupun guru terikat dengan tugas-tugas khas profesionnya, namun mereka juga sering dibeban dengan pelbagai tugas sampingan yang akhirnya menyebabkan mereka tertekan akibat kekangan masa. Kekangan masa bermaksud kekurangan masa guru untuk mengajar, menghabiskan sukatan pelajaran yang diajar, melayan atau mendengar masalah pelajar di dalam kelas dan masa rehat yang singkat. Ada juga kalangan guru RBT mengajar tahap satu dan mereka terlibat dengan sistem Pentaksiran Berasaskan Sekolah (PBS). Oleh kerana Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) ini masih diperingkat awal pelaksanaannya, jadi banyak kursus yang menuntut guru RBT terpaksa meninggalkan kelas dalam tempoh agak lama untuk menghadiri kursus berkaitan. Setelah tamat kursus, guru perlu menyiapkan tugas yang tertangguh sebelum ini. Ini tentunya akan menambahkan lagi stres kerja kepada guru tersebut. Royo dan Fun (2010) menegaskan bahawa sememangnya tidak dapat

dinafikan yang faktor kekangan masa merupakan tahap stres kerja yang tertinggi dalam sebilangan besar golongan pendidik berbanding dengan faktor lain.

Selain itu, menurut Toha (2003), guru sering menghadapi masalah stres dalam kerjaya kerana mereka sering mendapat tugas yang terlalu banyak dalam satu-satu masa yang terhad atau setiap tugas mempunyai tarikh tamat yang hampir sama. Oleh itu guru terpaksa mengejar masa untuk menyiapkan tugasnya. Berlakunya perubahan dan inovasi pendidikan juga telah menyebabkan guru terpaksa bergerak pantas untuk meletakkan diri seiring dengan perubahan bentuk tugas pengajaran dan pembelajaran, aktiviti kokurikulum dan tugas-tugas perkeranian. Dalam konteks kekangan masa ini, sistem PBS yang masih di peringkat percubaan bukan sahaja memerlukan mereka terpaksa untuk menghadiri pelbagai kursus, seminar dan bengkel, malah mereka dituntut pula untuk memberi pendedahan kepada guru-guru lain pula berhubung dengan sistem tersebut. Kemudiannya, mereka dikehendaki untuk melakukan pelbagai tugas-tugas yang berkaitan dengan sistem tersebut.

Oleh itu, guru RBT yang terlibat dengan sistem tersebut perlu melaksanakan kerja-kerja yang berkaitan dengan sistem PBS, misalnya, memasukkan data secara online, menyediakan eviden, menyemak eviden, mengemaskini fail perkembangan murid dan sebagainya. Keadaan ini akan menyumbang kepada kesuntukan masa guru-guru RBT kerana pentaksirannya dijalankan sepanjang tahun. Secara tidak langsung, ini akan menambah masa kerja guru RBT dan sekaligus meningkatkan stres. Tinjauan awal dalam terhadap masalah ini mendapati bahawa kebanyakan mereka memang menghadapi kekangan masa yang sangat memberi impak kepada stres guru. Pengkaji telah menjalankan satu temubual untuk membuktikan bahawa masalah kesuntukan masa atau kekangan masa sememangnya wujud dalam kalangan guru-guru RBT yang juga mengajar subjek KSSR. Antara temubual tersebut adalah seperti berikut:

*“... macam saya, selain dari mengajar RBT, saya ada juga mengajar subjek Bahasa Melayu tahun 3, jadi saya juga kena peruntukkan masa untuk melaksanakan pentaksiran PBS yang agak lama dan perlu perhatian secara holistik kepada setiap pelajar...data pelajar juga perlu dikemaskini mengikut individu dalam tahun semasa...mana saya sempat... mana nak buat PBS, mana nak mengajar RBT lagi, sudahlah RBT cuma ada masa seminggu sekali je..*

(Guru 1)

Faktor seterusnya yang dikenalpasti menjadi punca guru stres adalah kekurangan sumber. Faktor ini termasuklah kekurangan kemudahan bengkel untuk tujuan latihan amali, bahan dan peralatan dalam bengkel RBT tidak lengkap dan juga kekurangan bahan bantu mengajar yang diperlukan. Menurut Pheng (2011), sesetengah guru-guru bengkel tidak dapat menguruskan bengkel dengan sistematik. Ini kerana sesetengah sekolah tidak memperuntukkan masa secara rasmi di dalam jadual induk sekolah supaya guru-guru RBT dapat menggunakan dan mengurus bengkel secara berkala. Selain itu, dalam konteks kekangan sumber ini, rata-rata bengkel RBT tidak mempunyai alatan yang mencukupi dan bahan bantu mengajar yang amat terhad sedangkan kebanyakan kerja amali pelajar perlu dijalankan secara individu. Pengkaji telah menemubual guru-guru RBT untuk mendapatkan bukti wujudnya masalah kekurangan sumber ini dan mendapati responden mengakui bahawa kekangan sumber ini menyumbang kepada stres guru-guru RBT. Hasil temubual pengkaji terhadap responden berkenaan masalah kekangan sumber adalah seperti berikut :

*"... bahan bantu mengajar dalam bengkel tak cukup, saya minta dengan panitia kadang-kadang lambat... kalau ada pun tak cukup... amali pelajar nak buat secara individu... macam mana nak habis sukatan cepat kalau bahan tak cukup...tu yang menyebabkan saya stres..."*

(Guru 2)

*"Di bengkel, alatan tangan ada... tapi masih tak cukup... mesin ada, tapi banyak yang rosak... macam mana nak guna untuk kerja amali pelajar secara individu...tu yang saya rasa terbeban tu..."*

(Guru 3)

Faktor seterusnya yang dikenalpasti menyumbang kepada stres guru juga adalah penghargaan dan sokongan. Kamaruddin (2007) menjelaskan bahawa faktor penghargaan juga merupakan punca yang boleh menyebabkan stres kerja kepada guru. Menurut beliau, penghargaan merujuk kepada penghargaan yang sepatutnya diberikan kepada guru-guru yang rajin, berdedikasi, dan cemerlang dalam akademik dan kokurikulum. Walaubagaimanapun, ada sesetengah guru-guru yang benar-benar memberi komitmen yang tinggi dalam pengajaran dan pembelajaran, namun

penghargaan yang sewajarnya masih belum diberi kepada guru tersebut. Selain itu, terdapat guru-guru yang tidak berpeluang untuk kenaikan pangkat dan masih tidak diiktiraf senioritinya untuk memegang sesuatu jawatan. Seseengah pandangan, pendapat dan suara guru-guru terhadap kebaikan sekolah tidak dihargai atau kurang mendapat perhatian daripada pihak pentadbiran sekolah. Ini juga menimbulkan perasaan tersinggung, tidak bersemangat untuk bekerja dan kecewa sehingga menyebabkan guru-guru itu menjadi kurang proaktif lagi.

Dalam bidang pendidikan, satu faktor yang dikenalpasti banyak menyumbang kepada kewujudan stres dalam kalangan guru adalah beban tugas. Ini kerana selain tugas mengajar, guru dibebankan dengan pelbagai tugas pentadbiran yang telah menjadi rutin pekerjaan mereka, pengurusan pelajar-pelajar dan sebagainya (Yahaya dan Ramli, *et al.* 2007). Secara umumnya, beban tugas boleh dibahagikan kepada beberapa kategori iaitu tugas hakiki guru, tugas sebagai guru kelas, tugas guru sebagai ketua panitia, tugas guru sebagai jurulatih daerah samada kurikulum atau kokurikulum dan tugas guru yang memegang pelbagai jenis jawatan. Ini menunjukkan bahawa seseorang guru bukan sahaja terpaksa menjalankan pelbagai tugas hakiki mereka seperti melaksanakan pengajaran dan pembelajaran, menyediakan persediaan mengajar, menyemak hasil kerja pelajar, melaksanakan pentaksiran PBS, mengisi borang, memasukkan pelbagai data secara online, menyediakan soalan ujian atau peperiksaan, mengurus hal ehwal kebajikan pelajar, mengutip yuran, memberi bimbingan dan kaunseling, malah mereka juga melakukan pelbagai tugas di luar kelas dan di luar sekolah.

Pelbagai tugas di luar kelas seperti pembaikan kerosakan kecil dan penyelenggaraan bangunan atau peralatan sekolah juga terpaksa dilakukan oleh guru-guru. Tugas-tugas ini menuntut masa guru yang panjang untuk melaksanakannya di samping tugas memberi tumpuan kepada proses pengajaran dan pembelajaran. Bagi guru yang memegang jawatan guru kelas pula, guru terpaksa melakukan pelbagai tugas tambahan selain daripada tugas hakiki guru biasa di atas, misalnya mengutip yuran, mengemaskini kedatangan pelajar, menyediakan laporan prestasi untuk setiap pelajar, menguruskan fail-fail pelajar, mengemaskini maklumat pelajar secara online, menghias dan menceriakan kelas dan lain-lain lagi bagi memajukan pelajarannya. Kamarudin (2007) menjelaskan bahawa beban tugas yang berlebihan sering dikaitkan dengan kekurangan kakitangan sokongan yang menyebabkan guru terpaksa melakukan juga kerja-kerja perkeranian seperti mengisi borang, menyediakan sistem

fail, memungut yuran dan kerja-kerja pentadbiran lain yang bukan di dalam bidang tugas pengajaran dan pembelajaran.

Guru yang memegang pelbagai jawatan juga bukan sahaja perlu melaksanakan tugas-tugas tersebut di sekolah malah mereka juga terpaksa menghadiri kursus-kursus berkaitan dengan tugas masing-masing. Seseengah guru yang menjadi jurulatih pula bukan sahaja perlu menghadiri pelbagai jenis program di peringkat daerah malah peringkat negeri. Ini memerlukan guru terpaksa melakukan pelbagai tugas lain yang sudah tentu menuntut guru-guru tersebut meninggalkan sekolah dalam tempoh yang agak lama. Abu Bakar *et al.* (2005) menyatakan kebiasaannya, seseorang guru diberi beberapa tugas seperti guru disiplin, guru rumah sukan, guru penasihat persatuan, guru komputer, ketua panitia, guru keselamatan, guru kelas dan guru Skim Pinjaman Buku Teks (SPBT). Ini menuntut guru terpaksa melaksanakan lebih atau lambakan pelbagai tugasan. Begitu juga bagi guru-guru yang memegang pelbagai jawatan lain seperti ketua panitia, setiausaha Persatuan Ibu Bapa dan Guru (PIBG), ketua penasihat kelab atau persatuan, guru-guru terpaksa melakukan lagi pelbagai tugas di luar kelas, misalnya pengurusan fail panitia atau fail persatuan, membuat tempahan barangan dan peralatan bengkel atau bilik-bilik khas, membuat pelan landskap keceriaan atau bengkel dan lain-lain.

Menurut Pheng (2011), masa luang guru juga kerap digunakan untuk masuk ke kelas-kelas kerana menggantikan guru-guru lain yang tidak hadir. Keadaan ini merupakan satu lagi beban tugas guru-guru kerana mereka tidak dapat menggunakan masa luang yang sepatutnya ada untuk membuat persediaan mengajar atau menyelesaikan tugas sendiri yang lebih penting. Selain itu, guru juga dibebani dengan kerja-kerja di luar bidang pengajaran dan pembelajaran kerana mereka juga perlu melaksanakan pelbagai aktiviti kokurikulum mahupun kurikulum di sepanjang tahun. Seseengah guru RBT juga diberikan tugas mengajar subjek lain bagi pelajar tahap satu. Ini menuntut mereka melaksanakan dasar kurikulum baru iaitu KSSR dan memerlukan mereka terlibat dengan sistem PBS. Untuk itu, pengkaji juga telah menjalankan temubual dengan beberapa orang guru-guru RBT untuk mendapatkan bukti bahawa beban tugas guru ini sememangnya wujud dan merupakan punca yang banyak mempengaruhi stres kerja mereka. Dapatan tinjauan awal melalui temubual tersebut mendapati masalah ini telah diperakui oleh beberapa orang responden dalam kajian ini. Antara hasil temubual tersebut adalah seperti berikut:

*" Walaupun saya mengajar subjek RBT, saya juga ada mengajar subjek lain, sebab tu saya rasa sangat terbeban, tambahan pula saya banyak membuat kerja-kerja di luar bidang P&P...mana nak semak buku pelajar...mana nak mengajar lagi, pengurusan fail lagi...semuanya membebankan..."*

(Guru 4)

*" Di sekolah ni terlalu banyak dokumen pelajar dan pentaksiran dalam pelaksanaan PBS...macam saya bukan saja mengajar malah kena juga buat kerja-kerja membaik pulih alatan perabot...bila masa nak siapkan kerja-kerja yang banyak tu dengan segera...kadang kala rasa terbeban dibuatnya..."*

(Guru 5)

*"... saya juga kena guru kelas, jadi mana nak ceriakan kelas lagi, mana nak ceriakan bengkel lagi, mana nak buat persediaan mengajar lagi.. memang kelam kabut dibuatnya, kerja sentiasa bertimbun-timbun... selesai satu...satu datang...tak sempat nak mengajar betul-betul "*

(Guru 6)

### **1.3 Penyataan Masalah**

Berdasarkan kepada hasil perbincangan di dalam latar belakang kajian di atas, pengkaji mendapati terdapat beberapa permasalahan yang dihadapi oleh guru yang mengajar subjek RBT. Masalah yang telah dikenalpasti ialah stres dalam kalangan guru RBT yang disebabkan oleh faktor-faktor yang dikenalpasti telah menyumbang kepada masalah ini iaitu pelajar, kekangan masa, kekurangan sumber, penghargaan dan sokongan, hubungan interpersonal dan beban tugas guru. Menurut Yahaya dan Nik Husain (2005), permasalahan stres yang selalu mengganggu dan menimbulkan implikasi negatif kepada guru-guru perlu dikenalpasti faktor-faktor penyebabnya dan faktor manakah yang paling dominan. Ia penting untuk guru-guru bersedia dan mengambil langkah awal menanganinya. Keseriusan masalah stres ini tanpa menyelidik faktor penyebabnya akan menyukarkan proses penyelesaian kepada masalah ini. Oleh yang demikian, pengkaji mendapati satu kajian perlu dijalankan untuk mengenalpasti faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru RBT yang mengajar di sekolah rendah di daerah Kuantan, Pahang.

#### **1.4 Objektif Kajian**

Objektif kajian ini adalah seperti berikut:

1. Mengenalpasti faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah.
2. Mengenalpasti faktor paling dominan yang menyebabkan stres kerja guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah.
3. Mengenalpasti tahap stres guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah bagi setiap faktor.
4. Mengenalpasti sama ada terdapat perbezaan stres guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah berdasarkan kepada demografi.

#### **1.5 Persoalan Kajian**

Persoalan-persoalan dalam kajian ini adalah seperti berikut:

1. Apakah faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja terhadap guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah ?
2. Apakah faktor paling dominan yang menyebabkan stres kerja terhadap guru yang mengajar Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah?
3. Apakah tahap stres guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah bagi setiap faktor?
4. Adakah terdapat perbezaan stres guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah berdasarkan kepada faktor jantina?
5. Adakah terdapat perbezaan stres guru yang mengajar subjek Reka Bentuk dan Teknologi di sekolah rendah berdasarkan kepada faktor pengalaman mengajar?

#### **1.6 Skop Kajian**

Kajian ini memberi fokus kepada faktor-faktor yang menyebabkan guru RBT mengalami stres kerja dalam profesion mereka. Selain itu, kajian ini juga memberi fokus kepada faktor stres manakah paling dominan yang menyebabkan stres kerja dalam kalangan guru RBT, tahap stres guru-guru RBT bagi setiap faktor dan perbezaan stres guru berdasarkan data demografi iaitu jantina dan pengalaman mengajar. Responden yang terlibat dalam kajian ini merupakan guru-guru yang mengajar subjek RBT di sekolah-sekolah rendah dalam daerah Kuantan, Pahang.

## **1.7 Kepentingan kajian**

Tujuan utama kajian ini adalah untuk mengenalpasti faktor-faktor stres, faktor paling domain, tahap stres bagi setiap faktor, perbezaan tahap stres mengikut jantina dan pengalaman mengajar dalam kalangan guru-guru yang mengajar subjek RBT di sekolah rendah dalam daerah Kuantan, Pahang. Oleh itu, adalah diharapkan dapatan kajian ini dapat dijadikan sebahagian panduan kepada semua pihak yang berkepentingan agar lebih peka dan dapat mengatur strategi tertentu untuk mengurangkan, mengelakkan dan mengatasi masalah stres kerja di kalangan guru RBT dan seterusnya meningkatkan produktiviti kerja mereka. Antara kepentingan-kepentingan tersebut adalah untuk pihak-pihak yang terlibat seperti berikut :

### **1.7.1 Guru-Guru RBT**

Kajian ini diharapkan dapat menjadi panduan berguna kepada guru-guru khususnya guru RBT yang memikul tanggungjawab besar bagi menyempurnakan tugas mereka. Segala maklumat yang diperolehi daripada kajian ini mempunyai kepentingan yang tersendiri agar dapat memperbaiki kelemahan yang sedia ada. Mereka juga diharapkan dapat menilai tahap stres yang dialami dan sentiasa mengambil langkah berjaga-jaga bagi mengelakkan stres melalui perancangan awal. Selain itu, dapatan kajian ini diharapkan dapat memberi panduan dan maklumat kepada guru RBT tentang cara-cara menangani stres dengan berkesan. Ini penting agar guru RBT yang sering mengalami stres dapat mengelakkan penurunan prestasi kerja mereka. Seterusnya dapat membebaskan diri daripada stres yang melampau bagi meningkatkan produktiviti dan menghasilkan perkhidmatan yang cemerlang dalam profesion perguruan. Akhir sekali, ia juga diharapkan dapat dijadikan sebagai panduan kepada guru dan sekolah dalam merancang satu proses pengajaran dan pembelajaran yang berkesan bagi membolehkan pelajar menguasai konsep dan isi pelajaran dengan baik dan mudah.

### **1.7.2 Pentadbir Sekolah**

Kajian ini diharapkan dapat membantu pihak pentadbir sekolah yang terlibat untuk mengenalpasti guru-guru RBT mengalami masalah stres. Ini kerana corak



pentadbiran sesebuah sekolah amat mempengaruhi stres kerja dalam kalangan guru. Pihak sekolah juga dapat mengenal pasti masalah yang dihadapi oleh guru RBT, punca-punca guru RBT stres dan seterusnya akan dapat memberikan pertimbangan yang sewajarnya kepada guru RBT yang terlibat dengan mengambil kira masalah guru ketika merancang pelbagai program supaya stres guru dapat diatasi. Pihak sekolah juga dapat berusaha lagi ke arah meningkatkan mutu pengajaran dan pembelajaran RBT dan memastikan keperluan atau segala kemudahan kelengkapan di bengkel RBT sekolah masing-masing mencukupi. Ini dapat membantu guru melaksanakan tugas dengan lebih lancar tanpa stres seterusnya melahirkan guru-guru yang berkualiti. Selain itu, apabila pihak sekolah memahami kelemahan pengurusan sekolah, langkah-langkah penambahbaikan akan dilakukan agar dapat mengurangkan stres guru. Hasilnya guru-guru akan berasa lebih selesa apabila berurusan dengan pihak pentadbir dan dapat menumpukan tugas-tugas yang diamanahkan.

### **1.7.3 Kementerian Pelajaran Malaysia ( KPM )**

Diharapkan juga agar dapatan kajian ini akan dapat meningkatkan kesedaran pihak Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM) agar dapat mengambil sebarang tindakan bagi mengatasi masalah stres kerja di kalangan warga pendidik. Misalnya, pihak KPM juga dapat mengadakan pelbagai program atau aktiviti yang bersesuaian bagi mengatasi masalah stres yang dihadapi oleh guru RBT. Diharapkan juga dapatan kajian ini dapat dijadikan panduan kepada pihak KPM agar lebih peka dan dapat mengatur strategi tertentu bagi mengurangkan stres kerja yang dihadapi oleh warga pendidik. Hasil dapatan kajian ini juga dapat memberi input yang berguna kepada pihak KPM tentang faktor-faktor stres yang menyumbang kepada stres kerja guru dan tahap stres dalam kalangan guru-guru. Ini memudahkan pihak KPM untuk merangka program besar yang melibatkan guru-guru tanpa menambahkan stres malah dapat memberi kesan positif kepada guru-guru khususnya guru RBT.

### **1.7.4 Penyelidik-Penyelidik Lain**

Dapatan kajian ini juga diharapkan akan dapat menambahkan literatur kajian yang lebih mendalam dalam bidang pendidikan mengenai stres kerja dalam kalangan guru-guru di Malaysia. Diharapkan juga ini akan dapat dijadikan sebagai panduan dan

perkongsian ilmu dalam kalangan pengkaji-pengkaji akan datang seterusnya membantu mereka untuk menjalankan kajian dengan lebih lengkap dan sempurna.

## **1.9 Kerangka Teori Kajian**

Kajian yang dijalankan ini berpandukan kepada model-model stres yang biasanya dijadikan asas bagi kajian-kajian yang berkaitan dengan stres. Model yang dipilih, adalah berdasarkan kepada kepentingan di dalam pembinaan instrumen oleh pengkaji. Berdasarkan kepentingan inilah, maka model-model yang berkaitan dengan stres guru iaitu model punca-punca stres pekerjaan guru dinyatakan di dalam bab ini. Lantaran itu, Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) dan Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995) digunakan sebagai model yang penting sebagai panduan untuk membina instrumen-instrumen dalam kajian ini.

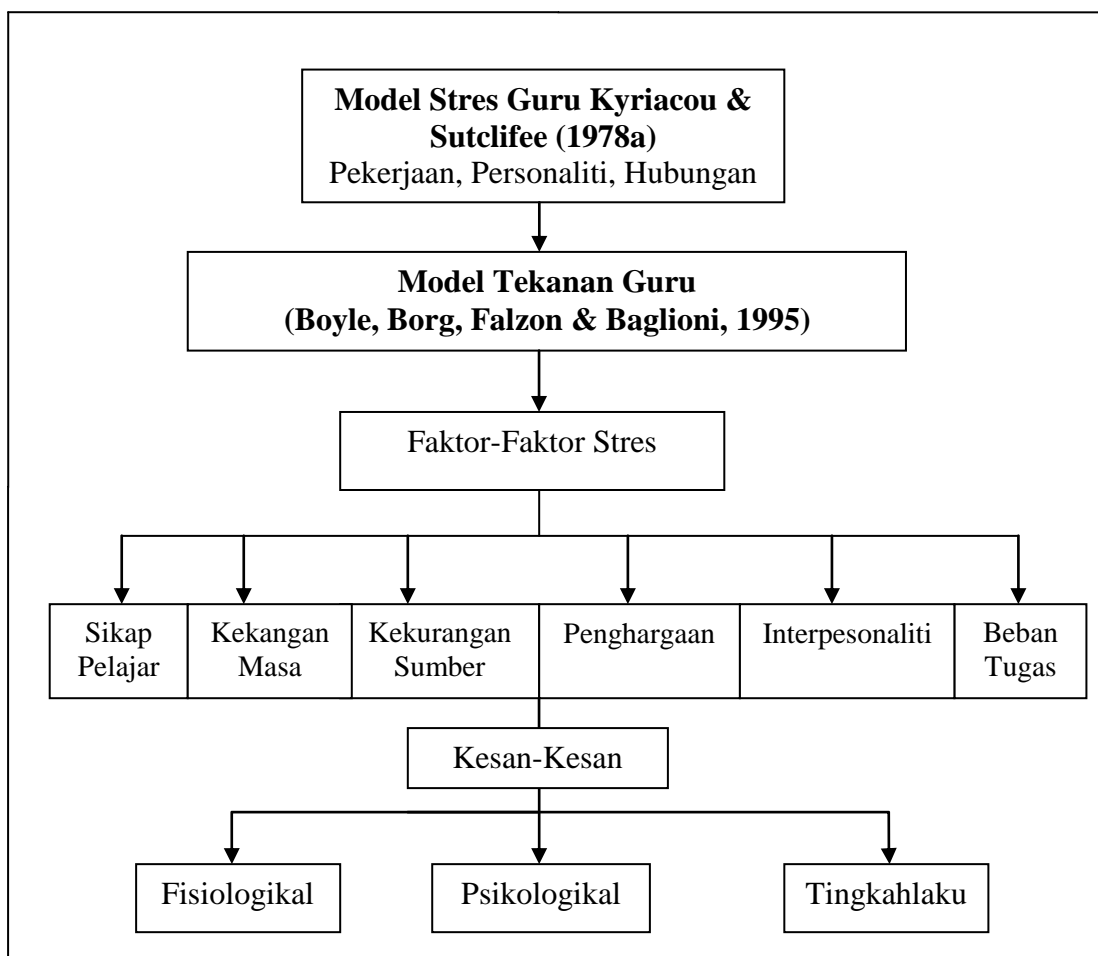
Kerangka Teori Kajian ini juga menerangkan tentang punca-punca stres yang berlaku dalam kalangan guru. Oleh itu, bagi mendapatkan punca-punca stres yang merangkumi keseluruhan kehidupan guru, maka Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) telah dipilih untuk mendapatkan penjelasan tentang punca stres dari aspek-aspek gaya hidup, peristiwa dan persekitaran. Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) menjelaskan bahawa model ini membezakan antara punca stres kerja guru berpotensi daripada punca stres kerja guru yang sebenar di mana punca stres kerja sebenar merupakan subset kepada punca stres berpotensi. Model ini menerangkan bahawa stres guru ada berkaitan secara langsung dengan tahap ketidakupayaan mekanisme daya tindakbalas menangani punca stres sebenar dan sejauh mana guru mentafsir ancaman. Model ini juga menjelaskan stres dilihat sebagai respon terhadap pengaruh negatif seperti kemarahan, kemurungan dan kekecewaan yang biasanya diikuti oleh kesan negatif lain.

Seterusnya, bagi membincangkan lagi secara lebih terperinci tentang faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru, Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995) juga telah dipilih untuk dijadikan sebagai sebahagian dalam kerangka teori kajian ini. Ini kerana model ini membincangkan faktor-faktor yang sama yang ingin dikaji dalam kajian ini. Faktor-faktor yang menyebabkan stres di kalangan guru dalam model ini ialah beban kerja, karenah pelajar, pengiktirafan profesional, sumber pengajaran dan perhubungan dengan rakan sekerja yang kurang baik (Boyle *et al.* 1995). Seterusnya, faktor-faktor yang telah dikenalpasti

menyumbang kepada stres dalam kalangan guru dalam kajian ini perlu diberi fokus dan dikaji. Maka, kerangka teori kajian ini juga memfokuskan faktor-faktor tersebut iaitu sikap pelajar, kekangan masa, kekurangan sumber, penghargaan, hubungan interpersonaliti dan beban tugas guru.

Seterusnya, kerangka teori kajian ini menjelaskan kesan dan akibat stres guru yang dikenalpasti dalam kajian ini. Stres wujud apabila tekanan mencapai satu peringkat di luar kawalan dan ia boleh menimbulkan gangguan kepada guru bukan sahaja kepada psikologi malah juga fizikal. Raja Ali (2011) menjelaskan tindak balas stres adalah merangkumi tindak balas psikologikal, fisiologikal dan tingkahlaku atau sikap. Kesan dari aspek psikologikal adalah merupakan keadaan tubuh badan seperti keletihan, kemurungan, kelesuan dan tidak bersemangat untuk bekerja, kesan aspek fisiologikal pula seperti sakit kepala, tekanan darah tinggi dan pelbagai penyakit lain, manakala kesan dari aspek tingkahlaku adalah berkaitan dengan perbuatan negatif seseorang individu seperti ponteng bekerja, pengambilan alkohol, merokok, gaya hidup bebas dan masalah tidur. Kesemua kesan dan akibat tersebut adalah hasil stres guru yang melampau dan berpanjangan, seterusnya kesan-kesan ini akan membawa kepada permasalahan yang akhirnya akan menyebabkan produktiviti guru menurun dan membantutkan usaha KPM untuk melahirkan guru yang berkualiti dan berkesan.

Berdasarkan kepada teori yang diperjelaskan di atas, pengkaji telah membangunkan satu Kerangka Teori Kajian bagi menunjukkan perkaitan antara teori dan model tersebut dengan kajian yang dijalankan seperti yang ditunjukkan dalam Rajah 1.1.



Rajah 1.1 : Kerangka Teori Kajian

### 1.10 Kerangka Konsep Kajian

Di dalam kajian ini, pengkaji juga membentuk satu kerangka konsep kajian yang dijadikan sebagai rujukan. Kerangka konsep kajian ini telah diadaptasikan daripada model-model stres seperti yang terdapat dalam kerangka teori kajian di atas iaitu Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) dan Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995). Berdasarkan kepada kajian literatur, bagi menghasilkan guru yang berkesan dan berkualiti untuk melahirkan pelajar yang cemerlang, guru-guru disarankan agar mengawal dan berusaha menangani masalah yang wujud supaya masalah stres dapat diatasi di peringkat awal lagi. Menurut Romas dan Sharma (2004), stres yang melebihi tahap tertentu sekiranya tidak dikawal akan mewujudkan pelbagai masalah kepada seseorang individu. Langkah awal untuk mengelakkan berlakunya stres ini dapat dilakukan dengan mengenalpasti

masalah dan faktor-faktornya, kemudian mengambil langkah untuk mengatasi masalah tersebut dengan cara yang betul dan pengurusan stres yang baik. Ini sangat penting agar masalah stres yang melampau dapat diatasi bagi mengelakkan kesan negatif berlaku dalam kalangan guru.

Guru yang berkesan akan menghasilkan produktiviti yang berkualiti seterusnya dapat melahirkan pelajar-pelajar yang cemerlang. Berdasarkan kepada kerangka konsep kajian ini, guru yang berkesan dan berkualiti ini sangat dipengaruhi oleh 6 faktor iaitu beban tugas, kekangan masa, kekurangan sumber, penghargaan, interpersonaliti dan pelajar. Ini kerana seseorang guru akan menghadapi kesemua faktor tersebut ketika melaksanakan tugas dan tanggungjawab mereka sepanjang perkhidmatan. Faktor-faktor tersebut merupakan punca-punca stres yang dikenalpasti dalam kajian ini dan sangat mempengaruhi seseorang guru sama ada guru tersebut akan menjadi guru berkesan atau sebaliknya. Keadaan ini sangat bergantung kepada keupayaan seseorang individu atau seseorang guru itu dalam mengurus stres yang wujud dalam diri masing-masing. Sunbul (2003), terlalu banyak stres yang dihadapi oleh guru juga boleh mendatangkan pelbagai kesan negatif dan boleh mengganggu prestasi serta kepuasan kerja seseorang guru.

Dalam kerangka konsep kajian ini, pengkaji merujuk kepada kepada Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) dan Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995). Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) menerangkan punca-punca guru stres dari aspek pekerjaan, personaliti dan hubungan, Secara umumnya, Model Stres Guru Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) mengandungi elemen-elemen yang dikenalpasti merupakan punca-punca yang membawa kepada tunggakan beban tugas seseorang guru yang berpanjangan. Elemen-elemen tersebut ialah (i) guru memegang banyak jawatan; (ii) guru sebagai guru kelas; (iii) tuntutan pentadbir sekolah; (iv) menghadiri banyak kursus; (v) pengajaran dan pembelajaran; dan (vi) pelbagai perubahan kurikulum. Elemen ini dikenalpasti daripada dapatan yang diperolehi melalui analisis dokumen berdasarkan kajian literatur. Dengan membina jadual, elemen-elemen tersebut dapat dikenalpasti dan disenaraikan dan seterusnya dapat ditentukan.

Manakala Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995) pula menjelaskan tentang faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru-guru. Faktor-faktor tersebut ialah sikap pelajar, kekurangan masa, kekurangan sumber, penghargaan, hubungan interpersonal dan beban tugas. Model ini juga

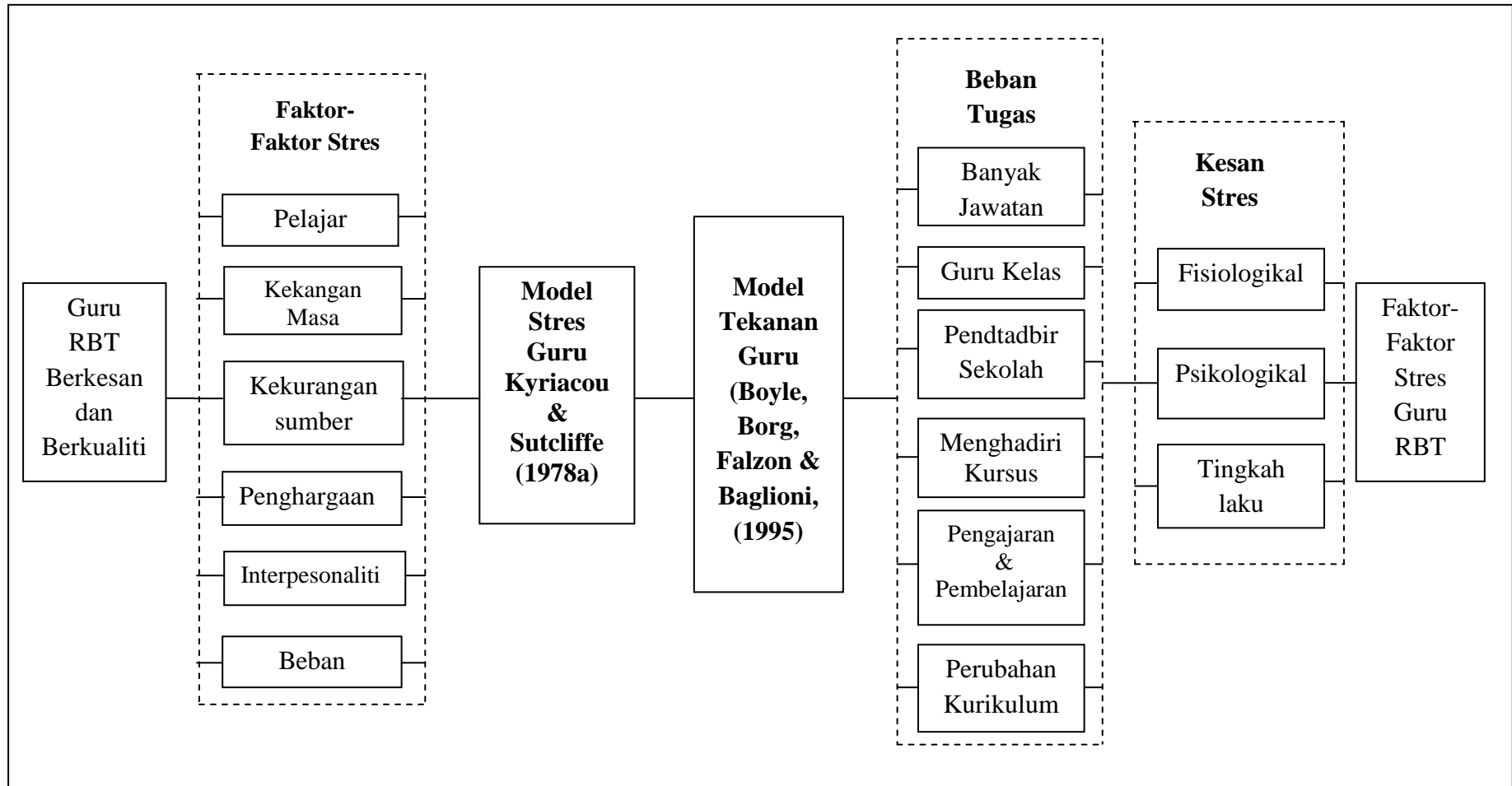
menegaskan bahawa faktor utama yang menyumbang kepada stres guru adalah beban tugas. Ini bertepatan dengan hasil dapatan daripada analisis dokumen berdasarkan kajian literatur yang dibuat oleh pengkaji. Untuk menyokong kesahihan terhadap permasalahan yang dikaji, tinjauan awal telah dilakukan dalam kajian ini dengan menggunakan pendekatan secara kualitatif iaitu temubual. Bagi tujuan mendapatkan sokongan, pengkaji telah menemu bual beberapa orang peserta (guru RBT) yang terlibat secara langsung dalam mengurus dan melaksanakan proses pengajaran dan pembelajaran subjek RBT di sekolah-sekolah rendah.

Dengan mengaplikasikan kaedah kualitatif dalam tinjauan awal, secara tidak langsung ia dapat menyokong kuat dapatan yang diperolehi melalui analisis dokumen. Bagi tujuan kajian sebenar, pengkaji akan menggunakan pendekatan secara kuantitatif melalui kaedah tinjauan menggunakan instrumen soal selidik yang dibangunkan. Sebelum itu, pengesahan pakar diambil kira dalam menentu dan mengesahkan elemen-elemen yang merupakan punca kepada stres kerja guru yang bersesuaian dengan responden. Seterusnya elemen-elemen tersebut dapat digunakan sebagai rujukan untuk membina instrumen kajian soalselidik. Berdasarkan kepada kajian literatur, elemen-elemen dalam beban tugas seseorang guru iaitu menghadiri kursus, ketua panitia, pengajaran dan pembelajaran, memegang banyak jawatan dan perubahan kurikulum dikenalpasti menyumbang kepada guru stres. Stres ini memberi kepada kesan kepada guru dari aspek fisiologikal, psikologikal dan tingkah laku seseorang guru.

Kyriacou dan Sutcliffe (1978a) melalui modelnya juga menjelaskan tindakbalas boleh didapati dalam bentuk perubahan psikologi seperti ketidakpuasan kerja., perubahan fisiologi seperti penyakit tekanan darah tinggi serta perubahan tingkahlaku seperti guru tidak hadir ke sekolah untuk bekerja atau ponteng) dan sebagainya. Berdasarkan kerangka konsep kajian yang ditunjukkan (Rajah 1.2), proses mengesan faktor-faktor, kesan serta akibat stres adalah amat perlu di dalam menentukan stres guru. Langkah ini amat penting bagi memastikan guru-guru yang berperanan untuk mendidik dan melahirkan modal insan yang berkualiti benar-benar sihat dari segi jasmani, emosi, rohani, intelek dan sosial (Bahagian Perancangan & Penyelidikan Dasar, KPM, 2006). Seterusnya guru-guru yang mempunyai tahap stres yang tinggi perlulah diberi perhatian, latihan dan program bagi membantu mengurangkan tahap stres mereka. Selain itu, kajian ini berperanan untuk membantu mengenalpasti punca-punca stres, mengurangkan tahap stres dan mengatur strategi

bagi mengatasi masalah stres dalam kalangan guru-guru khususnya guru yang mengajar subjek RBT di sekolah rendah.

Hasil daripada gabungan analisis dokumen berdasarkan kajian literatur dan data kualitatif sebagai sokongan, elemen-elemen yang merupakan punca kepada stres guru dalam pekerjaan mereka dapat ditentukan agar ia bersesuaian dengan responden. Senarai elemen ini diuji dan disahkan melalui dua cara iaitu (i) mendapatkan persetujuan daripada pakar bidang dan (ii) menganalisis menggunakan perisian *Winsteps* versi 3.69.1.11 dengan pendekatan Model Pengukuran *Rasch*. Apabila semua elemen telah disahkan, langkah seterusnya ialah membangunkan instrumen yang akan digunakan untuk membuat kajian rintis dan kajian sebenar yang melibatkan guru yang mengajar subjek RBT di sekolah rendah cemerlang sebagai responden.



Rajah 1.2 : Kerangka Konsep Kajian Stres Dalam Kalangan Guru RBT



## 1.11 Definisi Operasional

Dalam konteks kajian ini, beberapa istilah yang membawa makna khusus dalam konteks kajian ini ditakrifkan seperti berikut:

### (a) Stres

Menurut Kamus Dewan Edisi Keempat (2005), stres didefinisikan sebagai perbuatan menekan, keadaan menekan atau keadaan tertekan atau keadaan menanggung beban yang sukar ditanggung. Menurut Raja Ali (2011), stres bermaksud sebagai tindak balas emosi yang tidak spesifik terhadap desakan sama ada yang sebenar atau yang diimajinasikan. Ia merupakan satu fenomena semula jadi yang tidak boleh dielakkan sekiranya seseorang itu membuat kerja profesional. Stres adalah normal dalam kehidupan yang sentiasa dipenuhi dengan kesibukan. Stres yang berterusan dan keterlaluan boleh mengganggu kesihatan mental mahupun kesihatan fizikal. Dalam kajian ini, stres merujuk kepada sebarang gangguan sama ada dari segi fisiologi atau psikologi serta tingkah laku kesan daripada menjalankan tugas di tempat kerja. Gangguan fisiologi merupakan gangguan yang boleh memberi kesan ke atas kesihatan diri seseorang seperti keletihan dan tekanan darah tinggi. Gangguan psikologi pula melibatkan gangguan perasaan seperti, perasaan marah, kecewa, murung, resah dan rasa tidak puas hati. Gangguan ini adalah disebabkan oleh ketidakupayaan pekerja memenuhi kehendak atau permintaan ke atas dirinya dalam menjalankan tugas-tugas yang dipertanggungjawabkan.

### (b) Stres Guru

Menurut Abu Bakar *et al.* (2005), stres guru ditakrifkan sebagai kesan tindak balas negatif seperti kemarahan oleh seseorang guru. Kebiasaannya, stres guru merangsang potensi perubahan fisiologi seseorang guru seperti peningkatan kadar degupan jantung dan perembesan hormon tertentu ke dalam salur darah. Seterusnya, ia memberi kesan terhadap aspek tugas perguruan yang merangkumi kesungguhan menjalankan tugas, keyakinan diri dan kerasionalan tindakan. Dalam kajian ini, stres guru ditakrifkan sebagai pengalaman emosi yang tidak menyenangkan dan sangat sukar ditanggung oleh guru RBT seperti ketegangan, kekecewaan, kebimbangan, kemarahan dan keletihan yang berpunca daripada aspek pekerjaan sebagai seorang

guru. Stres guru ini merangkumi kepada tiga aspek iaitu tidak berupaya menerima stres kerja, mengalami kesulitan untuk menerima stres kerja yang dihadapi sehingga menjejaskan kesihatan mental atau fizikal.

**(c) RBT ( Reka Bentuk dan Teknologi )**

Menurut Bahagian Pembangunan Kurikulum (2013), di dalam dokumen standard berasaskan Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR), subjek RBT diajar sebagai satu subjek dalam sistem baru KSSR bagi menggantikan subjek Kemahiran Hidup Bersepadu (KHB) yang terkandung dalam Kurikulum Berasaskan Sekolah Rendah (KBSR) sebelum ini. Subjek ini memberi fokus untuk menyediakan murid dengan pengetahuan dan kemahiran asas yang membolehkan mereka menyambung pelajaran dalam bidang Teknikal dan Vokasional di peringkat menengah. Kurikulum standard RBT ini digubal dengan memberikan penekanan pada standard kandungan dan standard pembelajaran yang perlu diketahui, difahami dan dikuasai oleh murid-murid sekolah rendah tahun 4,5 dan 6. Kandungan kurikulum RBT merangkumi bidang Teknikal, Teknologi Pertanian dan Sains Rumah Tangga yang digabungkan dengan Elemen Merentas Kurikulum (EMK). Dalam kajian ini, RBT bermaksud subjek Reka Bentuk dan Teknologi di mana sebelum ini dikenali sebagai KHB di sekolah rendah. RBT merupakan satu subjek dalam kurikulum baru iaitu KSSR dan ia diwujudkan oleh KPM bagi menggantikan subjek KHB. RBT mempunyai elemen-elemen pengetahuan yang lebih praktis, kemahiran mereka bentuk dan mengamalkan asas keusahawanan serta berkebolehan mengaplikasikan asas teknologi ke arah melahirkan murid yang kritis, kreatif dan inovatif.

**(d) Guru**

Menurut Kamus Dewan Edisi Keempat (2005), guru bermaksud pengajar, pendidik atau pengasuh. Seorang guru ialah merupakan pembimbing dalam proses pembelajaran. Menurut Mok (1990) pula, guru merupakan seorang ahli masyarakat yang mempunyai perhubungan sosial yang saling berkait rapat dengan masyarakat berstatus. Guru merupakan tenaga ikhtisas di dalam bidang perguruan yang dipertanggungjawab untuk mendidik pelajar di sekolah. Guru juga sebagai anggota masyarakat, harus pandai bergaul dengan masyarakat. Untuk itu, guru harus menguasai psikologi sosial, memiliki pengetahuan tentang hubungan antara manusia

dan sebagai anggota masyarakat, guru mempunyai keterampilan membina kelompok, berkerjasama dalam kelompok untuk menyelesaikan sesuatu masalah. Dalam kajian ini, guru RBT ditakrifkan sebagai seorang yang terlatih dalam bidang perguruan yang mempunyai kelayakan akademik sama ada guru bukan berijazah atau guru berijazah di bawah pentadbiran KPM. Mereka terdiri daripada guru yang mempunyai pengkhususan RBT dan ada juga yang tidak mempunyai pengkhususan bidang RBT. Walaubagaimanapun, mereka merupakan guru-guru yang mengajar subjek RBT di sekolah rendah dan bertanggungjawab menjalankan semua aktiviti yang berkaitan dengan kurikulum dan ko-kurikulum di sekolah.

(e) ***Burnout***

Menurut Greenberg dan Baron (1997), *burnout* menyebabkan ketandusan daya emosi (*emotional exhaustion*), ketandusan daya fizikal (*physical exhaustion*), penurunan sikap (*attitudinal exhaustion*) dan perasaan kurang pencapaian dalam kerjaya (*low feeling of accomplishment*). Ia juga bermaksud istilah psikologi yang digunakan untuk menggambarkan perasaan kegagalan dan kelesuan akibat tuntutan yang terlalu membebankan tenaga dan kemampuan seseorang. Dalam kajian ini, *burnout* bermaksud sebagai tahap pengalaman kerja yang semakin buruk akibat stres yang melampau secara berterusan. *Burnout* juga menunjukkan perasaan kegagalan, putus asa yang keterlaluan, keletihan, kelesuan dan kemurungan yang ekstrim akibat tuntutan yang terlalu membebankan ke atas tenaga, kekuatan dan keupayaan seseorang guru RBT.

(f) **Data Demografi**

Menurut Mohd Noor (2011), data demografi dalam kajian beliau adalah merujuk kepada faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru iaitu jantina, umur, bangsa, kelulusan akademik, status perkahwinan dan pengalaman mengajar seseorang guru. Manakala menurut Tugimin (2009) pula, data-data demografi adalah merujuk kepada jantina, umur, pendapatan dan tempoh perkhidmatan seseorang guru. Dalam kajian ini, data demografi merujuk kepada data-data seperti jantina, umur, pengalaman dan beban tugas yang dialami oleh seseorang guru yang mengajar subjek RBT.

### **(g) Beban tugas**

Menurut Mohd Noor (2011), beban tugas merujuk kepada semua tugas-tugas yang perlu dilakukan oleh guru sama ada yang berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran ataupun di luar pengajaran dan pembelajaran. Antaranya adalah seperti membuat rancangan mengajar, menyediakan bahan bantu mengajar, menghabiskan silibus, mengemaskini jadual kedatangan pelajar, menggantikan guru yang tidak hadir, mengendalikan aktiviti ko-kurikulum, menggubal soalan dan pelbagai tugas lain. Dalam kajian ini, beban tugas merujuk kepada tugas-tugas yang terpaksa guru laksanakan bagi memenuhi permintaan pihak-pihak yang berkenaan. Beban tugas yang diterima terlalu banyak dan diminta dilaksanakan dalam masa yang serentak dan terhad, ia kan menjadi satu faktor yang paling tinggi dalam menyumbang kepada masalah stres dalam kalangan guru RBT. Antara beban tugas tersebut adalah seperti guru memegang banyak, guru sebagai guru kelas, arahan atau permintaan daripada pentadbir sekolah, menghadiri pelbagai kursus, melaksanakan pengajaran dan pembelajaran dan perubahan kurikulum yang sentiasa menuntut guru bersedia untuk meningkatkan pengetahuan dan kemahiran dari semasa ke semasa.

### **1.12 Penutup**

Secara keseluruhan, bab ini menerangkan latar belakang masalah dan mengapa kajian ini perlu dijalankan. Dalam bab ini juga pengkaji menetapkan objektif-objektif yang perlu dicapai matlamatnya dan persoalan-persoalan kajian yang perlu diungkapkan. Setiap langkah yang diambil pada peringkat seterusnya adalah bertujuan untuk mencapai objektif kajian ini. Di samping itu, kajian ini diskopkan bagi memudahkan pengkaji mendapatkan maklumat daripada kumpulan sasaran yang dianggap mewakili populasi. Kepentingan-kepentingan kajian juga telah dibincangkan seterusnya kerangka teori kajian dan kerangka konsep kajian juga telah dibangunkan bagi memudahkan pengkaji untuk membina instrumen dan sebagai panduan kepada pengkaji untuk melaksanakan kajian ini secara keseluruhan.

## RUJUKAN

- Abdullah, A.S. (1998). *Pengetua Berkesan Sekolah Berkesan*. Kertas Kerja Seminar Kecemerlangan. Sekolah Negeri Sembilan pada 16 Jun 1998.
- Abdul Jalal, B. *et al.* (2010). *Pengurusan Stres Secara Holistik*. Kuala Lumpur: Blue-T Publication Sdn. Bhd.
- Abdul Ghafar, M.N. (2003). *Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.
- Abu Bakar, M.F *et a.l* (2005). *Tekanan Guru Dalam Pendidikan Dan Resolusi Penyelesaiannya*. Seminar Pendidikan 2005, Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Abu, B. & Aziz, M. (2010). *Stres Dalam Kalangan Guru Di Dua Buah Sekolah Menengah Kebangsaan Di Kawasan Skudai*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia. 5-6.
- Ages,V.D. (2011). *Teacher Perceptions On Stress And Retention*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Aiken, L.R. (2003). *Psychological Testing And Assessment*. Boston: Alllyn & Bacon.
- Akihito Shimazu *et al.* (2003). *Effect Of Stress Management Program For Teacher In Japan: A pilot study*. Journal of Occupational Health.45. 202-208.
- Allison M. (2007). *Identifying The Types Of Student And Teacher Behaviours Associated With Teacher Stress*. Teaching and Teacher Education. Vol 23.(5). 624-640.
- Ambotang, A.S. & Mohd Hashim, M.H. (2010). *Hubungan Iklim Kerja Dan Stres Dalam Pengurusan Bilik Darjah dalam Kalangan Guru Prasekolah*. Universiti Tun Hussein Onn Malaysia: Journal of Techno-Social.
- Ariffin,S.R., Ariffin, R. & Mohamed, H. (2008). *Contribution Factors in Multiple Intelligencens Among Adolescence Students*. Journal of Education. 33:35-46.
- Aris, A.B. (2002). *Kajian Ke Atas Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres (Tekanan) dan Niat Untuk Meninggalkan Profesion Perguruan di Kalangan Guru Sekolah Menengah dan Sekolah Rendah di Daerah Kota Tinggi, Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ayob, A.M. (2002). *Kaedah Penyelidikan Sosioekonomi*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka.
- Bahagian Pembangunan Kurikulum (2013). *Dokumen Standard Kurikulum Standard Sekolah Rendah (KSSR) Rekabentuk dan Teknologi Tahun 4*. Kementerian Pelajaran Malaysia.
- Best, J.W. & Kahn, J.V. (2003). *Research in Education*. Boston: Allyn and Bacon.
- Bond, T.G. & Fox, C.M. (2007). *Applying The Rasch Model Fundamental Measurement In The Human Sciences*. 2<sup>nd</sup> ed. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Boyer-Colon, C. (2009). *Teacher Stress Among Catholic High School Teachers: Its Nature And Significance*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Boyle, G.J. & Borg, M.G. *et al.* (1995). *A Structural Model Of the Dimensions Of Teacher Stress*. British Journal of Educational Psychology. 65. 49 - 67.
- Brandon,S. (2003). *Assessment Of Workplace Stress: Occupational Stress, Its Consequences, And Common Causes Of Teacher Stress*. ERIC Document Reproduction Service No. ED 480 078.
- Brewer, J. dan Hunter, A. (1998). *Multimethod Research: A Synthesis Of Styles*. Newbury Park. CA: Sage Publication.
- Burchielli, R & Bartram, T. (2006). *Like An Iceberg Floating Alone: A Case Study of Teaching Stresses at a Victorian Primary School*. Australian Journal of Education, 50(3), 312-327.
- Chaplain, R. P. (1995). *Stress and Job Satisfaction: A Study of English Primary school*. Educational Psychology, 15(4). 473.
- Chua .(2006). *Kaedah dan Statistik Penyelidikan: Kaedah Pendidikan*. Kuala Lumpur: McGraw Hill.
- Cohen, J. (1960). *A Coefficient For Agreement For Nominal Scales*. Educational And Psychological Measurement.37-46.
- Cohen, L., Manion, L. & Morrison. (2000). *Research Methods in Education (5<sup>th</sup> ed.)*. London: Routledge Falmer.
- Dumitru,I. *et al.* (2012), *Stress Factors In The Professional Activities Of Romanian Teachers*. Faculty of Sociology and Psychology, Department of Sciences of Education, West University of Timisoara, Romania, Procedia - Social and Behavioral Sciences. 55. 887-893.

- Fauziah, N., Akmaliah, Z. & Mahyuddin, R. (2002). *Stres di Kalangan Guru Wanita yang Mengajar Mata Pelajaran Kemahiran Hidup*. Fakulti Pengajian Pendidikan, Universiti Utara Malaysia.
- Feigin, N. et al. (2002). *Causes For Abrasion In Physical Education Teachers In Classes Integrating Children With Special Needs: Final Research Report*. Netanya, Israel: Zinman College for Physical Education and Sport Sciences.
- Fleiss, J. L. (1981). *Statistical Methods For Rates And Proportions (2<sup>nd</sup> ed)*. New York : John Wiley.
- Fun, W.S. (2008). *Faktor-faktor Yang Mendorong Tekanan Kerja (Stres) Di Kalangan Guru-guru SJK(C): Satu Kajian Di Tiga Buah Sekolah Di Wilayah Persekutuan*. Kajian Ilmiah. Universiti Teknologi Malaysia.
- Gay, L.R & Airasian, P. (2003). *Education Research: Competencies For Analysis And Application*. New Jersey : Prentice Hall Inc.
- Gelman, R. B. (2008). *Demographic and Occupational Correlates Of Stress and Burnout Among Urban School Teachers*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Greenberg, J. & Baron, R.A. (1997). *Behavior in Organizations (6<sup>th</sup> ed.)*. New Jersey : Prentice-Hall.
- Hassan, J. et al. (2008). *Kajian Terhadap Stres Dikalangan Guru Sekolah Rendah Di Zon Permas Jaya, Johor Bahru Dari Aspek Personaliti*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Huisman, K.A. (2009). *Lived Experience Of Stress In Middle School Teachers*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Idris, N. (2010). *Penyelidikan Dalam Pendidikan*. Kuala Lumpur : McGraw-Hill (Malaysia) Sdn Bhd.
- Jepson, E. & Forrest, S. (2006). *Individual Contributory Faktors In Teacher Stress: The Role Of Achievement Striving And Occupational Commitment*. British Journal of Educational Psychology 1. 76. 183-197.
- John Burung, V. (2011). *Stres Di Kalangan Guru-guru Kemahiran Hidup Bersepadu Di sekolah Menengah Kebangsaan Di Daerah Kota Samarahan, Sarawak*. Universiti Teknologi Malaysia : Tesis Sarjana Muda. 16-18.
- John, J. et al. (2007). *Occupational Stress Of Catholic Primary School Staff: Investigating*. A Paper Presented At The Annual 194 Conference of the Australian Association for Research in Education, Fremantle. 25-29.
- Jumahat et al. (2013). *Faktor-Faktor Penentu Stres Dalam Kalangan Guru : Sekolah Rendah Mubaligh Di Kuala Lumpur*. Institute of Education, International Islamic University Malaysia.

- Jusoh, R. (2003). *Mengkaji Tekanan di Kalangan Guru bengkel di Sekolah Menengah di Daerah Kuala Pilah, Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.
- Kamaruddin, K. (2007). *Tekanan Kerja Di Kalangan Guru Sekolah Menengah*. Fakulti Sains Kognitif dan Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris, *Jurnal Kemanusiaan*, Bil.10. 104-105.
- Kamus Dewan. (Edisi Keempat). (2005). Kuala Lumpur. Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kim, T.S. (2006). *Faktor-faktor Penyebab Tekanan dan Cara-cara Mengatasi Tekanan Di kalangan Guru Pelatih Maktab Perguruan Negeri Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.
- Klassen, R. M. & Chiu, M. M. (2010). *Effects On Teachers' Self-Efficacy And Job Satisfaction: Teacher Gender, Years Of Experience, And Job Stress*. *Journal of Educational Psychology*. Vol 102.741-756.
- Kokkinos, C.M. (2007). *Job Stressors, Personality and Burnout in Primary School Teachers*. *British Journal of Educational Psychology*, 77(1). 229-243.
- Konting, M.M. (2004). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur : Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kyriacou, C. & Sutcliffe, J. (1978a). *A Model of Teacher Stress*. *Educational Studies*. 4(1).16.
- Kyriacou, C. & Chien P. Y (2004). "Teacher Stress In Taiwanese Primary School".
- Lebar, O. (2006). *Penyelidikan Kualitatif : Pengenalan Kepada Teori dan Metod*. Tanjung Malim : Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Lemaire, J. (2009). *Addressing Teacher Workload*. Education. 6.
- Linacre, J.M. (2005). *A User's Guide And Program Manual To Winsteps: Rasch Model Computer Program*. Chicago: MESA Press.
- Ling, H. (2008). *Individual and Systemic Factors Influencing Secondary School Teacher Stress in Hong Kong*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Mahmood, H. (1997). *Kepimpinan dan Keberkesanan Sekolah*. Dewan Bahasa Pustaka, Kuala Lumpur.
- Md Suandi, N. (2008). *Kajian Terhadap Stres Di Kalangan Guru Sekolah Rendah Di Zon Permas Jaya, Johor Bahru Dari Aspek Personaliti*, Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia. 9-38.
- Melgosa, J. (2001). *Less Stress*. Spain : Editorial Safeliz, S.L.
- Meriam, S.B. (2001). *Qualitative Research And Case Study Applications In Education*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.



- Mohd. Kosnin, A. & Jantan, S. (2012). *Tahap Stres Dan Tahap Kepuasan Kerja Dalam Kalangan Pensyarah Universiti Teknologi Malaysia*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Mohd. Noor, F. (2011). *Faktor-Faktor Penentu Sres Dalam Kalangan Guru-Guru: Kajian Di Sekolah Rendah Mubaligh Di Kuala Lumpur*. Centre for Graduate Studies, Open University Malaysia.
- Mohd Noah, S.(2002). *Modul Penilaian Dalam Kaunseling*. Institut Pendidikan dan Pembelajaran Jarak Jauh (IDEAL). Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Mok, S.S. (1990). *Pemulihan, Pengayaan dan Pendidikan, Pedagogi 4*. Kuala Lumpur : Kuala Lumpur.
- Mok, S.S (2009). *Literatur dan Kaedah Penyelidikan: Siri Pengajian Profesional*. Selangor. Penerbitan Multimedia Sdn.Bhd.
- Montgomery, C. & Rupp, A. A. (2005). *A Meta-Analysis For Exploring The Diverse Causes And Effects Of Stress In Teachers*. Canadian Journal of Education, 28(3). 458-486.
- Nasir, W.M. (2002). *Faktor-faktor Stres Pekerjaan Pensyarah Politeknik.. Universiti Utara Malaysia: JuKu (Jurnal Kurikulum & Pengajaran Asia Pasifik - April 2013)*. Bil.1(2): Tesis Projek Sarjana.
- Nik Husain, N.D (2007). *Tahap Stres Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Di Guru Sekolah Di Negeri Johor, Melaka, Selangor, dan Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Nobile, J. J. & McCormick, J. (2005). *Job Satisfaction And Occupational Stress In Catholic Primary Schools*. A paper presented at the Annual Conference of the Australian Association for Research in Education.
- Othman, M.R. (2012). *Strategi Menangani Tekanan Di Kalangan Guru-Guru Sekolah Menengah Zon A Di Bahagian Kuching / Samarahan, Sarawak : Satu Tinjauan*. Universiti Malaysia Sabah.
- Pauley, A.D. (2009). *Exploring Sources Of Teacher Stress In Head Start*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Paulse, J.(2005). *Sources of Occupational Stress For Teachers, With Specific Reference To The Inclusive Education Model In The Western Cape*. Dissertations. University of the Western Cape.
- Perone, J. & Tucker, L. (2003). *An Exploration Of Triangulation Of Methodologies: Quantitative And Qualitative Methodology Fusion In An Investigation Of Perception Of Transit Safety*. Summary of Final Report, BC.

- Pheng, L.Y. (2011). *Masalah Guru-guru Kemahiran Hidup Bersepadu*. Buletin Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Malaysia (NUTP. Kuala Lumpur.
- Raja Ali, R.M.D. (2011). *Faktor-faktor Yang Mendorong Tekanan Kerja ( stres) Di Kalangan Guru-Guru Sekolah Menengah Di Daerah Pasir Puteh*, Master Of Education, Open University Malaysia. 14-16.
- Razhiyah, K.A. (2008). *Menjadi Guru Pendidikan Khas*. Kuala Lumpur: PTS Professional.
- Rieg,S., Paquette, K. & Chen,Y. (2007). *Coping With Stres: An Investigation of Novice Teachers' Stresors In The Elementary Classroom*. *Education*. 128(2).211- 226.
- Romas, J.A. & Sharma, M. (2004). *Practical Stress Management: A Comprehensive Workbook for Managing Health and Promoting Health*. 3rd edition. Pearson : Benjamin Cummings.
- Royo,M.A & Fun,W.S. (2007). *Faktor-Faktor Yang Mendorong Tekanan Kerja (Stres) Di Kalangan Guru-Guru Sjk(C): Satu Kajian Di Tiga Buah Sekolah Di Wilayah Persekutuan*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Ruslan. (2011). *Tahap Kepuasan Kerja dan Tekanan Kerja Dalam Kalangan Guru Sekolah Menengah Kejuruan Di Banda Aceh*. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Sheppard, B. H. (2008). *The Effect Of Noninstructional Workload Tasks Upon Instructional Time For Classroom Teachers In Public Schools In An Urban School District*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Selye, H. (1976). *The Stress of Life*. New York: Me Graw Hill.
- Sidi, H. & Shaharom, M. H. (2002). *Mengurus Stres Pendekatan Yang Praktikal*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa & Pustaka.
- Sipon,S. (2007). *Pengantar Kaunseling*. Kuala Lumpur : Prentice Hall.
- Songan, P. & Udin, N. (2002), *Tahap Dan Punca Utama Stres Kerja Di Kalangan Pengetua Sekolah Menengah Di Sarawak*. *Jurnal Penyelidikan Pendidikan, Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan*. KPM. 1-17.
- Stemler, S. (1998). *Investigating The Practical Applications Of Content Analysis*. <http://www2.bc.edu/~stemler/contentanalysis.html>.
- Subki, A. (2010). *Guru Dan Cabaran Semasa*. Kuala lumpur : Dewan Bahasa Dan Pustaka.
- Sulaiman, E. (2003). *Modul Pengajaran: Asas Pedagogi*. Skudai: Jabatan Asas Pendidikan, Fakulti Pendidikan. Universiti Teknologi Malaysia.

- Sunbul, A.M (2003). *An Analysis Of Relations Among Locus Of Control, Burnout And Job Satisfaction In Turkish High School Teachers*: Australian Journal For Educational Research. Vol 47 (1).57-58.
- Tasir, Z. & Abu, M.S. (2003). *Analisis Data Berkomputer SPSS 11.5 for Windows*. Kuala Lumpur: Venton Publishing (M) Sdn.Bhd.
- Tengku Muda, T.M. & Rahman, N. (2006). *Stres Di Kalangan Guru: Satu Kajian Ke Atas Guru Di Sekolah Menengah Kebangsaan Skudai*. Universiti Teknologi Malaysia : Projek Sarjana Muda.
- Toha, S.T. (2003). *Masalah Psikologi Guru Dan Hubungannya Dengan Burnout Serta Keperluan Perkhidmatan Kaunseling*. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia. 5-6.
- Tugimin, A.J. (2009). *Perkaitan Antara Faktor Demografi Dengan Kepuasan Kerja Dalam Kalangan Guru Kanan Mata Pelajaran (GKMP): Satu Kajian Kes Di Daerah Jasin Dan Melaka Tengah, Negeri Melaka*. Centre for Languages & Human Development, Universiti Teknikal Malaysia Melaka. Vol. 2 (2).
- Weidner, P. E. (2002). *Stress And The Teacher: A Comparison Of Job-Related Stress Among Public And Private Elementary Teachers*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Wiersma, W. (2000). *Research Methods In Education: An introduction (Edisi ke-7)*. Boston: Allyn and Bacon.
- Yahaya, A. & Ramli, J. *et al.* (2007). *Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan*. Kuala Lumpur:PTS Profesional Publishing Sdn Bhd.
- Yahaya, A. (2010). *Stress Kerja Di Kalangan Guru Aliran Teknik dan Vokasional Di Sekolah Menengah Teknik Di Negeri Johor, Melaka dan Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Yahaya, A. *et al.* (2010). *Stres Dalam Kalangan Guru Sekolah Menengah Di Empat Buah Negeri Di Malaysia*. Universiti Teknologi Malaysia. Vol 25.103-136.
- Yahaya, A. & Nik Husain, N.D.H. (2005). *Tahap Stres Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Di Guru Sekolah Di Negeri Johor, Melaka, Selangor Dan Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Yahaya, A. & Ismail, M. (2005). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres di Kalangan Guru Sekolah Menengah Di Malaysia*.Universiti Teknologi Malaysia.