

Tahap Dan Faktor Stres Dalam Kalangan Guru Di Sebuah Sekolah Rendah Daerah Johor Bahru

Kineeshaa Pannir Selvam *^a

^a SJK (T) Jalan Yahya Awal, Johor Bahru, Malaysia

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap stres serta mengkaji pengaruh faktor hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja, kekangan masa dan kerenah murid terhadap tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan dan data diperolehi daripada soal selidik yang menggunakan skala likert lima mata. Soal selidik yang digunakan berdasarkan soal selidik pengubahsuaian daripada soal selidik kajian oleh Fazura Mohd Noor (2011). Soal selidik yang dibina mengandungi tiga bahagian iaitu Bahagian A (Maklumat Demografi Responden), Bahagian B (Tahap Stres Guru) dan Bahagian C (Faktor Stres Guru). Darjah kebolehppercayaan (Alpha Cronbach) bagi instrumen yang digunakan ialah 0.968. Berdasarkan jadual penentuan sampel oleh Krejcie and Morgan (1970) iaitu seramai 44 orang guru dipilih secara rawak sebagai responden bagi kajian ini. Data diproses melibatkan statistik deskriptif iaitu pengukuran frekuensi, skor min, sisihan piawai dan peratusan. Data juga diproses menggunakan analisis regresi berganda dan pekali Korelasi Pearson. Hasil kajian menunjukkan bahawa tahap stres dalam kalangan guru secara keseluruhannya adalah pada tahap yang rendah dengan min = 2.30 dan sisihan piawai = 0.706. Faktor hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja, kekangan masa dan karenah murid meramal secara signifikan terhadap stres guru adalah $R^2 = 0.532$, $F(4, 36) = 10.237$, $p < 0.05$. Faktor yang paling dominan mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru di sekolah tersebut adalah hubungan sesama rakan sekerja, Beta = 0.348, $p < 0.05$.

SEJARAH ARTIKEL

Peroleh 23 Sept, 2024

Semakan 30 Sept, 2024

Terima 12 Oktober, 2024

KATA KUNCI

Sekolah Rendah; Guru

Sekolah Rendah; Stres;

Tahap Stres; Faktor Stres

Levels and Contributing Factors of Stress among Primary School Teachers in Johor Bahru District

ABSTRACT

This study aims to identify the level of stress and examine the influence of factors such as relationships with colleagues, workload, time constraints, and student behaviour on stress levels among teachers at a primary school in the Johor Bahru district. The study employed a survey method, with data collected through a questionnaire using a five-point Likert scale. The questionnaire used was adapted from a survey by Fazura Mohd Noor (2011). The constructed questionnaire consists of three sections: Section A (Respondent Demographic Information), Section B (Teacher Stress Level), and Section C (Teacher Stress Factors). The reliability coefficient (Cronbach's Alpha) for the instrument used was 0.968. According to the sample size determination table by Krejcie and Morgan (1970), a total of 44 teachers were randomly selected as respondents for this study. The data processing involved descriptive statistics, including frequency measurements, mean scores, standard deviation, and percentages. Data were also processed using multiple regression analysis and Pearson's correlation coefficient. The findings indicate that the overall level of stress among teachers was low, with a mean = 2.30 and standard deviation = 0.706. The factors of relationships with colleagues, workload, time constraints, and student behaviour significantly predicted teacher stress with $R^2 = 0.532$, $F(4, 36) = 10.237$, $p < 0.05$. The most dominant factor influencing the level of stress among teachers in the school was relationships with colleagues, Beta = 0.348, $p < 0.05$.

ARTICLE HISTORY

Received 23 Sept, 2024

Revised 30 Sept, 2024

Accepted 12 Oct, 2024

KEYWORDS

Primary School; Primary School Teachers; Stress; Stress Level; Cause Of Stress

1. Pendahuluan

Malaysia memberi penekanan tinggi terhadap pembangunan modal insan kelas pertama. Modal insan adalah harta yang boleh disuntik nilai tambahnya, dijanjikan nilai inteletiknya serta diperbanyak modal budayanya. Kementerian Pendidikan Malaysia (2009), menyatakan bahawa pembangunan modal insan berkualiti bergantung kepada pendidikan berkualiti yang dapat melahirkan individu yang mempunyai jati diri yang kukuh, berketrampilan, berkeperibadian mulia, berpengetahuan dan berkemahiran tinggi bagi mengisi keperluan negara maju. Pendidikan juga perlu membentuk modal insan yang mampu berfikiran kritis dan kreatif, berkemahiran menyelesaikan masalah, berkeupayaan mencipta peluang baharu, mempunyai daya tahan serta kebolehan untuk berhadapan dengan persekitaran yang sering berubah. Tambahan pula, negara kini menghadapi cabaran baharu kesan daripada globalisasi, liberalisasi, pengantarabangsaan dan perkembangan Teknologi Maklumat dan Komunikasi (TMK). Sehubungan dengan itu, Malaysia memerlukan modal insan yang mahir dalam TMK, progresif dan mampu bersaing di pasaran global.

Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM) telah menyediakan sumber tenaga manusia bagi memenuhi keperluan kemajuan negara pada masa hadapan. Maka, bagi merealisasikan hasrat KPM, sebahagian besar usaha terletak di bahu guru. Oleh yang demikian, guru perlu melengkapkan diri dengan pelbagai pengetahuan dan kemahiran, menunjukkan kesungguhan dan mempunyai iltizam yang tinggi dalam melaksanakan daya usaha bagi meningkatkan kualiti pelajar.

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. Laporan Berita Harian pada 2018 melaporkan bahawa 2,123 guru, atau 4.4% daripada 48,258 guru di Malaysia, mengalami tekanan kerja. Menurut kajian Universiti Putra Malaysia (UPM), Prof Dr Nor Zuraida Zainal, bekas Presiden Persatuan Psikiatri Malaysia (MPA), 71.1% guru di kawasan Kuala Lumpur dan Selangor mengalami tekanan kerja. Akibatnya, mereka mengalami keletihan fizikal dan gangguan emosi (Nadiyah Bani Amin et al., 2019). Bagi memenuhi tuntutan yang tinggi dalam dunia pendidikan, guru-guru pula semakin berasa tertekan dalam menghadapi pelaksanaan pelbagai reformasi dalam sistem pendidikan negara. Tekanan yang dihadapi itu seterusnya akan memberi kesan terhadap emosi, psikosomatik dan fizikal guru (Nobile & McCormick, 2005). Kini, kajian ilmiah banyak membincangkan tentang tekanan guru (Safwan & Shazaitul, 2020). Isu guru yang memilih untuk bersara awal juga semakin serius. Sebanyak 4,360 permohonan bersara awal pada 2021 iaitu meningkat 1.06% daripada jumlah keseluruhan guru (Fahmy, 2022). Sebagai contoh, apabila guru kurang berkomitmen seperti sering datang lewat ke sekolah dan bersikap tidak serius terhadap pelajar, keadaan ini menyebabkan penurunan kualiti pendidikan yang akan diterima oleh pelajar (Siri et al. 2020). Dapatan-dapatan kajian tentang tahap komitmen organisasi guru juga sering tidak konsisten. Masih terdapat kajian yang mendapati tahap komitmen guru terhadap sekolah masih sederhana tinggi (Muhamad Reduan et al., 2022; Uma Thevi Vetriveilmany, 2023). Memandangkan peningkatan kualiti dan kecemerlangan pendidikan amat bergantung kepada guru-guru, maka, sewajarnya pihak-pihak seperti sekolah, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pelajaran Malaysia perlu peka akan masalah stres yang dihadapi oleh guru-guru.

1.1. Pernyataan Masalah

Guru merupakan sumber tenaga manusia terpenting dalam dunia pendidikan. Abdullah Md. Din (2011) dalam Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam (2018), menyatakan bahawa dalam era globalisasi dunia tanpa sempadan ini, tugas para guru semakin rumit dan mencabar. Cabaran dalam melaksanakan tugas memerlukan tahap kesabaran dan kebertanggungjawaban guru yang sangat tinggi terutama dalam mendidik dan melahirkan modal insan yang berkualiti selaras dengan hasrat KPM dalam Wawasan Kemakmuran Bersama 2030 di mana salah satu daripada 7 teras strategik dalam wawasan ini ialah strategi transformasi modal insan. Menurut Laporan Berita Harian Online (2018), YB Dr. Maszlee Malik telah menyatakan bahawa hasil dapatan kajian oleh Kementerian Pendidikan Malaysia berkenaan dengan stres dalam kalangan guru yang membabitkan 48,258 responden menunjukkan sebanyak 4.4 peratus atau 2,123 orang guru telah dikenal pasti mengalami stres pada tahap sederhana tinggi. Kekangan masa membuatkan guru sentiasa terhambat. Sekiranya guru tidak berpengalaman dengan teknologi di dalam bilik darjah, masa yang berharga sering dibazirkan pada masalah teknikal. Guru juga terpaksa menggunakan masa yang banyak dalam membuat pemasangan peralatan ICT sebelum kelas dimulakan (Zainudin & Bakar, 2021) kecuali jika guru mempunyai bilik khas dimana semua peralatan telah tersedia.

Tambahan pula, Laporan oleh sebuah badan bukan kerajaan (NGO) Great Life Physio and Rehabilitations (2012) dalam Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam (2018) telah menyatakan bahawa kerjaya guru merupakan kerjaya keempat yang paling memberikan stres. Kedudukan kerjaya guru ini adalah kedudukan yang berada di belakang kerjaya polis, pegawai penjara dan bomba. Menurut Cousin (2000), Kyriacou & Chien (2004), Lim (2001), Nurul Izzah, Zailina, Saidi & Haslinda (2010), Raja Maria Diana (2011), Thomas, Clarke & Lavery (2003) dalam Azlan Behadin (2015) mendapati bahawa bebanan tugas, jumlah waktu mengajar serta kekangan masa turut menyebabkan tekanan kepada guru. Oleh itu, berdasarkan kajian-kajian tersebut jelaslah bahawa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan guru-guru mengalami stres. Antaranya ialah faktor bebanan tugas, kekangan masa, hubungan sesama rakan sekerja, hubungan tidak baik antara guru dengan murid, tidak mendapat penghargaan dan sokongan pengetua, persekitaran tempat kerja, gaji dan imbuhan, kekurangan infrastruktur, status profesion perguruan, keluarga dan kekurangan kemahiran dalam menjalankan tugas. Memandangkan peningkatan kualiti dan kecemerlangan pendidikan amat bergantung kepada guru-guru, maka sewajarnya pihak-pihak tertentu peka dengan permasalahan ini. Buktinya, menurut Ab Aziz dan Maat (2021) bahawa kerisauan guru terhadap pengintegrasian teknologi dari segi kesediaan dan keberkesanan pelaksanaan merupakan salah satu isu dalam menggunakan teknologi. Kelemahan guru dalam aspek penguasaan ilmu, pengkaedahan PdP, penggunaan dan kebolehpercayaan serta sikap terhadap TMK telah menyebabkan guru jarang menggunakan TMK. Hal demikian juga boleh didapati daripada kajian Ab Majid & Ismail (2018). Kesediaan guru yang kurang dalam melaksanakan TMK dalam pengajaran

dan pengetahuan kandungan pedagogi (TPACK) juga merupakan antara isu yang dihadapi (Nor et al., 2018). Kebanyakan guru yang kurang sedia adalah disebabkan kurang motivasi dan kemahiran dalam penggunaan TMK. Kegagalan guru untuk melakukan perubahan melalui teknologi pengajaran disebabkan faktor beban tugas dan kurang menggunakan Bahan Bantu Mengajar (BBM) berasaskan perisian pelbagai media. Wilson (2002) dalam Zawaneh Rahani (2015), menyatakan bahawa kajian tentang tekanan guru memerlukan siasatan lanjut. Cadangan yang dinyatakan oleh Wilson ini telah meyakinkan penyelidik bahawa guru-guru pada masa kini turut menghadapi stres, malah kemungkinan tahap stres yang lebih ekstrem kesan daripada pelaksanaan pelbagai reformasi dalam sistem pendidikan dalam usaha membangunkan modal insan kelas pertama ke arah mencapai status negara maju. Tambahan pula, berikutan kepada dapatan kajian-kajian lepas berkaitan isu stres dalam kalangan guru. Penyelidik berasa sangat teruja untuk mengetahui adakah masalah stres turut dihadapi oleh guru-guru di sekolah. Guru-guru yang berkualiti bukan sahaja mampu bersaing dengan murid di kelas arus perdana dan mampu bersaing di pasaran global.

Walau bagaimanapun, penemuan utama terhadap isu stres dalam kalangan guru yang ingin dikaji oleh penyelidik adalah kerana masalah stres adalah perkara biasa yang akan dihadapi oleh guru yang melaksanakan tanggungjawab mereka sebagai seorang guru sepenuh masa di sekolah. Fokus akan diberikan kepada guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Dalam kajian ini, penyelidik ingin mengkaji tahap dan faktor stres dalam kalangan guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Akhirnya, penyelidik ingin mengenal pasti pemboleh ubah tidak bersandar yang paling dominan mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru dengan harapan semoga kajian ini sedikit sebanyak akan dapat membantu mengesan dan menangani masalah stres dalam kalangan guru demi meningkatkan kualiti pendidikan selaras dengan Hasrat KPM.

1.2. Kerangka Konseptual

Rajah 1

Kerangka Kajian Tahap dan Faktor Stres dalam Kalangan Guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru.



1.3. Persoalan Kajian

Berdasarkan objektif-objektif kajian yang telah disenaraikan, persoalan kajian yang berkaitan dikemukakan seperti berikut :

- i. Adakah faktor hubungan sesama rakan sekerja mempengaruhi tahap stres guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru?
- ii. Adakah faktor bebanan kerja mempengaruhi tahap stres guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru?
- iii. Adakah faktor kekangan masa mempengaruhi tahap stres guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru?
- iv. Adakah faktor karenah pelajar mempengaruhi tahap stres guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru?
- v. Apakah faktor yang paling dominan mempengaruhi tahap stres guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru?

1.4. Model Kajian

Kajian ini dijalankan berdasarkan kepada Model Tekanan Kerja Guru yang dikemukakan oleh Kyriacou & Sutcliffe (1978) seperti dalam rajah di bawah :

Rajah 2

Model Tekanan Kerja Guru (Kyriacou & Sutcliffe, 1978)



Bagi menjalankan kajian ini, penyelidik memilih untuk mengkaji tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru berdasarkan kepada dua faktor daripada model Tekanan Kerja Guru ini iaitu kekangan

masa dan hubungan sesama rakan sekerja. Kedua-dua faktor ini merupakan pemboleh ubah tidak bersandar, manakala tahap stres adalah pemboleh ubah bersandar.

Kajian ini juga dijalankan berdasarkan kepada Model Tekanan Guru yang dikemukakan oleh Boyle, Borg, Falzon & Baglioni (1995) seperti dalam rajah di bawah :

Rajah 3

Model Tekanan Guru (Boyle, Borg, Falzon & Baglioni, 1995)



Berdasarkan model tersebut, bagi menjalankan kajian ini, penyelidik memilih untuk mengkaji tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru berdasarkan kepada dua faktor iaitu bebanan kerja dan karenah pelajar; Kedua-dua faktor ini merupakan pemboleh ubah tidak bersandar, manakala tahap stres adalah pemboleh ubah bersandar.

2. Tinjauan Literatur

2.1. Kajian-Kajian Lepas Dari Dalam Negara

Antara kajian lepas dari dalam negara yang memberi impak besar terhadap stres dalam kalangan guru adalah kajian oleh Ismail (2015) dalam Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam (2018). Kajian ini telah dijalankan ke atas 289 orang guru di Sekolah Kebangsaan (SK) dan Sekolah Jenis Kebangsaan Cina (SJKC) di Daerah Barat Pulau Pinang. Melalui kajian ini, terdapat lima faktor utama stres peranan dalam kalangan guru dikenal pasti iaitu salah laku murid, beban peranan, kekangan masa dan sumber, penghargaan serta hubungan interpersonal. Dalam kajian ini, didapati bahawa kelima-lima faktor tersebut telah menyumbang kepada tahap stres dalam kalangan guru berada pada tahap sederhana. Selain itu, Normarina Ramlee (2015) dalam kajiannya mengenai tahap stres dalam kalangan 255 orang pensyarah Kolej Vokasional di Johor pula menunjukkan bahawa tahap stres dalam kalangan responden adalah sederhana, namun terdapat tanda-tanda stres dalam kalangan mereka. Dapatan kajian ini mendapati faktor perubahan sistem merupakan faktor dominan berlakunya stres dalam kalangan responden, diikuti oleh faktor beban kerja, faktor karenah murid, faktor hubungan interpersonal dan faktor kekangan masa dan sumber. Seterusnya, Zuraimy Ali, Azizi dan Mohd Nor (2016) dalam kajiannya terhadap guru Pendidikan Islam

mendapati bahawa tekanan kerja dimensi pengurusan masa dan tekanan kerjaya adalah selari dengan kajian lepas yang mendapati bahawa beban kerja, saiz kelas, stres kerja, kekaburan peranan dan konflik, kekurangan sokongan rakan sekerja dan pihak pentadbiran dan salah laku murid memberi tekanan kepada guru.

Dapatan kajian oleh Hayati Ishak (2015) mengenai 'burnout' dan tekanan kerja terhadap 75 orang guru sekolah menengah di Daerah Hulu Langat menunjukkan lebih kerja merupakan faktor utama dalam menyebabkan tekanan kerja kepada guru. Menurutnya lagi, punca tekanan adalah melibatkan bebanan tugas, kurang pengetahuan dan kemahiran melaksanakan tugas, kerja yang berulang dan rutin, hubungan langsung dengan murid dan rakan sekerja, kurangnya penghormatan dan penghargaan atas tugas yang dilaksanakan dan kurang maklum balas positif daripada pegawai atasan, pekerja bawahan mahupun pelanggan sendiri. Hasil dapatan kajian yang dijalankan oleh Kyriacou dan Chien (2004) dalam Amalina Razali dan Azita Ali (2016) yang menyatakan presiden NUTP, Ismail Nihat sendiri mendakwa tahap stres guru di negara Malaysia semakin bertambah dan membimbangkan ekoran beban tugas yang meningkat. Guru telah dibebankan dengan pelbagai tugas pentadbiran yang telah menjadi rutin pekerjaan mereka. Contohnya, mengisi borang, mengutip yuran, mengemaskini kedatangan murid, menyediakan laporan prestasi, menyediakan soalan ujian dan peperiksaan, memberi bimbingan dan sebagainya bagi mamajukan muridnya.

Tambahan pula, dalam kajian Mokhtar Ahmad (1998) dalam Morris Lat dan Crispina Gregory (2018) terhadap 47 orang guru Kemahiran Hidup yang mengajar di sekolah-sekolah di Daerah Pekan dan Rompin turut mendapati bahawa bebanan tugas merupakan punca stres kerja yang paling ketara. Dapatan kajian juga mendedahkan bahawa 8.5% responden mengalami stres yang tinggi, 55% responden mengalami stres yang sederhana dan 32.2% responden mengalami stres yang rendah. Selain itu, kajian oleh Ooi Chew Hong dan Aziah Ismail (2015) mengenai sokongan pihak pengurusan sekolah terhadap tekanan kerja guru di SK dan SJKC yang dijalankan terhadap 289 orang guru menunjukkan bahawa kelima-lima faktor tekanan kerja guru iaitu salah laku murid, beban tugas, kekangan masa dan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan merupakan penyumbang kepada tekanan kerja guru pada tahap sederhana.

Kajian terkini seperti oleh Sze et al. (2022) menunjukkan bahawa guru mengalami tekanan yang tinggi akibat daripada perubahan kepada norma baharu seperti pengajaran dalam talian dan penyesuaian dengan teknologi semasa pandemik COVID-19. Tekanan juga meningkat kerana keperluan untuk menguruskan murid-murid secara maya dan peranan tambahan seperti pemantauan kedatangan dalam talian dan penyediaan bahan pengajaran digital. Keadaan ini menyebabkan peningkatan dalam tekanan kerja serta keletihan mental dalam kalangan guru di Malaysia. Di Malaysia juga, kajian oleh Maarof (2020) mengenai guru-guru sekolah rendah mendapati beban tugas tambahan serta pengurusan masa yang tidak mencukupi menyumbang kepada tekanan yang lebih besar. Faktor ini sejajar dengan dapatan kajian lepas yang menyebut beban kerja sebagai faktor utama, tetapi tekanan bertambah akibat ketidakpastian yang dibawa oleh pandemik dan peralihan kepada pembelajaran maya

Amalina Razali dan Azita Ali (2016) dalam kajiannya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tahap stres dalam kalangan 74 orang guru Pendidikan Khas di sekolah menengah di Daerah Johor Bahru mendapati secara keseluruhannya dapatan kajian menunjukkan tahap stres dalam kalangan guru Pendidikan Khas berada pada tahap sederhana. Menurut kajian ini, walaupun stres guru berada pada tahap sederhana, ini 42 menunjukkan bahawa guru Pendidikan Khas di Daerah Johor Bahru tetap berasa stres dengan kesemua faktor yang dikaji. Dapatan kajian juga menunjukkan bahawa majoriti guru Pendidikan Khas bersetuju bahawa mereka mengalami stres. Dapatan kajian ini juga membuktikan wujud hubungan antara tahap stres dengan faktor beban tugas di mana faktor beban tugas merupakan faktor yang mempengaruhi tahap stres yang tertinggi diikuti dengan faktor penghargaan dan faktor karenah murid. Manakala, faktor yang mempunyai skor min yang rendah adalah faktor sumber dan hubungan sesama rakan sekerja. Hal ini jelas menunjukkan bahawa guru berasa terbeban dengan semua perkara tersebut walaupun tahap stres guru berada pada tahap yang sederhana. Pernyataan ini disokong oleh kajian Aznan Che Ahmad, Ghani, Ismail, Hamzah, Aman dan Isa (2011) dalam Amalina Razali dan Azita Ali (2016) yang dijalankan ke atas 213 orang guru di Pulau Pinang yang menunjukkan seramai 166 orang guru bersetuju mereka sering diarahkan untuk melakukan tugas yang tidak berkaitan dengan Pendidikan Khas.

Di samping itu, kajian Raja Maria (2011) dalam Azlan Behadin (2015) mengenai tahap tekanan kerja dan faktor-faktor yang menyebabkan tekanan kerja dalam kalangan 90 orang guru sekolah menengah di Daerah Pasir Puteh

menunjukkan bahawa tahap 47 tekanan kerja berasaskan faktor-faktor tekanan dalam kalangan guru berada pada tahap sederhana. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa faktor kekangan masa mempunyai skor min yang tertinggi diikuti dengan faktor bebanan tugas, faktor penghargaan dan skor yang paling rendah adalah faktor karenah murid. Dapatan ini disokong oleh Mohamad Abdullah dan Woo (2010) dalam Ooi Chew Hong dan Aziah Ismail (2015) dalam kajiannya mengenai faktor-faktor yang mendorong tekanan kerja dalam kalangan guruguru SJK di tiga buah sekolah di Wilayah Persekutuan yang menunjukkan faktor kekangan masa mempunyai tekanan yang tertinggi, diikuti dengan bebanan tugas, penghargaan dan karenah murid.

Lantaran itu, walaupun terdapat banyak lagi teori dan model yang berkaitan dengan stres, namun dalam kajian ini, penyelidik hanya menggunakan model yang telah dinyatakan iaitu Model Tekanan Guru Boyle Borg, Falzon & Baglioni (1995) dan Model Tekanan Kerja Guru Kyriacou & Sutcliffe (1978) bagi mengkaji tahap stres dan faktor-faktor yang mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Kajian-kajian lepas tersebut sama ada kajian dalam negara atau luar negara dijadikan sebagai panduan oleh penyelidik dalam menjalankan penyelidikan ini.

2.1.1 Kajian-Kajian Lepas Dari Luar Negara

Terdapat banyak kajian lepas yang dijalankan bagi mengenalpasti tahap dan faktor-faktor stres dalam kalangan guru. Isu stres dalam kalangan guru telah mendapat perhatian ramai dan mula dikaji seawal tahun 1970-an hingga ke hari ini. Menurut Caryle & Woods (2004) dalam Normarina Ramlee (2015) dalam kajiannya di United Kingdom yang mendapati bahawa guru mengalami tahap stres yang agak tinggi di sekolah sehingga menyebabkan gangguan emosi dan fizikal. Dapatan kajian mereka mendapati faktor utama yang menyebabkan berlakunya stres adalah salah laku murid, bebanan tugas, penghargaan, kekangan masa dan infrastruktur dan hubungan interpersonal. Kajian Sprenger (2011) dalam Azlan Behadin (2015) yang menggunakan kaedah gabungan kualitatif dan kuantitatif untuk mengkaji faktor-faktor tekanan dan strategi menangani tekanan dalam kalangan guru sekolah rendah di Utara Carolina menunjukkan bahawa faktor utama yang menyebabkan tekanan kepada guru adalah harapan yang luar biasa daripada pentadbir atau ibu bapa, kerja-kerja dokumentasi seperti rancangan mengajar, kedatangan murid dan pengurusan seperti arahan atau prosedur baru. Seterusnya, Robbins (2004) dalam Almasitoh (2011), menyatakan bahawa stres kerja merupakan beban kerja yang berlebihan, perasaan susah dan ketegangan emosi yang menghambat tingkah laku individu (Nur Afui, A. Hadi Arifin dan Faisal Matriadi, 2018). Menurut Naylor (2001) dalam Amalina Razali dan Azita Ali (2016) yang menyatakan bahawa beban tugas guru adalah punca yang menyebabkan stres yang tinggi ke atas 644 orang guru sekolah menengah dan sekolah rendah di British, Columbia.

Seterusnya, kajian oleh Van Dick dan Wagner (2001) dalam Mohd Faizul Mohd Noor, Mohd Saifulkhair Omar dan Fauzi Hussin (2016) terhadap 557 orang guru juga mendapati bahawa faktor beban kerja merupakan penyumbang yang utama terhadap stres guru. Kajian mereka menunjukkan bahawa stress yang dialami oleh guru akan memberi kesan negatif bukan sahaja dari segi fisiologi seperti tekanan darah tinggi, malahan turut memberi kesan kepada tingkah laku guru. Begitu juga dengan kajian Tang 43 dan Yeung (1999) dan Lau (2002) dalam Mohd Faizul Mohd Noor, Mohd Saifulkhair Omar dan Fauzi Hussin (2016) terhadap 259 guru sekolah menengah di Hong Kong juga mendapati faktor beban tugas telah menyebabkan stres kepada guru hingga boleh mengundang 'burnout'. Kajian oleh Sokal et al. (2020) di Kanada juga mendapati bahawa tekanan dalam kalangan guru meningkat semasa pandemik kerana kebimbangan terhadap keselamatan peribadi, keperluan penyesuaian cepat kepada pengajaran digital, serta kekurangan sokongan emosi dan teknikal. Faktor-faktor ini menyumbang kepada fenomena 'burnout' yang lebih tinggi di kalangan guru, sama seperti dapatan kajian sebelum ini tentang beban kerja yang berat dan penghargaan yang kurang di tempat kerja.

Selain itu, hasil dapatan kajian Klassen dan Chiu (2010) dalam Morris Lat dan Crispina Gregory (2018) terhadap guru sekolah rendah dan sekolah menengah di Kanada juga mendapati bahawa faktor beban kerja dan 44 karenah murid merupakan faktor yang dominan mempengaruhi stres guru-guru. Walau bagaimanapun, menurut kajian ini lagi, guru yang menunjukkan tahap stres yang tinggi akibat bebanan kerja dilaporkan mempunyai efikasi sendiri yang tinggi dalam menguruskan bilik darjah. Chao (1995) dalam Donny Toisuta dan J.T Lobby Loekmono (2017) dalam kajiannya mengenai hubungan stres guru dan kepuasan kerja dengan sokongan sosial terhadap 50 orang guru Sekolah Dasar

(SD) dan 50 orang guru sekolah menengah di Hong Kong menunjukkan bahawa 61% responden mengalami stres pada tahap yang sangat tinggi.

Dapatan ini turut disokong oleh The Professional Teacher Union of Hong Kong (1995) dalam Donny Toisuta dan J.T Lobby Loekmono (2017) dalam kajiannya terhadap guru-guru di Hong Kong yang menunjukkan bahawa 66% responden yang mengalami stres pada tahap sangat tinggi. Hal ini adalah disebabkan oleh beberapa faktor iaitu sikap murid yang tidak mahu mematuhi peraturan, kelas yang terlalu besar, terlalu banyak peraturan serta tingginya beban kerja. Tambahan pula, Boyle, Borg, Falzon dan Baglioni (1995) dalam Zawanah Rahani (2015) menyatakan guru-guru akan berasa stres kerana guru bukan sahaja perlu berhadapan dengan kerenaah guru yang lain malah guru perlu memenuhi kehendak pengetua sekolah, ibu bapa murid dan pegawai pendidikan. Manakala, Dunham (1992) dalam Zawanah Rahani (2015) menyatakan sokongan dan hubungan yang baik daripada pihak atasan, rakan sekerja dan keluarga sangat penting untuk memberi motivasi, meningkatkan hubungan sosial dan kepuasan kerja guru di sekolah.

3. Metodologi Kajian

3.1. Reka Bentuk Kajian

Reka bentuk yang digunakan dalam kajian ini ialah kajian tinjauan yang bertujuan untuk mengenalpasti tahap dan faktor stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Reka bentuk kajian tinjauan dipilih kerana kajian tinjauan merupakan cara yang spesifik di mana data dapat dikumpulkan dengan cepat, mudah, menjimatkan masa dan perbelanjaan, bilangan responden yang ramai dapat diadakan dan sesuai untuk gambaran sebenar mengenai maklumat sampel kajian.

3.2. Populasi Dan Persampelan

Bagi tujuan kajian ini, penyelidik memilih seramai 41 daripada 50 orang guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru sebagai sampel responden dalam kajian seperti yang dicadangkan oleh Krejcie and Morgan (1970) dalam jadual penentuan saiz sampel. Sehubungan dengan itu, pengkaji menggunakan strategi persampelan kebarangkalian melalui teknik persampelan rawak mudah bagi memilih 41 orang sampel responden daripada populasi guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru. Norazlin Mohd Rusdin (2015), menyatakan bahawa Fishbowl Draw merupakan salah satu kaedah yang biasa digunakan untuk mendapatkan sampel secara rawak. Antara langkah pelaksanaan kaedah Fishbowl Draw adalah setiap guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru akan dinomborkan oleh penyelidik. Seterusnya, kertas nombor dimasukkan ke dalam sebuah kotak. Penyelidik akan mencabut nombor di dalam kotak tanpa melihatnya dan cabutan nombor adalah mengikut saiz sampel yang telah ditetapkan oleh penyelidik berdasarkan jadual penentuan sampel oleh Krejcie and Morgan (1970) iaitu seramai 41 orang guru. Langkah pelaksanaan kaedah Fishbowl Draw yang digunakan oleh penyelidik adalah menyerupai cabutan nombor bertuah. Antara langkah pelaksanaan kaedah Fishbowl Draw adalah setiap guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru akan dinomborkan oleh penyelidik. Seterusnya, kertas nombor dimasukkan ke dalam sebuah kotak. Penyelidik akan mencabut nombor di dalam kotak tanpa melihatnya dan cabutan nombor adalah mengikut saiz sampel yang telah ditetapkan oleh penyelidik berdasarkan jadual penentuan sampel oleh Krejcie and Morgan (1970) iaitu seramai 44 orang guru. Langkah pelaksanaan kaedah Fishbowl Draw yang digunakan oleh penyelidik adalah menyerupai cabutan nombor bertuah.

3.3. Instrumen Kajian

Instrumen yang digunakan dalam kajian ini adalah soal selidik berdasarkan pengubahsuaian daripada soal selidik kajian oleh Fazura Mohd Noor (2011) yang turut diubahsuai daripada beberapa soal selidik kajian-kajian terdahulu oleh Kim (2006), Ling (2008), Wan Mohamad Nasir (2002), Sevakame (2003) dan Chang (2007). Pengubahsuaian dibuat berdasarkan pemboleh ubah mengikut bidang tugas responden yang ingin diteroka iaitu guru sekolah harian. Menurut Mohd Majid Konting (1993), soal selidik lebih praktikal dan berkesan digunakan kerana penggunaannya dapat meningkatkan ketepatan dan kebenaran gerak balas yang diberikan oleh sampel. Hal ini kerana soal selidik tidak dipengaruhi oleh gerak balas yang diberikan oleh sampel kajian. Oleh itu, mereka bebas menyatakan pendapat

untuk menjawab setiap item yang diberikan. Selain daripada mendapatkan banyak maklumat dalam masa yang singkat, pengumpulan data melalui cara ini adalah lebih terkawal dari segi mutu data yang diperolehi serta data tersebut mudah diproses, khasnya dengan bantuan komputer dengan menggunakan perisian SPSS versi 26.0. Instrumental soal selidik dalam kajian ini terdiri daripada tiga bahagian iaitu :

3.3.1 Pembinaan Soal Selidik

Borang soal selidik kajian ini mempunyai tiga bahagian iaitu :

- I. Bahagian A : Maklumat latar belakang responden seperti jantina, status perkahwinan, umur, keturunan, kelulusan akademik tertinggi dan pengalaman mengajar.
- II. Bahagian B : Mengandungi 20 item yang digunakan untuk menentukan tahap stres yang dialami oleh guru-guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru berdasarkan skala Likert lima mata seperti dalam jadual 1.

Jadual 1

Skala Jawapan Untuk Soal Selidik Bahagian B

| Kenyataan | Ringkasan | Skor |
|---------------|-----------|------|
| Tidak Pernah | TP | 1 |
| Jarang | J | 2 |
| Kadang-Kadang | KK | 3 |
| Agak Kerap | AK | 4 |
| Kerap | K | 5 |

- III. Bahagian C : Mengandungi 25 item jumlahnya dan setiap item tersebut dibahagikan dalam empat konstruk iaitu :
 1. Hubungan sesama rakan sekerja
 2. Bebanan kerja
 3. Kekangan masa
 4. Karenah pelajar Bahagian C ini akan dijawab oleh responden berdasarkan skala likert lima mata seperti dalam jadual 2.

Bahagian C ini akan dijawab oleh responden berdasarkan skala likert lima mata seperti dalam jadual 2.

Jadual 2

Skala Jawapan Untuk Soal Selidik Bahagian C

| Kenyataan | Ringkasan | Skor |
|-----------------|-----------|------|
| Tidak Stres | T | 1 |
| Stres Rendah | SR | 2 |
| Stres Sederhana | SS | 3 |

| | | |
|---------------------|-----|---|
| Stres Tinggi | ST | 4 |
| Stres Sangat Tinggi | SST | 5 |

Konstrak pertama mengandungi sebanyak 3 item iaitu terdiri daripada soalan 1 hingga 3. Konstrak kedua mengandungi sebanyak 9 item iaitu terdiri daripada soalan 4 hingga 12. Konstrak ketiga mengandungi sebanyak 6 item iaitu terdiri daripada soalan 13 hingga 18. Konstrak keempat mengandungi sebanyak 7 item iaitu terdiri daripada soalan 19 hingga 25.

Jadual 3

Ringkasan keseluruhan bahagian soal selidik kajian

| Bahagian | Item | Bil. Item |
|----------|-------------------------------|-----------|
| A | Demografi | 6 |
| B | Tahap Stres | 20 |
| C | Faktor Stres Guru | |
| | Hubungan sesama rakan sekerja | 3 |
| | Bebanan kerja | 9 |
| | Kekangan masa | 6 |
| | Karenah pelajar | 7 |

3.3.1 Kesahan Instrumen

Lee Keok Cheong, Zakri Abdullah dan Chua Lay Nee (2018), menyatakan bahawa kesahan sesuatu instrumen kajian merujuk sejauh mana instrumen tersebut mengukur data yang sepatutnya diukur. Kesahan sesuatu instrumen kajian bergantung kepada jenis pemboleh ubah yang dikaji. Pemboleh ubah yang bersifat kuantitatif adalah mudah untuk menentukan kesahan instrumen pengukurannya. Tambahan pula, Mohd Majid (1990) dalam Azlan Behadin (2015), menyatakan bahawa sesuatu instrumen tersebut dikatakan mempunyai kesahan yang tinggi jika darjah kebolehannya mengukur apa yang sepatutnya diukur adalah tinggi. Justeru, Azlan Behadin (2015), menyatakan bahawa kesahan instrumen dapat ditentukan melalui kesahan kandungan. Lee Keok Cheong, Zakri Abdullah dan Chua Lay Nee (2018), menyatakan kesahan kandungan merujuk sejauh mana instrumen kajian mengumpulkan data yang merangkumi kandungan sesuatu bidang yang dikaji. Kesahan kandungan bergantung pada objektif dan skop bidang yang dikaji. Creswell (2008) dalam Salina Mokhtar dan Rahimi Che Aman (2017), menyatakan kesahan kandungan biasanya dipastikan dengan merujuk kepada pakar dalam bidang bagi mengesahkan item atau soalan yang terkandung dalam sesuatu instrumen.

Dalam kajian ini, kesahan kandungan instrumen serta kesesuaian item yang dibentuk telah dinilai oleh tujuh orang pakar sesuai dengan cadangan yang diberikan oleh Lynn (1986) dalam Polit, Beck & Owen (2007), iaitu antara tiga hingga sepuluh orang (Salina Mokhtar dan Rahimi Che Aman, 2017). Pakar-pakar ini terdiri daripada pensyarah-pensyarah yang berpengalaman di Institut Pendidikan Guru Kampus Tengku Ampuan Afzan dan juga dari Institut Pendidikan Guru Kampus Dato' Razali Ismail iaitu Dr. Mohd Faizal Bin Hassan, Dr. Ahmad Ridwan Bin Osman, Dr. Abdul Jalil Bin Mohamad, Dr. Mohd Nazri Bin Hassan, Dr. Wong Sien Biang, En. Mohd Nor Bin Mohamed dan Dr. Nurhijrah Binti Zakaria. Ary, Jacobs & Sorensen (2010) dalam Salina Mokhtar dan Rahimi Che Aman (2017), menyatakan bahawa panel pakar ini diminta untuk menilai serta memeriksa item-item instrumen dari segi kandungan serta objektif yang hendak diukur. Penilaian item dibuat pada setiap item dalam soal selidik dari segi

kesesuaian kandungan, laras bahasa, susunan persembahan item, saiz huruf yang digunakan dan kesesuaian pengukuran yang perlu diukur. Seterusnya, cadangan pengubahsuaian dan pemurnian instrumen turut diminta sekiranya terdapat kekeliruan. Segala cadangan, pendapat dan maklum balas yang diterima daripada pakar-pakar ini diambil kira dan diguna pakai bagi memantapkan lagi maksud, bahasa dan kandungan soal selidik yang digunakan oleh penyelidik. Tambahan pula, Zickmund, Babin, Carr & Griffin (2010) dalam Sharifah Hasima Syed Daud, Jamal Yunus dan Hamidah Yusof (2017), menyatakan bahawa penyelidik perlu memastikan soal selidik yang digunakan mempunyai bahasa yang tepat dan mudah difahami, tidak kabur, tidak bias, bersahaja, tidak panjang, mudah dijawab, tidak mencabar ego dan tidak menyakitkan hati responden.

Oleh itu, kesahan kandungan melalui pakar adalah satu prosedur yang perlu dipatuhi oleh penyelidik sebelum menjalankan sesuatu kajian. Hal ini kerana, Baumgartner, Jakson, Mahar dan Rowe (2007) dalam Alvin Raj (2015), menyatakan bahawa sesuatu ujian yang sah mestilah boleh dipercayai. Sebaliknya, ujian yang mempunyai kebolehpercayaan mungkin belum tentu sah digunakan. Apabila sesuatu data yang diperolehi daripada sesuatu instrumen pengukuran yang tidak sah akan menyebabkan data tersebut tidak boleh digunapakai dalam pengukuran. Menurut Ahmad Hasim (2004) turut menyatakan bahawa sebarang analisis yang dibuat berdasarkan data yang tidak sah akan mengakibatkan kesalahan atau tidak tepat (Alvin Raj, 2015).

3.3.2 Kebolehpercayaan Instrumen

Kerlinger (1973) dalam Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam (2018), menyatakan bahawa kebolehpercayaan adalah darjah kesesuaian dan keyakinan serta mempunyai ciri-ciri yang stabil, konsisten, keramahan dan ketetapan. Seterusnya, Lee Keok Cheong, Zakri Abdullah dan Chua Lay Nee (2018), menyatakan bahawa kebolehpercayaan sesuatu instrumen kajian ialah ketekalan instrumen kajian untuk mengukur pemboleh ubah. Reber (1985), menyatakan bahawa setiap penyelidik mesti menjalankan ujian kebolehpercayaan instrumen kerana ianya sangat penting bagi menguji dan menganalisis pemboleh ubah melalui pekali alpha (Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam, 2018). Justeru, ujian rintis telah dijalankan bagi menentukan nilai pekali alpha melalui nilai Cronbach Alpha. Nilai Cronbach Alpha yang diperolehi oleh penyelidik seterusnya diinterpretasi berdasarkan penilaian yang dibuat oleh Hair, Babin, Money dan Samouel (2003) dalam Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman dan Ghazali Darusalam (2018) seperti yang dipaparkan dalam Jadual 4.

Jadual 4

Julat pekali Cronbach Alpha

| Julat pekali Cronbach Alpha | Kekuatan Kebolehpercayaan |
|-----------------------------|---------------------------|
| < 0.6 | Lemah |
| 0.6 - < 0.7 | Sederhana |
| < 0.7 - < 0.8 | Baik |
| < 0.8 - < 0.9 | Sangat Baik |
| 0.9 < | Cemerlang |

Berdasarkan jadual 5, hasil ujian rintis yang telah dijalankan oleh penyelidik menunjukkan nilai kebolehpercayaan Cronbach Alpha yang diperolehi bagi kesemua 45 item dalam instrumen kajian memberikan nilai sebanyak 0.972 yang menunjukkan bahawa kekuatan kebolehpercayaan instrumen kajian adalah cemerlang. Manakala, nilai Cronbach Alpha bagi setiap konstruk pula adalah melebihi 0.800. Sehubungan itu, instrumen ini sangat sesuai untuk digunakan oleh penyelidik dalam kajian sebenar, sesuai dengan cadanganyang diberikan oleh Kerlinger (1986), Mohd Majid (1990), Gable & Wolf (1993) dan Mohd Najib (1999) dalam Azlan Behadin (2015) yang menyatakan bahawa soal selidik yang mempunyai indeks kebolehpercayaan 0.7 ke atas boleh digunakan sebagai alat ukur sesuatu kajian. Nilai pekali Cronbach Alpha bagi instrumen kajian ini ditunjukkan dalam Jadual 4.

Jadual 5*Nilai Cronbach Alpha Instrumen Kajian*

| Pemboleh Ubah | Nilai Cronbach Alpha |
|--------------------------------------|-----------------------------|
| Tahap Stres | 0.968 |
| Faktor Hubungan Sesama Rakan Sekerja | 0.936 |
| Faktor Bebanan Tugas | 0.926 |
| Faktor Kekangan Masa | 0.897 |
| Faktor Karenah Pelajar | 0.961 |
| Keseluruhan Pemboleh ubah | 0.972 |

3.5. Etika Kajian

Penyelidik bertanggungjawab dalam mematuhi etika ketika melaksanakan penyelidikan. Segala peraturan dan prosedur yang telah ditetapkan telah diikuti oleh penyelidik bagi mendapatkan data yang tidak menyalahi etika yang ditetapkan. Semasa menjalankan kajian penyelidikan, penyelidik telah mengikut garis panduan moral dan etika iaitu sebelum mengedar borang soal selidik dalam bentuk Google Form kepada responden (guru-guru) yang dipilih, penyelidik telah membuat surat permohonan untuk mengedar borang soal selidik ke sekolah yang dipilih iaitu di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru bagi mendapatkan kebenaran daripada pihak sekolah. Surat-menyurat yang telah dibuat kemudiannya dihantar ke bahagian pengurusan sekolah untuk mendapatkan kelulusan daripada pihak sekolah. Penyelidik mengedar borang soal selidik (Google Form) kepada responden setelah mendapatkan kelulusan daripada Guru Besar sekolah yang dipilih itu. Identiti responden dilindungi dan tidak akan disiarkan secara terbuka. Semua maklumat yang dimasukkan ke dalam SPSS dan hanya digunakan untuk kajian ini sahaja.

3.6. Kaedah Penganalisan Data

Dapatan kajian akan dianalisis menggunakan perisian SPSS versi 26.0. Berikut merupakan teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data.

3.7. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan kaedah mengatur, memilih, menggabung dan menjadualkan data yang telah dikumpulkan untuk menganalisis data tersebut (Mohd Majid, 2000). Dalam kajian ini, bagi menjawab persoalan kajian pertama, analisis statistik deskriptif (kekerapan, peratusan, min dan sisihan piawai) digunakan untuk mengukur tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru. Tahap stres yang dialami oleh guru-guru diukur dengan menjumlahkan skor responden untuk kesemua 20 item, kemudian dipuratakan untuk menghasilkan nilai min dan seterusnya diinterpretasi mengikut pengkelasan tahap stres jumlah skor min yang telah dibina oleh Jawatankuasa Penyelidikan Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia (2001) dalam Azizi Yahaya, Mohamad Najib Abdul Ghafar, Jamaluddin Ramli dan Nadarajah Rengasamy (2003) seperti berikut : 1.00 – 2.33 (Rendah), 2.34 – 3.66 (Sederhana) dan 3.67 – 5.00 (Tinggi). Bagi menjamin data yang dikumpul adalah berkualiti dan tepat, analisis Cronbach's Alpha akan dilakukan untuk memastikan kebolehpercayaan instrumen kajian yang dikaji. Menurut Bond & Fox (2015), nilai kebolehpercayaan yang melebihi 0.7 adalah baik dan boleh diterima.

3.7. Analisis Inferensi

Statistik inferensi melibatkan analisis bivariat dan multivariat. Analisis bivariat hanya melibatkan dua variabel kajian untuk tujuan menentukan hubungan ataupun perbezaan/perbandingan di antara kedua-duanya. Antara jenis analisis bivariat yang popular dalam kalangan pengkaji kajian kuantitatif ini ialah analisis korelasi, ANOVA, regression dan juga t-test. Dalam kajian ini, penyelidik menggunakan analisis korelasi dan regresi bagi menentukan hubungan antara pemboleh tidak bersandar dan pemboleh ubah bersandar dengan menggunakan perisian SPSS Versi 26.0 seperti berikut :

3.8. Analisis Korelasi Pearson

Selain itu, analisis Korelasi Pearson akan digunakan dalam kajian ini. Kajian Kolerasi Pearson ini digunakan bagi menentukan kekuatan hubungan antara dua pemboleh ubah yang dapat diberikan nilai numerical (Mahizer, Abdul Talib, Noraini & Norazilawati, 2014). Menurut Chua Yan Piaw (2012) pula ujian Kolerasi Pearson digunakan untuk mengkaji hubungan antara pemboleh ubah. Ujian Kolerasi Pearson mempunyai tahap yang tersendiri. Menurut beliau nilai kolerasi Pearson 0.9 hingga 1.00 atau -0.09 hingga 1.00 adalah nilai yang mempunyai kekuatan kolerasi yang sangat kuat manakala jika nilai 00 menunjukkan tiada kolerasi.

3.9. Analisis Regresi

Analisis regresi berganda pula digunakan untuk meneliti pengaruh pemboleh ubah tidak bersandar iaitu hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja, kekangan masa dan karenah pelajar terhadap pemboleh ubah bersandar iaitu tahap stres. Bagi tujuan itu, pengkaji akan melihat kepada nilai beta melalui analisis regresi berganda untuk meramal dan menerangkan nilai bagi pemboleh ubah bersandar berdasarkan pemboleh ubah-pemboleh ubah tidak bersandar. Manakala, koefisien Penentu (R^2) pula digunakan untuk mengetahui sumbangan pemboleh ubah- pemboleh ubah tidak bersandar terhadap varian dalam pemboleh ubah bersandar iaitu tahap stres.

4. Dapatan Dan Perbincangan

Dapatan kajian adalah berdasarkan kepada analisis data soalan-soalan kajian yang dikemukakan daripada kajian stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru. Manakala,perbincangan adalah berdasarkan kepada hasil kajian dan tinjauan literatur yang berkaitan dengan stres guru seperti yang diketengahkan oleh penyelidik.

Jadual 6

Taburan Demografi Responden

| Demografi | Sub-profil | Bilangan | Peratus |
|----------------|-------------------------|----------|---------|
| Jantina | Lelaki | 2 | 4.9 |
| | Perempuan | 39 | 95.1 |
| Status | Bujang | 4 | 9.8 |
| | Berkahwin | 36 | 87.8 |
| | Janda / duda / berpisah | 1 | 2.4 |
| Umur | 20 – 30 tahun | 3 | 7.3 |
| | 31 – 40 tahun | 10 | 24.4 |
| | 41 – 50 tahun | 24 | 58.5 |

| | | | |
|-------------------------------------|------------------|----|------|
| | 51 tahun ke atas | 4 | 9.8 |
| Keturunan | Melayu | 1 | 2.4 |
| | India | 40 | 97.6 |
| Kelulusan akademik tertinggi | Diploma | 1 | 2.4 |
| | Ijazah | 26 | 63.4 |
| | Sarjana / PhD | 14 | 34.1 |
| Pengalaman mengajar | 1 – 5 tahun | 3 | 7.3 |
| | 6 – 10 tahun | 4 | 9.8 |
| | 11 – 15 tahun | 10 | 24.4 |
| | 16 tahun ke atas | 24 | 58.5 |

Daripada keseluruhan 41 responden yang terlibat dalam kajian ini, seramai 2 orang atau 4.9 peratus adalah terdiri daripada guru lelaki, manakala seramai 39 orang atau 95.1 peratus lagi adalah terdiri daripada guru perempuan. Ini menunjukkan bahawa jumlah responden dalam kalangan guru perempuan melebihi jumlah guru lelaki dalam kajian ini. Seterusnya, profil responden mengikut status menunjukkan seramai 4 orang (9.8%) adalah bujang, seramai 36 orang (87.8%) sudah berkahwin dan bakinya seramai 1 orang (2.4%) adalah janda / duda / berpisah.

Dari segi profil responden mengikut umur pula menunjukkan kumpulan umur yang paling banyak ditunjukkan oleh responden adalah berada dalam kumpulan umur 41 – 50 tahun iaitu sebanyak 58.5% (24 orang). Diikuti dengan kumpulan umur 31 - 40 tahun iaitu sebanyak 24.4% (10 orang). Seterusnya, kumpulan umur 51 tahun ke atas iaitu sebanyak 9.8% (4 orang) dan terakhir kumpulan umur 20 – 30 tahun iaitu sebanyak 7.3% (3 orang).

Berkaitan profil responden mengikut keturunan, dapatan menunjukkan seramai 1 orang (2.4%) adalah Melayu, manakala seramai 40 orang (97.6%) lagi adalah India. Merujuk kepada jadual 4.1, dapat dilihat bahawa majoriti tahap kelulusan akademik tertinggi responden adalah pada tahap Ijazah dengan seramai 26 orang (63.4%). Diikuti dengan seramai 14 orang (34.1%) pada tahap Sarjana / PhD dan seramai 1 orang (2.4%) pada tahap Diploma.

Terakhir, berkaitan profil responden mengikut pengalaman mengajar menunjukkan seramai 3 orang (7.3%) adalah terdiri daripada 1 – 5 tahun, seramai 4 orang (9.8%) daripada 6 – 10 tahun, seramai 10 orang (24.4%) daripada 11 – 15 tahun, dan seramai 24 orang (58.5%) lagi daripada 16 tahun ke atas. Ini menunjukkan bahawa kebanyakan pengalaman mengajar responden adalah terdiri dalam kalangan 16 tahun ke atas.

4.1. Kebolehpercayaan Instrumen

Hasil kebolehpercayaan alfa Cronbach bagi stress guru, hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja, kekangan masa dan karenah pelajar dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor dipaparkan dalam Jadual 5.

Jadual 7

Kebolehpercayaan Instrumen

| Pemboleh ubah | Alfa Cronbach | Bilangan Item |
|-------------------------------|----------------------|----------------------|
| Stress guru | 0.940 | 20 |
| Hubungan sesama rakan sekerja | 0.859 | 3 |

| | | |
|------------------------------|--------------|-----------|
| Bebanan kerja | 0.893 | 9 |
| Kekangan masa | 0.920 | 6 |
| Kerenah pelajar | 0.931 | 7 |
| Keseluruhan instrumen | 0.968 | 45 |

Jadual 5 di atas menunjukkan julat kebolehpercayaan bagi stress guru, hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja, kekangan masa dan karenah pelajar adalah berada di antara 0.859 hingga 0.940. Manakala alfa Cronbach bagi keseluruhan instrumen pula adalah 0.968 (45 item). Maka, jadual alfa Cronbach di atas menunjukkan bahawa instrumen yang digunakan mempunyai kebolehpercayaan yang tinggi.

4.2. Taburan Kenormalan

Hasil taburan kenormalan data berdasarkan ujian statistik Skewness dan Kurtosis dipaparkan dalam Jadual 6.

Jadual 8
Taburan Kenormalan

| Pemboleh ubah | Skewness | Kurtosis |
|-------------------------------|----------|----------|
| Stress guru | .452 | -.350 |
| Hubungan sesama rakan sekerja | .152 | -.900 |
| Bebanan kerja | -.433 | -.555 |
| Kekangan masa | -.113 | -.170 |
| Kerenah pelajar | .151 | .346 |

Berdasarkan analisis statistik seperti dalam Jadual 6 menunjukkan pemboleh ubah kajian adalah berdistribusi normal iaitu mempunyai hasil ujian pembolehubah di antara ± 2 sisihan piawai. Hasil dapatan mendapati skewness pemboleh ubah adalah berada antara -0.433 hingga 0.452. Manakala kurtosis pemboleh ubah pula adalah berada antara -0.900 hingga 0.346. Oleh itu, data- data dalam kajian ini adalah sesuai untuk dilakukan analisis selanjutnya.

4.3. Analisis Korelasi Pearson

Hasil kajian seperti yang dipaparkan dalam Jadual 7 menunjukkan hubungan sesama rakan sekerja ($r = 0.593$, $p < 0.01$); bebanan kerja ($r = 0.655$, $p < 0.01$), kekangan masa ($r = 0.635$, $p < 0.01$); dan karenah pelajar ($r = 0.566$, $p < 0.01$) mempunyai hubungan yang signifikan dengan stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor.

Jadual 9
Analisis Korelasi Pearson

| | Stress guru | Hubungan sesama rakan sekerja | Bebanan kerja | Kekangan masa | Kerenah pelajar |
|-------------|-------------|-------------------------------|---------------|---------------|-----------------|
| Stress guru | 1 | .593** | .655* | .635** | .566** |

| | | | | | |
|-------------------------------|-------|--------|-------|--------|--------|
| Hubungan sesama rakan sekerja | .593* | 1 | .499* | .490** | .607** |
| Bebanan kerja | .655* | .499** | 1 | .869** | .721** |
| Kekangan masa | .635* | .490** | .869* | 1 | .732** |
| Kerenah pelajar | .566* | .607** | .721* | .732** | 1 |

Berdasarkan analisis Korelasi Pearson yang disediakan, hubungan antara beberapa faktor stres yang mempengaruhi guru dengan tahap stres mereka. Berikut adalah penjelasan bagi setiap korelasi dalam data:

Stres Guru dan Hubungan Sesama Rakan Sekerja ($r = .593$)

Terdapat korelasi positif yang signifikan antara tahap stres guru dan hubungan sesama rakan sekerja dengan nilai $r = .593$. Ini menunjukkan bahawa semakin baik hubungan dengan rakan sekerja, semakin rendah tahap stres yang dialami oleh guru, dan sebaliknya.

Stres Guru dan Beban Kerja ($r = .655$)

Korelasi ini juga positif dan signifikan dengan $r = .655$. Ini bermakna semakin tinggi beban kerja yang dialami oleh guru, semakin tinggi tahap stres yang mereka rasakan. Beban kerja adalah salah satu faktor dominan yang menyumbang kepada stres guru, seperti yang disokong oleh kajian literatur terdahulu.

Stres Guru dan Kekangan Masa ($r = .635$)

Terdapat korelasi positif antara stres guru dan kekangan masa dengan $r = .635$. Ini menunjukkan bahawa tekanan masa yang ketara dalam melaksanakan tugas-tugas juga berkait rapat dengan peningkatan stres guru.

Stres Guru dan Kerenah Pelajar ($r = .566$)

Korelasi ini menunjukkan bahawa terdapat hubungan positif antara stres guru dan kerenah pelajar dengan $r = .566$. Ini menggambarkan bahawa guru yang menghadapi masalah disiplin pelajar atau tingkah laku pelajar yang mencabar cenderung mengalami stres yang lebih tinggi.

Hubungan antara Faktor Lain :

Hubungan sesama rakan sekerja dan beban kerja ($r = .499$)

Walaupun terdapat korelasi positif, ia menunjukkan hubungan sederhana antara hubungan rakan sekerja dan beban kerja. Semakin baik hubungan rakan sekerja, beban kerja mungkin dirasakan sedikit lebih ringan.

Beban Kerja dan Kekangan Masa ($r = .869$)

Korelasi tinggi ini menunjukkan bahawa beban kerja dan kekangan masa sangat berkaitan—beban kerja yang meningkat sering kali disertai dengan kekangan masa yang lebih besar.

Beban Kerja dan Kerenah Pelajar ($r = .721$)

Hubungan antara beban kerja dan kerenah pelajar juga positif dan kuat, menunjukkan bahawa guru dengan beban kerja berat mungkin lebih terdedah kepada tekanan tambahan yang disebabkan oleh masalah disiplin pelajar.

Kekangan Masa dan Kerenah Pelajar ($r = .732$)

Korelasi positif antara kekangan masa dan kerenah pelajar menunjukkan bahawa guru yang menghadapi masalah pengurusan masa juga mungkin terdedah kepada tingkah laku pelajar yang sukar, yang memperburuk keadaan stres mereka.

Secara keseluruhannya, faktor beban kerja dan kekangan masa memainkan peranan utama dalam menyebabkan stres, dengan kedua-duanya mempunyai korelasi yang sangat tinggi dengan stres guru.

4.4. Regresi Berganda

Keputusan dalam Jadual 8 menunjukkan hubungan sesama rakan sekerja, bebanan kerja,kekangan masa dan karenah pelajar meramal secara signifikan terhadap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor, $R^2 = 0.532$, $F(4, 36) = 10.237$, $p < 0.05$ Peramal- peramal ini menyumbang sebanyak 53.2% varians terhadap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor.

Jadual 10
Regressi Berganda

| Model | Unstandardized Coefficients | | Standardized Coefficients | t | Sig. P |
|--|-----------------------------|------------|---------------------------|-------|--------|
| | B | Std. Error | Beta | | |
| (Constant) | .437 | .309 | | 1.414 | .166 |
| 1 Hubungan sesama rakan sekerja | .279 | .115 | .348 | 2.414 | .021 |
| Bebanan kerja | .272 | .200 | .325 | 1.361 | .182 |
| Kekangan masa | .154 | .183 | .204 | .842 | .405 |
| Kerenah pelajar | -.023 | .147 | -.029 | -.156 | .877 |
| $R^2 = 0.532$, $F(4, 36) = 10.237$, Sig. $F = 0.000$ | | | | | |

Analisis lanjut mendapati bahawa hubungan sesama rakan sekerja, $Beta = 0.348$, $t(36) = 2.414$, $p < 0.01$ mempengaruhi secara signifikan terhadap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor. Manakala bebanan kerja, $Beta = 0.325$, $t(36) = 1.361$, $p > 0.05$; kekangan masa, $Beta = 0.204$, $t(36) = 0.842$, $p > 0.05$; dan karenah pelajar, $Beta = -0.029$, $t(36) = -0.156$, $p > 0.05$ pula tidak mempengaruhi secara signifikan terhadap stress gurudalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor. Dapatan ini menunjukkan faktor yang paling dominan mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru adalah hubungan sesama rakan sekerja, $Beta = 0.348$, $p < 0.05$.

4.5. Pengujian Hipotesis

- Ho1 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor hubungan sesama rakan sekerja terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru
- Ho2 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor bebanan kerja terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru
- Ho3 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor kekangan masa terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru
- Ho4 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor karenah pelajar terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru

Jadual 11*Rumusan Faktor Penentu Tahap Stres Guru*

| Pembolehubah | Beta | Sig. |
|-------------------------------|-------------|-------------|
| Hubungan sesama rakan sekerja | .348 | .021 |
| Bebanan kerja | .325 | .182 |
| Kekangan masa | .204 | .405 |
| Karenah pelajar | -.029 | .877 |

Hasil kajian seperti dalam Jadual 9 menunjukkan hubungan sesama rakan sekerja, Beta = 0.348, $p < 0.01$ mempengaruhi secara signifikan terhadap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor. Dengan itu, hipotesis **Ho1 adalah ditolak**. Manakala bebanan kerja, Beta = 0.325, $p > 0.05$; kekangan masa, Beta = 0.204, $p > 0.05$; dan karenah pelajar, Beta = - 0.029, $p > 0.05$ pula tidak mempengaruhi secara signifikan terhadap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru, Johor. Dengan itu, hipotesis **Ho2, Ho3 dan Ho4 adalah diterima**.

4.6. Rumusan Analisis

Kajian ini menghuraikan dapatan-dapatan analisis data secara deskriptif dan inferensi bagi mencapai objektif-objektif serta tujuan kajian ini keseluruhannya. Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap stress guru dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru adalah berada pada tahap yang rendah secara keseluruhannya. Juga mendapati hubungan sesama rakansekerja merupakan faktor yang paling dominan yang mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru. Sebanyak 4 hipotesis telah diuji dalam kajian ini. Oleh itu, dapat disimpulkan bahawa sebanyak satu hipotesis tersebut telah ditolak, manakala tiga hipotesis lagi telah diterima dalam kajian ini.

Jadual 12*Rumusan Hipotesis*

| | Hipotesis | Keputusan |
|-----|---|------------------|
| Ho1 | Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor hubungan sesamarakan sekerja terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah daerah Johor Bahru | Ditolak |
| Ho2 | Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor bebanan kerja terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru | Diterima |
| Ho3 | Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor kekangan masa terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru | Diterima |

Ho4 Tidak terdapat pengaruh yang signifikan faktor karena pelajar terhadap tahap stres guru-guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru

Diterima

5. Cadangan Kajian Lanjutan

Terdapat beberapa cadangan yang ingin disarankan untuk kajian masa hadapan supaya kajian lebih mudah, kemas dan mempelbagaikan lagi kajian yang bakal dilakukan. Dengan itu, terdapat beberapa cadangan yang mungkin boleh digunakan oleh penyelidik sebagai rujukan kelak. Antaranya,

- I. Oleh kerana skop kajian yang meliputi faktor stres guru amat luas, penyelidik boleh mempelbagaikan lagi pemboleh ubah bersandar bagi mengetahui faktor lain yang turut menyumbang kepada stres dalam kalangan guru.
- II. Selain daripada itu, penyelidik boleh meluaskan lagi responden kajian dengan mengkaji bukan sahaja faktor stres terhadap guru malahan penyelidik boleh membuat kajian tentang faktor stres kerja terhadap individu lain seperti jururawat, polis dan sebagainya.
- III. Metodologi kajian bagi kajian lanjutan boleh dipelbagaikan. Contohnya, selain kaedah kuantitatif dengan menggunakan soal selidik, kaedah kualitatif seperti temu bual juga boleh digunakan dalam proses pengumpulan data. Dengan car aini, maklumat yang lebih terperinci boleh diperolehi.
- IV. Seterusnya, penyelidik boleh meluaskan lokasi kajian dan mendapatkan bilangan responden yang lebih ramai agar dapatan kajian yang bakal dijalankan lebih tepat dan terbaik. Jika kajian dilakukan di industri luar, sebaiknya penyelidik membuat permohonan yang lebih awal agar tidak menghadapi masalah seperti keterbatasan waktu.

5.1 Implikasi

Daripada perbincangan dan rumusan hasil kajian, beberapa implikasi kajian kepada Pendidikan perlu dipertimbangkan :

Kajian telah membuktikan bahawa tahap stres dalam guru di sebuah sekolah rendah daerah Johor Bahru adalah pada tahap rendah. Walaupun, ia merupakan bukan satu keadaan yang kritikal, tetapi Pihak Kementerian Pendidikan, Jabatan Pendidikan Negeri, Pejabat Pendidikan Daerah, pihak pentadbir sekolah dan individu guru itu sendiri perlu sedar dan mengambil langkah-langkah awal dalam menghadapi isu stres dari terus menguasai diri supaya tidak mencapai tahap yang melampau pada masa hadapan. Kesedaran awal dan langkah menangani amat perlu dirancang oleh guru supaya prestasi kerja tidak terjejas. Kerjasama dan sokongan semua pihak amat perlu dalam usaha menangani isu ini. Bagi pihak Kementerian Pendidikan Malaysia, mereka harus sedar bahawa terdapat sebilangan guru yang menjadikan profesion guru ini sebagai pilihan terakhir ataupun menjadi guru kerana terpaksa akibat desakan ibu bapa. Oleh itu, apabila mereka memasuki alam pekerjaan dalam profesion guru ini, mereka sangat mudah berasa stres.

Kementerian Pendidikan Malaysia harus memperhalusi syarat-syarat pengambilan guru pada masa akan datang seperti mengadakan pelbagai saringan sebelum seseorang dipilih untuk melanjutkan pelajaran dalam pendidikan. Ini sangat penting kerana bakal guru yang dipilih benar-benar mempunyai kelayakan dan benar-benar bersedia dari segi aspek fizikal, mental dan emosi untuk menghadapi cabaran dalam bidang perguruan.

6. Kesimpulan

Tidak dapat dinafikan bahawa guru-guru seringkali mengalami stres di sekolah walaupun tahap stres yang dialami adalah berbeza. Secara keseluruhannya, tahap stres yang dialami oleh guru-guru di sebuah sekolah daerah Johor

Bahru berada pada tahap rendah. Berdasarkan kajian yang telah dijalankan, faktor bebanan kerja, faktor kekangan masa dan faktor karenah pelajar menyumbang stres di kalangan guru. Maka, isu stres kerja guru perlu diberi perhatian yang serius oleh semua pihak seperti sekolah, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pendidikan Malaysia. Langkah awal perlu diambil bagi menangani isu stres sebelum ia merebak dan menjadi sinonim dengan profesion keguruan. Sesungguhnya, kualiti pengajaran yang baik adalah datangnya daripada guru yang sihat dan bebas daripada stres.

Rujukan

- Ages, V. D (2011). *Teacher Peceptions On Stress And Retention*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Ahmad Bahai. (2015). Hubungan Antara Kepuasan Kerja Terhadap Stres Kerja Guru Pendidikan Luar Biasa Di SLB Muhammadiyah Jombang. *Fakulti Psikologi, Universiti Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Alvin Raj. (2015). Kesahan Dan Kebolehpercayaan Instrumen Penilaian Pendidikan Luar. *Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan, Universiti Pendidikan Sultan Idris*.
- Amalin Razali & Azita Ali. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tahap Stres Guru Pendidikan Khas. *Fakulti Pendidikan Teknikal dan Vokasional, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia*.
- Azizi Yahaya, Mohamad Najib Abdul Ghafar, Jamaluddin Ramli & Nadarajah Rengasamy. (2003). Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Disiplin Pelajar Sekolah Dan Perhubungan Pembentukan Personaliti Pelajar.
- Azizi Yahaya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan. (2007). *Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan: Teori, Analisis & Interpretasi*. Kuala Lumpur: PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.
- Azlan Behadin. (2015). Tekanan Kerja, Efikasi Kendiri Akademik Dan Komitmen Untuk Meneruskan Pengajian Dalam Program Pensiswazahan Guru (Tesis Sarjana). *Fakulti Pendidikan dan Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris*.
- Baharin Abu & Mariam Aziz. (2010). Stres Dalam Kalangan Guru Di Dua Buah Sekolah Menengah Kebangsaan Di Kawasan Skudai. *Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia*.
- Berita Harian Online. (2018, Ogos 28). 4.4 Peratus Guru Stres. Retrieved from <https://www.bharian.com.my/node/467001/amp>
- Boyle G. J., Borg M. G., Falzon, J. M. & Baglioni, A. J. Jr. (1995). A Structural Model of the Dimensions of Teacher Stress. *British Journal of Educational Psychology*. 65: 49-67.
- Chang, C. L. (2007). *Stress Among Secondary School Teachers In Klang District (Masters Theses)*. Universiti Malaya.
- Chaplain, R. P. (1995). Stress and Job Satisfaction: A Study of English Primary School. *Educational Psychology*, 15, 473-489.
- Chua, Tee Tee & Koh, Boh Boon. (1992). *Pendidikan Khas dan Pemulihan Bacaan Asas*. Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Chua Yan Piaw. (2014). *Kaedah dan Statistik Penyelidikan Buku 1: Kaedah Penyelidikan*. Selangor: Mac Graw Hill Education.

- Donny Toisuta & Lobby Loekmono, J. T. (2017). Hubungan Kepuasan Kerja, Stres Guru Dengan Kebahagiaan Guru Pendidikan Agama Sekolah Menengah Di Kota Ambon.
- Fazura Mohd Noor. (2011). Faktor-Faktor Penentu Stres Dalam Kalangan Guru-Guru: Kajian di Sekolah Rendah Mubaligh Di Kuala Lumpur (Tesis Sarjana). Open University Malaysia.
- GPS Bestari. (2019, Jun 18). Siri 3: KPM Prihatin Guru Stres dan Kemurungan. Retrieved from <https://www.gpsbestari.com/mobile/berita/siri-3-kpm-prihatin-guru-stres-dan-kemurungan-1.927134>
- Hayati Ishak. (2015). Burnout Dan Tekanan Kerja Di Kalangan Guru: Satu Kajian Terhadap Guru-Guru Sekolah Menengah Daerah Hulu Langat (Tesis Sarjana). Fakulti Ekonomi dan Perniagaan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi.
- Kerlinger, F. N. (1973). *Foundation Of Behavioral Research* (3rd ed). New York: Holt Rinehart and Winston.
- Kim, T. S. (2006). Stres Kerja Dalam Kalangan Guru Teknik (Kajian Ilmiah). Universiti Teknologi Malaysia.
- Kim, T. S. (2006). Stres Kerja Di Kalangan Guru Aliran Teknik Di Johor, Melaka Dan Negeri Sembilan (Tesis Sarjana). Universiti Teknologi Malaysia.
- Krejcie & Morgan. (1970). Determining Sample Size For Research Activities. *Educational And Psychological Measurement*. 607-610.
- Kyriacou & Sutcliffe. (1978). Teachers Stress: Prevalence, Sources and Symptoms. *British Journal of Educational Psychology*.
- Lau, P. S. Y. (2002). Teachers Burnout In Hong Kong Secondary Schools. ProQuest Dissertations and Theses Lee, Keok Cheong, Zakri Abdullah & Chua, Lay Nee. (2018). *Penyelidikan Dalam Pendidikan*. Selangor: Oxford Fajar Sdn. Bhd.
- Ling, H. Oi. (2008). Individual And Systemic Factors Influencing Secondary School Teacher Stress In Hong Kong. ProQuest Dissertations And Theses.
- Mark A Goss-Sampson. (2018). Analisis Statistik dengan JASP: Buku Panduan Pelajar. Retrieved from <https://www.scribd.com/document/4122933449/Statistical-Analysis-in-JASP-A-Students-Guide-v1-0-Bahasa-Melayu-Pre-release>
- McCormick, J. (1997). Occupational stress of teachers: Biographical differences in a large school system. *Journal of Educational Administration*. 35, 18-38.
- Mohd Faizal Hassan, Hamidah Sulaiman & Ghazali Darusalam. (2018). Pengaruh Faktor Terpilih Terhadap Stres Peranan Dalam Kalangan Guru Sekolah Kebangsaan Di Daerah Jerantut, Pahang. *Prosiding Seminar Kebangsaan Majlis Dekan Pendidikan Universiti Awam 2018*, Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya.
- Mohd Faizul Mohd Noor, Mohd Saifulkhair Omar & Fauzi Hussin. (2016). Hubungan Ilkim Sekolah Dan Stres Guru Sekolah Menengah Di Daerah Kuala Nerus, Terengganu. *Proceeding of International Seminar on Generating Knowledge Through Research*, UUM-UMSIDA, 25-27 October 2016, Universiti Utara Malaysia.
- Mohd Majid Konting. (1993). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Morris Lat & Crispina Gregory. (2018). Hubungan Antara Beban Tugas Dengan Stres Guru Kolej Vokasional Di

Negeri Sabah. Fakulti Psikologi dan Pendidikan, Universiti Malaysia Sabah, Kota Kinabalu.

Nadia Yuli Pertiwi & Ice Yulia Wardani. (2019). Tingkat Stres Kerja Dan Strategi Menangani Stres Guru SD Dalam Implementasi Kurikulum 2013. *Jurnal Ilmiah Permas*, 9(2), 155-164.

Noraini Mohamad. (2015). Tekanan Kerja Dalam Kalangan Guru: Kajian Di Sebuah Sekolah Menengah Daerah Kluang Johor Darul Takzim. Universiti Teknologi Malaysia.

Norazlin Mohd Rusdin. (2015). Retrieved from Modul Persampelan Rawak.

Normarina Ramlee. (2015). Tahap Stres Dalam Kalangan Pensyarah Kolej Vokasional Di Johor. Fakulti Pendidikan Teknikal dan Vokasional, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Nur Aful, A. Hadi Arifin & Faisal Matriadi. (2018). Pengaruh Konflik Peranan Dan Stres Kerja Terhadap Komitmen Organisasi dan Organizational Citizenship Behavior Pada Guru SD Di UPTD-PK Nisam. *Jurnal Manajemen Indonesia (J-Mind)*.

Nurul Atikah Marshid & Sa'adiyah Ma'alip. (2018). Pemilihan Bahasa Dalam Masyarakat Multilingual: Minoriti Siam Peranakan Di Alor Setar, Kedah. *Jurnal Wacana Sarjana*, 2(2), 1-14.

Ooi, Chew Hong & Aziah Ismail (2015). Sokongan Pihak Pengurusan Sekolah Terhadap Tekanan Kerja Guru Di Sekolah Kebangsaan Dan Sekolah Jenis Kebangsaan Cina. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*. 2(2), 42-57.

Penafian/Nota Penerbit: Pernyataan, pendapat dan data yang terkandung di dalam semua penerbitan hanya sanya dihasilkan oleh para penulis dan penyumbang dan bukannya daripada RISE dan/atau para editornya. RISE dan/atau para editornya tidak bertanggungjawab terhadap sebarang kecederaan yang berlaku pada orang atau harta benda yang berpunca daripada mana idea, metode, arahan atau produk yang dirujuk daripada kandungan yang dinyatakan di dalam manuskrip.