

Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres di Kalangan Guru Sekolah Menengah Di Malaysia

Prof. Madya Dr Azizi bin Hj Yahaya
Mazeni Binti Ismail
Email: maz_38397@yahoo.com
UTM Skudai

Abstrak

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap dan faktor-faktor yang menyebabkan stres di kalangan guru sekolah-sekolah menengah. Seramai 400 orang guru dari 16 buah sekolah menengah di empat buah negeri yang dipilih secara kelompok atas kelompok yang terdiri daripada soal selidik lebihan kerja, hubungan interpersonal dan persekitaran kerja (Administrative Stress Indeks -ASI) dan soal selidik ketandusan emosi, depersonalisasi dan kejayaan diri (General Health Questionnaire -GHQ). Darjah kebolehppercayaan (alfa cronbach) bagi kedua-dua instrumen yang digunakan dalam kajian ini ialah 0.7514 dan 0.8827. Hasil daripada kajian menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan antara faktor-faktor stres di kalangan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah. Para guru menyatakan bahawa tahap stres guru secara keseluruhannya berada pada tahap yang sederhana. Faktor kejayaan diri merupakan faktor yang paling mempengaruhi stres guru. Dapatan kajian juga menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor-faktor stres dengan umur, bilangan anak dan pengalaman seseorang guru, tetapi didapati faktor kejayaan diri terdapat hubungan dengan pengalaman.

Kata kunci: stres, dimensi stres, tahap stres, stres guru.

Abstract

The aim of this study is to determine the levels and factor that contributed to stress among secondary school teachers. Approximately 400 teachers from 16 school from Johor, Melaka, Negeri Sembilan and Selangor were selected by using cluster of cluster in this study. The data were collected through questionnaire, which consists of work overload, interpersonal relationship and environment workplace (Administrative Self Indeks-ASI) and Emotional exhaustion, depersonalization and personal achievement (General Health Questionnaire -GHQ). The alpha cronbach for this two instrument were 0.7514 and 0.8827. As a whole the result of the study, shows that there not differences between these factors if tested on teachers gender. Teachers reported that their stress level were only in moderate level. Personal achievement factor was the most influential in contributing to the self stress. Study results also shows that there were no significant relationship between stress factors and age, number of children and teachers experience, however personal achievement factor still have something to do with experience.

Key words: stress, dimension of stress, level of stress, teacher stress.

1.0 Pengenalan

Guru-guru adalah domain utama yang diamanahkan dalam proses penerapan dan penyampai ilmu kepada anak watan, sama ada rela atau tidak mereka dituntut untuk

membangunkan diri dengan sebarang bentuk perubahan serta pembaharuan yang berlaku dari masa ke semasa. Situasi tersebut secara umumnya mengakibatkan guru-guru terpaksa berhadapan dengan pelbagai tanggungjawab yang lebih mencabar, lebih berat dan semakin kompleks.

Stres merupakan satu penyakit yang sering dikaitkan dengan kesihatan mental dan kerap menyerang masyarakat pada hari ini. Kesihatan mental seperti yang didefinisikan oleh Pertubuhan Kesihatan sedunia (WHO) adalah kebolehan mengekalkan hubungan yang harmoni dengan orang lain, 'kebolehan dalam mengambil bahagian di dalam aktiviti kemasyarakatan dan kebolehan untuk menyumbang khidmat kepada masyarakat' (Kempen Cara Hidup Sihat, Kementerian Malaysia, 2000). Apabila seseorang itu berhadapan dengan stres, sudah tentu ia akan gagal untuk berfungsi dengan baik di dalam masyarakat. Menurut kajian yang dilakukan oleh Institute of Stress di New York, Amerika terdapat 90 peratus daripada lelaki dewasa mengalami stres yang kuat sekurang-kurangnya dua kali seminggu, manakala 25 peratus lagi mengalami stres setiap hari.

2.0 Pernyataan Masalah

Gold dan Roth (1993) menyatakan bahawa salah satu punca stres bagi guru adalah perubahan (Zakiah Binti Arshad, 2003). Sebagai pengurus pembelajaran, guru perlu merancang pengetahuan, kemahiran dan nilai yang hendak diajar setiap hari Esah Sulaiman (2003). Antara faktor-faktor yang menyebabkan stres guru ialah depersonalisasi, kejayaan diri, ketandusan emosi, lebihan kerja, hubungan interpersonal dan persekitaran kerja. Depersonalisasi ini adalah merujuk kepada keadaan emosi seseorang guru seperti cara melayan pelajar dan macam mana seseorang guru itu mengatasi masalah pelajarannya. Kejayaan diri merujuk kepada cara seseorang guru untuk mencapai kejayaan untuk melihat pelajarannya mencapai keputusan yang baik dalam pelajaran. Ketandusan emosi pula merujuk kepada perasaan guru yang kuat dalam menjalankan tugas tanpa merasa marah, sedih dan bersifat sentimental. Persekitaran kerja juga mempengaruhi guru dalam menjalankan tugas harian mereka antaranya keadaan persekitaran kelas, kemudahan alat bantu mengajar dan alat kelengkapan yang lain untuk memudahkan perhubungan guru dan pelajar.

Selain itu hubungan interpersonal yang baik juga perlu bagi guru antaranya berkongsi masalah dengan rakan sekerja, rakan sekerja sentiasa memberi kerjasama dan sentiasa mendapat galakan daripada pentadbir atau pengetua. Guru juga telah dibebankan dengan pelbagai tugas pentadbiran yang telah menjadi rutin pekerjaan mereka, umpamanya mengisi borang, mengutip yuran, mengemas kini kedatangan pelajar, menyediakan laporan prestasi, menyediakan soalan ujian dan peperiksaan, memberi bimbingan dan pelbagai lagi bagi memajukan pelajarannya. Kyriacou (1987) juga menekankan bahawa stres yang berpanjangan boleh melemahkan mental dan fizikal serta berupaya melemahkan secara signifikan kerjaya guru dan prestasi pelajarannya kerana stres menjejaskan kualiti pengajaran dan komitmen para guru. Kajian ini dapat membantu untuk memberikan maklumat tentang tahap stres yang di alami oleh guru-guru di empat negeri ini iaitu Johor, Selangor, Negeri Sembilan dan Melaka. Keberkesanan sesuatu pendidikan adalah bergantung kepada penergerak utama sistem ini iaitu guru-guru. Prestasi

guru dan komitmen adalah penting bagi seseorang guru untuk membantu anak bangsa dalam memperolehi kejayaan.

3.0 Objektif Kajian

Objektif kajian ini ialah :

- 1.2.1 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek ketandusan emosi
- 1.2.2 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek depersonalisasi
- 1.2.3 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek kejayaan diri
- 1.2.4 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek hubungan interpersonal
- 1.2.5 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek persekitaran kerja
- 1.2.6 Untuk mengenal pasti tahap stres guru-guru berdasarkan aspek lebihan kerja
- 1.2.7 Untuk mengenal pasti perbezaan stres di kalangan guru lelaki dan perempuan dari aspek ketandusan emosi, depersonalisasi, kejayaan diri, persekitaran kerja, hubungan interpersonal dan lebihan kerja
- 1.2.8 Untuk mengenal pasti sama ada terdapat hubungan stres di kalangan guru dari aspek ketandusan emosi, depersonalisasi, kejayaan diri, persekitaran kerja, hubungan interpersonal dan lebihan kerja dengan umur, bilangan anak dan pengalaman mengajar

4.0 Kepentingan Kajian

Kajian ini adalah penting kepada guru-guru dan semua pentadbir pihak sekolah daerah, zon mahupun diperingkat Jabatan Pelajaran. Ia amatlah penting kepada :

a) Guru-guru

Memberi panduan dan maklumat kepada guru-guru tentang cara menangani stres yang menjadi amalan dan berkesan mengikut keadaan persekitaran yang dihadapi. Dapatan kajian ini juga dapat dijadikan panduan guru-guru yang mengalami stres berdasarkan aspek ketandusan emosi, depersonalisasi, lebihan kerja, hubungan interpersonal, persekitaran kerja dan kejayaan diri dalam tugas harian mereka di sekolah.

b) Pentadbir di peringkat sekolah, daerah dan zon

Dapatan ini dapat digunakan oleh pihak pentadbir, daerah dan zon sebagai satu aspek yang perlu pertimbangan dalam merancang aktiviti-aktiviti di sekolah. Ia juga dapat dijadikan panduan khususnya dalam perancangan aktiviti-aktiviti staf di sekolah.

c) Pihak Jabatan Pelajaran

Pihak Jabatan Pembangunan Sumber ini boleh menggunakan maklumat daripada kajian ini untuk mengambil langkah-langkah tertentu untuk membantu guru-guru menangani persoalan stres yang mereka hadapi. Maklumat daripada kajian ini juga dapat digunakan oleh pihak Jabatan Pelajaran dalam merangka program yang lebih besar dan meluas kepada guru-guru dalam menangani stres supaya terus dapat dijadikan perangsang dan membawa kesan positif kepada profesion perguruan.

5.0 Batasan Kajian

Kajian ini dilaksanakan di beberapa buah sekolah menengah di negeri Johor, Selangor, Melaka dan negeri sembilan. Responden yang terpilih adalah seramai 400 orang guru sama ada kategori siswazah atau bukan siswazah. Tumpuan kajian adalah melihat tahap stres yang dialami oleh guru-guru tersebut di dalam urusan seharian dan melihat adakah terdapat perbezaan tahap stres berdasarkan jantina serta faktor utama yang menyebabkan stres di kalangan guru.

6.0 Sorotan Penulisan

Kajian yang dilakukan oleh Borget, et al. (1991) ke atas 1074 guru sekolah rendah di Malta, mendapati 32.6 peratus atau 710 responden mengakui pekerjaan mereka mendatangkan stres yang tinggi kepada diri mereka. Dodge, D. dan Martin, W. (1993) juga telah menjalankan kajian yang sama ke atas guru-guru sekolah menengah di Malta. Beliau mendapati hampir 50 peratus guru tersebut mengalami kadar stres yang sederhana manakala 30.7 peratus lagi mengalami kadar stres yang rendah, dan selebihnya sebanyak 15 peratus responden mempersepsikan bahawa tugas mereka mendatangkan tahap stres yang tinggi kepada mereka.

Manakala menurut Cousin (2000), dalam kajiannya ke atas 250 orang guru baru dan 166 guru secara sukarela di sekolah berlainan di Selatan Mississippi mendapati bahawa pengalaman kerja mempunyai hubungan dengan faktor-faktor stres. Antaranya tempoh bekerja di sekolah menyebabkan seseorang guru itu mencapai stres yang tinggi. Ini kerana guru itu perlu menyesuaikan diri dengan persekitaran sekolah, penyesuaian diri dengan rakan sekerja dan pelbagai tingkah laku pelajar.

Menurut Dunn (2000), kajian ke atas 258 pelbagai guru di Pennsylvania yang melihat perhubungan di antara tahap stres dan faktor demografi mendapati bahawa pengalaman guru berada pada tahap yang sederhana dan ketandusan emosi juga berada pada tahap sederhana. Dapatan kajian ini mendapati guru stres adalah disebabkan lebihan kerja yang dibawa ke rumah dan bekerja di hari minggu. Amat penting kesedaran guru-guru terhadap stres ini kerana ia memberi kesan ke atas kualiti pendidikan.

Menurut Akhito Shimazu et. al (2003) yang mengkaji kesan pengurusan stres, sokongan sosial dan cara mengatasi stres ke atas 24 orang guru di Hiroshima mendapati bahawa sokongan sosial adalah penting bagi membantu guru-guru mengatasi masalah stres. Jepun pada tahun 2000, 0.24 peratus guru terpaksa menanggung kerja sebagai guru kerana menghadapi masalah kecelaruan mental. Antara masalah yang dihadapi oleh guru ini ialah persekitaran sekolah, kepelbagaian tingkah laku pelajar, hubungan interpersonal, tekanan masa, perhubungan dengan ibu bapa pelajar dan lebihan kerja.

7.0 Metodologi Kajian

7.1 Rekabentuk Kajian

Tinjauan sampel dilakukan untuk mengumpulkan maklumat-maklumat berkenaan perlakuan buli di sekolah menengah. Maklumat-maklumat juga diperolehi berdasarkan kepada jawapan soal selidik yang dijalankan dengan pemboleh ubah-pemboleh ubah yang telah ditentukan, rujukan dokumen, aktikel-artikel, jurnal dan projek disertasi terdahulu.

7.2 Populasi dan Sampel Kajian

Populasi kajian adalah di kalangan guru-guru yang dipilih daripada beberapa buah sekolah menengah di negeri iaitu Johor, Melaka, Negeri Sembilan dan Selangor. Sampel kajian terdiri daripada 400 orang guru yang dipilih dari beberapa buah sekolah menengah di setiap empat buah negeri. Kajian ini menggunakan kaedah persampelan kelompok atas kelompok. Beberapa buah sekolah menengah di setiap negeri dipilih oleh penyelidik untuk dijadikan sampel kajian. Seramai 76 orang guru di Melaka, 114 orang guru di Johor, 93 orang guru di Negeri Sembilan dan 117 orang guru di Selangor telah dipilih secara rawak untuk menjadi responden kajian.

7.3 Instrumentasi

Instrumen tersebut terdiri daripada tiga bahagian iaitu bahagian A dan bahagian B dan C. Bahagian B mengandungi 28 item soalan yang mengukur tahap stres, instrumen dari subskala tekanan oleh Gmelch (1982), item-item ini telah diadaptasi daripada instrumen *Administrative Stress Indeks* (ASI) bahagian C. Soalan bahagian A berbentuk maklumat peribadi dan ciri-ciri demografi responden iaitu jantina, umur, pengalaman mengajar, taraf perkahwinan dan taraf pendidikan. Sementara. Bahagian C pula mengandungi 22 item soalan yang mengukur tahap stres dari Goldberg (1972), *General Health Questionnaire* (GHQ).

8.0 Kajian Rintis

Satu ujian awal telah dilakukan ke atas 20 orang guru di sekolah Menengah Kebangsaan Mutiara Rini, Skudai Johor. Responden yang terlibat dalam kajian rintis ini mempunyai ciri-ciri yang hampir sama dengan responden kajian sebenar dan mereka tidak akan dipilih lagi untuk menjadi sampel kajian sebenar. Borang soal selidik yang telah dijawab oleh mereka telah dianalisis untuk menentukan kebolehpercayaan dan kesahan soal selidik tersebut. Nilai Alfa Cronbach yang diperolehi bagi kesemua item soal selidik tersebut ialah 0.8326

9.0 Analisis Data

Data-data yang diperolehi dianalisis berdasarkan tujuan dan hipotesis kajian. Analisis kekerapan dan peratus digunakan untuk melihat taburan latar belakang responden seperti jantina, umur, keturunan, taraf perkahwinan, tahap pendidikan guru, pengalaman mengajar di sekolah menengah berkenaan. Min skor digunakan bagi menentukan tahap stres guru di sekolah menengah.

10.0 Dapatan Kajian dan Perbincangan

(i) Maklumat diri responden

Hasil daripada kajian didapati bahawa bilangan responden lelaki seramai 124 orang (31 peratus) dan perempuan seramai 276 (69 peratus) orang. Responden perempuan merupakan golongan majoriti dalam kajian ini.

Jadual 1 : Taburan Responden Mengikut Jantina

Jantina	Bilangan	Peratusan
Lelaki	124	69
Perempuan	276	31
Jumlah	400	100

a) Taburan Responden Mengikut Lokasi Sekolah

Hasil kajian mendapati bahawa responden daripada negeri Selangor seramai 117 orang (29.2 peratus), negeri Johor seramai 114 orang (28.5 peratus), Negeri Sembilan seramai 93 orang (23.3 peratus) dan negeri Melaka seramai 76 orang (19.0 peratus). Responden negeri Selangor dan Johor adalah sama ramai.

Jadual 2 : Taburan Responden Mengikut Lokasi Sekolah

Lokasi Sekolah	Kekerapan	Peratusan
Melaka	76	19.0
Negeri Sembilan	93	23.3
Johor	114	28.5
Selangor	117	29.2
Jumlah	400	100

b) Tahap Pendidikan

Tahap pendidikan Ijazah Sarjana Muda adalah kumpulan yang paling ramai, iaitu seramai 233 orang (58.25 peratus), diikuti oleh pendidikan Diploma seramai 133 orang (33.25 peratus), pendidikan Sarjana seramai 27 orang 6.75 peratus, dan Sijil Tinggi Pelajaran Malaysia (STPM) seramai 7 orang (1.75 peratus).

Jadual 3 : Taburan Responden Mengikut Tahap Pendidikan

Tahap Pendidikan	Bilangan	Peratusan
STPM	7	1.75
Sarjana	27	6.75
Diploma	133	33.25
Ijazah Sarjana Muda	233	58.25
Jumlah	400	100

c) Pengalaman Mengajar

Analisis data menunjukkan responden yang dikaji mempunyai pengalaman mengajar antara 1 tahun hingga 30 tahun. Bilangan responden yang paling ramai adalah guru yang mempunyai pengalaman 1 hingga 5 tahun iaitu seramai 138 orang (34.4 peratus), diikuti dengan responden yang mempunyai pengalaman mengajar 6 hingga 10 tahun seramai 111 orang (27.3 peratus), pengalaman mengajar 11 hingga 15 tahun seramai 79 orang (19.2 peratus), pengalaman mengajar 16 hingga 20 tahun seramai 44 orang (11.0 peratus) dan pengalaman mengajar 26 hingga 30 tahun seramai 6 orang (1.5 peratus). Berdasarkan analisis data, pengalaman mengajar responden yang paling minimum adalah setahun manakala yang paling maksimum adalah 30 tahun. Purata pengalaman mengajar responden pula adalah 10 tahun.

Jadual 4 : Taburan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar

Pengalaman Mengajar	Bilangan	Peratusan
26-30 tahun	6	1.5
21-25 tahun	22	5.5
16-20 tahun	44	11.0
11-15 tahun	79	19.2
6-10 tahun	111	27.3
1-5 tahun	138	34.5
Jumlah	400	100

Minimum = 1 tahun Maksimum = 30 tahun Min = 10 Julat = 29

Taburan Tahap Stres Responden Dari Aspek Lebihan Kerja

Jadual 5 menunjukkan tahap stres yang diperolehi oleh setiap responden dari aspek lebihan kerja. Hasil daripada kajian didapati majoriti responden mempunyai tahap stres yang sederhana dari segi lebihan kerja iaitu seramai 192 orang (48 peratus). Manakala 173 orang (43.3 peratus) guru menghadapi tahap stres yang tinggi. Selebihnya responden mempunyai tahap lebihan kerja yang rendah iaitu seramai 35 orang (8.7 peratus).

Jadual 5: Tahap Stres Responden Dari Aspek Lebihan Kerja

Tahap	Bilangan	Peratus
Rendah	35	8.7
Sederhana	192	48.0
Tinggi	173	43.3
Jumlah	400	100

Taburan Tahap Stres Responden Dari Aspek Hubungan Interpersonal

Jadual 6 menunjukkan tahap stres responden dari aspek hubungan interpersonal. Hasil daripada kajian didapati majoriti responden mempunyai tahap stres yang sederhana dari segi hubungan interpersonal iaitu seramai 247 orang (61.75 peratus). Manakala 152 orang (38.0 peratus) guru menghadapi tahap stres yang tinggi. Selebihnya responden mempunyai tahap hubungan interpersonal yang rendah iaitu seramai seorang (0.25 peratus).

Jadual 6: Tahap Stres Responden Dari Aspek Hubungan Interpersonal

Tahap	Bilangan	Peratus
Tinggi	152	38.0
Sederhana	247	61.75
Rendah	1	0.25
Jumlah	400	100

Taburan Tahap Stres Responden Dari Aspek Persekitaran Kerja

Jadual 7 menunjukkan taburan tahap stres responden dari aspek persekitaran kerja. Hasil daripada kajian didapati majoriti responden mempunyai tahap stres yang sederhana dari segi persekitaran kerja iaitu seramai 292 orang (73.0 peratus). Manakala 17 orang (4.2 peratus) guru menghadapi tahap stres yang tinggi. Selebihnya responden mempunyai tahap persekitaran kerja yang rendah iaitu seramai 91 orang (22.8 peratus).

Jadual 7: Tahap Stres Responden Dari Aspek Persekitaran Kerja

Tahap	Bilangan	Peratus
Tinggi	17	4.2
Sederhana	292	73.0
Rendah	91	22.8
Jumlah	400	100

Taburan Tahap Stres Responden Dari Aspek Ketandusan Emosi

Jadual 8 menunjukkan tahap stres responden dari aspek ketandusan emosi. Hasil daripada kajian didapati majoriti responden mempunyai tahap stres yang sederhana dari segi ketandusan emosi iaitu seramai 259 orang (64.8 peratus). Manakala 89 orang (22.2 peratus) guru menghadapi tahap stres yang tinggi. Selebihnya responden mempunyai tahap ketandusan emosi yang rendah iaitu seramai 52 (13.0 peratus).

Jadual 8: Tahap Stres Responden Dari Aspek Ketandusan Emosi

Tahap	Bilangan	Peratus
Tinggi	89	22.2
Sederhana	259	64.8
Rendah	52	13.0
Jumlah	400	100

Taburan Tahap Stres Responden Dari Aspek Depersonalisasi

Jadual 9 menunjukkan taburan tahap stres responden dari aspek depersonalisasi. Hasil daripada kajian didapati majoriti responden mempunyai tahap stres yang rendah dari segi depersonalisasi iaitu seramai 127 orang (31.8 peratus). Manakala 193 orang (48.2 peratus) guru menghadapi tahap stres yang sederhana. Selebihnya responden mempunyai tahap depersonalisasi yang tinggi iaitu seramai 80 orang (20.0 peratus).

Jadual 9 : Tahap Stres Responden Dari Aspek Depersonalisasi

Tahap	Bilangan	Peratus
Tinggi	80	20.0
Sederhana	193	48.2
Rendah	127	31.8
Jumlah	400	100

	variances assumed	.338	.561	-1.712	398	.088	-1.5127	.884	.225	-3.25
	Equal variances not assumed			-1.718	238.843	.087	-1.5127	.881	.222	-3.25

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 12 didapati nilai $p = .561$. Memandangkan nilai $p = .561$ ini lebih besar daripada nilai $\alpha = 0.05$ maka hipotesis 2 ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dapatlah dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor depersonalisasi dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah. Oleh kerana keputusan ujian $-t$ menunjukkan tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dirumuskan bahawa tidak dapat perbezaan yang signifikan antara faktor depersonalisasi dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah.

Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres di kalangan guru lelaki dan perempuan dari aspek kejayaan diri

Jadual 13 : Analisis Perbezaan Aspek Kejayaan Diri Antara Guru Lelaki dan Perempuan

		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Beza Min	Beza Ralat Piawai	Atas	Bawah
Kejayaan Diri	Equal variances assumed	2.671	.103	-1.893	398	.059	-1.9161	1.012	.074	-3.905
	Equal variances not assumed			-1.785	207.349	.076	-1.9161	1.073	.199	-4.032

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 13 didapati nilai $p = .103$. Memandangkan nilai $p = .103$ ini lebih besar daripada nilai $\alpha = 0.05$ maka hipotesis 3 ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dapatlah dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor kejayaan diri dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah. Oleh kerana keputusan ujian $-t$ menunjukkan tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dirumuskan bahawa tidak dapat perbezaan yang signifikan antara faktor kejayaan diri dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah.

Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres di kalangan guru lelaki dan perempuan dari aspek hubungan interpersonal

Jadual 14: Analisis Perbezaan Aspek Hubungan Interpersonal Antara Guru

Lelaki Dan Perempuan

		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Beza Min	Beza Ralat Piawai	Atas	Bawah
Hubungan interpersonal	Equal variances assumed	1.449	.229	.846	398	.398	.5234	.619	1.739	-.693
	Equal variances not assumed			.827	224.869	.409	.5234	.633	1.724	-.723

Aras keertian $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 14 didapati nilai $p = .229$. Memandangkan nilai $p = .229$ ini lebih besar daripada nilai $\alpha = 0.05$ maka hipotesis 4 ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dapatlah dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor hubungan interpersonal dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah. Oleh kerana keputusan ujian $-t$ menunjukkan tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor hubungan interpersonal dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah.

Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres di kalangan guru lelaki dan perempuan dari aspek persekitaran kerja

Jadual 15 : Analisis Perbezaan Aspek Persekitaran Kerja Antara Guru Lelaki dan Perempuan

		F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Beza Min	Beza Ralat Piawai	Atas	bawah
Persekitaran Kerja	Equal variances assumed	1.584	.209	-1.755	398	.080	-.676	.385	.081	-1.433
	Equal variances not assumed			-1.819	258.468	.070	-.676	.312	.056	-1.407

Aras keertian $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 15 didapati nilai $p = .209$. Memandangkan nilai $p = .209$ ini lebih besar daripada nilai $\alpha = 0.05$ maka hipotesis 5 ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dapatlah dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor persekitaran kerja dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah. Oleh kerana keputusan ujian $-t$ menunjukkan tidak terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dirumuskan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor persekitaran kerja dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah.

Tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres di kalangan guru lelaki dan perempuan dari aspek beban kerja

Jadual 16 : Analisis Perbezaan Aspek Lebih Kerja Antara Guru Lelaki dan Perempuan

		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Beza Min	Beza Ralat Piawai	Atas	bawah
Lebih Kerja	Equal variances assumed	4.096	.044	.459	398	.646	.2904	.632	1.533	-.952
	Equal variances not assumed			.428	202.112	.669	.2904	.678	1.628	-1.04

Aras keertian $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 16 didapati nilai $p = .044$. Memandangkan nilai $p = .044$ ini lebih kecil daripada nilai $\alpha = 0.05$ maka hipotesis 6 ini ditolak. Ini bermakna terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dapatlah dirumuskan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor lebih kerja dengan guru lelaki dan perempuan di empat buah sekolah. Oleh kerana keputusan ujian $-t$ menunjukkan terdapat perbezaan min yang signifikan maka dengan ini dirumuskan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara faktor lebih kerja dengan guru lelaki dan perempuan di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Lebih Kerja Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 17 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Lebih Kerja Dengan Umur

Korelasi			
		Umur	Lebih
Umur	Korelasi Pearson	1	0.097
	Sig. (2-tailed)	-	0.053
	N	400	400

Aras keertian $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 17, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek lebih kerja dengan umur adalah bersamaan dengan 0.097. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.053$ adalah lebih kecil dari 0.05 maka hipotesis ini ditolak. Ini bermakna terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebih kerja dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dirumuskan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebih kerja dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 18 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Umur

Korelasi			
		Umur	Hubungan Interpersonal
Umur	Korelasi Pearson	1	0.045
	Sig. (2-tailed)	-	0.369
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 18, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan umur adalah bersamaan dengan 0.045. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.369$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 19 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Umur

Korelasi			
		Umur	Persekitaran Kerja
Umur	Korelasi Pearson	1	0.043
	Sig. (2-tailed)	-	0.396
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 19, didapati nilai pekali korelasi r bagi faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan umur adalah bersamaan dengan 0.043. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.396$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Ketandusan Emosi Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 20 : Korelasi Faktor Stres Dari Ketandusan Emosi Kerja Dengan Umur

Korelasi			
		Umur	Ketandusan Emosi
Umur	Korelasi Pearson	1	0.049
	Sig. (2-tailed)	-	0.332
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 20, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan umur adalah bersamaan dengan 0.049. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.332$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Depersonalisasi Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 21 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Depersonalisasi Dengan Umur

Korelasi			
		Umur	Depersonalisasi
Umur	Korelasi Pearson	1	0.004
	Sig. (2-tailed)	-	0.939
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 21, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan umur adalah bersamaan dengan 0.004. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.939$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Umur Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 22 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Umur

Korelasi			
----------	--	--	--

		Umur	Kejayaan Diri
Umur	Korelasi Pearson	1	0.102*
	Sig. (2-tailed)	-	0.041
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 22, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan umur adalah bersamaan dengan 0.102*. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.041$ adalah lebih kecil dari 0.05 maka hipotesis ini ditolak. Ini bermakna terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan umur. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan umur di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Lebihan Kerja Dengan Bilangan anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 23 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Lebihan Kerja Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Lebihan Kerja
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	0.070
	Sig. (2-tailed)	-	0.161
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 23, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan bilangan anak adalah bersamaan dengan 0.070. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.161$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 24 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Hubungan Interpersonal
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	0.037
	Sig. (2-tailed)	-	0.462
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 24, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan umur adalah bersamaan dengan 0.037. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.345$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 25 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Persekitaran Kerja
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	-0.054
	Sig. (2-tailed)	-	0.278
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 25, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan bilangan anak adalah bersamaan dengan -0.054. Ini menunjukkan korelasi yang negatif (hubungan songsang). Memandangkan nilai $p = 0.345$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Ketandusan Emosi Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 26 : Korelasi Faktor Stres Dari Ketandusan Emosi Kerja Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Ketandusan Emosi
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	-0.014
	Sig. (2-tailed)	-	0.777
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 26, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan bilangan anak adalah bersamaan dengan -0.014. Ini menunjukkan korelasi yang negatif (hubungan songsang). Memandangkan nilai $p = 0.777$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Depersonalisasi Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 27 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Depersonalisasi Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Depersonalisasi
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	-0.030
	Sig. (2-tailed)	-	0.549
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 27, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan bilangan anak adalah bersamaan dengan -0.030. Ini menunjukkan korelasi yang negatif (hubungan songsang). Memandangkan nilai $p = 0.549$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 28 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Bilangan Anak

Korelasi			
		Bilangan Anak	Kejayaan Diri
Bilangan Anak	Korelasi Pearson	1	0.037
	Sig. (2-tailed)	-	0.457
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 28, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan bilangan anak adalah bersamaan dengan 0.037. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.457$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan bilangan anak. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan bilangan anak di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap yang sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Lebihan Kerja Dengan Pengalaman Mengajar Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 29 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Lebihan Kerja Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Lebihan Kerja
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	0.079
	Sig. (2-tailed)	-	0.115
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 29, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan 0.079. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.115$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek lebihan kerja dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Pengalaman Mengajar Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 30 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Hubungan Interpersonal Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Hubungan Interpersonal
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	0.047
	Sig. (2-tailed)	-	0.348
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 30, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan 0.047. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.348$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek hubungan interpersonal dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Pengalaman Mengajar Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 31 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Persekitaran Kerja Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Persekitaran Kerja
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	0.039
	Sig. (2-tailed)	-	0.439
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 31, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan 0.039. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.439$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek persekitaran kerja dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap sangat lemah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Ketandusan Emosi Dengan Pengalaman Mengajar Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 32 : Korelasi Faktor Stres Dari Ketandusan Emosi Kerja Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Ketandusan Emosi
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	0.008
	Sig. (2-tailed)	-	0.837
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 32, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan -0.028. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.577$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek ketandusan emosi dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Depersonalisasi Dengan Pengalaman Mengajar Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 33 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Depersonalisasi Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Depersonalisasi
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	-0.005
	Sig. (2-tailed)	-	0.927
	N	400	400

Aras keertiaan $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 33, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan -0.005. Ini menunjukkan korelasi yang negatif (hubungan songsang). Memandangkan nilai $p = 0.927$ adalah lebih besar dari 0.05 maka hipotesis ini diterima. Ini bermakna tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek depersonalisasi dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah.

Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Antara Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Bilangan Anak Di kalangan Guru Sekolah Menengah

Jadual 34 : Korelasi Faktor Stres Dari Aspek Kejayaan Diri Dengan Pengalaman Mengajar

Korelasi			
		Pengalaman Mengajar	Kejayaan Diri
Pengalaman Mengajar	Korelasi Pearson	1	0.106*
	Sig. (2-tailed)	-	0.034
	N	400	400

Aras keertian $\alpha = 0.05$

Berdasarkan jadual 34, didapati nilai pekali korelasi, r bagi faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan pengalaman mengajar adalah bersamaan dengan 0.106*. Ini menunjukkan korelasi yang sangat lemah. Memandangkan nilai $p = 0.034$ adalah lebih kecil dari 0.05 maka hipotesis ini ditolak. Ini bermakna terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan pengalaman mengajar. Oleh kerana keputusan ujian korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan, maka dengan ini dapat dirumuskan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor stres dari aspek kejayaan diri dengan pengalaman mengajar di kalangan guru-guru di sekolah menengah pada tahap sangat lemah.

Cadangan

Berdasarkan dapatan, perbincangan dan rumusan kajian yang dijalankan, penyelidik ingin memberi beberapa cadangan yang boleh dipertimbangkan oleh pihak Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM), Jabatan Pendidikan Negeri (JPN), Pejabat Pendidikan Daerah (PPD), pengetua dan guru-guru.

1. Oleh kerana dapatan kajian ini menunjukkan bahawa tahap stres guru dari aspek lebihan kerja, hubungan interpersonal, persekitaran kerja, ketandusan emosi, depersonalisasi adalah berada pada tahap sederhana. Kementerian Pelajaran Malaysia boleh mengambil beberapa langkah pencegahan seperti menganjurkan bengkel, seminar serta kursus-kursus berhubung dengan masalah stres yang dihadapi oleh guru. Setiap kursus yang akan dijalankan pihak kementerian perlu membuat pemantauan di sekolah-sekolah khususnya mendapat maklumat daripada pengetua bagi memilih jenis kursus yang hendak dijalankan.
2. Dapatan kajian juga mendapati bahawa guru menyata bahawa mereka terpaksa melakukan tugas yang bertentangan dengan kehendaknya. Di dalam setiap tugas yang diserahkan kepada peringkat bawah, pihak pentadbir hendaklah memberi dorongan dan menunjukkan keyakinan bahawa guru-guru mampu melakukannya dan walaupun guru tersebut tidak pernah mengajar sesuatu subjek yang perlu diajar olehnya pada masa sekarang. Jika ada kekurangan pun pihak pentadbir perlu menangani dengan bijak, sentiasa memberikan tunjuk ajar dan memberi motivasi kepada guru-guru dan sentiasa menghargai setiap tugas yang dilakukan oleh guru. Pihak pentadbir perlu lebih peka dan telus dalam menangani setiap masalah kakitangan sokongan dan kemudahan lain.

3. Dapatan kajian juga mendapati guru merasakan dirinya tersisih daripada rakan sekerja dan tidak menghormati tindakan dan perasaan serta pendapat dari rakan sekerja. Guru perlulah meningkatkan motivasi diri, menanam sikap tolong menolong, bekerjasama dalam menyelesaikan sesuatu tugas yang ditetapkan. Di samping menghormati perasaan dan pendapat rakan sekerja dengan hati yang terbuka dan cuba mempertingkatkan kelemahan yang ada pada diri.
4. Dapatan kajian ini mendapati guru keletihan akibat kerja dan guru merasa kurang bertenaga. Kaedah pembelajaran berpusatkan kepada guru semata-mata perlu dihindarkan, seterusnya akan meringan beban kerja yang terpaksa ditanggung oleh guru. Pihak pentadbir perlu menyediakan pelbagai alat bantu mengajar, modul-modul dan juga bahan rujukan di pusat sumber bagi keperluan guru. Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Kebangsaan (NUTP) mengingatkan guru-guru di seluruh negara supaya tidak bertindak untuk melepaskan perasaan kerana penat dan banyak tugas serta melayan karenah pelajar sebaliknya guru-guru ini perlu mengawal emosi. Ini kerana profesion perguruan merupakan satu profesion yang menuntut kesabaran seseorang.

Cadangan Untuk Kajian Akan Datang

Berdasarkan kepada dapatan kajian, perbincangan dan rumusan berikut dan beberapa cadangan kajian yang perlu bagi memanjangkan hasil dapatan yang diperolehi sebagai panduan pelbagai pihak dalam menangani stres. Berikut dikemukakan beberapa idea asas yang boleh dijadikan panduan kepada kajian yang selanjutnya.

- i. Pengkaji akan datang juga digalakkan untuk mengambil kira beberapa faktor punca lain yang boleh dijangka menjadi teras kepada punca stres kerja kepada guru-guru sekolah menengah. Punca stres juga boleh diperbincangkan daripada perspektif berikut:
 - a. Faktor masalah disiplin
 - b. Birokasi pihak pengurusan pentadbiran sekolah
 - c. Faktor minat guru dalam profesion pendidikan
 - d. Jenis personaliti, hubungan sosial / kekeluargaan
- ii. Bagi menghasilkan tindak balas kajian yang lebih mantap dan tekal, sebaiknya kekerapan kajian diberi penekanan. Sepanjang sesi tempoh persekolahan telah dikenalpasti beberapa peringkat waktu di mana lebihan kerja guru akan memuncak. Justeru itu perbandingan boleh dilakukan berkaitan dengan tahap dan punca stres guru iaitu dengan meninjau sejauh manakah situasi stres yang timbul di sekolah khususnya pada awal sesi persekolahan, pada pertengahan sesi persekolahan dan pada penghujung sesi persekolahan.
- iii. Kajian ini juga tidak mengambil kira faktor ras guru-guru. Kajian lanjutan dicadangkan untuk melihat perbezaan stres di antara ras guru-guru di beberapa buah negeri

RUJUKAN

Akihito Shimazu et. al. (2003). "Effect of Stress Management Program for Teacher in Japan : A Pilot Study". *Journal Of Occupational Health*, 45, 202-208.

- Borget, M. G & Falzon, J. M. (1991). "Sources of Teachers Stress in Maltese Primary's School", *Research In Education*, 46 : 44-49
- Borneo Post (1996). "75 Have Quit Teaching Profession Since 1993". Borneo Post, 9 Mei
- Boyle G. J., Borg M. G., Falzon, J. M. dan Baglioni, A. J. Jr. (1995). "A Structural Model of Dimensions of Teacher Stress". *British Journal of Educational Psychology*. 63. 271-286.
- Cousin, S., L. (2000). "An Analysis of Stress Factors and Induction Practices That Influence A Novice Teacher's Intention To Stay In The Profession". The University Of Southern Mississippi : Degree Dissertation.
- Dunn, H., M. (2000). "The Relationship Between Measured Levels Of Stress, Coping, Strategies & Burnout Exhibited My Pennsylvania Agricultural Educator". The University State Pennsylvania : Doctoral Dissertation.
- Dorman, J. (2003). Testing A Model For Teacher Burnout Australia. *Journal Of Education & Developmental Psychology*, 3, 35-47
- Dworkin, A.,G., Haney, C., A., & Telschow, R., L. (1990). "Stress and illness behavior among urban public school teachers". *Educational Administration Quarterly*, 26 (1), 60-72.
- Esah Sulaiman (2003). "Modul Pengajaran: Asas Pedagogi." Skudai: Jabatan Asas Pendidikan, Fakulti Pendidikan. Universiti Teknologi Malaysia.
- Gmelch, W.H. (1984). "Beyond Stress To Management". New York : Wiley.
- Gold, Y. and Roth, R. A (1993). "Teachers Managing Stress and Preventing Burnout : the professional Health Solution". The Falmer Press : London
- Hart et. al (1995). "Thriving on Stress for Succes". Corwin Press Inc. Oaks, California.
- Hart, P.M. Wearing, A.J.& Conn, M. (1995). "Conventional Wisdom Is Poor Predictor The Relationship Between Discipline Policy, Student Misbehaviour and Teacher Stress". *British Journal Of Educational Psychology*, 65, 27-48.
- Hodge, J., & Marker, P. (1978). "Assessing teacher stress: A beneficial task for administrators". *American Secondary Education*, 8, 49-57
- Kyriacou, C. (1987). "Teacher Stress and Burnout : an International Educational Research". *Educational Research*. 29 (2) : 146-152.
- Kyriacou, C. & Chien P. Y (2004). "Teacher Stress In Taiwanese Primary School".

Journal Of Educational Enquiry, 5, 2

Kyriacou, C. and Sutcliffe, J (1978a). "A Model of Teacher Stress Educational Studies",
4(1) : 1-6

Kyriacou, C. and Sutcliffe, J (1979). "Teacher Stress : Directions For Future Research".
Journal Of Occupational Psychology, 52, 227-228.

Kyriacou, C. (2001). Teacher Stress : Directions For Future Research. *Educational
Review*, 53 (1), 27-35.

Peter Seldin, Editor (1987). "Coping With Faculty Stress". San Francisco, London:
Jossey-Bass Inc, Publishers

Pithers, R. T., & Soden, R. (1998). "Scottish and Australian Teacher Stress and Strain :
A Comparative Study". *British Journal of Educational Psycholog.* 68, 269-279

Zakiah Binti Arshad (2003). "Stres Kerja di Kalangan Guru-guru Sekolah Rendah: Satu
Kajian di Zon Bandar, Kota Tinggi, Johor." Universiti Teknologi Malaysia.
"Tesis yang tidak diterbitkan".

