

KEGEMBIRAAN LESTARI DALAM KALANGAN PENSYARAH DI UNIVERSITI  
PENYELIDIKAN MALAYSIA

ABDUL RASHID ABDUL AZIZ

Tesis ini dikemukakan sebagai  
memenuhi syarat penganugerahan ijazah  
Doktor Falsafah (Bimbingan dan Kaunseling)

Fakulti Pendidikan  
Universiti Teknologi Malaysia

OGOS 2014

## PENGHARGAAN

*Rafak kesyukuran kehadiran Allah s.w.t yang telah memberikan segala nikmat dalam kehidupan ini, serta dengan kekuasaanya juga memberikan saya daya upaya bagi menyempurnakan tesis yang bertajuk 'Kegembiraan Lestari dalam Kalangan Pensyarah di Universiti Penyelidikan Malaysia'. Tiada kata seindah bicara selain mengungkap kata, Alhamdulillah tanda kesyukuran sepenuh jiwa kepada Nya.*

Saya di kesempatan ini ingin mengambil peluang untuk mendedikasikan sepenuh penghargaan dan terima kasih buat individu-individu 'istimewa' yang telah sedia membantu, mendorong dan memberi sepenuh keyakinan kepada saya sepanjang perjalanan jihad ilmu yang saya lalui menerusi pembelajaran di Universiti Teknologi Malaysia amnya, dan kajian ini khususnya.

Kesempatan ini memberikan saya peluang mengucapkan jutaan terima kasih buat penyelia saya Prof Madya Dr Sharif Mustaffa yang banyak memberi panduan, bimbingan dan dorongan sepanjang menyiapkan kajian ini. Saya juga ingin merakamkan penghargaan dan setinggi-tinggi ucapan terima kasih kepada beberapa sarjana ilmu dan sahabat yang banyak membantu melalui pandangan dan idea yang diberikan seperti Dr Zainudin Abu Bakar, Prof Ismail Kailani, Dr Lokman Tahir, Dr Azizi Yahaya, Dr Narina, Dr Yusof Boon, Dr Bambang, Prof Ramayah, Dr Nora, Dr Othman Talib dan lain-lain individu yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam kajian yang dilakukan.

Tiada kata seindah bicara yang mampu menzahirkan kesyukuran saya dengan adanya Ibu dan Bapa saya yang memberikan pedoman dan pembakar semangat untuk saya meneruskan pembelajaran hingga ke peringkat ini. Nasihat dan kata-kata mereka menjadi sinar penyuluh kehidupan saya. Akhir sekali, kepada semua individu yang banyak berjasa dan berdoa kepada saya. Semoga Allah swt membalas kebaikan dan budi yang dihulurkan itu serta memperoleh keberkatan hidup di dunia dan akhirat.

Salam hormat pengakhir bicara,

Abdul Rashid Bin. Abdul Aziz  
[iamrashidaziz@gmail.com](mailto:iamrashidaziz@gmail.com)

## ABSTRAK

Penyelidikan yang dijalankan ini adalah bertujuan untuk mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan lestari dalam kalangan pensyarah yang berkhidmat di universiti awam bertaraf Universiti Penyelidikan. Penyelidikan dijalankan ini merangkumi kajian kegembiraan yang melihat antara perkaitan faktor demografi, personaliti dan aktiviti bertujuan sebagai pemboleh ubah bebas dengan pemboleh ubah bersandar yang merangkumi aspek kegembiraan secara keseluruhan, afektif dan kognitif. Kajian ini dijalankan melalui dua fasa; fasa pertama adalah fasa pembentukan instrumen kajian. Justeru, ujian kesahan dan kebolehpercayaan dilakukan untuk membentuk alat ukur yang baik bagi tujuan mendapatkan data kajian. Fasa kedua pula merupakan kajian tinjauan yang dibuat dalam kalangan pensyarah di Universiti Penyelidikan bagi memperolehi data berhubung kegembiraan pensyarah. Sampel kajian dipilih menerusi kaedah persampelan rawak berstrata yang dikenali sebagai *proportional stratified sampling*. Kajian ini melibatkan seramai 645 sampel staf akademik yang meliputi jawatan pensyarah, pensyarah kanan, profesor madya dan profesor. Responden lelaki yang terlibat adalah 322 (49.9 peratus) dan perempuan adalah 323 (50.1 peratus). Kajian ini merupakan kajian kuantitatif yang merangkumi analisis statistik deskriptif dan analisis inferensi. Analisis statistik inferensi yang digunakan dalam kajian ini ialah Ujian-t Sampel Bebas, ANOVA Sehalu, Regresi Pelbagai dan Model Persamaan Struktural (SEM) melalui kaedah analisis *Partial Least Square* menggunakan perisian SmartPLS 2.0 M3. Dapatan kajian menunjukkan bahawa 95.5 peratus pensyarah mencatat skor tinggi dalam tahap kegembiraan, manakala 4.2 peratus pensyarah berada pada tahap kegembiraan yang rendah. Selain itu, hasil kajian mendapati bahawa responden yang berusia di bawah 30 tahun, memegang jawatan pensyarah, berstatus bujang dan janda, serta pendapatan RM 3001 hingga RM 5000 merupakan latar belakang responden yang mempunyai tahap kegembiraan yang lebih rendah. Selain itu, dapatan kajian menunjukkan faktor personaliti bagi tret *Extraversion*, *Neuroticism*, *Agreeableness* dan *Conscientiousness* adalah tret yang mempengaruhi tahap kegembiraan pensyarah, manakala faktor Aktiviti Bertujuan bagi komponen kognitif, motivasi dan agama didapati mempengaruhi kegembiraan lestari pensyarah secara signifikan. Oleh yang demikian, dapatan kajian ini dapat dijadikan sebagai garis panduan bagi meningkatkan dan mengekalkan kegembiraan dalam kalangan pensyarah di Universiti Penyelidikan.

## ABSTRACT

This research was carried out to investigate the factors that contribute to sustainable happiness among lecturers serving in public universities which categorised as Research Universities. This research included the study of happiness and the relationship between demographic, personality and intentional activities as the independent variables, while the dependent variables cover the aspects of overall happiness, affective and cognitive. The research was conducted in two phases; the first phase was the formation of research instruments. Thus, validity and reliability test were made to validate measurement tools for data collection. The second phase was the survey study conducted among lecturers in Research Universities to obtain data regarding the lecturer's happiness. Samples were selected through stratified random sampling method known as proportional stratified sampling. The study involved 645 samples of academic staffs including lecturers, senior lecturers, associate professors and professors. The male respondents involved were 322 (49.9 percent) and female were 323 (50.1 percent). This was a quantitative study which employed descriptive statistics and inferential analyses. The inferential statistics used in this study are Independent Samples t-test, One-way ANOVA, Multiple Regression and Structural Equation Model (SEM) using Partial Least Square analysis through software SmartPLS 2.0 M3. The results showed that 95.5 percent of the lecturers scored high level of happiness, while 4.2 percent of the lecturers scored lower level of happiness. Besides, the findings showed that respondents aged below 30 years, holding lecturer position, single and widows as well as income from RM 3001 to RM 5000 were more prone to experience lower level of happiness. In addition, the results found that Personality traits such as Extraversion, Neuroticism, Agreeableness and Conscientiousness influenced the level of happiness, whereas Intentional Activity throughout the components of cognitive, motivational and religion were significantly influenced sustainable happiness among lecturers. Therefore, the results could be used as a guideline to improve and sustain the level of happiness among academicians in Research University.

## **KANDUNGAN**

<b>BAB</b>	<b>PERKARA</b>	<b>HALAMAN</b>
	<b>PERAKUAN</b>	ii
	<b>PENGHARGAAN</b>	iii
	<b>ABSTRAK</b>	iv
	<b>ABSTRACT</b>	v
	<b>KANDUNGAN</b>	vi
	<b>SENARAI JADUAL</b>	xii
	<b>SENARAI RAJAH</b>	xv
	<b>SENARAI SINGKATAN</b>	xvi
	<b>SENARAI LAMPIRAN</b>	xvii
<b>1</b>	<b>PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
	1.1 Pengenalan	1
	1.2 Latar belakang Masalah	4
	1.3 Pernyataan Masalah	13
	1.4 Objektif Kajian	16
	1.5 Persoalan Kajian	17
	1.6 Hipotesis Kajian	18
	1.7 Kerangka Teori Kajian	20
	1.8 Kerangka Konsep Kajian	29
	1.9 Rasional Kajian	32
	1.10 Kepentingan Kajian	34
	1.10.1 Kepentingan kepada pensyarah	34
	1.10.2 Kepentingan kepada pihak pengurusan universiti	35
	1.10.3 Kepentingan kepada kerajaan	36
	1.11 Skop dan Limitasi Kajian	37

1.12	Definisi Istilah	39
1.12.1	Kegembiraan Lestari	39
1.12.2	Personaliti	41
1.12.3	Keadaan Hidup	43
1.12.4	Aktiviti Bertujuan	43
1.12.5	Universiti Penyelidikan	44
1.13	Rumusan	45
<b>2</b>	<b>SOROTAN PENULISAN</b>	<b>47</b>
2.1	Pengenalan	47
2.2	Kegembiraan dalam Perspektif Kaunseling	49
2.3	Pengukuran dan Pengkajian Konsep Kegembiraan	55
2.3.1	Teori Hedonism	57
2.3.1	Teori Kehendak	58
2.3.2	Teori Senarai Objektif	58
2.4	Faktor Personaliti	59
2.5	Kajian Lepas Dalam Negeri	61
2.5.1	Konsep Kegembiraan	62
2.5.2	Komponen dan Tahap Kegembiraan	62
2.5.3	Keberkesanan Kegembiraan Dalam Mengatasi Masalah Psikopatologi	63
2.5.4	Kegembiraan dan Personaliti	64
2.5.5	Kegembiraan dan Faktor Demografi	65
2.5.6	Impak Aktiviti Bertujuan Terhadap Kegembiraan Lestari	66
2.5.7	Kegembiraan dalam Pekerjaan	67
2.6	Kajian Lepas Luar Negeri	68
2.6.1	Konsep Kegembiraan	68
2.6.2	Komponen dan Tahap Kegembiraan	71
2.6.3	Kegembiraan Dalam Mengatasi Masalah Psikopatologi	73
2.6.4	Impak Kegembiraan Terhadap Kehidupan Manusia	75
2.6.5	Kegembiraan dan Personaliti	77

2.6.6	Kegembiraan dan Faktor Demografi	80
2.6.7	Impak Aktiviti Bertujuan Terhadap Kegembiraan Lestari	84
2.6.8	Kegembiraan dan Agama	87
2.6.9	Kegembiraan dalam Pekerjaan	89
2.6.10	Pengujian Faktor dalam Model Kegembiraan	92
2.7	Rumusan	96
<b>3</b>	<b>METODOLOGI</b>	<b>99</b>
3.1	Pengenalan	99
3.2	Reka bentuk Kajian	100
3.3	Lokasi kajian	104
3.4	Populasi dan sampel kajian	106
3.5	Soal selidik kajian	110
3.5.1	Soal selidik <i>Big Five Personality Inventory</i> (BFI)	111
3.5.2	Soal selidik kegembiraan	118
3.5.2.1	Soal selidik <i>Subjective Happiness Scale</i> (SHS)	118
3.5.2.2	Soal selidik <i>Scale of Positive and Negative Experience</i> (SPANE)	119
3.5.2.3	Soal selidik <i>The Personal Wellbeing Index</i> (PWI)	121
3.5.3	Soal selidik Aktiviti Bertujuan	122
3.5.3.1	Fasa 1 (Mengenalpasti komponen dan aktiviti bertujuan)	124
3.5.3.2	Fasa 2 (Mendapatkan soal selidik untuk mengukur aktiviti bertujuan)	126
3.5.3.3	Fasa 3 (Pembinaan Item bagi komponen Agama)	128
3.6	Kesahan dan kebolehpercayaan	131
3.6.1	Kesahan Muka dan Kesahan Kandungan	131
3.6.2	Kesahan Konstruk	132

3.6.3	Kebolehpercayaan Soal Selidik	134
3.7	Kajian Rintis	136
3.8	Penganalisan Data	136
3.8.1	Analisis Statistik Deskriptif	138
3.8.2	Ujian-t sampel bebas ( <i>Independent Sample t-test</i> )	139
3.8.3	Analisis Anova sehala ( <i>One way Anova</i> )	139
3.8.4	Analisis Regresi Berganda ( <i>Multiple Regressions</i> )	140
3.8.5	Analisis SEM ( <i>Structural Equation Modeling</i> )	143
3.9	Rumusan	146
<b>4</b>	<b>DAPATAN KAJIAN</b>	<b>148</b>
4.1	Pengenalan	148
4.2	Analisis Deskriptif Taburan Responden Berdasarkan Latar Belakang Demografi	150
4.2.1	Analisis deskriptif jantina responden	150
4.2.2	Analisis deskriptif umur responden	150
4.2.3	Analisis deskriptif status perkahwinan responden	151
4.2.4	Analisis deskriptif kelulusan akademik responden	152
4.2.5	Analisis deskriptif jawatan responden	153
4.2.6	Analisis deskriptif bagi pendapatan responden	154
4.2.7	Analisis deskriptif bagi universiti responden	155
4.2.8	Analisis deskriptif bagi tempoh perkhidmatan responden	156
4.3	Analisis Deskriptif Tahap Kegembiraan Pensyarah	157
4.3.1	Tahap Kegembiraan Keseluruhan	157
4.3.2	Analisis Kegembiraan Afektif	158
4.3.3	Analisis Kegembiraan Kognitif	160
4.3.4	Analisis Deskriptif Pola Personaliti	



	Pensyarah	162
	4.3.5 Analisis Deskriptif Pola Kegembiraan Berdasarkan Faktor Demografi	163
4.4	Pengujian Hipotesis Kajian	168
4.5	Hasil Analisis Model Persamaan Struktural bagi Faktor Kegembiraan Lestari	187
4.6	Pengujian Model Pengukuran	188
4.7	Ujian Kesahan Konstruk ( <i>Construct Validity Test</i> )	188
4.8	Ujian Kesahan Diskriminan ( <i>Discriminant Validity Test</i> )	194
4.9	Pengujian Model Struktural	195
4.10	Rumusan	197
<b>5</b>	<b>PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN</b>	<b>198</b>
5.1	Pengenalan	198
5.2	Perbincangan Kajian	199
5.3	Profil Tahap Kegembiraan Pensyarah Universiti Penyelidikan	199
5.4	Analisis Deskriptif Pola Personaliti Pensyarah	202
5.5	Kegembiraan Pensyarah Berdasarkan Demografi Kajian	204
5.6	Pengaruh Faktor Personaliti Terhadap Kegembiraan Pensyarah	210
5.7	Pengaruh Faktor Aktiviti Bertujuan Terhadap Kegembiraan Pensyarah	212
5.8	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kegembiraan Lestari	216
5.9	Implikasi Kajian	221
	5.9.1 Kerajaan	222
	5.9.2 Universiti	226
	5.9.3 Ahli Akademik	228
	5.9.4 Para Pengkaji	229
5.10	Cadangan Kajian	230
	5.10.1 Cadangan Kepada Pihak	

Kerajaan	230
5.10.1.1 Cadangan Jangka Pendek	231
5.10.1.2 Cadangan Jangka Panjang	232
5.10.2 Cadangan Kepada Pihak Universiti	233
5.10.3 Cadangan Kepada Para Pengkaji	234
5.11 Rumusan	237
<b>RUJUKAN</b>	<b>239</b>
Lampiran A-E	259-277

## SENARAI JADUAL

NO. JADUAL	TAJUK	HALAMAN
3.1	Bilangan staf akademik di universiti penyelidikan bagi tahun 2012	107
3.2	Pecahan alat ukur personaliti mengikut komponen dan item	112
3.3	Perincian soal selidik personaliti <i>Big Five</i> berdasarkan julat dan klasifikasi skor min	113
3.4	Model personaliti ' <i>Big Five</i> ' yang mengkelaskan bentuk tingkah laku manusia	117
3.5	Pembahagian item positif dan negatif instrumen SPANE	120
3.6	Pecahan alat ukur aktiviti bertujuan mengikut komponen dan konstruk.	123
3.7	Proses pemilihan dan pemurnian item bagi komponen Agama	130
3.8	Kadar pekali Cronbach's alpha	134
3.9	Nilai kebolehpercayaan soal selidik kajian	135
4.1	Analisis deskriptif jantina responden	150
4.2	Analisis deskriptif umur responden	151
4.3	Analisis deskriptif status perkahwinan responden	152
4.4	Analisis deskriptif kelulusan akademik responden	153
4.5	Analisis deskriptif jawatan responden	153
4.6	Analisis deskriptif bagi kumpulan pendapatan	154
4.7	Analisis deskriptif bagi universiti responden	155

4.8	Analisis deskriptif bagi tempoh perkhidmatan responden	156
4.9	Taburan kekerapan, peratus, dan min bagi kegembiraan pensyarah	157
4.10	Taburan kekerapan, peratus, dan min bagi tahap kegembiraan pensyarah (komponen afektif)	158
4.11	Dapatan skor jenis emosi pensyarah secara keseluruhan	159
4.12	Taburan kekerapan, peratus dan min bagi tahap kegembiraan pensyarah (komponen kognitif)	160
4.13	Dapatan skor komponen kognitif pensyarah secara keseluruhan	161
4.14	Taburan kekerapan, peratusan, min dan sisihan piawai personaliti pensyarah	162
4.15	Analisis deskriptif pola kegembiraan berdasarkan faktor demografi	164
4.16	Ujian-t sampel bebas di antara kegembiraan mengikut jantina	168
4.17	Analisis Anova Sehalu antara kegembiraan mengikut umur	169
4.18	Perbezaan min secara mutlak antara kegembiraan mengikut umur	169
4.19	Analisis Anova Sehalu antara kegembiraan mengikut status perkahwinan	170
4.20	Perbezaan min secara mutlak antara kegembiraan mengikut status perkahwinan	171
4.21	Analisis Anova Sehalu antara kegembiraan mengikut jawatan	171
4.22	Perbezaan min secara mutlak antara kegembiraan mengikut Jawatan	172
4.23	Analisis Anova Sehalu antara kegembiraan mengikut pendapatan	173
4.24	Perbezaan min secara mutlak antara kegembiraan mengikut pendapatan	173

4.25	Analisis Anova Sehalu antara kegembiraan mengikut tahap pendidikan	174
4.26	Korelasi antara pemboleh ubah peramal dan criterion	176
4.27	Ringkasan sumbangan varian tret personaliti ke atas kegembiraan	177
4.28	Pengaruh tret personaliti terhadap kegembiraan	178
4.29	Korelasi antara pemboleh ubah peramal dan criterion	183
4.30	Ringkasan sumbangan varian aktiviti bertujuan ke atas kegembiraan	183
4.31	Pengaruh aktiviti bertujuan terhadap kegembiraan	184
4.32	Analisis faktor pengesahan skala personaliti	189
4.33	Analisis faktor pengesahan skala aktiviti bertujuan	191
4.34	Analisis faktor pengesahan skala kegembiraan	192
4.35	Kesahan Diskriminan	194
4.36	Anggaran Model Struktural	196

## SENARAI RAJAH

NO. RAJAH	TAJUK	HALAMAN
1.1	Dimensi asas kegembiraan subjektif	22
1.2	Model Kegembiraan Lestari dan Proses adaptasi hedonik	24
1.3	Kerangka teori kajian	28
1.4	Kerangka konsep kajian	31
2.1	Komponen yang terdapat di dalam teori pilihan	54
2.2	Faktor yang mempengaruhi pembentukan personaliti	61
3.1	Reka bentuk kajian	102
3.2	Pemilihan lokasi kajian	105
3.3	Stratifikasi sampel kajian	109
3.4	Tiga komponen aktiviti berorientasikan agama	124
3.5	Empat belas konstruk aktiviti kegembiraan	126
3.6	Instrumen bagi mengukur konstruk aktiviti bertujuan	127
3.7	Tatacara penganalisan data	137
3.8	Prosedur kajian bagi penggunaan analisis SEM	145
4.1	Model Struktural	195
5.1	Tahap Kegembiraan Keseluruhan Pensyarah	200

## SENARAI SINGKATAN

UKM	-	Universiti Kebangsaan Malaysia
UTM	-	Universiti Teknologi Malaysia
UM	-	Universiti Malaya
UPM	-	Universiti Putra Malaysia
IPT	-	Institusi Pengajian Tinggi
IPTA	-	Institusi Pengajian Tinggi Awam
KPM	-	Kementerian Pendidikan Malaysia
PBB	-	Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu
MKL	-	Model Kegembiraan Lestari
RU	-	<i>Research University</i>
SEM	-	<i>Structural Equation Model</i>
PLS	-	<i>Partial Least Square</i>
SPANE	-	<i>Scale of Positive and Negative Experience</i>
PWI	-	<i>The Personal Wellbeing Index</i>
BRFSS	-	<i>Behavioural Risk Factor Surveillance System</i>
ANOVA	-	<i>Analysis of variance</i>
SHM	-	<i>Sustainable Happiness Model</i>
BFI	-	<i>Big Five Inventory</i>
WHO	-	<i>World Health Organisation</i>
GNH	-	<i>Gross National Happiness</i>
SHS	-	<i>Subjective Happiness Scale</i>
PWB	-	<i>Personal Wellbeing Index</i>
PTSD	-	<i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>
ASC	-	<i>Avoid Social Comparison</i>
CWS	-	<i>Coping with Stress</i>
OPT	-	<i>Optimism</i>
SJL	-	<i>Savouring Life Joys</i>
CTG	-	<i>Committing to Goals</i>
FORG	-	<i>Forgiveness</i>
GRATT	-	<i>Gratitude</i>
ACK	-	<i>Acts of Kindness</i>
SELFG	-	<i>Self-Growth</i>
SOCIALR	-	<i>Social Relation</i>
AKHL	-	<i>Akhlak</i>
AKKI	-	<i>Akidah</i>
SYAR	-	<i>Syariat</i>
COG	-	<i>Cognitive</i>
AFFE	-	<i>Affective</i>

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Pengenalan**

Pendekatan psikologi positif muncul seabad yang lepas sebagai satu cabang ilmu baru dalam bidang psikologi. Pendekatan ini telah mengemukakan satu pemahaman yang baru terhadap faktor-faktor yang menyumbang dan mengekalkan kegembiraan serta kepuasan hidup dalam meningkatkan kesejahteraan manusia. Seligman (2002) melihat pendekatan psikologi positif ini sebagai pengkajian berkaitan emosi positif, ciri-ciri dan tret positif, indikator kegembiraan serta perbezaan kepuasan hidup dalam meningkatkan kesihatan psikologi manusia. Pendekatan psikologi positif juga mendapati bahawa kemahiran dan keupayaan untuk mencapai kegembiraan boleh dipelajari oleh individu dan ia akan memberi implikasi terhadap kesihatan emosi, fizikal dan spiritual. Pendekatan ini menolak asas ilmu psikologi terdahulu yang lebih mengutamakan masalah mental berbanding kesihatan mental (Nettle, 2005). Untuk itu, percambahan ilmu yang berkaitan dengan matlamat untuk membantu meningkatkan kegembiraan dan perkembangan diri manusia telah menjadi keutamaan dan pengkajian masa kini dan ianya sedang berkembang dengan pesat. Pengkajian aspek kegembiraan dilihat selaras dengan matlamat bidang psikologi positif kerana ia telah memberikan impak yang besar dalam mencapai dan meningkatkan kesejahteraan hidup manusia (Seligman dan Csikszentmihalyi, 2000).



Pengkajian tentang kegembiraan memfokuskan kepada penelitian saintifik kerana ia melibatkan aspek kesejahteraan psikologi manusia (Ryan dan Deci, 2001). Para pengkaji telah berpandangan bahawa usaha meningkatkan kegembiraan individu adalah merupakan matlamat utama dalam bidang psikologi positif (Seligman, Steen, Park dan Peterson, 2005). Ekoran itu, perkembangan dalam bidang psikologi positif dan kegembiraan telah memberikan implikasi yang luar biasa terhadap konsep pendidikan holistik dan berterusan. Salah satu daripada dapatan kajian yang penting berkaitan kegembiraan adalah asas kegembiraan manusia amat sedikit perkaitannya dengan kekayaan material. Kajian berkaitan kegembiraan telah memberi peluang kepada pengenalan prinsip-prinsip dan pengamalan yang berkaitan dengan konsep pendidikan holistik dan berterusan. Hal ini disebabkan oleh keperluan terhadap peranan pendidikan holistik dan lestari dalam meningkatkan kualiti pendidikan generasi kini dan masa akan datang (O' Brien, 2010).

Pendekatan kaunseling merupakan satu cabang ilmu berasaskan psikologi yang bermatlamat untuk membantu insan dan pendekatan ini melihat keperluan mencapai aspek kegembiraan sebagai satu tanggungjawab yang perlu dilaksanakan. Ini kerana, pendekatan kaunseling menjadikan kegembiraan sebagai asas perkembangan dan pertumbuhan sendiri manusia (Othman Mohamed, 2005). Pendekatan bimbingan dan kaunseling juga adalah merupakan satu proses perhubungan menolong dan ianya berkait rapat dengan kesederan bagi mewujudkan individu yang lebih berperanan baik dan mencapai kegembiraan dalam kehidupan bagi membolehkan kesejahteraan diri dan jiwa dapat dipenuhi (Oniye, 1999; Yusuf, 1992). Beberapa tokoh dan pengasas terkemuka dalam bidang psikologi dan kaunseling seperti Abraham Maslow, Carl Yung, William Glasser dan Carl Rogers membincangkan secara terperinci berhubung kefungsi manusia terhadap kegembiraan sebagai salah satu elemen penting yang ingin dicapai dalam kehidupan. Bimbingan dan kaunseling juga dilaksanakan bagi membina penerokaan kepada kefahaman diri, dan ianya adalah penting kerana proses ini membolehkan seseorang individu itu terbimbing ke arah menjadi manusia yang lebih berkesan, produktif dan gembira serta sihat dalam kehidupannya (Oniye, 1999).

Tekanan mental dilihat bukan sahaja sebagai penghalang ke arah mencapai kegembiraan, bahkan menghalang perkembangan positif dalam diri seseorang. Oleh itu, adalah penting untuk menilai tahap tekanan yang dilalui pekerja untuk mengenal pasti kumpulan yang berisiko untuk mendapat bantuan daripada kaunselor atau pakar yang dapat memberikan rawatan kepada individu tersebut. Campur tangan oleh pihak kerajaan dengan menawarkan rawatan penyembuhan, termasuklah dalam penyediaan perkhidmatan bimbingan dan kaunseling di tempat kerja dilihat penting dalam membuat pemantauan terhadap kesihatan pekerja dari masa ke masa bagi membantu matlamat mencapai tahap kegembiraan yang optimum dalam kalangan pekerja (Wangmo dan Valk, 2003). Ini kerana, hasil kajian mendapati bahawa, individu yang gembira lebih kreatif, mempunyai hubungan sosial yang baik, sihat, bertoleransi dan prihatin. Individu yang gembira juga secara relatif lebih berjaya dalam pekerjaan, mempunyai usia yang panjang, kesihatan yang baik, daya fokus dan intelektual yang baik, dan berupaya mengatasi emosi negatif (Boehm dan Lyumbomirsky, 2008; Frisch, 2006; Gentry, 2008; Nettle, 2005). Manakala kajian Carver (2003) pula mendapati apabila manusia berada dalam emosi yang positif, ia seperti berada dalam situasi yang baru, berinteraksi dengan orang lain dan dapat mengejar matlamat yang baru dalam hidup.

Pada dasarnya, kegembiraan merupakan nikmat yang diperolehi oleh manusia tanpa perlu sebarang harga yang perlu dibayar. Kegembiraan dan kehidupan juga merupakan elemen yang tidak dapat dipisahkan kerana kegembiraan adalah elemen terpenting yang ingin dikecapi oleh manusia dalam semua lapangan kehidupan. Memupuk kegembiraan adalah merupakan aspek penting kepada diri seseorang individu dan kegembiraan juga merupakan matlamat utama yang ingin dicapai oleh masyarakat (Diener, 2000). Konsep kesihatan dan kegembiraan juga saling berhubung kait. Kajian berkaitan kegembiraan menunjukkan bahawa kegembiraan mempunyai kaitan yang signifikan dengan kesihatan mental manusia. Ini juga diperakui oleh ahli psikologi dalam pendekatan kognitif-tingkah laku, psiko-dinamik dan kemanusiaan bahawa kegembiraan dalam bentuk kepuasan diri yang dimiliki oleh manusia dalam kehidupan merupakan kriteria utama kepada kesihatan mental (Carr, 2004; Frisch, 2006). Bull (2008), juga menegaskan bahawa kesihatan dan kegembiraan merupakan kitaran positif yang saling berhubung di mana bila kedua-dua elemen telah diperolehi, maka adalah sukar untuk menyatakan kesihatan menyumbang kepada

kegembiraan atau kegembiraan yang menyumbang kepada kesihatan. Ini kerana, kedua-dua konsep ini saling mempengaruhi antara satu sama lain.

Kesimpulannya, pengkajian yang dilakukan berhubung kegembiraan dalam kalangan pensyarah adalah penting untuk meninjau tahap dan faktor yang menyumbang kepada kegembiraan pensyarah bagi memantapkan peranan pensyarah sebagai tenaga penggerak di universiti yang akhirnya bakal menyumbang kepada keberhasilan tenaga kerja negara. Selaras dengan hasrat kerajaan dalam pelaksanaan Pelan Strategik Pendidikan Tinggi Negara Melangkaui 2020 yang merangkumi kerangka tindakan menerusi Pelan Tindakan Pengajian Tinggi Negara Fasa 1: 2007-2010 dan diteruskan oleh Pelan Tindakan Pengajian Tinggi Negara Fasa 2: 2011-2015 antara lain meletakkan peranan Institusi Pengajian Tinggi (IPT), sebagai gedung ilmu dan pembangunan manusia bagi melahirkan ilmuwan, cendekiawan, kesarjanaaan, pekerja mahir dan separa mahir untuk menyumbang kepada sosio-ekonomi negara.

## **1.2 Latar belakang Masalah**

Perkembangan konsep kegembiraan dan kepelbagaian aspek berkaitan kegembiraan ini mendorong Diener, Scollon dan Lucas (2003) mengkaji dan menghuraikan fenomena berkaitan aspek kegembiraan ini. Kajian kegembiraan adalah tergolong dalam aspek sains tingkah laku yang dilakukan dengan tujuan untuk melihat perubahan atau evolusi dalam tingkah laku dan kehidupan manusia. Lapangan pengkajian kegembiraan ini bersifat meluas konsepnya, di mana ianya melibatkan aspek berkaitan perasaan hinggalah merangkumi aspek pertimbangan dalam kepuasan hidup termasuklah juga aspek kemurungan, tekanan hingga kepada aspek perasaan yang mengembirakan (*euphoria*). Kegembiraan manusia adalah satu aspek penting yang berhubungan dengan kualiti kehidupan manusia. Kajian-kajian terkini menunjukkan bahawa kekayaan sahaja tidak boleh menjamin kesejahteraan seseorang dan dalam jangka masa 50 tahun kebelakangan ini, kekayaan manusia telah bertambah tiga kali ganda. Walaubagaimanapun, tidak ada bukti peningkatan dalam tahap

kesejahteraan manusia, bahkan terdapat peningkatan penyakit mental yang amat ketara (Rohany dan Fatimah, 2006). Menurut Persatuan Psikiatri Malaysia (2004), sejumlah 9.0% daripada seluruh penduduk Malaysia menghidapi depresi yang teruk dan 3% daripadanya adalah lelaki, manakala 6% lagi adalah wanita. Kementerian Kesihatan Malaysia (2004) pula menyatakan 10.7% orang dewasa dan 13% kanak-kanak dan remaja mengalami masalah mental dan angka yang dicatatkan terus membimbangkan Kementerian Kesihatan apabila bilangan pesakit mental yang menerima rawatan di hospital kerajaan meningkat saban tahun dan pada tahun 2010 telah meningkat sebanyak 15.6 % atau 400,227 orang. Malah pada tahun 2020 kelak, gangguan mental dan kemurungan dijangka berada pada tempat kedua dari segi beban penyakit selepas penyakit jantung. Oleh yang demikian, kerajaan memandangi isu kesihatan mental sebagai perkara utama yang perlu ditangani melalui penubuhan Pusat Komuniti Kesihatan Mental yang pertama di Malaysia pada tahun 2011 (Petikan Ucapan Menteri Kesihatan, Dato Seri Liow Tiong Lai, 2010).

Malaysia sedang menuju ke arah pembentukan negara maju selaras dengan matlamat Wawasan 2020. Bagi mencapai hasrat ini, tenaga kerja yang terdiri daripada sumber manusia merupakan pemacu kepada kemajuan dan menjadi jentera kepada pengeluaran hasil dan perkhidmatan negara. Oleh itu, jentera penggerak negara ini hendaklah mempunyai keseimbangan dalam aspek kehidupan bagi memastikan kelangsungan dan kemantapan dalam hasil yang dijana untuk kebaikan negara di kemudian hari. Walaubagaimanapun, persekitaran kerja dilihat berubah selaras dengan kemajuan dan arus globalisasi yang memberi pelbagai impak kepada status kehidupan manusia melalui desakan taraf hidup yang tinggi serta cara dan gaya hidup moden. Robert Lane (2000) di dalam penulisan bukunya bertajuk '*The loss of happiness in advanced market society*' telah menyatakan bahawa;

*“The pressures to maintain material consumption will keep people away from intrinsically more satisfying activities, in particular from spending time with friends and relatives”*

(Lane, 2000)

Petikan buku di atas menunjukkan bahawa, kepesatan mengejar pembangunan material dan fizikal telah menyebabkan manusia kehilangan aktiviti yang dapat memberikan kepuasan peribadi seperti meluangkan masa bersama kawan-kawan dan ahli keluarga. Oleh yang demikian, kegembiraan menjadi komponen kualiti hidup yang penting dalam setiap pencapaian matlamat manusia. Manusia kini melihat kegembiraan sebagai sumber penting yang perlu di kecapi dalam memberikan kepuasan hidup yang optimum (Argyle, 2004), malah matlamat untuk mencapai tahap kegembiraan yang tinggi menjadi hasrat utama kepada kebanyakan negara dan individu di serata dunia (Diener dan Diener, 1996).

Dalam konteks Malaysia, kajian-kajian lepas yang dijalankan berhubung kegembiraan mendapati bahawa penduduk Malaysia mencatatkan tahap kegembiraan yang rendah berbanding penduduk negara barat seperti Amerika (Howell *et al.*, 2012; Viren Swami, 2008). Manakala, mengikut tinjauan yang dibuat oleh Pertubuhan Bangsa-bangsa Bersatu (PBB) dari tahun 2005 hingga tahun 2011, mendapati Malaysia adalah negara yang berada di tangga ke-51 gembira di dunia. Tinjauan yang dibuat ke atas 156 negara itu bukan sahaja mempertimbangkan faktor kemakmuran kebendaan (material) sebagai indikator kegembiraan, tetapi mengambilkira faktor kecenderungan umum individu dan tahap kepuasan individu terhadap kehendak asas mereka (*New Straits Times*, 2012).

Penyelidikan yang dijalankan terhadap individu yang mengalami tekanan, kebimbangan dan ketidakstabilan emosi giat dijalankan (Myers, 2000), namun kajian terhadap kegembiraan individu adalah jarang dilakukan, malah hampir tiada kajian dilakukan berhubung ciri-ciri individu yang sangat gembira (Diener dan Seligman, 2002). Frey (2008), menyatakan bahawa kajian mengenai kegembiraan merupakan satu aspek penting kerana ia bertepatan dengan matlamat manusia iaitu untuk mencapai kegembiraan. Bahkan terdapat saranan supaya tahap kegembiraan dijadikan ukuran bagi menilai sesebuah negara. Rentetan itu, pada tahun 1971 Raja Jigme Singye Wangchuck, iaitu raja negara Bhutan telah menyatakan bahawa tahap kegembiraan rakyat lebih utama berbanding kadar pertumbuhan ekonomi sesebuah negara (Priesner, 1999) dan berikutan itu, negara Bhutan telah meletakkan matlamat utama pembangunan negara adalah berdasarkan indikator kegembiraan rakyat

negaranya dikenali sebagai Kadar Kegembiraan Nasional (*Gross National Happiness*) yang di jadikan sebagai prinsip asas kepada halatuju negara. Ini diperkukuhkan oleh Loewenstein dan Ubel (2008) yang menyatakan bahawa tahap kegembiraan boleh menjadi panduan kepada proses pembuatan keputusan bagi sesebuah kerajaan dalam isu berkaitan inflasi, pengangguran dan subsidi. Selain itu, dalam merungkai persoalan mengenai peri pentingnya pengkajian terhadap kegembiraan sebagai elemen utama bernegara, ia telah diperjelaskan oleh Bok (2010: 45) yang menegaskan bahawa kegembiraan adalah merupakan pencapaian utama yang ingin dicapai dalam kehidupan manusia khususnya dan negara amnya. Justeru, hal ini telah menyedarkan pihak pemerintah negara-negara di dunia berkenaan peri pentingnya pengkajian aspek kegembiraan rakyat sehingga Biro Statistik Kebangsaan di China pada tahun 2006 telah memperkenalkan indeks kegembiraan nasional (Yang dan Li, 2007). Ini menunjukkan bahawa persoalan kegembiraan bukan sahaja berkaitan dalam bidang ilmu psikologi semata-mata, malah ianya berkait rapat dengan keharmonian negara dan rakyat.

Mendasari hakikat inilah, maka sekiranya sesebuah negara dapat membangunkan rakyat dengan membolehkan mereka mencapai kehidupan yang gembira, maka ia akan dapat melahirkan rakyat yang sihat, mempunyai etika sivik yang tinggi dengan perhubungan yang baik dan menggalakkan tingkah laku bermoral dengan meletakkan kepentingan bersama (kolektif) sebagai matlamat utama. Ini semua mampu berlaku sekiranya individu dan rakyat sesebuah negara itu gembira. Di samping itu, usaha untuk meningkatkan tahap kegembiraan rakyat dapat memberikan impak yang positif meliputi aspek kesihatan mental yang unggul, rumah tangga bahagia, kerjaya yang efektif, memiliki daya sivik yang tinggi, pemurah dan melahirkan rakyat yang saling bertoleransi antara satu sama lain. Justeru, inilah pencapaian sesebuah negara yang unggul dan akan terlaksana hanya dengan mengadakan polisi yang memangkinkan kegembiraan rakyat (Norrish dan Brodrick, 2008).

Kebanyakan kajian mengenai tempat kerja dan pekerjaan seringkali dilakukan untuk melihat implikasi atau perkara-perkara yang bersifat negatif seperti tekanan (*stress and burnout*), keganasan di tempat kerja (*workplace violence*), kerja yang tidak

terjamin (*job insecurity*) dan pelbagai lagi aspek negatif berkaitan dunia pekerjaan yang dijadikan bahan kajian, namun kegagalan untuk mengiktiraf sumbangan positif dipersekitaran pekerjaan dalam melaksanakan kajian dilihat sebagai sesuatu yang tidak wajar. Untuk itulah, maka pembaharuan minda harus dilakukan kepada para pengkaji dan sudah tiba masanya usaha penerokaan terhadap aspek positif giat dijalankan bagi memahami makna serta kesannya terhadap sesuatu pekerjaan yang dilakukan (Turner, Barling dan Zacharatos, 2002).

Selain daripada menjadi sumber pendapatan, kejayaan dan pengiktirafan individu, pekerjaan juga boleh menjadi sumber kepada konflik, hilang upaya dan punca tekanan ekoran daripada bebanan tugas yang berlebihan, kesuntukan masa kerja dan sumber-sumber yang terhad dalam melaksanakan sesuatu tugas, manakala desakan gaya hidup moden dan mobiliti sosial juga telah menyukarkan pekerja dalam mengimbangi tuntutan di tempat kerja dan di rumah yang akhirnya membawa kepada masalah tekanan (Kreitner, 1999). Tekanan di tempat kerja pula boleh menjadi punca kepada masalah mental pekerja (Murphy dan Athanasou, 1999). Oleh itu, kegembiraan dilihat sebagai mekanisme dalam memberikan kepuasan dan mengurangkan tekanan pekerja. Hal ini kerana, kegembiraan dapat menjadi benteng atau '*buffer zone*' kepada tekanan yang dihadapi oleh manusia, selain dari meningkatkan kesihatan, usia, prestasi kerja, hubungan sosial, malah dapat menjana pemikiran kreatif, kemahiran penyelesaian masalah dan meningkatkan kesihatan mental manusia (Argyle, 2004). Hal ini terbukti melalui kajian Momeni *et al.* (2011) yang mendapati bahawa kegembiraan mempunyai hubungan dengan kejayaan dalam pekerjaan. Page dan Vella-Brodrick (2008) pula melihat wujudnya perkaitan ketara antara kepuasan dalam kehidupan dengan tahap kepuasan dalam aspek pekerjaan, manakala Boehm dan Lyubomirsky (2008) telah membuat kesimpulan bahawa secara keseluruhannya seseorang individu yang mempunyai perasaan positif yang tinggi mampu membawa kepada pencapaian yang lebih baik kepada organisasi dan tempat kerja. Ini disebabkan individu tersebut memiliki perasaan positif yang memandu mereka ke arah tingkah laku yang baik dan lebih berketrampilan dalam menjalankan tugas yang diberikan.

Pekerjaan merupakan medium utama untuk memperolehi ganjaran kepada manusia bagi meneruskan kehidupan. Dalam bentuk hubungan timbal balas, tenaga kerja pula menjadi nadi yang menggerakkan sumber dan mengoperasikan sistem dalam sesebuah organisasi. Sumber manusia di lihat sebagai aset terpenting dalam meningkatkan kualiti perkhidmatan, produktiviti dan mutu kerja. Walaupun penghasilan nilai kerja yang berkualiti, pantas dan fleksibel merupakan bonus terbaik buat sesebuah organisasi, namun ia berkemungkinan menjejaskan kesihatan fizikal dan psikologi pekerja. Hal ini kerana, organisasi perlu sedar bahawa mengurus sumber manusia adalah amat berbeza dengan mengurus faktor-faktor produktiviti yang lain seperti sumber kewangan, teknologi, aset fizikal dan bahan mentah. Menurut Aziz (2006), sumber manusia ialah aset hidup, berfikiran dan berperasaan. Faktor-faktor pemikiran dan perasaan kemanusiaan inilah yang akan bertindak menjadikan sumber manusia satu-satunya faktor produktiviti yang boleh menerima atau menolak sebarang polisi, peraturan dan prosedur yang ditetapkan oleh organisasi. Elton Mayo pelopor pergerakan hubungan kemanusiaan melalui kajian Hawthorne menolak dimensi yang bermotifkan ekonomi semata-mata sebagaimana yang diperkenalkan dalam pengurusan saintifik kerana prestasi kerja seseorang pekerja bergantung kepada persekitaran sosial yang wujud dalam organisasi, iaitu bagaimana pekerja dilayan serta dihargai oleh majikan, perasaan mereka dan hubungan mereka dengan pekerja yang lain. Hal ini selaras dengan dapatan kajian Ritika Jain (2012) yang membuat kesimpulan bahawa kegembiraan ditempat kerja adalah elemen yang paling penting kepada setiap individu dan organisasi melalui interaksi antara pekerja dan majikan.

Pada masa kini kriteria untuk menjadi seorang pekerja yang berjaya dalam pekerjaannya tertumpu kepada tahap pendidikan yang tinggi, kebijaksanaan, rajin, kemahiran sosial, rangkaian sosial, kebolehpercayaan dan keupayaan (Diener dan Diener, 2008). Ciri-ciri ini juga merupakan pilihan utama majikan, namun dalam masa yang sama faktor kegembiraan sering dilupakan walhal kegembiraan memberi sumbangan yang besar dalam melahirkan pekerja yang produktif. Ini dibuktikan melalui kajian berkaitan kegembiraan dan prestasi kerja yang menunjukkan bahawa pekerja yang mempunyai tahap kegembiraan yang tinggi cenderung untuk mendapat markah prestasi yang tinggi dalam penilaian penyelia, mempunyai kreativiti yang lebih baik dalam aspek menjana idea baru, mutu perkhidmatan dan memberi banyak input ke arah mencapai matlamat organisasi (Diener dan Diener, 2008). Menurut



Fisher (2010), aspek kegembiraan perlu menjadi asas utama dalam persekitaran pekerjaan kerana kegembiraan merangkumi aspek kepuasan kerja dan di semua peringkat kajian mendapati bahawa kegembiraan menjadi asas penting serta berhubungan dengan kejayaan matlamat individu dan organisasinya. Ini kerana, dalam membina kepuasan kerja, soal tingkah laku (*attitude*) menjadi antara asas penting dalam mencapai kepuasan kerja, dan tingkah laku adalah terdiri daripada komponen yang merangkumi aspek pemikiran (*cognitive*) dan emosi (*affective*).

Apabila berlakunya masalah seperti tekanan, *burnout*, kemurungan, gangguan seksual, ketakutan yang melampau, tingkah laku delinkuen, masalah transeksualiti dan krisis identiti akan menyebabkan kehidupan manusia terganggu, kualiti hidup terjejas dan individu menjadi tidak gembira. Di sini peranan kegembiraan melalui emosi positif membantu dalam menstabilkan kehidupan manusia melalui pendekatan psikologi khususnya kaunseling dalam meningkatkan kesejahteraan manusia. Ini kerana, perkhidmatan kaunseling bukan sahaja bertujuan untuk memulih, malah sebagai langkah pencegahan agar dapat melahirkan individu yang mempunyai kehidupan yang bermakna dan gembira (Rohany dan Fatimah, 2006).

Dalam lapangan pendidikan, Le, Berenbaum dan Raghavan (2002) mendapati bahawa pelajar institusi pengajian tinggi yang berada di bandar-bandar besar di Malaysia mencatat tahap *alexithymia* yang tinggi. *Alexithymia* dapat dikesan di kalangan pelajar, misalnya sukar memahami, memproses dan menzahirkan emosi dengan baik dan ini boleh menjadi penyebab kepada masalah psikiatri yang lain (Howell *et al.*, 2012). Selain itu, menahan dan memendam emosi juga menyebabkan masalah psikologi dan membawa kepada masalah kesihatan fizikal seseorang (King dan Pennebaker, 1998). Oleh itu, kegembiraan seharusnya menjadi asas kepada penguasaan, pengajian dan pembudayaan ilmu di kalangan pelajar. Proses pengajaran dan pembelajaran yang merupakan nadi pendidikan utama manusia akan menjadi lebih berkesan melalui penerapan elemen kegembiraan sebagai pemacu kepada matlamat akhir yang ingin dicapai. Ini diperkukuhkan dengan penjelasan Warnick (2009) iaitu;

*“happiness and education are intimately connected and happiness should be an aim of education, and a good education should contribute significantly to personal and collective happiness...”*

(Warnick, 2009)

Pernyataan di atas jelas menunjukkan saling hubungkait antara kegembiraan dan juga pendidikan di mana kegembiraan seharusnya menjadi matlamat kepada pendidikan. Sistem pendidikan yang baik mampu menyumbang kepada kegembiraan secara individu mahupun bersama.

Di samping itu, menurut Zaini Ujang (2012) beberapa buah universiti berstatus penyelidikan kini berada pada fasa globalisasi dan penuh cabaran, maka peranannya tidak boleh dibelenggu dengan faktor-faktor dalaman dan tempatan. Kini dengan berteraskan konsep ‘7P’ yang diperkenalkan bagi memantapkan tugas para pensyarah, maka aspek pengajaran, penyelidikan, penerbitan, penyeliaan, perundingan dan pembentangan serta pementoran menjadi keutamaan dalam bekerja, sekaligus dengan ini membezakan peranan pensyarah di peringkat universiti berbanding para guru. Dengan penekanan kepada peningkatan kualiti pengajian, semestinya tugas pensyarah juga meningkat sejajar usaha meningkatkan prestasi universiti terutamanya dalam mencapai tahap piawai antarabangsa, untuk itulah tahap kegembiraan pensyarah perlu dipastikan stabil, kerana berbanding dengan rakan sekerja yang tidak gembira, individu yang gembira lebih bersemangat dan rasa seronok bekerja untuk mencapai kejayaan dan pencapaian mereka juga disokong padu oleh emosi positif yang tercetus dalam diri (Carver, 2003). Sebaliknya, tekanan emosi yang berlaku menyebabkan pekerja hilang keyakinan diri, bersifat agresif, mudah meradang dan hilang tumpuan yang akhirnya menjadikan mereka kurang motivasi untuk bekerja (Mohd Ali Jasmi *et al.*, 2010).

Pekerjaan sebagai seorang pensyarah bukan merupakan satu hal yang boleh dipandang mudah (Syukriyah dan Noorasiah, 2012). Jumlah kemasukan pelajar ke Institusi Pengajian Tinggi (IPT) yang semakin bertambah saban tahun mewujudkan

ketidakseimbangan di antara jumlah pensyarah dan pelajar. Kajian yang telah dilakukan oleh Collin dan Parry-Johnes (2000) mendapati bahawa wujudnya ketidakseimbangan antara bilangan pensyarah dan pelajar di universiti-universiti pada masa kini, dan ini sekaligus menambahkan bebanan kerja kepada para pensyarah serta mengurangkan tahap kegembiraan mereka menerusi tekanan yang dialami akibat pertambahan tempoh masa bekerja yang lebih tinggi. Malaysia seharusnya tidak terjebak dalam masalah sebegini, dan pastinya aspek kegembiraan pensyarah juga perlu diambilkira untuk mengelakkan kurangnya minat untuk kekal bekerja di bidang pendidikan pengajian tinggi ini.

Manusia sering melakukan kesilapan dalam menentukan faktor yang menyumbang kepada kegembiraan diri mereka (Frey dan Stutzer, 2003). Dapatan kajian Redhwan Ahmed Al-Naggar (2010) menunjukkan aras kegembiraan berkait rapat dengan beberapa faktor seperti tekanan, pendapatan (wang) yang tidak mencukupi, konflik dengan rakan dan ahli keluarga, persepsi diri sebagai gagal dalam hidup, pemikiran negatif, dan konflik sendiri. Oleh itu, sebagai tenaga penggerak universiti, kestabilan yang tinggi dalam aspek kesejahteraan swadiri pensyarah perlu di tingkatkan agar mampu mendepani cabaran baru dunia pendidikan, tugas dan beban kerja, serta membina kualiti hidup yang baik bagi menjadi jentera yang mampu beroperasi secara cekap dan berkesan. Hal ini kerana, kegembiraan bukan hanya dikaitkan dengan individu yang mempunyai emosi yang stabil, tetapi hasil kajian yang dilakukan mendapati individu yang gembira mempunyai kesihatan yang baik, produktif dalam pekerjaan, berjaya, mampu bersosialisasi secara berkesan serta mempunyai kehidupan rumahtangga yang harmoni (Lyubomirsky, King dan Diener, 2005; Pressman dan Cohen, 2005).

### 1.3 Pernyataan Masalah

Di Malaysia, sebanyak 59.5 peratus pensyarah di universiti tempatan mempunyai niat untuk berhenti bekerja. Ini telah meninggalkan kesan yang buruk ke atas institusi pengajian tinggi dalam aspek kos gantian, kerja yang terganggu dan menjejaskan tujuan kerajaan untuk mencapai visi mewujudkan sebuah masyarakat berasaskan ilmu pengetahuan (Ilhamie, 2009). Beberapa faktor dikaitkan dengan niat pensyarah untuk berhenti kerja seperti tekanan akibat beban tugas, perjawatan dan komitmen kerja (Nurul Nadia dan Hafizal, 2009). Bahkan beban tugas pensyarah mengikut jawatan juga didapati tinggi melebihi wajaran yang ditetapkan dalam Sistem Penilaian Prestasi Universiti dan hal ini boleh menyebabkan pensyarah kurang fokus dan tertekan. Justeru, beban tugas hakiki pensyarah ini perlu diagihkan mengikut kesesuaian dan adil untuk mencapai status Universiti Penyelidikan terulung dapat dipikul bersama dan pada masa yang sama kebajikan pensyarah terbela (Masturah *et al.*, 2011). Hal ini kerana, pensyarah merupakan sumber manusia yang berperanan penting dalam menyumbang kepada pembangunan negara kerana sumber manusia inilah yang akan menentukan sama ada tercapainya matlamat untuk menjadi sebuah negara yang maju atau pun tidak melalui anjakan paradigma rakyat yang dijana dalam institusi pendidikan.

Kajian Sharif *et al.*, (2012) terhadap kesejahteraan psikologi pensyarah di Universiti Teknologi Malaysia mendapati 17.3 peratus pensyarah berada pada paras rendah bagi komponen kesejahteraan psikologi iaitu autonomi dan penerimaan sendiri (*self-acceptance*), manakala tinjauan yang dilakukan pula mendapati sebanyak 61 peratus pensyarah bersetuju bahawa status Universiti Penyelidikan telah menambah bebanan kerja pensyarah yang akhirnya membawa kepada tekanan kerja dan *burnout* (Sharif, 2012). Namun begitu, stress, kesihatan mental, masalah dalam pekerjaan dan kehidupan pada asasnya adalah berpunca daripada keadaan tidak gembira (*unhappiness*) yang dialami manusia (Argyle, 2004; Boehm dan Lyubomirsky, 2008; Murphy dan Athanassou, 1999; Rohany dan Fatimah, 2006). Malah, sekiranya seseorang pekerja tidak gembira, ia memberi kesan yang buruk kepada organisasi dan produktiviti kerja yang dihasilkan (Muna dan Atasya, 2013).

Di Malaysia masih tiada kajian bersepadu yang dilakukan dalam melihat tahap dan faktor kegembiraan dalam kalangan pekerja khususnya pensyarah, meskipun ia berada pada tahap kritikal (Noraini dan Nor Ba'yah, 2011). Malah, kajian tekanan dalam kalangan pendidik hanya tertumpu kepada guru, namun tidak ramai yang membuat kajian berkaitan stres dalam kalangan pensyarah (Azlina dan Shiqah, 2010). Kebanyakan kajian yang dilakukan juga hanya tertumpu kepada kajian berkaitan kepuasan kerja, aspek pengurusan kerja dan prestasi sahaja (Fauziah Noordin, 2009; Ismail Hussein Amazt dan Abdul Rahman Idris, 2011; Nilufar Ahsan *et al.*, 2009; Zainudin Awang *et al.*, 2010) tanpa meninjau kepada persoalan kegembiraan di kalangan pensyarah. Walhal, kepuasan kerja dan rasa senang dalam pelbagai aspek kehidupan hanyalah sub aspek yang menggambarkan kegembiraan (Yang, 2008).

Selain daripada belum adanya kajian berhubung kegembiraan dalam kalangan pensyarah, terdapat masalah dalam mendapatkan alat ukur atau instrumen bagi mengukur kegembiraan dan faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan (Argyle, 2004; Ryan dan Deci, 2001; Seligman, 2005). Malah tidak wujud satu alat ukur yang komprehensif untuk mengukur semua faktor yang menyumbang kepada kegembiraan. Kebanyakan alat ukur adalah berasal dari barat dan hanya diterjemah tanpa sebarang penambahan komponen yang selaras dengan agama dan budaya di Malaysia (Viren Swami, 2008). Hal ini menyebabkan kebanyakan alat ukur yang digunakan tidak dapat mengukur kegembiraan secara efektif disebabkan perbezaan budaya dan agama tersebut (Ahmad, 1996; Howell *et al.*, 2012).

Justeru, berdasarkan daripada pernyataan masalah yang dikemukakan, kajian pengesanan terhadap tahap kegembiraan pensyarah dilakukan bagi mendapatkan data berhubung tahap kegembiraan dan meninjau dengan lebih mendalam berhubung aspek kegembiraan pensyarah. Ini kerana, pengkajian terhadap aspek kegembiraan dalam kalangan pensyarah dapat membantu pemahaman terhadap elemen kepuasan kerja dan kepuasan hidup sekaligus membuat penerokaan terhadap kewujudan emosi positif dan emosi negatif yang mencakupi elemen kegembiraan pensyarah secara holistik.

Pembangunan instrumen yang menyeluruh terhadap semua faktor yang mempengaruhi kegembiraan adalah penting. Komponen agama yang digabungkan dalam alat ukur kajian ini adalah signifikan bagi membolehkan sumbangan agama terhadap kegembiraan dikaji. Penambahan ini juga dibuat kerana komponen agama

mewakili sebahagian besar kehidupan manusia dan mencetuskan kegembiraan lestari. Ini kerana, menurut Eckersley (2007), hubungan antara agama dan kegembiraan dilihat sebagai nilai tambah (*added value*) yang begitu berkuasa dan penting kepada manusia, iaitu agama mampu membawa kegembiraan. Layard (2005) juga menyatakan bahawa individu yang percaya kepada Tuhan mencapai lebih kegembiraan. Selain komponen agama, alat ukur yang dibina ini juga berupaya mengukur semua faktor yang terdapat dalam aktiviti seharian pensyarah bagi membolehkan pengesanan terhadap faktor yang paling dominan dalam memberikan impak terhadap kegembiraan dikenalpasti.

Selain kajian terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan seperti personaliti dan latar belakang demografi pensyarah, kajian yang dijalankan ini membolehkan fenomena yang mengurangkan rasa gembira dalam diri individu iaitu dikenali sebagai adaptasi hedonik dapat diatasi. Ini kerana, gabungan alat ukur yang mengukur faktor Aktiviti Bertujuan manusia berdasarkan Model Kegembiraan Lestari (Lyubomirsky *et al.*, 2005) iaitu komponen kognitif, motivasi dan tingkah laku telah diintegrasikan dengan pendekatan agama bagi mendapatkan gambaran yang menyeluruh berkenaan faktor yang dapat mengekalkan kegembiraan pensyarah. Maka, pembangunan instrumen bagi mengukur faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan lestari dapat digunapakai bagi tujuan penambahbaikan dasar dan polisi di Universiti Penyelidikan. Berdasarkan kepada pentingnya kajian mengenai kegembiraan pensyarah sebagai usaha untuk menempatkan salah satu dari Universiti Penyelidikan Malaysia di kedudukan sebagai antara 50 universiti terbaik di dunia menjelang tahun 2020, kajian ini juga dilakukan sebagai penyediaan awal profil tahap kegembiraan pensyarah di Universiti Penyelidikan bagi membolehkan data tersebut membantu pihak kementerian dan universiti memahami pandangan dan perasaan pensyarah terhadap persekitaran pekerjaan mereka.

## 1.4 Objektif Kajian

Kajian berkaitan impak kegembiraan terhadap produktiviti dan prestasi kerja tidak banyak dijalankan (Argyle, 1989; Glaeser *et al.*, 2000). Untuk itulah aspek kegembiraan di tempat kerja termasuk di institusi pengajian tinggi di Malaysia memerlukan satu pengkajian yang serius mengenai tahap kegembiraan dalam kalangan kakitangan akademiknya demi mencapai kecemerlangan dalam menyediakan pengajian tinggi terbaik untuk rakyat dan pembangunan negara. Oleh itu, terdapat beberapa objektif yang dibangunkan dalam kajian ini iaitu;

- 1.4.1 Mengkaji profil kegembiraan dalam kalangan pensyarah universiti penyelidikan
- 1.4.2 Mengkaji perbezaan tahap kegembiraan mengikut faktor demografi
- 1.4.3 Mengenalpasti pengaruh faktor personaliti terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.4.4 Mengenalpasti faktor aktiviti bertujuan yang mempengaruhi Kegembiraan pensyarah
- 1.4.5 Mengenalpasti sumbangan faktor-faktor yang meramal kegembiraan lestari pensyarah

## 1.5 Persoalan Kajian

- 1.5.1 Apakah aras tahap kegembiraan pensyarah?
- 1.5.2 Apakah aras tahap kegembiraan pensyarah mengikut komponen afektif?
- 1.5.3 Apakah aras tahap kegembiraan pensyarah mengikut komponen kognitif?
- 1.5.4 Apakah aras tahap kegembiraan dalam kalangan pensyarah mengikut faktor demografi?
- 1.5.5 Apakah pola personaliti pensyarah Universiti Penyelidikan?
- 1.5.6 Adakah faktor personaliti mempengaruhi kegembiraan pensyarah?
- 1.5.7 Adakah faktor aktiviti bertujuan mempengaruhi kegembiraan pensyarah?
- 1.5.8 Apakah faktor-faktor yang meramal kegembiraan lestari pensyarah?



## 1.6 Hipotesis Kajian

- 1.6.1 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut jantina
- 1.6.2 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut umur
- 1.6.3 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut Status Perkahwinan
- 1.6.4 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut Jawatan
- 1.6.5 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut Pendapatan
- 1.6.6 Tidak terdapat perbezaan di antara tahap kegembiraan pensyarah mengikut Tahap Pendidikan
- 1.6.7 Tidak terdapat pengaruh di antara personaliti *Extraversion* terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.8 Tidak terdapat pengaruh di antara personaliti *Neuroticism* terhadap kegembiraan pensyarah

- 1.6.9 Tidak terdapat pengaruh di antara personaliti *Agreeableness* terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.10 Tidak terdapat pengaruh di antara personaliti *Openness* terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.11 Tidak terdapat pengaruh di antara personaliti *Conscientiousness* terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.12 Tidak terdapat pengaruh faktor aktiviti bertujuan komponen kognitif terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.13 Tidak terdapat pengaruh faktor aktiviti bertujuan komponen tingkah laku terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.14 Tidak terdapat pengaruh faktor aktiviti bertujuan komponen motivasi terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.15 Tidak terdapat pengaruh faktor aktiviti bertujuan komponen Agama terhadap kegembiraan pensyarah
- 1.6.16 Tidak terdapat faktor yang meramal kegembiraan lestari pensyarah

## 1.7 Kerangka Teori Kajian

Kajian mengenai kegembiraan bukanlah satu kajian yang dilakukan hanya berasaskan kepada satu teori yang spesifik (*theory-driven*). Ini kerana, kegembiraan tidak dapat dijelaskan secara menyeluruh hanya dengan menggunakan satu teori sahaja, ianya memerlukan beberapa teori untuk mendasari makna dan memahami pendefinisian kegembiraan itu sendiri. Walaupun pada asasnya perdebatan mengenai teori berlaku apabila sesuatu kajian telah menghasilkan dapatan kajian, ianya terjadi disebabkan hasil kajian kadangkala memerlukan lebih dari satu teori dalam penghuraian dan perdebatan hasil kajian (Argyle, 2001).

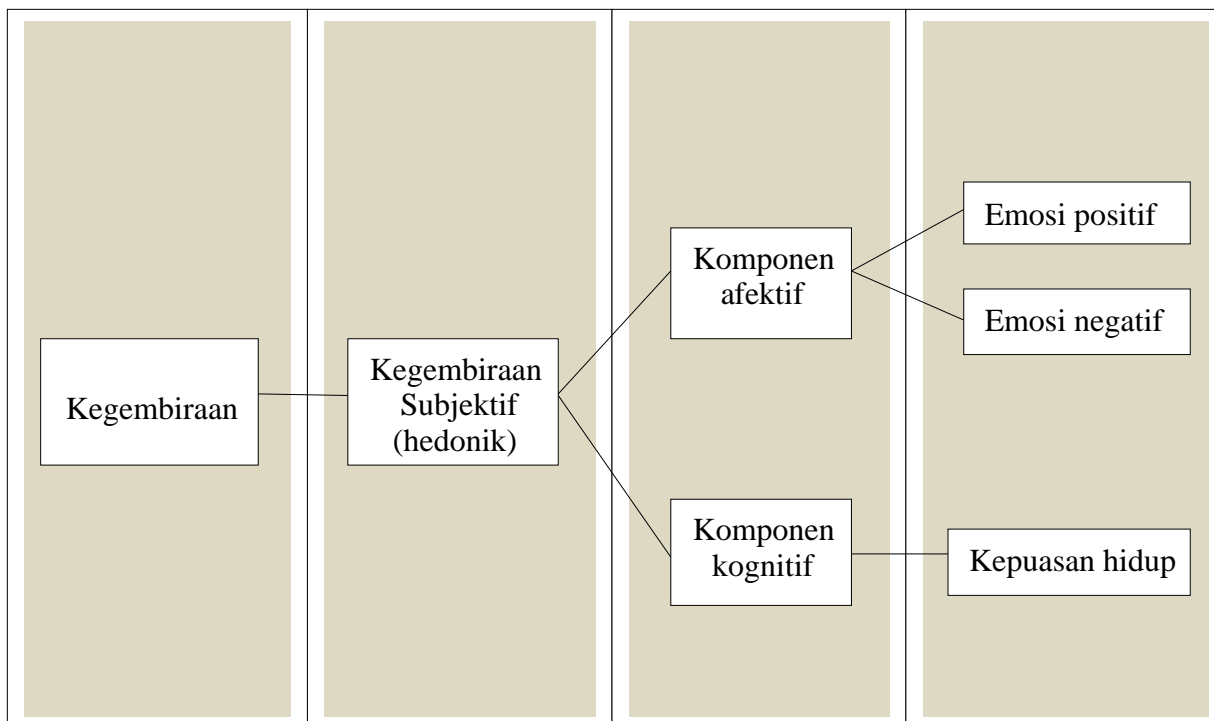
Kajian yang dijalankan ini pada asasnya berpandukan kepada pendekatan integratif (*integrative approach*). Hal ini kerana, beberapa teori dan pendekatan telah digabung-jalinkan bagi mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam berhubung fenomena yang dikaji bagi mencapai tujuan kajian. Terdapat beberapa pendekatan dalam melihat aspek kegembiraan dan juga faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan manusia (Chawsithiwong, 2007). Umumnya, teori integratif ini adalah bersandarkan kepada sesuatu tujuan perbincangan dan penyelidikan yang dilakukan merangkumi pelbagai jenis teori dalam satu kajian (Cloward dan Ohlin, 1960; Colvin dan Pauly, 1983; Elliott, Huizinga, dan Ageton, 1985; Elliott, Huizinga, and Menard, 1989). Selain itu, pendekatan integratif merujuk kepada kajian yang menggunakan cara pandang dan cara analisis yang menyatu dan terpadu (Mohd Yusof, 2006). Ini kerana, pendekatan integratif adalah paduan antara ilmu dengan disiplin lain dalam menyelesaikan masalah yang dikaji (Khoiruddin, 2009). Bahkan menerusi perbincangan teori yang digabungkan atau diintegrasikan, maka ia membolehkan kepelbagaian teori digabungkan bagi memberi fokus kepada proses mencapai keputusan (Akers, 1985; Glaser, 1978; Pearson and Weiner, 1985). Pendekatan integratif ini boleh berlaku dalam tiga keadaan iaitu secara struktural, konseptual, dilakukan secara terus atau asimilasi beberapa teori dalam kajian yang dilakukan (Hagan, 1988; Kaplan, 1975; Tatum, 1996). Oleh itu, pendekatan ini juga adalah sesuai dengan pendekatan multi-disiplin yang mana disiplin lain digunakan secara bersama untuk menghasilkan dapatan kajian, sama ada paduan dengan beberapa disiplin sains sosial ataupun disiplin sains tulen (Mohd Anuar Ramli, 2013). Dengan

erti kata lain, ianya merupakan penyatuan dua entiti menjadi satu yang saling berkait sehingga terjalin hubungan yang bersifat bersepadu (Armai Arief, 2011). Kerangka teori kajian ini adalah berasakan kepada pendekatan integratif kerana terdapat konsep, model dan pendekatan yang telah digabungkan seperti pendekatan Hedonik, teori al-Ghazali dan Model Kegembiraan Lestari (Lyubomirsky *et al.*, 2005).

Kegembiraan boleh dilihat menerusi dua pendekatan utama iaitu pendekatan hedonik (*hedonic approach*) dan eudaimonik (*eudaimonic approach*). Kedua-dua pendekatan ini memberikan pemahaman dari sudut yang berbeza berhubung dengan aspek kegembiraan (Ryan dan Deci, 2001). Walaupun terdapat pelbagai kaedah dalam menilai aspek kegembiraan manusia, namun banyak pengkajian menumpukan kepada aspek kegembiraan subjektif menerusi pendekatan hedonik disebabkan pendekatan ini memperincikan pemahaman kegembiraan dengan lebih jelas (Diener, 2000). Dalam kajian ini, pendekatan hedonik telah digunakan sebagai asas utama untuk melihat dimensi kegembiraan subjektif. Pendekatan hedonik dipilih disebabkan ia mempunyai struktur perincian yang jelas berhubung komponen yang terdapat dalam kegembiraan (Morgan, 2010). Ini kerana, ahli psikologi yang berpegang kepada pendekatan ini percaya bahawa kesejahteraan hidup diperolehi melalui kegembiraan subjektif, merasai pengalaman yang gembira dan mengelak pengalaman yang tidak gembira hasil tafsiran daripada perkara yang baik dan buruk dalam kehidupan manusia (Diener *et al.*, 1998; Kubovy, 1999). Komponen utama pendekatan hedonik menurut pandangan ahli psikologi adalah kegembiraan subjektif yang meliputi tiga elemen asas iaitu kewujudan emosi positif, ketiadaan emosi negatif dan kepuasan hidup (Albuquerque *et al.*, 2012; Deci dan Ryan, 2008; Diener dan Lucas, 1999).

Selain itu, pengkajian aspek kegembiraan dalam kalangan pensyarah dibuat menerusi konsep yang dikenali sebagai kegembiraan subjektif (*subjective well-being*) atau dalam singkatannya SWB. Konsep kegembiraan subjektif diguna pakai kerana ia dapat mengukur kegembiraan aspek psikologi manusia yang terdiri dari komponen kognitif dan afektif. Selain itu, alat ukur yang sedia ada dalam mengukur konstruk ini mempunyai kebolehpercayaan (*reliability*) yang tinggi dan juga memiliki kesahan

(*validity*) yang mampu digunakan dalam mengukur kegembiraan manusia (Diener, Scollon dan Lucas, 2003).



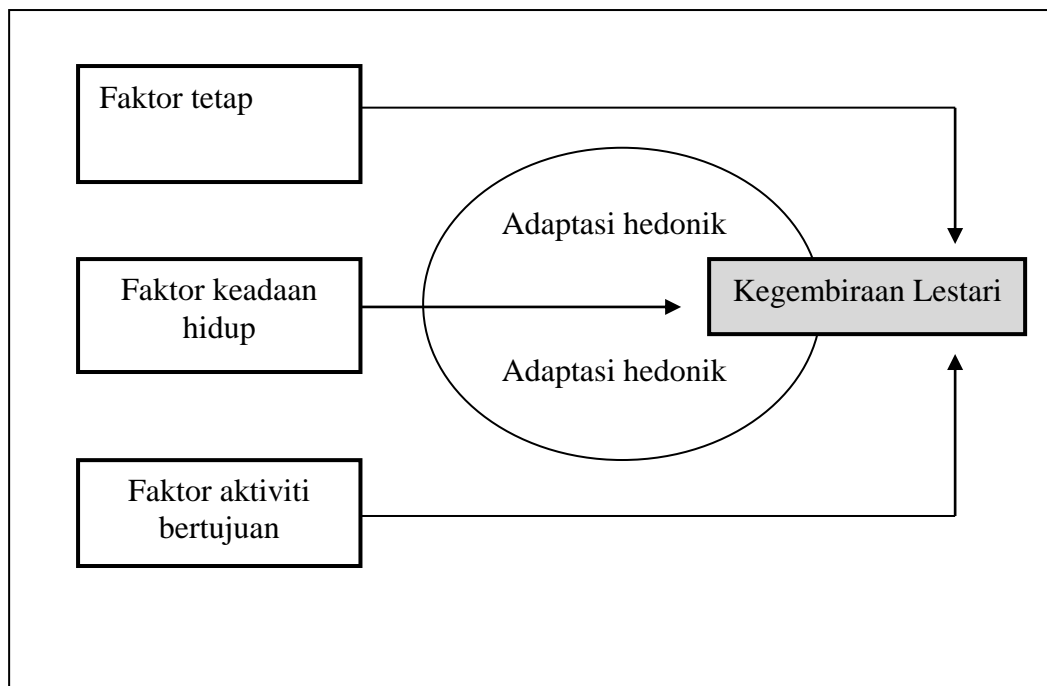
**Rajah 1.1:** Dimensi asas kegembiraan subjektif mengikut pendekatan hedonik

Rajah 1.1 di atas menunjukkan komponen kegembiraan secara terperinci merangkumi aspek objektif iaitu mencapai kegembiraan, aspek falsafah yang menjadi dasar kepada kegembiraan iaitu dengan menggunakan pendekatan hedonik, aspek komponen kegembiraan yang terdiri daripada elemen afektif (emosi) dan kognitif serta aspek komponen afektif dan kognitif yang dijelaskan dengan terperinci iaitu kewujudan emosi positif, ketiadaan emosi negatif dan kepuasan hidup. Justeru, dalam konteks kajian ini tahap kegembiraan pensyarah dilihat dari aspek kepuasan hidup yang mencakupi semua aspek kehidupan secara menyeluruh. Selain itu, komponen afektif melibatkan keseimbangan emosi juga dilihat bagi memastikan kegembiraan yang dicapai selaras dengan pandangan tentang konsep kegembiraan yang terkandung di dalam pendekatan hedonik. Akhirnya, melalui perkembangan model kegembiraan lestari yang disuntik dengan pendekatan agama dari asas teori al Ghazali dan digabung

jalin dengan pendekatan konsep kegembiraan ini telah memberikan tunjuk arah kepada keputusan kajian yang lebih bersepadu.

Selain daripada melihat tahap kegembiraan, kajian ini juga bertujuan untuk mengenalpasti faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan dan mencapai kegembiraan lestari. Bagi tujuan tersebut, kajian ini menjadikan Model Kegembiraan Lestari (*Sustainable Happiness Model*) yang di perkenalkan oleh Lyubomirsky, Sheldon, dan Schkade (2005) sebagai asas teori kajian berhubung pengaruh kegembiraan. Model ini dijadikan sebagai asas dalam menjelaskan pengaruh kegembiraan terhadap manusia. Model ini dipilih kerana ia dapat menjelaskan faktor kegembiraan secara komprehensif di mana kegembiraan dilihat dari pelbagai dimensi kehidupan mencakupi personaliti, pekerjaan, pendidikan, kesihatan, kehidupan sosial dan juga usia (DeNeve dan Cooper, 1998; Lyubomirsky *et al.*, 2005). Model ini bukan sahaja menerangkan faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan, malah ia juga menjadi asas kepada pemahaman konsep kegembiraan lestari melalui perbincangan secara terperinci bagaimana kegembiraan dapat dicapai oleh manusia secara lestari melalui kaedah mengatasi fenomena adaptasi hedonik (*hedonic adaptation phenomenon*). Menurut Sheldon dan Lyubomirsky (2006), kegembiraan lestari dapat diperolehi dengan memberikan penumpuan kepada aktiviti bertujuan seharian manusia dalam tiga komponen iaitu kognitif (misalnya, berfikiran optimis), tingkah laku (misalnya, menulis jurnal peribadi atau penghargaan kepada orang yang disayangi) dan aktiviti berorientasikan motivasi (misalnya, mencapai matlamat hidup).

Model Kegembiraan Lestari melihat kegembiraan manusia boleh dicapai melalui pecahan kepada tiga faktor utama iaitu faktor tetap (*genetic set point*), faktor keadaan hidup (*life circumstances*) dan faktor aktiviti bertujuan (*intentional activity*). Pembahagian faktor-faktor yang mempengaruhi kegembiraan dapat dilihat seperti di bawah;



**Rajah1.2:** Model Kegembiraan Lestari dan Proses adaptasi hedonik  
(Lyubomirsky *et al.*, 2005)

Tiga faktor di atas mempunyai sumbangan kepada kegembiraan manusia, di mana faktor tetap mempengaruhi sebanyak 50 peratus terhadap kegembiraan manusia. Menurut Lyubomirsky, Sheldon, dan Schkade (2005), faktor genetik atau tetap ini dapat diumpamakan seperti berat badan. Setiap individu lahir dengan berat badan yang berbeza, misalnya, individu yang lahir dengan bentuk berat badan yang kurus walaupun tidak perlu berusaha, mereka kekal dengan berat badan yang sama, namun terdapat individu yang terpaksa berusaha keras bagi mengekalkan bentuk badan yang diinginkan. Di antara angkuabah yang terdapat dalam faktor tetap adalah personaliti. Personaliti terbina melalui proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Walaupun manusia berupaya mengubah personaliti mereka, namun ianya adalah sukar dan memakan masa. Oleh yang demikian, individu yang mempunyai faktor tetap pada kadar yang rendah dalam menyumbang kepada kegembiraan hendaklah berusaha keras untuk gembira, manakala bagi individu yang mempunyai faktor tetap yang

tinggi sumbangannya kepada kegembiraan akan lebih mudah untuk mencapai tahap kegembiraan.

Faktor kedua iaitu faktor keadaan hidup juga menyumbang kepada kadar kegembiraan. Faktor ini melibatkan perbezaan keadaan hidup atau situasi individu, seperti taraf hidup kaya ataupun miskin, sihat atau tidak, cantik atau hodoh, berkahwin atau berpisah dan sebagainya. Justeru mengikut pandangan Sheldon dan Lyubomirsky (2006), jika sekiranya manusia berjaya seimbangkan faktor keadaan hidup bagi keseluruhan hidupnya, ia tetap akan hanya menyumbang kepada 10 peratus sahaja kegembiraan. Walaupun kebanyakan manusia berhasrat mengubah faktor situasi dalam kehidupan mereka bagi meningkatkan kegembiraan, sebaliknya kajian telah menunjukkan bahawa usaha tersebut tidak akan sepenuhnya berjaya (Sheldon dan Lyubomirsky, 2006). Hal ini berlaku disebabkan oleh unsur yang dikenali sebagai adaptasi hedonik (*hedonic adaptation*). Misalnya, pertama kali terdedah kepada suhu yang sejuk akan menyebabkan seseorang itu menggigil tetapi pendedahan yang berterusan menyebabkan tubuh badannya terbiasa dan dapat beradaptasi dengan keadaan sejuk tersebut, dan ini adalah sifat semulajadi manusia yang berkebolehan untuk mengadaptasi diri terhadap perubahan sensori atau fisiologi. Dalam konteks kegembiraan, fenomena adaptasi hedonik boleh dilihat dalam keadaan hidup manusia seperti perkahwinan, pendapatan yang tinggi, pekerjaan yang baik, penempatan di rumah yang mewah dan sebagainya adalah merupakan kegembiraan yang bersifat sementara disebabkan oleh adaptasi hedonik tersebut. Oleh itu, penumpuan yang diberikan terhadap faktor keadaan hidup memberikan impak yang rendah terhadap kegembiraan jangka panjang manusia.

Faktor aktiviti bertujuan pula dibahagikan kepada tiga komponen iaitu tingkah laku (*behaviour*), pemikiran (*cognitive*) dan motivasi (*motivation/volitional*). Faktor ini dikatakan menyumbang 40 peratus terhadap kegembiraan manusia. Faktor ini merupakan asas utama pengkajian ke atas aktiviti yang menjana kegembiraan dan adaptasi hedonik bagi mencapai kegembiraan lestari. Pemahaman kepada faktor ini adalah penting, kerana ia merujuk kepada sebarang aktiviti di mana individu dengan sengaja dan secara aktif melibatkan diri. Bagi mencapai hasrat mengekalkan kegembiraan, aktiviti seharian yang dijalankan hendaklah pelbagai, dilakukan pada



masa yang tepat, bersesuaian dengan personaliti dan memotivasikan individu tersebut untuk melakukannya (Sheldon dan Lyubomirsky, 2006).

Faktor aktiviti bertujuan ini juga adalah berbeza mengikut individu kerana setiap bentuk aktiviti boleh membawa kegembiraan berdasarkan personaliti dan tingkah laku manusia tersebut. Walaubagaimanapun, Sheldon dan Lyubomirsky (2006), telah menyenaraikan beberapa konstruk dalam aktiviti bertujuan manusia yang pada dasarnya boleh mempengaruhi kegembiraan. Konstruk tersebut ialah bersyukur, berfikiran optimis, mengelakkan perbandingan sosial, bertingkah laku dengan baik, hubungan sosial, ketahanan/kawalan diri, kemaafan, keseronokan hidup, matlamat dan penjagaan diri. Beberapa kajian yang dijalankan mendapati kegembiraan dapat dikekalkan dalam jangka masa panjang sekiranya aktiviti bertujuan yang berkesan dapat dilakukan secara berterusan (Seligman *et al.*, 2005; Sheldon dan Houser-Marko, 2001).

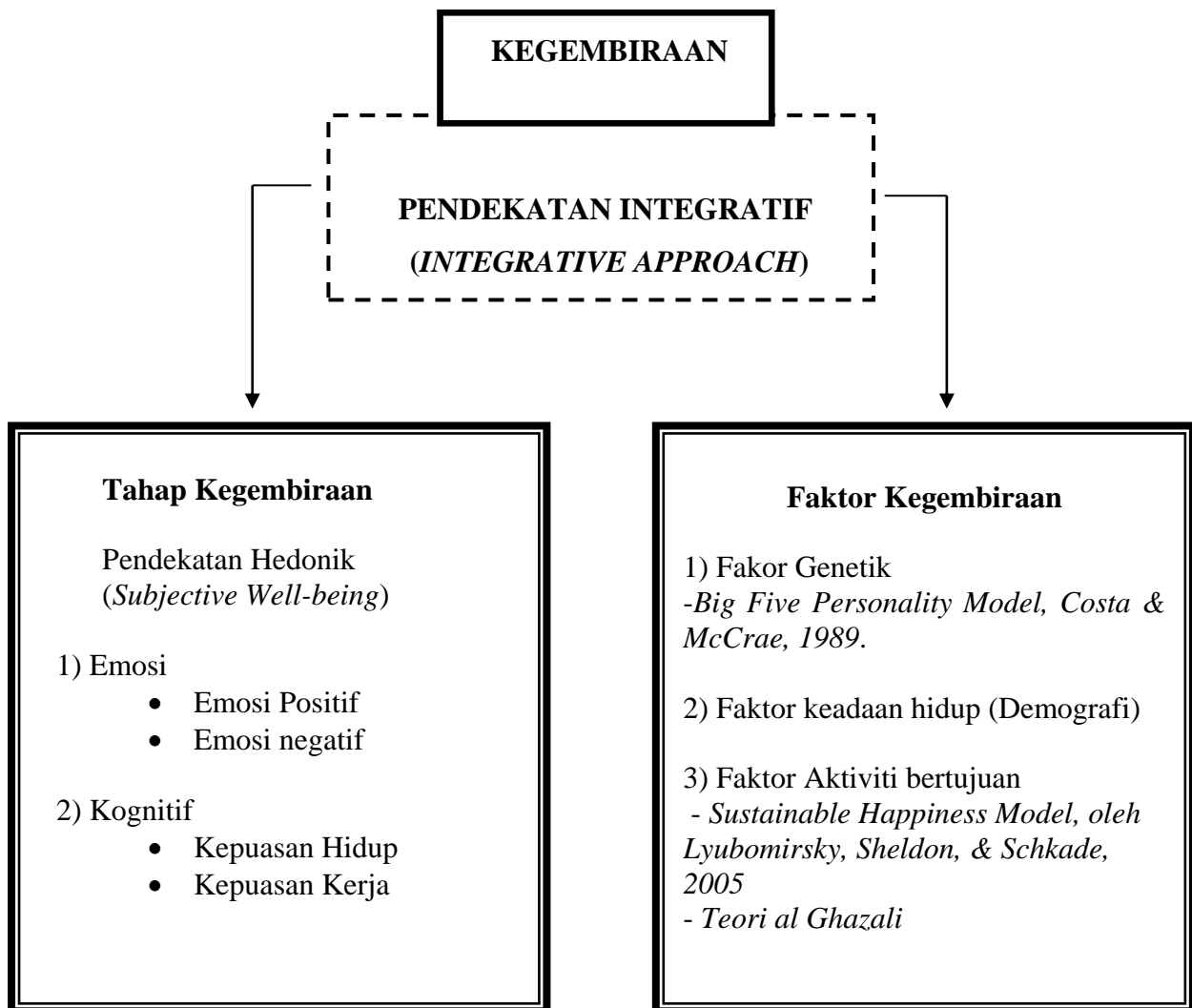
Selain itu, pengkaji telah menambah komponen agama dalam faktor aktiviti bertujuan pensyarah. Ini kerana, berpandukan Model Kegembiraan Lestari hanya terdapat tiga faktor sahaja yang mempengaruhi kegembiraan tanpa adanya elemen agama, maka teori al Ghazali telah digunapakai dalam melihat dan mengenalpasti elemen agama dalam mempengaruhi kegembiraan. Pendekatan al Ghazali berasal dari cetusan seorang ulama Islam tersohor iaitu Imam Abu Hamid Ibnu Muhammad al Tusi al Ghazali yang dilahirkan di Bandar Tus, Khurasan di Iran pada tahun 450 Hijrah. Di dalam Model Kaunseling Sifat-sifat Manusia al Ghazali menyatakan bahawa aspek dalaman manusia terdiri daripada akal, hati dan jiwa yang dipengaruhi oleh ransangan yang diterima pancaindera. Ransangan yang positif akan mencetuskan dorongan kepada tingkah laku positif dan begitu juga sebaliknya (Yatimah dan Mohd Tajudin, 2008). Dalam membicarakan tentang aspek kegembiraan pula, al-Ghazali berpandangan bahawa manusia dapat memperoleh kegembiraan yang kekal tanpa ada kehancuran dengan mencari kegembiraan akhirat. Bagi al Ghazali, kelemahan makhluk untuk menempuh jalan kegembiraan adalah kerana kelemahan iman mereka terhadap hari akhirat (Zulfahmi dan Wan Hasmah, 2014). Secara khususnya, dalam mencapai kegembiraan, al-Ghazali menyatakan jiwa manusia memiliki kekuatan dari aspek kemanusiaannya iaitu kekuatan dalam mengetahui (*'alimah*) dan kekuatan

dalam mengamalkan (*'amilah*) (Zulfahmi dan Wan Hasmah, 2014). Kedua-dua jenis kekuatan ini adalah khusus bagi mendapatkan kesempurnaan rohani dan intelek serta mengetahui perkara-perkara tentang ketuhanan (*aqidah*) dan syara' (amali). Menurut al Ghazali, kegembiraan terbahagi kepada bidang falsafah, tasawwuf dan syariah (Nur Zahidah dan Raihanah, 2011).

Imam al Ghazali juga menjelaskan, kegembiraaan ditafsirkan sebagai penyatuan antara ilmu, amal, rohani dan jasmani. Ciri-ciri kegembiraaan yang dijelaskan oleh al Ghazali adalah terletak kepada semua ilmu yang bermanfaat kepada manusia mencakupi ilmu teori dan ilmu amali. Ilmu teori adalah tergolong daripada ilmu mengenal Allah, Malaikat, Kitab, Rasul dan ilmu akidah kerana kesemuanya mempunyai matlamat yang tertinggi iaitu mengenal Allah. Al-Ghazali menyatakan ilmu mengenal Allah swt (*ma'rifat Allah*) adalah kunci kebahagiaan dan kegembiraaan. Pandangan al Ghazali juga diselaraskan dengan konsep-konsep utama dalam Islam iaitu penekanan kepada elemen akidah, syariat dan akhlak. Menurut Imam al Ghazali, akidah adalah berkait rapat dengan kefahaman seseorang itu secara sepenuhnya terhadap isi dan makna lafaz serta kandungan syahadah yang merupakan penyaksian seseorang itu terhadap kebenaran yang dilafazkan. Aspek syariat pula berkait rapat dengan akidah kerana ianya termasuk dalam bahagian keyakinan terhadap rukun-rukun iman (al-Ghazali, 1988). Malah, iman dan keyakinan mempunyai kesan kepada rasa taat di dalam hati manusia (al-Ghazali, 1988) dan menjadi pendorong menunaikan syariat yang telah ditetapkan iaitu untuk beribadah kepada Allah s.w.t (al-Ghazali, 2004)

Akhlak dan budi pekerti pula menjelaskan tentang keadaan dalam jiwa (*ruhiyyah*) manusia. Akhlak yang lurus pula merupakan manifestasi dari jiwa rohani yang sihat (al-Ghazali,1988). Akhlak menurut al Ghazali (1988) adalah merupakan satu panduan pembentukan nilai diri yang baik. Bahkan dalam pembinaan akhlak, daya kawal yang tinggi kepada empat aspek yang sangat mempengaruhi akhlak iaitu kekuatan ilmu, kekuatan mengawal kemarahan, kekuatan mengawal nafsu syahwat dan kekuatan keadilan menjadi asas penting dalam membina akhlak. Kelemahan dari sudut akhlak (penyelewengan akhlak) merupakan kesan dari penyakit hati. Akhlak yang baik dapat dicapai dengan cara latihan serta kesungguhan yang mana ia begitu

sukar atau berat pada permulaan pelaksanaannya, ia akan menjadi mudah setelah berjaya dilaksanakan dan dijadikan sebagai suatu tabiat atau kebiasaan (al-Ghazali, 1988). Selain itu, al Ghazali memberi perhatian khusus kepada penjagaan dan pemeliharaan unsur diri kerana dari diri inilah terbitnya tingkah laku luaran dalam bentuk perkataan atau perbuatan. Segala usaha dalam proses pembaikan ini menurut al Ghazali akan memberi kesihatan kepada jiwa yang menjadi asas kepada kegembiraan (al-Ghazali, 1988).



**Rajah 1.3:** Kerangka Teori Kajian

## 1.8 Kerangka Konsep Kajian

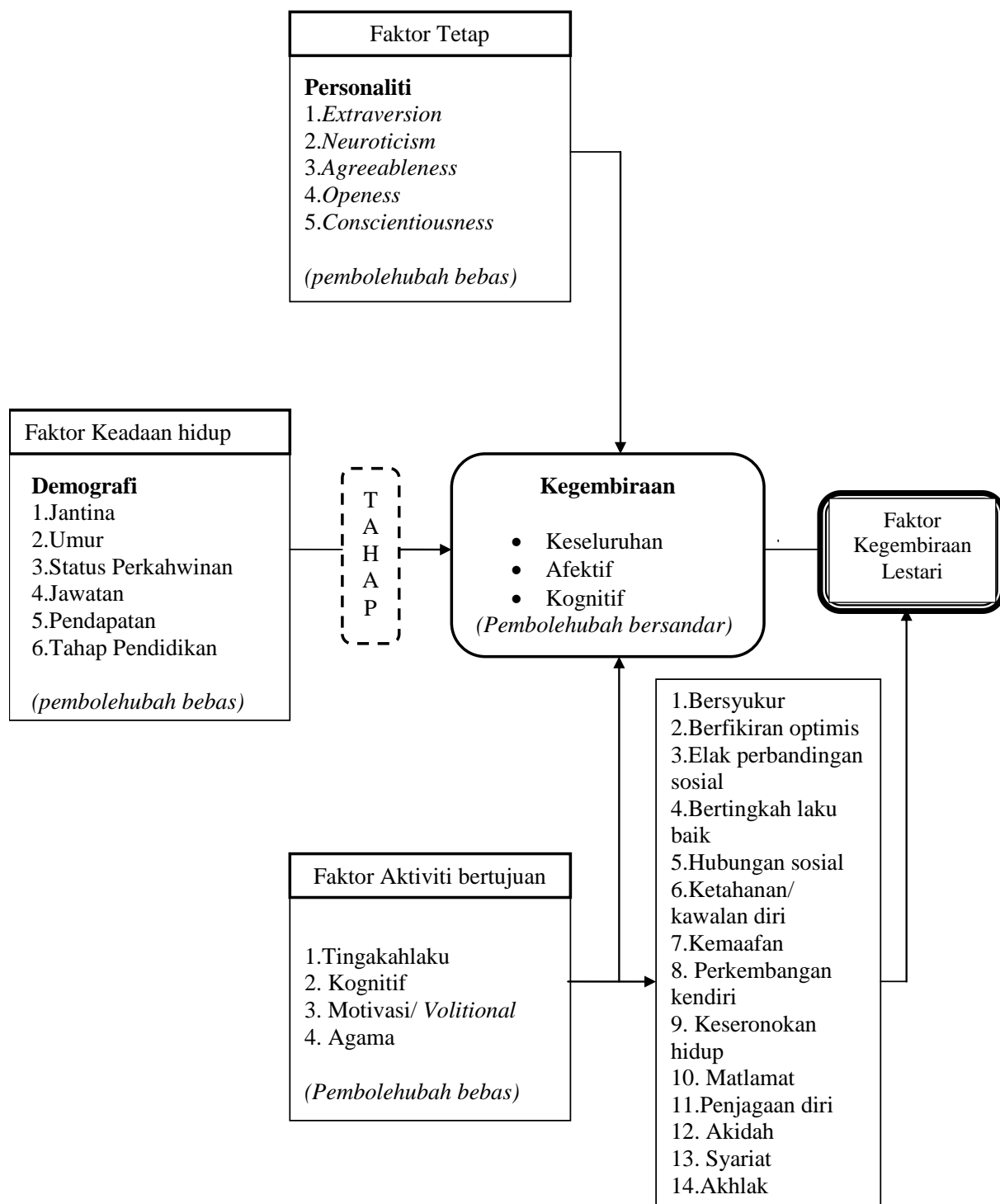
Pengaruh kegembiraan terhadap kehidupan manusia merupakan elemen penting yang dapat memberi kepuasan dalam setiap aspek hidup sama ada kehidupan peribadi, pekerjaan, dan hubungan sosial. Oleh itu, pengkajian terhadap tahap dan punca yang menyumbang kepada kegembiraan pensyarah merupakan satu keperluan. Ini secara asasnya kerana universiti memerlukan pensyarah dalam membangunkan sumber dan aset yang mampu memberi pulangan kepada negara. Para pensyarah mempunyai tanggungjawab untuk melahirkan generasi yang berupaya menjalankan penyelidikan dan mampu meneroka ilmu pengetahuan dalam bidang yang pelbagai bagi memajukan diri dan masyarakat. Bidang tugas pensyarah bukan sahaja mengajar dan menyampaikan kuliah, malah mereka berperanan dalam mencipta, memperbaiki kelemahan dan mengembangkan ilmu (Yong Kuey Ling dan Hamdan Said, 2008).

Pengkajian terhadap tahap kegembiraan dalam kalangan pensyarah juga adalah bagi memastikan tenaga kerja universiti berada pada tahap kesihatan mental yang stabil. Ini kerana, kegembiraan merupakan konsep yang saling berkaitan dengan kesihatan mental dan kajian Fierro (1999) mendapati kesihatan mental bersifat pelbagai dimensi (*multi-dimension*) dan kegembiraan peribadi merupakan salah satu faktor kesihatan mental. Kegembiraan manusia juga berkait rapat dengan bentuk tingkah laku yang dihasilkan dalam melahirkan kegembiraan dan emosi positif yang dapat memberikan kepuasan kepada manusia. Bentuk tingkah laku ini juga dihasilkan sebagai hasil penolakan kepada konsep sakit, hilang upaya, tekanan dan penderitaan yang digariskan dalam buku manual statistikal dan diagnostik gangguan mental edisi empat (DSM IV).

Dalam konteks kajian ini, penumpuan yang khusus diberikan kepada aspek aktiviti bertujuan pensyarah. Ini kerana, mengikut model kegembiraan lestari, aktiviti bertujuan merupakan mekanisme utama yang membolehkan perubahan diri ke arah mencapai kegembiraan lestari. Ini diperkukuhkan oleh kajian Lyubomirsky *et al.*, (2005) bahawa usaha-usaha yang dijalankan dalam mewujudkan aktiviti bertujuan yang bermakna pasti akan menyumbang kepada kegembiraan, sekaligus ianya selaras

dengan penemuan Seligman *et al.*, (2005) bahawa individu yang menjalankan latihan kegembiraan melebihi tempoh masa tertentu yang telah ditetapkan mencapai tahap kegembiraan yang luar biasa sehingga tempoh enam bulan. Ini menunjukkan aktiviti bertujuan yang bermakna menjadi sumber utama kepada hasrat untuk gembira dan mencapai kegembiraan lestari.

Justeru, pengkajian tahap kegembiraan pensyarah dilihat dari tiga aspek utama iaitu tahap kegembiraan secara keseluruhan, tahap kegembiraan mengikut komponen emosi (afektif) dan tahap kegembiraan mengikut komponen kepuasan hidup (kognitif). Tahap kegembiraan juga menjadi pemboleh ubah bersandar dan ianya dinilai melalui tiga tahap iaitu rendah, normal dan tinggi, manakala pemboleh ubah bebas terdiri daripada faktor personaliti, faktor keadaan hidup dan faktor aktiviti bertujuan. Ketiga-tiga pemboleh ubah bebas telah di uji pengaruh dan perkaitannya dengan kegembiraan dan apakah faktor yang paling signifikan dalam mempengaruhi kegembiraan lestari pensyarah. Bagi mengkaji aspek kegembiraan lestari, penumpuan diberikan kepada aktiviti bertujuan melalui empat belas konstruk aktiviti yang boleh mencetuskan kegembiraan lestari hasil gabungan empat komponen iaitu komponen kognitif, komponen motivasi, komponen tingkah laku dan penambahan komponen agama.



**Rajah 1.4:** Kerangka Konsep Kajian

## 1.9 Rasional Kajian

Pengkajian terhadap bidang kesihatan psikologi dan kegembiraan merupakan bidang baru yang masih belum lagi diteroka dengan mendalam. Walaupun merupakan bidang baru yang sedang berkembang, ia telah memberi impak dan sumbangan yang amat besar dalam bidang ilmu berkaitan kesejahteraan manusia. Manusia kini berusaha untuk mencapai kegembiraan hidup yang berterusan, ini kerana menurut O'Brian (2007), kegembiraan ibarat 'jantung' dalam tubuh yang menentukan siapa individu tersebut, apa yang dilakukan dan juga keputusan yang diambilnya. Di dalam bidang pendidikan, kegembiraan hendaklah menjadi matlamat utama (Noddings, 2003) bagi melahirkan kesejahteraan diri ataupun dalam kalangan masyarakat mahupun penduduk sesebuah negara. Ini kerana, masalah tekanan, hilang upaya, bosan, adalah berkait rapat dengan perasaan tidak gembira di dalam kehidupan (Diener dan Biswas Diener, 2008).

Pekerjaan adalah merupakan sebahagian daripada kehidupan manusia yang menyumbang kepada pendapatan bagi meneruskan kelangsungan hidup. Sesetengah pekerjaan memberi kepuasan kepada manusia dan sesetengah pekerjaan yang lain pula memberi kesan buruk yang mempengaruhi kehidupan manusia di sebabkan tiadanya kegembiraan. Ini kerana sekiranya individu gembira dengan pekerjaan yang dilakukan, ia akan membawa kepada kegembiraan dalam kehidupan dan begitu juga sebaliknya bagi individu yang tidak gembira (Warr dan Clapperton, 2010). Di samping itu, senario buruk yang berlaku dalam pekerjaan memberi kesan kepada keseimbangan emosi yang akhirnya akan diterjemahkan dalam bentuk tindakan dan gerak kerja yang menyimpang. Oleh itu, Seligman dan Csikszentmihalyi (2000) menyatakan bahawa mengkaji individu yang sangat gembira akan memberi petunjuk arah dan maklumat yang berguna untuk membantu individu yang tidak gembira mencari jalan keluar daripada masalah psikopatologi.

Kegembiraan juga dapat menjana kepada kepuasan hidup individu. Kasser (2006) menyatakan bahawa dengan memperolehi kegembiraan, individu dapat mencapai kepuasan hidup yang tinggi hasil daripada pengaruh pola kepenggunaan dan

persepsi terhadap unsur materialisme individu yang berkait rapat dengan kegembiraan. Selaras dengan gambaran yang diberikan oleh O'Brian (2007) bahawa kegembiraan adalah sesuatu yang berkait rapat dengan apa yang dilalui oleh manusia dalam kehidupan seperti makanan yang ingin di beli, kerja yang dilakukan, pakaian yang ingin dipilih dan lain-lain lagi. Oleh yang demikian, pengkajian yang dilakukan dapat memberi maklumat berkaitan faktor-faktor yang mempengaruhi kepuasan hidup merangkumi kehidupan seharian dan pekerjaan manusia. Pandangan Syukriyah dan Noorasiah (2012) bahawa pensyarah adalah individu yang paling penting dan secara langsung berkait rapat dengan pelajar dan sesebuah universiti menunjukkan bahawa kajian ke atas pensyarah dalam aspek kegembiraan mereka adalah penting dilaksanakan. Ini kerana menurut Lawler (1973) kepuasan kerja adalah bersifat satu hala, di mana ianya mengukur sama ada seseorang pekerja itu gembira atau tidak.

Kajian kegembiraan dahulunya di lihat sebagai aspek kecil dalam bidang psikologi, namun demikian dalam beberapa dekad kebelakangan ini, ia menjadi salah satu cabang bidang psikologi yang menjadi tumpuan para penyelidik (Headey *et al.*, 2010). Selain itu, mengkaji kesejahteraan manusia dari perspektif psikologi adalah penting kerana ianya merupakan ilmu yang membolehkan manusia memahami mengapa sesuatu masalah itu timbul, punca-puncanya dan bagaimana kaedah menangani masalah itu melalui pengkajian secara bersepadu ke atas pemboleh ubah yang terlibat. Dengan memahami sesuatu masalah dari sudut psikologi juga membolehkan seseorang kaunselor dan pakar psikologi memahami tentang perbezaan individu dari segi pengalaman menghadapi sesuatu masalah dan persepsi yang berbeza di antara individu dengan individu yang lain berhubung dengan cara menangani masalah tersebut, maka ia dapat memikirkan serta merancang intervensi psikologi untuk menangani sesuatu masalah sesuai dengan keperluan individu atau sesuatu kelompok manusia (Rohany dan Fatimah, 2006).



## **1.10 Kepentingan Kajian**

Pada masa kini, indeks kegembiraan manusia menjadi polemik sama ada dalam bidang akademik di dalam negara ataupun di luar negara, manakala pihak pemerintah di kebanyakan negara juga melihat kegembiraan sebagai isu praktikal yang memerlukan penumpuan (Yang dan Li, 2007). Selain itu, motivasi manusia yang paling utama didorong oleh hasrat untuk mencapai kegembiraan. Kajian kegembiraan menyediakan pulangan yang besar dari aspek pengamatan maklumat yang baru dan bermakna berdasarkan daripada dapatan yang diperolehi (Frey dan Stutzer, 2003). Oleh itu, kajian yang dijalankan ini akan memberikan pendedahan mengenai kepentingan aspek kegembiraan dalam kehidupan semasa, terutamanya membabitkan para pensyarah di Institusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA), bahkan dengan kajian yang memilih Universiti Penyelidikan sebagai pusat tumpuan responden, maka selain pensyarah, Universiti Penyelidikan dan Kementerian Pendidikan turut sama mendapat manfaat menerusi penemuan kajian yang dijalankan ini.

### **1.10.1 Kepentingan kepada pensyarah**

Pensyarah tidak hanya sekadar berfungsi memindahkan ilmu yang telah dimiliki kepada pelajarannya, tetapi juga harus produktif dalam meningkatkan ilmu dan kemampuannya dalam mengembangkan misi Institusi Pengajian Tinggi di Malaysia yang merupakan tugas hakiki yang harus dilaksanakan oleh semua staf akademik (Garis Panduan Polisi Staf Akademik UTM, 2010; Syukriyah dan Noorasiah, 2012). Justeru, kajian ini dapat dijadikan kayu ukur kepada pensyarah dalam memahami aktiviti bertujuan yang menyumbang kepada kegembiraan. Ini kerana, melalui penggunaan instrumen yang dapat mengesan aktiviti bertujuan yang bersesuaian dengan diri, maka pensyarah dapat mengetahui aktiviti seharian yang memberi pengaruh tertinggi terhadap kegembiraan mereka, sekaligus memberi peluang kepada mereka untuk melakukan penambahbaikan dan meningkatkan usaha menjalankan aktiviti yang dapat memberi kegembiraan. Selaras dengan hasil kajian Lyubomirsky *et*

*al.*, (2005) yang mendapati bahawa setiap manusia memperoleh kegembiraan daripada aktiviti yang berbeza, di mana aktiviti yang memberi pulangan yang gembira kepada seseorang boleh jadi tidak membawa pulangan yang sama kepada orang lain.

Selain itu, menerusi kajian ini pensyarah dapat mengetahui tahap kegembiraan mereka, sama ada rendah, sederhana, ataupun tinggi. Ini membantu para pensyarah untuk mendapat gambaran semasa yang lebih jelas berkaitan tahap kegembiraan mereka, manakala identifikasi tret personaliti dan aktiviti bertujuan yang meramal kegembiraan lestari yang dihasilkan menerusi kajian ini juga dapat dijadikan rujukan kepada pensyarah untuk dijadikan panduan dalam kehidupan seharian bagi mencapai kegembiraan. Ini kerana, menurut Csikszentmihalyi dan Hunter (2003), penggabungan semua faktor yang mempengaruhi kegembiraan dapat meningkatkan pemahaman berhubung fenomena yang dikaji.

### **1.10.2 Kepentingan kepada pihak pengurusan universiti**

Menerusi pengkajian yang dilakukan, dapatan kajian ini bukan sahaja menjawab persoalan mengenai tahap kegembiraan dalam kalangan para pensyarahnya, namun ianya dapat membantu pihak pengurusan Universiti Penyelidikan untuk menambahbaik dan sekaligus memperkukuhkan lagi daya modal insan para ahli akademiknya. Hasil dapatan kajian yang dilaksanakan ini membolehkan pihak pengurusan di UTM, UKM, UM dan UPM untuk meningkatkan tahap kegembiraan para pensyarahnya demi memastikan keutuhan universiti mereka sebagai Universiti Penyelidikan kekal lestari dan dinamik. Pasti dapatan ini akan membantu pihak pengurusan Universiti Penyelidikan untuk memastikan sasaran Jawatankuasa Audit Universiti Penyelidikan yang dibentuk khusus bagi memilih dan menetapkan kriteria tanda aras agar Universiti Penyelidikan di Malaysia iaitu UTM, UKM, UM dan UPM adalah setaraf dengan universiti antarabangsa dan aspirasi untuk menjadi universiti kelas pertama dapat dicapai. Bahkan mampu menjadi universiti unggul dengan taraf keupayaan penyelidikan terbaik di samping usaha memupuk ruang kerja yang

membawa kegembiraan kepada para pensyarahnya. Ini sekaligus meningkatkan kesetiaan, kesungguhan, motivasi dan produktiviti pensyarah bagi bersama-sama membangunkan kecemerlangan universiti.

Pembangunan instrumen menerusi kajian yang dilakukan ini pula membuka ruang kepada perolehan data kegembiraan secara terperinci mengikut konteks dan perspektif Malaysia selain dari pengesanan faktor yang mempengaruhi kegembiraan lestari yang terhasil berasaskan kepada kesesuaian responden di Malaysia. Kajian bersifat ilmiah ini juga dapat memperkukuhkan pemahaman terhadap pola personaliti individu gembira serta tahap kegembiraan pensyarah dan kaitannya dengan tugas kerja dan kehidupan semasa termasuk dalam soal kekuatan aspek mental, motivasi, tingkah laku dan elemen kerohanian dalam diri mereka bagi membina daya saing universiti bertaraf antarabangsa.

### **1.10.3 Kepentingan kepada kerajaan**

Hasil kajian ini juga dapat membantu pihak pengurusan universiti termasuk pengurusan tertinggi bermula peringkat pembuat dasar di Kementerian Pendidikan dan pengurusan di peringkat Universiti Penyelidikan itu sendiri bermula dari Naib Canselor, Timbalan-Timbalannya serta Dekan-Dekan dan para pegawai atasan universiti untuk celik akal dan memahami dengan lebih dekat aspek kegembiraan pensyarah dan hubungannya dengan tugas kerja yang dijalankan. Ini mendasari penghujahan bahawa pensyarah adalah merupakan jentera penggerak utama kepada universiti menerusi ruang tugas mereka yang terlibat langsung dalam menyediakan penyelidikan dan juga khidmat pengajaran dan pembelajaran harus dilihat sebagai pelengkap utama kepada kejayaan universiti bertaraf penyelidikan. Malah, pandangan bahawa kegembiraan pensyarah akan menghasilkan kerja yang lebih berkualiti (Saba, 2011; Siddique, Malik dan Abbas, 2002) harus dipandang serius.

Berasaskan kepada kepentingan pensyarah untuk menikmati kegembiraan yang membolehkan universiti mengecapi hasilnya menerusi pelaksanaan tugas yang

lebih baik, maka membina kegembiraan dalam kalangan pensyarah pastinya dapat membantu universiti dalam meningkatkan produktiviti organisasi itu secara keseluruhannya. Ini kerana, pembangunan individu dan mutu kerja seharusnya bukan sahaja membawa kesan positif kepada pensyarah, bahkan ianya dapat memberikan kesan kepada fakulti dan universiti itu sendiri. Mewujudkan tenaga kerja iaitu pensyarah yang gembira adalah kunci kepada memperkasakan pencapaian Universiti Penyelidikan untuk bersaing di peringkat nasional, serantau dan antarabangsa. Natiujahnya, secara positif hasil kajian ini harus dipandang penting oleh pihak-pihak pengurusan Universiti Penyelidikan dan kerajaan dalam menyediakan pemahaman yang jitu mengenai tahap kegembiraan pensyarah dalam menyediakan dasar dan persekitaran kerja yang positif bagi merangsang kejayaan bersama.

### **1.11 Skop dan Limitasi Kajian**

Skop dan limitasi kajian yang dijalankan adalah, secara amnya kajian melibatkan pensyarah yang dikategorikan mengikut empat tahap iaitu;

- 1) Pensyarah
- 2) Pensyarah Kanan
- 3) Profesor Madya
- 4) Profesor

Oleh yang demikian, pengkajian adalah terhad kepada ahli akademik yang berada di universiti sahaja tanpa melibatkan tenaga kerja dari bidang lapangan pendidikan dan sektor yang berbeza. Kajian ini juga hanya melibatkan universiti yang pada masa kini mempunyai status sebagai Universiti Penyelidikan di Malaysia iaitu Universiti Malaya (UM), Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Universiti Putra Malaysia (UPM) dan Universiti Teknologi Malaysia (UTM). Universiti Sains Malaysia (USM) tidak menjadi tumpuan kajian disebabkan universiti tersebut telah mendapat status baru iaitu Universiti Apex. Ini kerana, pada 2 September 2008 USM

telah terpilih sebagai universiti yang diletakkan di bawah Program Pemacuan Untuk Kecemerlangan atau *Accelerated Programme for Excellence (Apex)*.

Selain itu, kegembiraan yang dikaji adalah melibatkan komponen kegembiraan subjektif yang hanya tertumpu kepada penilaian terhadap dua komponen psikologi pensyarah iaitu afektif (emosi) dan juga kognitif (pemikiran). Fokus yang diberikan adalah kepada tahap kegembiraan subjektif sama ada tinggi, sederhana, rendah dan dibahagikan kepada tiga bahagian utama iaitu kegembiraan subjektif secara keseluruhan, kegembiraan subjektif dari aspek kepuasan hidup dan kegembiraan subjektif dari aspek keseimbangan emosi yang terangkum dalam satu gagasan iaitu kegembiraan subjektif.

Di samping itu, kajian ini juga hanya tertumpu kepada beberapa faktor yang mempengaruhi kegembiraan subjektif menerusi model kegembiraan lestari yang diperkenalkan oleh Lyubomirsky, Sheldon dan Schkade (2005) iaitu faktor tetap yang terdiri daripada personaliti, faktor keadaan hidup yang mewakili demografi pensyarah dan faktor aktiviti bertujuan. Faktor personaliti melibatkan lima tret personaliti iaitu *extraversion, agreeableness, conscientiousness, openness* dan *neuroticism*, manakala komponen demografi melibatkan jantina, umur, status perkahwinan, jawatan, gaji dan tahap pendidikan. Faktor aktiviti bertujuan pula melibatkan empat belas konstruk yang diolah menjadi item soal selidik bagi mengukur aktiviti harian yang menjadi penentu atau memberi pengaruh kepada kegembiraan. Empat belas aktiviti tersebut termasuklah, bersyukur, berfikiran optimis, mengelak daripada membuat perbandingan sosial, bertingkah laku baik, hubungan sosial, ketahanan atau kawalan diri, kemaafan, perkembangan sendiri, keseronokan hidup, pencapaian matlamat, penjagaan diri, akidah, syariat dan akhlak.

## 1.12 Definisi Konsep dan Operasional

### 1.12.1 Kegembiraan Lestari

Bidang psikologi secara umumnya mentakrifkan konsep kegembiraan sebagai subjektif, positif dan melibatkan unsur psikologikal dalaman yang berkait dengan keadaan fikiran individu (Diener, 1984; Lu, 1999; Tsou dan Liu, 2001; Veenhoven, 2010). Perkataan gembira pula digunakan secara berbeza dalam pelbagai bidang ilmu dan ianya turut berubah mengikut peredaran masa. Frey dan Stutzer (2002) menyatakan bahawa istilah kegembiraan adalah berbeza tanggapannya mengikut sesuatu keadaan dan juga berbeza makna bagi seseorang dengan individu yang lainnya. Secara istilahnya, kegembiraan merujuk kepada keadaan gembira, kesukaan, kegirangan, dan kebanggaan (Kamus Dewan, 2005). Yang (2008) mentakrifkan kegembiraan sebagai perasaan puas, seronok dan selesa dalam setiap aspek kehidupan, serta deria kepuasan yang jitu (*sustainable desirable sense*) merangkumi kesihatan mental. Secara kronologinya, pada awal tahun 1950-an, istilah 'moral' dan 'penyesuaian' digunakan. Kemudiannya, pada tahun 1960-an, diganti dengan istilah 'kepuasan hidup' dan 'kebahagiaan'. Diener pada tahun 1984 memperkenalkan istilah 'kegembiraan subjektif' (*subjective well-being*) bagi menggambarkan kegembiraan dan istilah ini digunakan hingga kini di lapangan ilmu psikologi.

Menurut Vennhoven (2004), kegembiraan ditakrif berdasarkan sejauhmana seseorang menilai kualiti hidupnya secara keseluruhan. Oleh itu, perkataan gembira merujuk kepada kualiti hidup ataupun kepuasan hidup secara menyeluruh. Hal ini bermakna, istilah gembira merupakan lambang kepada kehidupan yang dilalui individu adalah baik dan memuaskan. Kegembiraan subjektif adalah gabungan dari komponen afektif dan kognitif yang memberi perubahan kepada komponen perasaan individu dalam sesuatu masa (Diener, 1984; Veenhoven, 2010). Frey dan Stutzer (2002) pula menyatakan konsep kegembiraan mengikut pengkelasan sebagai 'subjektif' adalah untuk membolehkan ianya ditinjau, sekaligus diukur dengan menggunakan alat ukuran tertentu yang kemudiannya memberikan kesan terhadap kegembiraan yang bersifat objektif. Kegembiraan objektif pula adalah berkisar

menerusi maklum balas berasaskan kognitif dan memori bagi mendapatkan penilaian individu terhadap kepuasan hidup atau kegembiraan yang mereka lalui. Selain itu, dari perspektif Islam pula, konsep kegembiraan bukan sahaja di definisikan sebagai usaha untuk memenuhi pencapaian dunia semata-mata, namun ianya dikaitkan juga dengan usaha yang paling utama iaitu untuk mencapai kehidupan abadi di akhirat (Al-Attas, 1993).

Perkataan lestari pula bermaksud tidak berubah-ubah, kekal, menjadikan tetap, iaitu ia merupakan suatu keadaan atau persekitaran yang tidak berubah atau terpelihara seperti asal atau asli (Kamus Dewan, 2005). Berdasarkan definisi ini menjelaskan bahawa kegembiraan lestari yang dikaji membawa erti kegembiraan yang kekal, tidak berubah dan bersifat tetap pada sesuatu keadaan. Oleh yang demikian, penggunaan perkataan kegembiraan dalam kajian ini adalah penggunaan langsung hasilan terjemahan dari istilah Inggeris iaitu *happiness* yang merupakan satu istilah seharian yang sama maknanya dalam dunia akademik dengan sebutan sebagai *good life* (kehidupan yang baik) malahan diberikan terma ilmiah oleh sarjana Barat sebagai *subjective well being* (kegembiraan subjektif) seperti yang diteguhkan oleh Diener (1984; Tenaglia 2007) menerusi pandangan beliau sebagai pakar psikologi yang juga banyak terlibat dalam kajian kegembiraan. Bahkan untuk mengukur kegembiraan, maka para pengkaji mewujudkan pelbagai instrumen yang secara objektifnya adalah bertujuan untuk mengukur kegembiraan secara ilmiah walaupun dengan penggunaan istilah yang berbeza (Beaton, 2011). Di dalam konteks kajian yang dijalankan ini, kegembiraan adalah merujuk kepada kegembiraan dari sudut kognitif dan afektif. Kegembiraan dari sudut afektif merujuk kepada pertambahan emosi positif dan berkurangnya emosi negatif dalam diri seseorang, manakala kegembiraan kognitif pula merujuk kepada kepuasan hidup. Gabungan perkataan kegembiraan lestari pula merujuk kepada kegembiraan yang dirasakan oleh individu dalam jangka masa panjang dan secara berterusan.

### 1.12.2 Personaliti

Menurut Kamus Dewan edisi keempat (2005), personaliti merujuk kepada keperibadian dan perwatakan. Personaliti di definisikan sebagai keseluruhan perwatakan dalam pemikiran, perasaan dan tingkah laku yang menghasilkan cara tersendiri bagi seseorang itu bertingkah laku dalam persekitaran (Kagan dan Havemann, 1980) dan beradaptasi dengan keadaan hidup (Brown dan Cook, 1986). Di samping itu, personaliti juga merujuk kepada bentuk ciri-ciri peribadi individu yang merangkumi aspek kognitif, emosi, motivasi dan tingkah laku (Chiu, Kim dan Wan, 2008), manakala personaliti dalam kajian psikologi adalah melibatkan tugas untuk mengintegrasikan atau menghubungkan jalinkan pengetahuan yang diperolehi dalam semua bidang khususnya dalam aspek psikologi meliputi aspek persepsi, pembelajaran, pembangunan, harapan, memori atau ingatan. Keseluruhan pengetahuan yang di dapati ini akan digunakan untuk tujuan melihat ciri-ciri dalam kehidupan individu itu (Epting, Landsman dan Baldrige, 1979).

Funder (2001), menjelaskan personaliti sebagai corak tret peribadi, tingkah laku, perangai, emosi dan mental secara kolektif yang unik dan stabil secara relatifnya. Rumaya dan Rozumah (2004) memberi penjelasan yang terperinci bahawa personaliti individu terdiri daripada gabungan pelbagai ciri yang berkembang selepas lahir dan seterusnya terbentuk sepanjang kehidupan. Semasa bayi, ciri personaliti dipercayai terbentuk berasaskan naluri dan emosi seperti lapar, dahaga, takut dan seronok. Manakala sepanjang peringkat dewasa personaliti terus terbentuk melalui proses adaptasi pengalaman dan interaksi dengan persekitaran sosio-budaya.

Selain itu, Huffman (2004) menyatakan bahawa personaliti adalah ciri-ciri tingkah laku seseorang yang stabil dan berbeza daripada orang lain. Hal ini dijelaskan oleh Maddi (1980) bahawa personaliti ialah berkaitan dengan pemikiran, mental-emosi dan tingkah laku seseorang. Menurut Santrock (2001) pula, personaliti adalah pemikiran, perasaan dan cara bertingkah laku yang ditunjukkan oleh seseorang sebagai medium untuk menyesuaikan dirinya dengan dunianya. Di dalam kajian ini personaliti yang menjadi tumpuan pengkaji adalah merujuk kepada konsep personaliti



sepertimana yang dinyatakan di dalam Model pengukuran personaliti *Big Five* oleh Costa dan McCrae (1989). Model pengukuran personaliti *Big Five* telah merumuskan tret personaliti manusia kepada lima iaitu *Extraversion*, *Neuroticism*, *Openness*, *Agreeableness* dan *Conscientiousness*. McCrae *et al.*, (2000) menjelaskan secara ringkas makna di sebalik lima dimensi personaliti tersebut melalui pencapaian skor tinggi dan rendah bagi setiap tret adalah seperti di bawah;

1. *Openness* (O): Gambaran personaliti seseorang itu cenderung mempunyai ciri asli, imaginatif, ingin tahu, terbuka, artistik dan suka terhadap bidang kebudayaan. Skor rendah menunjukkan seseorang itu konvensional, cenderung kepada perkara realiti, cetek dalam minat seni dan tidak artistik.
2. *Conscientiousness*(C): adalah merujuk kepada gambaran personaliti seseorang yang bertanggungjawab, berdisiplin diri, tersusun dan berprestasi tinggi. Skor rendah menunjukkan seseorang yang tidak bertanggungjawab, cuai, impulsif, malas dan bergantung pada orang lain.
3. *Extraversion* (E): Gambaran personaliti seseorang itu pandai bersosial, mudah menyesuaikan diri, suka bergembira. Skor rendah pula menunjukkan seseorang itu suka menarik diri, pendiam, pasif, dan tidak sosial.
4. *Agreeableness* (A): Gambaran personaliti seseorang itu mempunyai ciri baik hati, lemah lembut, gembira, sedia membantu, dan sedia bekerjasama. Skor rendah menunjukkan seseorang itu suka menyakitkan hati orang lain, suka berbalah, berprasangka dan tidak suka bekerjasama.
5. *Neuroticism* (N): Gambaran personaliti seseorang itu tidak stabil emosinya, cenderung berasa bimbang, tidak selamat, berasa bersalah dan *moody*.

### 1.12.3 Keadaan Hidup

Keadaan diperincikan oleh Kamus Dewan (2005) sebagai situasi, kedudukan, atau suasana bagi sesuatu perkara. Manakala menerusi Kamus Pelajar edisi Bahasa Malaysia (2008), menyatakan definisi situasi sebagai suasana yang meliputi sesuatu masa (peristiwa dan sebagainya) dan keadaan semasa. Selain itu, hidup dinyatakan sebagai keseluruhan aspek yang dilalui dalam kehidupan, dan kehidupan juga dilihat sebagai sesuatu yang sangat signifikan, bersifat kompleks, menyeluruh serta berkembang mengikut peredaran masa bagi manusia (Dacey dan Travers, 1996). Dalam konteks kajian ini, keadaan hidup (*life circumstances*) merujuk kepada faktor latar belakang demografi pensyarah yang melibatkan keadaan semasa mereka iaitu jantina, umur, jawatan, gaji, status perkahwinan dan tahap pendidikan.

### 1.12.4 Aktiviti Bertujuan

Menurut Kamus Dewan (2005) mendefinisikan aktiviti sebagai kegiatan, manakala bertujuan pula membawa makna halatuju atau matlamat yang ingin dicapai. Kamus Pelajar edisi Bahasa Malaysia (2008) pula mendefinisikan aktiviti sebagai sesuatu yang dilakukan, kegiatan dan usaha, manakala Kamus Dewan (2005) pula mendefinisikan perkataan bertujuan berasal dari tujuan yang bermaksud arah yang diikuti, haluan, maksud dan matlamat. Dalam makna yang lain bertujuan bererti mempunyai tujuan, ada yang dituju dan berhaluan. Oleh yang demikian, aktiviti bertujuan yang dikaji dapat diperihalkan sebagai sesuatu keadaan yang mana ianya dilakukan secara bermatlamat dan terarah mengikut tujuan tertentu. Hal ini menjelaskan bahawa aktiviti bertujuan dilakukan sebagai usaha dan kegiatan yang bermatlamat di dalam kehidupan seharian dan sebagai kesimpulannya dalam konteks kajian ini, aktiviti bertujuan dirangkumkan sebagai kegiatan atau usaha yang berkaitan dengan perihal hidup melalui aktiviti-aktiviti seharian yang dilakukan secara bertujuan (*intentional activities*). Aktiviti bertujuan dalam kajian ini juga dibahagikan kepada empat iaitu aktiviti yang berorientasikan kognitif, tingkah laku, motivasi dan agama.

### **1.12.5 Universiti Penyelidikan**

Menerusi Rancangan Malaysia Kesembilan (RMK 9), Kerajaan Persekutuan telah bersetuju untuk menjadikan lima buah universiti awam negara sebagai Universiti Penyelidikan. Usaha ini telah diluluskan oleh Jemaah Menteri pada 11 Oktober 2006 dengan menetapkan Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Universiti Putra Malaysia (UPM), Universiti Malaya (UM), Universiti Sains Malaysia (USM) dan Universiti Teknologi Malaysia (UTM) sebagai Universiti Penyelidikan. Namun, pada 2 September 2008, USM telah terpilih sebagai universiti yang diletakkan di bawah Program Pemacuan Untuk Kecemerlangan (Apex), dan sejak itu USM dikenali sebagai Universiti Apex. Ia adalah satu peningkatan dari status sebelumnya iaitu Universiti Penyelidikan.

Selain itu, Universiti Penyelidikan diiktiraf kerajaan sebagai usaha untuk dijadikan hab kecemerlangan pendidikan dan penyelidikan di Malaysia. Menerusi pengiktirafan yang diberikan Jemaah Menteri kepada universiti berkenaan maka Universiti Penyelidikan dijadikan sebagai satu strategi kerajaan dalam mempertingkatkan dan memperkukuhkan kedudukan Institusi Pengajian Tinggi Awam (IPTA) di peringkat antarabangsa. Jawatankuasa Audit Universiti Penyelidikan juga dibentuk khusus bagi memilih dan menetapkan kriteria tanda aras supaya Universiti Penyelidikan di Malaysia setaraf dengan universiti antarabangsa. Petunjuk Prestasi Utama (KPI) bagi Universiti Penyelidikan adalah untuk memastikan nisbah pelajar peringkat ijazah berbanding pasca ijazah adalah pada kadar nisbah 50:50 (Syukriyah dan Noorasiah, 2012). Oleh yang demikian, di dalam kajian yang dijalankan ini, universiti yang menjadi tumpuan pengkaji adalah empat buah Institusi Pengajian Tinggi Awam di Malaysia yang berstatus Universiti Penyelidikan iaitu Universiti Putra Malaysia, Universiti Kebangsaan Malaysia, Universiti Malaya dan Universiti Teknologi Malaysia.

### 1.13 Rumusan

Pemahaman bahawa sumbangan dan produktiviti dalam kalangan pensyarah dimanifestasi dari hasil kegembiraan yang dicapai dalam kerjaya adalah penting. Perasaan gembira dengan suasana dan kehidupan termasuk persekitaran kerja dalam kalangan para pensyarah di Universiti Penyelidikan pasti memberikan tempias terhadap hubungannya dengan pihak pengurusan dan pelajar. Ini bertepatan dengan pandangan Syukriyah dan Noorasiah (2012) bahawa pensyarah adalah individu yang paling penting dan secara langsung berkait rapat dengan pelajar dan sesebuah universiti. Oleh yang demikian, pensyarah adalah ibarat 'duta' kepada universiti atau 'orang tengah' yakni sebagai agen perantara dasar universiti dan pelajar. Sesuai juga dengan pandangan Capelleras (2005) yang menyatakan bahawa staf akademik di institusi pengajian tinggi adalah merupakan kunci kepada sumber kejayaan dan memainkan peranan penting dalam mencapai objektif institusi. Justeru, peranan universiti amatlah penting dan elemen utama pembentukan universiti adalah berkait rapat dengan keupayaan staf di institusi pengajian terbabit termasuklah para kakitangan akademiknya untuk menghasilkan produk yang terbaik buat negara melalui percambahan ilmu dan kewujudan persekitaran akademik yang sihat. Ia dibahagikan kepada empat komponen iaitu kognitif, motivasi, tingkah laku dan agama.

Di samping itu, Helliwell *et al.*, (2013) di dalam *World Happiness Report* 2013 menjelaskan bahawa kegembiraan adalah merupakan aspirasi setiap manusia, dan ianya juga boleh diukur bagi memahami tahap kehidupan manusia. Layard (2005) menyatakan bahawa kegembiraan adalah dimensi yang bersifat objektif lahir dari pengalaman, dan dengan itu ianya boleh diukur. Ini kerana dalam setiap masa, pengkaji boleh mengukur sama ada seseorang itu gembira dengan menanyakan mengenai perasaan mereka. Kegembiraan juga adalah berkaitan dengan perasaan, iaitu jika seseorang itu tenang maka ia dikaitkan dengan gembira, jika sebaliknya perasaan berasa tidak tenang dan susah hati maka ia tidak menggembirakan, oleh sebab itulah Layard (2005) berpandangan bahawa kegembiraan boleh diukur. Oleh yang demikian, mengkaji dan memahami faktor penentu kepada kegembiraan akan membantu pembuat dasar untuk secara sedar melaksanakan sesuatu dasar yang digubal dengan mengambil kira kepentingan serta kebajikan anggota masyarakat

dengan penekanan kepada aspek kehidupan yang sejahtera. Kini banyak kerajaan di dunia telah meletakkan keutamaan penting kepada mencapai aspek kegembiraan kepada rakyat dalam proses merangka dan melaksana dasar awam meliputi dasar yang berkait dengan sektor pekerjaan agar modal insan yang menjadi gunatenaga negara sihat dan stabil. Dalam hal ini di Malaysia, kerajaan telah melaksanakan beberapa usaha menerusi cetusan Program Tranformasi Kerajaan (GTP) dengan meletakkan matlamat kepada peningkatan hidup rakyat yang lebih sejahtera sebagai salah satu keutamaan dalam program terbabit.

## RUJUKAN

- Abdel Khalek, A. M. (2006). Happiness, health, and religiosity: Significant relations. *Mental Health, Religion & Culture*, March; 9 (1): 85–97.
- Abdul Rashid Abdul Aziz, Mohamed Sharif Mustaffa, Narina A. Samah, Rosman Yusof (2013). Personality and Happiness among Academicians in Malaysia. *Kertas kerja yang dibentang di World Conference on Educational Sciences, Rome*.
- Abdullah Muhammad Zin. (1997). Akidah asas kesempurnaan insan. Dalam Che Yusoff Che Mamat & Syamsul Bahri Andi Galigo. (pnyt). *Dinamika dakwah dalam masyarakat*. Bangi: Jabatan Pengajian Dakwah dan Kepimpinan Fakulti Pengajian Islam, UKM.
- Abu-Bakar, H., Hashim (1985). An analysis of job satisfaction among academic staff of universities in Malaysia. *PhD Research*, (abstract). University of Ohio. UTM library. Malaysia.
- Aczel, A. D. (1995). *Statistics: concept and applications*. Chicago: Irwin Inc.
- Ahmad, A. (1996). Work-family conflict among married professional women in Malaysia. *The Journal of Social Psychology*, 136, 663-665.
- Ahmad Jazimin Jusoh (2008), *WDEP*. Retrieved Nov 16, 2012, capaian dari <http://drjazimin.com/?cat=3>
- Ahn N., Garcia, J. R., dan Jimeno, J. F. (2004). The Impact of Unemployment in Individual Well-Being in the EU. *Kertas kerja yang dibentang di European Network of Economic Policy Research Institutes*, 29, 1.
- Ahuvia, A. C. (2002). Individualism-collectivism and cultures of happiness: A theoretical conjecture on the relationship between consumption, culture and subjective well-being at the national level. *Journal of Happiness Studies*, 3, 23-36.
- Ahuvia, A. C., & Wong, N. Y. (2002). Personality and values based materialism: Their relationship and origins. *Journal of Consumer Psychology*, 12, 389-402.
- Akers, Ronald L. (1985). *Deviant Behavior: A Social Learning Approach*. 3rd ed. Belmont, CA: Wadsworth.
- Al-Attas, S. M. (1993). *The meaning and experience of happiness in Islam*. Kuala Lumpur: ISTAC.
- Albuquerque, I., De Lima, M.P., Figueiredo, C., & Matos, M. (2012). Subjective well-being structure: Confirmatory factor analysis in a teacher's Portuguese sample, *Social Indicators Research*, 105 (3), 569-580.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. (1988) (a). *Ihya' cUlum al-Din*. Jilid 1. Terj. TK.H. Ismail Yakub. Singapura: Pustaka Nasional.
- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. (1988) (b). *Ihya' cUlum al-Din*. Jilid 2. Terj. TK.H. Ismail Yakub. Singapura: Pustaka Nasional.
- Al-Ghazali, Abu Hamid. (1991). *The alchemy of happiness*. Terj. Claud Field & Elton I. Daniel. London: M.E. Sharpe.

- Al-Ghazali, Abu Hamid Muhammad. (2004). *Minhaj al-Abidin*. Terj. Abu Mazaya al-Hafiz. Johor Bharu: Jahabersa.
- Ali, F., Omar, R., & Amin, M. (2013). An examination of the relationships between physical environment, perceived value, image and behavioural intentions: A SEM approach towards Malaysian resort hotels. *Journal of Hotel and Tourism Management*, 27 (2), 9-26.
- Ali, F., Omar, R & Amin, M., (2013). *The Influence of Physical Environment on Emotions, Customer Satisfaction and Behavioural Intentions in Chinese Resort Hotel Industry*. Kertas yang dibentang di KMITL-AGBA Conference, pada Jun 2013, Bangkok, Thailand.
- Ali Youssef Al-Saheel. Gratitude Intervention and Happiness: An Experimental Investigation on IIUM Students, *Prosiding The 8<sup>th</sup> International Postgraduate Research Colloquium: Interdisciplinary Approach for Enhancing Quality of Life IPRC*, Bangkok, Thailand, Sept 22-23, 2011.
- Allport, G. W. (1961). *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Ribehart Winston Publishing.
- Amah, O. E. (2009). Job satisfaction and turnover intention relationship: The moderating effect of job role centrality and life satisfaction. *Research and Practice in Human Resource Management*, 17 (1), 24-35.
- Amaludin Ab. Rahman & Noralina Omar (2008). *Kaunseling remaja: Tip dan panduan ke arah satu keluarga satu kaunselor*. Kuala Lumpur: Utusan Publication.
- Amla Salleh, Zuria Mahmud, & Salleh Amat (2006). *Bimbingan dan kaunseling sekolah*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).
- Anderson, J. & Gerbing, D. (1988). Structural modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103 (3), 411-23.
- Andrew, S. S. (2011). *SMILES: The differentiating quotient for happiness at work*. [www.happiestminds.com](http://www.happiestminds.com).
- Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. Methuen: London.
- Argyle, M. (1989). *The social psychology of work* (2<sup>nd</sup> ed.). Harmondsworth: Penguin.
- Argyle, M., Martin M., & Lu, L. (1995). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In C.D. Spielberger and I.G Sarason (Eds.), *Stress and Emotion*, 15, 173-187.
- Argyle, M. (2004). *The psychology of happiness* (2<sup>nd</sup> Ed.). New York: Routledge.
- Armai Arief. (2011). Rekonstruksi Epistemologi Pendidikan Islam Monokotomik, dalam Baharuddin *et al.* (eds.). *Dikotomi Pendidikan Islam*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Atherton, J. (2011). *Developing an overview as context and future. The practices of happiness: Political economy, religion and wellbeing*. New York: Routledge Frontiers of Political Economy.
- Ayodele, K. O. (2013). The influence of big five personality factors on lecturers-students' interpersonal relationship. *The African Symposium*, 13 (1), 28-33.
- Aziah Tajudin (2008). *Kamus Pelajar Bahasa Malaysia* (Edisi kedua.). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Azlina Kosnin & Shiqah Jantan (2010). Tahap stres dan tahap kepuasan kerja dalam kalangan pensyarah Universiti Teknologi Malaysia. *Fakulti Pendidikan. Universiti Teknologi Malaysia International Repisotory*, Eprints3: 1-8.
- Azizah Othman. (2003). Syariah dalam tamadun Islam. Dalam Mohd Liki Hamid. (pnys). *Pengajian tamadun Islam* (Edisi kedua.). Kuala Lumpur: PTS Publication & Distributor.

- Azizi Yahaya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan. (2007). *Menguasai penyelidikan dalam pendidikan*. Kuala Lumpur: PTS Professional.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2002). The pursuit of meaningfulness in life. Dalam Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Beatton, D. A. (2011). *The economics of happiness: A lifetime perspective*. Tesis PhD yang tidak diterbitkan. Australia: Queensland University of Technology.
- Bell, D. (2008). *The quest to increase happiness through a goal setting task: Considering the influences of personality and individual goal behaviours*. Tesis yang tidak diterbitkan. University of Edinburgh.
- Bello, R. A. (2009). Model building and usage in social science research, Dalam Lasisi, R. O & J. O. F. *Leading issues in general studies*. Humanities and Social Science, The General Studies Division, Ilorin: University of Ilorin.
- Bentall, R. (1992). A proposal to classify happiness as a psychiatric disorder. *Journal of Medical Ethics*, 18, 94-98.
- Bentham, J. (1978). *The principles of morals and legislation*. Buffalo: Prometheus.
- Berg, P., Appelbaum, E., Bailey, T., & Kalleberg, A. (2004). Contesting time: Control over working time in seven industrialized countries. *Industrial and Labor Relation Review*, 57 (3), 531-549.
- Bhasah Abu Bakar (2007). *Kaedah analisis data penyelidikan ilmiah*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Boehm, J., & Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of Career Assessment*. 16, 101.
- Bok Derek. (2010). *The politics of happiness*. Princeton University Press: Princeton.
- Boonchong Chawsithiwong (2007). Happy Workplace. *Journal of Society and Development*, 9 (2), 61-93.
- Booth, P. (2012). *Pursuit of happiness: wellbeing and the role of government*. The Institute of Economic Affairs: London.
- Boyle, G. J., Mathews, G. & Saklofske, D. H. (2008). *The SAGE handbook of personality theory and assessment: Personality theories and models. Vol 1* Singapore: Sage.
- Brayden, G. T. (2006). The Effects of religion on subjective well-being: An international comparison. *Student Public Policy Essays*, Issue 4. Saskatchewan Institute of Public Policy.
- Brown, R. M., & Cook, P. P. (1986). *Introductory psychology*. CBS International Editions: New York.
- Brulde, B. (2007). Happiness theories of the good life. *Journal of Happiness Studies*. 8, 15-49.
- Bryman, A. (2008). *Social research methods*. New York: Oxford University Press.
- Bull, T. (2008). Hunting happiness or promoting health? Why positive psychology deserves a place in health promotion. *Promotion and Education*, 15, 34.
- Buss, D. M. (2000). The Evolution of Happiness. *American Psychologist*, 55 (1), 5-23.
- Campbell, A. (1981). *The sense of wellbeing in America*. New York: McGraw-Hill.
- Capelleras, J. L. (2005). Attitudes of academic staff towards their job and organization : An empirical assessment. *Tertiary Education and Management*, 11, 147-166.
- Carr, A. (2004). *Positive psychology*. New York: Brunner-Routledge.
- Chai Meng Liew (2012). *The level of happiness among UTM lecturers*. Tesis Sarjana (Bimbingan dan Kaunseling) yang tidak diterbitkan. Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.
- Cheng, H., & Furnham, A. (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*. 25, 327-339.



- Cherry, N. (2000). *Action research: A pathway to action, knowledge and learning*. Melbourne: RMIT Publishing.
- Cheung, C. K., & Leung, K. K. (2004). Forming life satisfaction among different social groups during the modernization of China. *Journal of Happiness Studies*, 5, 23-56.
- Chin, W. W. (1998). Issues and opinion on structural equation modeling. *MIS Quarterly*, vii-xvi.
- Chin, W. W. (1998). The partial least squares approach to structural equation modeling. Dalam Marcoulides, G. (Ed.), *Modern methods for business research*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Chin, W. W. (2003). A permutation procedure for multi-group comparison of PLS. Dalam Vilares, M., Tenenhaus, M., Coelho, P., Esposito Vinzi, V., Morineau, A. (Ed.), *PLS and related methods*. Prosiding of the International Symposium PLS'03 (ms. 33-43). Decisia, Lisbon.
- Chiu, Chi-Yue., Kim, Young-Hoon & Wan, Wendy W. N. *Personality: Cross-cultural perspectives*. 124-144.
- Chua Yan Piaw (2008). *Asas statistik penyelidikan: Analisis data skala ordinal dan skala nominal*. Kuala Lumpur: McGraw-Hill Education.
- Chua Yan Piaw (2009). *Statistik pendidikan lanjutan: Ujian regresi, analisis faktor dan analisis SEM*. Kuala Lumpur: McGraw-Hill Education.
- Chua Yan Piaw (2009). *Statistik penyelidikan lanjutan: Ujian univariat dan multivariat*. Kuala Lumpur: McGraw Hill-Education.
- Chua Yan Piaw (2011). *Kaedah penyelidikan (edisi kedua.)*. Kuala Lumpur: McGraw-Hill Education.
- Chua Yan Piaw (2012). *Asas statistik penyelidikan (edisi kedua.)*. Kuala Lumpur: McGraw-Hill Education.
- Chu, P. Y., Hsiao, N., Lee, F. W. & Chen, C. W. (2004). Exploring success factors for Taiwan's government electronic tendering system, behavioral perspectives from end users. *Government Information Quarterly*, 21, 219-234.
- Clark, A. E., & Oswald, A. J. (1994). Unhappiness and unemployment, *The Economic Journal*, 104 (424), 648-659.
- Cohen, L. & Manion, L. (1996). *Research method in education*. London: Routledge.
- Collins, S., & Parry-Jones, B. (2000). Stress: the perceptions of social work lecturers in Britain. *British Journal of Social Work*. 30, 769-794.
- Colvin, Mark and John Pauly. (1983). A Critique of Criminology: Toward an Integrated Structural-Marxist Theory of Delinquency Production. *American Journal of Sociology* 89:513-551.
- Compton, W. C., Smith, M. L., Cornish, K. A., & Qualls, D. L. (1996). Factor structure of mental health measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 406-413.
- Coombs, R. (1991). Marital status and personal well-being; A literature review, *Family Relation*. 40, 97-102.
- Coon, D. (2002). *Essential of psychology* (9<sup>th</sup> ed.). London: Wadsworth.
- Corey, G. (2005). *Theory and practice of counseling & psychotherapy* (7<sup>th</sup> ed.). New York: Brooks/Cole.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative and mixed methods approaches* (3<sup>rd</sup> ed.). United States: SAGE Publications, Inc.
- Costa, P. T. Jr., & McCrae, R. R. (1992). Four Way Big Five Factors. *Journal of Personality and Individual Differences*, 13, 653-666.

- Crooker, K. J., & Near, J. P. (1998). Happiness and satisfaction: Measure of affect and cognition? *Social Indicators Research*, *44*, 195-224.
- Cummins, R. A. & Gullone, E. (2000). Why we should not use 5-point likert scales: The case for subjective quality of life measurement. Prosiding Second International Conference on Quality of Life in Cities, (ms. 74-93). Singapore: National University of Singapore.
- Cummins, R. A. (2002). *Vale ComQol: Caveats to using the Comprehensive Quality of Life Scale: Welcome the Personal Wellbeing Index*. Retrieved July 6, 2013, from <http://www.deakin.edu.au/research/acqol/instruments/index.htm>.
- Dacey, J. S., & Travers, J. F. (1996). *Human development: across the lifespan*. (3<sup>rd</sup> ed.). McGraw-Hill: New York.
- Davey, G., Chen, Z., & Lau, A. (2009). Peace in a thatched hut- that is happiness: subjective wellbeing among peasants in rural China. *Journal Happiness Studies*. *10*, 239-252.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, *9*, 1-11.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective wellbeing. *Psychological Bulletin*, *124*, 197-229.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, *95*, 542-575.
- Diener, E. & Diener, C. (1995). The wealth of nations revisited: Income and quality of life. *Social Indicator Research*, *36*, 275-286.
- Diener, E. & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*. *96*, 181-185.
- Diener, E., Sapyta, J. J., & Suh, E. (1998). Subjective wellbeing is essential to wellbeing. *Psychological Inquiry*, *9*, 33-37.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: three decades of progress. *Psychological Bulletin*, *125*, 276-302.
- Diener, E. & Lucas, R. E. (1999). Personality and subjective wellbeing. Dalam Kahneman D., Diener, E., & Schwartz, N., (Ed.). *Well-Being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russel Sage Foundation.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being, *American Psychologist*, *55*, 34-43.
- Diener, E. & Oishi, S. (2000). *Money and happiness: Income and subjective well-being across nations*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. Dalam Snyder, C. R & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Diener, E. & Seligman, E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*. *13*, 1.
- Diener, E., Oishi, S & Lucas, R. E. (2003). Personality, culture and subjective wellbeing: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, *54*, 403-425.
- Diener, E., Scollon C. N., & Lucas, R. E. (2003). The evolving concept of subjective well-being: the multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*. *15*, 187-219.
- Diener, R. B., & Dean, B. (2007). *Positive psychology coaching: Putting the science of happiness to work for your clients*. New Jersey: John Willey & Sons, Inc.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness unlocking the mysteries of psychological wealth*. Australia: Blackwell Publishing Ltd.
- Diener, E., Wirtz, D., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D., Oishi, S., & Biswas-Diener, R. (2009). New measures of well-being: Flourishing positive and negative feelings. *Social Indicators Research*. *39*, 247-266.

- Doghonadze, N. (2012). A survey on university lecturer job satisfaction. *Journal of Education, 1* (1), 17-22.
- Duane, R. M., Thomas, J. S., & Cornell, R. J. (2002). *Applied social research: Tool for the human service*. (3<sup>rd</sup> ed.). Fort Worth: Harcourt Brace.
- Dzof Azmi (13 Oktober 2013) Happiness and development, *The Star* ms.2.
- Eaterlin, R. A. (2001). Life cycle welfare: Trends and differences. *Journal of Happiness Studies, 2*, 1-12.
- Eaton, L., & Louw, J. (2000). Culture and self in South Africa: Individualism-collectivism predictions. *The Journal of Social Psychology, 140* (2), 210-217.
- Elliott, Delbert, David Huizinga, and Scott Menard. (1989). *Multiple Problem Youth*. New York: Springer Verlag.
- Emmons R. A., & McCullough, M. E. (2003). Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life. *Journal of Personality and Social Psychology, 84* (2), 377-389.
- Epting, F., Landsman, T., & Baldrige, B. *Personality*. Dalam Meyer, Merle E. (1979). *Foundations of contemporary psychology*. New York: Oxford University Press.
- Faizah Abd Ghani. (2013). Profil personaliti dalam kalangan pensyarah UTM yang cemerlang dalam pengajaran dan pembelajaran berdasarkan penilaian pengajaran pensyarah. *Jurnal Teknologi, 60*, 49-56.
- Fauziah Noordin. (2009). Level of job satisfaction amongst Malaysia academic staff. *Journal of Asian Social Science, 5*, 5.
- Fava, G. A., Rafanelli, C., Cazzaro, M., Conti, S., & Grandi, S. (1998). Well-being therapy: A psychotherapeutic model for residual symptoms of affective disorders, *Psychological Medicine, 28*, 475-480.
- Fierro, A. (1999). *Models of Mental Health*. Kertas yang dibentang di European Congress of Psychology VI, pada 5-9 July 2009, Rome.
- Fisher, C. D. (2010). Happiness and work. *International Journal of Management Reviews, 12*, 384-412.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement. *Journal of Marketing Research, 18*, 39-50.
- Francis, L. (2011). Perspectives from the psychology of religion, positive psychology and empirical theology. Dalam Atherton J., Graham E. & Steedman I. *The practices of happiness: Political economy, religion and wellbeing*. New York: Routledge Frontiers of Political Economy.
- Frey, B. & Stutzer, A. (2002). *Happiness and Economics*. Princeton: Princeton University Press.
- Frey, B. & Stutzer, A. (2003). *Testing theories of happiness*. Kertas yang dibentang di Institute for Empirical Research in Economic, pada 24 April 2003, 147, University of Zurich.
- Frey, B. (2008). *Happiness: A revolution in economics*. London: The MIT Press.
- Frisch, M. B. (2006). *Quality of life therapy*. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Funder, D. C. (2001). Personality. *Annual Review of Psychology, 52*, 197-221.
- Gallagher, M. W., Lopez, S. J., & Preacher, K. J. (2009). The hierarchical structure of well-being. *Journal of Personality, 77*, 4.
- Gamble, A., & Garling, T. (2012). The relationships between life satisfaction, happiness, and current mood. *Journal Happiness Study, 13*, 31-45.
- Gardner, J., & Oswald, A. J., (2007). Money and mental wellbeing: A longitudinal study of medium-size lottery wins. *Journal of Health Economics, 26*, 49-60.
- Gentry, W., D. (2008). *Happiness for dummies*. Indiana: Willey Publishing.

- Ghozali, I. (2008). *Structural equation modelling, metode alternatif dengan partial least square*. Indonesia: Publisher Board of Semarang Diponegoro University.
- Gilliland, B. E., James, R. K. & Bowman, J. T. (1989). *Theories and strategies in counseling & psychotherapy* (2<sup>nd</sup> ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Gladding, S. T. (2005). *Counseling theories: Essential concepts and applications*. New Jersey: Prentice Hall.
- Glaser, Daniel. (1978). *Crime in Our Changing Society*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Glaser, W. & Wubbolding, R. E. (1995). *Reality therapy*. Itasca, IL: F.E Peacock.
- Glaser, W. (1998). *Choice theory: A new psychology of personal freedom*. New York: Harper Collins.
- Glaeser, E. L., Laibson, D. I., Scheinkman, J. A. & Soutter, C. L. (2000). Measuring trust quarterly, *Journal of Economics*, 115 (3), 811-846.
- Golden, L., & Wiens-Tuers, B. (2005). To your happiness? Extra hours of labor supply and worker well-being. *Journal of Socio-Economics*, 35, 382-397.
- Gough, I. & Doyal, L. (1991). *A theory of human need*. Basingstoke: The Macmillan Press.
- Grant, A. M. (2008). Does intrinsic motivation fuel the prosocial fire? motivational synergy in predicting persistence, performance and productivity. *Journal of Applied Psychology*, 93 (1), 48-58.
- Gray, R. S., Kramanon, R., & Thapsuwan, S. (2008). The determinants of happiness among Thai people: Some evidence from Chai Nat and Kanchanaburi. *Thammasat Economic Journal*, 26, 2.
- Griffin, J. (1986). *Well-being: Its meaning, measurement, and moral importance*. Oxford, England: Clarendon Press.
- Grosul, M. (2010). *In search of the creative scientific personality*. Tesis sarjana yang tidak diterbitkan. Paper 3863. [http://scholarworks.sjsu.edu/etd\\_theses/3863](http://scholarworks.sjsu.edu/etd_theses/3863).
- Hagan, John. (1988). Feminist Scholarship, Relational and Instrumental Control, and a Power-Control Theory of Gender and Delinquency. *British Journal of Sociology* 39 (3): 301-336.
- Hagerty, M., & Veenhoven, R. (2003). Wealth and happiness revisited-growing national income does go with greater happiness, *Social Indicators Research*, 64 (1), 1-27.
- Hair, J. F. J., Anderson, R. E., Tatham, R. L. & Black, W. C. (1998). *Multivariate data analysis*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hair, J. F., Anderson, R. E., Tatham, R. L., & Black, W. C. (2003). *Multivariate data analysis*. Singapore: Pearson Education.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Hair, J. F., Sarstedt, M., Ringle, C. M., & Mena, J. A. (2012). An assessment of the use of partial least squares structural equation modeling in marketing research. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 40, 414-433.
- Hamermesh, D. S., & Lee, J. (2007). Stressed out on four continent: Time crunch or yuppie kvetch? *The Review of Economics and Statistics*, 89 (2), 374-383.
- Hawkins, D. & Booth, A. (2006). *Unhappy marriages detrimental to self-esteem and health*. Retrieved from : <http://news.psu.edu/story/205889/2006/01/24/unhappy-marriages-detrimental-self-esteem-and-health>. (19 Feb. 2014).
- Hb Hamzah (2000). *Kamus Za'ba*. Kuala Lumpur: Pustaka Antara Books Sdn. Bhd.
- Headey, Bruce & Wearing, Alex. (1992). *Understanding happiness*. Longman:Sydney.
- Headey, B., Muffels, R., & Wagner, G. G. (2010). Long-Running German panel

- survey shows that personal and economic choices, not just genes, matter for happiness. *Prosiding The National Academy of the Sciences of the United States*, Vol 107, (ms 42), [Capaian pada](#) 19 Oct 2010.
- Headey, B., Schupp, J., Tucci, I., & Wagner, G. G. (2010). Authentic happiness theory supported by impact of religion on life satisfaction: A longitudinal analysis with data for Germany. *Journal of Positive Psychology*, 5 (1), 73-82.
- Helliwell, J. F. (2003). How's life? Combining individual and national variables to explain subjective well-being, *Economic Modelling*, 20 (2), 331-360.
- Henry, N. (2013). *Well-being and Happiness*. La Trobe University: The Australian Collaboration.
- Hill, A. (2009). British Association for Counselling and Psychotherapy, The competences required to deliver effective Counselling for Depression (CfD) <http://www.ucl.ac.uk/clinical-psychology/CORE/Counselling>. [Capaian pada 12 Jun 2014](#).
- Hock-Eam Lim (2010). Estimating psychological impact of unemployment: The case of Malaysian graduates. *Malaysian Journal of Economic Studies*, 47 (1), 35-53.
- Howell, R. T., & Howell, C. J. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 134, 536-560.
- Howell, R. T., Chong, W. T., Howell, C. J., & Schwabe, K. (2012). Happiness and life satisfaction in Malaysia. *Science Across Cultures: The History of Non-Western Science*. 6, 43-55.
- Howitt, D. L., & Cramer, D. (2003). *An introduction to statistics in psychology: A complete guide for students*. New Jersey: Prentice Hall.
- Hoyle, R. H., Harris, M. J., & Judd, C. M. (2002). *Research methods in social relations*. United States: Wadsworth Thomson Learning, Inc.
- Huffman, K. (2004). *Psychology in action*. (7<sup>th</sup> ed.). New York: John Wiley & Sons. Inc.
- International Wellbeing Group (2006). *Personal wellbeing index (PWI-A) Manual*. The International Wellbeing Group.
- Iran Herman. (2007). *Statistik dan analisis data sains sosial*. Kedah: Penerbitan Ustara.
- Ismail Hussein Amazt & Abdul Rahman Idris. (2011). Lecturer's satisfaction towards University Management & decision-making style in some Malaysian Public Universities. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 15, 3957-3970.
- Jain, Ritika (2012). Employee job happiness quotient in realm of RSMML. *Indian Journal of Applied Research*, 2, 3.
- Jamaludin Ahmad, Sidek Mohd Noah, Rusnani Abd. Kadir dan Shamsuddin Ahmad (2004/2005). Keberkesanan modul program maju diri ke atas motivasi pencapaian di kalangan pelajar Sekolah Menengah di Negeri Selangor, *Jurnal PERKAMA 11*, 15-36.
- Janakaram, S. & Seabright, P. (1999). *Subjective and objective indicators of welfare change over time*. India: fare sage.
- Jensen-Campbell, L. A., Adams, R., Perry, D. G., Workman, K. A., Furdella, J. Q., & Egan, S. K. (2002). Agreeableness, extraversion, and peer relations in early adolescents: winning friends and reflecting aggressions. *Journal of Applied Psychology*, 78, 80-98.
- John, O. P. & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. Dalam L.A.Pervin & O. P. John (Ed.), *Handbook of personality: Theory and research* (2<sup>nd</sup> ed.). (ms. 102-138). New York: Guilford Press.
- John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big Five Trait Taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. Dalam R.

- J. Sternberg (Ed.), *Handbook of creativity*. (3<sup>rd</sup> ed.). (ms. 114-159). Cambridge: Cambridge University Press.
- Johnson, R. B., Onwuegbuzie, A. J., & Turner, L. A. (2007). Toward a definition of mix methods research. *Journal of Mixed Method Research*, 1 (2), 112-133.
- Kagan, J. & Havemann, E. (1980). *Psychology: An introduction*. (4<sup>th</sup> ed.). New York: Harcourt Brace Jovanivich Inc.
- Kahneman, D., Diener, E., & Schwarz, N. (1999). *Well-being: The foundation of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Kahneman, D & Krueger, A. (2006). Developments in the measurement of subjective well-being, *Journal of Economic Perspectives*, 20 (1), 3-24.
- Kaliterna Lipovcan, L. J., Prizmic Larsen, Z., & Zganec, N. (2003). Quality of life, life staisfaction and happiness in shift and non-shiftworkers. Kertas yang dibentang di *XVI International on Night and Shiftwork*, pada Nov 2003, Santos, Sp, Brazil.
- Kamus Dewan*. (edisi keempat.). (2005). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kamus Pelajar Bahasa Malaysia*, (edisi kedua.). (2008). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kamus Za'ba. (2000) Kuala Lumpur: Pustaka Antara Books Sdn. Bhd.
- Kaplan, John B. 1975. *Self-attitudes and deviant behavior*. Pacific Palisades, CA: Goodyear.
- Kaplan, R. M. (1987). *Basic statistics for the behavioral sciences*. Boston: Allyn and Bacon Inc.
- Kashdan, T. B., Uswatte, G., & Julian, T. (2006). Gratitude and hedonic and eudaimonic well-being in Vietnam war veterans. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 177-199.
- Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). A dark side of american dream: Correlates of financial success as a central life aspiration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65 (2), 410-422.
- Kasser, T. (2006). Materialism and its alternatives. Dalam Csikszentmihalyi, M & Csikszentmihalyi, I. (Eds.), *A life worth living: Contributions to positive psychology*. (ms. 200-214). Toronto: Oxford University Press.
- Kementerian Pelajaran Malaysia, *Data bilangan pelajar*. [www.moe.gov.my](http://www.moe.gov.my). (15 Oktober 2010).
- Kerns, C. & Ko, K. (2010). Exploring happiness and performance at work. *The Journal of Organizational Leadership and Business*, Summer, 1, 24.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007-1022.
- King, L. A., & Penebaker, J. W. (1998). What's so great about feeling good? *Psychological Inquiry*, 9, 53-56.
- Khor, F. J. (2011). *A Study of happiness among UTAR undergraduates*. Latihan ilmiah bagi projek akhir Sarjana Muda Sains Sosial (Psikologi) yang tidak diterbitkan. Kuala Lumpur: Universiti Tunku Abdul Rahman.
- Khoiruddin Nasution (2009). *Pengantar Studi Islam*. Yogyakarta: Academia.
- Khoshnam, Amir Hossein., Ghamari, Mohammad., dan Gendavani, Arezou Ghamari (2013). The relationship between intrinsic motivation and happiness with academic achievement in high school students. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3, 11.
- Kovecses, Z. (2002). *Metaphor: A practical introduction*. Oxford: Oxford University Press.
- Kreitner, R., Kinicki, A., & Beulens, M. (1999). *Organisational behavior*. England: McGraw-Hill Publishing.

- Krejcie, W. R., & Morgan, W. D. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Kubovy, M. (1999). Pleasures of the mind. Dalam Kahneman D., Diener, F. E., & Schwartz, N., *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (eds.). (ms. 134-154). New York: Russel Sage Foundation.
- Kutner, M. H., Nachtsheim, C. J., & Neter, J. (2004). *Applied linear regression models*. (4<sup>th</sup> ed.). New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Lane, R. (2000). *The loss of happiness in market democracies*. United States: Yale University Press.
- Laporan Interim Fasa Pertama bagi Kajian Indeks Kegembiraan UPM (Nov 2013). (Institut Pengajian Sains Sosial, IPSAS). Universiti Putra Malaysia.
- Laporan Kementerian Pengajian Tinggi 2007. Capaian pada Mac 10, 2011 di <http://www.mohe.gov.my/transformasi/images/Bab6.pdf>.
- Laporan Pelan Strategik Pengajian Tinggi Negara 2007. Capaian pada Mac 10, 2011 [http://jpt.mohe.gov.my/ARKIB%20dan%20PENERBITAN/email%20latest\\_30.pdf](http://jpt.mohe.gov.my/ARKIB%20dan%20PENERBITAN/email%20latest_30.pdf)
- Lau, A., Cummins, R., & McPherson, W. (2005). An investigation into the cross-cultural equivalence of the personal wellbeing index. *Social Indicator Research*, 75, 403-430.
- Lau, A. L. D., & Cummins, R. A. (2005). *Test-retest reliability of the personal wellbeing index*. Laporan kajian yang tidak diterbitkan. Hong kong: The Hong Kong Polytechnic University.
- Lau, A. L. D., Cummins, R. A., & McPherson, W. (2005). An investigation into the cross-cultural equivalence of the personal wellbeing index. *Social Indicators Research*, 72, 403-430.
- Lawler, E. E (1973). *Motivation in work organizations*. Monterrey, CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Layard, R., (2005), *Happiness: Lessons from a New Science*. New York: Penguin.
- Lelkes, O. (2002). Tasting freedom: Happiness, religion and economic transition. CASEpaper 59, *Centre for Analysis of Social Exclusion*. London: London School of Economics.
- Lewis, C. A., & Cruise, S. M. (2006). Religion and Happiness: Consensus, Contradictions, Comments and Concern. *Mental Health, Religion and Culture*, 9, 3, 213-225.
- Liang, H., Nilesh, S., Hu, Q., Xue, Y. (2007). Assimilation of enterprise systems: The effect of institutional pressures and the mediating role of top management. *MIS Quarterly*, 31, 59-87.
- Luberg, L., Biemer, P., Collins, M., deLeeuw, E., Dippo, C., Schwarz, N., & Trewin, D. (1997). *Survey measurement and process quality*. New York: Wiley.
- Lu, L. (1999). Personal or environmental causes of happiness: A longitudinal analysis. *The Journal of Social Psychology*, 139: 79-90.
- Lykken, D. T. (1999). *Happiness: what studies on twins show us about nature, nurture and the happiness set-point*. New York: Golden Books.
- Lyubomirsky, S., & Ross, L. (1997). Hedonic consequences of social comparison: A contrast of happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1141-1157.
- Lyubomirsky, S., & Tucker, K. L. (1998). Implications of individual differences in subjective happiness for perceiving, interpreting, and thinking about life events. *Motivation and Emotion*, 27, 155-186.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.

- Lyubomirsky, S., King, L. A & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture for sustainable change. *Review of General Psychology*, 9, 111-113.
- Maddi, S. R. (1980). *Personality Theories: A comparative analysis*. Homewood: Dorsey Press.
- Mahmood Nazar Mohamed. (2005). *Pengantar psikologi; Satu pengenalan asas kepada jiwa dan tingkah laku manusia*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Maltby, J., Day, L., & Barber, L. (2005). Forgiveness and Happiness: The differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 1-13.
- Mansoor Momeni, Nader Seyed Kalali, Mohammad Reza Akhavan Anvari, Zeinab Raoofi & Ali Zarrineh (2011). What kind of people are the happiest? An empirical study, *International Review of Business Research Papers*, 7 (3), 42-54.
- Mashitah Taharin (2005). *Tesaurus Bahasa Melayu Dewan*. (Edisi baharu.). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Masri, Ghalib A, & Adam, Nathif J. (1995). *The way to happiness*. Riyad Cooperative Office for Call and Guidance.
- Masturah Markom, Nasrul Amir, Ahmad Kamal Ariffin, Dzuraidah Abd Wahab, Hafizah Husain & Nur Farah Liza Ramli (2011). Pengukuran jam nasional pensyarah dalam meningkatkan prestasi ahli akademik Universiti Penyelidikan. Kertas yang dibentang di *Seminar Pendidikan Kejuruteraan dan Alam Bina*. Kongres Pengajaran dan Pembelajaran, Universiti Kebangsaan Malaysia, Malaysia.
- Mattei, D., & Schaeffer, C. E. (2004). An investigation of the validity of the subjective happiness scale. *Psychological Report*, 94, 288–290.
- Mazlan Aris (2011). Pengesanan tahap, punca dan simptom stress serta pelaksanaan modul latihan kemahiran mengawal stress kehidupan guru. *Tesis Ijazah Doktor Falsafah Pendidikan (Bimbingan & Kaunseling) yang tidak diterbitkan*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebickova, M., & Avia, M.D. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78 (1), 173-186.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 112–127.
- McFadzean, E. S. (2002). Developing and supporting creative problem solving teams part 1: a conceptual model. *Management Decision*, 40 (5), 463-475.
- McGregor, I., McAdams, D. P., & Little, B. R. (2006). Personal projects, life stories, and happiness: On being true to traits. *Journal of Research in Personality*, 40, 551–572.
- McIntyre, L. J. (2005). *Need to know: social science research method*. New York: McGraw-Hill.
- McLeod, J. (2003). *Doing counselling research*. London: SAGE Publications Ltd.
- McMillan, J.H., & Schumacher, S. (2006). *Research in education: Evidence-based inquiry*. New York: Pearson education, Inc.
- Meek, W. (2010). Increasing Happiness, <http://www.willmeekphd.com/increasing-happiness/> Capaian pada 12 Jun 2014.



- Merriam-Webster's Collegiate Dictionary* (2009), Springfield, MA: Merriam-Webster.
- Michalos, A. C. (2007). *Education and happiness*. Kertas yang dibentang di International conference on is happiness measurable and what do those measures mean for public policy?, pada 2-3 April 2007, Rome.
- Miller, Alistair. The psychology of happiness: science or aberration? Dalam *Psychology of happiness* (2010). New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Mischel, W. (1981). *Introduction to personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston.
- Mizan Adiliah Ahmad Ibrahim. (1991). Faktor-faktor membentuk sikap pelajar terhadap sekolah dan pelajaran. *Kertas yang dibentang di Konvensyen Dwi-Tahunan Ke-VII Perkama*.
- Mogilner, C, Jennifer, A, & Sepandar D. K. (2011), How happiness affects choice. *Journal of Consumer Research*, 39, 429-443.
- Mogilner, C., Sepandar D. K., & Jennifer, A. (2011), The shifting meaning of happiness. *Social Psychological and Personality Science*, 2 (4), 395-402.
- Mohamad Usamah Ismail. (2001). Panduan ibadah muslim. Sintok: Pusat Islam Universiti Utara Malaysia.
- Mohamed Hatta Shahrom (2003). *Psikologi & kaunseling remaja*. Kuala Lumpur: PTS Publication & Distributors Sdn. Bhd.
- Mohamed Izham Mohamed Ibrahim (2004). *Konsep asas penyelidikan dan statistik dalam praktis kesihatan*. Pulau Pinang: Universiti Sains Malaysia.
- Mohammad Salehi, Mohammad Hajizad & Hossien Bagheri. (2011). The relation between religious notion with students' happiness and mental health. *World Applied Sciences Journal*, 14 (10), 1537-1540
- Mohamed Sharif Mustaffa, Abdul Rashid Abdul Aziz & Chang Meng Liew (2012). The investigation of happiness among academicians. Kertas dibentang di *World Conference on Psychology, Counselling and Guidance*, Ankara University, Turkey.
- Mohd Ali Jasmi, Mohd Amin Zakaria & Muhamad Sukri Saud (2011). Lecturer perceptions on workload: The impact towards the effectiveness of the teaching and learning process in Polytechnic. Kertas yang dibentang di *International Conference on Technical and Vocational Education and Training*, pada 10-11 Nov 2010, Bandung, Indonesia.
- Mohd. Amin H. A. Shariff (2003). *Perkembangan remaja pandangan, pemahaman dan interpretasi*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Anuar Ramli, Ahmad Badri Abdullah, Mohammad Aizat Jamaludin, Mohd Norhusairi Mat Hussin & Muhammad Ikhlas Rosele. (2013). Aplikasi Pendekatan Integratif Dalam Kajian Hukum Islam Semasa: Analisis Isu Gender. *Jurnal Islam & Masyarakat Kontemporari*. UNISZA.
- Mohd Kamel Idris (2010). Strain in teaching and research: Structural equation modeling approach, *International Journal of Economics and Management*, 4 (1), 137 – 154.
- Mohd Majid Konting (1998). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Najib Abd Ghafar (1999). *Penyelidikan pendidikan*. Skudai: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.
- Mohd Nawi Ab Rahman. (1998). *Kaedah statistik*. Selangor: Universiti Putra Malaysia.
- Mohd. Saleh Lebar (1999). *Memahami psikologi*. Kuala Lumpur: Thinker's Library.
- Mohd Yusof Hussain (ed.). (2006). *Islamisation of Human Sciences*. Kuala Lumpur: IUM.

- Mok Soon Sang (2008). *Psikologi pendidikan untuk pengajaran & pembelajaran*. Selangor: Penerbitan Multimedia Sdn. Bhd.
- Moller, V. (2005). Researching quality of life in a developing country. lesson from the South Africa case. Dalam Gough, I. & McGregor (eds.), *New approaches and research strategies*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Morgan, J. (2010). The meaning of a meaningful life. Dalam *Psychology of happiness*. New York: Nova Science Publishers, Inc.
- Muhd Yahya Ab Rahman (2011). *Happiness and unemployment status: The case of Universiti Utara Malaysia*. Projek ilmiah tahun akhir bagi Program Sarjana yang tidak diterbitkan. Sintok: Universiti Utara Malaysia.
- Muna Mohd Bookeri & Atasya Osmadi (2013). Produktiviti dan Hubungannya dengan Komitmen dan Kepuasan Kerja dalam Organisasi Pembinaan. *Journal of Design and Built*, Vol 6, ISSN: 1985-6881.
- Murphy, L. R. (1994). Workplace interventions for stress reduction and prevention. Dalam Cooper, C. L., & Payne, R. (eds.). *Causes, coping and consequences of stress at work* (ms. 301-339). Chichester, UK: John Wiley & Sons Inc.
- Murphy, G. C., & Athanasou, J. A. (1999). The effect of unemployment on mental health. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 72, 83-99.
- Myers, D. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55, 56-57.
- Myers, D. & Diener, E. (1995). 'Who is happy?' *Psychological science*, 6, 10-19.
- Nanang Erma Gunawan (2010). How counselors improve student's happiness? Drawing a part of mental health counselling. *Paper Presentation*, 5-7.
- Nave, C. S., Sherman, R. A., dan Funder, D. C. (2008). Beyond self-report in the study of hedonic and eudaimonic well being: Correlations with acquaintance reports, clinician judgments and directly observed social behaviour. *National Institute of Mental Health*, 42 (3), 643-659.
- Nettle, D. (2005). *Happiness: Lessons from a new sciences*. London: Penguin Book.
- Nettle, D. (2005). *Happiness: The science behind your smile*. Oxford: Oxford University Press.
- Nilufar Ahsan, Zaini Abdullah, David Yong Gun Fie, & Syed Shah Alam (2009). A study of job stress on job satisfaction among university staff in Malaysia: Empirical study. *European Journal of Social Sciences*, 8, 1.
- Noddings, N. (2003). *Happiness and education*. New York: Cambridge University Press.
- Noraini Abdul Raop & Nor Ba'yah Abdul Kadir (2011). Pengertian hidup, rasa bersyukur dan hubungannya dengan kegembiraan subjektif di kalangan pekerja. *Journal of Social Sciences and Humanities*, 6 (2), 349-358.
- Noresah Baharom (2005). *Kamus Dewan*. (edisi keempat.). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Nussbaum, M. (1992). Human functioning and social justice: In defense of Aristotelian essentialism. *Political Theory*, 20, 2002-246.
- O' Brien, C. (2007). *Policies for sustainable happiness*. Kertas yang dibentang di International Conference on Policies for Happiness, pada 14-17 Jun 2007, Siena, Itali.
- O' Brien, C. (2010). Sustainability, happiness and education. *Journal of Sustainability Education*, Vol 1.
- Oishi, S., Diener, D., Suh, E., & Lucas R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal Personal Social Psychology*, 67, 157-184.
- Oishi, S., Diener, E., & Lucas, R. E. (2007). The optimum level of well being. *Perspectives on Psychological Science*, 2 (1), 346-360.
- Oniye. O. A. (1999). Role of Guidance and Counselling in the Training of Well

- adjusted Teachers for Nigerian Schools, *Department of Guidance and Counselling, University of Ilorin, Ilorin*. <http://www.unilorin.edu.ng/journals/education/ije/june2003>. Capaian pada 12 Jun 2014.
- Oniye, O. A. (1999). Guidance and counselling: A prerequisite for training of well-adjusted teachers for Nigerian schools. Paper presented at the first National Conference, School of Education, College of Education, Ilorin.
- Oshagbemi, T. (2000). How satisfied are academics with their primary tasks of teaching research and administration and management. *International Sustainable in Higher Education*, 1 (2), 124-136.
- Othman Mohamed (2001). *Penulisan tesis dalam bidang sains sosial terapan*. Selangor: Universiti Putra Malaysia.
- Othman Mohamed (2005). *Prinsip psikoterapi dan pengurusan dalam kaunseling*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Owen, A & Philips, A. (2013). Education, income, and the distribution of happiness. *MPRA kertas kerja 49387*, <http://mpra.ub.uni-muenchen.de/49387/>. (31. Aug 2013).
- Oyserman, D., Coon, H. M., & Kemmelmeier, M. (2002). Rethinking individualism and collectivism: evaluation of theoretical assumptions and meta-analyses. *Psychological Bulletin*, 128, 1, 3-72.
- Petersen, C. & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. New York: Oxford University Press.
- Petikan Ucapan Menteri Kesihatan Malaysia pada Sambutan Hari Kesihatan Mental Sedunia* (2010) <http://www.moh.gov.my/speeches>. (20 Mac 2011).
- Pflug, J. (2009). Folk Theories of Happiness: A Cross-cultural comparison of conceptions of happiness in Germany and South Africa. *Social Indicator Journal*, 92, 551-563.
- Plowright, D. (2011). *Using mixed methods: Frameworks for an integrated methodology*. London: Sage Publication, Inc.
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., & Lee, J. Y. (2003). Common method biases in behavioural research, a critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88, 879-903.
- Pollner M. D. (1989). Relations, social relations and well being. *Journal of Health and Social Behavior*, 30, 92-104.
- Pressman, S. D., & Cohen, S. (2005). Does positive affect influence health?. *Psychological Bulletin*, 131, 925-971.
- Priyashantha, K. G. (2011). *The impact of job satisfaction on perceived desirability of leaving: a study in cable manufacturing organizations in Sri Lanka*. Latihan ilmiah Sarjana yang tidak diterbitkan. Norway: Fakulti Ekonomi dan Sains Sosial, Universiti Agder.
- Program Apex, <http://jpt.mohe.gov.my/IPT%20MALAYSIA/universiti%20APEX.php> Capaian pada 8 Jun 2014.
- Rasiah, R. T. V., French J. A., & Khalid, C. S. (2011). The economics of happiness: Investigating the demographic drivers of happiness among generation Y adults. *Taylor Bussiness School*, 1-16.
- Redhwan Ahmed Al-Naggar, Karim Alwan Al-Jashamy, Low Wah Yun, Zaleha Mohd Isa, Mutee Izidin Alsaror & Abdul Gafoor Ahmed Al-Naggar (2010). Perceptions and opinion of happiness among university students in a Malaysian University. *ASEAN Journal of Psychiatry*, 11, 2.
- Reed, K. (1991). Strength of religious affiliation and life satisfaction. *Sociological Analysis*. 52, 205-210.

- Reinartz, W., Haenlein, M., & Henseler, J. (2009). An empirical comparison of the efficacy of covariance-based and variance-based SEM International. *Journal of Research in Marketing*, 26, 332-344.
- Ringle, C. M., Wende, S., & Will, A., (2005). SmartPLS 2.0 (M3) Beta. <http://www.smartpls.de>. Germany: University of Hamburg.
- Rohany Nasir & Fatimah Omar (2006). *Kesejahteraan manusia persepektif psikologi*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Royo, M. G & Velazco, J. (2006). Exploring the relationship between happiness, objective and subjective well-being: Evidence from rural Thailand. *ESRC Research Group on Wellbeing in Developing Countries*. Economic & Social Research Council.
- Rubin, L. (1983). *Intimate stranger*. Harper and Row: New York.
- Rumaya Juhari & Rozumah Ibrahim (2004). *Pengantar pembangunan manusia: Perspektif psikologi*. Selangor: Universiti Putra Malaysia.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic wellbeing. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166.
- Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2006). Living well: A self-determination theory of eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*. 9, 139-170.
- Ryckman, R. M., & Richard, M. (2004). *Theories of personality* (8<sup>th</sup> ed.). California: Wadsworth/Thompson Learning Inc.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or it? Explorations on the meaning of eudaimonic well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57, 1069-1081.
- Saba, Irum. (2011). Measuring the job satisfaction level of the academic staff in Bahawalpur Colleges. *International Journal of Academic Research in Bussiness and Social Sciences*, 1, 1.
- Sabariah Siron. (2005). *Teori kaunseling dan psikoterapi*. Kuala Lumpur: Pearson Prentice Hall.
- Sabitha Marican (2005). *Kaedah penyelidikan sains sosial*. Selangor: Prentice Hall.
- Samman, E. (2007). *Psychological and Subjective Wellbeing: A Proposal for Internationally Comparable Indicators*. OPHI working paper series.
- Santrock, J. W. (2001). *Educational psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Schmutte, P. S. & Ryff, C. D. (1997). Personality and wellbeing: Re-examining methods and meaning. *Journal of Personality and Psychology*, 73 (3), 549-559.
- Sekaran, U. (2003). *Research methods for business* (4<sup>th</sup> ed.). New Jersey: John Wiley & Sons.
- Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 35, 5-14.
- Seligman, M. (2002). *Authentic happiness*. Toronto: Free Press.
- Seligman, M. E. P & Royzman, E. (2003). *Happiness: The three traditional theories*. Retrieved from: [Http://www.authentichappiness.org](http://www.authentichappiness.org)
- Seligman, M., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421.
- Sen, A. (1985). *Commodities and capabilities*. Amsterdam: North-Holland.
- Shahabuddin Hashim, Mahani Razali, & Ramlah Jantan (2006). *Psikologi pendidikan*. Kuala Lumpur: PTS Professional.
- Shahabuddin Hashim & Rohizani Yaakub. (2007). *Teori personaliti dari perspektif Islam, Timur & Barat*. Kuala Lumpur: PTS Professional.
- Shaughnessy, J. J., Zechmeister, J. S., & Zechmeister, E. B. (2006). *Research methods in psychology*. (2<sup>nd</sup> ed). New York: McGraw Hill.

- Sheikh Othman Sheikh Salim. (2007). *Kamus Dewan*. (Edisi keempat). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Rawsthorne, L. J., & Ilardi, B. (1997). Trait self and True self: Cross-role Variation in The Big Five Personality Traits and its relations with psychological authenticity and subjective wellbeing. *Journal of Social Psychology*, 73, 1380-93
- Sheldon, K. M., & Houser-Marko, L. (2001). Self-concordance, goal-attainment and the pursuit of happiness: Can there be an upward spiral?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 152-165.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). Achieving sustainable gain in happiness: Change you actions not your circumstances. *Journal of Happiness Studies*, 7, 55-86.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2006). How to increase and sustain positive emotion: The effects of expressing gratitude and visualizing best possible selves. *The Journal of Positive Psychology*, 1, 2, 73–82.
- Sheldon, K. M. (2008). Assessing the sustainability of goal-based changes in adjustment over a four-year period. *Journal of Research in Personality*, 42, 223-229.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S. (2009). Change your action, not your circumstances: An experimental test of the sustainable happiness model. Dalam *Happiness, Economic and Politics* di edit oleh Amitava Krishna Dutt & Benjamin Redcliff Edward Elgar publishing, Inc: USA.
- Simon, Thomas W., & Meyer, Merle E. (1979). Methodological and philosophical foundations of psychology. Dalam Meyer, Merle E., *Foundations of contemporary psychology*. Oxford University Press: New York.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing well-being and alleviating depressive symptoms with positive psychology interventions: A practice-friendly meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology: In session*, 65 (5), 467-487.
- Skeen, J. (2003). Discovering human happiness: Choice theory psychology, Aristotelian contemplation, and traherne's felicity. *Journal of Quodlibet*, 5, 2-3.
- South, S.C., Krueger, R.F., Johnson, W., Iacono, W.G. (2008). Adolescent Personality Moderates Genetic and Environmental Influences on Relationships with Parents. *Journal of Personality and Psychology*, 94(5), 899-912.
- Sparks, K., Faragher, B., & Cooper, C. (2001). Well-being and occupational health in the 21<sup>st</sup> Century workplace. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 74 (4), 489-509.
- Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D., & Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle age: Set like plaster or persistent change?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 1041-1053.
- Stangor, C. (2011). *Research methods for behavioral sciences* (4<sup>th</sup> ed.). California: Cengage.
- Stevens, J. (1996). *Applied multivariate statistics for the science social* (3<sup>rd</sup> ed.). New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Stevenson, B., & Wolfers, J. (2009). The paradox of declining female happiness. *American Economic Journal: Economic Policy*, 1 (2), 190-225.
- Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgement across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482-493.
- Sulaiman Masri (2005). *Kaedah penyelidikan dan panduan penulisan (esei, proposal, tesis)*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn Bhd.

- Susniene, D., & Jurkukas, A. (2009). The concept of quality of life and happiness: Correlation and differences, *Journal of Engineering Economic*, 3, 58-66.
- Syukriyah Md Yusof & Noorasiah Sulaiman (2012). Analisis kecekapan staf akademik Universiti Kebangsaan Malaysia, Prosiding Persidangan Kebangsaan Ekonomi Malaysia ke VII (PERKEM VII), Jilid 1, (ms. 337-347). Pada 4-6 Jun 2012. Ipoh, Perak.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (1996). *Using multivariate statistics* (3<sup>rd</sup> ed.). New York: Harper Collins.
- Tashi Wangmo dan John Valk (2003), Under the Influence of Buddhism: The Psychological Wellbeing Indicators of GNH, *Journal of Bhutan Studies*. [http://www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/JBS/JBS\\_Vol26/26-3.pdf](http://www.bhutanstudies.org.bt/publicationFiles/JBS/JBS_Vol26/26-3.pdf). Capaian pada 12 Jun 2014.
- Tatum, Becky. (1996). The Colonial Model as a Theoretical Explanation of Crime and Delinquency. dalam Anne T. Sulton's (ed). *African-American Perspectives on Crime Causation, Criminal Justice Administration and Crime Prevention*. Boston: Butterworth-Heinemann.
- Tenaglia, S. (2007). *Testing theories on happiness: A questionnaire*. University of Tor Vergata, Rom.
- Thomas, L. E., & Chambers, K .O. (1989). Phenomenology of life satisfaction among elderly men: Quantitative and qualitative views. *Psychology and Aging*, 4 (3), 248-289.
- Tiefenbach, T., & Kohlbacher, F. (2013). *Happiness from the Viewpoint of Economics: Findings from Recent Survey Data in Japan (DIJ Working Paper13/1)*[http://www.dijtokyo.org/publications/WP1301\\_Tiefenbach\\_Kohlbacher.pdf](http://www.dijtokyo.org/publications/WP1301_Tiefenbach_Kohlbacher.pdf). Tokyo, Japan.
- Tkach, C., & Lyubomirsky, S. (2006). How do people pursue happiness? Relating personality, happiness-increasing strategies, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7, 183–225.
- Toker. B. (2011). Job satisfaction of academic staff: An empirical study on Turkey, *Quality Assurance in Education*, 19 (2), 156 – 169.
- Tsai, Jeanne., Brian Knutson & Helene Fung. (2006). Cultural variation in affect valuation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90 (2), 288-307.
- Tsou, M., & Liou, J. (2001). Happiness and domain satisfaction in Taiwan. *Journal of Happiness Studies* 2, 269-288.
- Turner, N., Barling, J., & Zacharatos, A. (2002). Positive psychology at work. Dalam Snyder, C. R & Lopez, S. J. *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: theory empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*. 5, 223-239.
- Urry, H. L., Nitschke, J. B., Dolski, I., Jacksin, D. C., Dalton, K. M., Mueller, C. J., Rosenkranz, M. A., Ryff, C. D., Singer, B. H., & Davidson, R. J. (2004). Making a life worth living. *Psychological Science*, 15 (6), 367-372.
- Utusan Malaysia*, “USM dipilih universiti Apex pertama”, 4 September 2008. Universiti Penyelidikan, <http://jpt.mohe.gov.my/IPT%20MALAYSIA/universiti%20penyelidikan.php>. Capaian pada 6 Jun 2014.
- Van Der Hulst, M. (2003). Long work hours and health. *Journal of Work Environment Health*, 29 (3), 171-188.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Veenhoven, R. (1996). Developments in satisfaction-research. *Social Indicators Research*. 37, 1-46.

- Veenhoven, R. (2003). Hedonism and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 4, 437-457.
- Veenhoven, R. (2004). Happiness as an aim in public policy. Dalam Linley, A., & Joseph, S. *Positive psychology in practice*. New Jersey: John Wiley and Sons Inc, Hoboken.
- Veenhoven, R. (2006). *How do we assess how happy we are?*. Kertas yang dibentang di Conference on New Directions in the Study of Happiness: United States and International Perspectives, pada 22-24 Okt 2006, University of Notre Dame. Amerika Syarikat.
- Veenhoven, R. & Hagerty, M. (2006). Rising happiness in nations 1946-2004: A reply to Easterlin. *Social Indicators Research*, 79, 421-436.
- Veenhoven, R. (2007). Measures of gross national happiness. Kertas yang dibentang, pada 27-30 Jun 2007, Istanbul, Turkey.
- Veenhoven, R. (2010). How universal is happiness?. Dalam Diener, E., Helliwell, J. F., & Kahneman, D. (Eds.). *International differences in well-being* (Bab 11). New York: Oxford University Press.
- Vella-Brodrick, D. A & Norrish, J. M. (2008). Is the study of happiness a worthy scientific pursuit?. *Social Indicator Research*, 87, 393-407.
- Vella-Brodrick, D. A., Park, N., & Peterson, C. (2008). Three ways to be happy pleasure, engagement, and meaning, findings from Australian and US samples. *Springer Science*.
- Viren Swami (2008). Translation and validation of the Malay Subjective Happiness Scale. *Social Indicator Research*. 88 (2), 347-353.
- Waite, L. & Gallagher, M. (2000). *The case for marriage. Why married people are happier, healthier and better off financially?*. New York: Doubleday.
- Warnick, B. R. (2009). Dilemmas of autonomy and happiness: Harry Brighouse on subjective wellbeing and education. *Theory and Research in Education*, 7-89.
- Warr, P. & Clapperton, G. (2010). *The joy of work? Jobs, Happiness and You*. New York: Routledge.
- Weathington, B. L., Cunningham, C. J. L., & Pittenger, D. J. (2010). *Research methods for the behavioral and social sciences*. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Weston, R. (1999). Finding happiness: Factors contributing to personal wellbeing. *Family Matters*. 52. Autumn: Australian Institute of Family Studies.
- White, M., Hill, S., McGovern, P., Mills, C., & Smeaton, D. (2003). High performance management practices, working hours and work-life balance. *British Journal of Industrial Relations*, 41 (2), 175-195.
- Wilson W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Buletin*, 67, 294-306.
- Wilson, C. M., & Oswald, A. J. (2005). *How does marriage affect physical and psychological health? A survey of the longitudinal evidence*. Kertas perbincangan1619. [http://psydok.sulb.unisaarland.de/volltexte/2008/1668/pdf/dp\\_1619.pdf](http://psydok.sulb.unisaarland.de/volltexte/2008/1668/pdf/dp_1619.pdf). (19 Feb 2014).
- Wong, M. S. (1991). *Hubungan di antara tekanan kerja dengan tingkah laku jenis a, ciri-ciri tugas dan kualiti kehidupan bekerja; satu kajian ke atas pekerja-pekerja bank*. Latihan ilmiah yang tidak diterbitkan. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- World Happiness Report (2013). The Earth Institute Columbia University.
- Wubbolding, R. E. (1988). *Using reality therapy*. New York: Harper & Row.
- Yang, H., & Li, J. (2007). Construct the model of employees' happiness index. *East China Economic Management*, 1, 875-880.

- Yang, Y. (2008). Long and happy living: Trends and patterns of happy life expectancy in the U.S. 1970-2000. *Social Science Research*, 37, 123-125.
- Yatimah Sarmani & Mohd Tajudin Ninggal. (2011). *Teori Kaunseling Al-Ghazali*. Selangor: PTS Islamika.
- Yong Kuey Ling & Hamdan Said (2008). *Kualiti kehidupan staf akademik di Universiti Teknologi Malaysia*. Kertas yang dibentang di Seminar Penyelidikan Pendidikan Pasca Ijazah 2008, pada 25-27 Nov 2008, Skudai, Universiti Teknologi Malaysia.
- Zagorski, K., Kelley, J., & Evans, M. D. R. (2010). Economic development and happiness: Evidence from 32 nations. *Polish Sociological Review*, 1, 169, ISSN 1231-1413.
- Zainah Ahmad Zamani & Hamdan Mohd Ali (2006). Tekanan Kerja dan Kesihatan Pekerja. Dalam Rohany Nasir & Fatimah Omar (Ed.), *Kesejahteraan manusia* (ms. 103-112). Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Zaini Ujang (2012). *Akademia Baru: Memartabat UTM Berjenama Global 2012-2020*. Johor: Penerbit UTM Press.
- Zainudin Awang, Junaidah Hanim Ahmad & Nazmi Mohamed Zin. (2010). Modelling job satisfaction and work commitment among lecturers: a case of UiTM Kelantan. Prosiding the Regional Conference on Statistical Sciences 2010 (RCSS'10), (ms. 241-255).
- Zhang, L. F. (2002). Measuring thinking styles in addition to measuring personality traits? *Personality and Individual Differences*, 33, 445-458.
- Zheng, X., Sang, D., & Wang, L. (2004). Acculturation and subjective well-being of Chinese students in Australia. *Journal of Happiness Studies*, 5, 57-72.
- Zolatas, X. (1981). *Economic growth and declining social welfare*. United States: New York University Press.