

FAKTOR-FAKTOR PENENTU STRES DALAM KALANGAN GURU: SEKOLAH RENDAH MUBALIGH DI KUALA LUMPUR

Tajulashikin Jumahat
Institute of Education, International Islamic University Malaysia
Jalan Gombak 53100 Kuala Lumpur
tajulashikin@iab.edu.my

Fazura Mohd Noor
Centre for Graduate Studies
Open University Malaysia

Mohd Burhan Ibrahim
Institute of Education, International Islamic University Malaysia
Jalan Gombak 53100 Kuala Lumpur
burhanibrahim@live.com

Abstract: The purpose of this study was to identify the perceived level of stress based on demographic factors (gender, age, and teaching experience) and also to determine the contributing factors of stress among teachers who are currently teaching at Missionary Primary Schools in Kuala Lumpur. There are seven teacher's stress sources that were included in this study which comprise workload, pupils' attitude, time constraint, relationships with colleagues, relationships with parents, appreciation and support, and lack of resources. A total of 186 teachers from 14 Missionary Primary Schools in Kuala Lumpur were randomly chosen based on multistage cluster sampling that represents the total population. The data is analyzed by using both descriptive and inferential statistics (Independent t-test, one-way ANOVA test and Multiple Regression). The finding indicated that the stress level among respondents was at a moderate level. Further analysis revealed that there were no significant differences on the level of stress among respondents in terms of gender, age and work experience. In addition, it was found that parental relationship, and appreciation and support significantly predicted teacher's stress level.

Kata Kunci: Tahap stress guru, faktor stress guru, sekolah rendah mubaligh

PENGENALAN

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

Masyarakat juga harus sedar bahawa, tugas guru bukanlah semata-mata di dalam bilik darjah, mengajar, membimbing dan mendidik. Tugas guru hari ini turut merangkumi tugas di luar bilik darjah dan juga di luar waktu persekolahan. Lemaire (2009) mendapati bahawa, guru-guru terlalu dibebankan dengan tugas-tugas yang tidak berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran seperti, aktiviti ko-kurikulum, menghadiri mesyuarat, mengendalikan program-program pelajar, mengurus kenehan dan kebajikan pelajar serta, tugas-tugas pengurusan. Bagi memenuhi tuntutan yang tinggi dalam dunia pendidikan, guru-guru pula semakin berasa tertekan dalam menghadapi pelaksanaan pelbagai reformasi dalam system pendidikan negara. Tekanan yang dihadapi itu seterusnya akan memberi kesan kepada emosi, psikosomatik dan fizikal guru (Nobile & McCormick, 2005). Memandangkan peningkatan kualiti dan kecemerlangan pendidikan amat bergantung kepada guru-guru, maka, sewajarnya pihak-pihak seperti sekolah, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pelajaran Malaysia perlu peka dengan permasalahan stres yang dihadapi oleh guru-guru.

LITERATUR

Antara perintis dalam bidang stres ialah Seyle (1976) yang menerangkan bahawa stres memberi makna yang berbeza bagi individu yang berbeza. Menurut Seyle, stres adalah satu keadaan yang memberi kesan terhadap emosi,

kognitif dan fizikal seseorang. Terdapat pelbagai model dan teori yang telah dirangkakan untuk menjelaskan maksud stress berdasarkan konteks sama ada dari segi perspektif pekerjaan atau model yang menjurus kepada stress guru.

Model-model Stres

Terdapat beberapa model stres yang berkaitan dengan pekerjaan iaitu: Model Stres Tuntutan-Kawalan (Karasek, 1979); Model Stres Tuntutan-Kawalan-Sokongan (Karasek & Theorell, 1990); Model Stres Cooper (1998); Model Stres Pekerjaan (Palmer & Cooper, 2004). Dalam konteks tempatan pula, Jaafar Muhammad (2003) telah mengemukakan Model Punca Tekanan yang merupakan model umum dalam melihat punca tekanan yang mungkin berlaku dalam sesebuah organisasi. Model ini dibina berdasarkan tiga kumpulan faktor yang berpotensi untuk mewujudkan tekanan iaitu faktor persekitaran, faktor organisasi dan faktor personel. Faktor-faktor ini adalah relevan dalam menyumbang tekanan atau stres dalam sesebuah organisasi seperti di sekolah.

Kyriacou dan Sutcliffe (1978) misalnya telah membangunkan model stres kerja guru yang tertumpu pada persepsi guru tentang bagaimana profesion sebagai guru mempengaruhi mereka secara peribadi. Dalam model ini, ciri-ciri individu guru telah dikenal pasti iaitu tahap pendidikan, pengalaman mengajar, kesukaran dalam menguruskan kelas. Satu lagi model berkaitan stres guru ialah model yang dibentuk oleh Boyle, Borg, Falzon dan Baglioni (1995). Model ini dibangunkan berpandukan kepada lima dimensi yang mempengaruhi stres dalam kalangan guru iaitu beban kerja, karenah pelajar, pengiktirafan profesional, sumber pengajaran dan perhubungan dengan rakan-rakan sekerja yang kurang baik.

Kajian-kajian Terhadap Stres Guru

Terdapat banyak kajian lepas yang dijalankan bagi mengenal pasti tahap dan punca-punca stres dalam kalangan guru. Isu stres dalam kalangan guru telah mendapat perhatian ramai dan mula dikaji seawal tahun 1970-an hingga ke hari ini (contohnya: Kyriacou & Sutcliffe, 1978; Chaplain, 1995; McCormick, 1997; Lau, 2002; Lemaire, 2009; Ages, 2011). Antaranya ialah kajian oleh Van Dick dan Wagner (2001) yang mendapati bahawa faktor beban kerja merupakan penyumbang utama terhadap stres guru. Kajian mereka juga menunjukkan bahawa stres yang dialami oleh guru akan memberi kesan negatif bukan sahaja dari segi fisiologi seperti tekanan darah tinggi, malahan ia turut memberi kesan kepada tingkah laku guru. Begitu juga dengan Tang dan Yeung (1999) dan Lau (2002) dalam kajian sekolah menengah di Hong Kong juga mendapati, faktor beban tugas telah menyebabkan stres kepada guru hingga boleh mengundang *burnout*. Fenomena ini turut disokong dalam kajian Kokkinos (2007) dan Kumarakulasingam (2002).

Montgomery dan Rupp (2005) telah menjalankan analisis-meta terhadap 65 kajian lepas berkaitan stres guru bermula dari tahun 1998 hingga 2003 bagi mengenal pasti pelbagai punca yang menyebabkan guru menjadi stres. Dapatan menunjukkan terdapat tiga faktor stres luaran secara sederhana mempengaruhi peningkatan *burnout* dalam kalangan guru. Faktor-faktor tersebut ialah tingkah laku pelajar, bebanan kerja atau tuntutan kerja, dan sokongan daripada rakan sekerja. Kyriacou dan Chien (2004) juga dalam kajian mereka ke atas guru sekolah rendah di Taiwan mendapati bahawa 48 peratus responden berada pada tahap stres sederhana.

Seterusnya beberapa kajian yang bertujuan mengkaji samada faktor demografi mempunyai hubungan dengan tahap stres guru turut menjadi tumpuan penyelidikan-penyelidikan. Ling (2008) mendapati pengalaman mengajar mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap stres guru. Guru yang mempunyai pengalaman mengajar yang lebih lama didapati mengalami stres yang lebih tinggi berbanding guru yang kurang pengalaman. Kajiannya terhadap guru sekolah menengah di Hong Kong menggunakan kaedah kuantitatif sepenuhnya turut melaporkan bahawa guru yang mengajar di tahap yang tinggi lebih stres dari segi tingkah laku, emosi dan keletihan berbanding guru yang mengajar di tahap rendah.

Sebaliknya dalam kajian Gelman (2008) terhadap guru biasa dan guru pendidikan khas di sekolah rendah dan menengah di New York yang bertujuan melihat apakah pembolehubah-pembolehubah demografi seperti jantina, umur dan pengalaman mengajar yang menyumbang kepada stres guru mendapati dapatan yang bertentangan dengan dapatan Ling (2008) iaitu, semakin meningkat umur dan pengalaman seseorang guru, maka, semakin berkurangan stres yang dialami. Namun, kajian ini tidak menunjukkan perbezaan yang signifikan bagi tahap stres antara guru-guru biasa dan guru pendidikan khas. Ini bermakna tahap stres guru biasa adalah sama dengan guru khas.

Kajian Chaplain (1995) terhadap guru di sekolah rendah di kawasan utara dan timur England mendapati hanya satu pertiga daripada responden berpuashati dengan kerja yang mereka lakukan. Ini terbukti melalui dapatan bahawa terdapat hubungan kolerasi negatif antara tahap stres dan kepuasan bekerja. Kajian Chaplain juga menunjukkan bahawa tiga faktor iaitu faktor pengajaran dan pembelajaran, karenah pelajar dan beban tugas

merupakan faktor yang dominan mempengaruhi stres guru-guru tersebut. Selain itu, dapatan juga menunjukkan bahawa guru perempuan berasa lebih tertekan berbanding guru lelaki. Begitu juga dengan faktor umur yang mana didapati guru muda mempunyai tahap stres yang tinggi berbanding dengan guru pertengahan.

Dapatan yang sama turut diperolehi daripada kajian Klassen dan Chiu (2010) terhadap guru sekolah rendah dan sekolah menengah di Kanada. Faktor beban kerja dan karenah pelajar juga didapati merupakan faktor yang dominan mempengaruhi stres guru-guru. Berbanding kajian Chaplain, Klassen dan Chiu melaporkan dengan terperinci bahawa tahap stres guru perempuan sememangnya lebih tinggi daripada lelaki tetapi ianya hanya bagi faktor beban kerja dan karenah pelajar sahaja. Bagi faktor-faktor stres yang lain, tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres guru lelaki dan guru perempuan. Menurut kajian ini lagi, guru yang menunjukkan tahap stres yang tinggi akibat bebanan kerja dilaporkan mempunyai efikasi sendiri yang tinggi dalam menguruskan bilik darjah.

Kajian Fun (2008) bertujuan untuk mengenalpasti tahap tekanan kerja serta faktor-faktor yang mendorong tekanan kerja dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Jenis Kebangsaan Cina (SRJKC) di Wilayah Persekutuan menunjukkan bahawa guru-guru mengalami tekanan pada tahap sederhana. Dari segi faktor-faktor pula didapati semua faktor yang dikaji iaitu faktor karenah pelajar, faktor bebanan tugas, faktor kekangan masa dan faktor penghargaan telah memberi tahap tekanan yang sederhana kepada guru-guru yang terlibat.

Dapatan yang hampir sama oleh Tan (1996) mendapati bahawa sepuluh faktor utama yang menyumbang kepada stres kerja guru. Faktor-faktor berkenaan adalah seperti terpaksa mengajar kelas yang besar, gaji yang kurang, sikap buruk pelajar terhadap kerja, kurang peluang untuk maju dalam kerjayanya, terpaksa mengendalikan pelajar yang buruk disiplinnya, terpaksa menggantikan tugas guru yang tidak hadir, banyak kerja perkeranian, kurang kerjasama dari ibu bapa dan kekurangan masa kerana jadual waktu yang berat.

Manakala Punanesvaran (2000) yang mengkaji hubungan beban kerja dengan stres guru di sekolah rendah mendapati bahawa faktor beban kerja yang diberi oleh pihak pentadbir secara tidak adil telah menyebabkan guru berasa stres kerana terpaksa membuat kerja yang lebih dalam masa yang singkat. Kajiannya turut disokong oleh Mohd Fitri (2001) yang membuat kajian tinjauan yang sama, tetapi terhadap guru di sekolah menengah. Manakala dapatan kajian Muhammad Hanapi (2004) terhadap guru sekolah menengah bagi mengenal pasti punca-punca dan tahap tekanan kerja menunjukkan punca utama guru berasa stres adalah kerana terpaksa membuat kerja-kerja perkeranian dan mempunyai tahap stres yang sederhana.

Seterusnya Wan Mohamad Nasir (2002) yang ingin mengkaji tahap stres pensyarah politeknik yang (juga dikategorikan sebagai guru), melaporkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor demografi dengan tahap stres. Empat faktor demografi tersebut adalah jantina, kelayakan akademik, tempoh perkhidmatan dan jabatan. Dapatan kajian beliau menunjukkan bahawa pensyarah lelaki didapati lebih stres daripada pensyarah perempuan. Ini adalah disebabkan suasana persekitaran kerja di politeknik yang teknikal dan memerlukan penglibatan pensyarah lelaki yang terutama dari segi tenaga dan fizikal. Namun dapatan beliau disangkal oleh Kim (2006) dan Abdul Halim (2001) yang menyatakan bahawa tiada perbezaan yang signifikan antara jantina, status perkahwinan, kelulusan akademik dan umur terhadap tahap stres guru aliran teknik di tiga buah negeri.

Berdasarkan sorotan literatur yang dihuraikan di atas, jelas menunjukkan bahawa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan guru-guru berasa stres. Antaranya adalah faktor beban kerja, kekangan masa, karenah pelajar, hubungan dengan rakan sekerja, ibu bapa pelajar dan pentadbir, bahan bantu mengajar, kurang sokongan dari pihak pentadbir, kesamaran peranan, mengurus aktiviti-aktiviti pelajar dan harapan tinggi daripada ibu bapa pelajar. Memandangkan guru-guru merupakan aset penting yang diperlukan oleh negara, maka golongan guru perlu diberi perhatian khususnya dalam menghadapi stres. Dengan wujudnya stres dalam kalangan guru, akan memberi impak terhadap guru dalam memberi komitmen semasa menjalankan tugas dan tanggungjawab di sekolah.

Sememangnya kajian terhadap stres guru telah banyak dilakukan oleh penyelidik-penyelidik terdahulu. Kebanyakan kajian-kajian lepas hanya mengkaji tahap stres dan punca-punca yang menyebabkan guru stres. Namun, kajian ini bukan sahaja mengukur tahap stres tetapi ingin mengetahui apakah peramal yang signifikan terhadap stres guru-guru. Selain itu, penyelidik juga mengkaji satu pemboleh ubah yang jarang dilakukan oleh kajian di Malaysia iaitu faktor hubungan guru dengan ibu bapa pelajar.

Lantaran itu, penyelidik ingin mengambil peluang ini untuk mengkaji dengan lebih lanjut mengenai masalah stres dalam kalangan guru-guru. Fokus akan diberikan kepada guru-guru di Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Penyelidik berminat menjalankan kajian terhadap guru daripada Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur

memandangkan tiada kajian-kajian yang lepas berkenaan stres dalam kalangan guru dilakukan ke atas Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur secara khusus.

Berdasarkan model stres pekerjaan oleh Boyle, Borg, Fazlon dan Baglioni (1995), Kyriacou dan Sutcliffe (1979) dan dapatan kajian-kajian lepas, penyelidik telah membina satu kerangka konsep kajian. Model kerangka kajian ini terdiri daripada satu pembolehubah bersandar iaitu tahap stres kerja yang mana ianya adalah bersandar kepada pembolehubah-pembolehubah tak bersandar yang telah dikenalpasti dalam kajian ini yang terdiri daripada faktor-faktor yang menyebabkan stres kerja guru. Faktor demografi guru juga merupakan pembolehubah tidak bersandar turut dimasukkan dalam kerangka model kajian di mana penyelidik akan melihat perbezaan tahap stres guru berdasarkan faktor jantina, umur dan pengalaman mengajar. Kajian ini juga memberi tumpuan kepada tujuh pembolehubah tak bersandar iaitu, bebanan tugas, karenah pelajar, kekangan masa, penghargaan dan sokongan dari pentadbir, kekurangan sumber, hubungan sesama rakan sekerja, dan hubungan dengan ibu bapa pelajar yang menyumbang kepada stres guru. Berdasarkan sorotan literatur dan kerangka konsep kajian, soalan-soalan kajian dikemukakan seperti berikut:

- i. Apakah tahap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur?
- ii. Adakah terdapat perbezaan tahap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur dalam aspek jantina, umur, bangsa dan pengalaman mengajar?
- iii. Adakah faktor-faktor berikut merupakan peramal yang signifikan terhadap stres dalam kalangan guru-guru di Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur iaitu bebanan tugas, karenah pelajar, kekangan masa, penghargaan dan sokongan, kekurangan sumber, hubungan sesama rakan sekerja dan hubungan dengan ibu bapa pelajar?

Dengan menjawab soalan-soalan kajian di atas, dapatan kajian ini sedikit-sebanyak dapat memberi gambaran awal tentang fenomena stres yang berlaku di kalangan guru-guru. Dapatan ini juga akan memberikan maklumat mengenai faktor-faktor yang dikaji seperti faktor demografi dan tujuh faktor yang mungkin mempengaruhi stres dalam kalangan guru-guru di Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Berdasarkan maklumat tersebut diharap pihak pentadbiran sekolah dan Kementerian Pelajaran dapat memberikan perhatian yang sewajarnya tentang fenomena tersebut agar prestasi kerja guru akan terus di tahap yang optimum.

METODOLOGI

Kajian ini adalah bertujuan untuk mengenalpasti tahap stres guru-guru Sekolah-sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Selain itu, penyelidik turut mengkaji faktor demografi guru seperti jantina, umur, dan pengalaman mengajar terhadap tahap stres guru-guru. Dalam kajian ini juga, penyelidik ingin mengenalpasti peramal utama terhadap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur.

Populasi dan Persampelan

Kajian ini telah dijalankan ke atas 14 buah daripada 22 buah Sekolah Rendah Mubaligh yang terletak di Kuala Lumpur yang mempunyai populasi guru seramai 382 orang. Dengan menggunakan kaedah persampelan kluster pelbagai peringkat (*multistage cluster sampling*) untuk mendapatkan sampel dari populasi dan berdasarkan Jadual Penentu Saiz Sampel oleh Krejcie dan Morgan (1970), seramai 186 orang guru telah dipilih sebagai responden kajian.

Dengan menggunakan perisian *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versi 17.0, penyelidik memasukkan kesemua nama guru bagi memilih 186 responden secara rawak mengikut nama sekolah dan bilangan guru mengikut jantina. Seterusnya, set soal selidik yang bakal digunakan dalam kajian ditentukan berdasarkan pemilihan nama guru yang dibuat.

Instrumen Kajian

Kajian ini dijalankan dengan menggunakan soal selidik berdasarkan pengubahsuaian daripada beberapa soal selidik kajian-kajian terdahulu iaitu kajian oleh Kim (2006), Ling (2008), Wan Mohamad Nasir (2002), Sevakame (2003) dan Chang (2007). Pengubahsuaian dibuat berdasarkan pemboleh ubah yang ingin diteroka dalam soalan kajian. Instrumen kajian terdiri dari tiga bahagian. Bahagian A ini mengandungi soalan-soalan yang berkaitan dengan maklumat latar belakang responden seperti, jantina, umur dan pengalaman mengajar. Bahagian B pula terdiri daripada 20 item yang digunakan untuk menentukan tahap stres yang dialami oleh responden berdasarkan skala Likert lima mata iaitu; 1 (Tidak Pernah), 2 (Jarang), 3 (Kadang-kadang), 4 (Agak Kerap) dan 5 (Kerap). Bahagian C mengandungi 41 item instrumen faktor penentu stres kerja guru berdasarkan tujuh pembolehubah faktor penentu stres kerja guru, iaitu tujuh pembolehubah tak bersandar iaitu, a) bebanan tugas, b) karenah pelajar, c) kekangan masa, d)

penghargaan dan sokongan dari pentadbir, e) kekurangan sumber, f) hubungan sesama rakan sekerja, dan g) hubungan dengan ibu bapa pelajar juga menggunakan skala Likert lima mata berdasarkan tahap stress iaitu: 1 (Tiada), 2 (Rendah), 3 (Sederhana), 4 (Tinggi) dan 5 (Sangat tinggi). Kajian rintis telah dijalankan terhadap 40 orang guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur yang bukan responden dalam kajian. Guru-guru ini dipilih berdasarkan latarbelakang diri dan sekolah yang serupa dengan responden kajian. Nilai kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* bagi kesemua 41 item memberikan nilai sebanyak 0.962 yang menunjukkan bahawa kebolehpercayaan instrumen kajian adalah tinggi.

Analisis Kajian

Secara keseluruhannya hasil kajian akan dianalisis menggunakan perisian *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versi 17.0. Bagi menjawab soalan kajian yang pertama, analisis dibuat untuk mengukur tahap stres kerja guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Tahap stres kerja guru diukur dengan menjumlahkan skor min responden untuk kesemua 20 item. Pengkelasan tahap stres kerja yang berdasarkan jumlah skor min telah dibina oleh Jawatankuasa Penyelidikan Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia (2001) adalah seperti berikut: 1.00 – 2.33 (Rendah), 2.34 – 3.67 (Sederhana). 3.68 – 5.00 (Tinggi).

Soalan kajian kedua adalah untuk melihat perbezaan tahap stres dari aspek jantina, umur dan pengalaman mengajar. Statistik deskriptif dan inferensi digunakan untuk melihat perbezaan skor min bagi menjawab soalan kajian kedua. Ujian-t bagi digunakan bagi menentukan perbezaan tahap stres guru dari aspek jantina. Manakala, Ujian Analisis Varian (ANOVA) sehala digunakan untuk mengukur pembolehubah yang melebihi dua kumpulan seperti umur dan pengalaman mengajar. Analisis lanjutan iaitu, ujian *Scheffe* telah dilakukan bagi memperincikan lagi perbezaan antara kumpulan-kumpulan yang dibandingkan.

Manakala bagi soalan kajian ketiga, untuk mengenal pasti peramal utama terhadap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur, ujian Regresi Berganda digunakan. Penyelidik menggunakan analisis regresi berganda untuk meramal dan menerangkan nilai bagi pembolehubah bersandar berdasarkan pembolehubah-pembolehubah tak bersandar. Koefisien penentu (R^2) pula digunakan untuk mengetahui sumbangan pembolehubah-pembolehubah tak bersandar terhadap varians dalam pembolehubah bersandar iaitu tahap stres guru.

HASIL DAN PERBINCANGAN

Hasil kajian adalah berdasarkan kepada analisis data soalan-soalan kajian yang dikemukakan daripada kajian stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Manakala, perbincangan adalah berdasarkan kepada hasil kajian dan tinjauan literatur yang berkaitan dengan stres guru seperti yang diketengahkan oleh pengkaji.

Analisis Soalan Kajian Pertama

Bagi tujuan menganalisis keseluruhan tahap stres guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur, skor min digunakan untuk mengukur tahap stres responden. Berdasarkan kepada pengkelasan tahap stress, didapati bahawa nilai min keseluruhan bagi tahap stres guru adalah 2.55 ($SP = 0.635$), iaitu berada pada tahap stress yang sederhana.

Jadual 1
Taburan Responden Berdasarkan Tahap Stres

Tahap Stres	Kekerapan	Peratus
Rendah	70	37.6
Sederhana	111	59.7
Tinggi	5	2.7
Jumlah	186	100

Berdasarkan taburan tahap stress guru Jadual 1, didapati seramai 59.7% guru mengalami tahap stress yang sederhana. Ini diikuti dengan tahap stress yang rendah 37.6 %. Manakala, bagi tahap stress yang tinggi hanya melibatkan 2.7% sahaja. Ini menunjukkan bahawa majoriti guru-guru mempunyai tahap stress yang sederhana.

Walaupun tahap stress guru-guru adalah sederhana, namun guru-guru masih dikira berada dalam keadaan stress. Dapatan kajian ini selari dengan dapatan kajian yang telah dijalankan oleh Fun (2008) dan Muhammad Hanapi (2004) yang menunjukkan bahawa tahap tekanan kerja yang dialami oleh guru-guru adalah pada tahap sederhana. Di

samping itu, Kyriacou dan Chien (2004) dalam kajian mereka ke atas guru sekolah rendah di Taiwan mendapati juga mendapati bahawa stress guru berada pada tahap stres sederhana.

Analisis Persoalan Kajian Kedua

Untuk melihat perbezaan tahap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Wilayah Persekutuan Kuala Lumpur berdasarkan faktor-faktor demografi, ujian-t digunakan untuk jantina. Manakala perbezaan faktor umur dan pengalaman mengajar, ujian ANOVA telah digunakan. Berikut merupakan keputusan analisis statistik inferensi yang dijalankan.

4.2.1 Jantina

Bilangan responden yang terlibat dalam kajian ini adalah seramai 186 orang guru-guru sekolah rendah mubaligh di Kuala Lumpur. Daripada keseluruhan responden, majoriti adalah terdiri daripada responden perempuan iaitu seramai 140 orang (75.3 %) berbanding responden lelaki yang hanya 46 orang (24.7 %).

Jadual 2

Min Dan Nilai Signifikan Bagi Perbezaan Antara Tahap Stres Mengikut Jantina

Jantina	n	Min	Sisihan Piawai	df	t	Signifikan
Lelaki	46	2.61	0.697	184	0.719	0.473
Perempuan	140	2.53	0.614			

* Signifikan pada Aras Keertian = 0.05

Berdasarkan Jadual 2 bagi sampel kajian ini ($n = 186$), dapatan awal menunjukkan min tahap stres ($M = 2.61$, $SP = 0.697$, $n=46$) bagi guru-guru lelaki lebih tinggi berbanding guru-guru perempuan ($M = 2.53$, $SP = 0.614$, $n = 146$). Ujian Levene bagi kesamaan varians (*Levene's Test of Equality of Error Variances*) yang tidak signifikan ($p = 0.794$) menunjukkan kedua-dua kumpulan guru-guru lelaki dan perempuan mempunyai varians yang sama. Ini bermakna tidak terdapat perbezaan yang signifikan secara statistik di antara guru-guru lelaki dan perempuan terhadap tahap stres mereka. Banyak kajian lepas tempatan yang selari dengan dapatan kajian ini. Antaranya adalah kajian oleh Kim (2006) dan dan Abdul Halim (2001) yang merumuskan bahawa tiada perbezaan tahap stres yang dialami oleh guru lelaki atau perempuan.

Bertentangan dengan hasil kajian ini, dapatan oleh Wan Mohamad Nasir (2002) membuktikan bahawa guru lelaki didapati mempunyai tahap stres yang lebih tinggi berbanding guru perempuan. Manakala Chaplain (1995) menunjukkan bahawa guru perempuan lebih stres jika dibandingkan dengan guru lelaki. Begitu juga dengan Klassen dan Chiu (2010), yang mendapati guru perempuan lebih stres berbanding guru lelaki bagi faktor bebanan kerja dan kerenah pelajar.

Dengan pelbagai dapatan dari kajian terdahulu, dapatlah disimpulkan bahawa faktor jantina tidak semestinya mempengaruhi tahap stres dalam kalangan guru. Dapatan yang berbeza ini mungkin disebabkan oleh pelbagai faktor, seperti latar belakang sampel yang berlainan. Lokasi dan persekitaran juga turut memainkan peranan dalam mempengaruhi tahap stres antara guru lelaki dan perempuan selain dari faktor item-item yang dibina dalam instrumen soal selidik.

4.2.2 Umur

Dapatan kajian menunjukkan taburan umur responden yang paling ramai terlibat adalah dari kategori umur antara 30 hingga 40 tahun sebanyak 52.7 % dari keseluruhan responden. Ini diikuti oleh kategori umur antara 20 hingga 30 tahun sebanyak 30.1 %. Bagi kategori umur antara 40 hingga 50 tahun dan 50 tahun ke atas, peratus responden masing-masing diwakili oleh 13.4 % dan 3.8 %.

Jadual 3

Min Dan Nilai Signifikan Bagi Perbezaan Antara Tahap Mengikut Umur

	df	Min	F	Signifikan
Antara Kumpulan	3	0.765	1.927	1.27
Dalam Kumpulan	185	0.397		

* Signifikan pada Aras Keertian = 0.05

Analisis Varian (ANOVA) Sehal dalam Jadual 3 mendapati nilai-p adalah 1.27, iaitu lebih besar dari 0.05. Ini menunjukkan bahawa, tidak terdapat perbezaan yang signifikan secara statistik di antara keempat-empat kumpulan umur terhadap tahap stres ($F(df = 3) = 1.927, p = 1.27$). Dalam kajian ini, analisis data menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan secara statistik di antara keempat-empat kumpulan umur terhadap tahap stres guru-guru. Dapatan ini selari dengan dapatan oleh kajian Kim (2006). Ini bermakna, tahap stres guru adalah tidak berubah pada peringkat umur yang berlainan.

Namun, kajian oleh Gelman (2008) bagi menentukan pemboleh ubah yang menyebabkan guru stres menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan terhadap stres dari aspek umur. Dapatan beliau menerangkan bahawa, umur berkolerasi secara negatif terhadap tahap stress. Dapatan Gelman turut disokong oleh Lau (2002) yang menyatakan bahawa, guru yang agak berumur kurang mengalami *burnout* berbanding guru yang muda. Menurut Black (2003), stres sememangnya sering dialami oleh guru-guru, terutamanya, guru yang lebih muda. Beliau menyatakan guru-guru ini berasa takut dan stres kerana terpaksa berdepan dengan pelbagai tugas yang harus diselesaikan. Dapatan-dapatan yang berbeza ini menunjukkan bahawa faktor umur bukanlah penentu bagi mengukur tahap stres guru.

4.2.3 Pengalaman Mengajar

Dapatan kajian menunjukkan majoriti responden telah mempunyai pengalaman mengajar kurang dari 10 tahun iaitu seramai 123 orang (66.1%). Ini diikuti dengan guru yang berpengalaman mengajar antara 10 hingga 20 tahun seramai 46 orang (24.7%). Seterusnya, bagi guru-guru yang mempunyai pengalaman mengajar antara 20 hingga 30 tahun adalah seramai 13 orang (7.0%) daripada keseluruhan responden. Di samping itu, terdapat juga 4 orang guru (2.2%) yang mempunyai pengalaman mengajar yang melebihi 30 tahun.

Jadual 4

Min Dan Nilai Signifikan Bagi Perbezaan Antara Tahap Stres Mengikut Pengalaman Mengajar

	df	Min	F	Signifikan
Antara Kumpulan	3	0.395	0.980	0.404
Dalam Kumpulan	182	0.403		

* Signifikan pada Aras Keertian = 0.05

Analisis Varian (ANOVA) Sehal dalam Jadual 4 mendapati nilai-p adalah lebih dari 0.05. Ini menunjukkan bahawa, tidak terdapat perbezaan yang signifikan secara statistik di antara pengalaman mengajar terhadap tahap stres ($F(df = 3) = 0.980, p = .404$). Kajian ini merumuskan bahawa, tempoh pengalaman mengajar bagi seseorang guru tidak mempengaruhi tahap stres. Dapatan ini disokong oleh banyak kajian seperti Kim (2006) dan Abdul Halim (2001).

Dapatan Wan Mohamad Nasir (2002), Ling (2008) dan Gelman (2008) adalah bertentangan dengan dapatan kajian ini. Menurut mereka, guru yang kurang berpengalaman lebih cenderung mengalami stres berbanding guru berpengalaman. Dapatan Paulse (2005) melaporkan bahawa, guru dalam kumpulan pengalaman mengajar antara 0 hingga 5 tahun adalah yang paling stres berbanding guru berpengalaman mengajar melebihi 20 tahun. Guru-guru yang lebih berpengalaman jarang menghadapi masalah yang menyebabkan stres ekoran dari pengalaman luas dalam berhadapan dengan pelbagai situasi di sekolah. Dapatan-dapatan yang berbeza ini menunjukkan bahawa faktor pengalaman mengajar bukanlah penentu yang tekal bagi mengukur tahap stres guru.

Analisis Soalan Kajian Ketiga

Untuk objektif kajian yang ketiga iaitu untuk melihat peramal yang signifikan iaitu faktor bebanan kerja, karenah pelajar, kekurangan masa, hubungan sesama rakan sekerja, hubungan dengan ibu bapa pelajar, penghargaan dan sokongan, dan kekurangan sumber terhadap stres dalam kalangan guru-guru di Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Bagi mengenal pasti peramal terhadap stres guru-guru di Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur ini, maka analisis Regresi Berganda (*Multiple Regression*) dijalankan. Dapatan analisis ini dipaparkan dalam Jadual 5.

Jadual 5

Penyumbang Terhadap Stress Guru

Pemboleh ubah	B	Beta (β)	Nilai t	Signifikan
Konstan	0.884	-	4.98	0.000
Bebanan Kerja	0.168	0.150	1.38	0.168
Karenah Pelajar	-0.085	-0.105	-1.08	0.280

Kekangan Masa	0.105	0.133	1.29	0.198
Hubungan Rakan Sekerja	-0.013	-0.017	-0.206	0.837
Hubungan Dengan Ibu bapa Pelajar	0.154	0.273	4.02	0.000
Penghargaan dan Sokongan	0.260	0.348	3.66	0.000
Kekurangan Sumber	0.012	0.017	0.21	0.834
<i>R</i>	0.647			
<i>R</i> ²	0.419			
<i>R</i> ² diubahsuai	0.396			
Ralat Piawai	0.493			

* Signifikan pada Aras Keertian = 0.05

Berdasarkan Jadual 5, secara keseluruhannya model yang dikemukakan menunjukkan sebanyak 41.9% dari kesemua pembolehubah tak bersandar adalah menyumbang terhadap stres responden. Hasil analisis ANOVA menunjukkan nilai *p* signifikan secara statistik ($F(df = 7) = 18.35, p = .000$). Ini bermakna, terdapat sekurang-kurangnya satu pembolehubah tak bersandar yang signifikan sebagai peramal terhadap stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur. Dapatan turut menggambarkan hubungan yang sederhana antara ketujuh-tujuh peramal terhadap tahap stres berdasarkan nilai pemalar korelasi ($R = 0.647$).

Daripada ketujuh-tujuh peramal, dua daripadanya, iaitu hubungan dengan ibu bapa pelajar dan penghargaan dan sokongan merupakan peramal yang signifikan dengan nilai *t* masing-masing adalah 4.02 dan 3.66. Merujuk Jadual 6, nilai *t* menunjukkan bahawa hubungan dengan ibu bapa pelajar merupakan peramal yang paling kuat diikuti oleh penghargaan dan sokongan.

Dengan menggunakan nilai *B* (*unstandardized coefficients*), satu persamaan yang mewakili ramalan terbaik pembolehubah bersandar yang boleh dibina adalah seperti berikut:

$$\text{Ramalan Stres Guru-guru} = 0.884 + 0.154*(\text{Hubungan dengan ibu bapa pelajar}) + 0.260*(\text{Penghargaan dan sokongan}) + \text{Ralat}$$

Berdasarkan dari persamaan yang dibentuk, bagi setiap pertambahan satu unit dalam hubungan dengan ibu bapa pelajar akan mengakibatkan kenaikan tahap stres sebanyak 0.154. Manakala setiap pertambahan satu unit penghargaan dan sokongan, akan memberi kenaikan 0.260 tahap stres guru-guru.

Dapatan kajian ini telah membuktikan bahawa, model stres yang dibina oleh Palmer dan Cooper (2004) bagi dimensi punca-punca stres adalah diterima. Dua dimensi tersebut adalah dimensi sokongan yang merangkumi penghargaan dan sokongan dari pihak organisasi, dan dimensi hubungan yang melihat hubungan yang positif sama ada hubungan dengan rakan sekerja atau hubungan dengan pihak pengurusan bagi mengelakkan konflik.

Boyer-Colon (2009) yang mengkaji sumber-sumber stres guru sekolah menengah Katolik di Baltimore melibatkan empat buah sekolah melalui kaji selidik dan temu bual turut menyokong dapatan kajian ini dengan melaporkan guru-guru menunjukkan tahap stres yang tinggi bagi faktor hubungan dengan ibu bapa pelajar. Kenyataan ini turut dipersetujui oleh Tan (1996). Kajian Weidner (2002) melaporkan bahawa guru yang mendapat sokongan daripada pihak pentadbir kurang stres berbanding dengan guru yang tidak mendapat sokongan.

RUMUSAN DAN CADANGAN

Secara keseluruhannya, hasil kajian ini telah mencapai objektifnya iaitu menjawab soalan-soalan kajian berdasarkan pemboleh ubah yang dikaji. Hasil kajian membuktikan bahawa sememangnya guru-guru dari 14 buah Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur mengalami stres walaupun hanya pada tahap sederhana. Dapatan kajian menunjukkan bahawa faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur, iaitu faktor hubungan dengan ibu bapa pelajar dan faktor penghargaan dan sokongan perlu diberi perhatian oleh semua pihak sama ada pihak guru, pentadbir mahupun Jabatan Pelajaran. Kepentingan memberi perhatian kepada kedua-dua faktor ini dilihat dari aspek impaknya terhadap para pelajar, guru-guru, dan sekolah. Meningkatkan hubungan yang positif antara guru-guru dan ibu bapa pelajar bukan sahaja menguntungkan kedua-dua pihak, malahan turut menyumbang ke arah kecemerlangan sekolah. Begitu juga bagi faktor penghargaan dan sokongan terutama dari pihak pentadbir yang boleh dipertingkatkan lagi bagi mewujudkan suasana yang harmoni di sekolah.

Justeru itu, berdasarkan hasil kajian, penyelidik ingin membuat beberapa cadangan bagi mengurangkan tahap stres dalam kalangan guru. Pihak pentadbir sekolah haruslah memainkan peranan utama bagi mengurangkan stres guru-guru. Pentadbir atau guru besar perlu mewujudkan dulu persekitaran sekolah yang sihat dan harmoni, iaitu memastikan hubungan yang baik antara pihak pentadbir dan guru-guru tanpa sebarang konflik. Gaya pengurusan guru besar juga banyak mempengaruhi hubungan dengan orang bawahannya terutamanya guru. Guru besar tidak seharusnya hanya menggunakan satu gaya pengurusan sahaja, contohnya gaya pengurusan kerjasama atau kolaborasi tetapi boleh mempelbagaikannya mengikut situasi yang sesuai.

KESIMPULAN

Tidak dapat dinafikan bahawa guru-guru seringkali mengalami stres di sekolah walaupun tahap stres yang dialami adalah berbeza. Secara keseluruhannya, tahap stres yang dialami oleh guru-guru Sekolah Rendah Mubaligh di Kuala Lumpur berada pada tahap sederhana. Berdasarkan kajian yang telah dijalankan, faktor penghargaan dan sokongan dan hubungan dengan ibu bapa pelajar menyumbang stres di kalangan guru. Maka, isu stres kerja guru perlu diberi perhatian yang serius oleh semua pihak seperti pihak sekolah, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pelajaran Malaysia. Langkah awal perlu diambil bagi menangani isu stres sebelum ia merebak dan menjadi sinonim dengan profesion keguruan. Sesungguhnya, kualiti pengajaran yang baik adalah datangnya dari guru yang sihat dan bebas dari stres.

RUJUKAN

- Ages, V. D. (2011). *Teacher Perceptions On Stress And Retention*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Black, S. (2003). Stressed out in the classroom. *American School Board Journal*, 190, 14-16.
- Boyer-Colon, C. (2009). *Teacher Stress Among Catholic High School Teachers: Its Nature And Significance*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Boyle G. J., Borg M. G., Falzon, J. M. & Baglioni, A. J. Jr. (1995). A Structural Model of the Dimensions of Teacher Stress. *British Journal of Educational Psychology*, 65, 49 - 67.
- Chang, C.L. (2007). *Sstress among secondary school teachers in Klang District*. *Masters Theses*. Universiti Malaya.
- Chaplain, R. P. (1995). Stress and Job Satisfaction: A Study of English Primary School. *Educational Psychology*, 15, 473-489
- Cooper, C. (1998). *Theories of Organizational Stress*. New York: Oxford University Press.
- Fun, W.S (2008). Faktor-faktor Yang Mendorong Tekanan Kerja (Stres) Di Kalangan Guru-guru SJK(C): Satu Kajian Di Tiga Buah Sekolah Di Wilayah Persekutuan. *Kajian Ilmiah*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Gelman, R. B. (2008). Demographic and occupational correlates of stress and burnout among urban school teachers. ProQuest Dissertations and Theses.
- Jaafar Muhammad (2003). *Kelakuan Organisasi*. Kuala Lumpur. Leeds Publications.
- Karasek, R.A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24, 285-308.
- Karasek, R.A., & Theorell, T. (1990). *Healthy Work. Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life*. New York: Basic Books.
- Kim, T.S. (2006). Stres Kerja Di Kalangan Guru Aliran Teknik Di Johor, Melaka dan Negeri Sembilan. *Tesis Sarjana*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Klassen, R. M., & Chiu, M. M. (2010). Effects on teachers' self-efficacy and job satisfaction: Teacher gender, years of experience, and job stress. *Journal of Educational Psychology*, 102, 741-756.

- Kokkinos, C. M. (2007). Job Stressors, Personality and Burnout in Primary School Teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 77, 229-243.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational dan Psychological Measurement*, 30, 607 – 610.
- Kumarakulasingam, T. M. (2002). Relationships between classroom management, teacher stress, teacher burnout, and teachers' levels of hope. ProQuest Dissertations and Theses.
- Kyriacou, C & Sutcliffe, J. (1978). A Model of Teacher Stress. *Educational Studies*, 4, 1 - 6.
- Kyriacou, C., & Chein, P.Y. (2004). Teacher Stress In Taiwanese Primary School. *Journal of Educational Enquiry*, 5. 86-104
- Lau, P. S. Y. (2002). Teacher Burnout In Hong Kong Secondary Schools. ProQuest \Dissertations and Theses.
- Lemaire, J. (2009). Addressing teacher workload. *Education*, pp. 6.
- Ling, H. Oi. (2008). Individual and Systemic Factors Influencing Secondary School Teacher Stress in Hong Kong. ProQuest Dissertations and Theses.
- McCormick, J. (1997). Occupational stress of teachers: Biographical differences in a large school system. *Journal of Educational Administration*, 35, 18-38
- Mohd Fitri Sahhari (2001). Tahap Beban Tugas Guru Sekolah Menengah Di Daerah Skudai: Kajian Kes. *Kajian Ilmiah*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Montgomery, C., & Rupp, A. A. (2005). A Meta-Analysis for Exploring the Diverse Causes and Effects of Stress in Teachers. *Canadian Journal of Education*, 28, 458-486.
- Muhamad Hanapi Husin (2004). Pengurusan tekanan kerja di kalangan guru-guru sekolah menengah di daerah Kuantan, Pahang. *Tesis Sarjana*. Universiti Malaya.
- Nobile, J. J. & McCormick, J. (2005). "Job Satisfaction and Occupational Stress in Catholic primary Schools." *A paper presented at the Annual Conference of the Australian Association for Research in Education*.
- Palmer, S. & Cooper, C. (2004). A model of work stress to underpin the Health and safety Executive advice for tackling work-related stress and stress risk assessments. *Counselling at Work*, Winter, 2–5.
- Paulse, J. (2005). Sources of occupational stress for teachers, with specific reference to the inclusive education model in the Western Cape. *Dissertations*. University of the Western Cape.
- Punanesvaran, A. Nadairaja. (2000). Hubungan bebanan kerja dengan tekanan kerja di kalangan guru lelaki dan guru wanita di sebuah sekolah rendah di kawasan bandar. *Kajian Ilmiah*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Sevakame, Murugan. (2003). A study on occupational stress among secondary school teachers in Kuala Lumpur. *Tesis Sarjana*. Universiti Malaya.
- Tan, Huat Chye (1996). Tekanan kerja di kalangan guru SJKC dalam Daerah Gombak. *Tesis Sarjana*. Universiti Malaya.
- Tang, T., & Yeung, A. (1999). Hong Kong Teachers' Sources of Stress, Burnout, and Job Satisfaction. Retrieved from EBSCOhost.
- Van Dick, R., & Wagner, U. (2001). Stress and strain in teaching: A structural equation approach. *British Journal of Educational Psychology*, 2 71, 243.
- Wan Mohamad Nasir (2002). Faktor-faktor Stres Pekerjaan Pensyarah Politeknik. *Tesis Sarjana*. Universiti Utara Malaysia.

Weidner, P. E. (2002). Stress and the teacher: A comparison of job-related stress among public and private elementary teachers. ProQuest Dissertations and Theses.