

BEBANAN TUGAS DAN STRES DALAM KALANGAN
GURU DI DAERAH SEBERANG PRAI TENGAH,
PULAU PINANG.

ROZAENI BIN HAJI DIN

KOLEJ UNIVERSITI INSANIAH
OKTOBER 2016

ABSTRAK

Kajian ini adalah merupakan kajian deskriptif yang bertujuan untuk meninjau sejauh mana tahap stres dalam kalangan guru-guru sekolah rendah di Daerah Seberang Prai Tengah. Aspek-aspek yang dikaji adalah mencakupi tahap stress terhadap hubungan interpersonal, penghargaan, beban tugas dan kekangan masa. Selain itu kajian ini juga bertujuan untuk melihat perbezaan tahap stres dengan beban tugas guru. Sampel kajian terdiri daripada 132 orang guru daripada empat buah sekolah di Daerah Seberang Prai Tengah, Pulau Pinang. Kajian ini dijalankan dengan menggunakan kaedah tinjauan dan data yang diperoleh menggunakan kaedah soal selidik. Instrumen yang digunakan dalam soal selidik adalah General Health Questionare (GHQ) yang diadaptasi oleh Mokhtar (1998). Nilai kebolehpercayaan Alpha Cronbach bagi item kajian adalah .791. Soal selidik dikumpul, disemak dan dianalisis menggunakan Statistical Package For The Social Sciences (SPSS) versi 22.0 dalam bentuk kekerapan min, peratusan, sisihan piawai, ujian t dan ANOVA. Hasil kajian menunjukkan tahap-tahap stres dalam kalangan guru sekolah rendah di Daerah Seberang Prai Tengah adalah sederhana. Hasil dapatan yang diperoleh melalui ujian t menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan di antara tahap stres dalam kalangan responden lelaki dan responden perempuan. Beberapa cadangan untuk penambahbaikan telah dikemukakan seperti kajian perluasan ke daerah lain di negeri Pulau Pinang. Selain itu, kajian ini juga perlu diperluaskan dengan membuat perbandingan tahap stres berdasarkan lokasi bandar dan luar Bandar. Bagi mendapatkan hasil kajian yang lebih baik dan menyeluruh, kaedah kajian lain seperti triangulasi (pemerhatian, temubual dan analisis dokumen) telah dicadangkan.

KANDUNGAN

PERKARA

MUKA SURAT

Pengakuan

Perakuan Projek Sarjana

Kebenaran Mengguna

Penghargaan

Abstrak

Abstract

Kandungan

Senarai Jadual

Senarai Rajah

Senarai Lampiran

BAB 1 PENGENALAN

Pendahuluan	1
Latar Belakang Kajian	4
Penyataan Masalah	8
Objektif Kajian	9
Persoalan Kajian	10
Hipotesis Kajian	10
Kerangka Konseptual Kajian	11
Kepentingan Kajian	12
Batasan Kajian	13
Definisi Operasional	14
Rumusan	17

BAB II TINJAUAN LITERATUR

Pendahuluan	18
Konsep Stres	18
Tahap Stres	20
Senario Stres Dalam kalangan Guru	21
Punca Stres	21
Ciri-Ciri Tugas Yang Menyebabkan Stres	22
Cara Menanggani Stres	23
Beban Tugas	24
Kajian-Kajian Barat	25
Kajian-Kajian Di Malaysia	26
Rumusan	31

Bab III	METODOLOGI KAJIAN	
Pendahuluan	32	
Rekabentuk Kajian	32	
Populasi dan Persampelan	33	
Instrument Kajian	34	
Kajian Rintis	36	
Prosedur Kajian	36	
Proses Mentadbir Instrumen Kajian	37	
Analisis Data	38	
Rumusan	39	
BAB IV	DAPATAN DATA	
Pendahuluan	40	
Analisis Demografi Responden	43	
Rumusan	49	
BAB V	RUMUSAN, PERBINCANGAN DAN CADANGAN	
Pendahuluan	50	
Ringkasan Kajian	50	
Perbincangan	52	
Cadangan	53	
Cadangan Kajian Tindakan	53	
Cadangan Kajian Lanjutan	54	
Kesimpulan	55	