

FAKTOR STRES DALAM KALANGAN GURU SEKOLAH MENENGAH
DI DAERAH KAPIT

SULIMAN PAULUS JUJONG


KERTAS PROJEK SARJANA YANG DIKEMUKAKAN KEPADA UUM COLLEGE
OF ARTS AND SCIENCES, UNIVERSITI UTARA MALAYSIA SEBAGAI
SEBAHAGIAN DARIPADA KEPERLUAN UNTUK IJAZAH SARJANA SAINS
(PENGURUSAN PENDIDIKAN)

UNIVERSITI UTARA MALAYSIA
2010

PERAKUAN

Saya akui karya ini adalah hasil kerja saya sendiri kecuali nukilan dan ringkasan yang tiap-tiap satunya telah saya jelaskan sumbernya.

Tarikh: Disember 2010

Tandatangan : 

Nama : Suliman Paulus Jujong

No.Matrik : 802776



**Bidang Pengajian Pendidikan
UUM College of Arts and Sciences
(Universiti Utara Malaysia)**

**PERAKUAN PROJEK SARJANA
(Certification of Masters Project)**

Saya yang bertandatangan di bawah, memperakukan bahawa
(I, the undersigned, certify that)

SULIMAN PAULUS JUJONG (NO. MATRIK : 802776)

Calon untuk Ijazah Sarjana Sains (Pengurusan Pendidikan)
(candidate for the degree of)

telah mengemukakan kertas projek yang bertajuk
(has presented his/her project paper of the following title)

**FAKTOR STRES DALAM KALANGAN GURU DI SEKOLAH MENENGAH
DI DAERAH KAPIT.**

seperti yang tercatat di muka surat tajuk dan kulit kertas projek boleh diterima dari segi bentuk serta kandungan dan meliputi bidang ilmu dengan memuaskan.
(as it appears on the title page and front cover of project paper is acceptable in form and content and that a satisfactory knowledge of the field is covered by the project paper)

Nama Penyelia : **Dr. Ishak Sin**
(Name of Supervisor)

Tandatangan :
(Signature)

Tarikh : **28 Februari 2010**
(Date)

KEBENARAN MENGGUNA

Kertas projek ini adalah sebagai memenuhi sebahagian keperluan pengajian lepasan ijazah Universiti Utara Malaysia (UUM). Saya bersetuju supaya pihak perpustakaan UUM mengadakan kertas projek ini bagi tujuan rujukan. Saya juga bersetuju bahawa kebenaran untuk membuat salinan keseluruhan atau sebahagian daripadanya bagi tujuan akademik mestilah mendapat kebenaran daripada penyelia saya semasa atau ketiadaan beliau, kebenarann tersebut boleh diperolehi daripada Dekan (Pascasiswazah dan Penyelidikan), UUM College of Arts and Sciences. Sebarang penyalinan, penerbitan dan penggunaan ke atas keseluruhan atau penggunaan ke atas sebahagian daripada kertas projek ini tidak dibenarkan tanpa kebenaran bertulis daripada saya. Di samping itu, pengiktirafan kepada saya dan UUM seharusnya diberikan dalam sebarang kegunaan bahan-bahan yang terdapat dalam kertas projek ini.

Permohonan untuk kebenaran membuat salinan atau lain kegunaan samada secara keseluruhan atau sebahagiannya boleh dibuat dengan menulis kepada

**Dekan (Pascasiswazah dan Penyelidikan)
UUM College of Arts and Sciences
Universiti Utara Malaysia,
06010 Sintok, Jitra,
KEDAH DARUL AMAN**

PENGHARGAAN

Penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Dr. Ishak Bin Sin selaku pembimbing dan penyelia saya atas pengorbanan tenaga intelektual dan masa belia. Teguran, idea dan bimbingan menjadi cahaya tunjak arah dalam kertas projek ini.

Responden dalam kajian ini merupakan golongan utama yang memberi sumbangan kerana tanpa pertolongan mereka kajian ini tidak tertulis. Ucapan terima kasih kepada guru guru di daerah Kapit kerana sudi menjawab soal selidik ini.

Kepada rakan rakan seperjuangan khasnya En. Ananthan Subramaniam, En. Benit Ilang, En. Kelly Medan, En. Nguang Seng dan En. Nyangun Suring atas bimbingan, sokongan dan sentiasa mengikuti perkembangan penulisan kertas projek ini. Akhir sekali, terhutang budi kepada isteri saya, Angela Suli Edwin dan keluarga saya atas kasih, doa dan sentiasa mengambil perkembangan saya. Saya akan menghargai setiap sumbangan anda.

Sekian, salam hormat.

SULIMAN PAULUS JUJONG

ABSTRAK

Matlamat utama kajian adalah untuk mengenal pasti factor-faktor stres dalam kalangan guru di sekolah menengah di Daerah Kapit. Kajian ini juga bertujuan untuk mengetahui tahap stres dalam kalangan guru di daerah Kapit. Selain itu kajian ini juga berhasrat untuk mengetahui adakah terdapat perbezaan tahap stress guru berdasarkan jantina, kategori perkhidmatan dan pengalaman mengajar. Kajian ini dijalankan ke atas 190 orang guru yang dipilih secara rawak dan bertugas di sekolah menengah Daerah Kapit. Satu set soal selidik stres yang dibina oleh Pattegrew dan Wolf (1982) telah digunakan sebagai instrumen untuk memungut data berkaitan dengan tahap stres guru. Data kajian dianalisis dengan menggunakan program SPSS versi 12.0. Statistik deskriptif seperti frekuensi, peratusan dan min digunakan untuk membuat interpretasi tahap stres dalam kalangan guru. Kajian ini mendapati tahap stres dalam kalangan guru adalah sederhana di daerah Kapit. Dapatan kajian menunjukkan dimensi tekanan daripada pihak pengurusan, sokongan ketua jabatan dan sokongan rakan sejawat merupakan faktor dominan yang menentukan stres guru-guru. Analisis data menunjukkan bahawa faktor jantina, kategori perkhidmatan dan pengalaman mengajar bukan merupakan faktor stres guru. Berdasarkan kajian ini dapat disimpulkan bahawa tahap stres guru di daerah Kapit adalah sederhana, dan faktor utama stres dalam kalangan guru adalah berpunca daripada tekanan daripada pihak pengurusan sekolah.

STRESS FACTORS AMONGST SECONDARY SCHOOL TEACHERS IN KAPIT DISTRICT

ABSTRACT

The main objective of this research is to identify stress factors amongst teachers in secondary in Kapit district. The research paper was also to know the level of stress amongst teachers in Kapit district. Apart from the above objectives, this study was also to determine the differences of stress level based on gender and teaching experiences. The data was collected randomly from 190 secondary school teachers in Kapit district. A set of questionnaire developed by Pattegrew and Wolf (1982) was used as instrument to collect the level of stress data. The data was analyzed using the SPSS programme version 12.0. The descriptive statistical such as frequency, percentage and mean were used to interpret the level of stress amongst teachers. This research identified that the level of stress amongst teachers in Kapit district was moderate. The dominants stress factors for teachers in Kapit are the pressure from school management, head department support, and colleague support. Data analyses showed that gender, service categories and teachers experience were not the dominant factors for teacher stress. Based on the result of the study, it can be concluded that the level of stress amongst teachers in Kapit was moderate and the main factors of teacher stress in Kapit were the pressure from school management.

KANDUNGAN

	Halaman
PERAKUAN	i
KEBENARAN MENGGUNA	ii
PENGHARGAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT (Terjemahan)	v
KANDUNGAN	vi
SENARAI JADUAL	xiv
SENARAI RAJAH	xvii
SENARAI KEPENDEKAN	xviii

BAB I : PENGENALAN

1.1	Pendahuluan	1
1.2	Penyataan Masalah	3
1.3	Objektif kajian	4
1.4	Soalan Kajian	4
1.5	Hipotesis kajian	6
1.6	Kerangka Kajian	11
1.7	Kepentingan Kajian	12
1.8	Batasan Kajian	14
1.9	Definisi Istilah	15
1.10	Rumusan	17

BAB II : TINJAUAN LITERATUR

2.1	Pendahuluan	19
2.2	Definisi Stres	19
2.3	Model dan teori stres	22
2.4	Teori Stres Kerja	23
2.5	Kajian-kajian Lepas Luar Negara	25
2.6	Kajian-kajian Lepas Tempatan	27
2.7	Rumusan	29

BAB III : METODOLOGI KAJIAN

3.1	Pendahuluan	30
3.2	Reka Bentuk Kajian	30
3.3	Populasi Dan Persampelan	31
3.4	Instrumen Kajian	33
3.5	Kajian Rintis	35
3.6	Prosedur Pengutipan Data	38
3.7	Analisis Data	39
3.8	Rumusan	41

BAB IV: DAPATAN KAJIAN

4.1	Pendahuluan	42
4.2	Profil Responden	43
4.2.1	Taburan Responden Mengikut Jantina	43

4.2.2	Taburan Responden Mengikut Umur	44
4.2.3	Taburan Responden Mengikut Kategori Perkhidmatan	45
4.2.4	Taburan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	45
4.3	Analisis Statistik Deskriptif Pembolehubah Kajian	46
4.4	Pengujian Hipotesis	50
4.4.1	Tidak terdapat perbezaan stres kerja yang signifikan dari aspek kekaburan peranan mengikut jantina guru.	50
4.4.2	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek terlebih peranan mengikut jantina guru.	51
4.4.3	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek konflik dalam peranan mengikut jantina guru.	52
4.4.4	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek ketiadaan penyertaan mengikut jantina guru.	53
4.4.5	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek penyediaan peranan mengikut jantina guru.	54
4.4.6	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan daripada sekolah mengikut jantina guru.	55
4.4.7	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kepuasan kerja mengikut jantina guru.	56
4.4.8	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek gaya pengurusan mengikut jantina guru.	57

- 4.4.9 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek gaya kepuasan hidup mengikut jantina guru. 58
- 4.4.10 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan tugas mengikut jantina guru. 59
- 4.4.11 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan ketua jabatan mengikut jantina guru. 60
- 4.4.12 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan rakan sejawat mengikut jantina guru. 61
- 4.4.13 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek simptom penyakit mengikut jantina guru. 62
- 4.4.14 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kekaburan peranan mengikut kategori perkhidmatan guru. 63
- 4.4.15 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek peranan mengikut kategori perkhidmatan guru. 64
- 4.4.16 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek konflik dalam peranan mengikut kategori perkhidmatan guru. 65
- 4.4.17 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek ketiadaan penyertaan mengikut kategori perkhidmatan guru. 66

- 4.4.18 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek penyediaan peranan mengikut kategori perkhidmatan guru. 67
- 4.4.19 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan daripada sekolah mengikut kategori perkhidmatan guru. 68
- 4.4.20 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kepuasan kerja mengikut kategori perkhidmatan guru. 69
- 4.4.21 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek gaya pengurusan mengikut kategori perkhidmatan guru. 70
- 4.4.22 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kepuasan hidup mengikut kategori perkhidmatan guru. 71
- 4.4.23 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan tugas mengikut kategori perkhidmatan guru. 72
- 4.4.24 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan ketua jabatan mengikut kategori perkhidmatan guru. 73
- 4.4.25 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan rakan sejawat mengikut kategori perkhidmatan guru. 74

- 4.4.26 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek simptom penyakit mengikut kategori perkhidmatan guru. 75
- 4.4.27 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kekaburan peranan mengikut pengalaman mengajar guru. 76
- 4.4.28 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek terlebih peranan mengikut pengalaman mengajar guru. 77
- 4.4.29 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek konflik dalam peranan mengikut pengalaman mengajar guru. 78
- 4.4.30 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek ketiadaan penyertaan mengikut pengalaman mengajar guru. 79
- 4.4.31 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek penyediaan peranan mengikut pengalaman mengajar guru. 80
- 4.4.32 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan daripada sekolah mengikut pengalaman mengajar guru. 81
- 4.4.33 Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kepuasan kerja mengikut pengalaman mengajar guru. 82

4.4.34	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek gaya pengurusan mengikut pengalaman mengajar guru.	83
4.4.35	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek kepuasan hidup mengikut pengalaman mengajar guru.	84
4.4.36	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek tekanan tugas mengikut pengalaman mengajar guru.	85
4.4.37	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan ketua jabatan mengikut pengalaman mengajar guru.	86
4.4.38	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek sokongan rakan sejawat mengikut pengalaman mengajar guru.	87
4.4.39	Tidak terdapat perbezaan stres yang signifikan dari aspek simptom penyakit mengikut pengalaman mengajar guru.	88
4.5	Rumusan	89

BAB V : PERBINCANGAN DAN PENUTUP

5.1	Pendahuluan	93
5.2	Ringkasan Kajian	93
5.3	Perbincangan Dapatan Kajian	96

5.4	Implikasi Kajian	99
5.5	Cadangan Kajian Lanjutan	102
5.6	Kesimpulan	103
	RUJUKAN	105
	LAMPIRAN A: SOAL SELIDIK KAJIAN	110
	LAMPIRAN B: SURAT KEBENARAN KEMENTERIAN	
	PELAJARAN MALAYSIA	119
	LAMPIRAN C: SURAT KEBENARAN JABATAN PENDIDIKAN	
	NEGERI SARAWAK	120
	LAMPIRAN D: OUTPUT STATISTIK KAJIAN	121

SENARAI JADUAL

<u>No.</u>	<u>Tajuk</u>	Halaman
Jadual 3.1	Populasi dan Sampel Kajian	31
Jadual 3.2	Bilangan Sampel untuk sesuatu Populasi	32
Jadual 3.3	Perincian Item Soal Selidik	34
Jadual 3.4	Skala Lima Markat	35
Jadual 3.5	Nilai Kebolehpercayaan Alpha Cronbach bagi Setiap Faktor	37
Jadual 3.6	Pengkelasan Tahap Stres Kerja Berdasarkan Skor Min	40
Jadual 3.7	Penentuan Hipotesis Nol Berdasarkan Nilai Signifikan	41
Jadual 4.1	Taburan Responden Mengikut Jantina	43
Jadual 4.2	Taburan Responden Mengikut Umur	44
Jadual 4.3	Taburan Responden Mengikut kategori Perkhidmatan	45
Jadual 4.4	Taburan Responden Mengikut Pengalaman Mengajar	45
Jadual 4.5	Skor Min Bagi Dimensi Kekaburan Peranan	46
Jadual 4.6	Ujian-t Terhadap Kekaburan Peranan Mengikut Jantina	50
Jadual 4.7	Ujian-t Terhadap Terlebih Peranan Mengikut Jantina	51
Jadual 4.8	Ujian-t Terhadap Konflik Dalam Peranan Mengikut Jantina	52
Jadual 4.9	Ujian-t Terhadap Ketiadaan Penyertaan Mengikut Jantina	53
Jadual 4.10	Ujian-t Terhadap Penyediaan Peranan Mengikut Jantina	54
Jadual 4.11	Ujian-t Terhadap Tekanan Daripada Sekolah Mengikut Jantina	55
Jadual 4.12	Ujian-t Terhadap Kepuasan Kerja Mengikut Jantina	56
Jadual 4.13	Ujian-t Terhadap Gaya Pengurusan Mengikut Jantina	57

Jadual 4.14	Ujian-t Terhadap Kepuasan Hidup Mengikut Jantina	58
Jadual 4.15	Ujian-t Terhadap Tekanan Tugas Mengikut Jantina	59
Jadual 4.16	Ujian-t Terhadap Sokongan Ketua Jabatan Mengikut Jantina	60
Jadual 4.17	Ujian-t Terhadap Sokongan Rakan Sejawat Mengikut Jantina	61
Jadual 4.18	Ujian-t Terhadap Simptom Penyakit Mengikut Jantina	62
Jadual 4.19	Ujian-t Terhadap Kekaburan Peranan Mengikut Kategori Perkhidmatan	63
Jadual 4.20	Ujian-t Terhadap Terlebih Peranan Mengikut Kategori Perkhidmatan	64
Jadual 4.21	Ujian-t terhadap konflik Dalam Peranan Mengikut Kategori Perkhidmatan	65
Jadual 4.22	Ujian-t Terhadap Ketiadaan Penyertaan Mengikut Kategori Perkhidmatan	66
Jadual 4.23	Ujian-t Terhadap Penyediaan Peranan Mengikut Kategori Perkhidmatan	67
Jadual 4.24	Ujian-t terhadap Tekanan Daripada Sekolah Mengikut Kategori Perkhidmatan	68
Jadual 4.25	Ujian-t Terhadap Kepuasan Kerja Mengikut Kategori Perkhidmatan	69
Jadual 4.26	Ujian-t Terhadap Gaya Pengurusan Mengikut Kategori Perkhidmatan	70
Jadual 4.27	Ujian-t Terhadap Kepuasan Hidup Mengikut Kategori Perkhidmatan	71
Jadual 4.28	Ujian-t Terhadap Tekanan Tugas Mengikut Kategori Perkhidmatan	72
Jadual 4.29	Ujian-t Terhadap Sokongan Ketua Jabatan Mengikut Kategori Perkhidmatan	73

Jadual 4.30	Ujian-t Terhadap Sokongan Rakan Sejawat Mengikut Kategori Perkhidmatan	74
Jadual 4.31	Ujian-t Terhadap Simptom Penyakit Mengikut Kategori Perkhidmatan	75
Jadual 4.32	Analisis Varians (ANOVA) Kekaburan Peranan Mengikut Pengalaman Mengajar	76
Jadual 4.33	Analisis Varians (ANOVA) Terlebih Peranan Mengikut Pengalaman Mengajar	77
Jadual 4.34	Analisis Varians (ANOVA) Konflik Dalam Peranan Mengikut Pengalaman Mengajar	78
Jadual 4.35	Analisis Varians (ANOVA) Ketiadaan Penyertaan Mengikut Pengalaman Mengajar	79
Jadual 4.36	Analisis Varians (ANOVA) Penyediaan Peranan Mengikut Pengalaman Mengajar	80
Jadual 4.37	Analisis Varians (ANOVA) Tekanan Daripada Sekolah Mengikut Pengalaman Mengajar	81
Jadual 4.38	Analisis Varians (ANOVA) Kepuasan Kerja Mengikut Pengalaman Mengajar	82
Jadual 4.39	Analisis Varians (ANOVA) Gaya Pengurusan Mengikut Pengalaman Mengajar	83
Jadual 4.40	Analisis Varians (ANOVA) Kepuasan Hidup Mengikut Pengalaman Mengajar	84
Jadual 4.41	Analisis Varians (ANOVA) Tekanan Tugas Mengikut Pengalaman Mengajar	85
Jadual 4.42	Analisis Varians (ANOVA) Sokongan Ketua Jabatan Mengikut Pengalaman Mengajar	86
Jadual 4.43	Analisis Varians (ANOVA) Sokongan Rakan Sejawat Mengikut Pengalaman Mengajar	87
Jadual 4.44	Analisis Varians (ANOVA) Simptom Penyakit Mengikut Pengalaman Mengajar	88

Jadual 4.45	Keputusan Kajian	89
-------------	------------------	----

SENARAI RAJAH

No. Rajah		Halaman
1.	Kerangka Kajian	11

SENARAI KEPENDEKAN

- KIA2M - Kemahiran Interversi awal membaca dan menulis.
- RIMUP – Rancangan intergrasi murid untuk perpaduan.
- PPSMI – Pengajaran dan pembelajaran sains dan matematik dalam bahasa Inggeris.

BAB I

PENGENALAN

1.1 Pendahuluan

Matlamat pendidikan negara ialah untuk menjadikan Malaysia sebuah negara maju sepenuhnya dari segi ekonomi, politik dan sosial. Kewajaran ini boleh di capai melalui sistem pendidikan kebangsaan. Untuk mencapai matlamat ini, Malaysia telah menetapkan dasar pendidikan yang berteraskan Falsafah Pendidikan Kebangsaan iaitu "Suatu usaha berterusan ke arah memperkembangkan lagi potensi individu secara menyeluruh dan bersepadu untuk mewujudkan insan yang seimbang dan harmonis dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani berdasarkan kepercayaan dan kepatuhan kepada Tuhan. Usaha ini adalah bagi melahirkan rakyat Malaysia yang berilmu, bertanggungjawab dan berkeupayaan mencapai kesejahteraan diri serta memberi sumbangan terhadap keharmonian dan kemakmuran masyarakat dan negara" (Malaysia, 1996: 11-12).

The contents of
the thesis is for
internal user
only

RUJUKAN

- Abouserie, R. (1996). Stress, Coping Strategies and Job Satisfaction in University Academic Staff *Educational Psychology*, 16(1):49-56.
- Abdul Muin Sapidin (2005). Stres Guru Membimbangkan – Akibat Banyak Perubahan dan Bebanan Tugas Yang Keterlaluhan – NUTP. Utusan Malaysia, Ogos 18.
- Ahmad Shakir (1998). Tinjauan Tahap dan Punca Stres dalam kalangan Guru-guru Sekolah Menengah Negeri Perlis. Tesis Sarjana Muda. Universiti Teknologi Malaysia.
- Akta Pendidikan Kebangsaan (1990). Falsafah Pendidikan Kebangsaan. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka
- Beehr, T. A. Walsh, J. T. & Taber T. D. Relationship of stress to individually and organizationally valued states: Higher order needs as a moderator. *Journal of Applied Psychology*, 1976, 61, 41-47.
- Borg, M. G. (1990). Occupational Stress in British Educational Settings: A Review. *Educational Psychology*. ms. 103 – 125.
- Borg, M. G. & Falzon, J. M.(1989). Stress and Job Satisfaction Among Primary School Teachers in Malta. *Educational Review*. Ms. 271 - 280.
- Borg, M. G. & Falzon, J. M. (1990). Coping Actions Used by Maltese Primary School Teachers. *Educational Research*. ms. 50 – 58.
- Borg, M. G., Riding, R. J. & Falzon, J. M. (1991). Stress in Teaching: A Study of Occupational Stress and Its Determinants, Job Satisfaction and Career Commitment Among Primary Schoolteachers. *Educational Psychology*. 11 (1): 59 – 75.
- Capel, S.A. (1987). The incidence of and influences of stress and burnout in secondary school teachers. *British Journal Education Psychology*, 57, 279-288.
- Capel, S. A. (1993). Anxieties of Beginning Physical Education Teachers. *Educational Research*. 35 (3): 281 – 289.

- Caplan, R.D. Cobb, S. French, J. R. P. Harrison, R. V. & Pinneau, S. R. Job demands and worker health HEW Publication No.Niosh 5-160. Washington,D.C.: Dept. of Health, Education, and Welfare, 1975.
- Caplan, R. D. Robinson, E. A. R. French, J. R. P.Caldwell, J. R. & Shinn M. Adhering to medical regimens: Pilot experiments in patient education and social support. Ann Arbor, Mich.: Research Center for Group Dynamics, 1976.
- Cohen, L & Manion, L. (1989). *A Guide to Teaching Practice*. Edisi ketiga. London: Routledge.
- Cole, M. & Walker,S. (1989). *Teaching and Stress*. Milton Keynes and Philadelphia: Open University Press.
- Cooper, C. L. (1981). *Psychology and Management*. London: The MacMillan Press Limited.
- Cooper, C. L. dan Marshall, J. (1976). Occupational Sources of Stress: Overview of The Literature Relating to Coronary Heart Disease and Mental Health. *Journal of Occupational Psychology*. 49: 11 - 28.
- Cox, T. (1978). *Stress*. London: The MacMillan Press Ltd.
- Dunham, J. (1992). *Stress in Teaching*, second edition, London: Roulledge.
- Faridah Karim dan Zubaidah Aman (1998). Implikasi Burnout di Kalangan Guru Terhadap Sistem Pendidikan. Prosiding Seminar Isu-isu Pendidikan Negara November 26 – 27. Malaysia: Universiti Kebangsaan Malaysia, 317-333.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher*. San Francisco: Jossey Bass Publishers.
- Fuller, F. F. Concerns of teachers: A developmental conceptualization. *American Educational Research Journal*, 1969, 6, 207-226.
- Fontana, D. (1989) *Managing Stress*. Guildford: The British Psychological Society and Routledge Ltd
- Gold, Y. & Roth, R.A. (1993). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: The Professional Health Solution*. London: The Palmer Press.

- Indik, B. Seashore, S. E., & Slesinger, J. Demographic correlates of psychological strain. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 1964, 69, 26-38.
- Kamus Dewan: Edisi Ketiga. (1997) Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kahn, R. L. Wolfe, D. M., Quinn, R. P., Snoek, J. D., & Rosenthal, R. A. Organizational stress: Studies in role conflict and role ambiguity. New York: John Wiley, 1964.
- Kerlinger, F.N. and Padhauser, E., *Multiple Regression in Behavioural Research*, Holt, Rinehart & Winston, New York, NY, 1990.
- Krejcie, R. V. dan Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities Educational and Psychological Measurement. 30: 607 – 610.
- Kyriacou, C. & Sutchliffe, J. (1978a). Teacher stress: Prevalence, Sources and symptoms. *British Journal of Educational Psychology*, 48, ms. 159- 167.
- Kyriacou, C. & Sutchliffe, J. (1978b). Teacher stress and burnout: An international review: *Educational Research*, 29 (2), 146-152.
- Kyriacou, C. (1987). Teacher Stress and Burnout. *An International review*. 29: ms. 145- 152.
- Kyriacou, C & Sutcliffe, J. (1977). Teacher Stress: A Review. *Educational Review*. 29 (4): 299 - 306.
- Kyriacou, C & Sutcliffe, J. (1979). Teacher Stress and Satisfaction. *Educational Research*. 21: 89 – 96.
- Likert, R. *New patterns of management*. New York: McGraw-Hill, 1961. Malaysia (1996) Akta Pendidikan 1996
- Mackinnon N. J. Role strain: An assessment of a measure and its invariance of factor structure across studies. *Journal of Applied Psychology*, 1978, 63, 321-328. National Education Association. Teachers' problems. *Research Bulletin*, 1967, 45, 116-117.
- Mohd. Majid Konting (1990). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

- Miller, G.Brown-Anderson, F., Willie, F., Peele, T. dan Chen, M. (1999). *Teacher Stress: A Case Study*. Educational Resources Information Center. 1- 22.
- Mohamad Najib Abdul Ghafar (1999). *Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.
- Mokhtar b. Ahmad (1998). Tekanan kerja di kalangan guru sekolah menengah: Satu kajian di Daerah Kulim Bandar Baharu, Kedah Darul Aman. Tesis Sarjana Sains. Bintulu: Universiti Malaysia Sarawak.
- Payne, M. A. & Furnham, A. (1987). Dimensions of Occupational Stress in West Indian Secondary School Teachers. *British Journal of Educational Psychology*. 57: 141 – 150.
- Pettegrew L.S & Wolf. G.E (1982) Validating Measures of Teacher Stress *American Educational Research Journal*,. 19 (3) (Autumn, 1982), pp. 373-396
- Ramli Bin Jusoh (2003). Mengkaji Tekanan di Kalangan Guru bengkel di Sekolah-sekolah Menengah di Daerah Kuala Pilah, Negeri Sembilan. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.
- Schafer, W. (1992). *Stress Management For Wellness*. Chicago : Holt, Rinehart and Winston, Inc.
- Selye, H. *The stress of life* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill, 1976.
- Siti Radziah Mohd Said (1982). Beberapa Faktor yang Mempengaruhi Ketegangan serta Kesannya ke atas Guru-guru di Sebuah Sekolah di Kajang. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Siti Rohani Md. Sharif (1991). Pengaruh faktor sekolah ke atas tekanan guru. Tesis (M.Ed.) yang tidak diterbitkan. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.
- Utusan Malaysia November 15. (2005) Tiada Guru Hadapi Tekanan Mental.
- Guru Terbeban Bertugas 74 Jam Seminggu. Utusan Malaysia, Julai 7(2005)
- Tan, Huat Chye (1996). Tekanan kerja di kalangan guru SJKC dalam daerah Gombak. Tesis (M.Ed.) yang tidak diterbitkan. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.

- Tang T. & Yueng, A.S. (1999). Hong Kong teachers Sources of stress, burnout and job satisfaction. Paper presented at the International Conference on Teacher Education. Hong Kong, February 22-24.
- Tung, R. L., & Koch, J. L. School administrators: Sources of stress and ways of coping with it. In C. L. Cooper & J. Marshall (Eds.), *White collar and professional stress*. Chichester, England: John Wiley, 1980.
- Quinn, R. P., & Shepard, L. J. The 1972-1973 quality of employment survey: Descriptive statistics with comparison data from the 1969-1970 survey of working conditions. Ann Arbor, Mich.: Institute for Social Research, 1974.
- Vroom, V. Some personality determinants of the effects of participation. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall, 1963.
- Warr, P. & Wall, T. (1975). *Work and Well Being*. Harmondsworth: Penguin.