

Relationship Between Resilience and School Culture with Psychological Well-Being of School Teachers

Nur Izzati Mat Zin, Zaida Nor Zainudin, Rose Manisah Sulong

Faculty of Educational Studies, Universiti Putra Malaysia, 43400 UPM Serdang, Selangor, Malaysia

Email: zaidanor@upm.edu.my

To Link this Article: <http://dx.doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i12/20381> DOI:10.6007/IJARBSS/v13-i12/20381

Published Date: 29 December 2023

Abstrak

Profesion perguruan zaman kini semakin mencabar dari hari ke hari. Kajian ini bertujuan untuk meninjau budaya sekolah, tahap daya tahan dan kesejahteraan psikologi guru di sekolah rendah. Perbezaan kesejahteraan psikologi berdasarkan tempoh perkhidmatan dan hubungan di antara daya tahan dan budaya sekolah dengan kesejahteraan psikologi turut dikaji. Kajian ini juga mengenal pasti faktor utama yang menyumbang terhadap kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah. Kaedah kuantitatif digunakan bagi kajian ini dengan reka bentuk korelasi yang membabitkan seramai 256 orang guru sekolah rendah yang dipilih secara rawak dari negeri Perak. Instrumen yang digunakan bagi kajian ini adalah instrumen Skala Kesejahteraan Psikologi Ryff, Skala Daya Tahan di Tempat Kerja dan Skala Budaya Sekolah Positif Gruenert dan Vallentine. Data kajian dianalisis dengan menggunakan perisian SPSS yang melibatkan analisis deskriptif dan inferensi. Dapatan kajian mendapati bahawa daya tahan dan budaya sekolah mempunyai hubungan dengan kesejahteraan psikologi guru di sekolah rendah. Namun, hanya daya tahan sahaja merupakan faktor bagi kesejahteraan guru di sekolah rendah. Dapatan kajian membantu sektor pendidikan terutamanya jabatan pendidikan negeri dalam menggubal dasar baru dan juga menyediakan latihan terhadap guru agar dapat meningkatkan daya tahan dan kesejahteraan psikologi guru zaman kini.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologi, Daya Tahan, Budaya Sekolah, Sekolah Rendah, Guru

Abstract

The teaching profession today is becoming increasingly challenging. This study aims to review school culture, the level of resilience and psychological well-being of teachers in primary schools. Differences in psychological well-being based on length of service and the relationship between resilience and school culture with psychological well-being were also studied. This study also identified the main factors that contribute to the psychological well-being of primary school teachers. Quantitative methods were used with a correlational design involving a total of 256 primary school teachers who were randomly selected from the state

of Perak. The instruments used for this study are the Ryff Psychological Well-Being Scale, the Workplace Resilience Scale and the Gruenert and Vallentine Positive School Culture Scale. The research data was analyzed using SPSS software which involved descriptive and inferential analysis. The findings of the study found that resilience and school culture have a relationship with the psychological well-being of teachers in primary schools. However, only resilience is a factor for the well-being of teachers in primary schools. The findings of the study may help the education sector, especially the state education department in enacting new policies and also provide training for teachers in order to increase the resilience and psychological well-being of today's teachers.

Keywords: Psychological Well-Being, Resilience, School Culture, Elementary School, Teachers

Pengenalan

Kajian berkaitan dengan kesejahteraan psikologi guru pada masa kini sering mendapat perhatian dalam kalangan penyelidik di kebanyakan negara termasuklah Malaysia. Kebanyakan kajian di Malaysia memberi tumpuan dan perhatian terhadap faktor efikasi sendiri, sokongan sosial, kecerdasan emosi yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi guru. Namun bagi kajian ini, pengkaji mengkaji faktor selain yang dinyatakan tadi iaitu daya tahan dan juga budaya sekolah. Selain itu, kajian berkaitan kesejahteraan psikologi guru banyak dijalankan terhadap guru sekolah menengah berbanding guru sekolah rendah. Guru yang mempunyai tahap kesejahteraan psikologi yang tinggi bermotivasi tinggi dan lebih fokus terhadap kemajuan akademik pelajar mereka (Nadia & Faridah Mydin, 2021). Ini menunjukkan bahawa kesejahteraan psikologi guru sangat memainkan peranan penting dalam memastikan kesejahteraan dan pencapaian murid di sekolah.

Hasil kajian Yahya et. al (2020) daripada Bahagian Psikologi Kaunseling Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), apabila kesejahteraan psikologi guru terjejas, ianya akan memaksa guru untuk menyerah kepada tekanan, kesedihan, keletihan, dan mempunyai produktiviti yang rendah. Ini sepadan dengan buku yang ditulis oleh Raja Kamariah (2003) yang menyatakan bahawa kesihatan psikologi seorang pekerja dipengaruhi secara negatif oleh tekanan, keletihan, kemurungan, dan rasa cemas. Dalam hal ini, guru merupakan salah satu daripada kumpulan profesional yang tidak terkecuali daripada masalah kesihatan psikologi. Kementerian Pendidikan Malaysia (2023) menyatakan bahawa trend guru bersara awal kini berada pada tahap yang membimbangkan dan menurut Kesatuan Guru Kebangsaan (2022) tekanan pengurusan merupakan salah satu punca guru bersara awal. Berdasarkan dapatan-dapatan kajian lepas, ianya menunjukkan bahawa kesejahteraan psikologi dalam kalangan guru di Malaysia adalah tidak konsisten. Oleh itu, kajian berkaitan dengan budaya sekolah dan daya tahan guru serta pengaruhnya terhadap kesejahteraan psikologi perlu dijalankan untuk melihat adakah budaya sekolah dan daya tahan guru mempengaruhi kesejahteraan psikologi mereka.

Menurut Ryff (2014), kesejahteraan psikologi ialah keupayaan individu untuk mempunyai hubungan yang konstruktif dengan orang lain, mempunyai tujuan dan matlamat dalam hidup, berdaya tahan, mampu menangani konflik, dan mampu mewujudkan potensi diri mereka. Menurut Wagnild dan Young (1993), daya tahan adalah keupayaan individu untuk menyesuaikan diri dengan kesukaran yang mereka hadapi dalam kehidupan, sama ada kesukaran tersebut muncul secara kerap atau tidak. Budaya sekolah pula merujuk kepada sejauh mana sekolah dan ahli-ahli di dalam sekolah tersebut mengamalkan budaya-budaya yang positif di sekolah. Kualiti dan ciri-ciri sebuah sekolah yang berkaitan dengan norma, matlamat, hubungan interpersonal, pengajaran, pembelajaran, kepimpinan, dan struktur

organisasi diterjemahkan sebagai budaya sekolah, seperti yang dinyatakan oleh Mohd Faiz dan Hamidah (2016). Pelan Pembangunan Pendidikan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) menggariskan bahawa budaya sekolah memainkan peranan penting dalam pembangunan dan pengurusan organisasi.

Sehubungan itu, objektif yang ingin dicapai melalui kajian ini ialah:

1. Mengkaji tahap kesejahteraan psikologi guru, daya tahan dan budaya sekolah guru.
2. Melihat perbezaan tahap kesejahteraan psikologi guru berdasarkan tempoh perkhidmatan.
3. Mengkaji hubungan di antara daya tahan dan budaya sekolah dengan kesejahteraan psikologi guru.
4. Mengenal pasti faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi guru.

Tinjauan Literatur

Bagi menyokong kajian ini, berikut merupakan tinjauan literatur berkaitan kajian yang dijalankan:

Kesejahteraan Psikologi

Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologi sebagai keupayaan individu untuk menerima diri sendiri dan masa lalu, pembangunan atau pertumbuhan diri, keyakinan diri bahawa hidup seseorang adalah bermakna dan mempunyai tujuan, kualiti hubungan positif dengan orang lain, keupayaannya untuk menguruskan kehidupan atau keadaan secara berkesan, dan kebolehan untuk menentukan laluan tindakan sendiri apabila membuat keputusan. Menurut Siti Taniza (2003), kesejahteraan psikologi merujuk kepada keadaan psikologi dan kecekapan yang optimum. Kesejahteraan psikologi diukur bukan sahaja dalam terma perasaan positif, perasaan negatif, dan kepuasan hidup, tetapi juga sebagai variabel multi-dimensi dengan enam dimensi: autonomi, menguasai persekitaran, pembangunan peribadi, hubungan positif dengan orang lain, matlamat kehidupan, dan penerimaan diri.

Daya Tahan

Daya tahan membawa maksud kepada kekuatan psikologi yang dapat dipupuk, diperluas, dan diperkuat. Wagnild dan Young (1993) menegaskan bahawa daya tahan dapat diperkuat oleh lima ciri penting, iaitu kehidupan yang bermakna, kecekapan, berdikari, kesabaran, dan penerimaan kesukaran yang dihadapi. Melin dan Bahari (2017) berpendapat bahawa daya tahan merujuk kepada kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan tekanan dan krisis, dan untuk menjaga kesejahteraan psikologi dalam menghadapi kesulitan. Menurut Mansfield et al. (2012), fokus awal konsep daya tahan adalah mengenal pasti risiko perlindungan tertentu, menentukan faktor yang membolehkan seseorang berdaya tahan, dan mengenal pasti ciri-ciri individu yang berdaya tahan. Definisi daya tahan bukan sahaja merangkumi pemulihan dari tekanan ke tahap kesihatan sebelumnya, tetapi juga pertumbuhan yang berterusan akibat tindak balas yang positif terhadap tekanan. Oleh itu, dalam konteks kajian ini, daya tahan ditakrifkan sebagai keupayaan guru untuk bertahan, menyesuaikan diri dengan kesukaran, dan menimbang balik kepayahan supaya mendapatkan semula kestabilan emosi dan fizikal selepas menempuhi cabaran dan pengalaman yang dapat mengukuhkan daya tahan mereka daripada pengalaman masa lalu.

Budaya Sekolah

Seperti yang ditakrifkan oleh Gruenert dan Valentine (1998), budaya sekolah adalah manifestasi, pertumbuhan, pengaplikasian, dan perubahan nilai-nilai, keyakinan, dan konvensi bersama dalam kalangan pendidik bermatlamat untuk meningkatkan pengalaman pembelajaran kedua-dua guru dan pelajar. Aspek budaya sekolah yang dikaji termasuklah kerjasama guru, misi sekolah, pembangunan profesional, sokongan rakan sebaya, dan perkongsian pembelajaran. Setiap sekolah mempunyai peraturan, nilai-nilai, hubungan sesama manusia, perkongsian pembelajaran, kepimpinan, dan struktur organisasi, akhirnya akan mempunyai budaya sekolah yang merupakan gabungan kualiti tadi. Budaya sekolah yang positif dan harmoni boleh menjamin pembangunan generasi baru terutamanya pelajar (Melesse, 2018). Pihak ibu bapa dan guru perlu bekerjasama dalam menjayakan visi, misi dan aspirasi bagi mewujudkan budaya sekolah yang sihat kerana ianya penting dalam melahirkan generasi baru yang berkualiti (Sheeba, 2016).

Metodologi

Kajian ini menggunakan reka bentuk korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Mengkaji hubungan antara variabel bebas dan bersandar merupakan matlamat utama kajian ini. Dalam kajian ini, daya tahan dan budaya sekolah adalah pemboleh ubah bebas manakala kesejahteraan psikologi guru adalah pemboleh ubah bersandar. Populasi bagi kajian ini adalah guru-guru sekolah rendah di negeri Perak iaitu seramai 14665 orang. Pengiraan sampel adalah menggunakan formula pengiraan sampel Cochran. Sampel bagi kajian ini adalah sebanyak 256 orang guru sekolah rendah di negeri Perak. Pemilihan sampel secara rawak mudah digunakan dalam kajian ini. Soal selidik kajian ini diedarkan secara rawak kepada guru-guru yang berkhidmat di negeri Perak. Bagi mengukur kesejahteraan psikologi guru, pengkaji menggunakan Skala Kesejahteraan Psikologi Ryff (1989). Skala Daya Tahan di Tempat Kerja oleh Winwood (2013) digunakan bagi mengukur konstruk daya tahan, manakala instrumen budaya sekolah positif oleh Gruenert & Vallentine (1998) pula digunakan untuk mengukur konstruk budaya sekolah. Jadual 1 menunjukkan jumlah item di dalam borang soal selidik yang digunakan bagi kajian ini.

Jadual 1

Item dalam borang soal selidik

Bahagian	Instrumen	Jumlah Item
A	Demografi Responden	5
B	Kesejahteraan Psikologi	18
C	Daya Tahan Guru	20
D	Budaya Sekolah Positif	23

Dapatan Kajian

Berikut adalah dapatan kajian

Dapatan bagi objektif 1: Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru, Budaya Sekolah dan Daya Tahan Guru Sekolah Rendah (SK)

Hasil daripada data yang diperolehi menunjukkan tahap kesejahteraan psikologi guru di negeri Perak berada pada tahap yang tinggi iaitu min keseluruhan sebanyak 4.01 dengan sisihan piawai .39. Skor min bagi kesemua item kesejahteraan psikologi adalah di antara 2.83 – 4.83. Tahap daya tahan guru di negeri Perak juga berada pada tahap yang tinggi iaitu min

keseluruhan mencatatkan sebanyak 4.04 dengan sisihan piawai .48. Skor min kesemua item daya tahan adalah di antara 2.75 – 5.00. Budaya sekolah pula mencatatkan min sebanyak 3.93 dengan sisihan piawai .56. Skor min kesemua item budaya sekolah adalah di antara 2.74 – 5.00. Jadual 2 di bawah menunjukkan hasil keputusan data kajian.

Jadual 2

Tahap Kesejahteraan Psikologi, Budaya Sekolah dan Daya Tahan Guru SK

Pemboleh Ubah	Min	SD	Tahap	Kedudukan
Kesejahteraan Psikologi	4.01	.39	Tinggi	2
Daya Tahan Guru	4.04	.48	Tinggi	1
Budaya Sekolah Positif	3.93	.56	Sederhana	3

Data ini menunjukkan bahawa daya tahan guru berada pada tahap yang paling tinggi diikuti dengan tahap kesejahteraan psikologi guru, manakala budaya sekolah pula berada pada aras sederhana.

Dapatan bagi Objektif 2: Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan

Kesejahteraan psikologi guru berdasarkan tempoh perkhidmatan adalah seperti yang ditunjukkan pada jadual 3 di bawah:

Jadual 3

Jadual ANOVA Satu Hala Bagi Perbandingan Kesejahteraan Psikologi bagi guru sekolah rendah berdasarkan tempoh perkhidmatan.

	Jumlah kuasa dua	Darjah kebebasan	Min kuasa dua	F	Signifikan
Antara Kumpulan	.80	3	.27	1.82	.14
Dalam kumpulan	37.04	252	.15		
Jumlah	37.84	255			

Merujuk kepada jadual 2 di atas, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara kesejahteraan psikologi guru [$F(3, 252) = 1.82, p = .14$] berdasarkan tempoh perkhidmatan 1-8 tahun, 9-16 tahun, 17-22 tahun dan 23 tahun ke atas. Ini menunjukkan bahawa kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah tidak berbeza dari segi tempoh perkhidmatan.

Dapatan Objektif 3: Hubungan Daya Tahan, dan Budaya Sekolah dengan Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru Di Negeri Perak

Analisis statistik korelasi Pearson dijalankan ke atas kedua-dua pemboleh ubah bagi melihat hubungan di antara daya tahan dan budaya sekolah dengan tahap kesejahteraan psikologi guru di sekolah rendah. Jadual 4 di bawah menunjukkan hasil keputusan data kajian

Jadual 4

Hubungan antara pemboleh ubah

Pemboleh ubah	Nilai r	Signifikan (p)	Interpretasi hubungan
Daya Tahan Guru	0.670**	.000	Hubungan positif yang kuat
Budaya Sekolah	0.389**	.000	Hubungan positif yang sederhana

**.Signifikan pada aras 0.01 (2 arah)

Berdasarkan tafsiran oleh Cohen et al. (2017), terdapat hubungan positif yang kuat yang mencapai tahap signifikan antara daya tahan guru dengan kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah ($r = 0.670^{**}$, $p=0.00$) manakala terdapat hubungan positif yang sederhana antara budaya sekolah dengan kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah ($r = 0.389^{**}$, $p=0.00$). Ini menunjukkan bahawa daya tahan guru mempunyai hubungan positif yang kuat dengan kesejahteraan psikologi guru manakala budaya sekolah mempunyai hubungan positif yang sederhana dengan kesejahteraan psikologi guru.

Dapatan Objektif 4: Faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi guru di negeri Perak

Faktor utama menyumbang kepada Kesejahteraan Psikologi Guru di negeri Perak dianalisis dengan menggunakan analisis regresi linear berganda. Analisis data adalah seperti di Jadual 5.

Jadual 5

Analisis regresi menunjukkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi guru

Pembolehubah	Pekali Tak Terpiawai		Pekali Terpiawai	
	B	SEB	t	p
Pemalar	1.902		12.340	.000
Daya Tahan	.598	.748	11.918	.000
Budaya Sekolah	-.079	-.116	-1.843	.066

R² = 0.456
 $F_{(2, 255)} = 106.25$, $p < .05$

Dapatan kajian menunjukkan bahawa model regresi yang terdiri daripada daya tahan guru dan budaya sekolah boleh menerangkan secara signifikan 45.6% daripada varians Kesejahteraan Psikologi Guru ($F_{(2, 255)} = 106.25$, $p < .05$). Namun begitu, hanya Daya Tahan ($\beta = .598$, $t = 11.918$, $p < .05$), merupakan peramal signifikan kepada Kesejahteraan Psikologi Guru sekolah rendah. Persamaan regresi bagi analisis ini adalah:

$$Y = .598x_1 + 1.902$$

Perbincangan Dan Implikasi Kajian

Kesejahteraan psikologi guru adalah pemboleh ubah bersandar dalam kajian korelasi ini, yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Pemboleh ubah bebas kajian pula ialah budaya sekolah dan daya tahan guru. Smith (2008) meletakkan tahap skor kepada tiga tahap, tahap rendah pada skor 1.00- 2.99, manakala skor 3.00-3.99-pula tahap sederhana dan skor 4.00-5.00 pada tahap tinggi. Daripada analisis deskriptif, min bagi pemboleh ubah kesejahteraan psikologi dan daya tahan berada pada tahap yang tinggi iaitu min bagi kesejahteraan psikologi adalah

M= 4.01, min dan bagi daya tahan guru adalah M=4.04, manakala min bagi budaya sekolah adalah M=3.93 yang menunjukkan ianya pada tahap sederhana. Penemuan kajian ini menunjukkan bahawa budaya sekolah mempunyai hubungan positif yang sederhana dengan kesejahteraan psikologi guru, manakala daya tahan guru mempunyai korelasi yang tinggi dengan kesihatan psikologi. Ujian regresi berganda telah menunjukkan bahawa daya tahan guru menyumbang 45.6% untuk model ini dan ianya merupakan satu-satunya faktor yang memberi kesan terhadap kesejahteraan psikologi guru.

Kesejahteraan Psikologi Guru, Budaya Sekolah dan Daya Tahan Guru

Kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah adalah penting kerana pendidikan awal murid adalah bermula daripada sekolah rendah dan kesejahteraan psikologi guru juga mempengaruhi kesejahteraan psikologi murid. Guru yang sejahtera psikologi akan dapat memberikan komitmen yang baik dalam menjalankan tugas sehariannya. Dalam kajian ini, kesejahteraan psikologi guru di negeri Perak berada pada tahap yang tinggi. Data kajian ini sepadan dengan kajian yang telah dijalankan oleh Nadia dan Faridah Mydin (2021) yang menunjukkan bahawa kesejahteraan psikologi guru di Kuala Pilah berada pada tahap yang tinggi. Kajian ini juga menunjukkan daya tahan guru di negeri Perak juga berada pada tahap yang tinggi dan dapat menyokong dapatan kajian terkini mengenai daya tahan yang melibatkan guru (Salasiah & Nor Azlin, 2020; Ramesh, 2017; Mohd Salmi, 2016; Noor Ashikin, 2016). Namun begitu, kajian Salasiah dan Nor Azlin (2020) dan kajian Ramesh (2017) hanya dijalankan terhadap guru pendidikan khas, kajian Noor Ashikin (2016) dan Mohd Salmi (2016) pula dijalankan ke atas guru akademik sekolah menengah.

Sehubungan itu, masih kurang kajian yang memberi tumpuan kepada daya tahan guru sekolah rendah. Maka kajian ini mampu untuk menjadi nilai tambah terhadap kajian yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah dalam usaha untuk mempertingkatkan psikologi positif guru yang kekal bersemangat walaupun diuji dengan pelbagai isu di sekolah. Harker et al. (2016) menyatakan bahawa amalan daya tahan boleh mengurangkan tekanan psikologi, *burnout* dan trauma sekunder bagi profesional yang bekerja dalam bidang psikologi. Kenyataan ini seiring dengan Guler dan Ceyhan (2019) serta Flavian dan Kass (2020) yang mendapati bahawa daya tahan dapat melindungi kesejahteraan guru daripada tekanan di persekitaran kerja dan guru lebih bersedia dengan masa depan sekiranya mempunyai daya tahan yang baik. Oleh itu, guru perlu mempunyai daya tahan yang tinggi untuk mencapai tahap kesejahteraan psikologi yang tinggi.

Kesejahteraan Psikologi Guru Berdasarkan Tempoh Perkhidmatan

Keputusan dapatan kajian menggunakan ujian ANOVA mendapati tidak terdapat perbezaan kesejahteraan psikologi bagi ke empat-empat kumpulan guru sekolah rendah mengikut tempoh perkhidmatan. Kajian ini bertentangan dengan kajian yang dijalankan oleh Bellamy et al. (2019) dan Nur Jannah (2021) yang menjelaskan bahawa semakin lama tempoh bekerja maka semakin tinggi tahap kepuasan kerja dan tahap kompetensi kerja. Hal ini demikian menunjukkan bahawa tidak semestinya pegawai perkhidmatan pendidikan yang mempunyai lebih banyak pengalaman serta berada pada gred yang lebih tinggi mempunyai ciri kebolehan dan kompetensi yang lebih baik berbanding pegawai yang kurang berpengalaman kerana berdasarkan kepada situasi sebenar, pegawai yang kurang berpengalaman dan lebih muda juga diberikan tugas yang sama banyak di sekolah tanpa mengira gred jawatan. Mereka juga mempunyai keupayaan fizikal yang lebih tinggi berbanding pegawai yang lebih berusia. Oleh itu, kajian berkaitan dengan tempoh perkhidmatan dan kesejahteraan psikologi guru di

sekolah rendah di Malaysia perlu dikaji dengan lebih mendalam bagi kajian pada masa hadapan bagi negeri-negeri lain pula kerana kajian ini hanya dijalankan di negeri Perak sahaja.

Hubungan antara Daya Tahan, dan Budaya Sekolah dengan Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru

Keputusan analisis korelasi Pearson menunjukkan wujud hubungan positif yang kuat dan signifikan di antara daya tahan dengan kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah dan terdapat hubungan positif sederhana yang signifikan di antara budaya sekolah dengan kesejahteraan psikologi guru. Dapatan ini menjelaskan bahawa tahap daya tahan dan budaya sekolah adalah berkaitan dengan tahap kesejahteraan psikologi secara keseluruhan. Dapatan kajian disokong oleh kajian yang dijalankan oleh (Clarà 2017; Johnson et al. 2014) yang mendapati bahawa daya tahan guru dilihat sebagai keupayaan untuk mengekalkan, dan membawa kepada atau memulihkan kesejahteraan guru. Ketahanan guru juga dianggap sebagai faktor pelindung kesejahteraan guru (Burić et al., 2019) dan beberapa kajian lain lagi berpendapat bahawa program intervensi daya tahan guru yang berjaya membawa kepada peningkatan dalam kesejahteraan guru (Beshai et al. 2016; Cook et al. 2017; Griffiths et al., 2014; Johnson et al. 2014; Mahfouz, 2020).

Faktor yang mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi guru

Model yang merangkumi pemboleh ubah daya tahan dan budaya sekolah menyumbang kepada kesejahteraan psikologi guru iaitu sebanyak 45.6% bagi nilai r^2 . Namun begitu, hanya daya tahan merupakan peramal signifikan kepada kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah. Dapatan kajian ini disokong oleh kajian Hascher et al. (2021) di mana kajian beliau mengkaji kesejahteraan dan daya tahan guru dan mendapati bahawa daya tahan guru berada pada tahap yang paling tinggi yang menyokong pengekalan dan pembangunan kesejahteraan guru. Hal ini demikian, menunjukkan bahawa daya tahan memainkan peranan penting dalam menggalakkan kesejahteraan psikologi dalam kalangan guru. Dapatan daripada kajian Hascher et al. (2021) juga menyatakan bahawa kesejahteraan dan daya tahan guru saling berkaitan, dan kedua-duanya harus ditingkatkan untuk meningkatkan kualiti profesional guru.

Kesimpulan

Tuntasnya, kajian ini membuktikan bahawa tahap daya guru dan budaya sekolah mempunyai hubungan yang signifikan dengan tahap kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah secara khusus di negeri Perak. Kajian ini menunjukkan bahawa satu pemboleh ubah yang dikaji mempunyai min yang tinggi iaitu daya tahan, manakala satu lagi pemboleh ubah menunjukkan min yang sederhana iaitu pemboleh ubah budaya sekolah. Rentetan itu, kajian ini mencadangkan agar para pendidik dapat mempelajari teknik komunikasi yang berkesan dan mengekalkan keseimbangan kerja-hidup yang sihat untuk membina hubungan yang akrab supaya dapat mengekalkan kesejahteraan fizikal, mental dan emosi mereka.

Limitasi Dan Implikasi Kajian

Hanya guru sekolah rendah di negeri Perak sahaja yang menjadi subjek kajian ini. Oleh itu, dapatan kajian ini tidak boleh digeneralisasikan kepada semua guru sekolah rendah atau sekolah menengah di Malaysia. Pengkaji mencadangkan pengkaji seterusnya untuk meluaskan kajian ini ke seluruh sekolah rendah di Malaysia khususnya kerana kajian berkaitan dengan kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah di Malaysia masih kurang dijalankan berbanding sekolah menengah. Sebagai cadangan untuk penyelidikan masa depan,

penyelidik seterusnya boleh memperluaskan skop kajian ini yang merangkumi semua sekolah di Malaysia, sama ada rendah mahupun menengah. Pengkaji seterusnya juga disyorkan untuk melihat perbezaan dalam kesejahteraan psikologi guru sekolah rendah berbanding guru sekolah menengah. Pengkaji yang akan datang juga boleh menambah pemboleh ubah lain seperti faktor emosi, lesu upaya dan kesejahteraan kewangan untuk menghubungkan kajian ini.

Perakuan

Kajian ini tidak mempunyai peruntukan dari mana-mana pihak.

References

- Bellamy, N. D., Wang, M. Q., McGee, L. A., Liu, J. S., & Robinson, M. E. (2019). Crisis-counselor perceptions of job training, stress, and satisfaction during disaster recovery. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 11(1), 19.
- Beshai, S., McAlpine, L., Weare, K., & Kuyken, W. (2016). A non-randomised feasibility trial assessing the efficacy of a mindfulness-based intervention for teachers to reduce stress and improve well-being. *Mindfulness*, 7, 198-208.
- Burić, I., Slišković, A., & Penezic, Z. (2019). Understanding teacher well-being: a cross-lagged analysis of burnout, negative student-related emotions, psychopathological symptoms, and resilience. *Educational Psychology*, 39, 1-20. <https://doi.org/10.1080/01443410.2019.1577952>
- Clarà, M. (2017). How instruction influences conceptual development: Vygotsky's theory revisited. *Educational Psychologist*, 52(1), 50-62.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2017). *Research methods in education*. Routledge.
- Cook, J., Lewandowsky, S., & Ecker, U. K. (2017). Neutralizing misinformation through inoculation: Exposing misleading argumentation techniques reduces their influence. *PLoS one*, 12(5), e0175799.
- Flavian, H., & Kass, E. (2020). Educational counselors as leaders in developing personal and communal resilience. *The Wiley International Handbook of Mentoring: Paradigms, Practices, Programs, and Possibilities*, 367-382.
- Guler, D., & Ceyhan, E. (2020). School counsellors' resilience in Turkey: A phenomenological study. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 30(2), 185-201.
- Griffiths, K. M., Carron-Arthur, B., Parsons, A., & Reid, R. (2014). Effectiveness of programs for reducing the stigma associated with mental disorders. A meta-analysis of randomized controlled trials. *World psychiatry*, 13(2), 161-175.
- Gruenert, S., & Valentine, J. W. (1998). *The School Culture Survey*. University of Missouri-Columbia.
- Harker, R., Pidgeon, A. M., Klaassen, F., & King, S. (2016). Exploring resilience and mindfulness as preventative factors for psychological distress burnout and secondary traumatic stress among human service professionals. *Work*, 54(3), 631-637.
- Hascher, T., Beltman, S., & Mansfield, C. (2021). Teacher wellbeing and resilience: Towards an integrative model. *Educational Research*, 63(4), 416-439.
- Johnson, B., Down, B., Le Cornu, R., Peters, J., Sullivan, A., Pearce, J., & Hunter, J. (2014). Promoting early career teacher resilience: a framework for understanding and acting. *Teachers and Teaching*. 20(5), 530-546.

- Kavita, K., & Hassan, N. C. (2018). Work stress among teachers: A comparison between primary and secondary school teachers. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 7(4), 60-66.
- Mahfouz, J. (2020). Principals and stress: Few coping strategies for abundant stressors. *Educational Management Administration & Leadership*, 48(3), 440-458.
- Mansfield, C. F., Beltman, S., Price, A., & Mc Conney, A. (2012). "Don't sweat the small stuff." Understanding teacher resilience at the chalkface. *Teaching and Teacher Education*, 28(3), 357-367. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2011.11.001>.
- Maxwell, T. W., & Thomas, A. R. (1991). School climate and school culture. *Journal of Educational Administration*, 29(2), 72-82.
- Melesse, S. (2018). The contribution of school culture to students' academic achievement: The case of secondary and preparatory schools of Assosa zone, Benshangul Gumuz regional state, Ethiopia. *Research, in Pedagogy*, 8(2), 190- 203.
- Melin, N. H., & Bahari, F. B. @. (2017). Daya Tahan Guru Pendidikan Khas. *Prosiding Simposium Psikologi Dan Kesehatan Sosial-i 2017*, (May), 170–177.
- Mohd Faiz Jamal Nordin, & Hamidah Yusof. (2016). Model pengukuran budaya sekolah: Kajian di sekolah rendah di Malaysia. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, 3(4), 58-71.
- Mohd Salmi Osman. (2016). *Hubungan Antara Dimensi Kecerdasan Emosi, Spritual Dan Fizikal Dengan Daya Tahan Dalam Kalangan Guru Sekolah Menengah*. Disertasi Sarjana: Universiti Putra Malaysia.
- Nadia Abdul Razak, & Faridah Mydin Kutty. (2021). Daya Tahan, Strategi Daya Tindak Serta Hubungannya Terhadap Tahap Kesejahteraan Psikologi Guru. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(3), 171-179.
- Noor Ashikin Edin. (2016). *Gaya berfikir, kesedaran fizikal dan daya tahan guru*. Desertasi PhD. Universiti Rendah Malaysia.
- Nur Jannah Bali Mohamed. (2021). *Faktor Penyumbang Terhadap Kesejahteraan Psikologi Dalam Kalangan Guru Bimbingan Dan Kaunseling* Disertasi PhD. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Raja Kamariah Raja Mohd Khalid. (2003). *Kesejahteraan minda dalam organisasi*. Putrajaya: Jabatan Perkhidmatan Awam Malaysia.
- Ramesh Kanapathy. (2017). *Hubungan resiliensi, modal psikologi dan tret personaliti terhadap kesejahteraan subjektif dan komitmen dalam kalangan guru pendidikan khas*. Disertasi PhD Fakulti Pendidikan: Universiti Rendah Malaysia.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudemonia. *Psychotherapy and Psychosomatics* 83(1), 10-28
- Salasiah Othman, & Norazlin Gazali. (2020). Resilience of Special Education Teachers in The North Perak Zone. In *International Conference on Special Education In South East Asia Region 10th Series 2020* (pp. 153-159). Redwhite Press.
- Sheeba, K. (2016). School culture: a key issue in successful reform efforts. *Journal of Research and Method in Education*, 6(1), 34-35.
- Siti Taniza Toha. (2003). *Masalah psikologi guru dan hubungannya dengan burnout serta keperluan perkhidmatan kaunseling*. Disertasi PhD. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P., & Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.

- Yahya, N., Ishak, H. S., Rahim, N. A., & Usuldin, H. S. (2020). Kesejahteraan psikologi dan keperluan perkhidmatan kaunseling dalam kalangan guru di Kementerian Pendidikan Malaysia. *Jurnal Psikologi dan Kaunseling KPM*, 11, 1-32.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric. *Journal of nursing measurement*, 1(2), 165-17847.
- Winwood, P. C., Colon, R., & McEwen, K. (2013). A practical measure of workplace resilience: Developing the resilience at work scale. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 55(10), 1205-1212. <https://doi.org/10.1097/JOM.0b013e3182a2a60a>.