Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)

Volume 6, Issue 10, October 2021

e-ISSN : 2504-8562

Journal home page:
www.msosocialsciences.com

Tahap *Burnout* dalam kalangan Guru Matematik Sekolah Rendah

Suziana Basri¹, Siti Mistima Maat¹

¹Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Bangi, Malaysia

Correspondence: Suziana Basri (suziebasri@gmail.com)

Abstrak

Profesion keguruan merupakan salah satu daripada sektor sumber manusia dan perkhidmatan awam yang sangat mencabar. Selari dengan perkembangan sistem pendidikan dunia, kerjaya guru juga semakin mencabar. Bebanan tugas yang dihadapi oleh golongan guru semakin bertambah. Keletihan serta kelesuan yang berlebihan akibat daripada tuntutan bebanan kerja meningkatkan kebarangkalian wujudnya gejala *burnout* dalam kalangan guru. Maka kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap *burnout* dalam kalangan guru Matematik sekolah rendah serta hubungannya dengan faktor tekanan kerja yang dihadapi oleh para guru. Pendekatan kuantitatif dengan reka bentuk kajian tinjauan digunakan dalam kajian ini. Seramai 51 orang guru Matematik yang dipilih melalui kaedah persampelan rawak mudah terlibat dalam kajian ini. Instrumen yang digunakan ialah instrumen soal selidik yang diadaptasi daripada *Maslach Burnout Index* (MBI) dan soal selidik faktor tekanan kerja. Data yang diperolehi dianalisis menggunakan *Statistical Package for Sosial Science* (SPSS) versi 23.0. Analisis yang digunakan ialah analisis deskriptif dan analisis inferensi yang melibatkan ujian ANOVA serta Korelasi Pearson. Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap *burnout* dalam kalangan guru Matematik berada pada tahap yang sederhana rendah dan tidak dipengaruhi oleh umur. Selain itu, terdapat hubungan positif signifikan yang sederhana antara tahap *burnout* dan faktor tekanan kerja dalam kalangan guru Matematik. Secara keseluruhannya, dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap *burnout* guru matematik masih berada pada tahap yang terkawal. Namun pihak sekolah dicadangkan agar dapat merangka tindakan yang lebih proaktif bagi membendung gejala *burnout* dalam kalangan guru dari terus meningkat.

Kata kunci: *burnout*, tekanan kerja, guru

Burnout Level Among Mathematics Teachers in Primary School

Abstract

Teaching profession is one of the most challenging sectors of human resources and public service. In line with the development of the world education system, the career of teachers is also increasingly challenging. The workload faced by the teachers is increasing. Excessive fatigue caused by the workload increases the probability of burnout symptoms among teachers. Therefore, this study aims to identify burnout levels among primary school mathematics teachers as well as their relationship with the stress factors faced by the teachers. The approach used in this study is the survey study design with quantitative approach. A total of 51 Mathematics teachers were selected through the random sampling method involved in this study. The instrument used is a questionnaire adapted from the Maslach Burnout Index (MBI) and a work stress factor questionnaire. The data obtained is analyzed using Statistical Package for Social Science (SPSS) version 23.0. The analysis used is descriptive analysis

and inferential analysis involving ANOVA test as well as Correlation Pearson. Studies have shown that burnout levels among Mathematics teachers are at moderately low levels and are not influenced by age. In addition, there is a moderately significant positive relationship between burnout levels and work stress factors among Mathematics teachers. Overall, the findings showed that the level of burnout among mathematics teachers was still at a controlled level. However, the school is proposed to devise more proactive program to prevent burnout symptoms among teachers from continuing to increase.

Keywords: burnout, work pressure, teacher

Pengenalan

Matematik merupakan salah satu mata pelajaran yang mula diperkenalkan kepada sejak di bangku prasekolah. Matematik merupakan salah satu cabang ilmu yang luas dan pada peringkat sekolah rendah, murid sudah mula mempelajari tentang asas serta aplikasi matematik dalam kehidupan seharian (Ahad et al., 2019). Walaupun murid telah mempelajari matematik ketika berada di prasekolah, namun masih lagi terdapat keluhan tentang kesukaran murid dalam menguasai matematik. Masalah ini merupakan masalah global yang bukan hanya dihadapi di Malaysia tetapi juga dihadapi oleh negara-negara lain (Jamaludin, 2017). Pelbagai masalah yang melibatkan kelemahan dalam penguasaan matematik. Isu kelemahan penguasaan matematik dalam kalangan murid memberi tekanan kepada guru matematik kerana guru telah menyampaikan isi pelajaran dengan sebaik mungkin namun hasilnya masih mengecewakan. Tekanan ini ditambah lagi dengan wujudnya reformasi pendidikan yang amat jelas dalam sistem persekolahan di negara kita. Tugas guru semakin bertambah serta tidak terhad kepada mengajar dan membimbing sahaja. Terdapat banyak lagi tugas sampingan yang perlu dilunaskan selain tugas hakiki. Reformasi ini memberi tekanan kepada guru dan guru berpotensi mengalami emosi yang negatif (Ahmad Fuad & Siti Mistima, 2020; Mohamad, 2015). Guru matematik berkemungkinan menghadapi tekanan yang berpanjangan dan boleh mengakibatkan *burnout* yang memberi kesan kepada penurunan prestasi kerja mereka. Perkara ini juga akan memberi kesan kepada prestasi murid dalam mata pelajaran matematik.

Terdapat banyak penyelidikan awal yang mengkaji perkaitan *burnout* dengan pekerjaan sektor sumber manusia. Profesion keguruan juga merupakan salah satu daripada sektor sumber manusia dan perkhidmatan awam yang menuntut dari segi emosional. Menurut Othman dan Sivasubramaniam (2019) kajian terdahulu mendapati bahawa guru mempunyai tahap kemurungan, kebimbangan dan gejala stres yang tinggi. Selain itu, 71.1% guru di Kuala Lumpur dan Selangor telah mengalami stres yang mengakibatkan kemurungan (Yahya et al., 2020). Hasil dapatan kajian yang dilaksanakan oleh Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Kebangsaan (NUTP) juga menunjukkan bahawa 70% dari kalangan guru mengalami tekanan (Saiful Hizan & Rodzalan, 2020). Tekanan yang dinyatakan adalah yang berpunca dari bebanan tugas dan faktor persekitaran guru itu sendiri. Melalui kajian-kajian ini, dapat dilihat bahawa antara salah satu punca dalam wujudnya gejala *burnout* ialah tekanan kerja yang dihadapi seseorang individu.

Guru matematik juga tidak terkecuali daripada dapatan kajian ini. Kesukaran penguasaan matematik dalam kalangan murid juga menyumbang kepada tekanan bagi guru matematik. Pelbagai faktor persekitaran yang mampu menyumbang kepada tekanan dalam kalangan guru matematik (Ajang & Abu Bakar, 2019; Hong & Ismail, 2015; Kamarudin & Taat, 2020; Mallow, 2016; Saiful & Rodzalan, 2020). Faktor-faktor persekitaran yang menyumbang kepada tekanan berterusan ini akan secara perlahan menghasilkan *burnout* dalam kalangan guru. Sekiranya guru matematik mengalami tekanan kerja atau stres yang berterusan akan menyebabkan mereka merasa benar-benar keletihan. Perkara ini cenderung menyumbang kepada gejala *burnout* dalam kalangan guru matematik. Burnout merupakan satu keadaan pekerja yang mengalami keletihan berlebihan melibatkan emosi dan menyebabkan mereka tidak dapat melaksanakan tugas seperti kelazimannya (Leong & Mohd Nordin, 2021).

Burnout bukalah satu gejala yang baharu. Gejala *burnout* mendapat perhatian sekitar tahun 1970an oleh golongan profesional melalui kekerapan laporan pihak media terutamanya dalam aspek kerjaya (Hassan

& Abu, 2013; Ruiter et al., 2020). *Burnout* berlaku apabila seseorang merasa keletihan yang amat dari segi emosi mahupun fizikal dan mengakibatkan gangguan secara berterusan (Kidger et al., 2017). *Burnout* memberi kesan terhadap penurunan produktiviti kerja serta menyumbang kepada sikap berputus asa dan tidak mengendahkan perkara sekeliling mereka. Kesan negatif *burnout* mempengaruhi keseluruhan aspek kehidupan dalam jangka masa yang panjang.

Istilah *burnout* sering kali disalah tafsir sebagai tekanan ataupun stres. Istilah-istilah ini membawa makna yang berbeza namun saling berkait. Stres merujuk perubahan fizikal mahupun mental yang berlaku ke atas seseorang individu akibat daripada paksaan atau tekanan (Mohd Zawawi et al., 2019). Manakala *burnout* pula boleh diertikan sebagai tindak balas berpanjangan terhadap stres yang khusus dan lebih berkait dengan perasaan depresi (Bottiania et al., 2019; Ishak, 2015; Leong & Mohd Nordin, 2021; Zhang et al., 2014). Stres dan *burnout* dilihat saling berkait apabila *burnout* terhasil daripada stres yang berterusan akibat daripada kegagalan menangani sesuatu tugas. Ini menyebabkan ramai orang beranggapan bahawa istilah stres dan *burnout* ini merupakan perkara yang sama. Jadual 1 menunjukkan beberapa perbezaan antara stres dan *burnout*.

Jadual 1: Perbezaan gejala stres dan *burnout*

Stres	<i>Burnout</i>
Perilaku dan emosi yang berlebihan	Perilaku ketiadaan emosi
Berkelakuan hiperaktif	Menjadi tidak bermaya dan putus harapan
Kehilangan tenaga	Kehilangan motivasi
Menghasilkan gangguan dan kebimbangan	Menyumbang kepada depresi
Kesan buruk terutamanya terhadap fizikal	Kesan buruk terutamanya terhadap emosi

Sumber: Siti Azira dan Mohd Effendi (2021)

Keletihan dan kelesuan yang berlebihan kesan daripada tuntutan kerja yang membebankan meningkatkan lagi kebarangkalian wujudnya gejala *burnout*. Tekanan kerja yang berlarutan juga mengakibatkan *burnout* serta menjadikan seseorang mengalami gejala psikologi yang melibatkan keletihan emosi, depersonalisasi dan gangguan terhadap kemampuan melaksanakan tugas harian sehingga timbulnya kemurungan (Samsudin & Wan Sulaiman, 2019). Oleh itu, adalah menjadi satu kepentingan bagi mengetahui tahap *burnout* dalam kalangan guru agar perkara ini dapat dicegah. Sehubungan itu, kajian ini dilaksanakan bagi mengetahui tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik kerana matematik sering kali dikatakan sebagai satu subjek yang sukar untuk dikuasai.

Tujuan Kajian

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap *burnout* guru matematik sekolah rendah.

Objektif Kajian

Berikut merupakan objektif kajian yang ingin dikaji

- Mengenal pasti tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik sekolah rendah.
- Mengenal pasti perbezaan tahap *burnout* guru matematik sekolah rendah berdasarkan umur.
- Mengenal pasti hubungan antara tahap *burnout* dan faktor tekanan kerja dalam kalangan guru matematik sekolah rendah.

Metod Kajian

Reka bentuk kajian yang digunakan dalam kajian ini ialah kajian tinjauan dengan pendekatan kuantitatif. Reka bentuk kajian merujuk kepada satu panduan yang sistematik bagi memastikan kajian yang dijalankan selari dengan objektif kajian (Che Azizan & Nasri, 2020). Kajian tinjauan digunakan dalam kajian ini kerana proses pengumpulan data diperoleh secara langsung daripada sampel kajian. Ini

disokong oleh kajian Hua (2016) yang menyatakan bahawa penggunaan kajian tinjauan mampu memberi maklumat yang terus oleh sampel kajian. Kajian ini melibatkan populasi guru matematik yang mengajar di sekolah rendah sekitar kawasan Sri Gombak. Populasi guru matematik yang diperoleh ialah seramai 63 orang guru. Kaedah persampelan rawak digunakan dalam menentu seramai 51 orang sampel dalam kajian ini. Kaedah ini digunakan kerana semua populasi guru mempunyai peluang yang sama untuk dipilih sebagai sampel kajian (Antin et al., 2020). Bilangan sampel dalam kajian ini adalah ditetapkan mengikut jadual penentu saiz sampel Krejcie dan Morgan (1970) berdasarkan jumlah populasi kajian.

Instrumen soal selidik yang diadaptasi daripada kajian Ishak (2015) digunakan dalam pengumpulan data. Instrumen ini dipilih sebagai instrumen kajian kerana soal selidik mempunyai kelebihan berbanding dengan instrumen yang lain. Antara kelebihan penggunaan instrumen soal selidik ialah dapat mengurangkan perbelanjaan, mudah untuk diagihkan serta mempunyai jawapan yang standard (Antin et al., 2020; Shaari et al., 2021). Borang soal selidik ini diedarkan dalam bentuk pautan *Google Form* melalui aplikasi *Whatsapp*. Pergerakan terbatas sepanjang pandemik Covid19 menyebabkan instrumen soal selidik ini diedarkan secara atas talian.

Instrumen soal selidik bagi tahap burnout dalam kalangan guru telah diadaptasi daripada Maslach Burnout Index (Ishak, 2015). Terdapat tiga bahagian dalam soal selidik ini iaitu dimensi kelesuan emosi, dimensi depersonalisasi dan dimensi penurunan pencapaian diri. Item soal selidik ini diukur melalui skala Likert satu (tidak pernah) hingga 5 (sangat kerap). Bagi mendapatkan data berkaitan dengan faktor tekanan dalam kalangan guru matematik, instrumen soal selidik faktor tekanan kerja telah digunakan. Terdapat lima faktor yang dikategorikan dalam soal selidik tekanan kerja ini. Skala Linkert lima mata digunakan dalam soal selidik ini iaitu 1 (tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Kedua-dua instrumen soal selidik ini adalah diguna pakai daripada kajian (Ishak, 2015). Data yang diperoleh melalui instrumen soal selidik kemudiannya dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan analisis inferensi. Jadual 2 menunjukkan pembahagian skor mengikut tahap yang telah ditetapkan dan kekerapan berdasarkan jawapan responden kajian.

Jadual 2: Interpretasi skor nilai min Likert lima mata

Nilai Min	Interpretasi Skor Min
4.01 – 5.00	Tinggi
3.01 – 4.00	Sederhana tinggi
2.01 – 3.00	Sederhana rendah
1.00 – 2.00	Rendah

Sumber : Leong dan Mohd Nordin (2021)

Hasil Kajian

Sebanyak 51 respons soal selidik yang diterima dari empat buah sekolah rendah di sekitar kawasan Sri Gombak. 86.3% daripada responden kajian ialah terdiri daripada guru perempuan dan 13.7% adalah guru lelaki. Guru perempuan lebih banyak mengajar mata pelajaran matematik jika dibandingkan dengan guru lelaki. Jadual 3 menunjukkan profil demografi kajian dengan lebih terperinci.

Jadual 3: Maklumat Demografi Responden

Demografi	Kategori	Bilangan Responden	Peratusan (%)
Jantina	Lelaki	8	13.7
	Perempuan	43	86.3
Umur	20 – 29 tahun	11	21.6
	30 – 39 tahun	13	25.5
	40 – 49 tahun	18	35.3
	50 – 59 tahun	9	17.6

Tahap Burnout Dalam Kalangan Guru Matematik Sekolah Rendah

Jadual 4 menunjukkan bahawa responden mempunyai tahap sederhana rendah dalam setiap dimensi yang diuji. Ini menjadikan tahap keseluruhan *burnout* juga berada pada tahap sederhana rendah. Perkara ini membuktikan bahawa ada kalanya guru juga mengalami keletihan dalam melaksanakan tugas sebagai seorang guru namun masih pada tahap yang terkawal. Secara keseluruhannya, tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik sekolah rendah adalah pada tahap sederhana rendah.

Jadual 4: Skor Min Tahap *Burnout* Guru Mengikut Dimensi

Dimensi	Skor Min	Interpretasi
Kelesuan emosi	2.48	Sederhana rendah
Depersonalisasi	2.40	Sederhana rendah
Penurunan pencapaian diri	2.80	Sederhana rendah
Tahap keseluruhan	2.58	Sederhana rendah

Perbezaan Tahap Burnout Guru Matematik Sekolah Rendah Berdasarkan Umur

Terdapat empat kumpulan umur yang telah dikategorikan dalam instrumen soal selidik yang digunakan dalam kajian ini. Bagi pemboleh ubah yang melibatkan lebih daripada dua kumpulan sampel, perbandingan min akan dijalankan menggunakan analisis varian (ANOVA) sehala (Golrang, 2018; Veloo & Raman, 2017). Terdapat empat kumpulan umur yang telah dikategorikan dalam instrumen soal selidik. Terdapat 3 andaian yang telah dipenuhi sebelum menjalankan analisis data menggunakan analisis ANOVA (Verma & Abdel-Salam, 2019). Andaian tersebut ialah kebebasan pemerhatian iaitu sampel kajian tidak mempunyai kaitan antara satu sama lain, varian yang homogen dan taburan data memenuhi sifat taburan normal. Oleh itu, ANOVA sehala merupakan analisis inferensi yang paling sesuai digunakan bagi mendapatkan jawapan persoalan kajian yang kedua. Dapatan analisis ANOVA sehala menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap tahap *burnout* guru matematik sekolah rendah berdasarkan umur dengan $F(3,47) = 0.787$, $p = 0.507$. Ini membuktikan bahawa tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik di sekolah rendah tidak dipengaruhi oleh faktor umur.

Hubungan Antara Tahap Burnout dan Faktor Tekanan Kerja dalam Kalangan Guru Matematik Sekolah Rendah

Korelasi Pearson digunakan bagi mengetahui hubungan antara burnout dan faktor tekanan kerja guru matematik sekolah rendah. Korelasi Pearson digunakan kerana data yang diperoleh daripada soal selidik telah ditukar dalam bentuk skala nisbah. Menurut Haroon (2017) serta Sharma dan Joshi (2020) penggunaan statistik Korelasi Pearson untuk menguji korelasi antara dua variabel yang berskala sela ataupun nisbah. Semua andaian yang perlu dipatuhi dalam menggunakan Korelasi Pearson telah dipenuhi. Oleh itu, Korelasi Pearson merupakan analisis inferensi yang paling sesuai untuk menjawab persoalan kajian yang terakhir. Jadual 5 menunjukkan interpretasi kekuatan korelasi berdasarkan kajian Schober dan Schwarte (2018).

Jadual 5: Interpretasi Kekuatan Korelasi

Nilai Korelasi	Interpretasi
0.70 – 1.00	Kuat
0.30 – 0.69	Sederhana
0 – 0.29	Tiada hubungan hingga lemah

Sumber : Schober dan Schwarte (2018)

Jadual 6 menunjukkan hubungan antara tahap *burnout* dan faktor tekanan kerja dalam kalangan guru matematik sekolah rendah. Hasil analisis korelasi ini menunjukkan terdapat hubungan positif sederhana ($r=0.453$, $p<0.01$) dan signifikan antara tahap *burnout* dengan faktor tekanan kerja guru

matematik. Ini menunjukkan bahawa tahap *burnout* guru matematik mempunyai kaitan yang positif namun sederhana. Semakin tinggi tahap tekanan kerja yang dihadapi maka semakin tahap *burnout* guru juga terkesan secara langsung.

Jadual 6: Korelasi Skor Min Tahap *Burnout* Terhadap Faktor Tekanan Kerja dalam kalangan Guru

	Burnout	Faktor Tekanan Kerja
<i>Burnout</i>	Korelasi Pearson	1
	Sig. (2-hujung)	.453
	N	.001
		51
Faktor Tekanan Kerja	Korelasi Pearson	.453
	Sig. (2-hujung)	1
	N	.001
		51

Perbincangan Kajian

Dapatan kajian menunjukkan bahawa setiap sub dimensi dalam soal selidik tahap *burnout* guru matematik berada pada tahap yang sederhana rendah. Ini membuktikan bahawa guru matematik sekolah rendah sekitar Sri Gombak mempunyai tahap *burnout* yang sederhana. Hasil kajian ini selari dengan dapatan kajian Ishak (2015) serta Leong dan Mohd Nordin (2021) yang mendapati bahawa tahap *burnout* dalam kalangan guru masih berada di tahap yang sederhana. Ini menunjukkan bahawa tahap *burnout* dalam kalangan guru masih kekal pada tahap sederhana bagi 6 tahun kebelakangan ini. Walaupun terdapat perubahan yang ketara dalam sistem pendidikan Malaysia namun ianya tidak mempengaruhi peningkatan tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik. Ini membuktikan bahawa guru matematik masih mampu mengawal situasi yang menyebabkan wujudnya stres dalam kalangan mereka daripada terus berlanjutan. Kenyataan ini disokong oleh Hassan dan Abu (2013) yang menyatakan bahawa guru masih bermotivasi dalam menjalankan tugas mereka. Guru masih mampu berhadapan tekanan dalam situasi yang sukar sepanjang menjalankan tugas mereka.

Tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik juga tidak dipengaruhi oleh umur. Guru matematik yang muda dan lebih berusia mampu mengawal tekanan yang dialami semasa di sekolah mahupun di luar waktu bertugas. Dapatan ini dilihat bercanggah dengan dapatan tinjauan literatur bersistematik (TLB) oleh Jose dan Mohd Matore (2021). Dapatan TBL melaporkan bahawa guru muda lebih terdedah kepada gejala *burnout* berbanding dengan guru yang lebih berusia. Salah satu faktor perbezaan dapatan kajian ini ialah kerana TLB yang dijalankan lebih tertumpu kepada kajian-kajian *burnout* guru di luar negara sahaja. Hanya satu kajian berkaitan *burnout* daripada Malaysia yang terkandung dalam TLB tersebut. Kedua-dua dapatan ini menunjukkan bahawa faktor umur tidak mempengaruhi tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik. Namun faktor umur merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada gejala *burnout* dalam kalangan guru di luar Malaysia.

Seterusnya, hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang sederhana antara tahap *burnout* dengan faktor tekanan kerja guru matematik. Ini membuktikan bahawa tahap *burnout* guru juga dipengaruhi oleh faktor tekanan. Dapatan ini bertepatan dengan kajian Seibt dan Kreuzfeld (2021) yang menyatakan bahawa tekanan kerja menjadi salah satu faktor penyumbang kepada masalah *burnout* dalam kalangan guru. Walaupun hubungan ini masih berada pada tahap yang sederhana namun ianya perlu dibendung bermula dari peringkat awal. Hal ini kerana semakin tinggi tahap tekanan kerja yang dihadapi maka tahap *burnout* guru juga semakin meningkat.

Dapatan kajian ini jelas menunjukkan bahawa tahap *burnout* dalam kalangan guru matematik berada pada tahap yang sederhana. Oleh itu, adalah penting bagi memastikan tahap *burnout* guru matematik ini sentiasa berada pada tahap yang terkawal. Satu siri program perlu dilaksanakan bagi membendung masalah *burnout* dalam kalangan guru daripada terus berkembang. Pihak Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) perlu memainkan peranan dalam merangka program tahunan yang berfokus kepada langkah mencegah *burnout* dalam kalangan guru. Perkara ini bertujuan untuk memastikan tahap

burnout dalam kalangan guru tidak melebihi tahap sederhana. Program ini juga diharapkan mampu memastikan kesejahteraan psikologi dalam kalangan guru mencapai tahap yang optimum (Yahya et al., 2020). Kesejahteraan psikologi ini mampu mempengaruhi kualiti kerja seseorang guru. Sebagai cadangan, kajian lanjutan berkaitan dengan intervensi bagi menangani sindrom *burnout* yang dihadapi oleh golongan guru juga boleh dijalankan.

Kesimpulan

Secara keseluruhannya, tahap *burnout* guru matematik daerah gombak berada pada tahap yang sederhana. Namun isu berkaitan dengan tahap *burnout* guru ini perlu diberi perhatian kerana ianya berkaitan dengan isu kesihatan mental. Walaupun kini tahap *burnout* guru di Malaysia dilihat sebagai satu isu yang tidak serius namun senario ini berbeza di luar negara. Terdapat banyak kajian berkaitan dengan tahap *burnout* guru yang dilaksanakan di luar negara. Oleh itu, pengkaji berharap agar kajian lanjutan berkaitan dengan langkah penyelesaian serta intervensi yang berkesan untuk menangani sindrom *burnout* yang dihadapi oleh golongan guru agar tidak berterusan.

Rujukan

- Ahad, R., Mustafa, M. Z., Supiyan, S., & Abdul Razzaq A. R. (2019). *Keberkesanan Penggunaan Petak Sifir dalam Penguasaan Fakta Asas Darab dalam Matematik Tahun 2*. Fakulti Pendidikan Teknikal Dan Vokasional, UTHM, 1–15.
- Ahmad Fuad, N. I., & Siti Mistima, M. (2020). Sorotan Literatur Bersistematik: Faktor Stres dalam kalangan Guru Matematik. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(11), 167–173. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i11.554>
- Ajang, L., & Abu Bakar, K. (2019). Burnout Among Early Childhood Education Teachers: Causes and Implications. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 359–372. <https://doi.org/10.35631/ijepc.4310031>
- Antin, A., Ag. Kiflee, D. N., Taat, M. S., & Talip, R. (2020). Pengaruh Motivasi Kerja Intrinsik dan Ekstrinsik Terhadap Keefisienan Kerja Guru Sekolah Menengah di Negeri Sabah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(12), 241–249.
- Bottiania, J. H., Durana, C. A. K., Pas, E. T., & Bradshaw, C. P. (2019). Teacher stress and burnout in urban middle schools: Associations with job demands, resources, and effective classroom practices. *Journal of School Psychology*, 77, 36–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.10.002>
- Che Azizan, S. N., & Nasri, N. M. (2020). Pandangan Guru Terhadap Pembelajaran dalam Talian melalui pendekatan Home Based Learning (HBL) semasa tempoh Pandemik COVID-19 Teacher 's View on online Learning through Home Based Learning approach (HBL) during the COVID-19 Pendemic period. *PENDETA Journal of Malay Language, Education and Literature*, 6812, 46–57.
- Golrang, B. M. (2018). *Mixed-Method Evaluation of Watershed Management*. Springer Nature.
- Haroon, D. (2017). *Python Machine Learning Case Studies*. Python Machine Learning Case Studies. Apress Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4842-2823-4>
- Hassan, M., & Abu, M. M. (2013). Iklim Kerja dan Tahap Burnout guru-guru Pendidikan Jasmani Sekolah Menengah Daerah Kuala Kangsar. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Hong, O. C., & Ismail, A. (2015). Sokongan Pihak Pengurusan Sekolah Terhadap Tekanan Kerja Guru di Sekolah Kebangsaan dan Sekolah Jenis Kebangsaan Cina. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, 2(2), 42–57.
- Hua, A. K. (2016). Pengenalan Rangkakerja Metodologi dalam Kajian Penyelidikan : Satu Kajian Kes Abstrak Introduction to Metodology Framework in Research Study : A Case Study Abstract Pengenalan. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities*, 1(2), 17–24. <https://msocialsciences.com/index.php/mjssh/article/view/8>
- Ishak, A. H. (2015). *Burnout dan Tekanan Kerja di Kalangan Guru: Satu Kajian Terhadap Guru-guru Sekolah Menengah Daerah Hulu Langat*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Jose, S. A., & Mohd Matore, M. E. @ E. (2021). Tinjauan Literatur Bersistematik: Faktor Burnout

- dalam kalangan Guru. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(1), 168–186. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i1.628>
- Kamarudin, S., & Taat, M. S. (2020). Pengaruh Faktor-faktor Tekanan Kerja dalam kalangan Guru di Sekolah Menengah: Satu Analisis Persamaan Struktur (SEM-PLS). *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(11), 104–115. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v5i11.544>
- Kidger, J., Brockman, R., Tilling, K., Campbell, R., Ford, T., Araya, R., King, M., & Gunnell, D. (2017). Teachers' wellbeing and depressive symptoms, and associated risk factors: A large cross sectional study in English secondary schools. *Journal of Affective Disorders*, 192, 76–82. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.054>
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational And Psychology Measurement*, 30(3), 607–610. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/001316447003000308>
- Leong, S. Y., & Mohd Nordin, N. (2021). Hubungan Iklim Organisasi Sekolah dengan Burnout Guru Sekolah Menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(2), 167–180. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i2.663>
- Mallow, M. S. (2016). Occupational Stress in Malaysia: Causes, Effects and Possible Solutions. Proceedings of SOCIOINT 2016 3rd International Conference on Education, Social Sciences and Humanities, May, 82–88.
- Mohamad, N. (2015). Tekanan kerja dalam kalangan guru: Kajian di sebuah sekolah menengah Daerah Kluang Johor Darul Takzim. <http://etd.uum.edu.my>
- Mohd Zawawi, N. I., Md Sham, F., & Ismail, A. (2019). Stress according to the western and Muslim scholars. *International Journal of Islamic Thought*, 16, 85–97. <https://doi.org/10.24035/ijit.16.2019.008>
- Othman, Z., & Sivasubramaniam, V. (2019). Depression, Anxiety and stress among secondary school teachers in Klang, Malaysia. *International Medical Journal*, 26(2), 71–74. <http://eprints.usm.my/45290/>
- Rosnee Ahad, Mohamad Zaid Mustafa, Salina Supiyan, & Abdul Rasid Abdul Razzaq. (2019). Keberkesanan Penggunaan Petak Sifir dalam Penguasaan Fakta Asas Darab dalam Matematik Tahun 2. Fakulti Pendidikan Teknikal Dan Vokasional, UTHM, 1–15.
- Ruiter, J. A. d., Poorthuis, A. M. G., Aldrup, K., & Koomen, H. M. Y. (2020). Teachers' emotional experiences in response to daily events with individual students varying in perceived past disruptive behavior. *Journal of School Psychology*, 82(September), 85–102. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2020.08.005>
- Saiful Hizan, N. S., & Rodzalan, S. A. (2020). Hubungan antara Pengurusan Masa dengan Tekanan Kerja dalam kalangan Guru Sekolah Menengah di Melaka. 1(1), 92–103.
- Samsudin, M. S., & Wan Sulaiman, W. S. (2019). Hubungan Antara Tingkah Laku Interpersonal Guru, Kepuasan Kerja dan Kecenderungan Burnout Guru-Guru Tingkatan Enam di Perlis. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 4(3), 1–21.
- Schober, P., & Schwarte, L. A. (2018). Correlation coefficients: Appropriate use and interpretation. *Anesthesia and Analgesia*, 126(5), 1763–1768. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000002864>
- Seibt, R., & Kreuzfeld, S. (2021). Influence of work-related and personal characteristics on the burnout risk among full-and part-time teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(4), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041535>
- Shaari Jamil, Syahril Izwan Abdul Yamin, & Ahmad Mohd Izham. (2021). Impak Penggunaan Aplikasi Terhadap Proses Pengajaran dan Pembelajaran Pelajar Politeknik Dalam Kursus Electrical Teknologi. *Anp Journal of Social Science and Humanities*, 2(2), 30–34. <https://arsvot.org/index.php/anp-jssh/article/view/46>
- Sharma, M., & Joshi, S. (2020). Analytics in healthcare: a practical introduction. *Asia Pacific Business Review*, 26(4). <https://doi.org/10.1080/13602381.2019.1692569>
- Veloo, A., & Raman, A. (2017). *Kaedah Analisis & Interpretasi Data* (UUM Press) (5th Editio). UUM Press.
- Verma, J. P., & Abdel-Salam, A. S. G. (2019). Testing statistical assumptions in research. Testing Statistical Assumptions in Research. <https://doi.org/10.1002/9781119528388>
- Yahya, N., Ishak, H. S., Rahim, N. A., & Usulidin, H. S. (2020). Kesejahteraan Psikologi Dan Keperluan Perkhidmatan Kaunseling Dalam Kalangan Guru di Kementerian Pendidikan Malaysia. *Jurnal Psikologi Dan Kaunseling*, 11(1), 1–32.

- Zhang, L., Zhao, J., Xiao, H., Zheng, H., Xiao, Y., Chen, M., & Chen, D. (2014). Mental health and burnout in primary and secondary school teachers in the remote mountain areas of Guangdong Province in the People's Republic of China. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 10, 123–130. <https://doi.org/10.2147/NDT.S56020>