

BAB III

METODOLOGI KAJIAN

3.1 Pengenalan

Bab ini membincangkan metodologi kajian yang digunakan. Ia merangkumi rekabentuk kajian, populasi dan persampelan, instrumen kajian, tatacara pengumpulan data dan prosedur penganalisan data.

3.2 Rekabentuk kajian

Kajian ini dijalankan secara tinjauan (survey research). Instrumen kajian yang digunakan ialah soalselidik *Administrative Stress Index* (ASI) dan *Coping Preference Scale* (CPS). Pentadbiran soalselidik dibuat secara pos kepada semua pengetua dan guru besar sekolah-sekolah di Bahagian Miri-Bintulu. Senarai alamat pengetua dan guru besar atau sekolah-sekolah ini diperolehi daripada Pejabat Pendidikan Bahagian Miri-Bintulu. Tempoh masa selama lima minggu diperuntukkan kepada pengetua dan guru besar untuk menjawab soalselidik dan mengembalikan semula kepada pengkaji.

Jawapan dan maklum balas yang tepat dan jujur terhadap semua soalan atau item yang dikemukakan dalam soalselidik, akan menjawab persoalan kajian dan menjamin kepersisan pengujian hipotesis. Pengumpulan data dengan menggunakan soalselidik melalui pos dibuat dengan teliti supaya memungkinkan dapatan kajian bebas daripada ancaman faktor-faktor yang menjelaskan kesahan dalaman dan luaran seperti faktor pengujian, kematangan, sejarah, kesan reaktif dan kesan *hawthorne*.

3.3 Populasi dan persampelan kajian

Populasi kajian ini ialah pengetua dan guru besar di Bahagian Miri-Bintulu. Daripada data yang diperolehi daripada Pejabat Pendidikan Bahagian Miri-Bintulu, terdapat seramai 30 orang pengetua dan 200 orang guru besar di bahagian ini, justeru adalah agak sukar untuk melibatkan semua guru besar sebagai responden kajian. Oleh itu sampel kajian diambil daripada semua pengetua dan seramai 40 orang guru besar sekolah, yang ditentukan melalui teknik persampelan rawak berstrata yang mewakili empat daerah di Bahagian Miri-Bintulu. Maka seramai 10 orang guru besar dipilih mewakili setiap daerah iaitu Daerah Miri-Bakong, Daerah Subis, Daerah Baram dan Daerah Bintulu. Senarai nama sekolah menengah dan rendah di Bahagian Miri-Bintulu yang terlibat dalam kajian ini adalah seperti di lampiran E.

3.4 Instrumen Kajian

Kajian ini menggunakan satu set soalselidik bagi mendapatkan maklumbalas responden mengenai tahap stres dan cara menanganinya (rujuk Lampiran D). Soalselidik yang digunakan dalam kajian ini dipetik daripada *Administrative Stress Index* (ASI) oleh Koch, Tung dan Gmelch (1982) dan *Coping Preference Scale* (CPS) oleh Iuzzolino (1986), Lutton (1988) dan Donald (1997).

Soalselidik ini mengandungi tiga bahagian. Pengetua dan guru besar dikehendakki menjawab semua item atau soalan yang dikemukakan. Bahagian A bertujuan untuk memperolehi maklumat demografi responden. Bahagian ini mempunyai lapan item atau soalan berkaitan jawatan, lokasi sekolah, jantina, keturunan, umur, status perkahwinan, pendidikan tertinggi dan tempoh perkhidmatan sebagai pengetua atau guru besar.

Bahagian B adalah *Administrative Stress Index* yang direka oleh Gmelch dan Swent (1977) bagi mengukur tahap stres yang dialami oleh pentadbir sekolah. Nilai kebolehpercayaan instrumen ini ialah .81. Soalselidik ini mengandungi 22 item mengenai stresor atau faktor-faktor yang menyebabkan stres. Ia bertujuan untuk mendapatkan maklumat sejauh mana item-item yang dikemukakan berpotensi mewujudkan stres kepada responden. Sedikit pemilihan item dibuat agar ianya lebih relevan dengan kehendak kajian dan situasi tempatan yang membabitkan kepemimpinan dan pentadbiran sekolah di Malaysia. Bagi setiap item, responden

diminta untuk menjawabnya dengan membulatkan angka yang berkenaan, berpandukan skala Likert lima mata bagi tahap stres seperti berikut:

- 1 Tidak pernah stres (Tiada stres)
- 2 Jarang stres (Stres yang rendah)
- 3 Kadangkala stres (Stres yang sederhana)
- 4 Agak kerap stres (Stres yang tinggi)
- 5 Hampir setiap masa stres (Stres yang amat tinggi)

Bahagian C merupakan soalselidik *Coping Preference Scale* (CPS) untuk mendapatkan maklumat mengenai cara-cara menangani stres yang dipraktikkan oleh responden. Instrumen kajian ini mempunyai nilai kebolehpercayaan yang tinggi iaitu .805. Ianya terdiri daripada 26 item yang digolongkan kepada tujuh faktor, berdasarkan kajian Donald (1997) iaitu ;

Faktor I : Program kesihatan fizikal yang baik

Faktor II : Pengunduran dan pemulihan

Faktor III : Intelektual, sokongan sosial dan kerohanian

Faktor IV : Sikap positif

Faktor V : Perspektif realistik

Faktor VI : Pengurusan masa dan organisasi

Faktor VII : Pertambahan penglibatan

Responden diminta menyatakan sejauh mana setiap item adalah berkaitan atau relevan dengan menandakan skala Likert lima mata seperti berikut :

- 1 Tidak pernah (Almost never)
- 2 Kadang kala (Sometimes)
- 3 Sekali sekala (Occasionally)
- 4 Selalu (Often)
- 5 Kerap kali / sentiasa (Almost always)

Penilaian tahap stres adalah berdasarkan kepada analisis min keseluruhan item. Perincian strategi menangani stres mengikut Faktor CPS, ditunjukkan dalam jadual 3.1.

Jadual 3.1 : Strategi menangani stres

Strategi CPS	Nombor item
<p>Faktor I : Program kesihatan fizikal yang baik</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Menceburkan diri secara aktif dalam aktiviti berbentuk bukan kerja atau permainan ▪ Mengelakkan tabiat kesihatan yang baik ▪ Mengelakkan tabiat tidur yang teratur / tetap ▪ Latihan fizikal yang teratur 	5 9 13 18
<p>Faktor II : Pengunduran dan pemulihian</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Pengunduran fizikal daripada situasi 	4

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Berehat daripada rutin harian biasa atau perubahan sementara kepada tugas yang kurang stres ▪ Mempraktikkan teknik relaksasi dan pengurusan stres ▪ Memisahkan diri daripada kerja dan kehidupan yang bukan kerja ▪ Mengambil cuti pendek ▪ Bersendirian mencari ketenangan, memperlahangkan kerja dan memperuntukkan masa membuat refleksi ▪ Bersosial 	14 19 20 23 24 25
<p>Faktor III : Intelektual, sokongan sosial dan kerohanian</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Melibatkan diri dengan aktiviti yang membantu pertumbuhan kerohanian ▪ Berbincang / berbual dengan ahli keluarga atau kawan karib ▪ Mengurangkan penceburan diri dalam aktiviti berbentuk bukan kerja atau permainan ▪ Berbincang / berbual dengan pentadbir atasan atau pengetua di sekolah lain 	8 11 12 15
<p>Faktor IV : Sikap positif</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mengamalkan kemahiran hubungan kemanusiaan yang baik dengan staf, pelajar dan ibubapa ▪ Menghadapi dan menyelesaikan masalah secara optimis dan objektif ▪ Menjana mental positif dan <i>self-supportive</i> ▪ Menggunakan peluang dalam perkhidmatan untuk meningkatkan <i>repertoire</i> pengurusan dan kemahiran komunikasi 	6 17 22 26

Faktor V : Perspektif realistik	
▪ Menetapkan matlamat yang realistik	1
▪ Mendelegasikan tanggungjawab	2
▪ Mengelakkan unsur-unsur kecindan	3
Faktor VI : Pengurusan masa dan organisasi	
▪ Mengutamakan dan menggunakan teknik pengurusan masa	
▪ Menyediakan prosedur pejabat supaya kesilapan pelawat dan gangguan tidak terjangka dapat diminimakan	10 21
Faktor VII : Pertambahan penglibatan	
▪ Bekerja keras	7
▪ Penglibatan masyarakat	16

3.5 Tatacara pengumpulan data

Sebelum kajian ini dilaksanakan, terlebih dahulu pengkaji memohon kebenaran daripada Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan, Kementerian Pendidikan Malaysia, Jabatan Pendidikan Negeri Sarawak dan Pejabat Pendidikan Bahagian Miri-Bintulu. Setelah kebenaran secara bertulis diperolehi, barulah pentadbiran soal selidik dijalankan. Sebanyak 70 set soalselidik dikirimkan

secara pos kepada semua pengetua dan 40 orang guru besar sama ada secara pos atau di masukkan ke dalam kotak surat di Pejabat Pendidikan Bahagian Miri-Bintulu. Satu surat penerangan ringkas yang menjelaskan tujuan kajian, dikepilkan bersama borang soal selidik.

Responden diminta untuk melengkapkan soalselidik tersebut dan mengembalikan semula kepada pengkaji dalam tempoh lima minggu. Tempoh yang lama ini diperuntukkan memandangkan beberapa buah sekolah yang terlibat dalam kajian terletak jauh di pendalaman Bahagian Miri-Bintulu. Bagi memudahkan urusan ini, satu sampul surat bersetem dan beralamat sendiri telah disediakan. Selepas minggu kelima, responden yang belum mengembalikan borang soalselidik dihubungi melalui telefon dan memohon kerjasama mereka agar mengembalikannya.

3.6 Prosedur Penganalisisan Data

Borang soal selidik yang dikembalikan disemak dan diberi nombor 01 hingga 70. Proses penganalisaan maklumat dan data bermula dengan menyediakan buku kod (code book), yang menerangkan pelbagai variabel yang terlibat. Semua data yang diperolehi seterusnya dianalisis menggunakan program komputer *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS).

Prosedur statistik deskriptif dengan pengiraan min, peratusan dan sisihan piawai digunakan bagi menggambarkan profil dan kedudukan sampel, stresor dominan, tahap stres dan cara-cara utama menangani stres secara menyeluruh. Bagi tujuan pengujian hipotesis, kaedah ujian-t dan analisis varians sehalia ANOVA digunakan dan seterusnya deduksi statistikal akan dibuat jika terdapat sebarang perhubungan di antara tahap stres dengan pelbagai variabel bebas yang dikaji. Aras keyakinan bagi keseluruhan analisis statistik ditetapkan pada paras < 0.05 .

3.7 Kesimpulan

Keseluruhannya, bab ini telah menerangkan metodologi dan prosedur kajian, meliputi pelbagai aspek berkaitan penyelidikan pendidikan. Penekanan yang terancang juga perlu diberikan terhadap pentadbiran soalselidik bagi memastikan kajian mengenai stres ini tidak pula menimbulkan stres kepada responden kajian, agar peratusan ralat dapat diminimakan.