

# **STRES PEKERJAAN, KEPUASAN KERJA DAN MASALAH KESIHATAN MENTAL**

Di Kalangan Pekerja Sabah

Chua Bee Seok  
Abdul Halim Othman  
Mohammad Haji-Yusuf

**STRES PEKERJAAN,  
KEPUASAN KERJA DAN  
MASALAH KESIHATAN MENTAL**

Di Kalangan Pekerja Sabah

# **STRES PEKERJAAN, KEPUASAN KERJA DAN MASALAH KESIHATAN MENTAL**

Di Kalangan Pekerja Sabah

Chua Bee Seok  
Abdul Halim Othman  
Mohammad Haji-Yusuf

**Penerbit **

Kota Kinabalu . Sabah . 2006  
<http://www.ums.edu.my/penerbit>

© Universiti Malaysia Sabah, 2004

Semua hak cipta terpelihara. Tiada mana-mana bahagian daripada penerbitan ini boleh disimpan atau diterbitkan semula dalam sebarang bentuk yang boleh dikeluarkan ulang, atau disiarkan dalam sebarang bentuk dengan apa cara sekali pun termasuk cara elektronik, mekanikal, fotokopi atau rakaman digital tanpa mendapat izin bertulis daripada Penerbit Universiti Malaysia Sabah. Keizinan mendapat hak terbitan daripada hak cipta ini tertakluk kepada pembayaran honorarium atau royalti.

Perpustakaan Negara Malaysia

Data Pengkatalogan-Dalam-Penerbitan

Chua, Bee Seok, 1970.

Stres pekerjaan, kepuasan kerja dan masalah kesihatan mental di kalangan pekerja Sabah / Chua Bee Seok, Abdul Halim Othman, Mohammad Haji -Yusuf.

Bibliografi : ms.

ISBN 983-2369-25-8

- I. Job stress - Research - Sabah. 2. Stress (Psychology) - Research Sabah. 3. Mental health - Research - Sabah. I. Abdul Halim Othman.
- II. Mohammad Haji -Yusuf. III. Judul  
158.720959521

Pereka letak halaman : Chester Desmond Sinidol

Pereka kulit : Francisca Johny

# KANDUNGAN

<b>SENARAI JADUAL</b>	vi
<b>SENARAI RAJAH</b>	vii
<b>PRAKATA &amp; PENGHARGAAN</b>	viii
<b>BAB 1: PENGENALAN</b>	1
<b>BAB 2: PERSPEKTIF DAN TEORI BERKENAAN STRES</b>	17
<b>BAB 3: METODOLOGI</b>	35
<b>BAB 4: PENEMUAN</b>	43
<b>BAB 5: PERBINCANGAN</b>	59
<b>BAB 6: PENUTUP</b>	73
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>LAMPIRAN 1</b>	77
<b>LAMPIRAN 2</b>	78
<b>LAMPIRAN 3</b>	79
<b>LAMPIRAN 4</b>	80
<b>RUJUKAN</b>	83

## SENARAI JADUAL

<b>Jadual</b>	<b>Halaman</b>
2.1 Skala Pemeringkatan Penyesuaian Sosial Holmes dan Rahe (1967)	21
3.1 Profil Latar Belakang Subjek Kajian (N = 1,086 orang)	36
3.2 Empat Elemen Stres Dalam <i>Occupational Stress Indicator</i> (OSI)	37
3.3 Taburan Item Mengikut Sub Skala <i>Occupational Stress Indicator</i> (OSI)	39
3.4 Pekali Reliabiliti <i>Alpha Cronbach</i> Skala-skala <i>Occupational Stress Indicator</i> (OSI)	40
3.5 Hasil Inter-korelasi Antara Sub Skala <i>Occupational Stress Indicator</i> (OSI)	40
4.1 Keputusan Analisis Varians Bagi Stres Pekerjaan (Stres Pekerjaan Keseluruhan dan Enam Sub Skalanya) Mengikut Status Pekerjaan	43
4.2 Keputusan Analisis Varians Bagi Kepuasan Kerja (Kepuasan Kerja Keseluruhan dan Lima Sub Skalanya) dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Status Pekerjaan	44
4.3 Keputusan Ujian t Bagi Stres Pekerjaan (Stres Pekerjaan Keseluruhan dan Enam Sub Skalanya) Mengikut Jantina	45
4.4 Keputusan Ujian t Bagi Kepuasan Kerja (Kepuasan Kerja Keseluruhan dan Lima Sub Skalanya) dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Jantina	46
4.5 Keputusan Ujian t Bagi Stres Pekerjaan (Stres Pekerjaan Keseluruhan dan Enam Sub Skalanya) Mengikut Umur	47
4.6 Keputusan Ujian t Bagi Kepuasan Kerja (Kepuasan Kerja Keseluruhan dan Lima Sub Skalanya) dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Umur	48
4.7 Keputusan Analisis Varians bagi Stres Pekerjaan (Stres Pekerjaan Keseluruhan dan Enam Sub Skalanya) Mengikut Pengalaman Kerja	49

<b>Jadual</b>	<b>Halaman</b>
4.8 Keputusan Analisis Varians bagi Kepuasan Kerja (Kepuasan Kerja Keseluruhan dan Lima Sub Skalanya) dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Pengalaman Kerja	50
4.9 Taburan Beta Piawai Bagi Menguji Hubungan Antara Sumber-sumber Stres Pekerjaan Dengan Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental	52
4.10 Taburan Beta Piawai Bagi Menguji Hubungan Antara Sumber-sumber Stres Pekerjaan Dengan Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Status Pekerjaan	53
4.11 Taburan Beta Piawai Bagi Menguji Hubungan Antara Sumber-sumber Stres Pekerjaan Dengan Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Jantina	55
4.12 Taburan Beta Piawai Bagi Menguji Hubungan Antara Sumber-sumber Stres Pekerjaan Dengan Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Umur	56
4.13 Taburan Beta Piawai Bagi Menguji Hubungan Antara Sumber-sumber Stres Pekerjaan Dengan Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental Mengikut Pengalaman Kerja	57

## **SENARAI RAJAH**

<b>Rajah</b>	<b>Halaman</b>
1.1 Hukum Yerkes-Dadson	4
1.2 Pengaruh Sumber Stres Pekerjaan Ke Atas Kepuasan Kerja dan Masalah Kesihatan Mental	9
2.1 Model Sindrom Adaptasi Am (GAS) Hans Selye (1956)	18
2.2 Model Interaksi Di Antara Stres Dengan Daya Tindak	22
2.3 Model Stres Pekerjaan Cooper dan Marshall (1976)	23
2.4 Model Sumber Stres, Kesan-kesan Stres dan Strategi Daya Tindak	23

## **PRAKATA & PENGHARGAAN**

Abad ke-21 digelar sebagai “Abad Stres”. Ini ekoran daripada proses penglobalisasian yang cergas dan pantas. Untuk terus bersaing dalam perdagangan, pelaburan dan terus *survive* dalam proses penglobalisasian, negara sedang membangun mengalami pelbagai perubahan dan perkembangan dalam struktur ekonomi dan sosial. Ini melibatkan peralihan dari satu tahap yang rendah teknologinya kepada tahap penggunaan teknologi secara intensif. Proses penglobalisasian menjadikan stres suatu fenomena yang dihadapi oleh manusia pada setiap masa. Oleh itu, mengenal pasti punca-punca stres dan seterusnya mengetahui strategi menanganinya amat penting agar gejala ini tidak menjejaskan kesejahteraan manusia.

Sebagai titik permulaan dalam memahami stres pekerjaan, buku ini telah disusun untuk melihat perbezaan dalam sumber-sumber stres pekerjaan, kepuasan kerja dan masalah kesihatan mental di kalangan subjek berdasarkan status pekerjaan, jantina, umur dan pengalaman kerja pekerja. Buku ini juga cuba memperlihatkan pengaruh sumber-sumber stres pekerjaan ke atas kepuasan kerja dan masalah kesihatan mental pekerja terutamanya dalam konteks tempatan.

Hasil kajian mendapati sumber stres yang dialami pekerja adalah berbeza mengikut status pekerjaan, jantina, umur, dan pengalaman kerja. Hasil kajian juga telah membuktikan bahawa bukan semua sumber stres pekerjaan itu berkonotasi negatif. Namun, terdapat sesetengah sumber stres pekerjaan itu merupakan sebahagian daripada dorongan kepada tindakan kita terhadap sebarang cabaran dan rangsangan. Pihak organisasi, penyelidik, kaunselor, ahli psikologi dan lain-lain pihak yang berkenaan boleh memanfaatkan data dan maklumat kajian ini untuk merangka strategi, modul atau program mencegah dan menangani stres.

Akhir sekali, kami ingin menghulurkan sekalung penghargaan dan ucapan terima kasih kepada 14 buah organisasi yang memberi kerjasama dan turut terlibat dalam kajian ini. Ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada Prof. Dr. Md. Shuaib Che Din, Dekan Sekolah Psikologi dan Kerja Sosial (SPsiKS), YBhg Tan Sri Prof. Datuk Seri Panglima Dr. Abu Hassan Othman, mantan Naib Canselor Universiti Malaysia Sabah (UMS), dan Prof. Datuk Dr. Mohd. Nor Dalimin, Naib Canselor (UMS) atas sokongan dan kerjasama dalam menerbitkan buku ini.

**CHUA BEE SEOK  
ABDUL HALIM OTHMAN  
MOHAMMAD HAJI-YUSUF**