



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

KESAN KAUNSELING KELOMPOK REBT TERHADAP  
SIMPTOM STRES DALAM KALANGAN STAF  
JABATAN DALAM SEBUAH  
AGENSI KERAJAAN.

HJ. ABDULLAH BIN HJ. ISMAIL



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

TESIS DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK MEMPEROLEHI  
IJAZAH DOKTOR FALSAFAH  
(BIMBINGAN DAN KAUNSELING)

FAKULTI PENDIDIKAN SUMBER MANUSIA  
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2015



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



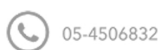
Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



# ABSTRAK



Kajian ini melibatkan dua peringkat, iaitu kajian awal secara tinjauan dan kajian eksperimen. Terdapat tiga (3) tujuan kajian awal iaitu; Pertama, mengukur tahap stres secara keseluruhan; Kedua, mengukur tahap elemen-elemen simptom stres iaitu Somatizasi (SOM), Obsesif-Kompulsif (OC), interpersonal-Sensitiviti (IS), Kemurungan (DEP), Kebimbangan (ANX), Permusuhan (HOS), Fobia (POB), Pemikiran Paranoid (PAR), Psikotisme (PSY) dan Dimensi Tambahan (AD); dan Ketiga, mengukur tahap stres keseluruhan berdasarkan daerah bertugas dalam kalangan staf Jabatan Kebajikan Masyarakat (JKM) negeri Johor. Kajian awal melibatkan subjek kajian seramai 240 orang (120 lelaki; 120 perempuan) dipilih secara persampelan rawak berstrata. Data dikumpul menggunakan Inventori Simptom SCLR-R-90 (*Symptom Inventory version of the SCL-R-90*) dan dianalisis secara perbandingan peratusan dan min. Dapatan kajian tinjauan menunjukkan 23% subjek mengalami tahap stres yang tinggi. Antara elemen stres pula menunjukkan tahap IS adalah tertinggi dan diikuti OC, ANX, DEP, HOS, PAR, SOM, FOB, AD dan PSY. Tahap stres tertinggi berdasarkan daerah pula menunjukkan staf daerah Batu Pahat adalah paling tinggi diikuti daerah Kluang, Pontian, Johor Bahru, Segamat, Kota Tinggi, Mersing dan Muar. Kajian eksperimen pula bertujuan untuk mengukur kesan kaunseling kelompok REBT terhadap elemen simptom stres tertinggi iaitu IS, OC, ANX, DEP dan HOS berdasarkan ukuran pra ujian dan pos ujian antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan. Subjek terdiri daripada 60 orang (30 lelaki dan 30 perempuan) di daerah Batu Pahat, Kluang dan Pontian yang dipilih secara persampelan rawak bertujuan. Subjek diagihkan kepada enam (6) kumpulan iaitu empat (4) kumpulan rawatan (kumpulan rawatan mingguan lelaki, kumpulan rawatan mingguan perempuan, kumpulan rawatan maraton lelaki, dan kumpulan rawatan maraton perempuan; serta dua (2) kumpulan kawalan iaitu kumpulan kawalan lelaki dan kumpulan kawalan perempuan. Data pra ujian dan pos ujian dikumpul menggunakan Inventori Simptom SCLR-R-90 dan dianalisis menggunakan ANCOVA, MANCOVA dan Pos Hoc pada nilai signifikan 0.05. Dapatan kajian eksperimen menunjukkan Kaunseling Kelompok REBT berkesan terhadap semua pembolehubah kajian iaitu IS( $F=4.463$ ;  $k < .05$ ), OC( $F=9.670$ ;  $k < .05$ ), DEP ( $F=5.376$ ;  $k < .05$ ), HOS( $F=6.539$ ;  $k < .05$ ) berbanding kumpulan kawalan. Hasil kajian juga menunjukkan terdapat perbezaan kesan rawatan berdasarkan kaedah rawatan dan jantina, iaitu kumpulan rawatan maraton lebih berkesan berbanding kumpulan rawatan mingguan; dan kumpulan rawatan perempuan lebih berkesan berbanding kumpulan rawatan lelaki. Secara keeluruhan hasil kajian ini menunjukkan Kaunseling Kelompok REBT adalah salah satu kaedah berkesan bagi mengurangi stres dalam kalangan kaki tangan selepas rawatan. Kesimpulannya pendekatan kelompok REBT adalah salah satu pendekatan yang berkesan dalam membantu masalah stres dalam kalangan staf di organisasi kerajaan di Malaysia.



# THE EFFECTS OF REBT COUNSELING GROUP TO STRESS SYMPTOMS AMONG DEPARTMENTAL STAFF IN GOVERNMENT AGENCY.

## ABSTRACT

This research consists of two phases which include a preliminary survey study and an experimental research. The preliminary study has three (3) aims: First, to measure the overall stress level; second, to measure the level of the elements of stress symptoms which are Somatization (SOM), Obsessive-Compulsive (OC), Interpersonal-Sensitivity (IS), Depression (DEP), Anxiety (ANX), Hostility (HOS), Phobia (POB), Paranoid (PAR), Psychotic (PSY) and Additional Dimension (AD); and third, to measure the overall stress level based on the assigned district among the staffs of the Social Welfare Department of Johor state. Preliminary survey study involved 240 subjects (120 male; 120 female), selected by using the stratified random sampling method. Data was gathered by using the Symptom Inventory version of the SCL-R-90 and then analyzed through comparison of mean and percentages. Result from the survey study shows that 23% of the subjects are sustaining high level of stress. Among the elements of stress symptoms, the highest level is IS, followed by OC, ANX, DEP, HOS, PAR, SOM, FOB, AD and PSY. The highest overall stress level based on district distribution would be Batu Pahat, then Kluang, followed by Pontian, Johor Bahru, Segamat, Kota Tinggi, Mersing and Muar. The experiment research was then carried out to measure the effect of REBT counseling group towards the elements of stress symptoms which have recorded the highest level of stress, namely IS, OC, ANX, DEP and HOS based on the measurement of pre-test and post-test between therapy groups and controlling groups. There were altogether 60 subjects (30 male and 30 female) from Batu Pahat, Kluang and Pontian which were selected by using the purposive random sampling method. The subjects were divided into six (6) group with four (4) therapy groups (male weekly therapy group, female weekly therapy group, male marathon therapy group and female marathon therapy group); and two (2) controlling groups (male controlling group and female controlling group). The results of pre-test and post-test were accumulated by using the Symptom Inventory version of the SCL-R-90 and then analyzed with ANCOVA, MANCOVA and post Hoc test at significant value of 0.05. The findings of experiment research show that REBT Counselling Group is effective towards all of the research variables: IS ( $F=4.463$ ;  $k < .05$ ); OC ( $F=9.670$ ;  $k < .05$ ); DEP ( $F=5.376$ ;  $k < .05$ ); and HOS ( $F=6.539$ ;  $k < .05$ ) compared to the controlling groups. Besides, the research findings also indicate that there are differences of the therapy effect based on the method of therapy and gender in which the marathon therapy group indicate better effect compared to the weekly therapy group; and the female therapy group show better effect compared to male therapy cluster. The overall result of the study shows that REBT Counselling Group is an effective method which could reduce stress level among the staff after the therapy. Finally, the REBT groups approach is an effective approach that could help to reduce stress problem among the staff of the governmental organization in Malaysia.

## MUKA SURAT

|                   |      |
|-------------------|------|
| PENGHARGAAN       | iii  |
| ABSTRAK           | iv   |
| ABSTRACT          | v    |
| KANDUNGAN         | vi   |
| SENARAI JADUAL    | v ii |
| SENARAI RAJAH     | viii |
| SENARAI SINGKATAN | ix   |

## BAB 1 PENDAHULUAN

1

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| 1.1 Pengenalan                                        | 1  |
| 1.2 Latar Belakang Kajian                             | 3  |
| 1.3 Penyataan Masalah                                 | 22 |
| 1.4 Tujuan Kajian, Objektif dan Soalan Kajian         | 27 |
| 1.4.1 Tujuan Kajian                                   | 27 |
| 1.4.2 Tujuan Kajian Awal ( <i>Preliminary Study</i> ) | 28 |
| 1.4.3 Tujuan Kajian Eksperimen                        | 29 |
| 1.5 Objektif kajian                                   | 29 |
| 1.6 Persoalan Kajian                                  | 31 |
| 1.7 Kepentingan Kajian                                | 32 |



### 1.10.3 Ketiga: Untuk melihat perbezaan min pra ujian dan min pos 60

ujian elemen simptom stres iaitu Obsesif-Kompulsif (OC),  
 Intetrpersonal sensiiviti(IS), kemurungan (DEP),  
 kebimbangan(ANX) dan permusuhan, (HOS) kesan  
 Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok rawatan  
 mingguan, kelompok rawatan maraton dan kelompok  
 kawalan.

### 1.10.4 Keempat: Untuk melihat perbezaan min pra ujian dan min 62

pos ujian elemen simptom stres iaitu Obsesif-Kompulsif  
 (OC), Interpesonal Sensiviti (IS), Kemurungan (DEP)  
 ,  
 Kebimbangan (ANX) dan Permusuhan (HOS) kesan

Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok rawatan

lelaki, kelompok rawatan perempuan dan kelompok kawalan

### 1.11 Rumusan 63

## BAB 2 KERANGKA TEORI DAN SOROTON KAJIAN 65

### 2.1 PENGENALAN 65

### 2.2 Kerangka Teori 65

#### 2.2.1 Teori Rawatan Stres Selye (1976) 67

#### 2.2.2 Teori Kelompok Terapi Emosi Rasional Tingkah laku REBT 73

#### 2.2.3 Model Kelompok REBT Mohammad Nasir (2006) 87



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

## 2.2.4 Teori Kognatif dan Model Stres Dalam Organisasi Stephen

88

Palmer.

## 2.3 Kerangka Intervensi Kaunseling Kelompok Berstruktur REBT 92

Terhadap Stres

## 2.4 Model-model Yang Menyokong REBT dalam Kaunseling 99

Kelompok

## 2.4.1. Model Proses Stres Greenberg (1999) 91

## 2.4.2 Model Stres dan Mengawal Blonna (2000) 102

## 2.4.3 Teori REBT dari Perspektif Al-Quran 105

2.4.4 Pendapat Lain Berhubung Teori REBT 108  
118

## 2.5 Kajian Lepas Tentang Stres 139

## 2.6 Kajian Lepas Kaunseling Kelompok Terhadap Stres 150

## 2.7 Rumusan



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

**BAB 3 METODOLOGI 152**

## 3.1 Pengenalan 152

## 3.2 Rekabentuk Kajian 153

## 3.2.1 Kajian Tinjauan (deskriptif survey) 153

## 3.2.2 Kajian Eksperimen 154

## 3.3 Lokasi Kajian 159

## 3.4 Pemilihan Responden 160

## 3.4.1 Pemilihan Responden Kajian Awal 160

## 3.4.2 Pemilihan Responden Untuk Eksperimen 161

## 3.5 Kaedah Pengumpulan Data 166



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

|            |                                                              |                |         |     |
|------------|--------------------------------------------------------------|----------------|---------|-----|
| 05-4506832 | Perpustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah | PustakaTBainun | ptbupsi | 167 |
| 3.5.1      | Kaedah Kajian Awal                                           |                |         | 167 |
| 3.5.2      | Kaedah Pengumpulan Data Kajian Eksperimen                    |                |         | 170 |
| 3.6        | Kajian Rintis.                                               |                |         | 170 |
| 3.6.1      | Proses Menyemak Ketepatan Bahasa dan Kefahaman Item          |                |         | 172 |
| 3.6.2      | Proses Kesahan                                               |                |         | 173 |
| 3.6.3      | Kebolehpercayaan Instrumen Kajian                            |                |         | 175 |
| 3.7        | Kajian Rintis Modul Kaunseling Kelompok                      |                |         | 176 |
| 3.7.1      | Kesahan Pakar                                                |                |         | 176 |
| 3.7.2      | Kebolehpercayaan                                             |                |         | 181 |
| 3.8        | Proses Intervensi                                            |                |         | 182 |
| 3.8.1      | Menetapkan Tempat Kajian dan Kebenaran Menjalankan Kajian.   |                |         | 182 |
| 05-4506832 | Perpustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah | PustakaTBainun | ptbupsi | 183 |
| 3.8.2      | Aliran Intervensi Kelompok                                   |                |         | 183 |
| 3.9        | Tahap Perkembangan Dalam Proses Kelompok Kaunseling REBT     |                |         | 186 |
| 3.9.1      | Tahap 1: Memina hubungan                                     |                |         | 186 |
| 3.9.2      | Tahap 2: Mentaksir Masalah diri dan Situasi                  |                |         | 187 |
| 3.9.3      | Tahap 3: Menyedia Ahli Kelompok Untuk Terapi                 |                |         | 187 |
| 3.9.4      | Tahap 4 Melaksanakan Program Rawatan                         |                |         | 188 |
| 3.9.5      | Tahap 5: Mengatur Strategi Sokongan (Rawatan)                |                |         | 189 |
| 3.9.6      | Tahap 6: Penilaian Penamatan                                 |                |         | 190 |
| 3.10       | Pengendalian Kelompok Intervensi                             |                |         | 192 |
| 3.11       | Analisa Data                                                 |                |         | 193 |
| 3.11.1     | Analisa Data kajian Awal                                     |                |         | 194 |
| 3.11.2     | Analisa Data Deskriptif.                                     |                |         | 194 |
| 05-4506832 | Perpustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah | PustakaTBainun | ptbupsi |     |

|              |                                                             |                |         |            |
|--------------|-------------------------------------------------------------|----------------|---------|------------|
| 05-4506832   | Perpustakaan Tuanku Bainun                                  | PustakaTBainun | ptbupsi | 194        |
|              | 3.11.3 Analisa Data Kajian Eksperimen                       |                |         |            |
|              | 3.12 Rumusan                                                |                |         | 196        |
| <b>BAB 4</b> | <b>KEPUTUSAN KAJIAN AWAL</b>                                |                |         | <b>197</b> |
|              | 4.1 Pendahuluan                                             |                |         | 197        |
|              | 4.2 Dapatan Kajian                                          |                |         | 199        |
|              | 4.2.1 Tahap Stres Keseluruhan Negeri Johor                  |                |         | 199        |
|              | 4.2.2 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Elemen            |                |         | 200        |
|              | 4.2.3 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jantina           |                |         | 203        |
|              | 4.2.4 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan umur              |                |         | 204        |
|              | 4.2.5 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jawatan           |                |         | 206        |
| 05-4506832   | Perpustakaan Tuanku Bainun                                  | PustakaTBainun | ptbupsi | 208        |
|              | 4.2.6 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Lama Bertugas     |                |         |            |
|              | 4.2.7 Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan                   |                |         | 210        |
|              | 4.3 Rumusan                                                 |                |         | 212        |
| <b>BAB 5</b> | <b>KEPUTUSAN KAJIAN EKSPERIMEN</b>                          |                |         | <b>215</b> |
|              | 5.1 Pendahuluan                                             |                |         | 215        |
|              | 5.2 Keputusan kajian Secara Deskriptif                      |                |         | 215        |
|              | 5.2.1 Perbandingan min pra dan pos ujian stres keseluruhan  |                |         | 215        |
|              | Kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan.                      |                |         |            |
|              | 5.2.2 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Sub Konstruk |                |         | 217        |
|              | Stres OC, IS, DEP, ANX,HOS, Kumpulan Rawatan dan            |                |         |            |
| 05-4506832   | Perpustakaan Tuanku Bainun                                  | PustakaTBainun | ptbupsi |            |



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

## Kumpulan Kawalan

### 5.2.3 Perbandingan min pra ujian dan pos ujian stres keseluruhan 221

antara kumpulan rawatan mingguan, kumpulan rawatan maraton dan kumpulan kawalan

### 5.2.4 Perbandingan min pra ujian dan pos ujian sub konstruk stres 223

kumpulan atan mingguan, Kumpulan rawatan maraton dan kumpulan kawalan

### 5.2.5 Perbandingan min pra ujian dan pos ujian stres 228

Keseluruhan kumpulan rawatan lelaki, kumpulan Rawatan perempuan dan Kumpulan kawalan

### 5.2.6 Perbandingan min pra ujian dan pos ujian stres sub konstruk 230

OC, IS, DEP, ANX, HOS, keseluruhan kumpulan rawatan



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

lelaki, kumpulan rawatan perempuan dan kumpulan

## 5.3 Hipotesis Kajian 236

### 5.3.1 Ringkasan Analisa Aancova untuk melihat perbezaan

signifikan min pra ujian dan min pos ujian stres keseluruhan

kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok

rawatan mingguan, kelompok rawatan maraton dan

kelompok kawalan

### 5.3.2 Ringkasan Analisa ANCOVA Untuk melihat perbezaan 243

Signifikan min praujian dan min Pos ujian stres

Keseluruhan kesan Kaunseling Kelompok REBT antara

kelompok rawatan lelaki, kelompok rawatan perempuan



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi



### 5.3.3 Ringkasan Analisa MANCOVA melihat Keberkesanan 243

Kaunseling Kelompok terhadap min pra ujian dan min pos ujian sub-konstruk stres iaitu Obsesif-Kompulsif (OC), Interpersonal Sensitiviti (IS), kemurungan (DEP), Kebimbangan (ANX) dan Permusuhan (HOS) kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok mingguan, kelompok maraton dan kelompok kawalan

### 5.3.4 Ringkasan Analisa Mancova melihat Keberkesanan 249

Kaunseling Kelompok terhadap min pra ujian dan min pos ujian sub-konstruk stres iaitu Obsesif - kompulsif



(OC), Interpersonal Sensitiviti (IS), kemurungan (DEP) dan Permusuhan (HOS) kesan Kaunseling Kelompok

REBT antara kelompok mingguan, kelompok maraton dan kelompok kawalan

### 5.4 Rumusan Analisa Deskriptif Perubahan Min Praujian dan 252

Posujian

## BAB 6 PERBINCANGAN 254

### 6.1 Pengenalan 255

### 6.2 Rumuan Keputusan 256

### 6.3 Perbincangan Kajian Awal Melalui Tinjauan 260



|            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                |     |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 05-4506832 |                | pustaka.ups.edu.my<br>Perustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah<br>PustakaTBainun<br>ptbupsi | 262 |
|            | 6.3.1 Tahap Sres Keseluruhan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                | 262 |
|            | 6.3.2 Elemen Simpto Stres                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                | 263 |
|            | 6.3.2.1 Tahap Stres Interpersonal - Sensitiviti                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                | 263 |
|            | 6.3.2.2 Tahap Stres Obsesif - kompulsif (O-C)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                | 265 |
|            | 6.3.2.3 Tahap Stres Kemurungan (DEP)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                | 266 |
|            | 6.3.2.4 Tahap Stres Kebimbangan (ANX)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                | 268 |
|            | 6.3.2.5 Tahap Stres Permusuhan (HOS)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                | 270 |
|            | 6.3.2.6 Tahap Stres Somatizasi (SOM)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                | 272 |
|            | 6.3.2.7 Tahap Stres Fobia (FOB)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                | 273 |
|            | 6.3.2.8 Tahp Stres Pemikiran Paranoid (PAR)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                | 277 |
|            | 6.3.2.9 Tahap Stres Psikotisme (PSY)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                | 278 |
|            | 6.3.2.10 Tahap Stres Dimensi Tambahan (AD)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                | 279 |
| 05-4506832 |      | pustaka.ups.edu.my<br>Perustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah<br>PustakaTBainun<br>ptbupsi | 281 |
|            | 6.3.3 Stres Berdasarkan Demografi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                | 281 |
|            | 6.3.3.1 Stres Keseluruhan Berdasarkan Jantina                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                | 281 |
|            | 6.3.3.2 Stres Keseluruhan Berdasarkan Umur                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                | 283 |
|            | 6.3.3.3 Stres Keseluruhan Berdasarkan Jawatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                | 284 |
|            | 6.3.3.4 Stres Keseluruhan Berdasarkan Lama Bertugas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                | 285 |
|            | 6.3.3.5 Stres Keseluruhan Berdasarkan Daerah                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                | 286 |
|            | 6.3.4 Profail Stres Staf Jabatan Kebajikan Masyarakat                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                | 287 |
|            | 6.4 Perbincangan Kajian Eksperimen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                | 290 |
|            | 6.4.1 Kesan Jenis Rawatan kaunseling kelompok Mingguan<br>dan Maraton kawalan Terhadap Pemboleh Ubah Kajian.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                | 292 |
|            | 6.4.2 Kesan Rawatan kaunseling Kelompok Mingguan,<br>Meraton dan Kawalan keseluruhan kakitangan Lelaki                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                | 296 |
| 05-4506832 |      | pustaka.ups.edu.my<br>Perustakaan TuanKu Bainun<br>Kampus Sultan Abdul Jalil Shah<br>PustakaTBainun<br>ptbupsi |     |

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| 6.5 Implikasi Kajian                              | 297 |
| 6.5.1 Implikasi kajian Terhadap Bidang Kaunseling | 298 |
| 6.5.2 Implikasi kajian Terhadap Teori Stres       | 301 |
| 6.5.3 Implikasi Model kaunseling Kelompok REBT    | 305 |
| Terhadap Simptom Stres                            |     |
| 6.6 Masalah Dalam Menjalankan Kajian              | 310 |
| 6.7 Saranan Penyelidik Masa Depan                 | 312 |
| 6.8 Rumusan dan Kesimpulan                        | 314 |

|                |            |
|----------------|------------|
| <b>RUJUKAN</b> | <b>316</b> |
|----------------|------------|

## LAMPIRAN

A Surat Permohonan dan Pengesahan Pelajar Menjalankan Kajian

B Borang Soal selidik

C Borang Penilaian Pakar Soal Selidik dan Modul

D Surat Permohonan dan Laporan Penilain Pakar Ke Atas Soal Selidik

E Ujian Rintis Katas Soal Selidik

F Laporan Penilaian Pakar Untuk Keasahan Kandungan Modul

G Jadual Proses Perlaksanaan Modul

H Perlaksanaan Modul



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

**SENARAI JADUAL**Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

**Jadual****Muka Surat**

|      |                                                                                                                     |     |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 3.1  | Staf JKM Negeri Johor                                                                                               | 160 |
| 3.2  | Bilangan Responden Mengikut Kelompok Dan Jantina                                                                    | 165 |
| 3.3  | Dimensi dan Item                                                                                                    | 169 |
| 3.4  | Nilai Kesahan Instrumen SCLR90                                                                                      | 171 |
| 3.5  | Nilai Kebolehppercayaan Instrumen SCLR90                                                                            | 174 |
| 3.6  | Penilaian Pakar Soal Selidik Kesesuaian Sesi dan Aktiviti Yang<br>Dijalankan Dalam Modul Kaunseling Berstruktur.    | 178 |
| 3.7  | Penilaian Pakar Soal Selidik Kesesuaian Sesi dan Aktiviti Yang<br>Dijalankan Dalam Modul Kaunseling Berstruktur.    | 179 |
| 3.8  | Kebolehppercayaan Soalselidik Modul Kelompok                                                                        | 180 |
| 3.9  | Keasahan Soal Selidik Modul Kelompok                                                                                | 181 |
| 3.10 | Pertemuan Sesi Kaunseling Kelompok Mingguan                                                                         | 184 |
| 3.11 | Pertemuan Sesi Kaunseling Kelompok Maraton                                                                          | 193 |
| 4.1. | Tahap Stres Keseluruhan Negeri Johor                                                                                | 199 |
| 4.2  | Tahap Stres Element Berdasarkan Elemen Stres                                                                        | 201 |
| 4.3  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jantina                                                                         | 203 |
| 4.4  | Tahap Stres Keseluruhan Umur                                                                                        | 205 |
| 4.5  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jawatan                                                                         | 207 |
| 4.6  | Tahap Stres Umum Berdasarkan Lama Bertugas                                                                          | 209 |
| 4.7  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Daerah                                                                          | 211 |
| 5.1  | Perbandingan min pra ujian dan Pos ujian stres keseluruhan<br>kumpulan rawatandan kawalan                           | 216 |
| 5.2  | Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Sub Konstruk Stres<br>OC, IS, DEP, ANX, HOS, Kumpulan Rawatan dan kawalan. | 218 |



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

|      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |     |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 5.3  | Perbandingan min pra ujian dan pos ujian stres keseluruhan antara kumpulan rawatan mingguan, kumpulan rawatan maraton dan kumpulan kawalan                                                                                                                                                                                                         | 221 |
| 5.4  | Perbandingan min pra ujian dan pos ujian sub konstruk stres kumpulan rawatan mingguan, Kumpulan rawatan maraton dan kumpulan kawalan.                                                                                                                                                                                                              | 224 |
| 5.5  | Perbandingan Min pra ujian dan pos ujian stres keseluruhan kumpulan rawatan lelaki, kumpulan Rawatan perempuan dan Kumpulan kawalan                                                                                                                                                                                                                | 228 |
| 5.6  | Perbandingan Min pra ujian dan pos ujian stres sub konstruk OC, IS, DEP, ANX, HOS, keseluruhan kumpulan rawatan lelaki, kumpulan rawatan perempuan dan kumpulan kawalan                                                                                                                                                                            | 231 |
| 5.7  | Ringkasan Analisa ANCOVA untuk melihat perbezaan signifikan min pra ujian dan min pos ujian stres keseluruhan kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok rawatan mingguan, kelompok rawatan maraton dan kelompok kawalan                                                                                                                       | 242 |
| 5.8  | Ringkasan Analisa ANCOVA Untuk melihat perbezaan signifikan min praujian dan min Pos ujian stres keseluruhan kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok rawatan lelaki, kelompok rawatan perempuan dan kelompok kawalan                                                                                                                        | 243 |
| 5.9  | Ringkasan Analisa Pos Hoc-Tukey ANCOVA untuk melihat perbezaan signifikan min praujian dan min Pos ujian stres keseluruhan kesan Kelompok REBT antara kelompok rawatan lelaki, kelompok rawatan perempuan dan kelompok kawalan                                                                                                                     | 224 |
| 5.10 | Ringkasan Analisa MANCOVA melihat Keberkesanan kaunseling Kelompok terhadap min pra ujian dan min pos ujian sub-konstruk stres iaitu Obsesif-Kompulsif (OC), Intrepersonal Sensitiviti (IS), Kemurungan (DEP)Kebimbangan (ANX) dan Permusuhan (HOS) kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok mingguan, kelompok maraton dan kelompok kawalan | 245 |
| 5.11 | Ringkasan Analisa Post Hoc – Turkey MANCOVA untuk melihat perbezaan signifikan min pos ujian stres keseluruhan kesan Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok rawatan mingguan, kelompok rawatan maraton dan kelompok kawalan dalam Subkonstruk Obsesif-Kompulsif (OC,) Intrepersonal Sensitiviti (IS), Kemurungan (DEP) dan Permusuhan (HOS)      | 246 |
| 5.12 | Ringkasan Analisa MANCOVA Melihat Keberkesanan kaunseling Kelompok terhadap min pra ujiandan min pos ujian sub-konstruk                                                                                                                                                                                                                            |     |

-  05-4506832
  [pustaka.upsi.edu.my](http://pustaka.upsi.edu.my)
 Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah
  PustakaTBainun
  ptbupsi
- stres iaitu Obsesif-kompulsif ( *OC*), Intrepersonal Sensitiviti ( *IS*),  
 Kemurungan ( *DEP*) dan Permusuhan ( *Hostility* – *HOS*) kesan  
 Kaunseling Kelompok REBT antara kelompok lelaki, kelompok  
 Perempuan dan kelompok kawalan. 248
- 5.13 Ringkasan Analisa Post Hoc – Turkey MNCOVA untuk perbezaan  
 signifikan min pos ujian stres keseluruhan kesan Kaunseling  
 Kelompok REBT antara kelompok rawatan lelaki, kelompok  
 rawatan perempuan dan kelompok kawalan. 249



## Rajah

## Muka surat

|      |                                                                                                                                                                                         |     |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.1  | Rajah Tiga Tahap Sindrom Penyesuaian Umum atau G.A.S (( <i>Geeral Adaptation Syndrome</i> ) Selye (1975)                                                                                | 69  |
| 2.2  | Keluk Yerkes Dodson                                                                                                                                                                     | 71  |
| 2.3  | Model Interaksi Manusia ABC. <i>Sumber:</i> Ellis,1962.                                                                                                                                 | 74  |
| 2.4  | Model Interaksi Manusia ABCDE. <i>Sumber:</i> Ellis,1962.                                                                                                                               | 84  |
| 2.5  | Model Pendekatan REBT ke atas Remaja Berisiko. <i>Sumber:</i> Mohammad Nasir, (2006)                                                                                                    | 88  |
| 2.6  | Teori Kognatif dan Model Stres Dalam Organisasi Stephen Palmer (2002)                                                                                                                   | 91  |
| 2.7  | Kerangka Kaunseling Kelompok Berstruktur Berteraskan Pendekatan REBT keatas Simptom Stres Dalam Konteks Kajian.                                                                         | 96  |
| 2.8  | Kerangka Teori REBT Dalam Kontek Kajian. <i>Sumber :</i> Berdasarkan Ellis/Nasir/Palmar                                                                                                 | 97  |
| 2.4  | Model Stres dan Mengawal Blonna (2000)                                                                                                                                                  | 84  |
| 2.5  | Teori Kognatif dan Model Stres Dalam Organisasi Stephen Palmer (2002)                                                                                                                   | 88  |
| 2.6  | Model Interaksi Manusia ABC ( <i>Sumber: Ellis,1962</i> )                                                                                                                               | 91  |
| 2.7  | Model Interaksi Manusia ABCDE ( <i>Sumber: Ellis,1962</i> )                                                                                                                             | 96  |
| 2.8  | Kerangka Intervensi Kaunseling Kelompok berteraskan pendekatan REBT Ke atas Stres.                                                                                                      | 97  |
| 2.9  | Kerangka Intervensi Kaunseling Kelompok Berstruktur.                                                                                                                                    | 98  |
| 2.10 | Model Proses Stres <i>Stres Greenberg. Sumber:</i> Stres Greenberg (1999).                                                                                                              | 102 |
| 2.11 | Model Stres Mengawal Ballona . <i>Sumber:</i> Blonna (2000)                                                                                                                             | 104 |
| 2.12 | Sumber Al-quran Dan Terjemahan oleh Al-Malik Fahd Li Thiba'at Al-Mush-Haf As-Syarie Medinah Munawwarah P.o. Box 6262 (91:7-10) .Kerajaan saudi Arabia tahun 2000 bersamaan 1420 Hijrah. | 106 |
| 3.1  | Rekabentuk Kajian Eksperimen Ke atas Simptom Stres                                                                                                                                      | 157 |
| 3.2  | Carta Aliran Pemilihan Respondan dan Intervensi Eksperimental                                                                                                                           | 163 |
| 4.1  | Tahap Stres Keseluruhan di Negeri Johor                                                                                                                                                 | 200 |
| 4.2  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Elemen Simptom Stres                                                                                                                                | 202 |
| 4.3  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jantina                                                                                                                                             | 204 |
| 4.4  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Umur.                                                                                                                                               | 206 |
| 4.5  | Tahap Stres Keseluruhan Berdasarkan Jawatan                                                                                                                                             | 208 |

|                                                                                                                                                                |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 4.6 Tahap Stres bagi Lama Bertugas                                                                                                                             | 208 |
| 4.7 Tahap Stres Berdasarkan Daerah                                                                                                                             | 212 |
| 5.1 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Stres Keseluruhan Kumpulan Rawatan dan Kawalan                                                                    | 216 |
| 5.2 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Elemen Stres OC, IS, DEP, ANX, HOS Kumpulan Rawatan dan Kawalan                                                   | 221 |
| 5.3 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Stres Keseluruhan di antara Kumpulan Rawatan Mingguan, Kumpulan Rawatan Maraton dan Kumpulan Kawalan.             | 223 |
| 5.4 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Elemen Stres Kumpulan Rawatan Mingguan, Kumpulan Rawatan Maraton dan Kumpulan Kawalan                             | 228 |
| 5.5 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Stres Keseluruhan Kumpulan Rawatan lelaki, Kumpulan Rawatan Perempuan dan Kumpulan Kawalan.                       | 230 |
| 5.6 Perbandingan Min Pra Ujian dan Pos Ujian Stres OC, IS, DEP, ANX, HOS, Keseluruhan Kumpulan Rawatan Lelaki, Kumpulan Rawatan Perempuan dan Kumpulan Kawalan | 236 |

## SENARAI SINGKATAN



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi

|         |                                                                      |
|---------|----------------------------------------------------------------------|
| ANX     | Anxiety (Kebimbangan)                                                |
| BO T    | Bantuan Orang Tua                                                    |
| EPC     | Elaun Pekerja Cacat                                                  |
| BKK     | Bantuan Kebajikan Keluarga                                           |
| (BB)    | Bantuan Bencana                                                      |
| BPT     | Bantuan Pesakit Telantar                                             |
| DEP     | Depression (Kemurungan)                                              |
| HOS     | Permusuhan                                                           |
| IS      | Interpersonal – Sensitiviti (I-S) (Rasa rendah diri)                 |
| JKM     | Jabatan Kebajikan Masyarakat.                                        |
| KKT     | Kaunseling Kelompok Terapi                                           |
| KKKRTSS | Kesan Kaunseling Kelompok REBT Terhadap Simptom Stres                |
| OC      | Obsesif-Kompulsif (Beban kerja)                                      |
| OKU     | Bantuan Orang Kurang Upaya                                           |
| PAR     | Pemikiran Paranoid                                                   |
| PKMD    | Pegawai Kebajikan Masyarakat Daerah                                  |
| POB     | Fobia                                                                |
| PSY     | Psikotism                                                            |
| REBT    | Rational Emotive Behavior Therapy (Terapi Rasional Emotif Perlakuan) |
| SOM     | Somatizasi (Penyakit yang dihidapi)                                  |
| SWD     | Social Welfare Department                                            |



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun



ptbupsi



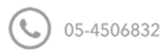
Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



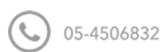
Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



Perpustakaan Tuanku Bainun  
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi



## BAB 1

### PENDUHLUAN

#### 1.1 Pengenalan

Jabatan Kebajikan Masyarakat Malaysia (JKMM) adalah merupakan sebuah agensi kerajaan yang menyediakan perkhidmatan dan kemasyarakatan bagi individu, kelompok dan komuniti. Dalam penglibatannya dengan masalah sosial dan persoalan kehidupan manusia, unsur-unsur nilai kerja kemasyarakatan merupakan faktor utama yang menjadi pegangan kepada setiap lapisan staf JKMM sebagai penyampai di samping menghayati serta menghormati martabat dan harga diri pelanggan yang berhak untuk menikmati kepuasan daripada perkhidmatan yang disediakan untuk mereka. Justeru itu, setiap staf JKMM perlu memiliki pengetahuan dan kemahiran kerja yang unggul serta bersikap positif terhadap tugas dan kewajipannya. Kod Etika ini adalah piawaian yang harus diamalkan untuk menjamin perkhidmatan kemasyarakatan yang berkesan dan berkualiti serta disampaikan oleh staf yang berdisiplin tinggi, bertanggungjawab dan komited terhadap kewajipannya. Oleh itu, masalah yang berlaku di kalangan para pekerja akan memberi kesan kepada prestasi pekerja dan pembangunan organisasi. Prestasi pekerja merupakan salah satu aktiviti yang penting dalam sesebuah organisasi termasuklah sektor swasta dan awam (Rusli Ahmad, 2007).





Sehubungan dengan itu, staf di Jabatan Kebajikan Masyarakat Malaysia (JKMM) mempunyai peranan utama yang diamanahkan dalam proses memberi bantuan kepada rakyat. Mereka dituntut untuk melaksanakan tugas dengan penuh tanggungjawab kepada negara. Situasi ini secara tidak langsung boleh mengakibatkan staf JKMM terpaksa berhadapan dengan pelbagai tanggungjawab yang lebih mencabar, berat dan semakin kompleks. Ini menimbulkan stres dalam diri mereka. Faktor-faktor ini juga telah mengerakkan usaha kajian stres dilakukan ke atas mereka. Tambahan pula pekerja merupakan golongan yang mudah terdedah dengan stres sama ada stres daripada luaran mahupun dalaman. Stres merupakan salah satu aktiviti untuk bertindakbalas dengan sesuatu situasi yang dianggap memberi cabaran dan ancaman kepada tingkahlaku seseorang individu (McShane dan Glinow, 2005).



Selain itu, Jabatan Kebajikan Masyarakat juga merupakan sebuah agensi kerajaan yang mempunyai tanggungjawab sosial yang menyeluruh dan mempunyai kumpulan sasaran yang meliputi semua lapisan masyarakat. Dalam memastikan Dasar Sosial Negara mencapai matlamat seperti yang ditetapkan, Jabatan Kebajikan Masyarakat merupakan agensi pelaksana dan penyelarasan yang memainkan peranan penting mencapai sasaran tersebut. Matlamat utama Dasar Sosial Negara bertujuan mewujudkan masyarakat Malaysia yang maju dan mantap dari segi sosial, ekonomi, dan teknologi dengan setiap anggota masyarakat berpeluang serta berkeinginan untuk memperkembangkan potensi diri secara optimum di dalam persekitaran sosial yang sihat berdasarkan ciri-ciri bersatu-padu, berdaya tahan, demokratik, bertoleransi, progresif, penyayang, adil dan saksama selaras dengan matlamat Wawasan 2020.



Dalam memastikan matlamat tersebut mencapai kejayaan, Jabatan Kebajikan Masyarakat memainkan peranan utama melaksanakan agenda tersebut. Jaringan dan perkaitan Dasar Sosial Negara dan Jabatan Kebajikan Masyarakat dalam menagani isu sosial perlu dilihat dengan meluas dalam skop dan objektif khusus Dasar Sosial Negara. Dalam usaha memastikan keperluan asas individu, keluarga, dan masyarakat dipenuhi seperti yang digariskan dalam objektif Dasar Sosial Negara, Jabatan Kebajikan Masyarakat memainkan peranan yang amat penting dalam melaksanakan perkara tersebut. Sekiranya keperluan asas individu, keluarga dan masyarakat tidak dipenuhi oleh agensi yang bertanggungjawab, ianya akan mewujudkan masalah dan menjadi isu sosial yang mesti diselesaikan oleh pihak kerajaan dan agensi yang berkaitan.

## 1.2 Latar Belakang Kajian

ditubuhkan dalam tahun 1946. Dalam jangkamasa 62 tahun, Organisasi ini telah mengalami evolusi bagi memenuhi peranannya seiring dengan pembangunan dan kemajuan negara. Bermula dengan penglibatannya untuk menangani masalah yang timbul akibat Perang Dunia Ke-2, peranan dan fungsi jabatan ini telah berkembang kepada perkhidmatan pencegahan dan pemulihan dalam isu-isu sosial serta pembangunan masyarakat. Sebagai salah satu agensi kerajaan yang memainkan peranan penting dalam pembangunan sosial, ia telah ditempatkan di bawah beberapa kementerian, antaranya adalah seperti yang berikut: