



## Hubungan Antara Efikasi Kendiri, Beban Tugas dan Masalah Kesehatan Mental dalam Kalangan Pensyarah Kolej Vokasional

### Relationship Between Self-Efficacy, Workload and Mental Health among Lecturers in Vocational Colleges

Eee Chinge Tien<sup>1</sup>, Hashima Hamid<sup>2\*</sup>, Ahmad Rizal Madar<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Fakulti Pendidikan Teknikal dan Vokasional,  
Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Parit Raja, Batu Pahat, 86400, MALAYSIA

\*Corresponding Author

DOI: <https://doi.org/10.30880/ojtp.2022.07.01.001>

Received 02 March 2022; Accepted 12 March 2022; Available online 31 March 2022

**Abstrak:** Penstrukturan semula kurikulum vokasional serta pengakreditasi kurikulum Kolej Vokasional (KV) daripada beberapa badan professional yang berbeza sedikit sebanyak menyebabkan beban tugas guru vokasional semakin tinggi dan mewujudkan pertambahan masalah kesihatan mental yang mengancam efikasi sendiri guru. Oleh yang demikian, kajian tinjauan ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara bebanan tugas, efikasi sendiri dan masalah kesihatan mental dalam kalangan guru di KV. Persampelan kajian melibatkan 269 orang guru dari lapan buah KV di sekitar negeri Johor yang menggunakan instrument soal selidik. Reka bentuk kajian ini adalah kuantitatif deskriptif yang menggunakan min dan sisihan piawai selain korelasi Pearson untuk melihat hubungan antara konstruk. Dapatan kajian menunjukkan terdapat hubungan yang tidak kuat di antara efikasi sendiri dengan masalah kesihatan mental dan juga beban tugas dengan masalah kesihatan mental. Dapatan ini menyimpulkan bahawa masa kini efikasi sendiri dan beban tugas bukanlah faktor penentu yang kuat untuk tahap masalah kesihatan guru vokasional. Diharap dengan dapatan ini dapat memberi gambaran bahawa efikasi sendiri mempunyai hubungan dengan beban tugas dan masalah kesihatan mental guru KV. Pengkaji berharap agar skop kajian ini dapat dikembangkan lagi oleh para penyelidik masa depan mengikut kesesuaian semasa.

**Kata Kunci:** Efikasi sendiri, bebanan tugas, masalah kesihatan mental, Kolej Vokasional

**Abstract:** Changes to the management system and restructuring of vocational curriculum as well as accreditation of Vocational Colleges (KV) curriculum from several different professional bodies to some extent cause the workload of vocational teachers to increase and create an increase in mental health problems that threaten teachers' self-efficacy. Therefore, this survey study aimed to assess the level of workload, self-efficacy and mental health problems among teachers in Vocational Colleges (KV) and further look at the relationship between these constructs. The sampling of the study involved 269 teachers from eight KVs around Johor by using Questionnaire. The quantitative data were analyzed using mean, standard deviation, and Pearson correlation. Findings of the study have shown that the teachers' self-efficacy and mental health problems were at a high level. The overall workload was also at a high level but the curriculum area load has now changed to a moderate level, unlike previous research studies where the curriculum area has always remained at a high level. These findings conclude that the present self-efficacy and workload are not strong determining factors for the mental health problems of vocational teachers. It is hoped that these findings could provide some insights to the KV lecturers that self-efficacy is actually correlated with workload and mental health. Furthermore, researcher hopes that the scope of this study can be further developed by future researchers according to the current situation.

**Keywords:** Self-efficacy, workload, mental health, Vocational College

## 1. Pengenalan

Pendidikan Teknik dan Vokasional memainkan peranan yang penting dalam membentuk negara yang berjaya (Azila Dason et al, 2011). Transformasi pembangunan pendidikan Teknik dan Vokasional di Malaysia bermula pada tahun 2013. Transformasi dan penstrukturan ini juga telah membawa perubahan dan cabaran terhadap profession perguruan guru KV. Transformasi ini telah memperlihatkan berlaku perubahan dalam silibus pengajaran dengan pengurangan dalam komposisi akademik. Menurut Arshad dan Mustapha (2017) sebanyak 30 peratus komposisi akademik dikurangkan dan penambahan amali teknikal sebanyak 70 peratus telah dilakukan. Rentetan ini, perubahan jadual pembelajaran yang agak panjang juga berlaku dimana menurut kajian mereka, pelajar dan pensyarah di kolej vokasional (KV) perlu memperuntukkan masa dari jam 8 pagi sehingga jam 5 petang setiap hari.

Sistem kurikulum di KV adalah berdasarkan kepada standard Kemahiran Pekerjaan Kebangsaan atau NOSS dan sistem persijilan yang mempunyai lima tahap kemahiran (KPM, 2015). Manakala menurut (MQA, 2016), pensyarah perlu mempunyai Sijil Kemahiran Tahap 5 untuk mengajar pelajar Diploma Kolej Vokasional tahun 1 dan 2. Selain itu, sistem akreditasi yang berbeza bagi badan professional seperti MQA dan MBOT terhadap kurikulum di KV juga merupakan kesan-akibat kepada penambahan beban tugas dan masalah kesihatan mental bagi kalangan guru di KV. Menurut Shahin dan Naser (2011) dan Furgeson, Frost dan Hall (2012), bebanan tugas guru kebanyakannya berpunca daripada penambahan beban tugas dan kerja kesan dari perubahan sistem dan kurikulum dalam sistem pendidikan.

Hasil sorotan literasi yang dilakukan oleh pengkaji berkaitan dengan isu ini menunjukkan agak kurang penyelidik tempatan yang menjalankan kajian yang menyeluruh tentang masalah yang timbul ini, cuma segelintir kecil penyelidik yang menjalani kajian bagi kolej vokasional. Namun, kajian mereka lebih kepada masalah stress sahaja seperti kajian Kamarudin, (2012) yang mengkaji faktor yang mempengaruhi stress dalam kalangan guru di kolej vokasional, Ramlee (2015) mengkaji tahap stress dalam kolej vokasional di negeri Johor. Selain itu, Siraj & Ibrahim (2012) pula mengatakan pelbagai faktor seperti kekangan masa dan sumber, kerenah pelajar, hubungan persekitaran kerja yang kurang memuaskan, hubungan interpersonal yang kurang baik, dan keadaan kerja menyebabkan tekanan guru.

### 1.1 Penyataan Masalah

Profesion Keguruan hari ini kian mencabar bukan setakat kerja hakiki malah ditambah dengan pelbagai tugas sampingan yang berbeza yang perlu dilaksanakan dari masa ke semasa. Ini menjadi salah satu punca kepada kurangnya kualiti yang baik dalam proses pengajaran dan pembelajaran yang merupakan tugas utama guru. Keadaan ini berlanjutan lagi dengan perubahan kurikulum dan sistem pengakretasian dari badan professional yang berbeza di KV menjadikan tugas guru makin bertambah yang memberi kesan kepada kesihatan mental dan efikasi guru tersebut.

### 1.2 Tujuan Kajian

Berdasarkan kepada penyataan masalah di atas, maka tujuan kajian ini adalah untuk mengenal pasti samada wujudnya korelasi ataupun tidak antara persepsi guru KV terhadap efikasi sendiri dan beban tugas dengan masalah kesihatan mental mereka dalam menghadapi gelombang transformasi pendidikan yang mencabar ini.

### 1.3 Persoalan Kajian

Bagi memastikan tujuan dan objektif kajian tercapai dan seterusnya memastikan perjalanan kajian dengan terancang dan teratur, persoalan kajian telah dikenal pasti seperti berikut:

- i. Adakah terdapat hubungan di antara efikasi sendiri dan kesihatan mental guru kolej vokasional?
- ii. Adakah terdapat hubungan di antara beban tugas dan kesihatan mental guru kolej vokasional?

### 1.4 Sorotan Literatur

Dewasa ini, profesion keguruan dilihat antara bidang kerjaya paling berisiko mengalami tekanan kerja dan masalah kesihatan mental apabila seringkali berhadapan dengan pelbagai perubahan dan cabaran semasa dunia pendidikan termasuk perubahan dalam dasar kurikulum kebangsaan, pentaksiran dan penilaian, teknologi maklumat, bebanan tugas, tingkah laku pelajar, kekangan masa dan pelbagai masalah dalam persekitaran organisasi (Kamarudin et al, 2020). Masalah beban tugas dan masalah kesihatan mental banyak diperbincangkan oleh penyelidik tempatan dan luar negara. *The American Institute of Stress* pada tahun 2019 membuktikan bahawa profesion sebagai guru adalah profesion yang paling tertekan dengan pelbagai cabaran semasa sehingga membawa kepada risiko masalah kesihatan yang serius. (Kamarudin et al, 2020). Kenyataan ini telah dibukti dengan kajian yang dilakukan oleh Universiti Putra Malaysia iaitu seramai 71.1 peratus guru di Lembah Klang mengalami masalah tekanan kerja kerana persekitaran (Amin et al, 2019).

Cabaran kerja dan komitmen guru terhadap tugas menjadikan guru bekerja dalam keadaan tertekan serta menanggung beban kerja yang agak berat. Tanggungjawab guru dalam membantu kemenjadian murid mengakibatkan konflik sehingga menyebabkan guru mengalami tekanan (Ismail et al., 2016). Statistik yang dikeluarkan oleh pihak KPM menunjukkan 2123 (4.4%) daripada 48,258 pendidik mengalami tekanan kerja pada tahap sederhana dan tinggi (Berita Harian, 2018). Kajian oleh Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Kebangsaan (NUTP) pula mendapati 70 peratus daripada 9,000 guru di seluruh negara tertekan bukan sahaja kerana bebanan tugas guru tetapi juga terpaksa berdepan dengan karenah di persekitaran tempat kerja (Ummi Kalsom, 2014).

#### 1.4.1 Efikasi Kendiri

Efikasi sendiri merupakan pengendalian satu keyakinan atau kepercayaan diri individu mengenai kemampuannya untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, menghasilkan sesuatu dan melaksanakan tindakan untuk mencapai sesuatu kecekapan tertentu dengan baik dan cermat, tanpa pembaziran waktu, tenaga atau belanja. (Kamus Dewan Bahasa edisi keempat, 2008). Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi sendiri membawa erti kepercayaan individu terhadap kemampuannya untuk berjaya dalam melakukan sesuatu. Selain itu, menurut Dasan dan Nawi (2020) mengatakan efikasi sendiri adalah kepercayaan seseorang atas kemampuannya dalam menguasai situasi dan menghasilkan sesuatu yang menguntungkan. Selcuk (2020) yang mendapati semakin tinggi efikasi sendiri guru maka semakin tinggi juga prestasi kerja yang melibatkan komitmen guru dengan organisasi dan penglibatan mereka dalam melaksanakan tugas. Malahan kajian beliau juga menunjukkan efikasi sendiri guru mempunyai kesan mediasi yang signifikan di antara penglibatan kerja guru dengan prestasi kerja mereka. Manakala komitmen dan motivasi organisasi memantapkan sepenuhnya hubungan antara efikasi sendiri guru dan penglibatan pekerjaan (Selcuk, D.,2020). Huang (2016) menyebut efikasi sendiri adalah hasil interaksi antara lingkungan luaran, mekanisme penyesuaian diri serta kemampuan personal, pengalaman dan pendidikan. Dalam konteks kajian ini efikasi sendiri adalah berkaitan dengan tahap keyakinan dan kemampuan guru untuk mencapai segala sasaran tugasnya yang meliputi pengajaran, pentadbiran, penyeliaan pelajar, penerbitan, penyelidikan, perkhidmatan terhadap tahap keupayaan diri dalam hasil pembelajaran pelajar.

#### 1.4.2 Beban Tugas

Mengikut kamus Dewan Bahasa edisi ketiga (2007), bebanan tugas adalah tanggungan kerja luar jangkaan yang mesti dilaksanakan dalam tempoh tertentu. Bebanan tugas biasanya berkait rapat dengan kurang kepuasan kerja yang ditanggung dan isi padunya jawatan yang dipikul. Dalam konteks kajian ini istilah beban tugas merujuk kepada tanggungjawab yang perlu dilakukan oleh para guru di dalam bilik darjah atau pun di luar bilik darjah untuk menyelesaikan segala tugas kerja kolej. Beban tugas ini boleh diukur dengan melihat jumlah masa yang diperuntukkan bagi menyelesaikannya. Beban tugas guru juga bermaksud jumlah peruntukan masa yang digunakan oleh seorang guru untuk menyelesaikan tugas-tugas berbentuk akademik dan bukan akademik di dalam bilik darjah atau pun di luar bilik darjah. Beban tugas guru juga merangkumi tanggungan kerja luar jangkaan yang diberikan oleh pengurusan induk serta pengurusan lapisan yang berkaitan yang mesti dilaksanakan dalam tempoh tertentu.

#### 1.4.3 Masalah Kesihatan Mental

Mengikut *World Health Organization* (WHO, 2015), kesihatan mental adalah kebolehan seseorang mengekalkan hubungan yang harmoni dengan orang lain, kebolehan mengambil bahagian dalam aktiviti kemasyarakatan dan

kebolehan untuk menyumbang kepada masyarakat. Manakala, mengikut Kementerian Kesihatan Malaysia, masalah kesihatan mental, pada dasarnya adalah ketidakmampuan seseorang individu, kumpulan dan persekitaran untuk berinteraksi dengan individu lain, dengan menggunakan pemikiran, perasaan dan keupayaan berkomunikasi bagi mencapai kesejahteraan hidup yang saksama. Dari sudut konteks kajian ini, masalah kesihatan mental merujuk kepada masalah kelakuan guru dari segi emosi, fizikal serta tahap inspirasi perkhidmatan. Tahap masalah kesihatan mental yang baik sepatutnya mempunyai kesejahteraan psikologi di mana seseorang mampu melakukan tugas dalam tahap emosi dan pelarasan tingkah laku yang memuaskan. Masalah kesihatan mental bukan penyakit. Individu yang mempunyai masalah kesihatan mental masih boleh meneruskan kehidupan seharian berbanding dengan mereka yang mengalami penyakit mental.

## 2. Metodologi Kajian

Reka bentuk kajian ini adalah berbentuk kuantitatif yang menggunakan pendekatan tinjauan bagi menguji dan menjawab persoalan kajian. Kajian ini merupakan penyelidikan berbentuk deskriptif yang dijalankan melalui penggunaan instrumen soal selidik. Kajian ini menggunakan kaedah persampelan rawak berkelompok dimana responden dipilih mengikut pecahan kolompok kolej yang terlibat. Borang soal selidik yang mengandungi 73 item yang mengukur menggunakan skala likert lima (5) mata telah diedarkan kepada 269 orang guru di lapan buah KV negeri Johor yang mempunyai jumlah populasi seramai 842 orang. Penyelidikan ini dijalankan di atas persetujuan dan bantuan pengarah setiap kolej. Reka bentuk kajian ini adalah berbentuk kuantitatif yang menggunakan pendekatan tinjauan bagi menguji dan menjawab persoalan kajian. Kajian ini merupakan penyelidikan berbentuk deskriptif yang dijalankan melalui penggunaan instrumen soal selidik. Kajian ini menggunakan kaedah persampelan rawak berkelompok dimana responden dipilih mengikut pecahan kolompok kolej yang terlibat. Borang soal selidik yang mengandungi 73 item yang mengukur menggunakan skala likert lima (5) mata telah diedarkan kepada 269 orang guru di lapan buah KV negeri Johor yang mempunyai jumlah populasi seramai 842 orang. Penyelidikan ini dijalankan di atas persetujuan dan bantuan pengarah setiap kolej. Penerokaan tentang latar belakang kolej vokasional telah dilaksanakan oleh penyelidik sebelum memilih responden untuk penyelidikan. Setelah penerokaan, penyelidik telah memilih lapan buah kolej vokasional di sekitar Johor sebagai lokasi kajian. Kolej-kolej tersebut ini terpilih kerana mempunyai bilangan tenaga pengajar yang agak besar antara 80 hingga 110 orang guru. Setiap kolej menawar kursus vokasional yang berbeza antara satu dengan yang lain. Pemilihan ini juga adalah berdasarkan kepada faktor di mana kolej kolej tersebut telah beroperasi selama tujuh tahun mulai tahun 2013 iaitu tahun pertama Transformasi Pendidikan Teknik dan Vokasional, maka dengan itu secara tidak langsung penyelidik dapat mengumpul maklum balas yang bertepatan dengan penyelidikan yang dijalankan.

## 3. Dapatan dan Perbincangan

Berikut merupakan dapatan bagi bahagian demografi kajian. Jadual 1 menerangkan lokasi serta jumlah responden yang terlibat bagi setiap lokasi kajian.

**Jadual 1 - Lokasi kajian**

Lokasi	N	Peratus
Kolej Vokasional (ERT) Azizah	33	12.3
Kolej Vokasional Batu Pahat	34	12.6
Kolej Vokasional Kluang	34	12.6
Kolej Vokasional Muar	34	12.6
Kolej Vokasional Perdagangan	33	12.3
Kolej Vokasional Segamat	34	12.6
Kolej Vokasional Tanjung Puteri	33	12.3
Kolej Vokasional Kota Tinggi	34	12.6
Total	269	100

Analisis korelasi bivariate pearson di lakukan antara konstruk bebas bebanan tugas dengan konstruk bersandar iaitu masalah kesihatan mental telah dijalankan bagi menguji hipotesis dan menjawab persoalan kajian . Terdapat dua persoalan kajian utama yang akan dibincangkan dalam bahagian ini seperti berikut:

- i. Persoalan Kajian 1: Adakah terdapat hubungan di antara efikasi sendiri dan kesihatan mental guru kolej vokasional?

**Jadual 2 - Korelasi antara efikasi sendiri dan masalah kesihatan mental serta bebanan tugas dengan masalah kesihatan mental guru KV**

Elemen	Statistik	Masalah Kesihatan Mental
Efikasi Kendiri	Korelasi Pearson	0.45
	Sig. 2 tailed	0.00
	N	269
	Statistik	Masalah Kesihatan Mental
Bebanan tugas	Korelasi Pearson	0.240
	Sig. 2 tailed	0.04
	N	269

Berdasarkan Jadual 2, nilai signifikan p-value adalah 0.00 ( $< 0.05$ ) maka, analisis menolak hipotesis null. Kesimpulannya, terdapat hubungan diantara efikasi sendiri dan kesihatan mental, dan nilai korelasi adalah 0.45 (45%). Ini menunjukkan antara kedua pemboleh ubah ini mempunyai hubungan namun korelasi antara kedua elemen ini adalah lemah kerana ia berada dalam saiz antara 0.31 hingga 0.50. (Jadual 3).

**Jadual 3 - Nilai kekuatan korelasi (Chua, 2006)**

Saiz Pekali Korelasi ( $r$ )	Kekuatan Korelasi
0.91 hingga 1.00 atau - 0.91 hingga - 1.00	Sangat kuat
0.71 hingga 0.90 atau - 0.71 hingga - 0.90	Kuat
0.51 hingga 0.70 atau - 0.51 hingga - 0.70	Sederhana
0.31 hingga 0.50 atau - 0.31 hingga - 0.50	Lemah
0.01 hingga 0.30 atau - 0.01 hingga - 0.30	Sangat Lemah
0.00	Tiada Korelasi

Manakala bagi hubungan antara bebanan tugas dan masalah kesihatan mental didapati nilai signifikan p-value adalah 0.04 ( $< 0.05$ ) maka, analisis ini menolak hipotesis null. Ini membuktikan bahawa terdapat hubungan diantara beban tugas dan masalah kesihatan mental, dan nilai korelasi adalah 0.240. Oleh yang demikian dengan merujuk kepada Jadual 1.2, iaitu kekuatan nilai pearson, korelasi antara kedua elemen ini adalah sangat lemah.

Nilai signifikan p-value adalah 0.04 ( $< 0.05$ ) maka, dapatan kajian ini menolak hipotesis null. Oleh yang demikian, terdapat hubungan antara beban tugas dan masalah kesihatan mental. Min dapatan kajian bagi bebanan tugas guru telah mendekati tahap sederhana (Min.3.21) berbanding dengan kajian Arshad dan Mustapha, 2017 iaitu Min =3.73, tetapi masih di peringkat tinggi. Hasil kajian Abu & Aziz (2013) menyatakan faktor bebanan tugas adalah faktor utama yang menyebabkan masalah kesihatan mental guru vokasional. Abu & Aziz (2013) turut menyatakan selepas transformasi PTV, beban tugas menjadi satu penyumbang kepada tekanan kerja di kalangan guru kerana mereka terpaksa melakukan kertas kerja yang makin banyak, persediaan kelas, membuat laporan dan menghantar laporan dan rancangan pengajaran dan pembelajaran mengikut masa dan tarikh yang ditetapkan oleh beberapa lapisan pengurusan induk. Menurut Sprenger (2011), 100% responden bersetuju bahawa profesion keguruan adalah bidang kerjaya yang sering mengalami tekanan kerja sehingga berisiko menyumbang kepada masalah kesihatan yang serius. Aspek-aspek tersebut akan memberikan kesan terhadap profesionalisme guru termasuklah sikap akademik dan efikasi sendiri mereka (Muhamad Suhaimi & Gladys, 2014). Kajian mereka selari dengan dapatan kajian ini, iaitu terdapat hubungan di antara bebanan tugas dengan masalah kesihatan mental guru walaupun lemah.

Walaupun begitu, secara keseluruhannya pada pandangan pengkaji, penurunan tahap bebanan tugas guru belum lagi membawa kepada penurunan tahap masalah kesihatan mental. Oleh kerana itu, bebanan tugas guru samaada kurikulum, hal ehwal pelajar atau ko-kurikulum tetap mempengaruhi tahap masalah kesihatan mental guru walaupun berada dalam hubungan yang lemah. Pada pandangan pengkaji, buat sementara ini, tahap bebanan tugas guru vokasional menyusut mungkin disebabkan oleh inisiatif intervensi KPM pada tahun 2019 dan ketabahan guru guru itu sendiri yang semakin mencabar.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan perbincangan yang telah dibuat, dua persoalan kajian ini telah terjawab. Kajian mendapati efikasi sendiri, beban tugas dan masalah kesihatan mental guru vokasional adalah di tahap yang tinggi. Aspek efikasi sendiri dan kesihatan mental guru merupakan dua aspek penting bagi mencapai kewibawaan guru untuk mencapai hasrat Falsafah Pendidikan Negara. Selagi isu beban tugas dan gejala masalah kesihatan mental yang sering di bangkit oleh para penyelidik masih di tahap yang tinggi, maka hasrat murni prestasi sistem pendidikan akan lambat dicapai. Inisiatif yang

telah diambil oleh KPM sepatutnya dapat mengurangkan bersama tahap masalah kesihatan mental para guru. Apatah lagi dengan pelaksanaan kelas secara dalam talian dan kerja dari rumah menunjukkan banyak yang terkesan dan membimbangkan dari segi kesihatan mental keseluruhannya. Perkara ini perlulah diambil serius oleh pihak berwajib bagi memastikan ianya tidak berlanjutan sehingga boleh membawa kepada satu penyakit yang di anggap kronik. Untuk usaha ini semua pihak haruslah memainkan peranan masing-masing kerana usaha secara individu sudah pasti akan gagal tetapi sebaliknya gandingan kolaborasi bersama antara pihak berwajib semua pasti akan mendatangkan kejayaan yang dapat dinikmati bersama oleh semua pihak.

## Acknowledgement

Kertas kajian ini ditaja oleh Pejabat Pendaftar, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia (UTHM).

## References

- Agensi Kelayakan Malaysia (2016). *Standard Pembangunan Program*. dicapai pada Ogos 2021 daripada <https://www.mqa.gov.my/>
- Azila, D., Rohana, H. dan Amirmuddin, U. (2011). *Hala Tuju Pendidikan Teknik dan Vokasional ke arah Memartabatkan Falsafah Pendidikan Kebangsaan*, capaian pada 10 Okt.2012 [http://eprints.utm.my/id/eprint/14935/1/Hala\\_Tuju\\_Pendidikan\\_Teknik\\_dan\\_Vokasional\\_ke\\_arah\\_Memartabatkan\\_Falsafah\\_Pendidikan\\_Negara.pdf](http://eprints.utm.my/id/eprint/14935/1/Hala_Tuju_Pendidikan_Teknik_dan_Vokasional_ke_arah_Memartabatkan_Falsafah_Pendidikan_Negara.pdf)
- Abdul Said Ambotang, Norazidah Pilus, Christina Andin@Nur Qistina Abdullah (2014). Hubungan karenah pelajar dan beban tugas dengan tahap efikasi sendiri guru di sekolah menengah. *Journal of Social Science and Humanities*, 20, 103-124.
- Adams, E. (2014). A proposed causal model of vocational teacher stress. *Journal of Vocational Education and Training*, 53(2), 223-246.
- Alavi, K., Md Sail, R., & Awang, A. H. (2012). Work Esteem And Re Branding Of Technical Education And Vocational Training From The Perspective Of Parents, Teachers And Apntiprece. *Journal of Technical Education and Training*, 3(2), 1-17
- Arshad, Z. (2003). *Stres Kerja di Kalangan Guru-guru Sekolah Rendah: Satu Kajian di Zon Bandar, Kota Tinggi, Johor*. Universiti Teknologi Malaysia. Tesis.
- Arshad, Z. & Mustapha, R (2017). Hubungan Antara Beban Tugas Dengan efikasi sendiri Dan Kepuasan Kerja Pensyarah di Kolej Vokasional. *Sains Humanika*, 9( 1-5), 35-43
- Bandura, A., (1997). *Self-efficacy for changing society*, pp: 1-13. UK: Cambridge University Press
- Bernama, 28 Januari, 2018. 9 *Intervensi Kurangkan Bebanan Guru*. Dicapai pada <https://www.moe.gov.my/muat-turun/penerbitan-dan-jurnal/infomedia-bppdp/2019-4/2267-infomedia-bil-01-jan-feb-2019/file> pada tarikh 4 ogos 2021 pada pukul 1.02 pm
- Chughati, F. D., & Perveen, U. (2013). A Study of Teachers Workload and Job Satisfaction in Public and Private Schools at Secondary Level in Lahore City Pakistan. *Asian Journal of Social Sciences & Humanities*, 2(1), 202-214
- Dods, J. (2016). Teacher candidate mental health and mental health literacy. *Exceptionality Education International*, 26, 42–61.
- Dasan, N., & Mohamed Nawati, M.M.R., (2020). Hubungan Efikasi Kendiri Guru Dengan Prestasi Kerja Dalam Kalangan Guru Maktab Rendah Sains Mara (MRSM). *Journal of Social Sciences and Humanities*. 17(.4), 173-187. ISSN: 1823-884x
- Ismail, N. M. Z., Wahab, J. A., & Hassan, R. M. (2016). Kepuasan Kerja Guru dan Perbezaannya Berdasarkan Pencapaian Sekolah. *Jurnal Personalia Pelajar*, 19(1), 49–54.
- Johari, K., (2009). Pengaruh Jenis Latihan Guru dan Pengalaman Mengajar Terhadap efikasi sendiri Guru Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan Malaysia* 34(2) (2009):3-14.

- 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*, 5,104-115. 10.47405/mjssh.v5i11.544.
- Kamarudin, L. (2012). Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Kerja Dalam Kalangan Pensyarah Jabatan Perniagaan, Di Kolej Vokasional, Negeri Melaka. PPT/JPK/BPTV/18/MST/PF/09782, *Pengajian Pentadbiran, FB-025-050*.
- Kementerian Pendidikan Malaysia (2014). *Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2013-2025: Pendidikan Prasekolah Hingga Lepas Menengah*. Kementerian Pendidikan Malaysia.
- Kementerian Pendidikan Malaysia (2015). *Buletin ANJAKAN KPM Bil. 4/2015*. Dimuat turun pada 7 Oktober 2017 dari <http://www.padu.edu.my/>
- Kementerian Pendidikan Malaysia (2015). *Malaysian Education Blueprint 2015-2025. (Higher Education)*. ISBN 978-967-0334-99-8; pg. 1-240.
- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2012, Disember). Bahagian Pendidikan Teknik dan Vokasional. Dicapai daripada <http://www.moe.gov.my/my/profiljabatan?div=20>
- Ramlee, N.,(2015). *Tahap Stres Dalam Kolej Vokasional Di Johor*. Dissertation Sarjana FPTV, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia, Johor , Malaysia.
- Mustapha, R (2011). Factors That Influence Job Satisfaction of Vocational Teachers in Malaysia. *Journal of Asian Vocational Education and Training*, 4(1), 61-76.
- Mustapha, R. (2013). Transforming Education K-economy in Malaysia *International Journal for phase Educational Studies*, 6(1), 1-16.
- Muhamad Suhaimi Taat & Gladys De Rozario. (2014). The Influence of Academic Attitude and Self Efficacy Towards Students Achievement in Private Higher Learning Institution, Malaysia. *International Journal of Arts and Commerce*. 1, 41-50
- Siraj, S. & Ibrahim, M.S (2012). Standard Kompetensi Guru Malaysia. *Prosiding Seminar Kebangsaan Majlis Dekan Pendidikan Institut Pengajian Tinggi Awam (IPTA) 2012*. 07-09 Oktober 2012. The Zon ReMettam, G. R., & Adams, L.
- WHO (2015). *Mental Health*. [https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1)