

KESAHAN DAN KEBOLEHPERCAYAAN SOAL SELIDIK ANALISIS KEPERLUAN PEMBINAAN MODUL KAUNSELING KELOMPOK HIBRID BAGI GURU PELATIH

*The validity and reliability of the questionnaire for the analysis of the construction needs of the
Hybrid Group Counseling Module for trainee teachers*

Nurul Shuhada Sharif Mudin*, Aslina Ahmad & Pau Kee
Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris,
35900 Tanjong Malim, Perak, Malaysia

*crshuhadasharif@gmail.com, aslina.ahmad@fpm.upsi.edu.my & pau_kee@fpm.upsi.edu.my

Published: 26 July 2023

To cite this article (APA): Sharif Mudin, N. S., Ahmad, A., & Pau Kee. (2023). The validity and reliability of the questionnaire for the analysis of the construction needs of the Hybrid Group Counseling Module for trainee teachers. *Jurnal Pendidikan Bitara UPSI*, 16, 211–226. <https://doi.org/10.37134/bitara.vol16.sp2.20.2023>

To link to this article: <https://doi.org/10.37134/bitara.vol16.sp2.20.2023>

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk menilai kesahan dan kebolehppercayaan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid bagi guru pelatih. Pembinaan modul kaunseling kelompok yang dibina adalah bagi membantu guru pelatih berkaitan isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri terhadap guru pelatih. Soal selidik analisis keperluan ini diberikan kepada tiga orang panel pakar bagi menentukan kesahan soal selidik sebelum diedarkan kepada responden kajian. Seterusnya, kajian rintis melibatkan seramai 32 orang kaunselor universiti awam yang mempunyai pengalaman mengendalikan isu guru pelatih telah dipilih untuk mengukur kebolehppercayaan soal selidik dengan menggunakan perisian *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 25.0. Hasil analisis data menunjukkan bahawa, nilai kesahan soal selidik adalah tinggi dengan peratus persetujuan pakar sebanyak 92.86%. Manakala analisis ujian kebolehppercayaan yang dijalankan menunjukkan nilai pekali kebolehppercayaan *Alpha Cronbach* bagi semua item dalam soal selidik ini ialah 0.858. Dapatan ini menunjukkan bahawa soal selidik yang digunakan dalam kajian ini mempunyai nilai kebolehppercayaan yang tinggi dan semua item adalah bersesuaian untuk menilai keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid bagi guru pelatih.

Kata kunci: Analisis keperluan, kesahan, kebolehppercayaan, modul kaunseling kelompok hibrid

ABSTRACT

The study aims to assess the validity and reliability of the Hybrid Group Counselling Module Construction Needs Analysis Questionnaire for trainee teachers. The purpose of a group counselling module is to help trainee teachers with issues of stress, resilience, and personal well-being for trainee teachers. This need analysis survey question is given to three experts to determine the validity of the question before being distributed to the survey respondents. Next, the pioneering study involved 32 public university counsellors with experience dealing with trainee teacher issues who were chosen to assess the questionnaire's reliability using the Statistical Package for Social Science (SPSS) version 25.0 software. The results of the data analysis showed that the validity of the survey questions was high, with expert approvals of 92.86%. The analysis of the reliability test conducted showed that the Alpha Cronbach reliability index for all items in this survey was 0.858. This shows that the survey questionnaires used in this study have high reliability values, and all items are suitable to assess the need for the construction of a hybrid group consulting module for trainee teachers.

Keywords: *Need analysis, validity, reliability, hybrid group counselling module*

PENGENALAN

Profesion guru dilihat sebagai kerjaya yang mulia dan dihormati (Lasway Angelista, 2018). Namun, tugas guru adalah kompleks dan mencabar (Sasi Kumar, 2015; Spurgeon & Thompson, 2018). Hal ini disebabkan, guru memainkan peranan penting dan strategik dalam pendidikan, kerana mereka berada di barisan hadapan dalam melaksanakan matlamat pendidikan (Dirsa et al., 2022). Cabaran yang dihadapi oleh guru boleh menyumbang kepada gejala-gejala negatif seperti tekanan kerja (Rosmary & Faridah, 2021) sehingga boleh mengakibatkan kemerosotan daya tahan dan kesejahteraan diri mereka. Guru pelatih tidak terkecuali dengan cabaran sebagai guru. Malah, sebagai langkah persediaan sebagai seorang guru adalah penting bagi guru pelatih untuk mempersiapkan diri mereka dengan keperluan sistem sokongan dan strategi bagi mendepani tekanan dan memupuk daya tahan agar menyumbang kepada kesejahteraan diri guru pelatih. Kenyataan ini disokong oleh Shay dan Pohan (2021) yang menjelaskan sistem sokongan adalah satu keperluan bagi guru untuk menguruskan tekanan, membina daya tahan dan meningkatkan kesejahteraan kerana mereka perlu mewujudkan persekitaran pembelajaran yang selamat, adaptif dan sentiasa bersedia dengan perkara yang tidak terduga.

Dalam usaha guru pelatih membina jati diri sebagai guru yang berwibawa, pastinya terdapat pelbagai cabaran yang perlu ditempuhi sehinggakan ada dalam kalangan mereka mengalami isu tekanan yang menyebabkan mereka gagal mempertahankan daya tahan diri dan mempunyai isu kesejahteraan diri. Tekanan merupakan sebahagian daripada kehidupan pelajar (Anna Babicka et al., 2021) dan turut dirasai oleh guru pelatih sehingga menjejaskan kehidupan. Guru pelatih tidak dapat mengelak situasi tertekan semasa pengajian kerana mereka perlu memenuhi keperluan pengajian (Ngu & Lay, 2018). Hal ini disebabkan, guru pelatih menghadapi peralihan masa yang kritikal kerana mereka perlu memasuki profesion perguruan seawal pengajian (Brien et al., 2020) sehingga menguji daya tahan diri. Keperluan daya tahan diyakini dapat membantu guru pelatih menghadapi pelbagai cabaran yang tidak dijangka (Wuest & Subramaniam, 2021), seperti peranan guru, kesukaran mengurus murid dan beban kerja yang mengancam kesejahteraan diri (Sulis et al., 2021). Ancaman terhadap kesejahteraan diri guru pelatih perlu dipandang serius kerana guru pelatih merupakan sumber manusia yang penting sebagai penggerak kepada pendidikan negara (Zawawi et al., 2021). Menurut Ibrahim et al., (2021), guru hendaklah menjaga dan mengekalkan kesejahteraan bagi membantunya menghadapi pelbagai cabaran dalam sektor pendidikan.

Secara tradisinya, kaunseling individu diperakui berkesan dalam menangani isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri, namun keberkesanan kaunseling kelompok juga tidak dapat dinafikan. Kini, kebolehlaksanaan dan penerimaan intervensi dalam talian juga telah luas dilaksanakan termasuklah di peringkat institut pengajian tinggi untuk membantu isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri (Caroline et al., 2015; Harrer et al., 2021; Amanvermez et al., 2021; Rasanen et al., 2020). Rasanen et al., (2020) turut menyokong intervensi dalam talian dan menyatakan intervensi dalam talian dapat meningkatkan kemahiran serta menjadi pengantara kesan jangka pendek terhadap kesejahteraan diri dan tekanan. Malah, menurut Brewer et al.,(2019), kepentingan merancang medium penyampaian intervensi yang bersesuaian dengan persekitaran (contohnya, secara bersemuka atau dalam talian) adalah penting bagi membantu isu yang dihadapi.

PENYATAAN MASALAH

Hubungan antara tiga elemen iaitu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri dilihat saling berkait dengan guru pelatih kerana mereka tidak dapat mengelak daripada situasi tekanan demi mencapai matlamat pengajian (Ngu & Lay, 2018). Hal ini kerana, guru pelatih menerima pelbagai latihan sepanjang pengajian supaya mereka menjadi seorang guru yang kompeten selepas tamat latihan keguruan (Chiam, 2018). Pelbagai aktiviti pembelajaran (Chiam, 2018) dan kepadatan jadual pengajian (Mohamad Faizel & Nor Shafrin, 2020) boleh mengakibatkan guru pelatih tertekan sehingga daya tahan semakin merosot dan kesejahteraan diri mereka juga turut terganggu. Tekanan dapat diatasi sekiranya seseorang individu menggunakan daya tahan sebagai penyesuaian positif dalam menghadapi tekanan (Medlicott et al., 2021) dan daya tahan pula berperanan untuk meningkatkan kesejahteraan diri seseorang (Chow et al., 2018; Li & Hasson, 2020). Harms et al., (2018) juga menjelaskan bahawa daya

tahan memainkan peranan dalam memahami bagaimana individu menghadapi tekanan dan mengekalkan tahap kesejahteraan mereka. Daya tahan bukan sahaja ukuran kesejahteraan diri, malah ia merupakan satu proses untuk individu kekal sihat dan pulih selepas menghadapi tekanan (Rutten et al., 2013).

Usaha meningkatkan daya tahan dan kesejahteraan diri terhadap tekanan adalah isu utama yang dihadapi oleh banyak organisasi (Shuttleworth, 2004; Sparks et al., 2010). Oleh itu, keperluan menjalankan kajian ini dilaksanakan oleh pengkaji adalah seperti mana yang dilaporkan oleh Li dan Hasson (2020) dalam kajian sistematiknya yang menjelaskan keperluan amalan pendidikan berhubung dengan tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri perlu dilakukan. Kajian yang dikemukakan ini memberi bukti bahawa keperluan intervensi yang bertujuan untuk mengurangkan tahap tekanan dan meningkatkan daya tahan adalah penting untuk menyokong kesejahteraan diri individu seperti yang dicadangkan oleh Klainin-Yobas et al., (2021).

Maka dengan itu, pembinaan intervensi yang bersesuaian seperti modul kaunseling kelompok hibrid muncul sebagai suatu pilihan intervensi bagi membantu isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih. Namun, sebelum pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid dilaksanakan, adalah penting untuk memastikan kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik yang digunakan dalam analisis keperluan pembinaan modul adalah bertepatan dengan objektif pembinaan modul yang akan dibina. Ini kerana, kesahan bertujuan memastikan kandungan soal selidik dapat mewakili apa yang sepatutnya diukur (Mohd Majid, 2005) dan kebolehpercayaan pula bertujuan untuk melihat darjah ketekalan sesuatu soal selidik atau prosedur (Best & Kahn, 2006). Dalam konteks kajian ini, kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid bagi guru pelatih adalah penting untuk memastikan item yang digunakan memenuhi piawaian kualiti dan bertepatan serta boleh dipercayai agar data yang dikumpulkan memberi maklumat yang relevan, tepat, dan berguna dalam merancang dan menyusun modul kaunseling kelompok hibrid yang efektif bagi guru pelatih.

TINJAUAN LITERATUR

Tekanan Guru Pelatih

Isu tekanan dalam profesion keguruan bukan sahaja dirasai oleh guru, malah turut dirasai oleh guru pelatih yang sedang mengikuti latihan keguruan di institut pendidikan tinggi. Tekanan merupakan sebahagian daripada kehidupan pelajar dan ia boleh memberi kesan kepada cara mereka mengatasi tuntutan dalam kehidupan (Anna Babicka et al., 2021).

Terdapat beberapa hujah yang membahaskan tentang tekanan yang dialami oleh guru pelatih. Abdul Rashid et al., (2021) mengatakan guru pelatih akan mengalami tekanan apabila terpaksa membiasakan diri dalam keadaan norma baharu dan perlu menjalani perubahan yang ditetapkan oleh institut (Mohamad Faizel & Nor Shafrin, 2020a). Berdasarkan hujah ini, jelaslah mendapati bahawa tekanan guru pelatih berpunca daripada kegagalan mengadaptasikan diri dengan cabaran (Mohammad Arif & Sa'odah, 2019) dan perubahan baru dalam kehidupan mereka (Mohamad Faizel & Nor Shafrin, 2020a). Perubahan baru dalam kehidupan guru pelatih berlaku ketika tempoh transisi pada tahun pertama sebagai pelajar institut pendidikan (Tengku Norhani et al., 2020). Menurut Gustems-Carnicer et al., (2019), pelajar tahun pertama sering mengalami tahap tekanan yang lebih tinggi pada tahun pertama pengajian mereka. Ianya berikutan, akibat perubahan daripada persekitaran akademik dan sosial (Tengku Norhani et al., 2021) serta perubahan kehidupan di sesebuah kolej atau universiti (Arman et al., 2021). Implikasinya, guru pelatih yang tidak dapat menyesuaikan diri dalam tempoh transisi akan memberi kesan kepada emosi yang boleh mengakibatkan mereka tidak dapat meneruskan pengajian ke semester berikutnya dan gagal menyempurnakan pengajian mereka (Arman et al., 2021).

Pandangan yang berbeza oleh Azizah (2019) dan Ngui et al., (2018) pula menjelaskan tekanan guru pelatih dikenal pasti ketika menjalani praktikum di sekolah. Praktikum atau latihan mengajar merupakan proses yang perlu mereka jalani sebagai guru pelatih (Richardson et al., 2020). Proses praktikum akan memberi tekanan kepada mereka apabila mereka sukar menyesuaikan diri dengan profesion keguruan yang sebenar di sekolah (Azizah, 2019). Implikasinya, tekanan ketika praktikum

memberi kesan negatif terhadap aspek psikologi (Abdul Rashid et al., 2021) apabila mereka gagal mengadaptasi dengan persekitaran baru. Justeru, institusi latihan guru perlu mendidik guru pelatih mengenai realiti profesion keguruan yang sebenar agar mereka lebih bersedia dengan sebarang kemungkinan sepanjang menjalani praktikum (Ssenyonga & Hecker, 2021).

Selain itu, faktor tekanan guru pelatih yang turut dibincangkan adalah berpunca daripada pencapaian akademik (Bouhaba et al., 2021; Gustems-Carnicer et al., 2019; Mohammad Arif & Sa'odah, 2019; Nadiana et al., 2020). Tekanan guru pelatih akibat faktor akademik merujuk kepada lambakan tugasan (Nadiana et al., 2020; Tengku Norhani et al., 2020), gred rendah, jam pembelajaran berlebihan, kesukaran bahasa, peperiksaan, masalah tidur yang tidak sempurna kerana lewat menyiapkan tugasan (Abdul Rashid et al., 2021; Muhammad Wafi & Sharifah Rohayah, 2020) dan tidak menghadiri kuliah (Nadiana et al., 2020). Guru pelatih terdedah dengan sindrom keletihan akademik akibat kesukaran menguruskan masa dengan baik (Bouhaba et al., 2021) sehingga mengakibatkan fizikal tidak bertenaga serta tidak produktif (Muhammad Wafi & Sharifah Rohayah, 2020). Manakala, Gustems-Carnicer et al.,(2019) menegaskan tekanan terhadap akademik tidak terjadi sekiranya guru pelatih mempunyai perancangan yang baik dalam pengurusan akademik mereka.

Berdasarkan perbincangan kajian lepas ini, memberi gambaran bahawa isu tekanan guru pelatih perlu dipandang serius kerana mereka merupakan golongan yang akan memenuhi pelbagai keperluan sebagai guru yang akan berkhidmat kelak. Malah, menerusi perbincangan kajian lepas turut memberi gambaran perlunya satu intervensi bagi membantu guru pelatih menghadapi tekanan dengan baik. Sejalan dengan hujah Braun et al.,(2020) yang mencadangkan tekanan guru pelatih ini perlu dikenal pasti seawal pengajian lagi dan guru pelatih perlu dilengkapi dengan kemahiran menguruskan tekanan dengan baik agar mereka bersedia untuk bekerja dengan persekitaran lebih mencabar kelak (Ssenyonga & Hecker, 2021). Natijahnya, jika guru pelatih berjaya menghadapi tekanan dengan baik, maka produktiviti semasa proses pengajian mahupun setelah berkhidmat sebagai guru dapat berjalan lancar serta berkualiti.

Daya Tahan Guru Pelatih

Daya tahan merupakan proses yang dinamik apabila sumber yang ada digerakkan untuk membantu memulihkan sesuatu situasi yang sukar (Garcia-Martinez et al., 2022) dan keperluannya ketika menghadapi cabaran dalam kehidupan (Mazidah et al., 2020). Wuest dan Subramaniam (2021) menjelaskan daya tahan sebagai kekuatan dalaman yang mampu membantu seseorang individu ketika berhadapan dengan cabaran dalam kehidupan mereka. Daya tahan guru pelatih teruji ketika mereka melanjutkan pengajian ke pusat pengajian tinggi (Zhang et al., 2022). Hal ini disebabkan, guru pelatih mengalami peralihan perkembangan kritikal dari remaja ke dewasa (Zhang et al., 2022) dan belajar di peringkat pengajian tinggi mendedahkan mereka dengan pelbagai cabaran (Garcia-Martinez et al., 2022). Hal ini disebabkan, sesetengah individu lebih kuat apabila berhadapan cabaran yang melibatkan perubahan kehidupan di kampus (Nor Ezdianie & Muhamad Noh, 2020). Keperluan aspek psikososial iaitu kemahiran daya tahan mampu membantu proses penyesuaian (Nor Ezdianie & Muhamad Noh, 2020) ketika menangani tekanan dalam kehidupan seharian mereka di kampus (Garcia-Martinez et al., 2022).

Berbeza dengan Azizah (2019) dan Meierdirk dan Fleischer (2022) yang menjelaskan daya tahan guru pelatih diuji ketika menjalani praktikum. Majoriti guru pelatih yang sedang menjalani praktikum mempunyai isu tekanan (Meierdirk & Fleischer, 2022) sehinggakan mempengaruhi pembentukan daya tahan yang dipengaruhi oleh persekitaran sekolah (Azizah, 2019) dan penyeliaan daripada guru pembimbing (Beutel et al., 2019). Persekitaran sekolah mempengaruhi pembentukan daya tahan guru pelatih semasa menjalani program praktikum (Azizah, 2019) dan guru pelatih tidak dapat mengelak daripada tekanan ketika menjalani praktikum kerana ianya suatu keperluan sebagai seorang guru pelatih yang perlu mereka tempuhi (Ngui & Lay, 2018). Kemahiran membina hubungan yang baik dengan rakan mahupun guru pembimbing dapat membantu pembentukan daya tahan dalam diri mereka, malah dapat membantu mereka melaksanakan pelbagai tugasan semasa praktikum (Azizah, 2019).

Selain itu, daya tahan guru pelatih juga dilihat berkait dengan kemahiran membina sokongan sosial dan mengekalkan hubungan sosial (Beutel et al., 2019; Luisa et al., 2019) serta persekitaran

sekolah (Luisa et al., 2019). Menurut Shamsulariffin et al., (2021) menjelaskan sokongan sosial mampu meningkatkan daya tahan kerana dengan adanya sokongan sosial mampu menguatkan seseorang mengatasi tekanan. Walau bagaimanapun, keupayaan untuk berdaya tahan akan terhalang oleh sifat persekitaran seperti rakan, kepercayaan diri (Beutel et al., 2019) dan lokasi fizikal (Beutel et al., 2019; Wang et al., 2022). Keupayaan berdaya tahan perlu ada dalam diri seseorang individu pada masa kini kerana kehidupan kini terdedah dengan pelbagai pengaruh negatif (Saide et al., 2014). Justeru, daya tahan mampu berfungsi sebagai pelindung dan dapat mengurangkan kesan negatif terhadap tekanan (Wuest & Subramaniam, 2021). Malah, daya tahan diri yang lemah dan rapuh akan mengakibatkan implikasi negatif terhadap perkembangan diri pelajar di peringkat pengajian tinggi (Nor Ezdianie & Muhamad Noh, 2020).

Implikasi negatif tersebut dapat dikurangkan apabila pelajar mempunyai sumber daya tahan diri yang dapat membantu pelajar mengatasi isu kesejahteraan diri dan kelestarian pengajian mereka (Nor Ezdianie & Muhamad Noh, 2020). Daya tahan guru pelatih juga saling berhubungan antara sifat keperibadian (Garcia-Martinez et al., 2022; Zagalaz et al., 2020), latar belakang dan kepercayaan diri (Yada et al., 2021). Malah, sifat keperibadian juga dikaitkan dengan kesejahteraan diri (Luisa et al., 2019) yang akan mempengaruhi kesihatan mental (Garcia-Martinez et al., 2022). Hal ini disebabkan, sifat keperibadian secara tidak langsung dapat mempengaruhi kestabilan kesihatan mental (Garcia-Martinez et al., 2022).

Hakikat ini, menjelaskan bahawa keperluan daya tahan dalam diri guru pelatih merupakan ciri yang penting (Zagalaz et al., 2020). Tanpa disedari, daya tahan inilah yang akan mendorong guru-guru untuk berkhidmat dengan lebih baik dan berkesan bagi mewujudkan persekitaran kerja yang sihat dan selamat, seterusnya melahirkan modal insan yang seimbang dan harmoni daripada segi jasmani, emosi, rohani, intelek, dan sosial selaras dengan Falsafah Pendidikan Negara (Mohd Salmi et al., 2015). Oleh itu, guru pelatih juga perlu bersedia berhadapan dengan segala cabaran tersebut dengan meningkatkan kemahiran daya tahan kerana mereka akan berada dalam profesion keguruan dalam jangka masa yang panjang (Meierdirk & Fleischer, 2022).

Kesejahteraan Guru Pelatih

Kepentingan dan keperluan untuk mencapai kesejahteraan juga penting bagi guru pelatih yang sedang mengikuti proses pembelajaran di institut. Hal ini disokong oleh Mohammad Arif & Sa'odah (2019) yang menegaskan kesejahteraan diri akan terganggu apabila gagal mengawal tekanan di institut. Malah, kesejahteraan bukan sahaja menjejaskan kecergasan fizikal dan prestasi akademik pelajar universiti, tetapi juga memberi kesan pada jangka masa panjang kepada pembangunan komuniti dan penghasilan guna tenaga negara secara keseluruhannya.

Talukdar (2021), pula menyatakan kesejahteraan guru pelatih akan tercapai apabila mereka berjaya mengimbangi tugas dan tanggungjawab mereka. Hal ini disebabkan, guru pelatih perlu menjalani proses pembelajaran di institut sebagai guru pelatih dan perkembangan profesionalisme sebagai guru yang berlaku pada masa yang sama. Namun, sekiranya tahap kesejahteraan diri menurun, kebiasaannya individu akan mengalami isu kesihatan mental seperti depresi atau kemurungan yang meninggalkan kesan negatif terhadap kehidupan mereka (Mohammad Arif & Sa'odah, 2019).

Pandangan Mohammad Arif dan Sa'odah (2019) adalah berpadanan dengan beberapa pandangan pengkaji lain yang turut menjelaskan hubungan antara kesejahteraan dengan kesihatan mental. (Kotera & Ting, 2021; Miranda & Cruz, 2022; Ruggeri et al., 2020; Tang et al., 2019). Ayesha et al., (2021) menyatakan pengaruh positif terhadap kesihatan mental merupakan penyumbang kepada kesejahteraan yang memberi kebahagiaan dan kepuasan dalam diri seseorang individu. Lazimnya, hubungan kesejahteraan dan kesihatan mental dijelaskan sebagai ketiadaan penyakit mental dan merangkumi fungsi dan pengalaman psikologi yang optimum (Tang et al., 2019). Ditinjau dari sudut sebagai guru pelatih, hubungan antara kesejahteraan dan kesihatan mental dilihat ketika mereka menghadapi cabaran peralihan, isu pengurusan diri dan perubahan dalam kehidupan (Miranda & Cruz, 2022). Hal ini memberi gambaran bahawa kepentingan meningkatkan pengetahuan dan strategi mengekalkan kesihatan mental yang positif dalam kalangan guru pelatih perlu diperluaskan agar mereka sentiasa bersedia menghadapi cabaran sepanjang kerjaya mereka kelak (Brien et al., 2020).

Tambahan pula, kesejahteraan juga dibuktikan mampu mempengaruhi tingkah laku, penglibatan dan pencapaian akademik serta merupakan faktor penyumbang kepada pengkelan guru

pelatih dalam profesion keguruan (Corcoran & Flaherty, 2022). Faktor yang paling mempengaruhi kesejahteraan pelajar di institut pengajian tinggi adalah faktor akademik (Mohammad Arif & Sa'odah, 2019) dan pencapaian akademik dilihat akan mempengaruhi kesejahteraan diri (Kamaruddin, 2020). Hujah yang sama oleh Luisa et al., (2019) menjelaskan pencapaian akademik mempengaruhi tahap kesejahteraan diri di semua peringkat pengajian akibat tuntutan akademik yang perlu dipenuhi oleh pelajar universiti sehingga mencetuskan kebimbangan dalam pencapaian akademik. Sulis et al., (2021) pula menegaskan guru pelatih yang menghadapi cabaran dalam pengajian boleh mengancam kesejahteraan dan akhirnya mereka meninggalkan profesion keguruan lebih awal. Justeru, keperluan pembelajaran profesional adalah penting bagi membantu isu kesejahteraan dan penjagaan diri dalam kalangan guru pelatih (Lemon, 2021). Sekiranya, penelitian isu kesejahteraan guru pelatih tidak mendapat perhatian, dibimbangi akan mengakibatkan isu tekanan, *burnout*, isu kesihatan dan kesihatan mental dalam kalangan guru pelatih (Lemon, 2021).

Guru yang mempunyai tahap kesejahteraan yang tinggi merupakan aset penting kepada sekolah dan Kementerian Pendidikan kerana mereka akan mewujudkan iklim sekolah yang positif dan bakal mencorakkan kecemerlangan di profesion pendidikan (Kunjiapu & Kunasegaran, 2021). Kesejahteraan guru pelatih perlu dipertingkatkan supaya guru berasa gembira, selesa dan dapat menikmati kehidupan kerja mereka di sekolah agar dapat menghasilkan kualiti pembelajaran yang baik untuk murid (Kunjiapu & Kunasegaran, 2021). Berdasarkan perbincangan kajian lepas memberi gambaran bahawa program latihan keguruan harus mengambil langkah untuk melindungi dan meningkatkan kesejahteraan guru pelatih bagi memastikan mereka terus komited terhadap profesion pilihan mereka (Mairitsch et al., 2021). Selaras dengan pandangan Lemon (2021) yang mencadangkan strategi meningkatkan kesejahteraan diri yang bersesuaian dibina dan diharapkan boleh dimanfaatkan semasa latihan keguruan mahupun setelah berkhidmat sebagai guru.

OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini dijalankan secara rintis berdasarkan keperluan penyelidik bagi memastikan kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik analisis keperluan yang akan dijalankan menepati dan bersesuaian sebelum diedarkan kepada responden sebenar iaitu kaunselor pendidikan yang bertugas di Institut Pendidikan Guru Malaysia (IPGM). Analisis keperluan adalah fasa pertama penyelidikan reka bentuk dan pembangunan yang bertujuan mengenal pasti masalah yang dihadapi oleh mereka atau mengenal pasti keperluan satu-satu produk baharu (Saedah et al., 2021). Dalam konteks kajian ini, objektif kajian adalah seperti berikut:

- i. Mengetahui tahap kesahan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri berdasarkan pandangan pakar;
- ii. Menguji kebolehpercayaan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih dalam kalangan kaunselor universiti awam.

METODOLOGI KAJIAN

Metodologi kajian memfokuskan kepada tiga aspek berbeza iaitu (i) reka bentuk kajian, (ii) populasi dan sampel kajian dan (iii) soal selidik kajian.

Reka bentuk Kajian

Kajian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui tinjauan deskriptif yang bertujuan mengukur dan menguji aspek kesahan dan kebolehpercayaan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid.

Populasi dan Sampel Kajian

Sampel kajian ini terdiri daripada dua pihak iaitu (a) pakar bagi tujuan menentukan kesahan; dan (b) kaunselor universiti awam yang mempunyai pengalaman mengendalikan isu guru pelatih telah dipilih untuk menguji kebolehpercayaan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid.

a) Sampel bagi tujuan menentukan kesahan

Sampel bagi mendapatkan Kesahan muka dan kesahan kandungan soal selidik ini telah dinilai oleh tiga orang iaitu dua orang pakar penilai yang terdiri daripada dua orang pensyarah bimbingan dan kaunseling daripada dua universiti awam yang berlainan dan seorang kaunselor pendidikan yang berpengalaman bagi mengesahkan kandungan item yang dibina mewakili konstruk yang diukur, termasuk ketepatan bahasa, ejaan dan susunan ayat.

Kesahan kandungan soal selidik ini dinilai oleh 3 orang pakar berikutan saranan Mohd Majid (2005) yang menjelaskan bahawa sekurang-kurangnya tiga orang pakar adalah memadai untuk mengesahkan soal selidik. Seramai 3 orang pakar penilai yang telah dilantik untuk menilai serta memeriksa item-item dari segi kandungan serta objektif yang hendak diukur (Rujuk Jadual 1 bagi keterangan pakar penilai).

Jadual 1 Keterangan pakar penilai

Keterangan		Pakar 1	Pakar 2	Pakar 3
Jantina	Lelaki	/		/
	Perempuan		/	
Gelaran	Profesor Madya	/	/	
	Dr			/
Pengalaman bekerja		16 tahun	19 tahun	13 tahun
Kerjaya	Pensyarah Universiti	/	/	
	Kaunselor Institut Pendidikan Guru			/
Kepakaran	Bimbingan dan Kaunseling	/	/	/
	Pembinaan Soal Selidik	/	/	
	Pembinaan Modul	/	/	/
	Kepakaran dalam isu <i>*sama ada dalam isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri atau yang berkaitan</i>		Isu tekanan	Pengurusan tekanan

b) Sampel bagi tujuan menguji kebolehpercayaan

Berbeza dengan sampel kajian rintis yang melihat kepada Kebolehpercayaan. Cooper dan Schindler (2011) mengesyorkan bilangan responden dalam kajian rintis hendaklah antara 25 hingga 100 orang, manakala Johanson dan Brooks (2010) pula mencadangkan bahawa bilangan minimum ialah 30 orang bagi tujuan kajian rintis. Oleh itu, kajian rintis ini hanya melibatkan seramai 32 orang kaunselor universiti awam yang dipilih secara sukarela bagi mewakili kaunselor universiti awam yang mempunyai pengalaman mengendalikan isu guru pelatih di seluruh Malaysia. Oleh itu, kajian rintis ini hanya melibatkan 32 kaunselor universiti awam yang melengkapkan soal selidik Google Form yang diedarkan melalui e-mel.

Soal selidik kajian

Soal selidik kajian ini telah diadaptasi daripada Soal Selidik Analisis Keperluan daripada Mohd Izwan et al. (2017) yang turut digunakan oleh Nurul Fathihah dan Ahmad Jazimin (2022) dalam kajiannya dan telah diubahsuai dari segi struktur ayat agar bersesuaian dengan penilaian terhadap analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih. Soal selidik analisis keperluan ini mempunyai lima objektif yang dibahagikan kepada lima sub skala seperti yang dijelaskan dalam Rajah 1.

Rajah 1 Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid



Soal selidik analisis keperluan ini mengandungi 15 item yang dibahagikan kepada lima sub skala (rujuk Jadual 2).

Jadual 2 Sub Skala Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid

Sub Skala Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid	Nombor item	Bilangan item
1) Pandangan kaunselor berkaitan intervensi terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	1, 2, 3	3
2) Tahap kesedaran kaunselor terhadap intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri untuk guru pelatih.	4, 5, 6	3
3) Keperluan perkhidmatan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	7, 8, 9	3
4) Keterlibatan guru pelatih dengan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	10, 11, 12	3
5) Keperluan modul/ intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih secara hibrid (gabungan kaedah bersemuka dan dalam talian)	13, 14, 15	3
Jumlah		15

Manakala, skala lima mata (5 Likert) pula digunakan sebagai pilihan jawapan responden kajian untuk menentukan tahap persetujuan terhadap analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih. Ini memudahkan pengkaji untuk menentukan penilaian responden terhadap sesuatu item. Jadual 3 menunjukkan skor penilaian skala 5 likert yang digunakan.

Jadual 3 Skor Skala 5 Likert

Pernyataan	Skor
------------	------

Sangat Tidak Setuju (STS)	1
Tidak Setuju (TS)	2
Tidak Pasti (TP)	3
Setuju (S)	4
Sangat Setuju (SS)	5

DAPATAN KAJIAN

Kesahan Soal Selidik

Kesahan kandungan dan kesahan bahasa soal selidik ini dilakukan menggunakan kaedah rujukan pakar (Wan Hanum Suraya & Jamal @ Nordin, 2014). Menurut Price dan Mueller (1986), ramai pengkaji telah menggunakan kaedah rujukan pakar untuk menilai kesahan soal selidik.

Pindaan setiap item dalam soal selidik kajian ini dibuat selepas mendapat maklum balas daripada penyelia dan pakar penilai yang terlibat. Penyelidik kemudiannya membuat pengubahsuaian berdasarkan komen dan cadangan pakar yang terlibat. Item yang tidak jelas maksudnya dan tidak sepadan dengan apa yang hendak diukur telah digugurkan. Ini menjadikan hanya 15 item sahaja yang digunakan dalam soal selidik ini berbanding 17 item pada soal selidik yang asal. Secara keseluruhannya, pakar penilai memberikan pandangan yang positif terhadap Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid Bagi Guru Pelatih seperti yang dijelaskan dalam Jadual 4.

Jadual 4 Pandangan pakar penilai terhadap soal selidik analisis keperluan

Pakar	Pandangan Pakar
1	Item-item yang dibina adalah sesuai dengan konstruk untuk menentukan keperluan modul/ intervensi yang bakal di bina. Bagaimanapun, terdapat beberapa item yang perlu disemak dan dipertimbangkan untuk dibaiki
2	Secara keseluruhan, soal selidik ini dibangunkan ini adalah baik dan boleh mengukur kelima-lima bahagian yang dikemukakan dalam soalan ini. Terdapat beberapa penambahbaikan yang perlu dilakukan berdasarkan komen yang diberikan .
3	Pengkaji telah membina item-item bagi kajian yang dapat mewakili elemen-elemen kajian iaitu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih dengan baik. Aspek penambahbaikan yang perlu diberi perhatian adalah dengan nyatakan dengan jelas tahap-tahap yang ingin dengan nilai dalam item-item di atas agar dapat mewakili maksud sebenar pengkaji.

Dalam menentukan tahap bagi kesahan pakar, kesahan soal selidik mengikut formula khas iaitu jumlah skor yang diisi oleh pakar (x) akan dibahagikan dengan jumlah skor keseluruhan (y) dan didarabkan dengan seratus. Menurut Tuckman dan Waheed (1981), sesuatu yang disahkan mempunyai kesahan yang tinggi apabila ia memperoleh markah melebihi 70% ke atas. Berikut adalah ringkasan bagi penilaian skor bagi menentukan tahap kesahan.

$$\frac{\text{Jumlah skor pakar (x)}}{\text{Jumlah skor keseluruhan (y)}} \times 100 = \text{Tahap kesahan}$$

Dapatan analisis kajian ini mendapati tahap kesahan Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid mempunyai tahap kesahan kandungan yang tinggi iaitu 92.86% dan boleh diterima, malah setiap pakar penilai turut memberi skor yang tinggi iaitu melebihi 70% (Rujuk Jadual 5).

Jadual 5 Analisis Kesahan Kandungan mengikut pakar

Pakar	Skor Minimum	Skor Maksimum	Peratus/Pekali Kesahan	Pandangan Pakar
-------	--------------	---------------	------------------------	-----------------

1	72	75	96% (.96)	Diterima
2	67	75	89.33% (.893)	Diterima
3	70	75	93.3% (.933)	Diterima

Berdasarkan keputusan analisis tahap kesahan mendapati item-item Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid telah disahkan mewakili pemboleh ubah yang hendak diukur dalam kajian. Pakar penilai yang dilantik telah bersetuju bahawa sub skala yang terkandung dalam soal selidik analisis keperluan adalah mewakili pemboleh ubah yang sepatutnya diukur dalam kajian. Malah, dapatan maklum balas dan kesahan pakar bagi setiap sub skala dan setiap item yang dikekalkan juga tinggi dan diterima untuk digunakan bagi tujuan kajian (Rujuk Jadual 6).

Jadual 6 Analisis Kesahan mengikut sub skala

Sub Skala	Peratus/ Pekali Kesahan mengikut Sub Skala	No. Item	Peratus/ Pekali Kesahan mengikut item	Pandangan Pakar
1	97.76% (.977)	1	100% / (1.0)	Diterima
		2	93.3% / (.933)	Diterima
		3	100% / (1.0)	Diterima
2	84.4% (.844)	4	93.3% / (.933)	Diterima
		5	73.3% / (.733)	Diterima
		6	86.6% / (.866)	Diterima
3	95.5% (.955)	7	100% / (1.0)	Diterima
		8	100% / (1.0)	Diterima
		9	86.6% / (.866)	Diterima
4	86.6% (.866)	10	86.6% / (.866)	Diterima
		11	86.6% / (.866)	Diterima
		12	86.6% / (.866)	Diterima
5	100% (1.0)	13	100% / (1.0)	Diterima
		14	100% / (1.0)	Diterima
		15	100% / (1.0)	Diterima

Kebolehpercayaan Soal Selidik

Data yang dikumpul dianalisis menggunakan *Statistics Package for Social Science (SPSS) Windows Version 25.0* (SPSS 25.0) untuk memeriksa kebolehpercayaan soal selidik ini. Dalam kajian ini, pengkaji menggunakan panduan tahap nilai koefisien *Alpha Cronbach* seperti yang dicadangkan oleh Darren dan Mallery (2003) seperti dalam Jadual 7.

Jadual 7 Koefisien *Alpha Cronbach*

Koefisien <i>Alpha Cronbach</i>	Pengertian Deskriptif
Melebihi .9	Sangat Baik
Melebihi .8	Baik
Melebihi .7	Diterima

Setelah itu, pengkaji membuat keputusan untuk menetapkan dan mengekalkan kesemua set soal selidik sekiranya dapatan menunjukkan nilai *Alpha Cronbach* melebihi 0.7.

Jadual 8 Analisis Kebolehpercayaan mengikut sub skala dan keseluruhan soal selidik

Sub Skala	Nilai pekali korelasi antara item	Alpha Cronbach
1) Pandangan kaunselor berkaitan intervensi terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	.811-.957	.849
2) Tahap kesedaran kaunselor terhadap intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri untuk guru pelatih.	.779- .915	.823
3) Keperluan perkhidmatan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	.781-.866	.714
4) Keterlibatan guru pelatih dengan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri.	.841- 851	.787
5) Keperluan modul/ intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih secara hibrid (gabungan kaedah bersemuka dan dalam talian)	.848- .910	.860
Soal selidik Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid	.513-.728	.858

Berdasarkan kepada Jadual 8 di atas, secara keseluruhannya Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid menunjukkan nilai Pekali Kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* yang baik iaitu .858. Manakala, nilai kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* bagi setiap sub skala pula menunjukkan sub skala keperluan modul/ intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri guru pelatih secara hibrid (gabungan kaedah bersemuka dan dalam talian) mempunyai nilai Pekali kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* yang paling tinggi, iaitu sebanyak .860, diikuti nilai Pekali kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* bagi sub skala pandangan kaunselor berkaitan intervensi terhadap tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri sebanyak .849, sub skala tahap kesedaran kaunselor terhadap intervensi tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri untuk guru pelatih sebanyak .823, sub skala keterlibatan guru pelatih dengan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri sebanyak .787 dan yang terakhir adalah sub skala keperluan perkhidmatan bimbingan/ kaunseling bagi isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri sebanyak .714. Analisis ini menunjukkan bahawa nilai Pekali kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* bagi setiap sub skala dalam soal selidik kajian ini adalah baik dan boleh diterima serta mempunyai ketekalan dalaman yang boleh diterima kerana nilai *Alpha Cronbach* melebihi 0.7 seperti yang dicadangkan oleh Darren dan Mallery (2003).

Sementara itu, nilai pekali korelasi antara item secara keseluruhannya adalah 0.215 iaitu dalam julat .513 hingga .728. Nilai pekali korelasi antara item adalah petunjuk kepada darjah korelasi setiap sub skala kepada jumlah skor. Kajian ini menunjukkan bahawa sub skala yang diukur mempunyai korelasi yang baik dengan jumlah skor dan korelasi antara item adalah positif dan nilai pekali korelasi antara item juga menandakan bahawa korelasi yang kuat antara item dalam setiap sub skala analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid yang digunakan dalam soal selidik kajian ini.

PERBINCANGAN

Dapatan analisis menunjukkan item soal selidik adalah mengikut konstruk yang akan diukur dalam kajian. Walau bagaimanapun, terdapat beberapa perkara yang perlu diperbaiki berdasarkan komen dan cadangan pakar. Pengkaji juga telah berjaya menggugurkan item yang tidak jelas maksudnya dan tidak menepati apa yang hendak diukur, sehingga hanya 15 item sahaja yang digunakan dalam soal selidik ini berbanding 17 item dalam versi asal. Pandangan positif telah diberikan oleh penilai kepada soal selidik ini, yang menunjukkan kesahan yang tinggi.

Secara keseluruhannya, hasil analisis kesahan dan kebolehpercayaan menunjukkan soal selidik analisis keperluan untuk membina modul kaunseling kelompok hibrid untuk guru pelatih adalah alat yang berkualiti tinggi dan boleh dipercayai. Proses yang teliti telah diikuti dalam kajian ini untuk memastikan kesahan kandungan dan kebolehpercayaan soal selidik, dan keputusan menyokong penggunaan soal selidik ini dalam kajian ini. Dengan adanya borang soal selidik yang sah dan boleh dipercayai, kajian analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid untuk guru pelatih akan menyediakan data yang berkualiti tinggi dan relevan untuk memahami keperluan dan cabaran yang dihadapi oleh guru pelatih dalam konteks kaunseling kelompok

Dapatan turut menunjukkan bahawa Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid memiliki kebolehpercayaan yang baik, dengan Pekali Kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* secara keseluruhan yang mencapai nilai 0.858. Ini menunjukkan konsistensi dan kebolehpercayaan instrumen soal selidik yang dibina adalah mengukur konstruk yang hendak diuji. Selain itu, kebolehpercayaan *Alpha Cronbach* juga dikenal pasti untuk setiap sub skala dalam soal selidik ini dan mendapati bahawa sub skala keperluan modul/intervensi tekanan, daya tahan, dan kesejahteraan diri guru pelatih secara hibrid memperoleh nilai Pekali Kebolehpercayaan Alpha Cronbach yang paling tinggi, iaitu 0.860.

Berdasarkan nilai kebolehpercayaan yang tinggi dalam keseluruhan soal selidik dan sub skala-sub skala yang dikaji, dapat disimpulkan bahawa instrumen soal selidik ini boleh dipercayai dan konsisten dalam mengukur konstruk yang dikaji. Data yang diperoleh melalui soal selidik ini akan membantu mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang keperluan dan cabaran yang dialami oleh guru pelatih dalam menangani isu tekanan, daya tahan dan kesejahteraan diri yang dialami.

KESIMPULAN

Secara kesimpulannya, Soal Selidik Analisis Keperluan Pembinaan Modul Kaunseling Kelompok Hibrid bagi guru pelatih ini mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang baik untuk digunakan. Kepentingan kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik dalam analisis keperluan adalah untuk memastikan modul kaunseling yang dibangunkan benar-benar relevan dan berguna kepada guru pelatih. Dengan memberi perhatian kepada faktor-faktor ini, modul kaunseling kelompok hibrid boleh disesuaikan dengan keperluan khusus guru pelatih dalam menguruskan tekanan, meningkatkan daya tahan, dan menggalakkan kesejahteraan diri.

Pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid yang berkesan dan boleh dipercayai, diharapkan dapat memberikan sokongan yang tepat dan relevan kepada guru pelatih dalam menghadapi cabaran dan tekanan yang mereka hadapi dalam profesion mereka kelak. Justeru, kajian ini memberi asas yang kukuh untuk memberi perhatian kepada kepentingan kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik dalam analisis keperluan pembinaan modul kaunseling kelompok hibrid untuk guru pelatih.

PENGHARGAAN

Penghargaan kepada Bahagian Tajaan, Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) kerana membiayai penyelidikan yang dijalankan sebagai sebahagian daripada program biasiswa. Penghargaan juga kepada Universiti Pendidikan Sultan Idris dan Kaunselor Universiti Awam atas kerjasama dan keterlibatan dalam menayakan kajian ini.

RUJUKAN

- Abdul Rashid, A. A., Nathratul Ayesah, Z., Mohd Zaini, O., & Nurun Najihah, M. (2021). Tinjauan terhadap tahap tekanan pelajar universiti semasa pandemik COVID-19. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(10), 15–24. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i10.1123>
- Amanvermez, Y., Karyotaki, E., Cuijpers, P., Salemin, E., Spinhoven, P., Struijs, S., & Wit, L. M. De. (2021). Feasibility and acceptability of a guided internet-based stress management intervention for university students with high levels of stress : Protocol for an open trial. *Internet Interventions*, 24(October 2020), 100369. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100369>
- Anna Babicka, W., Lukasz, W., Krzysztof, S., & Kozłowski, P. (2021). University students' strategies of coping with stress during the coronavirus pandemic: Data from Poland. *PLoS ONE*, 16(7), 1–27. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0255041>
- Arman, A. S., Ferlis, B. @ B., & Peter, V. (2021). Penyesuaian dalam kalangan siswa guru pelatih (OKU) penglihatan di sebuah Institut Pendidikan Guru. *Proceeding Of The 8th International Conference On Management And Muamalah, 2021*, 725–733.
- Ayesha, S., Seng Choi, C., Aiman, A., Maryam, A., & Shumaila, M. (2021). Impact of perceived social support,

- resilience, and subjective well-being on psychological distress among university students : Does gender make a difference? *International Journal Academic Research in Business and Social Sciences*, 1(2), 27–41. <https://doi.org/10.6007/IJARBS/v11-i2/8331>
- Azizah, S. (2019). Pengaruh persekitaran sekolah terhadap pembentukan daya tahan guru pelatih semasa praktikum. *Jurnal IPDA*, 26(1), 123–137.
- Best, J. W., & Kahn, J. V. (2006). *Research in Education* (10th ed.). Pearson Education.
- Beutel, D., Crosswell, L., & Broadley, T. (2019). Teaching as a ‘take-home’ job: understanding resilience strategies and resources for career change preservice teachers. *The Australian Educational Researcher*, 46, 607–620.
- Bouhaba, A., El Madhi, Y., Darif, H., Soulaymani, A., & Belfaquir, M. (2021). Academic stress and burnout among primary school trainee teachers in the Rabat-Sale-Kenitra region. *E3S Web of Conferences*, 319, 1–5. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202131901029>
- Braun, A., Weiss, S., & Kiel, E. (2020). How to cope with stress? The stress-inducing cognitions of teacher trainees and resulting implications for teacher education. *European Journal of Teacher Education*, 43(2), 191–209. <https://doi.org/10.1080/02619768.2019.1686479>
- Brewer, M. L., Kessel, G. Van, Sanderson, B., Naumann, F., Lane, M., Reubenson, A., & Carter, A. (2019). Resilience in higher education students : a scoping review. *Higher Education Research & Development ISSN: , 4360*(38:6), 1105–1120. <https://doi.org/10.1080/07294360.2019.1626810>
- Brien, N. O., Lawlor, M., Chambers, F., Breslin, G., & Wesley, O. B. (2020). Levels of wellbeing, resilience, and physical activity amongst Irish pre-service teachers: a baseline study. *Irish Educational Studies*, 39.3, 389–406. <https://doi.org/10.1080/03323315.2019.1697948>
- Caroline, M., Susan, B., Tania, B., & Noelene, Weatherby-Fell Denyse, M. (2015). *BRiTE : Building Resilience in Teacher Education*.
- Chiam, S. L. (2018). *Meningkatkan sikap resilien Guru Pelatih dengan menggunakan Sandtray sebagai Satu Pendekatan Kaunseling*. Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).
- Chow, K. M., Tang, W. K. F., Chan, W. H. C., Sit, W. H. J., Choi, K. C., & Chan, S. (2018). Resilience and well-being of university nursing students In Hong Kong: A Cross-Sectional Study. *BMC Medical Education*, 18(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12909-018-1119-0>
- Cooper, D. R., & Schindler, P. S. (2011). *Business research methods* (11th ed.).
- Corcoran, R. P., & Flaherty, J. O. (2022). Social and emotional learning in teacher preparation : Pre-service. *Teaching and Teacher Education*, 110, 103563. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103563>
- Darren, G., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference 11.0 update*. Allyn and Bacon.
- Dirsa, A., Anggreni BP, S., Diananseri, C., & Setiawan, I. (2022). Teacher role as professional educator in school environment. *International Journal of Science Education and Cultural Studies*, 1(1), 32–41. <https://doi.org/10.58291/ijsecs.v1i1.25>
- Luisa, F., Peixoto, F., Gouveia, M. J., Silva, J. C., & Wosnitza, M. (2019). Fostering teachers’ resilience and well-being through professional learning: effects from a training programme. *Australian Educational Researcher*, 46(4), 681–698. <https://doi.org/10.1007/s13384-019-00344-0>
- Garcia-Martinez, I., Augusto-Landa, J. M., Perez-Navio, E., & P. Leon, S. (2022). Analysis of the psychosocial profile of pre-service teachers. *Educación XXI*, 25(1), 41–65. <https://doi.org/10.5944/educxx1.30236>
- Guijarro-Ojeda, J. R., Ruiz-Cecilia, R., & Cardoso-Pulido, M. J Medina-Sanchez, L. (2021). Examining the Interplay between Queerness and Teacher Wellbeing : A Qualitative Study Based on Foreign Language Teacher Trainers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(12)208.
- Gustems-Carnicer, J., Calderon, C., & Calderon-Garrido, D. (2019). Stress, coping strategies and academic achievement in teacher education students. *European Journal of Teacher Education*, 42(3), 375–390. <https://doi.org/10.1080/02619768.2019.1576629>
- Harms, P. D., Brady, L., Wood, D., & Silard, A. (2018). Resilience and Well-Being. In *Handbook of Well-Being* (pp. 1–12). DEF Publisher.
- Harrer, M., Apolinário-Hagen, J., Fritsche, L., Salewski, C., Zarski, A. C., Lehr, D., Baumeister, H., Cujipers, P., & Ebert, D. D. (2021). Effect of an internet- and app-based stress intervention compared to online psychoeducation in university students with depressive symptoms : Results of a randomized controlled trial. *Internet Interventions*, 24. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100374>
- Hascher, T., Beltman, S., & Mansfield, C. (2021). Teacher wellbeing and resilience : towards an integrative model. *Educational Research*, 63(4), 416–439. <https://doi.org/10.1080/00131881.2021.1980416>
- Johanson, G. A., & Brooks, G. P. (2010). Initial scale development: sample size for pilot studies. *Educational And Psychological Measurement*, 70(3).
- Kamaruddin, I. (2020). Kesejahteraan pelajar Dan pencapaian akademik dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru Kampus Ipoh. *Jurnal Penyelidikan Dedikasi*, 18(2), 105–115.
- Klainin-Yobas, P., Vongsirimas, N., Ramirez, D. Q., Sarmiento, J., & Fernandez, Z. (2021). Evaluating the

- relationships among stress, resilience And psychological well-Being among young adults: A structural Equation Modelling Approach. *BMC Nursing*, 20(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00645-9>
- Kotera, Y., & Ting, S. H. (2021). Positive Psychology of Malaysian University Students: Impacts of Engagement, Motivation, Self-Compassion, and Well-being on Mental Health. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(1), 227–239. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00169-z>
- Kunjiapu, S., & Kunasegaran, M. (2021). Psychological Wellbeing among undergraduates of higher learning institutions in Malaysia. *Psychology and Education*, 58(2), 9179–9187.
- Lasway Angelista, J. (2018). Teaching as a noble work: Why people join the teaching profession? A case study of undergraduate students in education programme at Mwenge Catholic University in Tanzania. *International Journal of Contemporary Applied Researches*, 5(9), 1–22.
- Lemon, N. (2021). Wellbeing in initial teacher education : using poetic representation to examine pre - service teachers ' understanding of their self - care needs. *Cultural Studies of Science Education*, 16(3), 931–950. <https://doi.org/10.1007/s11422-021-10034-y>
- Li, Z. S., & Hasson, F. (2020). Resilience, stress, and psychological well-being in nursing students: A systematic review. In *Nurse Education Today* (Vol. 90, p. 104440). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2020.104440>
- Mairitsch, A., Babic, S., Mercer, S., Sulis, G., Jin, J., & King, J. (2021). Being a student , becoming a teacher : The wellbeing of pre-service language teachers in Austria and the UK. *Teaching and Teacher Education*, 106, 103452. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103452>
- Mazidah, M. D., R Zirwatul Aida, R. I., Azlina, A. B., Siti Nazilah, M. A., Zuhda, H., & Ruhani, M. M. (2020). Counsellor's Resilience as a Moderator in the Relationship between Emotional Intelligence and Self-Efficacy among Trainee Counsellors. *International Journal of Innovation, Creativity and Change.*, 13(4), 1529–1549.
- Medlicott, E., Phillips, A., Crane, C., Hinze, V., Taylor, L., Tickell, A., Montero-Marin, J., & Kuyken, W. (2021). The mental health and wellbeing of university students: acceptability, effectiveness and mechanisms of a mindfulness-based course. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(11). <https://doi.org/10.3390/ijerph18116023>
- Meierdirk, C., & Fleischer, S. (2022). Exploring the mindset and resilience of student teachers. *Teacher Development*, 26(2), 263–278. <https://doi.org/10.1080/13664530.2022.2048687>
- Miranda, J. O., & Cruz, R. N. C. (2022). Resilience mediates the relationship between optimism and well-being among Filipino university students. *Current Psychology*, 41, 3185–3194.
- Mohamad Faizel, A., & Nor Shafrin, A. (2020a). Stres dan strategi daya tindak dalam kalangan pelajar Program Transformasi Diri (PTD) di Institut Pendidikan Guru Kampus Pulau Pinang (IPGKPP). *Asia Pacific Journal of Educators and Education*, 35(2), 77–87. <https://doi.org/10.21315/apjee2020.35.2.5>
- Mohamad Faizel, A., & Nor Shafrin, A. (2020b). Tahap stres dalam kalangan guru pelatih IPGM di Zon Utara. *Jurnal IPDA*, 27(2018), 1–20.
- Mohammad Arif, J., & Sa'odah, A. (2019). Persepsi tekanan akademik dan kesejahteraan diri di dalam kalangan pelajar universiti di Serdang, Selangor. *Journal of Social Sciences (EJOSS)*, 5(1), 24–36. <https://doi.org/10.37134/ejoss.vol5no1.4>
- Mohd Izwan, M., Sidek, M. N., Jamaludin, A., & Wan Marzuki, W. J. (2017). Kajian analisis keperluan pembinaan modul kesediaan kerjaya dalam kalangan pelajar universiti awam. *Jurnal Psikologi Dan Kaunseling*, 8, 38–60.
- Mohd Majid, K. (2005). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan* (Edisi Ke-7). Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd Salmi, O., Maria Chong, A., Abdul Aziz, I., & Samsilah, R. (2015). Daya Tahan dalam Kalangan Guru Alaf 21. *International Journal of Education and Training (InJET)*, 1(12), 1–9. <http://www.injet.upm.edu.my>
- Muhammad Wafi, R., & Sharifah Rohayah, S. D. (2020). Faktor Tekanan Dalam Kalangan Pelajar Universiti Sains Malaysia: Satu Tinjauan Awal. *E-BANGI: Jurnal Sains Sosial Dan Kemanusiaan*, 17(7), 66–76.
- Nadiana, B., Norisham, A. G., Norhanita, O., Zaipul Hasni, M. S., & Nor Hafizah, M. H. (2020). Hubungan Faktor Tekanan Akademik Dengan Kebimbangan Dalam Kalangan Siswa Pendidik Di Institut Pendidikan Guru. *Jurnal Psikologi Dan Kaunseling Tahun, Bil 11*, 159–172.
- Ngui, G. K., & Lay, Y. F. (2018). Investigating the Effect of Stress-Coping Abilities on Stress in Practicum Training. *Asia-Pacific Education Researcher*, 27(4), 335–343. <https://doi.org/10.1007/s40299-018-0390-5>
- Nor Ezdanie, O., & Muhamad Noh, A. (2020). Pengalaman Daya Tahan Diri Pelajar Universiti: Keperluan Kepada Penyesuaian Kehidupan di Kampus. *Asia Pacific Journal of Educators and Education*, 35(2), 109–129. <https://doi.org/10.21315/apjee2020.35.2.7>
- Nurul Fathihah, N. A., & Ahmad Jazimin, J. (2022). Needs analysis: Academic enhancement psychoeducation module based on guidance and counselling teachers and subject teachers. *International Journal of*

- Education, Information Technology, and Others*, 5(4), 334–346.
- Price, J. L., & Mueller, C. W. (1986). *Handbook of Organizational Measurement*. Pitman.
- R Zirwatul Aida, R. I., Wan Zaleha, M. Z., Bob, F., Teuku, A., Muhamad Deni, J., Jumadil, S., Azlina, A. B., Mazidah, M. D., & Siti Nazilah, M. A. (2021). Psychosocial work environment and teachers' psychological well-being : The moderating role of job control and social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18, 1–19.
- Rasanen, P., Muotka, J., & Lappalainen, R. (2020). Examining mediators of change in wellbeing , stress , and depression in a blended , Internet-based , ACT intervention for university students. *Internet Interventions*, 22. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2020.100343>
- Richardson, C. M. E., Trusty, W. T., & George, K. A. (2020). Trainee wellness: Self-critical perfectionism, self-compassion, depression, and burnout among doctoral trainees in psychology. *Counselling Psychology Quarterly*, 33(2), 187–198. <https://doi.org/10.1080/09515070.2018.1509839>
- Rosmary, U. W., & Faridah, M. K. (2021). Hubungan sokongan sosial dan daya tahan guru prasekolah: Satu tinjauan awal. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 3(2), 22–31.
- Ruggeri, K., Garcia-garzon, E., Maguire, Á., Matz, S., & Huppert, F. A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction : a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18, 1–16.
- Rutten, B. P., Hammels, C., Geschwind, N., Menne-Lothmann, C., Pishva, E., Schruers, K., van den Hove, D., Kenis, G., van Os, J., & Wichers, M. (2013). Resilience in mental health: linking psychological and neurobiological perspectives. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 128(1), 3–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/acps.12095>
- Saedah, S., Muhammad Ridhuan Tony, L. A., & Rozaini, M. R. (2021). *Pendekatan Penyelidikan Rekabentuk dan Pembangunan. Aplikasi kepada Penyelidikan Pendidikan*. Penerbit Universiti Pendidikan Sultan Idris, Tanjung Malim, Perak.
- Saide, O., Aycan, B., & Didem, T. (2014). An Investigation of Preservice Pre-School Teachers' Resilience Skills. *Procedia Social and Behavior Sciences*, 116, 4040–4046. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.887>
- Sasi Kumar, N. (2015). Impact of teaching profession in the knowledge society. *Indian Streams Research Journal*, 5(9), 37–41. <https://doi.org/10.4324/9781315711881-23>
- Shamsulariffin, S., Tengku Fadilah, T. K., Azlizam, A., Mohd Hafizal, I., 5, 6, & Sam Shor Nahar, Yaakob Noor Hamzani, F. (2021). The Impact of Outdoor Education Camp Program in Building Resilience among University Students. *Asian Journal of University Education (AJUE)*, 17(4).
- Shay, J. E., & Pohan, C. (2021). Resilient instructional strategies: Helping students cope and thrive in crisis. *Journal of Microbiology & Biology Education*, 22(1), 1–8. <https://doi.org/10.1128/jmbe.v22i1.2405>
- Shuttleworth, A. (2004). Managing workplace stress: How training can help. *Industrial and Commercial Training*.
- Sidek, M. N., & Jamaluddin, A. (2005). *Pembinaan modul: Bagaimana membina modul latihan dan modul akademik*. Universiti Putera Malaysia.
- Sparks, K., Faragher, B., & Cooper, C. L. (2010). Well- being and occupational health in the 21st century workplace. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 74(4), 489–509.
- Spurgeon, J., & Thompson, L. (2018). Rooted in resilience : A framework for the integration of well-being in teacher education programs. In *Master's Dissertation*.
- Ssenyonga, J., & Hecker, T. (2021). Job perceptions contribute to stress among secondary school teachers in southwestern uganda. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 1–10. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052315>
- Sulis, G., Mercer, S., Mairitsch, A., Babic, S., & Shin, S. (2021a). Pre-service language teacher wellbeing as a complex dynamic system. *System*, 103(September), 102642. <https://doi.org/10.1016/j.system.2021.102642>
- Talukdar, H. (2021). Geographical differences in well-being of private B.Ed. college trainees of Kamrup (Metropolitan) District, assam. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education*, 12(12), 2156–2163.
- Tang, Y., Tang, R., & Gross, J. J. (2019). Promoting psychological well-being through an evidence-based mindfulness training program. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, 1–5. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00237>
- Tengku Norhani, T. B., Nor Shafrin, A., & Shahabuddin, H. (2020). Penyesuaian dan cabaran transisi pelajar tahun pertama di Institut Pendidikan Guru. *Jurnal Penyelidikan Sains Sosial (JOSSR)*, 3(9), 59–72.
- Tengku Norhani, T. B., Nor Shafrin, A., Shahabuddin, H., & Siti Salina, A. (2021). Draw your story: Exploring adaptation experiences of first-year students at the institute of teacher education in Malaysia. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 10(3), 1018–1027. <https://doi.org/10.11591/IJERE.V10I3.21298>
- Tuckman, B. W., & Waheed, M. A. (1981). Evaluating an individualized science programme for community

- college student. *Journal of Research in Science Teaching*, 18, 489–495.
- Wan Hanum Suraya, W. M., & Jamal @ Nordin, Y. (2014). Kesahan dan kebolehppercayaan Inventori Budaya Sekolah. *Seminar Penyelidikan Kebangsaan (SPK)*.
- Wang, Y., Derakhshan, A., & Rahimpour, H. (2022). Developing resilience among Chinese and Iranian EFL teachers: A multi-dimensional cross-cultural study. *Journal of Multilingual and Multicultural Development*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/01434632.2022.2042540>
- Wuest, D. A., & Subramaniam, R. (2021a). Building teacher resilience during a pandemic. *Strategies*, 34(5), 8–12. <https://doi.org/10.1080/08924562.2021.1948476>
- Yada, A., Bjorn, P. M., Savolainen, P., Kytala, M., Aro, M., & Savolainen, H. (2021). Pre-service teachers' self-efficacy in implementing inclusive practices and resilience in Finland. *Teaching and Teacher Education*, 105. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103398>
- Zagalaz, J. C., Manrique, I. L., Veledo, M. B. S. P., Sánchez, M. L. Z., & de Mesa, C. G. G. (2020). The importance of the phoenix bird technique (resilience) in teacher training: CD-risc scale validation. *Sustainability*, 12(1002), 1–13. <https://doi.org/10.3390/su12031002>
- Zawawi, Z., Yahya, D., & Mohd Faiz, M. Y. (2021). Teachers' well-being from the social psychological perspective. *International Journal of Evaluation and Research in Education (IJERE)*, 10(2), 641–647. <https://doi.org/10.11591/ijere.v10i2.21115>
- Zhang, Z., Wang, T., Kuang, J., Herold, F., Ludyga, S., Li, J., Hall, D. L., Taylor, A., Healy, S., Yeung, A. S., Kramer, A. F., & Zou, L. (2022). The roles of exercise tolerance and resilience in the effect of physical activity on emotional states among college students. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 22(100312). <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100312>