

INTERNATIONAL JOURNAL OF
EDUCATION, PSYCHOLOGY
AND COUNSELLING
(IJEPC)
www.ijepe.com



**KESAHAN INVENTORI STRES PELAJAR (ISP) UNTUK
KEGUNAAN MENGUKUR TAHAP STRES MURID SEKOLAH
MENENGAH**

*VALIDITY OF THE STUDENT STRESS INVENTORY (SSI) FOR MEASURING
STRESS LEVELS AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS*

Rosli Suyot¹, Muhammad Aziz Shah Mohamed Arip²

- ¹ Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris
Email: rosli.suyot@moe.gov.my
² Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris
Email: aziz.shah@fpm.upsi.edu.my
* Corresponding Author

Article Info:

Article history:

Received date: 31.03.2025
Revised date: 17.04.2025
Accepted date: 15.05.2025
Published date: 05.06.2025

To cite this document:

Suyot, R., & Arip, M. A. S. M. (2025). Kesahan Inventori Stres Pelajar (ISP) untuk Kegunaan Mengukur Tahap Stres Murid Sekolah Menengah. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 10 (58), 76-86.

DOI: 10.35631/IJEPC.1058006

This work is licensed under [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Abstrak:

Artikel ini membincangkan kesahan item dalam soal selidik bagi mengukur tahap stres murid sekolah menengah. Instrumen ini diadaptasi dari Inventori Stres Pelajar (ISP) dikhususkan untuk pelajar universiti yang dibina oleh Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, Durrah Nadiyah Kamaruzaman, Azila Roslan & Aslina Ahmad (2020). ISP dibina berdasarkan gabungan dua teoretikal utama iaitu Teori Sindrom Adaptasi Umum atau General Adaptation Syndrome Theory dan Teori Stres Alam Sekitar atau Environmental Stress Theory. Untuk mendapatkan kesahan item dalam instrumen ini, pandangan lapan orang pakar telah dikaji. Kesahan instrumen diukur menggunakan Indeks Kesahan Kandungan (Content Validity Index, CVI). Hasil penilaian kesahan oleh pakar menunjukkan semua pakar bersetuju dengan item yang disediakan. Sementara itu, dengan nilai S-CVI/Ave 0.963, instrumen ini menunjukkan tahap kesahan yang tinggi. Kesimpulannya, item dalam instrumen ini dianggap sah untuk mengukur tahap stres murid sekolah menengah berdasarkan kesahan pakar yang tinggi.

Kata kunci:

Instrumen, Kesahan, Kebolehppercayaan, Murid Sekolah Menengah, Stres

Abstract:

This article discusses the item validity in a questionnaire used to measure the stress level of secondary school students. The instrument is adapted from the Student Stress Inventory (ISP) designed for university students by Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip, Durrah Nadiah Kamaruzaman, Azila Roslan & Aslina Ahmad (2020). The ISP is based on a combination of two main theories, the General Adaptation Syndrome Theory and the Environmental Stress Theory. To obtain item validity for this instrument, the views of eight experts were examined. The validity of the instrument was measured using the Content Validity Index (CVI). The results of the expert validation showed that all experts agreed with the items provided. Meanwhile, with an S-CVI/Ave value of 0.963, the instrument shows a high level of validity. In conclusion, the items in this instrument are considered valid for measuring the stress level of secondary school students based on the high expert validity.

Keywords:

Instrument, Stress, Secondary School Students, Reliability, Validity

Pendahuluan

Stres telah digelar sebagai "Epidemik Kesihatan Abad ke-21" oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia dan dianggarkan menelan kos sehingga 300 bilion dolar setahun bagi perniagaan di Amerika. Kesan tekanan terhadap kesihatan emosi dan fizikal boleh menjadi sangat merosakkan. Dalam satu kajian di Amerika, lebih 50% individu merasakan bahawa stres memberi impak negatif terhadap produktiviti kerja. Antara tahun 1983 dan 2009, tahap stres meningkat sebanyak 10–30% dalam kalangan semua kumpulan demografi di Amerika (Fink.G 2017). Stres yang berterusan yang tidak diurus dengan baik boleh mengakibatkan kemurungan. Semasa pandemik COVID-19 dilaporkan di Amerika semakin ramai mengalami simptom tekanan yang berpanjangan dan akut. Ini khususnya berlaku dalam kalangan dewasa Generasi Z, yang paling ramai melaporkan pelbagai masalah. Hampir 1 daripada 5 orang dewasa (19%) mengatakan kesihatan mental mereka lebih teruk berbanding pada masa yang sama tahun lalu. Selain itu, dewasa Generasi Z adalah kumpulan yang paling banyak melaporkan mengalami simptom biasa kemurungan, dengan lebih daripada tujuh daripada sepuluh orang menyatakan bahawa berasa terlalu letih hingga hanya duduk dan tidak melakukan apa-apa (75%), berasa sangat gelisah (74%), sukar berfikir dengan baik atau menumpukan perhatian (73%), berasa kesunyian (73%) dan berasa sengsara atau tidak bahagia (71%) (American Psychological Association, 2020).

Dapatan *National Health and Morbidity Survey* (NHMS 2023) yang dijalankan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia menunjukkan angka yang membimbangkan. Satu daripada enam kanak-kanak mengalami isu kesihatan mental. Dapatan menunjukkan 17% kanak-kanak mengalami masalah emosi seperti sering mengadu sakit kepala, kerap berasa bimbang, sering berasa sedih, sering gugup, kerap berkepit serta mudah terkejut. Statistik NHMS 2022 pula menunjukkan bahawa kebimbangan dalam kalangan remaja terus meningkat. Satu daripada lapan remaja berfikir untuk membunuh diri, dan satu daripada sepuluh remaja telah mencuba untuk membunuh diri. Ini adalah fakta yang amat merisaukan terutama apabila melihat trend peningkatan ini dari tahun ke tahun. Pada tahun 2012, 6.8% remaja telah mencuba untuk membunuh diri, dan angka ini terus meningkat sehingga 9.5% pada tahun 2022. Pemikiran untuk membunuh diri juga semakin meningkat dari 7.9% pada tahun 2012 kepada 13.1% pada

tahun 2022. Ini adalah satu situasi yang serius dan memerlukan intervensi segera daripada pelbagai pihak. Isu kesihatan mental kini tidak lagi boleh dianggap remeh. Berlaku peningkatan dua kali ganda penduduk Malaysia yang mengalami kemurungan dalam tempoh 2019 hingga 2023 melibatkan 4.6%, manakala masalah kemurungan dalam kalangan remaja berumur 16 hingga 19 tahun adalah setinggi 7.9%. Angka ini menunjukkan bahawa generasi muda kita, yang merupakan masa depan negara, semakin terdedah kepada pelbagai isu kesihatan mental yang perlu segera kita tangani.

Satu kajian mengenalpasti punca stres (stressor) dalam kalangan remaja adalah perlu bagi membantu pengamal kaunseling khususnya di sekolah untuk menyediakan dan melaksanakan program intervensi yang tepat dan berkesan. Instrumen yang dapat mengenalpasti pelbagai faktor punca stres perlu dikenalpasti atau dibangunkan bersesuaian dengan kumpulan sasaran. Oleh itu kajian ini bertujuan mengenalpasti kesahan instrumen bagi mengukur tahap stres berdasarkan punca stres dalam kalangan remaja dan murid sekolah menengah menggunakan kaedah yang standard.

Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk menentukan kesahan muka dan kesahan kandungan bagi soal selidik Inventori Stres Pelajar (ISP). Secara khusus, kajian ini bertujuan; Untuk menentukan kesesuaian item dengan konstruk stres dalam kalangan murid sekolah menengah melalui pengesahan pakar dan untuk menentukan kesahan instrumen menggunakan Indeks Kesahan Kandungan (Content Validity Index, CVI).

Kajian Literatur

Stres merupakan keadaan yang timbul apabila seseorang mengalami ketidakseimbangan antara tuntutan atau tekanan yang dihadapi (stressor) dengan sumber daya yang ada untuk mengatasi tuntutan tersebut. Hans Selye (1951) menyatakan stres adalah respons umum tubuh terhadap pelbagai rangsangan atau tekanan, sama ada positif atau negatif. Ia mengklasifikasikan respons stres kepada tiga fasa: reaksi amaran (the alarm reaction), ketahanan (the stage of resistance), dan keletihan (the stage of exhaustion). Richard Lazarus (1991), menyatakan stres berlaku apabila seseorang menilai bahawa tuntutan atau beban yang dihadapi melampaui sumber daya yang ada untuk mengatasi. Antonovsky (1979) dalam Unni Karin Moksnes (2021), pula menyatakan individu yang memiliki *sense of coherence* (SOC) yang kukuh lebih mampu mengatasi stres, kerana mereka yakin bahawa cabaran hidup dapat difahami, dapat dihadapi, dan mempunyai makna. SOC merujuk kepada cara seseorang memahami dunia dan pengalaman mereka, serta keyakinan bahawa mereka dapat menguruskan stres dengan berkesan.

Dua teori utama telah cuba menjelaskan bagaimana individu bertindak balas terhadap situasi yang mencetuskan stres: *General Adaptation Syndrome* (GAS) oleh Hans Selye (1946) dan *Environmental Stress Theory* (EST) oleh Richard Lazarus (1977). Walaupun berkongsi beberapa konsep asas, kedua-duanya menawarkan pandangan berbeza tentang tindak balas terhadap stres. *General Adaptation Syndrome* (GAS) menggariskan stres sebagai semua reaksi sistemik tidak spesifik (non specific systemic reaction) tubuh yang berlaku akibat pendedahan berterusan kepada tekanan dalam jangka masa yang panjang, tanpa mengira sumber stres itu. Teori ini mengemukakan pola tindak balas tiga peringkat yang universal:

- a. Reaksi Amaran: Peringkat awal di mana badan menggerakkan sumber tenaga melalui tindak balas "lawan atau lari (fight or flight)" yang dicirikan oleh perubahan fisiologi seperti peningkatan kadar jantung dan tahap kortisol.

- b. Ketahanan: Badan cuba menyesuaikan diri dan mengekalkan homeostasis melalui pelbagai penyesuaian fisiologi dan tingkah laku (adaptation energy).
- c. Keletihan: Jika stres berterusan, tenaga berkurangan, yang mungkin membawa kepada masalah kesihatan fizikal dan mental.

Walaupun menawarkan rangka kerja berharga untuk memahami tindak balas fisiologi terhadap stres, GAS mempunyai kelemahan. Ia dikritik kerana mengabaikan perbezaan kognitif dan individu yang memainkan peranan penting dalam persepsi stres dan menanganinya.

Environmental Stress Theory (EST) menekankan terhadap tiga perkara. Pertama, emosi tekanan dan kesannya terhadap kepuasan dan motivasi. Kedua, emosi tekanan yang mempengaruhi fungsi adaptif seperti penyelesaian masalah, kompetensi sosial, dan kesihatan tubuh dari penyakit. Ketiga, apabila emosi tekanan seperti kegelisahan, ketakutan, rasa bersalah, kemarahan, kesedihan, keresahan, dan cemburu yang berlaku akibat interaksi antara individu dengan persekitaran; dengan kata lain, ia sebagai bukti tindak balas terhadap peristiwa psikologi (Richard Lazarus 1977).

Konsep persekitaran merangkumi peristiwa yang sangat luas contohnya jalan raya, perubahan sosial, kepadatan penduduk di sebuah bandar hingga kepada peristiwa seperti tindakan majikan, bilik yang sesak serta susun atur fizikal rumah. Ia kadangkala juga termasuk perkara yang secara tradisinya dianggap berada dalam individu itu sendiri seperti gangguan terhadap "persekitaran fisiologi dalaman" atau rembesan hormon tekanan atau keadaan minda seperti cara sesuatu peristiwa ditafsirkan atau dihadapi (Richard Lazarus 1977).

EST mencadangkan bahawa stres bukanlah sifat asli situasi tetapi hasil daripada penilaian individu terhadap keupayaannya untuk mengatasi suatu permintaan. Dua proses penilaian utama terlibat:

- a. Penilaian utama: Menilai kemungkinan bahaya atau ancaman yang ditimbulkan oleh sumber stres.
- b. Penilaian sekunder: Menilai sumber daya dan keupayaan menangani yang ada untuk mengurus ancaman tersebut.

Berdasarkan penilaian ini, individu terlibat dalam pelbagai mekanisme menangani, seperti penyelesaian masalah, mencari sokongan, atau pengaturan emosi. EST menekankan sifat dinamik stres, menerima bahawa situasi ataupun faktor individu mempengaruhi tindak balas stres.

Walaupun mempunyai perspektif yang berbeza, GAS dan EST berkongsi beberapa konsep asas:

- a. Stres sebagai tindak balas: Kedua-dua teori mengiktiraf stres sebagai tindak balas terhadap tuntutan, walaupun dengan fokus yang berbeza (fisiologi vs. kognitif).
- b. Peringkat tindak balas: Tiga peringkat GAS mencerminkan proses penilaian dan mekanisme menangani manakala EST, menunjukkan hubungan antara tindak balas fisiologi dan psikologi.
- c. Perbezaan individu: Kedua-dua kerangka mengakui peranan perbezaan individu dalam membentuk pengalaman stres dan keupayaan menanganinya.

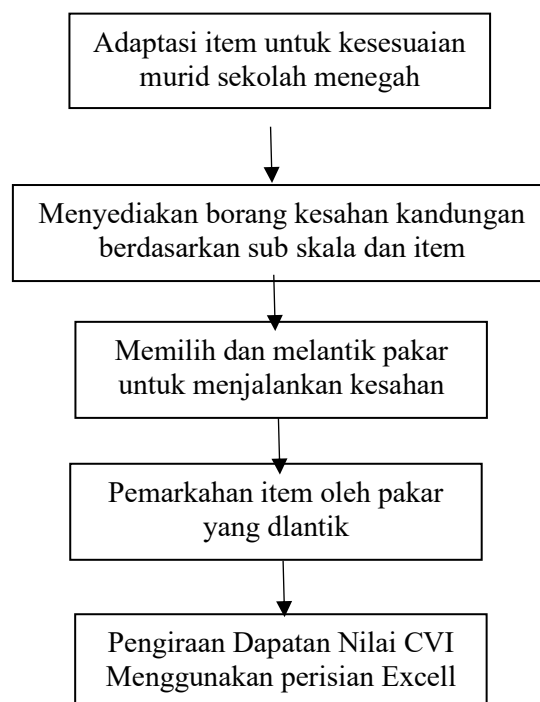
Perbezaan utamanya terletak pada penekanan berikut:

- a. Fokus: GAS mengambil pendekatan fisiologi, sementara EST menekankan proses kognitif dan penilaian individu.
- b. Kepentingan khusus: GAS lebih umum, manakala EST menekankan sifat khusus stresor dan perbezaan individu.
- c. Mekanisme menangani: GAS tidak secara eksplisit membahas proses menangani, manakala EST memberi tumpuan kepada pelbagai strategi menangani yang digunakan oleh individu.

Kesimpulannya kedua-dua perspektif teori ini membolehkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang faktor-faktor fisiologi, psikologi, dan individu yang mempengaruhi cara kita bertindak balas dan menangani situasi mencabar.

Metodologi Kajian

Kajian ini dijalankan secara kaedah kuantitatif untuk mengukur tahap kesahan instrumen menggunakan Indeks Kesahan Kandungan, *Content Validation Index* (CVI). Langkah-langkah yang dijalankan adalah dengan mengadaptasi item untuk kesesuaian murid sekolah menengah, menyediakan borang kesahan kandungan berdasarkan sub skala dan item, memilih dan melantik pakar untuk menjalankan kesahan, melaksanakan proses pengesahan dengan mendapatkan pemarkahan dari pakar terhadap item serta membuat pengiraan menggunakan perisian Excell untuk mendapatkan nilai *Item Content Validity Index* (I-CVI), *Scale Content Validity Index* S-CVI dan *Scale Content Validity Index Average* (S-CVI/Ave). Kesemua langkah tersebut dilaksanakan mengambil masa lima bulan.



Rajah 1: Langkah-langkah Mengukur Indeks Kesahan Kandungan (CVI) Instrumen

Adaptasi Item Instrumen Untuk Kesesuaian Murid Sekolah Menengah

Memandangkan item dalam soal selidik ini berdasarkan keperluan mengenalpasti tahap stres pelajar di institusi pengajian tinggi, penyelidik telah membuat pengubahsuaian item berdasarkan kesesuaian terma bagi murid sekolah menengah pada perkara berikut:

- a. Institusi pengajian di tukar kepada sekolah;
- b. Pensyarah ditukar kepada guru;
- c. Tugas ditukar kepada peperiksaan; dan
- d. Kuliah ditukar kepada kelas.

Item dalam bahagian ini dibahagikan kepada empat sub-skala stres seperti berikut:

- a. Stres Fizikal (item 1 hingga 10),
- b. Stres Hubungan Interpersonal (11 hingga 20),
- c. Stres Akademik (item 21 hingga 30), dan
- d. Stres Persekitaran (item 31 hingga 40).

Semua item menggunakan skala Likert, di mana (1) tidak pernah, (2) sedikit kerap, (3) kerap, dan (4) sentiasa (Schommer 1991). Semua item dirumuskan secara negatif untuk menggambarkan tahap stres yang sedang dialami oleh pelajar.

Menyediakan Borang Kesahan Kandungan berdasarkan Sub Skala dan Item

Menggunakan kaedah dan pendekatan yang tepat dalam membangunkan soal selidik adalah kritikal untuk memastikan instrumen tersebut berfungsi dengan baik dalam mengukur objektif kajian secara tepat. Kesahan soal selidik merupakan elemen penting yang menentukan sejauh mana instrumen benar-benar dapat mengukur perkara yang ingin dikaji. Menurut Othman Mohamad (2000) dalam Muhammad Aziz Shah (2022), kesahan soal selidik menilai sama ada instrumen penilaian tersebut benar-benar menggambarkan konstruk atau skala yang menjadi tumpuan kajian. Setiap item dalam soal selidik harus berkaitan secara langsung dengan konstruk atau skala yang diukur. Proses pengesahan biasanya melibatkan semakan pakar oleh individu yang memiliki kepakaran dalam bidang berkaitan. Tujuannya adalah untuk memastikan bahawa setiap item soal selidik mencerminkan konstruk atau skala yang dimaksudkan. Pakar memainkan peranan penting kerana mereka mampu memberikan maklum balas yang cepat, menganalisis pelbagai aspek serentak, serta menterjemahkan konsep abstrak kepada sesuatu yang lebih konkrit dan spesifik (Saedah, 2022). Seperti yang dijelaskan oleh Sidek (2002), sesuatu instrumen dianggap mempunyai kesahan tinggi jika ia berjaya mengukur dengan tepat apa yang dimaksudkan untuk diukur. Oleh itu, proses pengukuran dan analisis data perlu dilakukan dengan teliti bagi memastikan hasil kajian adalah konsisten dan tepat.

Dalam konteks kajian ini borang kesahan kandungan disediakan secara tersusun dengan menyatakan arahan kepada pakar. Skala persetujuan bermula dari 0 (sangat tidak setuju) kepada 10 (sangat setuju). Sub skala dijelaskan dengan definisi serta item untuk mengukur sub skala tersebut. Setelah selesai menyemak sub skala dan item, pakar diminta memberikan skor bagi setiap item secara bebas berdasarkan skala yang relevan (Rajah 2). Pakar dikehendaki mengemukakan respons mereka kepada penyelidik setelah memberikan skor kepada semua item.

YBhg Prof/Dato'/Datin/ Dr. /Tuan dan Puan

Saya memohon jasa baik pihak YBhg Prof/Dato'/Datin/ Dr./Tuan dan Puan untuk menilai pernyataan yang ada untuk mendapatkan koefisien bagi soal selidik ini.

Arahan:
Sila nyatakan tahap persetujuan anda tentang pernyataan di bawah sama ada mewakili konstruk yang dikenalpasti. Sila gunakan skala berikut untuk memberikan respon anda.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Sangat Tidak Setuju					Sangat Setuju					

1) SUB SKALA SRES FIZIKAL
Definisi : Sub skala fizikal merujuk kepada kesan-kesan stres ke atas fizikal. Apabila individu gagal menangani stres secara berkesan, atau jika stres menjadi sebahagian daripada kehidupan seseorang maka stres sering mempengaruhi atau memberi kesan negatif kepada fisiologi dan fizikal. Antara kesan stres ke atas fizikal seseorang ialah seperti keletihan, kelemahan fizikal, sakit kepala, masalah tidur, sakit belakang dan lain-lain.

Pernyataan	Skala (Bulatkan Darjah Persetujuan)										
Berikut ialah senarai yang anda mungkin merasakan atau berkecenderungan sepanjang pengajian anda. Sila bulatkan satu jawapan dalam setiap kotak.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Sakit kepala.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
2. Sakit belakang	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
3. Masalah tidur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
4. Kesukaran bernafas.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
5. Bimbang yang berlebihan.	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Rajah 2 : Contoh Arahan, Definisi Sub Skala dan Skala Persetujuan Terhadap Sub Skala Stres

Memilih dan Melantik Pakar untuk Membuat Kesahan

Pemilihan pakar untuk menyemak dan mengkritik sesuatu (contohnya, soal selidik) adalah berdasarkan kepakaran individu tersebut dalam topik yang dikaji. Bersesuaian dengan kajian ini, Jadual 1 merumuskan bilangan pakar yang disyorkan serta implikasinya terhadap skor CVI (Content Validity Index) yang boleh diterima. Dapat disimpulkan bahawa bagi pengesahan kandungan, bilangan minimum pakar yang boleh diterima ialah dua. Namun, kebanyakan cadangan mencadangkan sekurang-kurangnya enam pakar. Berdasarkan cadangan (5–8) serta pengalaman penulis, bilangan pakar untuk pengesahan kandungan seharusnya sekurang-kurangnya enam dan tidak melebihi sepuluh orang (Muhammad Saiful, 2019). Dalam konteks kajian ini, penyelidik telah memilih lapan orang pakar yang dirujuk untuk mengesahkan setiap skala, sub skala, dan item yang digunakan dalam kajian ini.

Jadual 1: Bilangan Pakar Dan Implikasi Terhadap Skor CVI Yang Oleh Diterima

Bilangan Pakar	Nilai CVI Diterima	Sumber
2 Pakar	Sekurang-Kurangnya 0.80	Davis (1992)
3-5 Pakar	1	Polit & Beck (2006), Polit et al., (2007)
Sekurang-kurangnya 6 Pakar	Sekurang-Kurangnya 0.83	Polit & Beck (2006), Polit Et Al., (2007)
6-8 Pakar	Sekurang-Kurangnya 0.83	Lynn (1986)
Sekurang-kurangnya 9 Pakar	Sekurang-Kurangnya 0.78	Lynn (1986)

Jadual 1 menunjukkan Nilai CVI yang diterima Bergantung kepada Bilangan Pakar yang Memberikan Persetujuan

Pemarkahan Item oleh Pakar yang di Lantik

Kesahan soal selidik terdiri daripada dua aspek utama, iaitu kesahan muka dan kesahan kandungan, kerana kualiti instrumen bergantung kepada tahap kesahannya (Litwin, 1995). Kesahan soal selidik membantu memastikan bahawa perkara yang diukur selari dengan objektif kajian, serta skor ujian boleh ditafsirkan dengan tepat (Gay L.R. et al., 2006). Kesahan kandungan memastikan bahawa item dalam soal selidik relevan dan mencerminkan domain

yang sedang diukur (Wiersma, 2000). Kesahan muka pula melibatkan penilaian terhadap aspek bahasa seperti ejaan, struktur ayat, kesesuaian item, kejelasan makna, dan gaya penulisan (Muijs, 2004; Wiersma, 2000; Furr, 2019).

Tujuan utama kesahan kandungan adalah untuk memastikan bahawa setiap item dalam instrumen pengukuran benar-benar mewakili domain yang hendak diukur. Murphy dan Davidshover (2001) menjelaskan bahawa proses pengesahan kandungan melibatkan tiga langkah utama: menerangkan kandungan domain, mengenal pasti aspek kandungan yang dinilai oleh setiap item, dan membandingkan struktur instrumen dengan struktur kandungan.

Mohd Majid Konting (1998) mencadangkan agar penyelidik mendapatkan penilaian daripada pihak luar untuk meningkatkan kesahan kandungan instrumen mereka. Penilai luar ini biasanya terdiri daripada pakar dalam bidang berkaitan dan berfungsi memastikan bahawa domain yang terkandung dalam instrumen adalah mewakili bidang kajian dengan tepat.

Untuk tujuan ini, penyelidik menyediakan borang kesahan yang dihantar kepada panel terpilih. Pakar yang dipilih terdiri daripada saintis dan pengamal berpengetahuan dalam bidang psikologi dan kaunseling, pendidikan, pengukuran, dan penilaian.

Dalam borang kesahan kandungan, definisi sub skala dan item yang mewakili sub skala tersebut disediakan dengan jelas untuk rujukan pakar seperti yang ditunjukkan dalam Rajah 2. Pakar diminta untuk menyemak secara kritikal sub skala dan item-itemnya sebelum memberikan skor bagi setiap item. Pakar digalakkan untuk memberikan komen secara bertulis bagi meningkatkan kesesuaian item terhadap sub skala yang dinilai. Semua komen akan diambil kira untuk memperhalusi sub skala dan item-itemnya.

Terdapat dua bentuk CVI, iaitu CVI untuk item (I-CVI) dan CVI untuk skala (S-CVI). Definisi dan formula indeks CVI dirumuskan dalam Jadual 2. Sebelum pengiraan CVI dilakukan, penilaian persetujuan pakar perlu direkodkan semula sebagai 1 (skala persetujuan 7 hingga 10) atau 0 (skala persetujuan 0-6) seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 3. Untuk menggambarkan pengiraan pelbagai indeks CVI, contoh penilaian persetujuan bagi item skala stres fizikal oleh lapan pakar disediakan dalam Jadual 3. Bagi menerangkan pengiraan indeks CVI (rujuk Jadual 2), berikut adalah contoh pengiraan berdasarkan data yang diberikan dalam Jadual 3. Pengiraan tahap persetujuan keseluruhan instrumen diberikan dalam Jadual 4.

Jadual 2 : Definisi dan Formula CVI

Indeks CVI	Definisi	Formula
I-CVI (indeks kesahan kandungan peringkat item)	Peratusan pakar kandungan yang memberikan penilaian persetujuan 7 hingga 10 bagi sesuatu item	$I-CVI = \frac{\text{bilangan pakar yang memberikan skor 7 hingga 10}}{\text{bilangan pakar}}$
S-CVI (indeks kesahan kandungan peringkat sub skala berdasarkan kaedah purata)	Purata skor I-CVI bagi semua item dalam sub skala atau purata peratusan persetujuan semua pakar terhadap item. Peratusan persetujuan adalah purata penilaian persetujuan oleh setiap pakar.	$S-CVI = \frac{\text{jumlah skor I-CVI}}{\text{bilangan item sub skala}}$

S-CVI/Ave (indeks kesahan kandungan peringkat instrumen berdasarkan kaedah purata) Purata skor S-CVI bagi semua sub skala atau purata peratusan persetujuan semua pakar terhadap sub skala. Peratusan persetujuan adalah purata penilaian persetujuan oleh setiap pakar. $S-CVI/Ave = (\text{jumlah skor S-CVI}) / (\text{bilangan sub skala})$

Jadual di Atas Menunjukkan Tiga Nilai Indeks CVI yang Digunakan Untuk Menentukan Tahap Kesehan ISP

Dapatan Nilai Kesahan Kandungan (CVI)

Untuk menentukan tahap kesahan item sesuatu instrumen, bilangan pakar dan nilai CVI diambil kira (rajah 1). Bagi kesahan yang melibatkan enam hingga lapan orang pakar memerlukan sekurang-kurangnya nilai CVI 0.83 untuk diterima. Dalam konteks kajian ini seramai lapan orang pakar terlibat dan dapatan nilai CVI bagi setiap sub skala adalah melebihi 0.83 yang dianalisis menggunakan perisian excell (Jadual 4).

Jadual 3: Pengiraan Tahap Persetujuan Pakar Terhadap Item dan Sub Skala

Sub Skala Stres Fizikal										
Item	Pakar 1	Pakar 2	Pakar 3	Pakar 4	Pakar 5	Pakar 6	Pakar 7	Pakar 8	Bil pakar yang memberikan skor 7 hingga 10 (relevan)	I-CVI
S1	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S2	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S3	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S4	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S5	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S6	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S7	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S8	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S9	1	1	1	1	1	1	1	0	7	0.875
S10	1	1	1	1	1	1	1	1	8	1
S-CVI										0.987

Jadual Menunjukkan Semua Pakar Bersetuju Dengan Memberikan Skor Tujuh Hingga Sepuluh Kepada Semua Item Kecuali Pada Item Sembilan, Hanya Tujuh Pakar Memberikan Skor Tujuh Hingga Sepuluh. Nilai S-CVI Bagi Sub Skala Stres Fizikal Adalah 0.987.

Jadual 4: Pengiraan Tahap Persetujuan Pakar Terhadap Keseluruhan Instrumen

S-CVI berdasarkan Sub Skala	Nilai S-CVI
Stres Fizikal	0.987
Stres Hubungan Interpersonal	0.987
Stres Akademik	0.937
Stres Persekitaran	0.937
S-CVI/Ave	0.963

Jadual di atas menunjukkan semua sub skala mempunyai skor Skala - Indeks Kesahan Kandungan (S-CVI) yang diterima. Skor Purata - Indeks Kesahan Kandungan (S-CVI/Ave) bagi Inventori Stres Pelajar (ISP) juga diterima iaitu 0.963.

Perbincangan dan Kesimpulan

Kajian ini membuktikan kesahan instrumen yang digunakan untuk mengenalpasti tahap stres dalam kalangan murid sekolah menengah. Instrumen yang dibina berdasarkan pandangan dua teori ini dapat membantu pengkaji menilai tahap stres dari sudut homeostatis iaitu proses penyesuaian fisiologi badan dan dari sudut faktor persekitaran yang menyumbang kepada tahap stres. Instrumen yang baik amat penting untuk memastikan ia dapat mengukur konstruk atau skala yang hendak diukur. Dalam konteks ini faktor stres fisiologi diukur melalui sub skala stres fizikal manakala faktor stres persekitaran (stressor) dapat dikenalpasti berdasarkan sub skala stres hubungan interpersonal, stres akademik dan stres persekitaran. Pengguna terutamanya pengamal kaunseling dan psikologi boleh menjadikan instrumen ini sebagai alternatif dalam mengenal pasti keadaan stres murid dan dapat membantu untuk merangka pelan rawatan yang tepat dan bersesuaian.

Kajian ini menunjukkan bahawa instrumen yang dibangunkan mempunyai tahap kesahan yang diterima. Oleh itu, instrumen ini boleh digunakan untuk menilai tahap stres dalam kalangan murid sekolah menengah. Walau bagaimanapun, instrumen ini tetap terbuka untuk sebarang penambahbaikan.

Penghargaan

Pengkaji mengucapkan ribuan terima kasih kepada semua panel pakar terdiri dari pensyarah universiti awam, institut pendidikan guru Malaysia kampus serta penggubal dasar dan pengamal kaunseling yang telah memberikan sumbangan dalam memberikan pandangan berkaitan instrumen ini.

Rujukan

- Davis, L. L. (1992). Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied Nursing Research*, 5(4), 194–197. [https://doi.org/10.1016/s0897-1897\(05\)80008-4](https://doi.org/10.1016/s0897-1897(05)80008-4)
- Edward, R. (2024). What is general adaptation syndrome (GAS): The stages the body goes through in response to stress. Retrieved from <https://www.verywellhealth.com/general-adaptation-syndrome-overview-5198270>
- Fink, G. (2009). Stress: Definition and history. *The Mental Health Research Institute of Victoria, Melbourne, VIC, Australia*. © 2009 Elsevier Ltd. All rights reserved.
- Fink, G. (2017). Stress: Concepts, definition and history. In *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*. Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-809324-5.02186-1>
- Furr, R. M. (2019). In Zeigler-Hill, V., & Shackelford, T. (Eds.), *Encyclopedia of personality and individual differences*. Springer, Cham.
- Gay, L. R., Mills, G. E., & Airasian, P. (2006). *Educational research: Competencies for analysis and applications*. Columbus: Merrill Greenwood.
- Gutenberg, J. (2019). Ensuring content validity of psychological and educational tests – the role of experts. *Frontline Learning Research*, 8(6), 1–22.
- Hans Selye. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *The Journal of Clinical Endocrinology*, 6(2), 117–230.
- Hans Selye. (1951). The general-adaptation-syndrome. *Institut de Médecine et de Chirurgie Expérimentales, Université de Montréal, Montreal, Canada*.
- Lazarus, R. S., & Cohen, J. B. (1977). Environmental stress. In Altman, I., Wohlwill, J. F. (Eds.), *Human behavior and environment* (pp. 89–127). New York: Plenum Press.
- Litwin, M. S. (1995). *How to measure survey reliability and validity*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.

- Lynn, M. R. (1986). Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 35(6), 382–385.
- Mohd Majid, K. (1998). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Moksnes, U. K. (2021). Sense of coherence. In Haugan, G., & Eriksson, M. (Eds.), *Health promotion in health care – Vital theories and research* (pp. 47–59). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-63135-2_4
- Muijs, D. (2004). *Doing quantitative research in education with SPSS*. London: Sage Publications.
- Muhammad Aziz Shah, et al. (2020). *Inventori Stres Pelajar (ISP) – Edisi 2020*. Tanjong Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Muhammad Aziz Shah, et al. (2022). *Pembinaan dan pengujian instrumen penyelidikan* (Edisi Kedua). Kalumpang, Selangor: I Psychology and Counseling Academy.
- Muhammad Saiful Bahri Yusof. (2019). ABC of content validation and content validity index calculation. *Education in Medicine Journal*, 11(1), 49–54.
- Murphy, K. R., & Davidshofer, C. O. (2001). *Psychological testing: Principles and applications* (5th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- National Health and Morbidity Survey (NHMS). (2022). *Non-communicable diseases and healthcare demand*. Ministry of Health Malaysia.
- National Health and Morbidity Survey (NHMS). (2023). *Non-communicable diseases and healthcare demand*. Ministry of Health Malaysia.
- Polit, D. F., & Beck, C. T., & Owen, S. V. (2007). Focus on research methods: Is the CVI an acceptable indicator of content validity? Appraisal and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 30(4), 459–467.
- Saedah Siraj. (2022). *Kajian rekabentuk pembangunan*. Tanjong Malim: Universiti Pendidikan Sultan Idris.
- Sidek Mohd Noah, & Jamaludin Ahmad. (2002). *Reka bentuk penyelidikan: Falsafah, teori dan praktis*. Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Sidek Mohd Noah, & Jamaludin Ahmad. (2005). *Pembinaan modul: Bagaimana membina modul latihan dan modul akademik*. Serdang: Universiti Putra Malaysia.
- Stress In America™ 2020. (2020). *A national mental health crisis*. American Psychological Association.
- Wiersma, W. (2000). *Research methods in education: An introduction* (7th ed.). Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Woodhouse, M. B. (1990). *A preface to philosophy* (4th ed.). Belmont, CA: Wadsworth Publishing Company.