



**UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA**

**KESAN MODUL PENDIDIKAN RASIONAL EMOTIF TERHADAP  
KEPERCAYAAN TIDAK RASIONAL DAN TEKANAN DALAM KALANGAN  
PELAJAR SEKOLAH BERASRAMA PENUH DI JOHOR, MALAYSIA**

**MASTURA BINTI MAHFAR**

**FPP 2011 31**

**KESAN MODUL PENDIDIKAN RASIONAL EMOTIF TERHADAP  
KEPERCAYAAN TIDAK RASIONAL DAN TEKANAN DALAM KALANGAN  
PELAJAR SEKOLAH BERASRAMA PENUH DI JOHOR, MALAYSIA**



**Tesis Ini Dikemukakan Kepada Sekolah Pengajian Siswazah,  
Universiti Putra Malaysia Sebagai Memenuhi Keperluan Untuk  
Ijazah Doktor Falsafah**

**Jun 2011**

Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia sebagai  
memenuhi keperluan untuk Ijazah Doktor Falsafah

**KESAN MODUL PENDIDIKAN RASIONAL EMOTIF TERHADAP  
KEPERCAYAAN TIDAK RASIONAL DAN TEKANAN DALAM KALANGAN  
PELAJAR SEKOLAH BERASRAMA PENUH DI JOHOR, MALAYSIA**

Oleh

**MASTURA BINTI MAHFAR**

Jun 2011

**Pengerusi : Profesor Madya Sidek Mohd Noah, PhD**

**Fakulti : Pengajian Pendidikan**

Kajian ini bertujuan untuk membina Modul Pendidikan Rasional Emotif yang mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang tinggi. Di samping itu, kajian ini juga dilaksanakan bagi mengenalpasti kesan Modul Pendidikan Rasional Emotif terhadap kepercayaan tidak rasional dan tekanan pelajar. Reka bentuk kajian ialah kajian *true experimental* yang menggunakan kelompok kawalan rawak ujian-pra dan ujian-pasca. Subjek kajian terdiri daripada seramai 90 orang pelajar Tingkatan Satu daripada tiga buah Sekolah Berasrama Penuh (SBP) di negeri Johor yang telah dipilih secara persampelan rawak berkelompok dan seterusnya diagihkan secara rawak kepada kelompok eksperimen besar ( $KE_B$ ), kelompok eksperimen kecil ( $KE_K$ ) dan kelompok kawalan ( $KK_w$ ). Hanya kelompok eksperimen sahaja telah mengikuti rawatan modul selama tempoh sembilan minggu sementara kelompok kawalan tidak diberikan sebarang rawatan.

Kesemua kelompok telah menjawab Soal Selidik Kepercayaan Pelajar (SSKP) dan Soal Selidik Tekanan Pelajar (SSTP) yang sama sebelum dan selepas rawatan. Data kajian yang diperoleh telah dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensi. Kekerapan, peratusan, min dan sisihan piawai telah digunakan dalam analisis deskriptif bagi menganalisis maklumat demografi, kesahan kandungan dan kebolehpercayaan modul. Manakala, statistik inferensi iaitu ujian-t dua sampel bersandar dan ANOVA Sehala digunakan bagi menguji hipotesis kajian. Keputusan kajian telah menunjukkan bahawa Modul Pendidikan Rasional Emotif yang dibina mempunyai kesahan kandungan yang tinggi iaitu .92. Nilai pekali kebolehpercayaan *alpha Cronbach* pula ialah .93.

Keputusan kajian eksperimen pula telah menunjukkan 1) terdapat perbezaan signifikan antara ujian-pra dan ujian-pasca  $KE_B$  dan  $KE_K$  bagi kepercayaan tidak rasional, tekanan dan kesemua subskala kepercayaan tidak rasional (pendesakan, keterukan, toleransi kekecewaan rendah dan penilaian menyeluruh) kecuali  $KK_w$  2) terdapat perbezaan signifikan antara ujian-pasca  $KE_B$  dengan  $KK_w$  dan juga  $KE_K$  dengan  $KK_w$  bagi kepercayaan tidak rasional, tekanan dan kesemua subskala kepercayaan tidak rasional 3) tidak terdapat perbezaan signifikan antara ujian-pasca  $KE_B$  dengan  $KE_K$  bagi kepercayaan tidak rasional, tekanan dan subskala kepercayaan tidak rasional kecuali subskala toleransi kekecewaan rendah. Secara kesimpulannya, Modul Pendidikan Rasional Emotif yang dibina berdasarkan pendekatan Terapi Rasional Emotif Tingkah Laku (REBT) ini adalah bersesuaian bagi mengurangkan kepercayaan tidak rasional dan tekanan pelajar Tingkatan Satu, SBP sama ada dilaksanakan melalui kelompok kecil atau kelompok besar.

Abstract of thesis presented to the Senate of Universiti Putra Malaysia  
in fulfilment of the requirement for the degree of Doctor of Philosophy

**EFFECTS OF RATIONAL EMOTIVE EDUCATION MODULE ON  
IRRATIONAL BELIEFS AND STRESS AMONG  
FULLY RESIDENTIAL SCHOOL STUDENTS IN JOHOR, MALAYSIA**

By

**MASTURA BINTI MAHFAR**

**June 2011**

**Chairman : Associate Professor Sidek Mohd Noah, PhD**

**Faculty : Educational Studies**

The purpose of this study was to develop a Rational Emotive Education Module of high validity dan reliability. Besides, this study was carried out to identify the effects of Rational Emotive Education Module on irrational beliefs and stress among students. The research design in this study was true experimental which used pre-test and post-test randomized control group. The subjects of this study were 90 Form One students from three fully residential schools in Johor who were selected using group random sampling and were randomly assigned to the big experimental group ( $EG_B$ ), the small experimental group ( $EG_S$ ) and the control group (CG). Only the experimental groups underwent treatment of the module for nine weeks but not for the control group.

All groups responded to the same questionnaires which were the Questionnaire of Students' Irrational Beliefs (QSIBs) and Questionnaire of Students' Stress (QSS) before and after the treatment. The data collected were analyzed using descriptive and inferential statistics. The frequencies, percentage, mean and standard deviation were used in the descriptive analyses to examine the demographics information, validity and reliability of the module. Besides that, the inferential statistics such as paired sample t-test and one-way ANOVA were employed to test the research hypotheses. The results indicated that the Rational Emotive Education Module developed had a high validity value at .92. The *alpha Cronbach* coefficient reliability was at .93.

The results of the experimental research revealed that 1) there were significant differences between pre-test and post-test in EG<sub>B</sub> and EG<sub>S</sub> for irrational beliefs, stress and all subscales of irrational beliefs (demandingness, awfulizing, low frustration tolerance and global evaluation) except for CG, 2) there were significant differences between post-test of EG<sub>B</sub> and CG and also EG<sub>S</sub> and CG for irrational beliefs, stress and all subscales of irrational beliefs, 3) there were no significant differences between post-test of EG<sub>B</sub> and EG<sub>S</sub> for irrational beliefs, stress and subscales of irrational beliefs except for subscale of low frustration tolerance. In conclusion, the Rational Emotive Education Module developed based on the Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) approach is suitable for Form One students of fully residential schools to reduce their irrational beliefs and stress carried out either via small groups or big groups.

## PENGHARGAAN

Dengan nama Allah SWT yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang.

Syukur Alhamdulillah, segala puji-pujian kepada Allah SWT dan selawat serta salam ke atas junjungan Nabi Muhammad SAW, dengan izin, berkat dan limpah rahmat-Nya telah memberikan saya kekuatan, kecekalan dan kemudahan untuk menyiapkan kajian ilmiah ini. Sesungguhnya, tidak akan berlaku walaupun sekecil perkara tanpa keizinan-Nya.

Di kesempatan ini, saya ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih tidak terhingga kepada Profesor Madya Dr. Sidek Mohd Noah selaku Pengurus Jawatankuasa Penyeliaan dan Ahli Jawatankuasa Penyeliaan yang terdiri daripada Profesor Madya Dr. Jamaludin Hj. Ahmad dan Dr. Wan Marzuki Wan Jaafar yang telah banyak memberikan bimbingan, tunjuk ajar serta sumbangan idea dan pandangan yang bernas kepada saya dalam usaha menyiapkan tesis ini. Semoga bimbingan dan tunjuk ajar daripada kalian diberkati oleh Allah SWT.

Penghargaan dan ucapan terima kasih juga saya tujukan kepada pensyarah yang telah terlibat dalam pengujian kesahan kandungan alat ukur dan modul iaitu Profesor Emeritus Dato' Dr. Amir Awang (UUM), Profesor Madya Dr. Mohamed Sharif Hj. Mustaffa (UTM) dan Profesor Madya Dr. Abdul Malek Hj. Abdul Rahman (UPSI) serta pensyarah yang telah terlibat dalam penyeliaan tatacara pengendalian modul iaitu

Profesor Madya Dr. Sapora Sipon (USIM), Profesor Madya Dr. Mohamed Sharif Hj. Mustaffa (UTM) dan Dr. Hamdan Hj. Abdul Kadir (UTM). Dan tidak lupa juga, ucapan terima kasih kepada semua pensyarah kaunseling di Jabatan Pendidikan Kaunselor dan Psikologi Kaunseling, UPM, Bahagian Pengurusan SBP dan Sekolah Kecemerlangan, Kementerian Pelajaran Malaysia, pengetua dan kaunselor SBP serta semua pihak yang telah memberikan kerjasama secara tidak langsung kepada saya bagi melaksanakan kajian ini. Terima kasih atas segala pertolongan dan budi baik yang telah dihulurkan. Ucapan terima kasih juga kepada pihak UTM yang telah memberikan saya peluang merealisasikan impian dan harapan bagi memperoleh Ijazah Doktor Falsafah.

Akhirnya, setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan terima kasih ini ditujukan istimewa kepada seluruh ahli keluarga saya, terutama ibu saya, Pn. Paridah Hj. Yahya yang telah banyak memberikan sokongan moral dan galakan berterusan serta memahami kesibukan saya dalam menyiapkan tesis ini. Dan tidak lupa sama sekali, khusus buat Allahyarham Hj. Mahfar bin Abdul Kadir, bapa saya yang telah kembali ke Rahmatullah semasa saya sedang berusaha menyiapkan tesis ini. Kata-kata perangsang, nasihat dan motivasi daripada Allahyarham akan sentiasa terpahat dalam ingatan saya. Semoga roh Allahyarham ditempatkan dalam kalangan hamba-Nya yang beriman. Semoga Allah SWT juga memberikan taufik dan hidayah-Nya kepada semua. Amin.

Mastura Mahfar  
Johor Bahru, Johor.

Saya mengesahkan bahawa satu Jawatankuasa Peperiksaan Tesis telah berjumpa pada 3 Jun 2011 untuk menjalankan peperiksaan akhir bagi Mastura binti Mahfar bagi menilai tesis beliau yang bertajuk "Kesan Modul Pendidikan Rasional Emotif Terhadap Kepercayaan Tidak Rasional Dan Tekanan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Berasrama Penuh Di Johor, Malaysia" mengikut Akta Universiti dan Kolej Universiti 1971 dan Perlembagaan Universiti Putra Malaysia [P.U.(A) 106] 15 Mac 1998. Jawatankuasa tersebut telah memperakuan bahawa calon ini layak dianugerahi ijazah Doktor Falsafah.

Ahli Jawatankuasa Peperiksaan Tesis adalah seperti berikut:

**Rahim Md. Sail, PhD**

Profesor

Fakulti Pengajian Pendidikan

Universiti Putra Malaysia

(Pengerusi)

**Rusnani Abdul Kadir, PhD**

Profesor Madya

Fakulti Pengajian Pendidikan

Universiti Putra Malaysia

(Pemeriksa Dalam)

**Halimatun Halaliah Mokhtar, PhD**

Pensyarah Kanan

Fakulti Pengajian Pendidikan

Universiti Putra Malaysia

(Pemeriksa Dalam)

**Zuria Mahmud, PhD**

Profesor

Fakulti Pendidikan

Universiti Kebangsaan Malaysia

(Pemeriksa Luar)

---

**NORITAH OMAR, PhD**

Profesor Madya dan Timbalan Dekan  
Sekolah Pengajian Siswazah  
Universiti Putra Malaysia

Tarikh:

Tesis ini telah dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia dan telah diterima sebagai memenuhi syarat keperluan untuk ijazah Doktor Falsafah. Ahli Jawatankuasa Penyeliaan adalah seperti berikut:

**Sidek Mohd Noah, PhD**

Profesor Madya  
Fakulti Pengajian Pendidikan  
Universiti Putra Malaysia  
(Pengerusi)

**Jamaludin Ahmad, PhD**

Profesor Madya  
Fakulti Pengajian Pendidikan  
Universiti Putra Malaysia  
(Ahli)

**Wan Marzuki Wan Jaafar, PhD**

Pensyarah Kanan  
Fakulti Pengajian Pendidikan  
Universiti Putra Malaysia  
(Ahli)

---

**HASANAH MOHD GHAZALI, PhD**

Profesor dan Dekan  
Sekolah Pengajian Siswazah  
Universiti Putra Malaysia

Tarikh:

## **PERAKUAN**

Saya memperakui bahawa tesis ini adalah hasil kerja saya yang asli melainkan petikan dan sedutan yang tiap-tiap satunya telah dijelaskan sumbernya. Saya juga memperakui bahawa tesis ini tidak pernah dimajukan sebelum ini, dan tidak dimajukan serentak dengan ini, untuk ijazah lain sama ada di Universiti Putra Malaysia atau institusi lain.

**MASTURA BINTI MAHFAR**

Tarikh: 3 Jun 2011



## KANDUNGAN

<b>Muka Surat</b>	1
<b>ABSTRAK</b>	ii
<b>ABSTRACT</b>	iv
<b>PENGHARGAAN</b>	vi
<b>PENGESAHAN</b>	viii
<b>PERAKUAN</b>	x
<b>SENARAI JADUAL</b>	xv
<b>SENARAI RAJAH</b>	xvii
<b>SENARAI SINGKATAN</b>	xviii
 <b>BAB</b>	
 1 <b>PENGENALAN KAJIAN</b>	1
Pengenalan	1
Latar Belakang Kajian	1
Aplikasi Pendidikan Rasional Emotif Dalam Bidang Pendidikan	10
Pernyataan Masalah	13
Objektif Kajian	16
Hipotesis Kajian	17
Kepentingan Kajian	20
Batasan Kajian	22
Definisi Konsep Dan Operasional	25
Kepercayaan Tidak Rasional	25
Tekanan	26
Modul Pendidikan Rasional Emotif	27
Pelajar SBP	29
Kesimpulan	30
 2 <b>SOROTAN KAJIAN</b>	31
Pengenalan	31
Pendekatan Terapi Rasional Emotif Tingkah laku (REBT)	31
Model ABC Berasaskan Pendekatan REBT	35
Peristiwa (A)	36
Kepercayaan (B)	36
Kesan (C)	41
Mencabar (D)	42
Kesan Dan Falsafah Baru (E)	43
Perasaan Baru (F)	44
Kesimpulan Pendekatan Teori	44

Latar Belakang Dan Perkembangan Pendidikan Rasional Emotif	45
Perkembangan Kandungan Pembelajaran Pendidikan Rasional Emotif	48
Kajian-kajian Lepas	49
Kajian Berkaitan Pembinaan, Kesahan Dan Kebolehpercayaan Modul	49
Kajian Berkaitan Kepercayaan Tidak Rasional Dan Tekanan Pelajar	53
Kajian Berkaitan Kesan Modul Pendidikan Rasional Emotif Terhadap Kepercayaan Tidak Rasional Dan Tekanan Pelajar	63
Rumusan Kajian Lepas	72
Kesimpulan	74
 3 METODOLOGI	 75
Pengenalan	75
Reka Bentuk Kajian	75
Pembinaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	76
Kajian Eksperimen	78
Kesahan Dalaman Dan Kawalan Pembolehubah Luaran	82
Kesahan Luaran Dan Kawalan Pembolehubah Luaran	86
Tempat Kajian	88
Populasi Kajian	89
Persampelan Kajian	90
Alat Kajian	97
Soal Selidik Kepercayaan Pelajar (SSKP)	97
Skor Manual SSKP Dan Kaedah Pemarkatan	99
Soal Selidik Tekanan Pelajar (SSTP)	101
Skor Manual SSTP Dan Kaedah Pemarkatan	101
Kesahan Alat Ukar	102
Pengujian Kesahan Kandungan SSKP Dan SSTP	104
Kajian Rintis Kesahan Kandungan SSKP Dan SSTP	106
Kebolehpercayaan Alat Ukar	108
Pengujian Kebolehpercayaan SSKP Dan SSTP	108
Kajian Rintis Kebolehpercayaan SSKP Dan SSTP	110
Kesimpulan Pengujian Kesahan Dan Kebolehpercayaan SSKP dan SSTP	112
Kandungan Modul Pendidikan Rasional Emotif	114
Kesahan Modul	121
Kajian Rintis Kesahan Kandungan Modul	
Pendidikan Rasional Emotif	122
Kebolehpercayaan Modul	125
Kajian Rintis Kebolehpercayaan Modul	
Pendidikan Rasional Emotif	126

Kesimpulan Pengujian Kesahan Dan Kebolehpercayaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	128
Panduan Mengimplementasi Modul Pendidikan Rasional Emotif	130
Pemungutan Data Kajian Eksperimen	138
Tatacara Kajian	140
Kerangka Penyelidikan	142
Penganalisisan Data Statistik	145
Statistik Deskriptif	145
Statistik Inferensi	145
Kesimpulan	152
<b>4 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN</b>	153
Pengenalan	153
Dapatkan Analisis Statistik Deskriptif Bagi Pengujian Kesahan Dan Kebolehpercayaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	153
Analisis Kesahan Dan Kebolehpercayaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	154
Perbincangan Berkaitan Pembinaan, Kesahan Dan Kebolehpercayaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	156
Pembinaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	156
Kesahan Modul Pendidikan Rasional Emotif	159
Kebolehpercayaan Modul Pendidikan Rasional Emotif	163
Dapatkan Analisis Statistik Inferensi Bagi Kajian Eksperimen	166
Analisis Hipotesis Bagi Pembolehubah Kepercayaan Tidak Rasional	166
Perbandingan Antara Ujian-Pra Dan Ujian-Pasca Setiap Kelompok ( $KE_B$ , $KE_K$ Dan $KK_w$ ) Bagi Kepercayaan Tidak Rasional	166
Perbandingan Antara Ujian-Pasca $KE_B$ , $KE_K$ Dan $KK_w$ Bagi Kepercayaan Tidak Rasional	168
Perbincangan Pembolehubah Kepercayaan Tidak Rasional	169
Analisis Hipotesis Bagi Pembolehubah Tekanan	178
Perbandingan Antara Ujian-Pra Dan Ujian-Pasca Setiap Kelompok ( $KE_B$ , $KE_K$ Dan $KK_w$ ) Bagi Tekanan	178
Perbandingan Antara Ujian-Pasca $KE_B$ , $KE_K$ Dan $KK_w$ Bagi Tekanan	180
Perbincangan Pembolehubah Tekanan	181
Analisis Hipotesis Bagi Subskala Kepercayaan Tidak Rasional	185
Perbandingan Antara Ujian-Pra Dan Ujian-Pasca Setiap Kelompok ( $KE_B$ , $KE_K$ Dan $KK_w$ ) Bagi Subskala Kepercayaan Tidak Rasional	185

Perbandingan Antara Ujian-Pasca KE <sub>B</sub> , KE <sub>K</sub> Dan KK <sub>w</sub> Bagi Subskala Kepercayaan Tidak Rasional	189
Perbincangan Subskala Kepercayaan Tidak Rasional	193
Subskala Pendesakan	193
Subskala Keterukan	196
Subskala Toleransi Kekecewaan Rendah	198
Subskala Penilaian Menyeluruh	201
Kesimpulan	203
<b>5 RUMUSAN, KESIMPULAN DAN CADANGAN</b>	204
Pengenalan	204
Rumusan Kajian	204
Kesimpulan	208
Implikasi Kajian	210
Implikasi Teoritikal	210
Aplikasi Praktikal	215
Cadangan Kajian	219
Cadangan Kepada Pihak Tertentu	220
Cadangan Bagi Kajian Lanjutan	225
<b>BIBLIOGRAFI</b>	228
<b>LAMPIRAN</b>	241
<b>BIODATA PELAJAR</b>	
<b>SENARAI PENERBITAN</b>	