e - Proceeding

POLITEKNIK MALAYSIA
METrO JOHOR BAHRU

MSP

NASCO

National Conference in Sports & Co-Curriculum 2021
@ Politeknik METrO Johor Bahru

15-16 March 2021
Online Conference

SPORTS SCIENCE TOWARDS IR4.0

SPORTS SCIENCE & CO-CURRICULUM
CLUB & VOLUNTEER
SPORTS EDUCATION
SPORTS TOURISM & COMMERCIALISATION

For more information, please visit www.pmjb.edu.my/nasco

e-PROCEEDING

National Conference in Sports & Co-Curriculum

(NASCO @PMJB 2021)

"Sports Science Towards IR 4.0"

PUBLISHER
Politeknik METrO Johor Bahru
Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti

e-PROCEEDING

National Conference in Sports & Co-Curriculum
(NASCO @PMJB 2021)

Hak Cipta Terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluar ulang mana-mana bahagian artikel, ilustrasi dan isi kandungan e-Prosiding ini dalam apa jua bentuk dan dengan cara apa jua sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanikal, rakaman dan sebagainya tanpa kebenaran Politeknik METrO Johor Bahru.

Hakcipta ©2021 Politeknik METrO Johor Bahru

Perpustakaan Negara Malaysia Data-Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

e Proceeding National Conference in Sports & Co Curriculum 2021

e ISBN 978-967-11901-1-1

Diterbitkan oleh:
Politeknik METrO Johor Bahru
No 64, Jalan Suria 19, Taman Putera, 81100 Johor Bahru, Johor

e-PROCEEDING

National Conference in Sports & Co-Curriculum
(NASCO @PMJB 2021)

Sidang Editor:
Wido Mes Wati Binti Sukadi (K)
Nor Hasradiana Binti Aman
Rafidah Binti Jusoh
Syahidah Binti Samsudin

Rekabentuk Grafik:
Nur Shazwani Binti Sadzali (K)
Mohd Nurul Nizam Bin Abd Kassim

Diterbitkan oleh:
Politeknik METrO Johor Bahru
Alamat : No 64, Jalan Suria 19, Taman Putera, 81100 Johor Bahru, Johor
Website :www.pmjb.edu.my
Tel: 07-335 8851/52
Fax:07-335 8854

JAWATANKUASA INDUK

Penaung
Ts. Zainab Binti Ahmad
Ketua Pengarah
Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti

Penasihat
Ts. Hj. Muhamad Rumzi Bin Mamat
Yang DiPertua
Majlis Sukan Politeknik

Dr. Ishak Bin Mohamad
Pengarah Pusat Penyelidikan dan Inovasi

Pengerusi Bersama
Tn. Hj. Azirin Bin Abdul Aziz
Pengarah Politeknik METrO Johor Bahru

Puan Noranyza Binti Mohammad Yusoff
Pengarah Bahagian Ambilan dan Pembangunan Pelajar
Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti

Timbalan Pengerusi
Pn. Nurlinda Binti Abdullah

Pengurus Program
Pn. Zilhaya Binti Mokdeh
Pn. Hjh. Noor Afizah Binti Atan

Pengarah Program
Hj. Mohd Yusof Bin Tawang

Timbalan Pengarah Program
Dr. Muhammad Nazri Bin Abd Halim

Setiausaha
Pn. Malisa Binti Othman

Penolong Setiausaha
Pn. Norsela Binti A. Manaf

Bendahari
Pn. Azrina Binti Dulah Hussein

AHLI JAWATANKUASA PELAKSANA

Pengarah Program
Hj. Mohd Yusof Bin Tawang

Timbalan Pengarah Program
Dr Muhammad Nazri Bin Abdul Halim

Floor Manager
Mohd Ezry Bin Muhammad Rizal Tan

Setiausaha
Malisa Binti Othman (K)
Norsela Binti A. Manaf

Bendahari
Azrina Binti Dulah Hussein

Sekretariat Program (Pendaftaran Peserta / Data)
Julia Binti Jantan (K)
Siti Faezah Binti Ahmad Sazali
Maria Binti Mohd Yatim
Nafissah Binti Johari
Erlia Binti Nasir

JK Penilaian Kertas Kajian
Ustaz Khairul Nizam Bin Mohd Khalid (K)
Dr Noraindah Binti Abdullah Fahim
Hasnida Binti Ibrahim
Hjh. Hazlin Binti Jamari
Mohd Ghadafi Bin Shari

JK Hebahan / Promosi
Junaidah Binti Mohd Daud (K)
Mohd Khairil Nazmi Bin Md Nayan

JK Reka Bentuk dan Percetakan
Nur Shazwani Binti Sadzali (K)
Mohd Nurul Nizam Bin Abu Kassim

JK Buku e Prosiding & Editorial
Wido Mes Wati Binti Sukadi (K)
Nor Hasradiana Binti Aman
Rafidah Binti Jusoh
Syahidah Binti Samsudin

JK Jemputan, Sambutan dan Protokol
Nur Zarimah Binti Jamil (K)
Ustaz Mohd Fazrin Bin Hamdan
Siti Farhana Binti Ismail
Jurina Binti Jamari

JK Persiapan Tempat & Peralatan
Mohd Firdaus Bin Yusoff (K)
Noor Farris Aqmal Bin Kamarunzaman
Mohd Nasrul Bin Aris
Mohd Faizal Bin Ngadimin

JK ICT dan Siaraya
Dr Norazlina Binti Ahmad (K)
Mohd Ekhsan Bin Othman
Idah Binti Ismail
Hanisah Binti Zulkefli
Hairulrizal Shah Bin Baharom@Haron
Mohd Nurul Nizam Bin Abu Kassim
Mohd Firdaus Bin Yusoff
Noor Farris Aqmal Bin Kamarunzaman
Mohd Khairil Nazmi Bin Md Nayan

JK Moderator
Nurul Hana Binti Ab Nasir (K)
Elyn Binti Mohd Ridzwan
Dr Muhammad Nazri Bin Abdul Halim
Ustaz Khairul Nizam Bin Mohd Khalid
Dr Noraindah Binti Abdullah Fahim

JK Sijil, Cenderahati dan Tugas Khas
Faizah Binti Sahbudin (K)
Noraina Binti Wahid
Nur Asikin Binti Abd Aziz (e-Sijil)
Norashikin Binti Amran

JK Pengacaraan Majlis dan Teks Ucapan

Azyati Binti Mohd Agos (K)
Fitriyah Binti Mirojono
Muhammad Azrul Hambali Bin Ghazalli

JK Sajian

Hjh. Siti Fatimatuz Zahra Binti Hussin (K)
Siti Khadijah Binti Ayop
Syahidatul Akmal Binti Isnin
Maydatulhakma Binti Haris

JK Logistik

Noraziah Binti Sofian (K)
Mohd Zulhilmi Bin Abdul Rahman
Feri Yusmadi Bin Yusril

SENARAI PANEL PENILAI

BIL	NAMA	INSTITUSI
1	Dr Halijah Binti Ibrahim	Universiti Teknologi Malaysia
2	Dr Diyana Zulaika Abdul Ghani	Universiti Teknologi Malaysia
3	Dr Adjah Naqkiah Binti Mazlan	Universiti Teknologi Malaysia
4	Dr Asha Hasnimy Binti Mohd Hashim	Universiti Teknologi Malaysia
5	Dr Muhamad Hafiz Bin Ismail	Universiti Teknologi Malaysia
6	Dr Nadiah Diyana Tan Binti Abdullah	Universiti Teknologi MARA Cawangan Negeri Sembilan
7	Dr Radzliyana Binti Radzuwan	Universiti Teknologi MARA Cawangan Negeri Sembilan
8	Dr Junaidy Bin Mohamad Hashim	IPG Kampus Sultan Abdul Halim
9	Dr Hosni Bin Hasan	Universiti Teknologi MARA Shah Alam
10	Dr Mazlina Binti Jamaludin	Politeknik Sultan Idris Shah [PSIS]
11	Prof Madya Dr Rozita Binti Abdul Latif	Universiti Teknologi MARA Cawangan Negeri Sembilan
12	Prof Madya Dr Zainal Abidin Bin Zainuddin	Universiti Teknologi Malaysia
13	Dr Fatimah Bte Mustaffa	IPG Kampus Perempuan Melayu Melaka
14	Dr Mohd Zairi Bin Husain	IPG Kampus Temenggong Ibrahim
15	Dr Mohd Hanapiah Bin Khamis	IPG Tun Hussein Onn
16	Dr Liza Binti Saad	IPG Kampus Perlis

Sekapur Sireh

BISMILLAHIRRAHMANNIRRAHIM

Assalamualaikum w.b.t dan salam sejahtera.

Alhamdulillah dan syukur kepada Allah s.w.t kerana dengan rahmat-Nya, saya berpeluang menzahirkan sepatah dua kata bersempena *National Conference In Sports & Co-Curriculum* (NASCO @PMJB 2021). Saya ingin merakamkan ucapan tahniah dan syabas kepada Politeknik METrO Johor Bahru atas usaha, komitmen dan dedikasi dalam penganjuran NASCO @PMJB 2021.

Rentetan daripada pandemik COVID-19 yang sedang menular maka persidangan ini perlu dilaksanakan secara telesidang. Norma baru dalam penganjuran persidangan ini diharapkan tidak menjadi halangan para penyelidik dalam meneruskan momentum kajian bagi meningkatkan pembangunan dan inovasi berkaitan sukan dan ko-kurikulum.

Persidangan ini bertepatan dengan situasi dunia semasa yang menagihkan penemuan terbaru dalam penyelidikan dan pembangunan dalam bidang sukan dan kokurikulum seiring dengan tema NASCO @PMJB 2021 iaitu *Sports Science Towards IR4.0* . Justeru besarlah harapan saya agar para akademik, pengamal sukan dan pengkaji sukan dapat berkongsi pandangan, idea dan seterusnya saling memanfaatkan sepenuhnya segala ilmu yang diperoleh sepanjang persidangan ini berlangsung.

Akhir kalam, saya memanjatkan kesyukuran dan doa agar kesemua pemakalah dan peserta persidangan ini agar tidak jemu mencurahkan bakti kepada kemajuan sukan dan ko-kurikulum dalam melestarikan budaya mencintai kepentingan sains sukan dalam era IR4.0 ini.

Sekian, terima kasih.

TS. ZAINAB BINTI AHMAD
Ketua Pengarah
Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti

Seuntai Kata

Assalamualaikum w.b.t dan salam sejahtera.

Setinggi kesyukuran dipanjatkan ke hadrat Allah s.w.t kerana pada tahun ini Politeknik METrO Johor Bahru telah berjaya melaksanakan *National Conference In Sports & Co-Curriculum* (NASCO @PMJB 2021). NASCO @PMJB 2021 merupakan persidangan yang dianjurkan oleh Politeknik METrO Johor Bahru dengan kerjasama Majlis Sukan Politeknik (MSP), Bahagian Ambilan & Pembangunan Pelajar, Pusat Penyelidikan dan Inovasi, Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti (JPPKK).

NASCO @PMJB 2021 merupakan platform yang paling sesuai untuk para penyelidik dalam bidang sukan dan ko-kurikulum membentangkan hasil-hasil penyelidikan mereka di samping berkongsi penemuan-penemuan baharu dalam kajian yang dijalankan. Pada persidangan kali ini, PMJB telah berjaya menghasilkan e-prosiding yang menghimpunkan sebanyak 65 kertas penyelidikan terbaik yang telah dinilai oleh pakar bidang sukan dan ko-kurikulum. Adalah amat diharapkan, melalui seminar ini dapat mewujudkan perkongsian pintar antara para penyelidik.

Norma baharu dalam kehidupan kini akibat penularan COVID-19 turut mengheret pelaksanaan NASCO @PMJB 2021 secara telesidang. Namun, saya percaya ini merupakan titik tolak dalam menggiatkan lagi penyelidikan dan inovasi dalam bidang sukan dan ko-kurikulum terutamanya bagi merungkai pemasalahan yang wujud. Seiring dengan tema NASCO @PMJB 2021 iaitu *Sports Science Towards IR4.0***,** inilah medan yang tepat untuk mengumpulkan segala penemuan.

Saya bagi pihak Majlis Sukan Politeknik merakamkan setinggi-tinggi tahniah dan penghargaan kepada semua pembentang, peserta, penilai, moderator dan yang terutama warga PMJB selaku Jawatankuasa Pelaksana yang telah menjayakan *National Conference In Sports & Co-Curriculum* (NASCO @PMJB 2021) pada tahun ini. Tahniah dan syabas untuk semua.

Sekian, wassalam.

TS. HAJI MUHAMAD RUMZI BIN MAMAT
Yang Dipertua
Majlis Sukan Politeknik

Kata Aluan

BISMILLAHIRRAHMANNIRRAHIM

Assalamualaikum w.b.t dan salam sejahtera.

Alhamdulillah kerana tahun ini kita dapat menyaksikan penganjuran *National Conference In Sports & Co-Curriculum* (NASCO @PMJB 2021). Saya juga ingin merakamkan rasa kesyukuran kerana Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) diberi peluang dan kepercayaan untuk menjadi tuan rumah bagi menjalankan persidangan ini pada tahun 2021. Setinggi-tinggi tahniah diucapkan kepada barisan Jawatankuasa Pelaksana kerana atas usaha dan kesungguhan mereka, maka dapat kita bersidang pada hari ini dalam norma baharu. Tidak lupa kepada semua pembentang kerana dapat menyertai NASCO @PMJB 2021 yang telah menjadikan persidangan ini sebagai salah satu platform perkongsian ilmu dan penyelidikan ilmiah bagi membantu membangunkan sains sukan dan ko-kurikulum di Malaysia.

Suka saya nyatakan di sini, bahawa PMJB pada dasarnya menjadualkan persidangan ini berlangsung pada tahun 2020. Namun kerana penularan COVID-19, maka NASCO @PMJB 2021 hanya mampu dizahirkan pada hari ini secara telesidang. Semoga perancangan yang dibuat berjalan lancar dengan mengambil kira prosedur yang telah ditetapkan oleh Majlis Keselamatan Negara (MKN).

NASCO @PMJB 2021 dengan tema *Sports Science Towards IR4.0* telah berjaya mengenengahkan sebanyak 65 kertas penyelidikan merangkumi empat kategori iaitu Sains Sukan dan Kokurikulum, Kelab dan Sukarelawan, Pendidikan Sukan serta Pelancongan Sukan dan Komersial Sukan. PMJB berjaya menyahut cabaran merealisasikan NASCO @PMJB 2021 dengan kertas kajian yang dikumpulkan adalah seratus peratus dalam bidang sukan dan ko-kurikulum.

Adalah diharapkan NASCO @PMJB 2021 menjadi pemangkin dalam mengangkat martabat penyelidikan sukan dan ko-kurikulum di kalangan warga penyelidik. Walaupun banyak cabaran yang harus ditempuhi namun ia merupakan pembuka ruang kepada langkah baru dalam dunia penyelidikan. Terima kasih kepada semua yang telah bertungkus lumus bagi merealisasikan kejayaan persidangan ini.

Akhir kata, selamat maju jaya kepada semua pembentang. Sekian, terima kasih.

HAJI AZIRIN BIN ABDUL AZIZ
Pengarah
Politeknik METrO Johor Bahru

ISI KANDUNGAN

SEKAPUR SIREH	i
SEUNTAI KATA	ii
KATA ALUAN	iii
ISI KANDUNGAN	iv -ix

SENARAI KERTAS KAJIAN

KATEGORI A : Sains Sukan dan Kokurikulum

BIL	TAJUK	MUKA SURAT
1	Penglibatan Aktiviti Kokurikulum Dari Persepsi Pelajar di Politeknik METrO Johor Bahru *Mohd Yusof bin Tawang,Mohd Ghadafi bin Shari, Mohd Ezry bin Muhammad Rizal Tan*	1
2	Penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) Dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol *Jasman bin Esmon, Masrina binti Muhamad*	10
3	Pembangunan Sukan Lawn Bowls Dalam Kecemerlangan Sukan Politeknik Malaysia *Eric Yeo Cheng Aun, Saril bin Hj Yusop*	16
4	Keberkesanan Aktiviti Kokurikulum (Sukan) Dalam Membina Personaliti Pelajar Kolej Komuniti Ledang *Khairul Anwar bin Johari, Nor Azida binti Mansor, Noorashikin binti Saari*	24
5	Persepsi dan Faktor- Faktor Penglibatan Pelajar Politeknik METrO Betong Sarawak (PMBS) Dalam Aktiviti Sukan dan Kokurikulum: Kajian Gabungan Kualitatif dan Kuantitatif *Emiliana binti Barayan, Imelda Anak Richard Fuchau, Jessica Anak Jawa*	31
6	Tahap Tekanan, Kerisauan Dan Kemurungan Dengan Tahap Penglibatan Kokurikulum Di Kalangan Pelajar *Nur Farrah Azwa Jasni, Siti Salwa Badiozaman@Mohd Idris, Siti Mariam Samat*	39
7	Sikap Pelajar Terhadap Implementasi Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik (STEM) Dalam Ko-kurikulum *Nordin Zakariah*	49
8	Cabaran Atlet Kesan Pandemik COVID-19 di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah *Muhamad Sujairi bin Yusof, Faizatulhaida binti Md Isa, Ridzuan bin Din*	56
9	Peranan Kokurikulum Dalam Membentuk Kemahiran Komunikasi, Kepimpinan dan Bekerja Dalam Kumpulan Terhadap Pelajar *Wan Azhar bin Wan Ismail, Wan Muhammad Marzudi bin Wan Muhammad*	64

10	Kajian Perkaitan Minat dan Tahap Pengetahuan Pelajar Terhadap Permainan Badminton *Wan Azhar bin Wan Ismail, Ruzila binti Mat Ghani*	70
11	Kajian Terhadap Pensyarah Kursus Kokurikulum Mengenai Tanggungjawab dan Peranan Ketua Kursus Kokurikulum di Politeknik Kota Bharu *Wan Muhammad Marzudi bin Wan Muhammad, Wan Azhar bin Wan Ismail*	76
12	Kajian Mengenai Persepsi Pelajar Terhadap Modul Kursus Kokurikulum MPU di Politeknik Kota Bharu *Wan Muhammad Marzudi bin Wan Muhammad*	82
13	Tahap Penglibatan Pensyarah Politeknik METrO Betong Sarawak Dalam Aktiviti Sukan *Jessica Anak Jawa, Imelda Anak Richard Fuchau, Emiliana binti Barayan*	88
14	Kecemerlangan Akademik Pelajar Melalui Penglibatan Secara Aktif Dalam Bidang Kokurikulum di Politeknik Kota Bharu, Kelantan *Ruzila Mat Ghani, Wan Azhar Wan Ismail*	95
15	Personaliti Pelajar dan Tahap Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum *Kaswati Salleh, Muhammad Firdaus Harun, Azhan Zaki Silim*	100
16	Kepentingan Semangat Cintakan Negara di Kalangan Para Pelajar Politeknik Malaysia Melalui Penglibatan Bersama Pasukan Beruniform *Zuraiti binti Hj Che Amat, Hj Hazril Hisham bin Hussin, Khairul Safuan bin Mohamad Isa*	108
17	Kesediaan Penggunaan e-Pembelajaran di Kalangan Pelajar Bagi Kursus Kokurikulum di Politeknik Melaka *Abd Halim bin Mahat, Mohamad Azwan bin Ikhwat*	116
18	Kajian Psikologi Sukan Dalam Kokurikulum di Politeknik *Mohd Hafiz bin Hussin, Mohd Firhan bin Anuar, Yusnizam bin Yahaya*	124
19	Anatomical Adaptation untuk Atlet Amatur *Mohd Fairuz bin Mohd Noh*	132
20	Penglibatan Dalam Kokurikulum Dengan Pencapaian Akademik Pelajar Mengikut Jabatan di POLISAS *Sharifah Haslinda binti Syed Harun, Siti Salwa binti Mohamad Noor, Norrizah binti Abd Wahab*	140
21	Aplikasi TGfU Dalam PdP Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Daerah Johor Bahru *Mohd Zairi bin Husain, Julia binti Jantan, Noraishah binti Yusof*	148
22	Pandangan Mengenai E-Sukan Dalam Kalangan Pelajar Politeknik Johor *Mohd Yusof bin Tawang, Mohd Ghadafi bin Shari, Mohd Firdaus bin Yusoff*	157

23	Kajian Tahap Pengetahuan dan Amalan Terhadap Senaman di Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Malisa binti Othman, Dr Muhammad Nazri bin Abdul Halim, Mohd Ghadafi bin Shari*	167
24	Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran Dalam Kokurikulum Ragbi Terhadap Kebolehpasaran Graduan/Atlit Ragbi Politeknik Merlimau *Mohd Shahrir bin Ahmad Zaini, Sharifuddin Mohd Yusof, Izuddin Mohd Yusof*	172
25	Intercession of Psychological Skill Training able to Enhance The Specific Role Performance of Politeknik Kota Bharu Futsal Players *Wan Husni Zaim bin Wan Muhamad*	186
26	Tahap Pengetahuan dan Kekangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru Dalam Permainan Tradisional Congkak *Nur Shazwani binti Sadzali, Erlia binti Nasir, Mohd Ghadafi bin Shari*	193
27	Kesedaran Aktiviti Fizikal Dan Hubungannya Dengan Sikap Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Maria binti Mohd Yatim, Hasnida binti Ibrahim, Noor Afizah binti Atan*	199
28	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penglibatan Pelajar Dalam Permainan E-Sukan *Noraina binti Wahid, Norazlina binti Ahmad, Norhafiza binti Ahmad*	206
29	Tinjauan Hubungan Penglibatan Dalam E-Sukan Terhadap Pencapaian Pelajar *Azirin bin Abdul Aziz, Norazlina binti Ahmad, Mohd Yusof bin Tawang*	212
30	Persepsi Pelajar Menyertai Pasukan Badan Beruniform Pasukan Institusi Pertahanan Awam (PISPA) Sesi Jun 2019 di Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah, Shah Alam *Noor Hayati binti Mat Taib, Mardiana binti Haron, Mohd Nor Hafiz bin Saleh*	219
31	Penerimaan ‘E Sport’ di Kalangan Para Pelajar Politeknik Malaysia *Arman bin Hj Ahmad Sapawi, Hj Hazril Hisham bin Hussin, Khairul Safuan bin Mohamad Isa*	227
32	Kesan Latihan Jeda Berintensiti Tinggi (HIIT) Terhadap Daya Tahan Kardiovaskular Atlet Kayak di Politeknik Ibrahim Sultan *Khairul Nazry Talib, Mohamed Rafi M.S Solaiman, Siti Norbaiah Harun*	234
33	Effects of Intensive Training in Enhancing Performance Among Taekwondo Athletes *Siti Faezah binti Ahmad Sazali, Mohd Faiz bin Ahmad Mawardi*	241

34	Penguasaan Kemahiran Insaniah Melalui Pembelajaran Dalam Talian Bagi Kursus Kokurikulum Di Politeknik METrO Johor Bahru *Nurlinda binti Abdullah, Siti Fatimatuz Zahra binti Hussin, Nur Afiqah binti Hashim*	248
35	Perbezaan Konstruk Psikologi Pemain Sukan Sofbol di Politeknik Malaysia Berdasarkan Jantina *Faeizah binti Mohd Lajim, Azean Irdawaty binti Mohamed Yusof*	257
36	Sifat Kebimbangan di Kalangan Atlet Futsal Politeknik Malaysia Semasa Kejohanan Liga Futsal IPT *Zamry bin Ahmad Mokhtar,Mohd Fuad bin Ibrahim, Rasyidi bin Abdullah*	262

KATEGORI B : Kelab dan Sukarelawan

BIL	TAJUK	MUKA SURAT
37	Hubungan Antara Kemahiran Generik Dengan Aktiviti Sukarelawan Dalam Kalangan Pelajar *Norsela binti A. Manaf, Intan Rahimah binti Ahmad, Nurul Ilyana binti Baharudin*	267
38	Keberkesanan Penggunaan Buku Panduan Berasaskan Aktiviti Terhadap Pengajaran dan Pembelajaran Kokurikulum Radio Amatur di Politeknik Merlimau Melaka *Syamsul Bahri Mohamad, Shahidzwan A. Rahim, Md. Nazri Darlu*	278
39	Motif Penglibatan Sukarelawan Dalam Perkampungan Menara Gading Johor 2020 *Nordin Zakariah*	289
40	Kajian Keberkesanan Penggunaan Sistem Kedai Jualan Buku Terpakai *Online* (SiJBuT) Sebagai Alat Bantu Mengajar (ABM) Dalam Pengajaran Subjek Keusahawanan MPU 1222 *Nor Azura Samsudin, Mohd Shafie Rahaman, Halijah Ismail*	296
41	e-Persatuan Sejarah Sebagai Pendekatan Norma Baharu Dalam Pelaksanaan Aktiviti Persatuan Sejarah di SMK Bandaraya Kota Kinabalu *Hanita binti Ladjaharun, Suzanah binti Ahmad, Chin Sui Yin, DK. Fauzanah PG. Jaafar*	304
42	The Compulsory Co-Curricular Activities via Online Learning Amid The Covid-19 Pandemic: Students' Perspectives *Siti Fatimatuz Zahra binti Hussin, Nafissah binti Johari*	312
43	Semangat Kesukarelawan: Kefahaman dan Penghayatan Pelajar Kolej Komuniti Ledang *Noorashikin binti Saari, Nur Fadhilah binti Rosidee, Hanim binti Abdul Rahim*	320

44	Mengenalpasti Kekangan Dan Faedah Aktiviti Sosial di Peringkat Komuniti Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Mohd Ghadafi bin Shari, Noor Farris Aqmal bin Kamarunzaman, Nur Asikin binti Aziz @ Abd Aziz*	327
45	Kesediaan Pelajar Untuk Melibatkan Diri Dalam Aktiviti Kokurikulum Tanpa Mata Kredit di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah *Mohamad Norizham Hamzah, Noor Azalina Khalil, Mohd Faizal Jamaludin*	333
46	Penglibatan Pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim Johor Bahru Dalam Program Kesukarelawan *Mohd Zairi bin Husain, Julia binti Jantan*	341
47	Kesukarelawanan Alam Sekitar: Motif Penglibatan Pelajar TVET *Nazra binti Ismail, Surayah binti Ab Rahmad, Nurul As'shikin binti Ramli*	351

KATEGORI C: Pendidikan Sukan

BIL	TAJUK	MUKA SURAT
48	Pusat Kecemerlangan Bakat Atlet (PKBAT) Kolej Komuniti Malaysia : Isu Dan Cabaran *Mohd Azuan bin Ali, Mohd Daniel Wahab, Nur Khairanie Ramli*	358
49	Pengaruh e-Games Terhadap Solat Dalam Kalangan Pelajar Kolej Komuniti Sabah *Muhammad Afiq Basiron, Dicky Wiwittan Toto Ngadiman, Rizuan bin Zainal*	366
50	Kesahan dan Kebolehpercayaan Instrumen Penilaian Pengetahuan, Sikap dan Amalan Terhadap Pandemik COVID-19 Dalam Kalangan Pelajar Institut Pendidikan Guru *Khairul Sham Hanapiah, Hishamuddin Hassan, Sallehudin Ibrahim, Abdul Halim Abdul Wahab*	373
51	Status Indeks Jisim Badan Pelajar Pendidikan Jasmani Institut Pendidikan Guru *Norfadlin Mohd Nor, Syed Muhd Kamal S.A Bakar, Kamalularifin Muhamed, Bisshukri Matrop, Shaireena Ja'afar*	379
52	Pengaruh Tanggapan Manfaat Aktiviti Sukan Terhadap Prestasi Akademik Pelajar TVET *Irwanbudiana bin Amsah, Jusdy bin Juwait*	386
53	PROJump : Portable, Reliable, Collapsible Hurdle for Training *Nazirah binti Mat Zain, Azmerizal bin Azeman*	393
54	Penawaran e-Sukan Sebagai Salah Satu Pilihan Kursus Sukan di Politeknik Malaysia: Manfaat Dan Cabaran *Noor Afizah binti Atan, Maria binti Mohd Yatim, Wido Mes Wati binti Sukadi*	406

55	Mengenalpasti Faktor Halangan Sukan Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Mohd Ezry bin Muhammad Rizal Tan, Mohd Ghadafi bin Shari, Mohd Yusof bin Tawang*	414
56	Amalan Gaya Hidup Sihat Pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru Semasa Pandemik COVID-19 *Fitriyah binti Mirojono, Nurul Hana binti Ab Nasir*	420
57	Tahap Amalan Penjagaan Kebersihan dan Gaya Hidup Sihat Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Nur Asikin binti Aziz @ Abd Aziz, Faizah binti Sahbudin, Mohd Ghadafi bin Shari*	428
58	The e-Sports Revolution: Developing the English Skills Among PMJB Students *Nurzarimah binti Jamil, Noraina binti Wahid*	434
59	Kajian Pelaksanaan Kursus DRS 2001 (Kokurikulum Sukan) di Politeknik METrO Johor Bahru *Nurul Hana binti Ab Nasir, Rafidah binti Jusoh*	441
60	Hubungan Antara Sikap Pelajar Dan Ketagihan Bermain e-Games di Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru *Noraindah binti Abdullah Fahim, Julia binti Jantan, Malisa binti Othman*	450
61	Ar Hockey Pro Sebagai Pendekatan Norma Baharu Dalam Meningkatkan Kemahiran Asas Hoki Dalam Kalangan Murid SM Agama Repah, Tampin, Negeri Sembilan *Azmie bin Ahmad, Muhammad Mustaqim bin Razalli, Muhamad Aidil bin Daud, Muhammad Ikram bin Omar Bakhi*	457

KATEGORI D: Pelancongan Sukan dan Komersial Sukan

BIL	TAJUK	MUKA SURAT
62	Kesan Pandemik Terhadap Aktiviti-aktiviti Riadah dan Senaman di Taman Merdeka Johor Bahru *Faizah binti Sahbudin, Malisa binti Othman, Mohd Ghadafi bin Shari*	464
63	Pengaruh Self-talk dalam Prestasi Sukan yang Kompetitif Dalam Kalangan Pemain Bola Sepak Kelantan United *Sazami Shafi'i, Ruzila Mat Ghani*	470
64	Trend Berbasikal di Malaysia: Kajian Motivasi dan Faedah *Nur Asikin binti Aziz @ Abd Aziz, Mohd Ghadafi bin Shari, Noor Farris Aqmal bin Kamarunzaman*	474
65	"Football Conditioning" – Latihan Untuk Stamina Pemain Bola Sepak *Mohamed Yusup bin Mohamad Yackub*	486

Penglibatan Aktiviti Kokurikulum Dari Persepsi Pelajar di Politeknik METrO Johor Bahru

Mohd Yusof bin Tawang[1], Mohd Ghadafi bin Shari[2], Mohd Ezry bin Muhammad Rizal Tan[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Pendidikan secara tidak formal melalui kokurikulum dan aktiviti di luar kelas merupakan suatu yang penting di Institusi Pengajian Tinggi. Kajian dijalankan adalah mengkaji persepsi pelajar di dalam penglibatan diri dalam aktiviti kokurikulum. Bagi melihat persepsi pelajar di dalam penglibatan aktiviti kokurikulum, kajian terbahagi kepada lima persepsi iaitu Penglibatan, Pelaksanaan, Sahsiah Peribadi, Sikap Pelajar, dan Kepimpinan Pelajar. Soal selidik telah diubahsuai dari kajian lepas yang merangkumi empat maklumat demografi iaitu jantina, umur, bangsa, dan status. Kajian ini telah dibahagikan kepada lima bahagian berdasarkan kepada lima persepsi yang dipilih. Sampel kajian terdiri daripada 101 pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) yang dipilih secara rawak. Analisa min bagi kajian menggunakan "*Statistics Package of the Social Science"* (SPSS25). Kajian ini mendapati nilai *Alpha Croanbach* untuk kelima-lima persepsi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Skala lima likert digunakan dan dapatan min bagi setiap persepsi kajian mendapati Sahsiah Peribadi (M=4.248), Perlaksanaan (M=4.119), Kepimpinan Pelajar (M=4.093), Sikap Pelajar Ketika Berkumpulan (M=4.040), dan min paling rendah adalah Penglibatan (M=3.968). Kesimpulan, kajian ini telah berjaya mencapai objektif kajian dan implikasi dari kajian ini dapat membantu pihak yang berkaitan di dalam melihat persepsi pelajar semasa menglibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum.

Kata Kunci: persepsi, penglibatan, kokurikulum, pelajar

1.0 PENGENALAN

Pendidikan adalah sesuatu aspek yang penting dalam membentuk sahsiah, bakat, ilmu pengetahuan, dan pengalaman bagi seseorang insan. Ini dapat meningkatkan kualiti bagi modal insan yang akan mencorak masa depan negara. Pendidikan boleh dibahagikan kepada pendidikan formal dan pendidikan tidak formal. Pendidikan formal adalah bentuk atau format pendidikan yang diperolehi daripada Pembelajaran dan Pengajaran (PdP) di dalam kelas, manakala pendidikan tidak formal adalah pendidikan yang diperolehi daripada aktiviti luar kelas atau kokurikulum. Kamus Dewan (2000) mentafsirkan kokurikulum sebagai sebahagian daripada kurikulum asas yang melibatkan kegiatan atau aktiviti. Menurut Mohd Fazli et.all (2013) menjelaskan kokurikulum menyediakan ilmu pengetahuan berdasarkan pengalaman pembelajaran melalui aktiviti-aktiviti yang dilaksanakan di luar kelas (seperti sukan luaran) atau di dalam kelas (seperti sukan dalaman). Sukan dalaman ialah melakukan aktiviti bersukan di dalam sesuatu bilik seperti e-sukan, catur dan scrabble. Sukan luaran adalah melakukan aktiviti bersukan di atas padang atau dewan sukan tertutup seperti futsal, badminton, berbasikal, bola sepak, dan lain-lain. Selain daripada bersukan, kokurikulum juga berkaitan dengan kelab dan unit beruniform. Ini adalah selari dengan penyataan yang terkandung dalam Warta Kerajaan bertarikh 31 Disember 1997, Jilid 41 No. 26, Tambahan No. 94, Perundangan A.P.U. (A) 531, Akta Pendidikan 1996, Peraturan-peraturan (Kokurikulum Kebangsaan) telah memberi takrif Kokurikulum iaitu:

"Kegiatan kokurikulum mengandungi yang berikut: 1. Penyertaan dalam sukan dan permainan 2. Penyertaan dalam persatuan dan kelab 3. Penyertaan dalam pasukan pakaian seragam 4. Lain-lain kegiatan sebagaimana ditentukan oleh Menteri Pendidikan."

(Warta Kerajaan bertarikh 31 Disember 1997)

"Kurikulum Kebangsaan ialah suatu program pendidikan yang termasuk kurikulum dan kegiatan kokurikulum yang merangkumi semua pengetahuan, kemahiran, norma, nilai, unsur kebudayaan dan kepercayaan untuk membantu perkembangan seseorang murid dengan sepenuhnya dari segi jasmani, rohani, mental dan emosi serta untuk menanam dan mempertingkatkan nilai moral yang diingini dan untuk menyampaikan pengetahuan."

(Seksyen 18, Akta Pendidikan 1996 - Akta 550)

Penyataan-penyataan dari Warta Kerajaan bertarikh 31 Disember 1997 dan Akta Pendidikan 1996 jelas menggambarkan kesungguhan Malaysia tentang pentingnya kokurikulum, sehingga dijadikan satu peraturan. Penegasan tentang pentingnya kokurikulum untuk dilaksanakan adalah dengan adanya pelaksanaan dan penyelengaraan yang tersusun dari pihak atau institusi pendidikan. Kegiatan kokurikulum ini juga terdapat peraturan yang perlu dipatuhi oleh pelajar iaitu sukan, persatuan unit beruniform mahupun kelab harus mempunyai perlembagaan sendiri yang telah diluluskan oleh Pentadbir (Ketua Jabatan, Ketua Eksekutif, atau Naib Canselor). Ini adalah selari dengan garis panduan yang terdapat didalam Seksyen 15 dan Seksyen 16 Akta Universiti dan Kolej Universiti 1971 (Akta 30).

Wardatul Aishah dan Nooraini (2014) menjelaskan bahawa gabungan kurikulum dan kokurikulum merupakan satu gabungan intelek dan fizikal yang membantu seseorang pelajar untuk bertindak secara tersusun dan terancang di dalam setiap aktiviti mereka. Pelajar yang unggul terhasil daripada gabungan penilaian kognitif, afektif, dan psikomotor mampu menghasilkan pemimpin dan modal insan yang berkualiti. Ini disokong oleh kenyataan daripada Zainal et.all (2016) menyatakan kokurikulum adalah penting dalam pembangunan dan pembentukkan modal insan secara holistik di antara akademik dan sahsiah. Islam meletakkan kepentingan di dalam keseimbangan PdP dan menggalakkan wujudnya kokurikulum sebagai kursus dalam sesebuah program yang ditawarkan. Antara dalil-dalil yang menunjukkan atau menerangkan kepentingan kokurikulum menurut Islam adalah:

Sabda Rasullulah S.A.W yang bermaksud;

"Ajarilah anak-anakmu belajar berenang, memanah, dan perintahkanlah mereka menunggang kuda dengan cara yang baik"

(H.R al-Baihaqi)

Islam juga menggalakkan umatnya untuk berpersatuan dan kelab. Ini sebagai satu bentuk persediaan untuk menghadapi cabaran dan realiti sebenar bermasyarakat. Umar al-Khattab berkata;

"Sesungguhnya Islam itu tidak dapat ditegakkan kecuali dengan jamaah (persatuan), persatuan pula tidak akan ada kecuali dengan adanya pemimpin dan pemimpin tidak akan berbuat apa-apa kecuali dengan ketaatan pengikut."

Politeknik di Malaysia meletakkan kepentingan di dalam penawaran kokurikulum sebagai satu kursus wajib bagi setiap program yang ditawarkan. Ini adalah selari dengan kehendak agenda Rancangan Malaysia ke-10 dan agenda Pelan Pembangunan Pendidikan Tinggi 2015-2025. Kokurikulum ditawarkan di Politeknik dilaksanakan bagi pelajar Semester 1 (Persatuan Unit Uniform), Semester 2 (Persatuan Unit Uniform atau Sukan), dan Semester 3 (Persatuan Unit Uniform atau Kelab). Setiap pemilihan jenis kursus kokurikulum adalah berdasarkan kehendak pelajar sendiri. Aktiviti kokurikulum dilaksanakan di Politeknik menerapkan kemahiran generik (afektif dan psikomotor) sebagai satu persiapan pelajar dalam menjadi pekerja yang berpotensi bagi memenuhi keperluan dan kehendak industri.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Tuntutan industri dan agenda-agenda negara dalam melahirkan modal insan yang berkualiti di mana memiliki ilmu pengetahuan, mempunyai keterampilan, kewibawaan diri, dan kebolehan menguruskan masa serta stres. Pelajar yang mempunyai kualiti modal insan seperti ini akan mampu menguasai pelbagai cabaran, persekitaran, dan bijak membuat keputusan. Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum mampu menyumbang kepada pembentukan sahsiah yang cemerlang. Gabungan penglibatan kurikulum dan kokurikulum melahirkan pelajar yang seimbang dari segi jasmani, emosi, intelektual, dan rohani. Penglibatan bermaksud perbuatan dan hal yang melibatkan diri dalam sesuatu perkara atau aktiviti (Mohd Fazli et.all 2013). Rosnida dan Farrah (2016) menjelaskan penglibatan kokurikulum merangkumi projek khidmat masyarakat (CSR), penglibatan dalam persatuan, pembentukan organisasi, aktiviti bersukan, menghadiri program atau pertandingan. Terdapat teori yang berkaitan dengan penglibatan seseorang iaitu Teori Tingkahlaku. Teori Tingkahlaku merupakan satu teori yang berfokuskan kepada sesuatu tingkah laku, faktor penyebab kepada tingkah laku, dan pengalaman seseorang membawa kepada sesuatu perubahan. Selain itu, penyebab penglibatan seseorang juga boleh dikaitkan dengan beberapa teori seperti teori yang berkaitan dengan sahsiah seseorang iaitu Teori Kesedaran Kendiri, Teori Kognitif Sosial Bandura, Teori Goleman, dan Teori Astin (Wardatul Aishah et.all 2018).

Teori Kesedaran Kendiri merupakan satu teori merujuk kepada penghayatan seseorang terhadap diri sendiri, persekitaran, dan pengalaman yang membawa kepada penilaian kendiri dan akhirnya membentuk satu tingkahlaku sama ada tingkahlaku positif atau tingkahlaku negatif. Teori Kognitif Sosial Bandura merupakan teori yang memfokuskan mengenai emosi, tingkahlaku, berdaya saing serta sanggup untuk mengubah nasib, kehidupan, atau kedudukan diri seseorang bagi menjadi satu individu yang lebih baik. Teori Goleman merujuk kepada *Emotional Quotion*, di mana kecergasan emosi (gabungan kecekapan peribadi dan kecekapan sosial) memainkan peranan penting dalam membentuk kehidupan yang sihat, produktif, dan harmoni. Aspek-aspek yang diterapkan dalam Teori Goleman adalah seperti perasaan empati, kawalan emosi, gerak balas dengan emosi dan bertingkah laku dengan tingkah laku yang baik apabila berhadapan dengan kesukaran. Teori Astin adalah teori yang mencadangkan penglibatan seseorang dalam aktiviti-aktiviti boleh membentuk seseorang ke arah positif. Teori Astin menyatakan bahawa terdapat lima elemen dalam menentukan penglibatan individu dalam sesuatu aktiviti. Elemen pertama ialah penglibatan tenaga fizikal dan psikologi. Elemen kedua ialah kekerapan waktu penglibatan. Elemen ketiga ialah penglibatan melibatkan bentuk kualitatif dan kuantitatif. Elemen keempat ialah penglibatan individu berkait rapat dengan kursus program. Elemen kelima ialah penglibatan individu berkait rapat dengan kapasiti polisi dan amalan sistem pendidikan.

Kesemua Teori Kesedaran Kendiri, Teori Kognitif Sosial Bandura, Teori Goleman, dan Teori Astin adalah berkaitan dengan pembentukan kognitif, afektif, dan psikomotor. Menurut Wardatul Aishah et.all (2016), penglibatan pelajar di dalam aktiviti kokurikulum membantu pelajar dalam membentuk sahsiah mereka dari aspek pemikiran, emosi dan fizikal. Gabungan kurikulum dan kokurikulum dilihat dapat melahirkan seseorang modal insan yang berkualiti. Kokurikulum adalah penting seiring dengan kurikulum yang memerlukan penglibatan dan komitmen pelajar. Namun, pelajar sering dibebani atau terbatas dengan alasan berkaitan tugasan kursus, penyediaan pembentangan, dan penggantian kelas. Ini membawa kepada, sekiranya tidak diwajibkan kokurikulum, pelajar lebih cenderung untuk tidak melibatkan diri dalam bersukan, kelab, atau unit beruniform disebabkan oleh persepsi pelajar, kendiri, infrastruktur, dan pengurusan masa (Rosnida dan Farrah 2016). Penglibatan pelajar secara aktif dalam aktiviti kokurikulum kadangkala turut mengganggu pembelajaran formal. Selain itu, latihan-latihan yang diadakan memerlukan peruntukkan masa daripada para pelajar. Ketidakhadiran ke kuliah menyebabkan pelajar akan ketinggalan topik dalam kursus yang diajar secara formal. Aduan turut diterima daripada pensyarah-pensyarah kursus mengenai ketidakhadiran pelajar. Terdapat juga pihak-pihak yang tidak terlibat dalam aktiviti kokurikulum merasakan bahawa aktiviti kokurikulum hanya membuang masa, memerlukan peruntukkan kewangan dan komitmen yang tinggi.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Berdasarkan latar belakang kajian, kajian ini bertujuan untuk melihat persepsi pelajar Politeknik METrO Johor Bahru di dalam penglibatan aktiviti kokurikulum. Persepsi pelajar dari aspek sahsiah peribadi, perlaksanaan, kepimpinan pelajar, sikap pelajar ketika berkumpulan, dan penglibatan dikaji oleh pengkaji bagi mencapai objektif kajian.

4.0 METODOLOGI

Kajian adalah kuantitatif dan menggunakan analisa deskriptif. Kajian dijalankan adalah berbentuk kajian tinjauan. Sampel kajian adalah 101 responden dipilih secara rawak berkelompok di PMJB. Menurut Dane (1990, dalam Chua, 2006:109), bilangan sampel 100 responden untuk sesebuah kajian tinjauan yang dijalankan ke atas sebuah populasi adalah mencukupi. Instrumen soal selidik dan diubahsuai daripada kajian (Nor Hidayah dan Yusmaria 2014). Soal selidik terdiri daripada dua bahagian iaitu Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A merangkumi empat maklumat demografi iaitu jantina, umur, bangsa, dan status. Bahagian B terdiri daripada 25 soalan item bertujuan melihat persepsi pelajar PMJB dalam menglibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum. 25 item ini dibahagikan kepada lima dimensi iaitu "Penglibatan Pelajar Terhadap Aktiviti (empat item)", "Pelaksanaan Aktiviti Kokurikulum (empat item)", "Sahsiah dan Peribadi Pelajar (empat item)", "Sikap Pelajar dalam Kerja Berpasukan (enam item), dan "Kepimpinan Pelajar (tujuh item)". Setiap soalan dibina menggunakan penilaian pengukuran lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006). Skala likert bagi Bahagian B mengandungi pilihan jawapan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju". Ujian *reliability analysis* dilakukan menilai tahap reliabiliti kajian. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 1: Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap dimensi Bahagian B

DIMENSI FAKTOR	JUMLAH ITEM SOALAN	RELIABILITI
Penglibatan	4	0.707
Pelaksanaan	4	0.850
Sahsiah dan Peribadi	4	0.921
Sikap Dalam Berpasukan	6	0.807
Kepimpinan	7	0.864
Reliabiliti bagi keseluruhan faktor	25	0.925

Dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua dimensi adalah melebihi 0.6. Ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan mudah difahami oleh responden. Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriktif bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan "*Statistics Package of the Social Science*" (SPSS25). Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Tafsiran Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
1.00 – 2.33	Rendah
2.34 – 3.67	Sederhana
3.68 – 5.00	Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No.	Demografi	Pengelasan	Kekerapan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	22	21.8

		Perempuan	79	78.2
02	Umur	17 – 18 tahun	12	11.9
		19 – 20 tahun	76	75.2
		21 - 22 tahun	12	11.9
		>23 tahun	1	1
03	Bangsa	Melayu	94	93.1
		Cina	2	2
		India	5	5
04	Status	Bujang	100	99
		Berkahwin	0	0
		Bercerai	1	1

Responden kajian terdiri daripada 22 pelajar lelaki (21.8%) dan 79 pelajar perempuan (78.2%). Bagi kategori umur, sebahagian besar pelajar berusia dalam lingkungan 19 hingga 20 tahun dengan 76 orang (75.2%), 12 orang di kalangan usia 17 hingga 18 tahun dan 21 hingga 22 tahun (11.9%) dan selebihnya 1 orang (1%) berusia melebihi 23 tahun. Responden berbangsa Melayu melibatkan 94 pelajar (93.1%), diikuti 5 orang berbangsa India (5%), dan 2 orang (2%) bagi bangsa Cina. Sebahagian responden adalah berstatus bujang iaitu 100 orang (99%) dan 1 orang (1%) dengan status bercerai.

Jadual 4: Penglibatan Pelajar Terhadap Aktiviti Kokurikulum

PENGLIBATAN PELAJAR	
PENYATAAN	**MIN**
Saya selalu menyertai aktiviti sukan dan bukan sukan yang dianjurkan oleh PMJB	3.5149
Saya menyertai aktiviti PMJB dengan rela hati dan kerana minat	3.9505
Aktiviti sukan dan bukan sukan mampu menyemai nilai dan etika positif terhadap diri saya	4.2475
Minat, bakat serta kemahiran yang saya ada dapat disalurkan melalui aktiviti kokurikulum	4.1584

Berdasarkan dapatan kajian daripada Jadual 4 menunjukkan tiga penyataan item mencatatkan min yang tinggi, manakala satu penyataan item mencatatkan min yang sederhana bagi persepsi pelajar PMJB berdasarkan penglibatan pelajar terhadap aktiviti kokurikulum. Penyataan yang mencatatkan min tertinggi adalah "Aktiviti sukan dan bukan sukan mampu menyemai nilai dan etika positif terhadap diri saya" (Min = 4.2475). Syaza dan Asmawati (2016) menyatakan melalui aktiviti kokurikulum yang berkesan dapat menyemaikan etika positif dalam kalangan generasi muda seperti perasaan muhibbah, integrasi nasional, perpaduan, dan nilai-nilai murni yang berkualiti. Min kedua mencatatkan nilai min yang tinggi adalah penyataan "Minat, bakat serta kemahiran yang saya ada dapat disalurkan melalui aktiviti kokurikulum" (Min = 4.1584). Ini adalah kerana kokurikulum menyediakan pembangunan pengetahuan dan pengalaman untuk pembentukan dan perkembangan mental, minat, bakat, jasmani, rohani dan nilai-nilai estetika serta sosial yang positif. Antaranya, adalah bakat dan kemahiran sebagai seorang pemimpin. Aspek kemahiran kepimpinan meliputi kemahiran mengenalpasti dan menyelesaikan masalah, refleksi dari masalah yang dihadapi, konfrontasi, mentafsir, memberi maklumat, menghurai, mengamalkan dan mengawal tingkah laku, kemahiran mendengar, memberi perhatian, memberi penjelasan, membuat rumusan dan hubungan manusia (Faizullah 2014).

Jadual 5: Pelaksanaan Aktiviti Kokurikulum

PELAKSANAAN AKTIVITI	
PENYATAAN	**MIN**
Program seperti ceramah motivasi dan kerohanian mampu menjadikan saya seorang yang mempunyai keseimbangan rohani (sifat kejiwaan dan kebatinan yang baik)	3.9802
Aktiviti kelab dan persatuan mampu memberi kecerdasan jasmani serta fizikal terhadap diri saya	4.1188
Mampu membina emosi yang positif melalui semangat bekerjasama dalam pasukan	4.1980
Pengalaman yang saya lalui mampu menjadikan saya bersikap progresif dan berdaya saing	4.1782

Jadual 5 menunjukkan persepsi pelajar berdasarkan kepada pelaksanaan aktiviti kokurikulum.

Dapatan menunjukkan keempat-empat penyataan item menunjukkan nilai min yang tinggi. Pelaksanaan aktiviti yang baik dan tersusun mampu memberi impak yang positif terhadap pembangunan pelajar terutamanya kemahiran insaniah. Faizullah (2014) menjelaskan bahawa kokurikulum yang dibangunkan di peringkat pengajian tinggi mampu meningkatkan kemahiran insaniah individu seperti kemahiran memimpin, kemahiran berkomunikasi, dan kemahiran menyelesaikan masalah. Ini dapat dilihat dalam penyataan "Mampu membina emosi yang positif melalui semangat bekerjasama dalam pasukan" (Min=4.1980), di mana memperlihatkan kokurikulum memberikan impak baik kepada pelajar dalam bermasyarakat di samping mengasah bakat kemahiran sebagai seorang pemimpin. Pengalaman yang diperolehi daripada pelaksanaan aktiviti kokurikulum, menjadi wadah kepada pembentukkan pelajar yang berketerampilan dari segi penampilan diri, bekerja dalam kumpulan, kepimpinan, komunikasi, dan berdaya saing dalam menghadapi sesuatu situasi (Ahmad dan Hisham 2009).

Jadual 6: Sahsiah dan Peribadi Pelajar

SAHSIAH DAN PERIBADI	
PENYATAAN	**MIN**
Mampu meningkatkan disiplin diri serta membentuk akhlak mulia	4.2970
Mampu menjadikan anggota badan saya sihat dan cerdas	4.2673
Berupaya memperkembangkan kecerdasan emosi saya ke tahap yang lebih matang	4.1980
Mampu memberi tumpuan kepada daya berfikir secara kritis dan kreatif	4.2277

Bagi persepsi pelajar berdasarkan kepada sahsiah dan peribadi pelajar, kesemua penyataan item menunjukkan min yang tinggi. Sahsiah pelajar yang berkualiti merupakan aset penting bagi sesebuah negara. Dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan, kokurikulum dilihat sebagai salah satu yang dapat melahirkan individu yang seimbang daripada segi jasmani, emosi, rohani, intelek, dan sahsiah. Kokurikulum mampu meningkatkan *Emotional Quotion* (EQ) bagi pelajar melalui peningkatan afektif dan psikomotor. Ismail (1999) menyatakan bahawa EQ adalah suatu yang penting dalam menentukan kejayaan individu dalam pekerjaan dan kehidupan terutamanya bermasyarakat. Konsep *Multiple Intellegence* mengikut penjelasan Gardner (1982) menyatakan kokurikulum adalah pelengkap kepada kurikulum bagi melengkapkan seseorang kepada kecerdasan linguistik, kecerdasan matematik-logik, kecerdasan ruang, kecerdasan muzik, kecerdasan kinestatik-fizikal, kecerdasan interpersonal dan intrapersonal. Oleh itu, setiap penyataan di Jadual 6 mencatatkan nilai min yang tinggi dan melebihi nilai 4.0. Pelajar PMJB sedar bahawa kokurikulum dapat meningkatkan kualiti sahsiah dan peribadi pelajar.

Jadual 7: Sikap Pelajar dalam Kerja Berkumpulan/Pasukan

SIKAP PELAJAR DALAM KERJA BERKUMPULAN/PASUKAN	
PENYATAAN	**MIN**
Mampu berbincang secara terbuka dengan ahli kumpulan	4.0297
Mampu berinteraksi dengan ahli kumpulan dengan baik	4.0099
Melihat kepelbagaian kekuatan dalam kalangan ahli kumpulan sebagai kekuatan diri	4.0396
Mampu memimpin kumpulan jika diperlukan	3.7624
Mampu menjadikan matlamat kumpulan sebagai matlamat diri	3.9802
Rasa bangga jika ahli kumpulan mencapai kejayaan	4.4158

Jadual 7 menunjukkan nilai min bagi kesemua penyataan mencatatkan nilai yang tinggi. PMJB bukan hanya melahirkan modal insan yang berpengetahuan, tetapi juga melahirkan pelajar yang mempunyai ciri-ciri insaniah yang berkualiti terutamanya kemahiran berkumpulan atau berpasukan. Kemahiran ini amat diperlukan bagi mengisi sektor pekerjaan dan menghasilkan pemimpin yang akan menerajui kemajuan dan pembangunan negara. Zaid et.all (2008) mendapati sektor pekerjaan dan majikan kini memerlukan pelajar yang mempunyai kemahiran insaniah dalam kemahiran kerja berpasukan. Kemahiran berpasukan adalah dua atau lebih individu dalam sesuatu kumpulan atau organisasi yang menjalankan atau melaksanakan tugas secara bergandingan bahu antara satu sama lain dan bergabung bagi mencapai matlamat atau objektif kumpulan. Menurut Rosli et.all (2011) menerangkan ahli kumpulan akan berinteraksi rapat, berkongsi maklumat, memikul tanggungjawab

bersama, dan membuat keputusan bersama bagi melaksanakan tugas yang telah ditetapkan. Namun begitu, terdapat pelajar tidak mempunyai keyakinan untuk memimpin kumpulan apabila diperlukan. Ini dapat dilihat melalui penyataan "Mampu memimpin kumpulan jika diperlukan" yang mencatatkan nilai min terendah (min = 3.7624) pada Jadual 7.

Jadual 8: Kepimpinan Pelajar

KEPIMPINAN PELAJAR	
PENYATAAN	**MIN**
Mampu menilai dan menerima pendapat orang lain	4.1089
Mampu menentukan perkara mana yang utama	4.0792
Sentiasa melakukan yang terbaik untuk menyelesaikan tugas dan tanggungjawab	4.1485
Mampu menilai kekuatan dan kelemahan diri	4.0594
Berupaya menilai kesan daripada setiap tindakan dan keputusan yang dibuat	4.0990
Mempunyai kemahiran mengawal tekanan dengan baik	4.0297
Boleh bertoleransi dengan ahli kumpulan yang berbeza pandangan	4.1287

Keseluruhan penyataan dalam Jadual 8 mencatatkan nilai min yang tinggi. Jika merujuk kepada Jadual 7, terdapat pelajar yang kurang keyakinan untuk memimpin kumpulan jika diperlukan. Ini kerana menjadi pemimpin adalah seseorang yang mampu mempengaruhi dan memimpin individu yang lain bagi mencapai apa yang telah ditetapkan dengan jayanya. Pelajar PMJB sedar bahawa penglibatan kokurikulum dapat mengasah bakat dan kemahiran insaniah seseorang untuk menjadi seorang pemimpin. Nilai-nilai kemahiran kepimpinan melalui penyataan-penyataan di Jadual 8 dapat diperolehi melalui penglibatan pelajar di dalam kokurikulum. Pembangunan kemahiran insaniah kepimpinan dalam kokurikulum mampu membentuk kemahiran berkomunikasi berkesan, seorang yang berkredibiliti, berkarisma, dan mempunyai keterampilan diri yang unggul. Kemahiran kepimpinan perlu dipelajari, dilatih, dan dipertingkatkan dari semasa ke semasa melalui penglibatan pelajar dalam kokurikulum. Berdasarkan kepentingan kemahiran insaniah kepimpinan, maka wajarlah pelajar PMJB mengambil inisiatif untuk memajukan diri dengan menanam kesedaran di samping berusaha menguasai pelbagai kemahiran lain melalui aktiviti kokurikulum.

Keseluruhanya, dapatan min bagi setiap persepsi kajian mendapati Sahsiah Peribadi (M=4.248), Perlaksanaan (M=4.119), Kepimpinan Pelajar (M=4.093), Sikap Pelajar Ketika Berkumpulan (M=4.040), dan min paling rendah adalah Penglibatan (M=3.968). Persepsi pelajar PMJB berdasarkan penglibatan dilihat yang terendah kerana masih terdapat segelintir pelajar yang enggan melibatkan diri dalam kokurikulum. Ini berkemungkinan disebabkan pelajar banyak menghabiskan masa bagi perkara yang lain dan menyiapkan tugasan pensyarah. Selain itu, kursus kokurikulum tidak meliputi keseluruhan semester dan di PMJB hanya menawarkan kepada pelajar semester 2 (kokurikulum sukan) dan semester 3 (kelab) sahaja.

6.0 KESIMPULAN

Dalam menghasilkan modal insan yang berkualiti, kokurikulum hendaklah diberikan penumpuan seiring dengan kurikulum. Ini adalah kerana, kurikulum dilihat hanya menekankan aspek kognitif dan membentuk *Intelligent Quotion* (IQ) sahaja. Dengan adanya kokurikulum dalam sistem PdP di politeknik, pelajar dapat memahirkan diri dalam pelbagai kemahiran dan meningkatkan kualiti IQ dan EQ pelajar. Di samping itu, sistem pendidikan dapat mendidik pelajar bagi melahirkan pelajar yang unggul dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Melalui kajian yang dijalankan, pengkaji mendapati responden pelajar PMJB banyak memberikan jawapan yang positif terhadap penglibatan kokurikulum. Ini bermakna, persepsi pelajar PMJB terhadap penglibatan kokurikulum di PMJB banyak memberi kesan positif dan impak yang berguna bagi pembangunan diri mereka. Diharapkan, dengan hasil kajian ini dapat membantu pihak yang berkaitan dalam melihat pentingnya kokurikulum di dalam PdP, di samping membantu pengkaji

akan datang dalam menjalankan kajian berkaitan penglibatan kokurikulum. Pengkaji juga mencadangkan agar satu kajian dilakukan oleh pengkaji akan datang bagi melihat punca atau faktor penyebab kepada ketidakpenglibatan pelajar di dalam kokurikulum, terutamanya semasa sesi semester yang tiada penawaran kursus kokurikulum. Secara keseluruhannya, objektif kajian telah berjaya dicapai.

DAFTAR PUSTAKA

Akta Pendidikan 1996 (Akta 550).
Akta Universiti dan Kolej Universiti 1971 (Akta 30).
Warta Kerajaan bertarikh 31 Disember 1997.

RUJUKAN

Ahmad Bin Esa dan Hisham Bin Jamaludin (2009), "*Peranan Kokurikulum di Universiti Dalam Membentuk Keterampilan Mahasiswa*", Fakulti Pendidikan Teknikal, UTHM, http://eprints.uthm.edu.my/id/eprint/292/1/ahmad_esa.ICTLHE.pdf

Mohd Faizullah Bin Mohamed (2014), "*Penerapan Kemahiran Insaniah Dalam Konteks Membina Insan Berkepimpinan di Kalangan Pelajar Melalui Aktiviti Kokurikulum di Universiti*", https://www.researchgate.net/publication/269405582

Mohd Fazli Hasan, Suhaida Abdul Kadir, dan Soaib Asimiran (2013), "*Hubungan Persekitaran Sekolah dengan Penglibatan Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum di Sekolah Menengah*", Jurnal Pendidikan Malaysia.

Mohamad Zaid Mustafa, Ali Suradin, Badaruddin Ibrahim, Sufian Mastor, Kahirol Mohd Salleh, Ahmad Rizal Madar dan Nor Lisa Sulaiman (2008), "*Penguasaan Kemahiran Berpasukan Menerusi Penyertaan di Dalam Kokurikulum: Satu Tinjauan di Universiti Tun Hussein Onn Malaysia*", Persidangan Pembangunan Pelajar Peringkat Kebangsaan 2008.

Nor Hidayah Binti Ahmad Damanhuri dan Yusmaria Binti Mohd Yusoff (2014), "*Persepsi Pelajar Terhadap Penglibatan Aktiviti Kokurikulum di Kolej Komuniti Hulu Langat*", Kolokium Penyelidikan dan Inovasi Wilayah Selangor 2014.

Rosnida Othman dan Nur Farrah Azwa Jasni (2016), "*Faktor Yang Mempengaruhi Penglibatan Pelajar Dalam Aktiviti Kokurikulum di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah*", Politeknik and Kolej Komuniti Journal of Social Sciences and Humanities.

Rosli Saadan, Mohamad Bokhari, Aziz Yahya, Muhd Akmal Noor Rajikon, Syed Najmuddin Syed Hassan, dan Asiah Mohd Pilus (2011), "*Keberkesanan Kursus Kokurikulum Berkredit Dalam Memperkasakan Kemahiran Insaniah Dalam Kalangan Pelajar Institusi Pengajian Tinggi Awam*", Journal of Human Capital Development.

Syaza Binti Mohd Sabri dan Asmawati Binti Suhid (2016),"*Kegiatan Ko-Kurikulum Di Sekolah Dan Kesannya Kepada Pembentukan Akhlak Murid*", Journal of Islamic and Arabic Education 8.

Tuan Ismail Tuan Soh (1999), "*Kokurikulum dari Perspektif Falsafah Pendidikan Negara*", Prosiding Isu-Isu Pendidikan Negara.

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Wardatul Aishah & Nooraini Othman (2014), "*Kesedaran Kendiri Terhadap Aktiviti Kokurikulum dan Keberkesanannya Kepada Remaja*", eProceeding of the Social Sciences Research ICSSR 2014.

Wardatul Aishah Binti Musa, Nooraini Binti Othman, Siti Shariah Shaari, dan Mohd Nasrul Hakim Bin Jalaludin (2016), "*Hubungan Antara Kesedaran Kendiri Dengan Teori Kognitif Sosial, Teori Goleman dan Teori Astin*", Journal of Global Business and Social Entrepreneurship (GBSE).

Wardatul Aishah Musa, Nooraini Othman, Yuniza Abdul Latif, Siti Shariyah Shaari, Wan Nor Hana Wan Ismail, dan Siti Fadhillah Ismail (2018), "*Kokurikulum dan Sahsiah Pelajar: Peranan dan Hubungan Antara Keduanya*" International Journal of Education, Psychology and Counseling.

Wiersma W (1995), "*Research Methods in Education: An Introduction*", Boston: Allyn an Bacon

Zainal Ariffin Zainuddin, Yaakob Daud, dan Saiful Azmi Mohd Nor (2016), "*Pengurusan Kokurikulum dan Tahap Penglibatan Pelajar Dalam Aktiviti Kokurikulum di Sekolah Menengah Kebangsaan Daerah Kuala Terengganu*", International Seminar on Generating Knowledge Through Research, UUM-UMSIDA.

Penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) Dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol

Jasman Bin Esmon[1] , Masrina Binti Muhamad[2]

[1,2] Kolej Komuniti Jempol, Negeri Sembilan

ABSTRAK

Seiring dengan perkembangan dunia digital yang amat pantas pada hari ini, beberapa acara baru dalam bidang sukan telah terhasil yang mana ianya agak janggal dengan acara yang konvensional sebelum ini. Kalau dahulu aktiviti permainan *video game* sinonim dikaitkan dengan budaya membuang masa, tetapi pada masa kini, ianya di angkat martabatnya dengan di beri nafas baru yang di namakan E-Sport. E-Sport secara rasminya mula di pertandingkan di sukan Malaysia (SUKMA) Perak pada tahun 2018. Kajian ini di laksanakan bertujuan untuk mengenalpasti faktor yang mendorong dan faedah penglibatan pelajar dalam sukan E-Sport. Perlaksanaan kajian ini di lakukan di Kolej Komuniti Jempol. Persampelan kajian terdiri daripada 43 orang pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik. Penggunaan instrumen kajian adalah berbentuk satu set soal selidik. Set soal selidik ini mengandungi 20 item soal selidik yang mana ianya di pecahkan kepada dua bahagian iaitu faktor dorongan yang meliputi elemen seronok, elemen sokongan dan elemen sosial serta faedah penglibatan. Analisis statistik diskritif digunakan bagi tujuan menganalisis data dan ianya menggunakan perisian Statistical Package For Social Science for Window Release 23.0 (SPSS) untuk mendapatkan nilai kekerapan dan peratusan. Dapatan menunjukan aspek mengisi masa lapang, kenali ramai kawan dan pengaruh rakan-rakan merupakan faktor utama yang mendorong penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi dalam sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol. Selain itu, aspek meningkatkan kemahiran insaniah seperti berkomunikasi dan mengasah kreativiti merupakan faedah utama penglibatan pelajar dalam sukan E-Sport.

Kata Kunci: E-Sport, Program Sijil Teknologi Elektrik

1.0 PENGENALAN

Ledakan perkembangan dunia digital pada masa kini sedikit sebanyak telah memberikan kesan perubahan yang agak mendalam dalam program kesukanan. Menerusi kamus dewan, ‘sukan’ di takrifkan sebagai satu aktiviti latihan berbentuk gerak badan dan permainan yang memerlukan ketangkasan serta tenaga. Secara konvensional aktiviti sukan yang di mainkan akan di padankan dengan tempat main atau gelanggang. Namun begitu, pada masa kini perkembangan teknologi maklumat yang bersandarkan Revolusi Industri 4.0 telah mengubah corak sukan daripada konvensional kepada corak baru yang dinamakan ‘sukan maya’ ataupun yang mudah di kenali pada masa kini E-Sport.

E-Sport merupakan satu fenomena baru sukan yang tidak memerlukan kekuatan serta sentuhan secara fizikal ketika ia di laksanakan. Ianya di jalankan secara atas talian sepenuhnya dengan menggunakan medium komputer yang memerlukan ketangkasanan dari segi strategi pemikiran dan ketahanan mental untuk kekal dalam satu jangkamasa tempoh permainan. Dari segi pandangan dunia, E-Sport telah di iktiraf sebagai satu cabang sukan yang mana ianya adalah di kategorikan sebagai sukan elektronik (Wagner2006). Bagi meningkatkan lagi martabat E-Sport, pemain perlu mendaftarkan diri dengan kelab professional dan menyertai pertandingan –pertandingan yang di anjurkan di dalam atau di luar negara. Ini bagi melayakkan seseorang itu boleh di kategorikan sebagai pemain ‘profesional’ E-Sport (Juho Hamari 2016). Jika di lihat sorotan sejarah kebangkitan E-Sport, ianya di mulakan pada tahun 2000 apabila satu pertandingan World Cyber Games (WCG) di anjurkan di Korea. Ianya dapat menarik penyertaan sebanyak 17 negara. Pada tahun 2013, pertandingan yang sama telah di anjurkan

lagi, apa yang dapat di lihat bilangan penyertaan meningkat kepada 38 negara . Ini memberi satu penunjuk bahawa E-Sport semakin popular di kalangan masyarakat dunia (Hutchin 2008).

Di Malaysia, E-Sport mula di martabatkan oleh Persatuan Sukan Elektronik Malaysia (ESM). Sasaran utama keterlibatan adalah golongan belia di Malaysia. Bagi melahirkan pemain bertaraf professional , sebuah *Esport Academy* telah di tubuhkan oleh Kementerian Belia dan Sukan dengan kolaborasi Persatuan Sukan Elektronik Malaysia (ESM). Selain tujuan utama *Esport Academy* melahirkan pemain professional, ianya juga bertujuan untuk urus tadbir pengurusan acara, pasukan, kejurulatih, , pengadilan dan lain-lain (Nicolas 2017).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Sudah menjadi lumrah dunia, sesuatu perkara baru yang tercetus akan mempunyai permasalahan yang tersendiri. Dalam dunia E-Sport, permasalahan yang serius juga timbul di kalangan masyarakat khususnya golongan remaja. Berdasarkan kajian pengkaji terdahulu, individu khususnya golongan remaja yang terlibat dengan E-Sport akan terdedah dengan satu sifat yang cenderong kepada aktiviti keganasan. (Vashnarekha Kumarasuriar et al ,2011). Perkara ini amat membimbangkan kerana berdasarkan pemerhatian di lapangan mendapati hampir 89% permaianan video yang di kategorikan sebagai E-Sport bercirikan misi peperangan (Battle Mission) .

Pada masa kini, terdapat satu golongan yang mempunyai permasalahan dalam membentuk hubungan yang bermanfaat dalam konteks persekitaran reality (Cagiltay 2015). Perkara ini berlaku di sebabkan terlalu lama masa yang di ambil untuk bermain E-Sport dalam seharian kehidupan berbanding menjalinkan hubungan komunikasi dengan orang lain secara konvensional. Perkara ini mungkin juga boleh di kategorikan sebagai ‘ketagihan’. Jika di sebut ketagihan dalam permaianan E-Sport khususnya bagi golongan remaja, pengkaji terdahulu telah mendapati ianya boleh mempengaruhi kesihatan fizikal, psikologi dan fungsi sosial pemain.

Perubahan drastik dalam gizi pemakanan dan waktu tidur, tekanan emosi tanpa di sedari, penumpuan yang kurang dalam pelajaran atau pekerjaan akan menyebabkan kegagalan dalam pelajaran atau pekerjaan yang menjurus kepada aspek tekanan mental (Jenny et al 2016). Secara rasminya pada tahun 2018, Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah mengklasifikasikan ketagihan permainan video atau *gaming disorder* sebagai masalah kesihatan mental.

Bagi sesetengah ahli pengkaji, permainan seperti ini boleh menganggu dan mempengaruhi personaliti, tingkah laku, disiplin, etika dan tatatertib (Jenny et al 2016) mereka ketika bergaul dengan rakan sepermainan permainan video dan juga ketika mereka berhubungan dengan masyarakat di luar lingkup permainan video tersebut.Bagi sesetengah ahli pengkaji, permainan seperti ini boleh menganggu dan mempengaruhi personaliti, tingkah laku, disiplin, etika dan tatatertib (Jenny et al 2016) mereka ketika bergaul dengan rakan sepermainan permainan video dan juga ketika mereka berhubungan dengan masyarakat di luar lingkup permainan video tersebut.Bagi sesetengah ahli pengkaji, permainan seperti ini boleh menganggu dan mempengaruhi personaliti, tingkah laku, disiplin, etika dan tatatertib (Jenny et al 2016) mereka ketika bergaul dengan rakan sepermainan permainan video dan juga ketika merekaberhubungan dengan masyarakat di luar lingkup permainan video tersebut.

3.0 OBJEKTIF

i. Mengenalpasti faktor yang mendorong Penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) Dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol
ii. Mengenalpasti faedah yang di perolehi Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) hasil penglibatan dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian kualitatif ini dijalankan menggunakan kaedah penggunaan Borang Soal Selidik yang telah diedarkan kepada 43 orang pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik. Sebanyak 23 item soalan telah di bina yang merangkumi Bahagian A; Maklumat Demografi , Bahagian B; Faktor dorongan Penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen keseronokan bersukan, elemen sosial bersukan, elemen sokongan bersukan dan Bahagian C; Faedah hasil penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) Dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol.

Jadual 1: Peratus responden mengikut jantina

Jantina	Bilangan	Peratus %
Lelaki	41	95.3
Perempuan	2	4.7

Skala Likert lima tahap digunakan dalam instrumen kajian yang di bina. Skala Likert tersebut diperincikan sebagai STS = Sangat Tidak Setuju, TS = Tidak Setuju, SS = Sederhana Setuju, S = Setuju dan SS = Sangat Setuju. Skala Likert tersebut dilabel di dalam boring soal selidik sebagai 1 – STS, 2 – TS, 3 – SS, 4 – S dan 5 – SS. Pengelasan tahap yang digunakan bagi mengintepretasi data berpandukan oleh tafsiran skor min oleh (Azizzi Yahya, 2009) . Jadual 1 di bawah menunjukkan pengelasan tahap rendah, sederhana dan tinggi berdasarkan purata skor min.

Jadual 2: Tafsiran Skor Min

Tahap	Purata Min
Rendah	1.00 – 2.33
Sederhana	2.34 – 3.66
Tinggi	3.67 – 5.00

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

i) Hasil dapatan kajian objektif (1)

Merujuk Jadual 3 berkaitan dengan faktor yang mendorong penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen keseronokan bersukan, dapat di tafsirkan bahawa kebanyakan pelajar mengakui bahawa item persoalan berkenaan ‘mengisi masa lapang’ adalah merupakan suatu penyebab yang mendorong mereka terlibat dengan E-Sport. Keseluruhan item lain menunjukan pelajar menyatakan sangat setuju (45.34%) dengan segala item persoalan yang di kemukakan.

Jadual 3: Faktor dorongan penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen keseronokan bersukan

Item	Soalan	Frekuensi Likert					Min
		1	2	3	4	5	
1	Minat dan ingin mencuba sukan baru	0	0	6	12	25	4.44
2	Menonjolkan bakat atau prestasi	0	1	10	14	18	4.09
3	Kewangan	2	5	14	13	9	3.23
4	Meningkatkan ilmu pengetahuan	0	0	7	12	24	4.39

5	Mengisi masa lapang	0	1	2	13	27	4.48
6	Sihat tubuh badan	3	3	18	5	14	3.34
Peratus %		1.93	3.87	22.09	26.74	45.34	

Berdasarkan Jadual 4 berkaitan dengan faktor yang mendorong penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen sosial bersukan, dapat di rumuskan bahawa kebanyakan pelajar mengakui bahawa item persoalan berkenaan 'kenali ramai kawan' adalah merupakan suatu penyebab yang mendorong mereka terlibat dengan E-Sport. Keseluruhan item lain menunjukan pelajar menyatakan sangat setuju (60%) dengan segala item persoalan yang di kemukakan.

Jadual 4: Faktor dorongan penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen sosial bersukan

Item	**Soalan**	**Frekuensi Likert**					**Min**
		1	**2**	**3**	**4**	**5**	
7	Kenali ramai kawan	0	0	1	9	33	4.74
8	Semangat kesukanan dan berpasukan	0	1	3	8	31	4.55
9	Kerjasama dengan kerajaan @ badan korporat@NGO	1	0	9	14	19	4.13
10	Motivasi	0	0	8	15	20	4.27
11	Hilang stress	0	1	2	14	26	4.46
Peratus %		0.46	0.93	10.69	27.90	60	

Daripada data yang di paparkan dalam Jadual 5 berkaitan dengan faktor yang mendorong penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen sokongan bersukan, dapat di rumuskan bahawa kebanyakan pelajar mengakui bahawa item persoalan berkenaan 'rakan-rakan' adalah merupakan suatu penyebab yang mendorong mereka terlibat dengan E-Sport. Keseluruhan item lain menunjukan pelajar menyatakan sangat setuju (40.11%) dengan segala item persoalan yang di kemukakan.

Jadual 5: Faktor dorongan penglibatan pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) dalam Sukan E-Sport di Kolej Komuniti Jempol dari perspektif elemen sokongan bersukan

Item	**Soalan**	**Frekuensi Likert**					**Min**
		1	**2**	**3**	**4**	**5**	
12	Rakan-rakan	0	0	1	14	28	4.62
13	Pensyarah	6	2	10	12	13	3.32
14	Keluarga	2	3	12	15	11	3.51
15	Jurulatih	6	0	11	9	17	3.58
Peratus %		8.13	2.90	19.76	29.06	40.11	

ii) Hasil dapatan kajian objektif (2)

Hasil dapatan kajian yang di paparkan pada Jadual 6 menunjukkan bahawa majoriti pelajar mengakui bahawa faedah yang di perolehi Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) hasil penglibatan dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol adalah di sebabkan oleh item persoalan 'meningkatkan kemahiran insaniah seperti berkomunikasi dan mengasah kreativiti'. Bagi keseluruhan item persoalan lain mendapati pelajar memberikan peratusan yang tinggi (57.67%) pada perincian sangat setuju.

Jadual 6: Faedah hasil penglibatan Pelajar Program Sijil Teknologi Elektrik (SKE) Dalam Sukan E-Sport Di Kolej Komuniti Jempol

Item	Soalan	Frekuensi Likert					Min
		1	2	3	4	5	
16	Menambahkan kepelbagaian aktiviti sukan negara dengan adanya E-Sport di pertandingkan secara kerap	0	0	0	18	25	4.58
17	Meningkatkan kemahiran berbahasa inggeris	0	0	3	16	24	4.48
18	Meningkatkan kemahiran dan pengetahuan tentang seni grafik dan visual	0	1	2	18	22	4.37
19	Dapat menambah rakan-rakan baru	0	0	0	18	25	4.58
20	Meningkatkan kemahiran insaniah seperti berkomunikasi dan mengasah kreativiti	0	0	0	15	28	4.65
Peratus %		0	0.46	2.32	39.53	57.67	

6.0 KESIMPULAN

Penganalisaan hasil dapatan yang di buat telah mendapati bahawa, apabila terdapat ruang kosong dalam rutin kehidupan seorang pelajar ianya akan di isi dengan pelbagai aktiviti yang bersesuaian dengan jiwa pelajar itu. Dalam konteks kajian ini, pelajar bersetuju bahawa untuk mengisi masa lapang merupakan satu faktor yang mendorong mereka terlibat dengan sukan E-Sport. Jika di lihat kupasan yang di lakukan oleh akbar Sinar Harian pada 7 mac 2019, kegilaan remaja terhadap permaianan video adalah di sebabkan untuk mengisi masa lapang pada waktu hujung minggu (Naimah,2019).

Selain itu, naluri untuk mengenali kawan-kawan baru merupakan hasil dapatan yang di perolehi dalam kajian ini. ini seiring dengan dapatan hasil kajian pengkaji terdahulu yang mana konsep permaianan dalam E-Sport yang berdaya saing dan interaktif akan mencetuskan interaksi sosial secara maya (Martoncik 2018).

Pengaruh rakan sebaya merupakan satu aspek dominan yang tidak dapat di sangkal. Penelitian pada hasil dapatan kajian yang di lakukan di sekolah yang melibatkan kes pukul pelajar, punca utama situasi perilaku kes pelajar memukul pelajar lain adalah di sebabkan oleh pengaruh rakan-rakan (A'dawiyah Ismail, 2020). Ini juga di buktikan dalam kajian ini bahawa pengaruh rakan-rakan merupakan faktor yang mendorong untuk pelajar terlibat dengan E-Sport.

Jika di lihat dari sudut kelebihan atau manfaat yang di perolehi ekoran penglibatan dalam sukan E-Sport, hasil dapatan mendapati pelajar merasakan dapat meningkatkan kemahiran insaniah dalam diri mereka seperti berkomunikasi dan mengasah kreativiti. Ini kerana dalam sukan E-Sport, terdapat pelbagai perkara baru yang memerlukan seseorang individu itu menggunakan pelbagai cara kemahiran dan teknik bagi menyelesaikan segala misi atau matlamat yang di tetapkan. Ini termasuk dalam kemahiran membuat sesuatu keputusan yang tepat dalam jangkamasa singkat yang telah di tetapkan (Belloti,2009). Selain itu, dengan pelbagai percambahan kemahiran dan teknik yang di hasilkan dalam sukan E-Sport, ianya akan dapat memastikan seseorang individu itu dapat berdaya saing dengan segala perubahan yang drastik dalam dunia sukan E-Sport.

RUJUKAN

A'dawiyah Ismail, Siti Najihah Mansor & Siti Naqiayah Mansor (2020). Kesan Permainan Video terhadap Perkembangan Kanak-Kanak. BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences Volume 3, Issue 1, 2020

Azizi Yahaya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan. (2009). Menguasai penyelidikan dalam pendidikan: Teori, analisis, & interpretasi data. Kuala Lumpur: PTS Professional.

Bellotti, F. B. De Gloria, R. & Primavera, L. 2009. Enhancing the educational value of video games. ACM Computer Entertainment 23(18): 23-31

Cagiltay, K. 2015. Social Interactions and Games. Digital Education Review 27(2): 1-10

Hutchins, B. 2008. Signs of meta-change in second modernity: The growth of e-sport and the World Cyber Games. New Media & Society 10(6): 851- 869.

Jenny, S. E., Manning, R. D., Keiper, M. C., and Olrich, T. W. 2016. "Virtual (Ly) Athletes: Where Esports Fit within the Definition of "Sport"," Quest, 67(1): 1-18.

Juho Hammari (2016). What is eSports and why do people watch it? Emerald Insight at: www.emeraldinsight.com/1066-2243.htm

Martončik, M. 2015. E-Sports: Playing just for fun or playing to satisfy life goals? Computers in Human Behavior 48: 208-211.

Naimah muhamad (2019) Kegilaan terhadap game online ada faedah tak? https://www.sinarharian.com.my/article/16626/LIFESTYLE/Oh!-Lelaki/Kegilaan-terhadap-game-online-ada-faedah-tak

Nicolas, B. 2017. Comparison between sports and esports through the lens of the sociology of sport. Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance 715(1): 1-10.

Vashnarekha, K., Pangiras, G., Sinnapan, S. & Sivan, K. 2011. A study of the relationship between violent video game playing and aggression among adolescents in the Klang Valley, Malaysia. International Humanities, Society and Culture 20(1): 74-78.

Wagner. M. G. 2006. On the Scientific Relevance of e-Sports. Proceedings of the 2006 International Conference on Internet Computing and Conference on Computer Game Development. Las Vegas: CSREA Press, 2006: 437-440.

Pembangunan Sukan Lawn Bowls dalam Kecemerlangan Sukan Politeknik Malaysia

Eric Yeo Cheng Aun[1], Saril bin Hj Yusop[2]

[1]Politeknik Melaka
[2]Politeknik Kota Kinabalu

ABSTRAK

Majlis Sukan Politeknik Malaysia (MSP) telah merangka banyak program-program pembangunan sukan utama di peringkat Politeknik bagi menyokong dasar-dasar sukan yang direncanakan oleh pihak Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) menerusi Bahagian Sukan KPT. Sukan lawn bowls tidak terkecuali dalam usaha Majlis Sukan Politeknik membangunkan sukan ini yang masih lagi dianggap baru di peringkat Politeknik. Pembangunan sukan lawn bowls di Politeknik telah bermula pada tahun 2016 apabila wujudnya Pusat Pembangunan Sukan (PPS) Lawn Bowls yang pertama yang berpusat di Politeknik Kota Kinabalu. Pada tahun 2018, Politeknik Kota Kinabalu sekali lagi telah diberi kepercayaan apabila dilantik sebagai Pengerusi Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls bagi membantu MSP dalam melonjakkan aspek pembangunan dan kecemerlangan atlet menerusi program-proram dan penyertaan atlet di kejohanan peringkat IPT, kebangsaan dan antarabangsa. Hasil pembangunan sesuatu program sukan itu boleh dilihat ataupun diukur menerusi pencapaian - pencapaian yang diraih oleh sesuatu pasukan. Sehubungan itu, kajian ini dibuat bagi melihat penglibatan dan pencapaian - pencapaian yang diraih oleh pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia bermula dengan perkembangan pembangunan sukan lawn bowls di peringkat Politeknik, hasil pembangunan sukan lawn bowls menerusi pengiktirafan dalam *Polytechnic Sports Excellence Award (PolySEA)* dan pencapaian pasukan di peringkat Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT) dan kejohanan tahunan antara institusi pendidikan tinggi di Malaysia iaitu Kejohanan Open Pairs USIM antara IPT Malaysia. Hasil kajian ini mendapati pembangunan sukan lawn bowls yang dirancang oleh Pusat Program Kecemerlangan Atlet melalui Majlis Sukan Politeknik telah berjaya membantu meningkatkan kecemerlangan sukan Politeknik Malaysia.

Kata Kunci: Lawn bowls, Pembangunan sukan, Kecemerlangan, Politeknik

1.0 PENGENALAN

Dasar Sukan Negara merupakan satu dasar pembangunan sukan ke arah pembentukan budaya sukan dan pemantapan integrasi nasional menerusi penglibatan masyarakat secara menyeluruh dan pencapaian kecemerlangan di peringkat antarabangsa. Dalam garis panduan berhubungan dengan pembangunan sukan seperti yang termaktub dalam Akta Pembangunan Sukan 1997, pembangunan sukan itu termasuk dalam rancangan pembangunan jangka panjang bagi ahli sukan, jurulatih dan pentadbir dan pegawai sukan pada semua peringkat. Menurut Akta tersebut lagi, aktiviti sukan didefinisikan sebagai segala bentuk aktiviti yang berhubungan dengan sukan, termasuklah penganjuran pertandingan, seminar, klinik atau kursus untuk sesuatu sukan, penghantaran peserta ke pertandingan atau acara sukan dan apa-apa aktiviti lain yang bersampingan atau berkaitan dengan sesuatu sukan. Badan sukan pula membawa maksud sesuatu persatuan, kelab atau pertubuhan yang bertindak sebagai badan pengelola atau badan perwakilan suatu sukan di Malaysia sama ada di peringkat daerah, negeri atau kebangsaan.

Bahagian Sukan Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) berhasrat untuk menjadikan Institusi Pengajian Tinggi (IPT) di Malaysia sebagai pusat pembangunan dan pembudayaan sukan bertaraf antarabangsa. Bahagian ini bertanggungjawab dalam membangun dan memperkasa program-program pembudayaan dan pembangunan sukan di Institusi Pengajian Tinggi (IPT) dalam

melahirkan *the thinking athlete* ataupun atlet intelek yang mempunyai kecergasan fizikal dan minda yang seimbang serta mempunyai daya saing yang dapat memenuhi aspirasi pembangunan sukan IPT Malaysia. Sehubungan itu, Dasar Pembangunan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (DPSIPT) telah diperkenalkan pada tahun 2009 bagi merealisasikan semua hasrat tersebut.

1.1 Penyataan Masalah

Dalam ucapan bekas Menteri Belia dan Sukan Malaysia, YB Dato' Sri Ahmad Shabery Cheek semasa Anugerah Sukan Negara 2010 pada 15 Mac 2011, beliau menyatakan sukan merupakan satu bidang yang dapat memberi pelbagai sumbangan terutama kepada peningkatan tahap kesihatan, perpaduan dan integrasi nasional di samping pemupukan semangat patriotik, pembentukan masyarakat berdisplin dan berdaya saing. Namun, tegas beliau, tugas untuk membangunkan sukan tidak seharusnya terletak di bahu kerajaan semata-mata. Ini kerana kerajaan tidak mempunyai keupayaan untuk mempertingkatkan mutu sukan negara tanpa kesungguhan daripada badan-badan sukan di pelbagai peringkat. Ini adalah satu kenyataan yang perlu diterima oleh semua pihak. Menyedari akan hakikat ini, Majlis Sukan Politeknik (MSP) sedaya upaya mengambil inisiatif membangunkan sukan-sukan yang ada di Politeknik bagi membantu usaha kerajaan dalam membangunkan bidang sukan Malaysia khasnya di peringkat institusi pengajian.

Memetik satu artikel yang dikeluarkan oleh mstar.com.my, portal online tersebut melaporkan sukan lawn bowls masih dianggap sukan baru yang dikatakan seronok untuk bermain tetapi belum sampai ke peringkat seronok untuk ditonton. Kenyataan itu dikeluarkan oleh bekas Menteri Belia dan Sukan, Dato' Sri Ahmad Shabery Cheek ketika merasmikan Kejohanan Boling Padang Merdeka Asia Pasifik Keempat tahun 2009. Tambah beliau, rakyat Malaysia masih belum memiliki budaya sukan yang tinggi kerana terdapat sesetengah kejohanan sukan yang kurang popular seperti lawn bowls tidak mendapat sambutan terutama dari jumlah bilangan penonton yang tidak ramai.

Di peringkat Politeknik, sukan lawn bowls juga masih baru dan kurang popular berbanding sukan-sukan lain sehinggakan ada segelintir pihak yang tidak megetahui asas ataupun undang-undang bagi sukan ini. Justeru, dalam menyokong usaha kerajaan untuk membangunkan bidang sukan di peringkat institusi pengajian tinggi, Majlis Sukan Politeknik telah merangka banyak program-program pembangunan sukan termasuklah pembangunan untuk sukan lawn bowls sendiri. Antara program yang diperkenalkan oleh Majlis Sukan Politeknik ialah mewujudkan Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) dengan sasaran dapat membangunkan sukan lawn bowls di Politeknik.

1.2 Objektif Kajian

Kajian ini dijalankan bagi memenuhi objektif-objektif seperti berikut:

i. Mengenal pasti tahap perkembangan pembangunan sukan lawn bowls di peringkat Politeknik Malaysia menerusi program PKAT yang dianjurkan.
ii. Mengetahui hasil pembangunan sukan lawn bowls di peringkat Politeknik Malaysia.
iii. Menganalisa pencapaian pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia dari tahun 2014-2019.

1.3 Skop Kajian

Kajian ini hanya tertumpu kepada pembangunan sukan lawn bowls di Politeknik sahaja. Perkembangan pembangunan sukan lawn bowls boleh dilihat melalui program-program yang dianjurkan Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls. Kajian ini juga hanya akan melihat hasil pembangunan sukan lawn bowls menerusi pengikitrafan yang diterima daripada Majlis Sukan Politeknik (MSP) terhadap pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia semasa majlis tahunan Polytechnic Sports Excellence Award (PolySEA). Pencapaian pasukan lawn bowls akan diukur bermula dari tahun 2014 sehingga 2019 sahaja melibatkan dua kejohanan utama yang disertai iaitu Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT) dan Kejohanan Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia. Dua kejohanan ini diambil kira kerana kedua-dua kejohanan ini merupakan kejohanan

tetap yang disertai oleh pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia pada setiap tahun/dwi tahunan melibatkan pasukan-pasukan antara institusi pengajian tinggi sahaja.

2.0 DASAR PEMBANGUNAN SUKAN INSTITUSI PENGAJIAN TINGGI (DPSIPT)

Pembangunan sukan di kalangan pelajar Institusi Pendidikan Tinggi (IPT) bermatlamat untuk melahirkan pelajar yang mempunyai ciri yang unggul dan sentiasa berdaya saing. Bagi mencapai matlamat ini, Dasar Pembangunan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (DPSIPT) telah dilancarkan dan mensasarkan tiga (3) objektif berikut:

i. Menjadikan IPT sebagai pemangkin kepada pembangunan kecemerlangan sukan negara.
ii. Mewujudkan budaya bersukan di IPT ke arah memperkasakan modal insan yang seimbang dan berkualiti.
iii. Mensasarkan untuk melahirkan sekurang-kurangnya 30% atlet negara adalah dari kalangan pelajar IPT atau *The Thinking Athletes.*

Pelaksanaan dasar ini akan menggerakkan perancangan dan pelaksanaan agenda pembangunan sukan di semua IPT secara lebih menyeluruh dan sistematik melalui fokus kepada tujuh (7) teras penumpuan seperti berikut:

i. Program Pembudayaan Sukan
ii. Program Pembangunan Infrastruktur Sukan
iii. Program Pembangunan Pusat Kecemerlangan Sukan
iv. Skim Kecemerlangan, Kebajikan, Insentif, dan Penyelidikan Sukan (SKIPS)
v. Program Pembangunan Akademik Atlet
vi. Program Promosi dan Jaringan Kerja
vii. Program Pembangunan Pengajian Sukan di IPT

2.1 Majlis Sukan Politeknik Malaysia (MSP)

Majlis Sukan Politeknik Malaysia atau MSP merupakan satu majlis sukan yang bernaung di bawah Bahagian Ambilan dan Pembangunan Pelajar (BAPP) Jabatan Pendidikan Politeknik. Seperti majlis-majlis sukan yang lain, fungsi Majlis Sukan Politeknik adalah untuk merancang, menyelaras dan menganjurkan acara-acara sukan untuk politeknik. Majlis Sukan Politeknik bertindak sebagai penyelaras dalam merancang seminar dan pelbagai kursus sukan untuk membantu pelajar dan staf politeknik dalam mengembangkan kemahiran, pengetahuan dan kepakaran mereka di pelbagai bidang sukan. Majlis Sukan Politeknik juga sering dijadikan sebagai pusat rujukan dalam pelbagai perkara berkaitan sukan ke arah mencapai kecemerlangan dalam bidang sukan.

2.2 Lawn Bowls

Sukan lawn bowls merupakan satu jenis sukan yang agak popular di negara-negara Komanwel. Sukan ini memerlukan fokus dan daya tahan mental yang sangat tinggi. Objektif utama sukan ini adalah untuk meleretkan bola yang dipanggil *bowls* agar bola tersebut berhenti paling hampir dengan sebiji bola yang lebih kecil yang dipanggil *jack*. Mata akan diberikan kepada *bowls* yang paling dekat dengan *jack*. Sukan ini dimainkan di atas padang yang rata dikenali sebagai *green*. Permukaan *green* adalah dari sama ada rumput semula jadi atau karpet khas. Sukan ini boleh dimainkan samada secara *indoor* atau *outdoor*.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Maklumat data-data pencapaian pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia sekitar tahun 2014-2019 akan dikumpulkan bagi melihat sejauh manakah hasil pembangunan sukan lawn bowls berkembang sejajar dengan matlamat yang disarankan. Kajian ini menggunakan kaedah kuantitatif iaitu menggunakan data sediada yang diperolehi berdasarkan pungutan pingat ataupun daripada keputusan rasmi kejohanan yang disertai utk mengukur pencapaian pasukan lawn bowls.

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Bagi mengukur sejauh manakah pembangunan sukan lawn bowls berkembang di Politeknik, segala aktiviti-aktiviti lawn bowls di bawah Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) akan dikumpulkan bagi mengenal pasti tahap perkembangan pembangunan sukan lawn bowls di peringkat Politeknik Malaysia. Hasil pembangunan sukan lawn bowls akan dinilai melalui pencapaian yang dicatatkan semasa majlis anugerah *Polytechnic Sports Excellence Award* (PolySEA). Bagi menganalisa pencapaian pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia, rekod-rekod pencapaian di dua kejohanan utama iaitu Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT) dan Kejohanan Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia akan dikumpulkan dan dianalisis. Rekod pencapaian tersebut kemudian akan diolah kepada bentuk graf bagi melihat prestasi tahunan pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia dalam menilai kecemerlangan sukan lawn bowls di Politeknik Malaysia.

4.1 Perkembangan Pembangunan Sukan Lawn Bowls

Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls diperkenalkan bagi menggantikan Program Pusat Pembangunan Sukan (PPS) yang mana program ini merupakan sebahagian perancangan Bahagian Ambilan dan Pembangunan Pelajar, Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti bersama Majlis Sukan Politeknik (MSP) untuk melonjakkan aspek pembangunan dan kecemerlangan atlet dalam penyertaan di kejohanan peringkat IPT, kebangsaan dan antarabangsa khasnya bagi sukan lawn bowls. Program ini dilaksanakan bagi menyokong Dasar Pembangunan Sukan IPT (DPSIPT) yang mampu menyumbang kepada pembentukan modal insan yang holistik, bercirikan keusahawanan dan seimbang.

Politeknik Kota Kinabalu merupakan pusat bagi Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls. Sejak PKAT lawn bowls diwujudkan, banyak program-program sukan lawn bowls samada dari segi penganjuran kursus dan kejohanan, penyertaan kejohanan, mahupun jaringan kolaborasi bersama pihak luar telah dilaksanakan. Antara aktiviti-aktiviti utama yang disertai dan dianjurkan melalui PKAT lawn bowls adalah seperti berikut:

Jadual 1: Aktiviti Program PKAT Lawn Bowls

Bil	Nama Aktiviti	Tarikh
1.	Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT)	2014, 2016, 2018
2.	Kejohanan Lawn Bowls Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia	2015, 2016, 2017, 2019
3.	Majlis Menandatangani NoU bersama Persatuan Lawn Bowls Negeri Sabah	14 Februari 2017
4.	Kursus Asas dan Kejurulatihan Sukan Lawn Bowls Politeknik Malaysia	14 – 16 Febuari 2017
5.	Penganjuran Kejohanan Lawn Bowls Singles Politeknik Malaysia	23-25 November 2018

Daripada dapatan kajian didapati hasil kewujudan Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls, telah adanya aktivit-aktiviti samada dari segi penyertaan kejohanan mahupun penganjuran kursus dan kejohanan telah berjaya dijalankan. Dapat dilihat setiap tahun pasti ada program yang akan dianjurkan oleh PKAT untuk membangunkan sukan ini yang sebelum ini tidak pernah diadakan.

4.2 Hasil Pembangunan Sukan Lawn Bowls di Peringkat Politeknik Malaysia

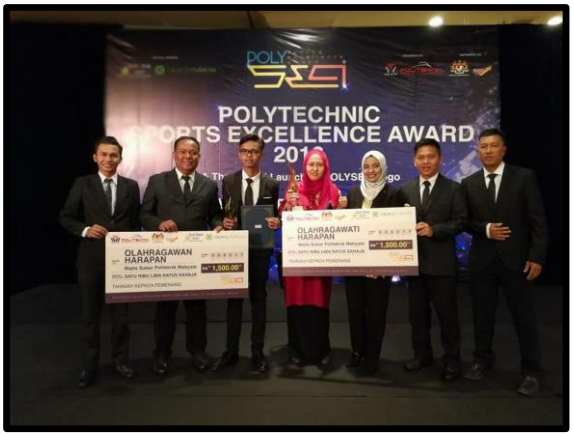
Dalam usaha untuk merencana dan merancakkan pembangunan sukan di institusi Politeknik, Majlis Sukan Politeknik (MSP) telah menganjurkan *Polytechnic Sports Excellence Award* (PolySEA) iaitu satu majlis anugerah kecemerlangan tahunan yang diberikan kepada para atlet dan barisan pegawai politeknik sebagai penghargaan kepada sumbangan cemerlang yang telah diberikan

dalam pembangunan sukan di peringkat politeknik dan pentas kebangsaan. Anugerah khas ini merupakan pengiktirafan tertinggi kepada barisan atlet-atlet dan para pegawai yang telah banyak berjasa dalam mengharumkan nama Politeknik dalam bidang sukan.

Melihat hasil pembangunan sukan lawn bowls di Politeknik Malaysia, Pasukan PKAT lawn bowls telah diberikan pengiktirafan oleh Majlis Sukan Politeknik. Antara penghargaan yang telah diiktiraf oleh Majlis Sukan Politeknik terhadap pasukan lawn bowls adalah seperti dalam jadual di bawah:

Jadual 2: Pencapaian Pasukan Lawn Bowls di Polytechnic Sports Excellence Award

Bil.	PolySEA	Pencapaian
1.	PolySEA 2016	Olahragawan Harapan Politeknik Malaysia Olahragawati Harapan Politeknik Malaysia Dicalonkan sebagai pasukan terbaik
2.	PolySEA 2017	Anugerah Pengurus Cemerlang Anugerah Jurulatih Cemerlang
3.	PolySEA 2018	Dicalonkan sebagai Pasukan Terbaik



Rajah 1 : Anugerah Olahragawan dan Olahragawati Harapan disandang oleh atlet lawn bowls Politeknik Malaysia (PolySEA 2016)

Rajah 2 : Anugerah Pengurus dan Jurulatih Cemerlang dianugerahkan kepada barisan pengurusan pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia (PolySEA 2017)

Hasil dapatan kajian mendapati sukan lawn bowls telah mula dikenali ramai sehingga berjaya mendapat pengiktirafan yang tertinggi. Anugerah-anugerah yang dirangkul selama tiga tahun berturut-turut ini membuktikan pembangunan sukan lawn bowls berjaya membuahkan hasil dan usaha membangunkan sukan ini diakui sendiri oleh Pengarah Politeknik Kota Kinabalu, Ts. Zainab bintu Othman. Memetik satu laporan yang dikeluarkan oleh Siti Mariam Aziz Rashid di portal malaysiaaktif.my, Ts. Zainab berkata para pegawai pengurusan PKAT lawn bowls banyak

menyumbang dalam pembangunan sukan itu di peringkat Politeknik Malaysia serta membawa kejayaan atlet di peringkat kebangsaan dan antarabangsa, sekaligus menaikkan nama Politeknik Malaysia bagi sepanjang tempoh 2017. Ini secara tidak langsung membantu Politeknik Kota Kinabalu memenuhi kriteria yang ditetapkan bagi kategori tersebut dan beliau berharap momentum kecemerlangan ini akan berterusan pada masa hadapan.

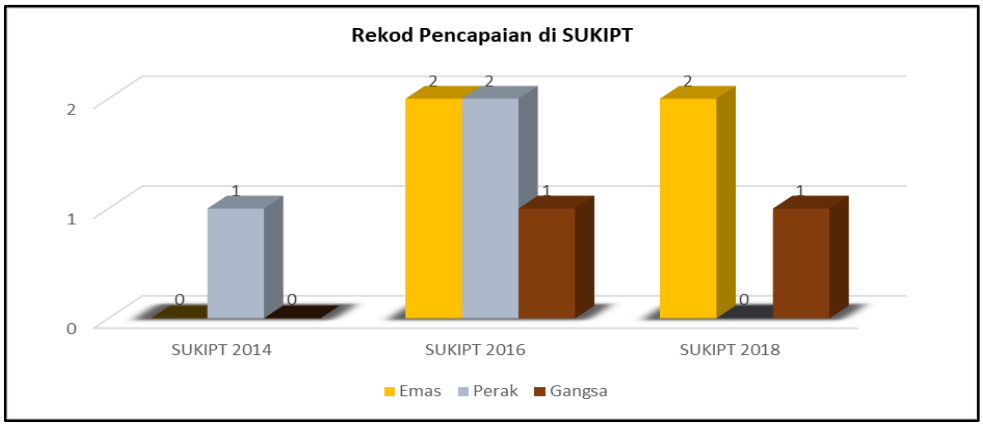
4.3 Pencapaian di Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT)

Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT) telah mula diperkenalkan pada tahun 2012. Penganjuran SUKIPT merupakan satu usaha Kementerian untuk membangunkan dan memajukan lagi sukan di peringkat IPT, kebangsaan dan antarabangsa secara bersepadu. Penganjuran kejohanan ini diadakan secara dwi-tahunan dan diselang-selikan dengan penganjuran Karnival Sukan Institusi Pendidikan Malaysia (SIPMA).

Pasukan lawn bowls Politeknik mula menyertai SUKIPT pada tahun 2014 yang diadakan di Universiti Teknologi MARA (UiTM) Shah Alam. Pada tahun 2014, pasukan ini menggunakan nama Politeknik Sabah dan hanya dibarisi oleh pasukan lelaki sahaja. Pada penampilan SUKIPT yang pertama, pasukan lawn bowls berjaya melayakkan diri ke peringkat akhir. Pada tahun 2016 pula, Kejohanan SUKIPT telah diadakan di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai. SUKIPT 2016 melibatkan penyertaan daripada tiga (3) buah politeknik iaitu Politeknik Sabah, Politeknik Perak dan Politeknik Melaka. Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM) telah menjadi tuan rumah pada edisi SUKIPT 2018 dan pada tahun tersebut, pasukan lawn bowls ini dikenali dengan nama Politeknik Malaysia di mana pasukan ini dibentuk melalui gabungan pelajar-pelajar dari semua Politeknik seluruh Malaysia. Jadual di bawah menunjukkan pencapaian pasukan lawn bowls sepanjang penyertaan di SUKIPT 2014-2018:

Jadual 3: Pencapaian Pasukan Lawn Bowls di SUKIPT

Bil.	Edisi SUKIPT	Pencapaian
1.	SUKIPT 2014	1 perak
2.	SUKIPT 2016	2 emas, 2 perak, 1 gangsa
3.	SUKIPT 2018	2 emas, 1 gangsa



Rajah 3 : Rekod pencapaian pasukan lawn bowls di SUKIPT 2014-2018

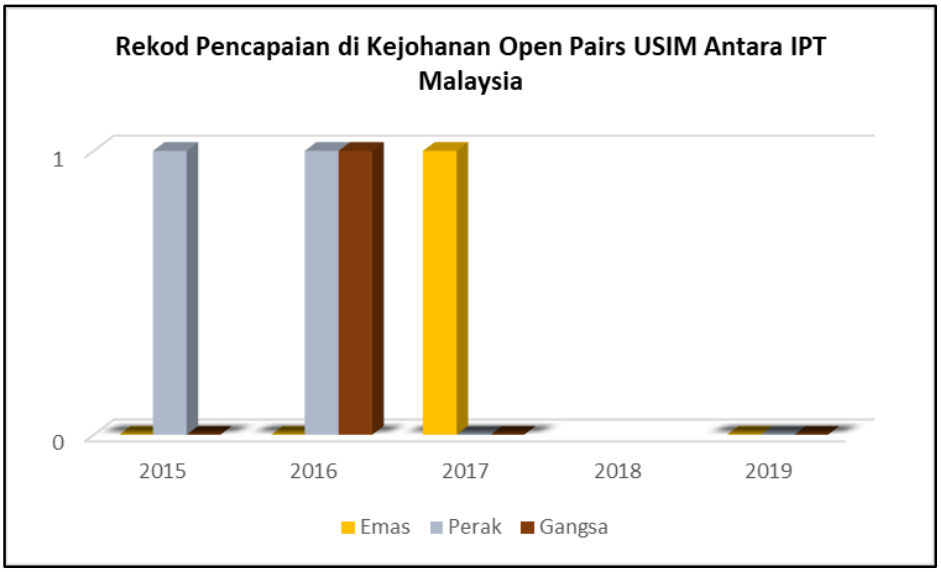
Daripada graf pungutan pingat tahunan di atas, dapat dirumuskan sepanjang penglibatan pasukan lawn bowls di tiga (3) edisi SUKIPT, pasukan ini tidak pernah gagal membawa pulang pingat. Penyertaan sulung pasukan ini pada tahun 2014 berjaya membawa pulang sebutir pingat perak. Tahun 2016 merupakan pencapaian terbaik pasukan lawn bowls di SUKIPT dengan jumlah pungutan pingat 2 emas, 2 perak dan 1 gangsa. Di SUKIPT 2018, pasukan ini berjaya mengekalkan dua pingat emas dan satu pingat gangsa. Pencapaian ini boleh dikategorikan sebagai cemerlang bagi sukan lawn bowls yang dikira baru di peringkat politeknik.

4.4 Pencapaian di Kejohanan Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia

Kejohanan Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia merupakan satu kejohanan tahunan yang dianjurkan oleh Universiti Sains Islam Malaysia (USIM) selaku Pusat Sukan Tumpuan (PST) lawn bowls. Kejohanan ini dianjurkan setiap tahun melibatkan penyertaan daripada institusi-institusi pengajian tinggi di Malaysia. Politeknik tidak ketinggalan dalam menyokong usaha penganjuran ini dan telah menyertai kejohanan ini sebanyak empat kali iaitu pada tahun 2015, 2016, 2017 dan 2019. Berikut merupakan rekod penglibatan dan pencapaian pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia di Kejohanan Open Pairs USIM antara IPT Malaysia:

Jadual 4: Rekod penglibatan dan pencapaian Pasukan Lawn Bowls di Kejohanan Open Pairs USIM antara IPT Malaysia

Bil.	Kejohanan Open Pairs USIM	Pencapaian
1.	Kejohanan edisi 2015	Naib johan (1 perak)
2.	Kejohanan edisi 2016	Naib johan dan tempat ketiga (1 perak, 1 gangsa)
3.	Kejohanan edisi 2017	Johan (emas)
4.	Kejohanan edisi 2018	tidak menyertai
5.	Kejohanan edisi 2019	pusingan kedua



Rajah 4 : Rekod pencapaian pasukan lawn bowls di Kejohanan Open Pairs USIM Antara IPT Malaysia

Pasukan lawn bowls mula menyertai kejohanan ini pada tahun 2015 dan penyertaan pertama pasukan ini bermula dengan pencapaian yang agak baik apabila berjaya melayakkan diri sehingga ke peringkat akhir tetapi sekadar berpuas hati dengan tempat kedua. Pada kejohanan edisi 2016, pasukan ini sekali lagi berjaya melayakkan diri ke peringkat akhir namun sekali lagi terpaksa pulang sebagai naib johan dan tempat ketiga. Pada penampilan ketiga, pasukan ini telah berjaya menebus kekecewaan pada dua edisi lepas apabila buat julung kalinya membawa pulang trofi kejohanan sebagai johan kejohanan edisi 2017. Pasukan lawn bowls Politeknik tidak menyertai kejohanan edisi 2018 kerana bertindih dengan penganjuran Kejohanan Lawn Bowls Singles Politeknik Malaysia manakala pada kejohanan edisi 2019, nasib kurang menyebelahi pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia apabila tersingkir awal di pusingan kedua. Secara keseluruhannya, daripada empat penampilan di kejohanan ini, pasukan ini berjaya melayakkan diri sebanyak tiga (3) kali ke peringkat akhir dan telah terbukti pasukan ini mampu memberi saingan kepada pasukan-pasukan institusi pengajian yang lain.

5.0 KESIMPULAN

Kesimpulan yang boleh dibuat menerusi kajian ini adalah pembangunan sukan lawn bowls telah berjaya membuahkan hasil apabila pasukan ini sering membawa pulang kejayaan dalam mana-mana kejohanan yang disertai. Pengenalan Program Kecemerlangan Atlet (PKAT) lawn bowls juga tepat pada masanya kerana ini secara tidak langsung dapat membantu usaha Majlis Sukan Politeknik dalam terus membangunkan sukan lawn bowls dan pada masa yang sama merancakkan lagi industri sukan Politeknik. Banyak program-program pembangunan berjaya dianjurkan oleh PKAT lawn bowls dalam membangunkan sukan ini sehinggalah sukan ini lebih dikenali ramai terutamanya di peringkat politeknik.

Walapun sukan lawn bowls masih lagi boleh dikatakan sukan yang baru dibangunkan oleh Majlis Sukan Politeknik, namun ia mampu menyumbang kepada kecemerlangan sukan Politeknik Malaysia. Sejak penubuhan pasukan lawn bowls Politeknik Malaysia, nama Politeknik seringkali disebut-sebut sebagai kuasa baru dalam sukan lawn bowls kerana mampu memberi cabaran kepada institusi-institusi pengajian tinggi di Malaysia. Ini terbukti apabila pasukan ini tidak pernah pulang dengan tangan kosong terutama di kejohanan berprestij tinggi seperti di kejohanan Sukan Institusi Pendidikan Tinggi (SUKIPT). Ekoran daripada pencapaian-pencapaian yang dilakar oleh pasukan lawn bowls ini telah sekaligus melonjakkan nama Majlis Sukan Politeknik sebaris dengan kuasa-kuasa besar majlis sukan yang lain.

RUJUKAN

Akta Pembangunan Sukan 1997, Kementerian Belia dan Sukan Malaysia

Dasar Sukan Negara 2009, Kementerian Belia dan Sukan Malaysia

Siti Mariam Aziz Rashid, https://malaysiaaktif.my/45005

http://fjjournal.blogspot.com/2013/05/soalan-1-artikel-rencana-dasar-sukan.html

https://i-sukan.upm.edu.my/program/program_kecemerlangan_sukan_proram_sukan_tumpuan-8863?L=bm

https://www.arenaipt.com.my/

https://www.facebook.com/notes/datuk-seri-hj-mohamed-khaled-nordin/memangkin-ipt-untuk-menyokong-kecemerlangan-sukan-negara-dasar-baru-diperkenal/147951389062/

https://www.midahizanco.com/

https://www.mstar.com.my/sukan/2009/08/01/rakyat-maalysia-belum-miliki-budaya-sukan-yang-tinggi--shabery

https://www.scribd.com/doc/217007820/Program-Pembangunan-Sukan Uploaded byMay'g Choy

https://www.sukipt.com.my/

Keberkesanan Aktiviti Kokurikulum (Sukan) Dalam Membina Personaliti Pelajar Kolej Komuniti Ledang

Khairul Anwar bin Johari[1], Nor Azida binti Mansor[2], Noorashikin binti Saari[3]

[1, 2, 3]Kolej Komuniti Ledang

ABSTRAK

Aktiviti kokurikulum seperti sukan adalah salah satu bahagian daripada proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) yang dilaksanakan di sekolah, kolej dan universiti. Aktiviti kokurikulum adalah sebarang aktiviti atau tindakan yang dirancang selain daripada proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) di dalam kelas seperti pakaian seragam, persatuan dan kelab, dan sukan dan permainan. Bagi kajian ini, ia memfokuskan aktiviti kokurikulum berkaitan sukan sahaja. Aktiviti sukan mampu menjana kemajuan dari segi fizikal, mental, sosial dan emosi individu. Maka, satu kajian deskriptif dibentuk. Kertas kajian ini bertujuan untuk membincangkan tahap keberkesanan pembinaan personaliti pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan) di Kolej Komuniti Ledang selari dengan matlamatnya dalam melahirkan pelajar yang holistik dan seimbang. Seramai 50 orang responden iaitu pelajar semester akhir di Kolej Komuniti Ledang telah terlibat dalam kajian ini. Kajian ini menumpukan kepada faktor penglibatan pelajar dan kesan yang diperolehi daripada penglibatannya di dalam kokurikulum (sukan). Kajian yang dijalankan berbentuk kuantitatif. Instrumen kajian adalah borang soal selidik yang telah dibangunkan dan diagihkan kepada responden. Segala hasil data yang diperoleh dikumpulkan dan telah dianalisis menggunakan perisian SPSS (Statistical Package for Social Science). Pada keseluruhannya, hasil kajian ini mendapati bahawa keberkesanan aktiviti kokurikulum (sukan) dalam membina personaliti pelajar Kolej Komuniti Ledang adalah positif.

Kata Kunci: Keberkesanan, Kokurikulum, Personaliti

1.0 PENGENALAN

Kokurikulum (sukan) merupakan salah satu aktiviti berfaedah yang banyak mendatangkan manfaat kepada pelajar. Kualiti dalam diri seseorang pelajar selain kecemerlangan dalam akademik dapat dipertingkatkan dengan keterlibatan pelajar tersebut dalam aktiviti kokurikulum (sukan). Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan) dapat mencerdaskan ciri-ciri individu yang merangkumi aspek fizikal, mental, sosial dan emosi. Pada masa kini, pelajar yang telah menamatkan pendidikan akan menghadapi kesukaran untuk mendapatkan peluang pekerjaan sekiranya mereka tidak mempunyai personaliti yang unggul seperti kemahiran tambahan (soft skills) yang boleh dimiliki dengan keterlibatan dirinya dalam aktiviti kokurikulum (sukan). Prestasi akademik pelajar sering diutamakan berbanding perkembangan personaliti mereka. Personaliti boleh dikatakan sebagai satu organisasi dinamik di dalam diri seseorang individu berlandaskan dengan keperibadian atau sahsiahnya yang akan menentukan penyesuaian diri ke atas keadaan sekeliling.

Pelbagai kemahiran yang boleh diterapkan didalam aktiviti kokurikulum, contohnya kemahiran membina personaliti seperti bekerja dalam kumpulan, penyelesaian masalah, membuat keputusan dan berkomunikasi (Esa, 2007). Psikologi sukan itu sendiri dikaitkan dengan pelbagai penyebab dan kesan penglibatan individu di dalam senaman, sukan, rekreasi, kecergasan, dan perkembangan kemahiran motor (psikomotor) secara langsung atau pun sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahawa institusi pendidikan seperti Kolej Komuniti Ledang bukan hanya menumpukan pada pembangunan kecemerlangan akademik pelajar semata-mata malah turut juga

membangunkan kemahiran dalam diri pelajar berfokuskan kegiatan kokurikulum (sukan) yang dijalankan dalam membina pelajar yang lebih berdaya saing di dalam lapangan sektor pekerjaan. Tanpa sedar, ini akan memudahkan pelbagai kemahiran tambahan dimiliki setiap graduan bagi menyesuaikan diri dan peranan ketika melangkah ke alam pekerjaan. Walau bagaiamanapun, terdapat anggapan di kalangan pelajar seperti aktiviti kokurikulum (sukan) adalah suatu aktiviti yang membuang masa dan tidak memberi suatu impak yang besar dalam proses perkembangan akademik dan menyebabkan kurangnya penglibatan pelajar secara tidak langsung, sedangkan kegiatan ini dapat membantu dalam pembangunan kemahiran - kemahiran yang penting dalam membantu pelajar berdaya saing di alam pekerjaan (Bahari, 2007).

Penyelidikan saintifik telah menunjukkan hubungan yang rapat antara penglibatan pelajar dalam kokurikulum (sukan) dengan prestasi pencapaian akademik mereka (Donnelly et al.,2016).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN / MASALAH KAJIAN

Pelbagai kajian telah dijalankan bagi menambahkan kebaikan dalam kehidupan. Begitu juga dengan kajian ini, ia bertitik tolak daripada hasrat Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) dalam melahirkan graduan holistik dan personaliti yang unggul. Aktiviti kokurikulum (sukan) di institusi pendidikan telah menjadi antara bahagian terpenting dalam komponen pendidikan di Malaysia pada ketika ini. Kolej komuniti turut tidak terkecuali dalam melahirkan graduan yang mempunyai tahap akademik yang cemerlang dan juga personaliti yang terbina. Personaliti pelajar merangkumi tahap kecergasan fizikal, tahap berkomunikasi, keyakinan diri yang tinggi, dan juga minda yang cerdas. Pelbagai aktiviti kokurikulum dan program di atur bagi mencapai tujuan tersebut. Selain itu, ia turut menerapkan subjek kokurikulum (sukan) – MPU 1421 di dalam pembelajaran sijil kemahiran yang ditawarkan di Kolej Komuniti. Namun yang menjadi persoalannya ialah tahap penglibatan pelajar dan persepsi pelajar terhadap aktiviti kokurikulum (sukan).

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Bagi memastikan kajian ini berjaya mencapai tujuannya, objektif kajian telah ditetapkan seperti berikut:

a) Mengukur tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan)
b) Mengenalpasti sama ada aktiviti kokurikulum (sukan) dapat membina personaliti pelajar.
c) Mengukur pandangan pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum (sukan) terhadap pembinaan personaliti pelajar.

Persoalan kajian telah ditentukan bagi memastikan objektif kajian tercapai dan seterusnya memastikan perjalanan kajian terancang dan teratur. Persoalan kajian adalah seperti berikut:

a) Sejauh manakah tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan).
b) Sejauh manakah aktiviti kokurikulum (sukan) berjaya membina personaliti pelajar.
c) Apakah pandangan pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum (sukan) terhadap pembinaan personaliti pelajar.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini telah dilakukan bagi mengetahui keberkesanan aktiviti kokurikulum (sukan) dalam membina personaliti pelajar Kolej Komuniti Ledang. Reka bentuk kajian adalah secara deskriptif iaitu suatu kajian yang bermatlamat untuk memberikan gambaran secara sistematik dan lengkap mengenai kenyataan dan ciri-ciri perkara yang dikaji secara fakta dan tepat. Penyelidik telah mengedar borang kaji selidik yang berfokus bagi menjawab objektif kajian kepada pelajar-pelajar semester akhir di Kolej Komuniti Ledang (Sesi Jun 2020).

Borang kaji selidik ini dipecahkan kepada dua bahagian utama iaitu, bahagian 1: Demografi Responden dan Bahagian 2: penilaian keberkesanan aktiviti kokurikulum (sukan). Bahagian 1

mengandungi 4 soalan dimana responden perlu menjawab kesemua soalan-soalan yang diberikan dengan hanya menandakan (/) pada jawapan yang dirasakan sesuai. Manakala Bahagian 2 mengandungi 30 soalan dimana responden perlu memilih pilihan jawapan di dalam skala likert. Penyelidik telah menyediakan set penilaian kaji selidik yang holistik agar hasil kajian releven bagi menjawab objektif kertas kajian ini.

Hasil analisa data direkodkan pada bahagian perbincangan. Kesemua hasil data yang dipungut di analisa menggunakan komputer melalui perisian Statistic Package For Social Sciences (SPSS) yang melibatkan pertimbangan nilai frekuensi, angka peratus, sisihan lazim dan nilai min yang berdasarkankan kepada skala likert seperti 5 mewakili sangat setuju, 4 - setuju, 3 - tidak pasti, 2 - tidak setuju dan 1 - sangat tidak setuju bagi memudahkan analisa kebanyakan kenyataan yang terlibat di dalam kajian ini. Satu kajian awal (rintis) telah dilaksanakan dengan mengambil kira sebanyak 10 orang responden yang dipilih secara rawak sebelum kajian sebenar dijalankan. Nilai 0.852 yang telah diperolehi melalui analisis Cronbach's Alpha secara jelas menunjukkan kebolehpercayaan yang boleh diterima bagi penggunaan kaji selidik ini. Nilai Cronbach's Alpha yang tinggi membawa maksud semua perkara yang digunakan bagi mengukur adalah sama bagi satu konstruk dengan satu dimensi (Gliem & Gliem, 2003).

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Bahagian ini menghuraikan analisis yang telah dilakukan ke atas semua data maklumat yang telah diperolehi. Hasil dapatan analisis data digambarkan melalui jadual dengan lebih jelas. Maklumat data yang dipungut daripada edaran borang kaji selidik dari responden di kumpulkan dan dikodkan seterusnya diproses dan dianalisis berdasarkan tujuan dan objektif kajian. Hasil kajian dibincangkan pada seksyen ini. Data Purata Skor Markah (Mean) diinterpretasi seperti dalam Jadual 1. Tiga kumpulan tahap refleksi dibentuk iaitu rendah (1.00-1.67), sederhana (1.68 – 3.33) dan tinggi (3.34 – 5.00) hasil daripada setuju dicampurkan dengan sangat setuju, tidak setuju dicampurkan dengan sangat tidak setuju, dan tidak pasti.

Jadual 1: Interpretasi Min

Julat Markah	Tahap Refleksi
1.00 – 1.67	Rendah
1.68 – 3.33	Sederhana
3.34 – 5.00	Tinggi

Merujuk Jadual 2, hasil dapatan kajian telah memaparkan bahawa responden kajian adalah terdiri daripada pelajar semester akhir dari pelbagai bidang seramai 85 orang pelajar daripada sejumlah populasi seramai 112 orang pelajar. Faktor-faktor yang di pertimbangkan dalam pemilihan pelajar yang menyebabkan pelajar semester akhir dipilih ialah mereka telah terlibat dengan pelbagai aktiviti kokurikulum (sukan) selama 3 semester semasa belajar di Kolej Komuniti Ledang dan juga telah turut mengambil subjek MPU 1421 – Kokurikulum (sukan). Kesemua pelajar yang telah menjadi responden untuk kajian ini adalah dipilih secara rawak. Jumlah pelajar lelaki yang terlibat adalah seramai 45 orang (53%), dan pelajar perempuan pula ialah seramai 40 orang (47%).

Jadual 2: Profil responden mengikut jantina

Jantina	Kekerapan	Peratus
Lelaki	45	53
Perempuan	40	47
Jumlah	85	100

Manakala, Jadual 3 pula menunjukkan kategori bangsa. Pecahan bangsa yang terlibat ialah Melayu, Cina dan India. Pelajar yang berbangsa melayu merupakan kumpulan bangsa yang teramai terlibat dalam kajian ini iaitu 75 orang atau 88.2% dari keseluruhan sampel. Diikuti pelajar berbangsa india dan pelajar berbangsa cina, masing-masing seramai 7 orang atau 8.2% dan 3 orang atau 3.6%.

Jadual 3: Profil responden mengikut bangsa

Bangsa	Kekerapan	Peratus
Melayu	75	88.2
Cina	3	3.6
India	7	8.2
Jumlah	85	100

Jadual 4 pula menunjukkan kategori program responden yang terlibat, pelajar jurusan pastri (SPT) merupakan kumpulan yang paling ramai iaitu 39 orang atau 45.9% dari keseluruhan sampel. Diikuti dengan pelajar jurusan servis kenderaan ringan (SKR) seramai 20 orang atau 23.5%, pelajar jurusan servis teknologi penyejukan dan penyamanan udara (SPU) seramai 14 orang atau 16.5% dan yang paling sedikit adalah pelajar jurusan pengoperasian perniagaan (SPP) iaitu seramai 12 orang (14.1%).

Jadual 4: Profil responden mengikut program

Bangsa	Kekerapan	Peratus
SPU	14	16.5
SKR	20	23.5
SPP	12	14.1
SPT	39	45.9
Jumlah	85	100

Jadual 5 pula menunjukkan taburan kekerapan bagi keputusan peperiksaan yang terkini. Majoriti responden iaitu seramai 79 orang pelajar (92.9%) mempunyai keputusan peperiksaan Himpunan Purata Nilaian Mata (HPNM) dalam lingkungan julat 3.00 – 4.00 dan dituruti dengan hanya 6 orang pelajar (7.1%) dari kumpulan keputusan peperiksaan HPNM 2.00 – 2.99. Bagi keputusan peperiksaan HPNM dalam kumpulan 0.00 – 1.99 didapati tiada responden yang telah mendapatnya.

Jadual 5: Keputusan peperiksaan (HPNM) responden

Keputusan	Kekerapan	Peratus
3.00 – 4.00	79	92.9
2.00 – 2.99	6	7.1
0.00 – 1.99	0	0
Jumlah	85	100

Analisis Bahagian 2 bagi borang kaji selidik adalah bagi merungkai kesemua objektif kajian. Objektif kajian 1 ialah mengukur tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan). Hasil data yang diperolehi dikaji dengan menggunakan nilai skor min. Merujuk jadual 6, kesemua pernyataan dalam kajian mencatatkan skor min di tahap yang agak tinggi. Ini menunjukkan kebanyakan pelajar Kolej Komuniti Ledang aktif terlibat dalam aktiviti kokurikulum (sukan). Ia turut menggambarkan responden berminat dengan aktiviti fizikal seperti bersukan.

Jadual 6: Data kajian bagi tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan)

Bil	Pernyataan	Skor min	Std deviation
1	Sukan di bawah subjek kokurikulum pernah disertai oleh saya	3.52	.764
2	Jawatan dalam sebarang program / aktiviti yang dianjurkan melalui subjek kokurikulum pernah saya sandang	3.65	1.015
3	Saya suka bergiat aktif dalam sukan yang dianjurkan	3.57	.792

Bagi objektif kajian 2 ialah bagi mengenalpasti sama ada aktiviti kokurikulum (sukan) dapat membina personaliti pelajar. Hasil dapatan kajian turut dikaji dengan menggunakan skor min. Merujuk jadual 7, semua item mencatatkan skor min yang diperolehi adalah pada tahap yang agak tinggi iaitu melebihi 3.33. Ini menggambarkan bahawa personaliti pelajar dapat dibentuk melalui penglibatan di dalam aktiviti kokurikulum (sukan). Petunjuk ini bersetuju bahawa responden banyak mendapat pengalaman berguna dalam membina personaliti mereka seperti disiplin, kayakinan diri, kepimpinan, pergaulan, kerja berkumpulan dan sebagainya.

Jadual 7: Dapatan kajian personaliti pelajar yang terbina

Bil	Pernyataan	Skor min	Std deviation
1	Sifat disiplin dalam diri sendiri dapat di asah melalui aktiviti sukan	3.45	.992
2	Keyakinan diri dalam diri saya dapat dibina melalui aktiviti sukan	3.61	.661
3	Sifat kepimpinan diri saya dapat diperbaiki melalui aktiviti sukan	3.55	.893
4	Saya mudah bercampur dengan rakan yang berlainan agama melalui aktiviti sukan	3.70	.991
5	Keyakinan diri dapat dibina apabila berkomunikasi dengan rakan melalui aktiviti sukan	3.42	.783
6	Saya suka membuat aktiviti dalam berpasukan	3.53	.661
7	Aktiviti sukan dapat membina sahsiah diri	3.60	.655
8	Penglibatan di dalam kokurikulum (sukan) melatih saya menghormati orang lain	3.54	1.093
9	Walaupun mempunyai pendapat berbeza dengan orang lain, saya mempunyai keyakinan untuk menyuarakannya.	3.38	1.062
10	Saya menjadi lebih berdikari sejak melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum (sukan)	3.44	1.281

Bagi objektif kajian 3 ialah mengukur pandangan pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum (sukan) terhadap pembinaan personaliti pelajar. Merujuk jadual 8, semua item mencatatkan skor min pada tahap yang agak tinggi. Ini menggambarkan bahawa pelajar mempunyai anggapan (persepsi) yang positif terhadap aktiviti kokurikulum (sukan). Pengetahuan responden mengenai kepentingan penglibatan diri dalam aktiviti kokurikulum (sukan) adalah baik. Responden menyedari bahawa dengan menyertai aktiviti kokurikulum (sukan) mereka mengurus masa dengan baik, badan cergas, tidak terlibat dengan aktiviti tidak sihat dan sebagainya.

Jadual 8: Dapatan kajian persepsi pelajar terhadap aktiviti kokurikulum (sukan)

Bil	Pernyataan	Skor min	Std deviation
1	Saya tahu kepentingan melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum (sukan)	3.35	.986
2	Pengurusan masa antara akademik dalam kelas dan aktiviti sukan dapat dilakukan dengan baik	3.56	.948
3	Selepas melakukan aktiviti sukan, saya berasa cergas dan rajin untuk mengulangkaji pelajaran dirumah	3.42	.921
4	Penumpuan perhatian terhadap pengajaran pensyarah di dalam kelas lebih tertumpu sejak bergiat aktif dalam sukan	3.40	.522
5	Saya menjadi lebih prihatin selepas saya terlibat dengan aktiviti kokurikulum (sukan)	3.66	.565
6	Bakat yang terpendam dalam diri saya dapat diketengahkan melalui aktiviti sukan	3.71	.594
7	Bagi menyelesaikan sesuatu masalah, aktiviti sukan membantu saya untuk berfikir di luar kotak.	3.45	.690
8	Aktiviti sukan menyebabkan saya dapat mengisi masa dengan sebaiknya dan tidak terjebak dalam kegiatan tidak sihat.	3.66	.719
9	Saya mempunyai kesedaran untuk menjadi manusia yang bermanfaat kepada masyarakat sejak terlibat dengan aktiviti kokurikulum (sukan)	3.81	.645
10	Saya menjadi lebih ingin tahu terhadap sesuatu perkara sejak terlibat dalam kokurikulum (sukan)	3.65	.565
11	Saya lebih menghargai pendapat orang lain sejak terlibat dalam aktiviti kokurikulum (sukan).	3.90	.593

Semua hasil dapatan kajian yang diperolehi menunjukkan bahawa tahap pembinaan personaliti dalam diri pelajar setelah mengikuti aktiviti kokurikulum (sukan) adalah tinggi.

Diharapkan dengan perbincangan hasil dapatan kajian ini, pihak pengurusan Kolej Komuniti Ledang dapat menjadikannya sandaran rujukan untuk membuat keputusan bagi mempertingkatkan aktiviti atau program sukan di kalangan staf dan pelajar, menyediakan dan menaik taraf kemudahan serta program yang mampu membina personaliti, meningkatkan keupayaan kognitif pelajar dan seterusnya melahirkan pelajar yang cemerlang secara menyeluruh.

6.0 KESIMPULAN

Kesimpulan daripada hasil kajian ini, didapati bahawa pelajar semester akhir Kolej Komuniti Ledang yang terdiri daripada pelbagai kursus, bangsa dan jantina memberi reaksi yang positif terhadap aktiviti kokurikulum (sukan) yang telah dijalani. Responden bersetuju bahawa keterlibatan mereka dalam aktiviti fizikal seperti kokurikulum (sukan) ini dapat membantu mereka merangsang keupayaan kognitif iaitu proses pemahaman pembelajaran serta pembinaan personaliti dan telah jelas dibuktikan berdasarkan hasil kajian yang telah dijalankan. Ini membuktikan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (sukan) mampu memberi hasil yang positif dalam membina personaliti yang unggul dan terpuji selain daripada membentuk gaya hidup yang sihat dalam diri pelajar. Ini termasuklah dari segi kepimpinan, komunikasi yang berkesan, keyakinan diri, pengurusan emosi, berdisiplin dan bekerja dalam kumpulan. Secara keseluruhannya, dapatlah disimpulkan daripada kajian ini bahawa personaliti pelajar dapat dibina secara berterusan melalui penglibatan aktif di dalam aktiviti kokurikulum (sukan) yang disertai oleh pelajar. Ini bagi melengkapkan diri pelajar dengan pelbagai kemahiran (soft skill) sebelum menempuh dunia pekerjaan yang mencabar dan berdaya saing. Pihak pengurusan Kolej Komuniti Ledang seharusnya memberi penekanan yang lebih terhadap aktiviti kokurikulum (sukan) sebaris dengan keperluan akademik.

RUJUKAN

Bahari, M. J. (2007). Faktor-Faktor Yang Menghalang Penglibatan pelajar Dalam Kegiatan Kokurikulum Sukan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Kebangsaan Daerah Seremban. Jabatan Pendidikan Jasmani dan Kesihatan. Maktab Perguruan Islam

Donnelly, J.E. Hillman, C.H., Castelli, D., Etnier, J.L.,Lee, S., Tomporowski, P., Szabo-Reed, A.N. (2016). Physical Activity, Fitness, Cognitive Function, and Academic Achievement in Children: A Systematic Review, *Medicine & Science in Sports & Excercise*, 48(6): 1197-1222.

Esa, A. (2007). Penerapan Kemahiran Generik Menerusi Kokurikulum Di Politeknik Bagi Memenuhi Keperluan Industri di Malaysia. KUiTTHO: Tesis KUiTTHO.

Gliem J.A. & Gliem R.A. (2003). Calculating, Interpreting and Reporting Cronbach's Alpha Reliability Coefficient for Likert-Type Scales. Midwest Research to Practice Conference in Adult, Continuing, and Community Education.

Hassan Adnan & Raja Roslan Raja Abd. Rahman. 2010. Keberkesanan Pelaksanaan Aktiviti Fizikal Terhadap Pembangunan Diri Pelajar: Satu Tinjauan, *Journal of Human Capital Development, Vol 3,* 119 – 132.

Kamus Dewan Edisi Keempat. 2007. Dewan Bahasa dan Pustaka. Kuala Lumpur.

Syed Lamsah Syed Chear, Mohd Imran Mohd & Sareena Hanim Hamzah. 2018. Kepentingan Aktiviti Fizikal Dalam Membina Personaliti Dan Meningkatkan Prestasi Akademik, *Jurnal Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani*, 21-33

Wardatul Aishah Musa, Nooraini Othman, Yuniza Abdul Latif, Siti Shariyah Shaari, Wan Nor Hana Wan Ismail & Siti Fadhillah Ismail. 2018. Kokurikulum Dan Sahsiah Pelajar: Peranan Dan Hubungan Antara Keduanya, *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 18-27.

Persepsi dan Faktor-Faktor Penglibatan Pelajar Politeknik METrO Betong Sarawak (PMBS) Dalam Aktiviti Sukan Dan Kokurikulum: Kajian Gabungan Kualitatif Dan Kuantitatif

Emiliana binti Barayan[1], Imelda Anak Richard Fuchau[2], Jessica Anak Jawa[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Betong Sarawak

ABSTRAK

Penglibatan pelajar dalam aktiviti bersukan amat penting bagi melahirkan insan yang holistik dan seimbang dari segi pencapaian akademik dan kokurikulum. Kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti persepsi dan faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan pelajar-pelajar Politeknik METrO Betong Sarawak (PMBS) dalam aktiviti sukan dan kokurikulum. Responden terlibat adalah 130 orang pelajar PMBS yang terdiri daripada 72 pelajar Diploma Perbankan dan Kewangan (DKB) dan 58 pelajar Diploma Pengurusan Pelancongan (DUP). Objektif kajian ini adalah untuk mengenalpasti persepsi pelajar PMBS terhadap penglibatan dalam aktiviti sukan dan kokurikulum, mengkaji tahap penglibatan pelajar PMBS terhadap aktiviti sukan dan kokurikulum serta mengenalpasti apakah faktor-faktor intrapersonal dan interpersonal yang mempengaruhi penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum. Kaedah kajian yang digunakan adalah kualitatif dan kuantitatif. Hasil temubual bersama pelajar ditranskripkan semula dan dijadikan sebagai sumber primer dalam menentukan tema-tema faktor utama dalam kajian (kualitatif). Instrumen kajian yang kedua bagi kajian ini adalah berbentuk satu set soal selidik yang diberikan kepada 130 responden (pelajar pmbs) melalui kaedah digital (google form) bagi mendapatkan data secara efisyen (kuantitatif). Dapatan kajian mendapati 39% penglibatan pelajar dalam sukan dan kokurikulum didorong oleh minat dan kepuasan dalam bersukan, 13% didorong oleh sukan mampu meningkatkan keyakinan diri, 11% sukan sebagai penghilang stres, 9% bersukan sekadar mengisi masa lapang dan atas galakkan orang terdekat, 8% bersukan mampu menambah ramai kawan, 6% bersukan atas ajakan untuk memenuhi ahli pasukan dan 5% didorong oleh jurulatih yang mahir. Selain itu, pelajar PMBS mempunyai persepsi bahawa aktiviti sukan mampu meningkatkan kecerdasan mental dan fizikal. Cadangan dan penemuan kajian turut dibincangkan secara lanjut dalam kertas kajian ini.

Kata Kunci: Sukan, faktor penglibatan, pelajar politeknik METrO betong Sarawak

1.0 PENGENALAN

Penglibatan pelajar institusi pengajian tinggi (IPT) dalam aktiviti Sukan dan Kokurikulum merupakan elemen penting dalam melahirkan insan yang seimbang dari segi pencapaian akademik dan kokurikulum sejajar dengan falsafah pendidikan negara yang menggariskan kemantapan jasmani, emosi dan rohani serta intelektual pelajar. Kajian Mohamad Sari, N. dan Esa (2017), mendapati bahawa terdapat kesan positif antara penglibatan pelajar secara aktif dalam kokurikulum dengan pencapaian akademik pelajar. Disamping itu, gaya hidup yang aktif juga menyumbang kepada kehidupan yang sihat.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Berdasarkan pencapaian akdemik pelajar PMBS terkini, pengkaji mendapati rata-rata pelajar PMBS mempunyai pencapaian akademik yang cemerlang dimana seramai 152 orang pelajar (75%) berjaya mendapat Anugerah Ketua Jabatan (AKJ) pada sesi Disember 2019. Situasi ini telah

membibitkan perasan ingin tahu dalam kalangan para pengkaji adakah pencapaian akademik pelajar PMBS yang cemerlang seiring dengan penglibatan pelajar dalam sukan dan kokurikulum. Justeru itu, para pengkaji ingin mengkaji dan mengetahui apakah persepsi pelajar PMBS terhadap penglibatan mereka dalam sukan dan kokurikulum dan adakah pelajar PMBS mempunyai kesedaran tentang kepentingan penglibatan diri dalam sukan. Jika ada, apakah faktor-faktor yang mendorong pelajar PMBS untuk terlibat dalam aktiviti sukan dan kokurikulum.

Gaya hidup yang tidak seimbang berlaku apabila pelajar hanya memberi tumpuan terhadap pencapaian akademik dan tidak mengambil kira aspek lain seperti emosi, rohani dan jasmani. Maka, amat penting bagi pelajar institusi pengajian tinggi untuk terlibat secara aktif dalam aktiviti sukan dan kokurikulum pada masa yang sama dapat mencapai keputusan akademik yang cemerlang. Ini dapat dikukuhkan lagi dengan kajian Conner (2019) yang menyatakan bahawa aktiviti fizikal dapat memberi manfaat dengan meningkatkan tahap fokus pelajar.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kertas kajian ini dijalankan bagi memenuhi objektif-objektif berikut:

i. Mengenalpasti persepsi pelajar PMBS terhadap aktiviti sukan dan kokurikulum.
ii. Mengkaji tahap penglibatan pelajar PMBS terhadap aktiviti sukan dan kokurikulum.
iii. Mengenalpasti faktor-faktor intrapersonal dan interpersonal yang mempengaruhi penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

a. Persampelan kajian pertama (Kualitatif)

Bagi menentukan tema utama yang menjadi faktor penglibatan pelajar Politeknik METrO Betong Sarawak dalam aktiviti sukan dan kokurikulum, seramai sepuluh pelajar telah ditemubual yang terdiri daripada lima pelajar lelaki dan lima pelajar perempuan yang terlibat secara aktif dalam sukan dan pernah mewakili institusi. Lima pelajar lelaki yang dipilih pernah mewakili institusi dalam pertandingan futsal manakala lima pelajar perempuan yang dipilih pernah mewakili pertandingan bola jaring dan bola tampar. Lingkungan umur pelajar yang diambil adalah dalam 18 – 23 tahun (min=20.5; SD=1.87). Kelima-lima pelajar lelaki (responden) merupakan atlet futsal manakala tiga pelajar perempuan (responden) adalah atlet bola jaring dan dua pelajar perempuan adalah atlet sukan bola tampar.

b. Alat kajian pertama (Kualitatif)

Kajian ini menggunakan kaedah persampelan mudah dimana sampel kajian adalah seramai sepuluh pelajar daripada institusi Politeknik METrO Betong Sarawak yang bergiat aktif dalam sukan dan pernah mewakili institusi. Data mengenai penglibatan pelajar tersebut diambil daripada Unit Sukan dan Kokurikulum. Suatu sesi temu bual bersama dengan pelajar (responden) menggunakan aplikasi *microsoft teams* telah dibuat bertujuan mengumpul maklumat bagi faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan pelajar PMBS dalam aktiviti sukan dan kokurikulum. Responden telah bersetuju untuk ditemu bual. Rakaman temu bual ditranskripkan semula untuk membina tema-tema utama (faktor) bagi kajian ini.

c. Persampelan kajian kedua (Kuantitatif)

Bagi persampelan kuantitatif, penentuan ukuran sampel ditentukan dengan menggunakan Tabel Krejcie Dan Morgan (1970). Sampel kajian adalah sebanyak (S=130) diambil daripada jumlah populasi semasa pelajar PMBS (N=203) yang terdiri daripada pelajar Diploma Kewangan dan Perbankan (DKB) dan pelajar Diploma Pengurusan Pelancongan (DUP). Lingkungan umur pelajar (responden) yang telah menjawab borang kaji selidik adalah dalam 18 – 28 tahun (min=23; SD=3.32) terdiri daripada pelajar semester 1 hingga 6.

d. Alat kajian kedua (Kuantitatif)

Suatu borang kaji selidik telah dirangka berdasarkan dua tema utama yang telah dipilih hasil daripada temubual yang telah dijalankan. Setiap tema utama mempunyai beberapa sub-tema yang digunakan untuk membentuk set soalan di dalam borang kaji selidik yang merupakan instrumen kedua bagi kajian ini. Kaedah persampelan adalah secara rawak. Borang kaji selidik telah diedarkan melalui aplikasi 'google form' kepada 130 responden iaitu pelajar PMBS seperti yang dinyatakan di dalam persampelan kajian kedua (Kuantitatif).

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Demografi data daripada objek penelitian adalah seperti Jadual 1 dibawah, jadual ini merangkumi jantina, umur, kursus dan semester pelajar PMBS. Seramai 28 orang pelajar (29.2%) merupakan responden lelaki manakala 92 orang pelajar (70.8%) merupakan responden perempuan. Terdapat 85 orang pelajar (65.4%) merupakan responden dalam linkungan umur 18 - 20 tahun. Manakala seramai 40 orang pelajar (30.8%) adalah dalam linkungan umur 21 – 23 tahun. Seramai 5 orang pelajar (3.8%) merupakan pelajar dalam lingkungan umur 24 – 28 tahun. Terdapat 72 orang pelajar (55.4%) merupakan pelajar Diploma Perbankan dan Kewangan (DKB) manakala seramai 58 orang pelajar (44.6%) merupakan pelajar Diploma Pengurusan Pelancongan (DUP). Daripada keseluruhan responden, seramai 35 orang pelajar (26.9%) merupakan pelajar semester 3, 28 orang pelajar (21.5%) merupakan pelajar semester 1. Bagi pelajar semester 2 dan 6 pula, masing-masing terdiri daripada 19 orang orang pelajar (14.6%). Seramai 18 orang pelajar (13.8%) merupakan pelajar semester 5. Pelajar semester 4 merupakan jumlah responden paling sedikit seramai 11 orang pelajar (8.5%).

Jadual 1: Data Demografi Responden

Demografi Responden		**Jumlah Data Mentah**	**Peratusan (%)**
Jantina	Lelaki	28	29.2%
	Perempuan	92	70.8%
Lingkungan umur	18 – 20 tahun	85	65.4%
	21 – 23 tahun	40	30.8%
	24 – 28 tahun	5	3.8%
Kursus	Diploma Perbankan dan Kewangan (DKB)	72	55.4%
	Diploma Pengurusan Pelancongan (DUP)	58	44.6%
Semester	1	28	21.5%
	2	19	14.6%
	3	35	26.9%
	4	11	8.5%
	5	18	13.8%
	6	19	14.6%

Jadual 2 (a) di bawah menunjukkan persepsi pelajar PMBS terhadap penglibatan mereka dalam aktiviti sukan dan kokurikulum. Berdasarkan jadual tersebut, sebanyak 50 responden (38.5%) bersetuju bahawa mereka merupakan individu yang aktif bersukan. Diikuti 42 responden (32.3%) sangat setuju dengan pernyataan tersebut, 22 responden (16.9%) kurang setuju, 13 responden (10%) tidak setuju dan 3 responden (2.3%) sangat tidak bersetuju dengan pernyataan tersebut.

Bagi item kedua pula, sebanyak 79 responden (60.7%) sangat setuju bahawa aktiviti sukan mampu meningkatkan kecerdasan mental dan fizikal mereka sebagai seorang pelajar. Diikuti 38 responden (29.2%) setuju, 11 responden (8.5%) kurang setuju dan 2 responden (1.6%) tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Bagi item ketiga, sebanyak 58 responden (44.6%) bersetuju bahawa meluangkan masa untuk bersukan dan terlibat dengan kegiatan kokurikulum tidak sama sekali menganggu pencapaian akademik mereka sebagai seorang pelajar. Diikuti 42 responden (32.3%) sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Hanya 1 responden (0.8%) sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Analisis ini menunjukkan bahawa pelajar PMBS tidak melihat aktiviti sukan dan kokurikulum sebagai cabaran bagi mereka mengekalkan pencapaian akademik yang cemerlang.

Bagi item keempat, sebanyak 48 responden (36.9%) kurang setuju dengan pernyataan bahawa pelajaran lebih penting daripada sukan & kokurikulum, diikuti dengan 32 responden (24.6%) tidak setuju, 25 responden (19.2%) sangat tidak setuju manakala 24 responden (18.5%) setuju dan 1 responden (0.8%) sangat setuju dengan pernyataan tersebut.

Berdasarkan pernyataan dalam item kelima iaitu 'saya beranggapan bahawa sukan dan kokurikulum lebih penting daripada pelajaran' sebanyak 59 responden (45.4%) tidak setuju, diikuti 51 responden (39.2%) kurang setuju dan 19 responden (14.6%) sangat tidak setuju, manakala 1 responden (0.8%) setuju dengan pernyataan tersebut.

Bagi pernyataan di dalam item keenam iaitu, 'saya beranggapan bahawa pelajaran dan sukan dan kokurikulum haruslah seimbang' 63 responden (48.5%) setuju dengan penyataan tersebut, diikuti dengan 59 responden (45.4%) sangat setuju manakala 5 responden (3.8%) kurang setuju dan 3 responden (2.3%) tidak setuju dengan pernyataan tersebut.

Jadual 2 (a): Persepsi Pelajar PMBS Terhadap Aktiviti Sukan dan Kokurikulum

Bil	Pernyataan	STS	TS	KS	S	SS
1.	Adakah anda seorang yang aktif bersukan	2.3% (3)	10% (13)	16.9% (22)	38.5% (50)	32.3% (42)
2.	Saya berpandangan bahawa aktiviti sukan mampu meningkatkan kecerdasan mental dan fizikal	0% (0)	1.6% (2)	8.5% (11)	29.2% (38)	60.7% (79)
3.	Saya berpendapat meluangkan masa untuk bersukan dan terlibat dengan kegiatan kokurikulum tidak sama sekali menganggu pencapaian akademik	0. 8% (1)	3.8% (5)	18.5% (24)	44.6% (58)	32.3% (42)
4.	Saya beranggapan bahawa pelajaran lebih penting daripada sukan & kokurikulum	19.2% (25)	24.6% (32)	36.9% (48)	18.5% (24)	0.8% (1)
5.	Saya beranggapan bahawa sukan dan kokurikulum lebih penting daripada pelajaran	14.6% (19)	45.4% (59)	39.2% (51)	0.8% (1)	0% (0)
6.	Saya beranggapan bahawa pelajaran dan sukan dan kokurikulum haruslah seimbang	0% (0)	2.3% (3)	3.8% (5)	48.5% (63)	45.4% (59)

Skor Skala:
STS= Sangat Tidak Setuju, TS= Tidak Setuju, KS= Kurang Setuju, S= Setuju, SS= Sangat Setuju

Jadual 2 (b) menunjukkan jumlah kekerapan pelajar PMBS bersukan dalam seminggu. Sebanyak 67 responden 51.5% terlibat dengan aktiviti sukan 3 – 5 kali seminggu, diikuti dengan 44 responden (33.8%) bersukan 1 – 2 kali seminggu dan 12 responden (9.2%) bersukan sekerap 6 -7 kali seminggu. Hasil dapatan juga mendapati sebanyak 7 responden (5.4%) langsung tidak melibatkan diri dengan aktiviti sukan.

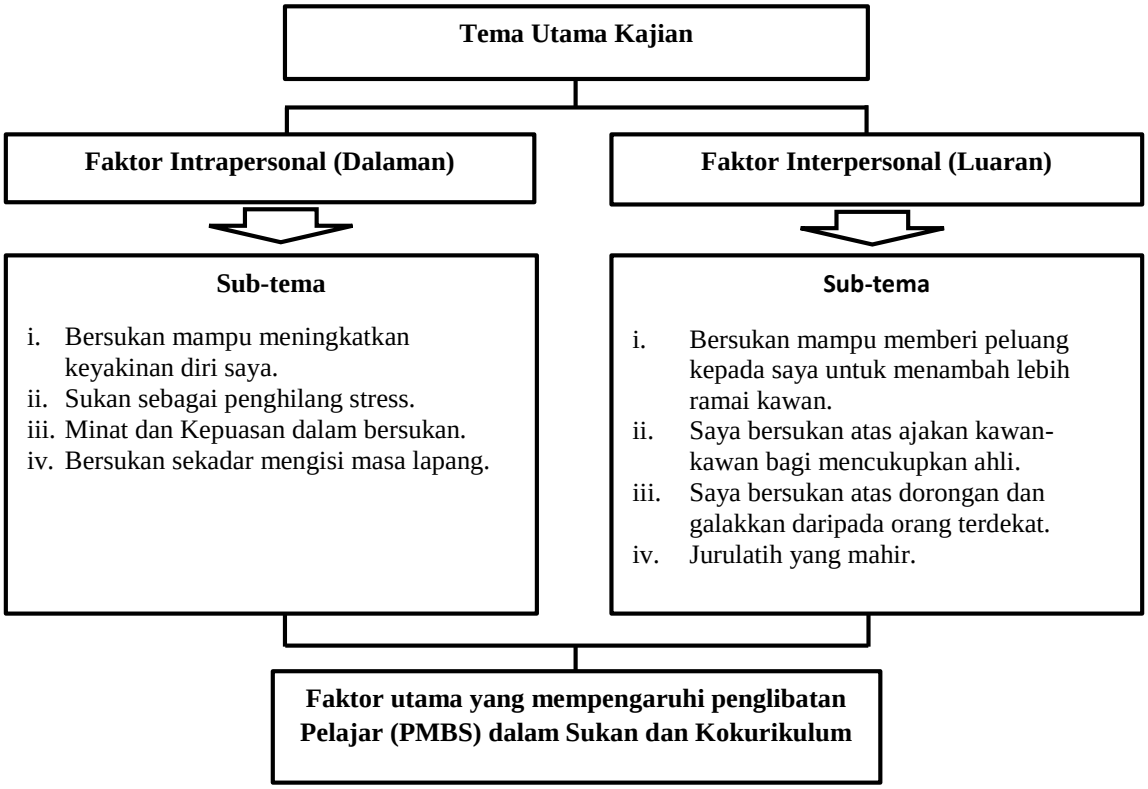
Jadual 2 (b): Kekerapan Pelajar PMBS Terhadap Aktiviti Sukan dan Kokurikulum

Pernyataan	Frekuansi	Peratusan
Kekerapan bersukan dalam seminggu		
0	7	5.4%
1 – 2 kali seminggu	44	33.8%
3 – 5 kali seminggu	67	51.5%
6 – 7 kali seminggu	12	9.2%

Rajah 1 di bawah menunjukkan tema utama kajian yang merangkumi faktor intrapersonal dan faktor interpersonal yang mempengaruhi penglibatan pelajar dalam aktiviti sukan dan kokurikulum. Data yang didapati daripada responden ialah melalui kaedah temu bual dirakam dan ditranskrip semula. Hasil dapatan temu bual memperolehi 23 tema data mentah berkaitan dengan motif yang

mendorong penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum. Daripada 23 tema data mentah ini pula, ia dikategorikan lagi 2 tema utama iaitu faktor intrapersonal (faktor dalaman) yang melibatkan keadaan psikologi pelajar dan faktor interpersonal (faktor luaran) yang mendorong penglibatkan pelajar dalam menyertai aktiviti sukan dan kokurikulum di institusi.

Rajah 1: Tema Utama Kajian



Jadual 3 di bawah menunjukkan taburan penglibatan pelajar dalam sukan dan kokurikulum bagi faktor intrapersonal dan interpersonal. Hasil dapatan borang kaji selidik yang telah dijawab oleh 130 responden (pelajar PMBS) menunjukkan seramai 94 responden (72%) menyatakan bahawa penglibatan mereka dalam sukan dan kokurikulum didorong oleh faktor dalaman iaitu faktor intrapersonal. Manakala, 36 responden lagi (28%) mengakui bahawa penglibatan mereka didorong oleh faktor luaran iaitu faktor interpersonal.

Jadual 3: Taburan Penglibatan Pelajar Dalam Sukan dan Kokurikulum Bagi Faktor Intrapersonal dan Interpersonal

Item	Pernyataan	Jumlah Data Mentah	Peratusan (%)
1	Faktor Intrapersonal	94	72%
2	Faktor Interpersonal	36	28%
	Total	**130**	**100%**

Jadual 4 menunjukkan taburan penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum bagi faktor intrapersonal yang menyumbang kepada penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum. Bagi item pertama, 51 responden (39%) terlibat dalam sukan disebabkan minat dan kepuasan dalam melakukan aktiviti sukan. Minat untuk bersukan dalam kalangan pelajar tercetus disebabkan sikap dan pendirian pelajar untuk sentiasa mengekalkan bakat dan kemahiran yang sedia ada, manakala kepuasan dalam bersukan tercetus kerana pelajar ingin mencabar diri mereka mempelajari kemahiran baru dan lebih mahir dalam sukan yang mereka ceburi. Ini disokong oleh

(Sheehan, Herring & Campbell, 2018), dimana beliau menyatakan motivasi dalaman yang memicu penglibatan bersukan adalah keinginan mencuba sesuatu baru yang lebih mencabar minda dan fizikal individu.

Walau bagaimanapun, 17 responden (13%) terlibat dalam sukan kerana mereka beranggapan bersukan mampu meningkatkan keyakinan diri individu. Dapatan kajian ini disokong oleh (Collins, Cromartie, Butler & Bae, 2020) menyatakan penglibatan sukan pada usia remaja mampu meningkatkan kesejahteraan fizikal dan psikologi individu ketika mereka memasuki fasa dewasa.

Seterusnya, seramai 14 responden (11%) melibatkan diri dengan sukan untuk menghilangkan stres. Berdasarkan sesi temubual yang dijalankan, responden ada menyatakan disebabkan kehidupan sebagai pelajar agak terhad dimana rutin harian mereka hanya berlegar dalam kawasan kampus, melibatkan diri dengan aktiviti sukan selepas tamat sesi kuliah menjadi salah satu medium bagi mereka menghilangkan stress. Ini disokong dengan kajian yang telah dilakukan oleh David & Tenenbaum (2017) yang menyatakan seseorang mampu melepaskan tekanan dan kekecewaan melalui aktiviti yang dilakukan secara fizikal.

Dapatan kajian juga mendapati faktor penglibatan 12 responden (9%) bersukan adalah untuk mengisi masa lapang. Bersukan sekadar mengisi masa lapang merupakan sebuah riadah yang bermanfaat kepada pelajar. Dengan melibatkan diri dengan aktiviti rekreasi seperti bersukan, mampu membendung pelajar daripada terlibat dengan perkara-perkara yang mampu merosakkan mereka seperti jenayah, lumba haram, dadah dan lain-lain. Menurut Brosnan (2017), aktiviti rekreasi yang mempunyai permintaan tinggi dalam kalangan belia adalah sukan. Sukan rekreasi digunakan sebagai kaedah pencegahan jenayah. Kajian menunjukkan bahawa kadar jenayah menurun di kawasan dimana sukan rekreasi diterapkan. Bagi faktor bersukan atas dorongan dan galakkan daripada orang terdekat pula, (Ahmed, Ho, Al-Haramlah & Santos, 2020) dalam penyelidikannya menyatakan faktor dorongan dan sokongan kuat daripada ibu bapa, pendidik dan sahabat merupakan faktor penting yang menggalakkan penglibatan mereka dalam bersukan.

Jadual 4: Taburan Penglibatan Pelajar PMBS Dalam Sukan dan Kokurikulum Bagi Faktor Intrapersonal

Item	Pernyataan	Jumlah Data Mentah	Peratusan (%)
1	Minat dan kepuasan dalam bersukan	51	39%
2	Bersukan mampu meningkatkan keyakinan diri saya	17	13%
3	Sukan sebagai penghilang stres	14	11%
4	Bersukan sekadar mengisi masa lapang	12	9%
	Total	**94**	**72%**

Jadual 5 menunjukkan taburan penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum bagi faktor interpersonal yang menyumbang kepada penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum. Bagi item pertama, 12 responden mewakili (9%) bersukan atas dorongan dan galakkan daripada orang terdekat. Menurut (Lassalle, Recours & Griffet, 2018), faktor luaran seperti anggota keluarga bukan sahaja mampu mendorong individu untuk bersukan malah berupaya mempengaruhi tahap kepakakaran individu dalam bersukan.

Bagi item kedua pula, 10 responden (8%) melibatkan diri dalam aktiviti sukan kerana mereka beranggapan bahawa bersukan mampu memberi peluang untuk menambah lebih ramai kawan. Dalam mengadaptasikan diri ke dalam kehidupan kampus dimana pelajar berada jauh daripada keluarga, membina rangkaian atau *'networking'* amat penting sebagai salah satu *survival* bagi pelajar di kampus dan bagi kepentingan mereka selepas tamat pengajian. (Howie, Daniels & Guagliano, 2018) dalam kajiannya menyatakan bahawa pengaruh sosial merupakan faktor penting dalam memaksimumkan kualiti pengalaman dan memastikan penglibatan sukan dalam kalangan belia.

Selain itu, dapatan kajian juga mendapati 8 responden (6%) terlibat dengan sukan atas ajakan kawan bagi mencukupkan ahli pasukan. Dapatan ini menunjukkan bahawa pelajar PMBS mempunyai semangat berpasukan dan saling memberi sokongan antara satu sama lain. Berdasarkan kajian (Wei, Thalaha, Silim & Ahmad, 2018) mereka mendapati kemahiran kerja berpasukan merupakan kemahiran yang penting dan boleh dipupuk melalui penglibatan pelajar dalam bersukan.

Bagi item keempat, 6 responden (5%) bersukan disebabkan jurulatih yang mahir. Apa yang dapat dinilai berdasarkan peratusan tersebut faktor jurulatih mempengaruhi penglibatan pelajar PMBS dalam bersukan adalah rendah. Ini mungkin disebabkan kekurangan jurulatih yang mempunyai kemahiran sukan tertentu di PMBS. Walau bagaimanapun, sebuah kajian oleh Nazarudin, Chong, Noordin, Abdullah & Yusof (2017) menyatakan seseorang jurulatih memainkan peranan penting dalam melahirkan seorang atlit dan pembangunan bakat atlit adalah bergantung kepada kualiti seseorang jurulatih.

Jadual 5: Taburan Penglibatan Pelajar PMBS Dalam Sukan dan Kokurikulum Bagi Faktor Interpersonal

Item	Pernyataan	Jumlah Data Mentah	Peratusan (%)
1	Bersukan atas dorongan dan galakkan daripada orang terdekat	12	9%
2	Bersukan mampu memberi peluang menambah lebih ramai kawan	10	8%
3	Bersukan atas ajakan kawan bagi mencukupkan ahli pasukan	8	6%
4	Jurulatih yang mahir	6	5%
	Total	**36**	**28%**

6.0 KESIMPULAN

Dapatan kajian mendapati tahap penglibatan pelajar PMBS dalam sukan dan kokurikulum sangat tinggi dimana seramai 123 orang pelajar didapati ada melakukan aktiviti fizikal dalam tempoh seminggu dan hanya 7 orang sahaja pelajar yang tidak bersukan dalam tempoh tersebut.

Hasil daripada dapatan kajian dan perbincangan juga menunjukkan faktor yang mendorong pelajar PMBS untuk terlibat dalam sukan dan kokurikulum didominasi oleh faktor intrapersonal. Faktor intrapersonal tersebut adalah minat dan kepuasan dalam bersukan, diikuti bersukan mampu meningkatkan keyakinan diri pelajar, dan sukan sebagai penghilang stres. Ini merupakan suatu hal yang amat baik kerana para pelajar tidak perlu dipaksa atau bergantung kepada dorongan luar untuk mereka bergiat secara aktif.

Selain itu, dapatan kajian juga mendapati pelajar PMBS mempunyai persepsi bahawa aktiviti sukan mampu meningkatkan kecerdasan mental dan fizikal, pelajaran dan sukan dan kokurikulum haruslah seimbang, dan berpendapat meluangkan masa untuk bersukan dan terlibat dengan kegiatan kokurikulum tidak sama sekali menganggu pencapaian akademik.

Sehubungan dengan itu, pengkaji-pengkaji percaya dengan adanya inisitif-inisiatif lain yang dilakukan oleh pihak institusi seperti menyediakan infrastrustur yang sesuai bagi para pelajar melakukan aktiviti kokurikulum bagi memastikan keselamatan dan pengurangan risiko kemalangan berlaku serta menyediakan peralatan yang mencukupi buat para pelajar dapat meningkatkan lagi motivasi dalaman yang sudah sedia ada serta tahap penglibatan pelajar PMBS terhadap aktiviti sukan dan kokurikulum.

PENGHARGAAN

Pertama sekali, pengkaji ingin mengucapkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada semua Jawatankuasa Nasco Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) dengan kerjasama Majlis

Sukan Politeknik (MSP) kerana telah menganjurkan Konferens Sukan & Kokurikulum peringkat Kebangsaan dan menyediakan platform ini bagi kami untuk membentangkan kertas kajian. Tidak lupa juga kepada para pelajar Politeknik METrO Betong Sarawak (PMBS) di atas kerjasama pelajar yang sudi menjadi sumber primer bagi mendapatkan data bagi kajian ini.

RUJUKAN

Ahmed, D., Ho, W., Al-Haramlah, A., & Santos, L. (2020). Motivation to participate in physical activity and sports: Age transition and gender differences among India's adolescents.

Brosnan, S. (2017). The impact of sports participation on crime in England between 2012 and 2015. Sport in Society 23(1):1-12.

Collins, N. M., Cromartie, F., Butler, S., & Bae, J. (2020). Effects of Early Sport Participation on Self-esteem and Happiness. *The Sport Journal*, 21. https://thesportjournal.org/article/effects-of-early-sport-participation-on-self-esteem-and-happiness/

Conner, J. (2019). The Impact of Increased Physical Activity on Academic Achievement. Kinesiology, Sport Studies, and Physical Education Synthesis Projects.

David, H., Tenenbaum, G. (2017). The Effectiveness of Exercise Interventions on Coping with Stress: Research Synthesis.

Howie, E. K., Daniels, B. T. & Guagliano, J. (2018). Promoting Physical Activity Through Youth Sports Programs: It's Social. *American Journal of Lifestyle Medicine*. 14(2):155982761875484. DOI: 10.1177/1559827618754842.

Krejcie, R.V. and Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. In Hill, R. (1998). "What Sample Size is 'Enough' in Internet Survey Research" Interpersonal Computing and Technology: An electronic Journal for the 21st Century.

Lassalle, G., Recours, R. & Griffet, J. (2018). Role of Family Members in Sport Motivation, Involvement and Expertise of Track and Field Athletes in France. *Journal of Comparative Family Studies*, 49(3), 333-354.

Mohamad Sari, N. and Esa. (2017). Factors Affecting Students Participation in Extra-curricular. Elixir International Journal, Elixir Psychology, 46960-46962.

Nazarudin, M. N., Chong, S. L., Noordin, Z., Abdullah, M. F., & Yusof, M. K. (2017). Hubungan Antara Tingkah Laku Jurulatih Sukan Dengan Kepuasan Dan Motivasi Atlit Sekolah Sukan di Sabah. International Journal of Education, Psychology and Counseling, 2(5): 279-297.

Sheehan, R. B., Herring, M., & Campbell, M. J. (2018). Associations Between Motivation and Mental Health in Sport: A Test of the Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation.

Wan Rezawana Wan Daud, Tajul Arifin Muhamad & Melor Md Yunus. (2020). Hubungan dan Pengaruh Personaliti Big Five kepada Sikap Terhadap Sukan dalam Kalangan Pelajar Pintar Cerdas Akademik. Jurnal Pendidikan Malaysia, 45(01), 41–51. https://doi.org/10.17576/jpen-2020-45.01-05.

Wei, B. Q., Thalaha, A., Silim, A. Z., & Ahmad, A. L. (2018). Penerapan Kemahiran Insaniah Menerusi Sukan Petanque Dalam Kalangan Pemain di Ipta dan Ipts. Jurnal Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani, 12-2.

Tahap Tekanan, Kerisauan Dan Kemurungan Dengan Tahap Penglibatan Kokurikulum Di Kalangan Pelajar

Nur Farrah Azwa Jasni[1], Siti Salwa Badiozaman@Mohd Idris[2], Siti Mariam Samat[3]

[1,2,3]Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

ABSTRAK

Kesihatan mental di kalangan generasi muda merupakan satu hal atau yang tidak boleh diambil ,dan remeh. Masalah kesihatan mental ini perlu ditangani dengan bijak dan dengan segera. Perkembangan pesat teknologi dan situasi pandemik Covid-19 menuntut generasi muda muda mempunyai ketahanan mental yang kuat bagi menghadapi cabaran-cabaran tersebut dan berupaya terus memacu kemajuan negara. Masalah kesihatan mental ini dihadapi oleh semua golongan tidak kira peringkat mahupun usia termasuklah pelajar institusi pengajian tinggi yang juga tidak lari daripada menghadapi masalah mental ini. Masalah-masalah mental yang biasa dihadapi ialah tekanan, kerisauan atau kebimbangan yang melampau dan kemurungan. Di antara perkara yang boleh membantu pelajar menangani masalah tersebut ialah memalui penyertaan dalam aktiviti luar, aktiviti fizikal dan kokurikulum. Beberapa kajian lepas ada menunjukkan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti berbentuk kokurikulum dapat membantu perkembangan emosi yang positif di di kalangan pelajar. Kajian ini ingin melihat tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan di kalangan pelajar politeknik dan hubungannya dengan tahap penglibatan pelajar dalam kegiatan kokurikulum. Hasil dapatan menunjukkan tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan pelajar adalah tinggi di tahap normal, ringan dan sederhana. Ini menunjukkan tahap kesihatan mental pelajar adalah berada dalam keadaan baik dan terkawal. Tiada perbezaan ketara di antara pelajar yang aktif dan tidak aktif pada tahap tersebut. Dapatan kajian menunjukkan juga menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang signifikan di antara tahap tekanan, kerisauaan dan kemurungan.Manakala terdapat hubungan negatif di antara penglibatan pelajar dalam kokurikulum dengan tahap tekanan dan terdapat hubungan positif di antara tahap kerisauan dengan penglibatan pelajar dalam kokurikulum serta juga hubungan positif di antara tahap kemurungan dengan penglibatan pelajar dalam kokurikulum.

Kata Kunci: Kesihatan Mental, Kokurikulum, Tekanan, Kerisauan, Kemurungan

1.0 PENGENALAN

Isu masalah mental sudah tidak asing lagi diperkatakan dewasa ini Kesihatan mental merupakan di antara ramuan penting dalam melahirkan modal insan berprestasi tinggI yang akan menyumbang pada pembangunan negara. Masalah kesihatan mental di kalangan generasi muda pada hari ini bukanlah satu perkara yang boleh dianggap remeh kerana generasi muda inilah yang akan mencorakkan negara pada masa hadapan. Langkah-langkah sewajarnya dan bersesuaian dengan situasi semasa perlu diambil bagi membantu menangani masalah ini. Menurut kajian yang dilakukan oleh Zaidi, N.F. & Lee,M. F. (2020) dan Danek & Lawrence (1981) menyatakan bahawa kesihatan mental merujuk kepada suatu tahap fungsi individu sama ada ia berasa selesa atau tidak dengan diri sendiri dan dengan cara hidup mereka. Mental yang sihat akan membantu individu mencapai kemampuan maksima diri mereka. Menurut kenyataan akhbar oleh Menteri Kesihatan pada (2016) menyatakan bahawa seramai 450 juta individu di seluruh dunia mengalami gangguan mental di mana ianya menyumbang kepada 13% daripada beban penyakit global. Laporan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia atau WHO pula menganggarkan 1 dalam 4 orang mengalami gangguan mental pada satu-satu ketika dalam kehidupan mereka. Laporan Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (The National Health and Morbidity Survey) pada tahun

1996, 2006 dan tahun 2011 telah mendapati bahawa rakyat di Malaysia juga tidak terkecuali berhadapan dengan masalah kesihatan mental yang dilihat semakin meningkat. Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2019 pula menyatakan bahawa sebanyak 1/2 rakyat di negara ini didapati mengalami simptom tekanan atau depresi. Kajian Kesihatan Mental Kebangsaan (2017) oleh Institute for Public Health pulan menunjukkan satu daripada lima anak muda mengalami kemurungan dan satu daripada 10 remaja berhadapan masalah tekanan perasaan.

Masalah kesihatan mental boleh dihidapi oleh sesiapa sahaja tidak kira jantina, peringkat usia, bangsa atau taraf hidup. Pelajar di institusi pengajian tinggi juga terjebak dalam masalah kesihatan mental ini akibat tekanan akademik, social dan persekitaran. Menurut kajian yang dilakukan oleh Shamzaeffa Samsudin & Kevin Tan Chee Hong (2016) mendapati masalah kemurungan, kebimbangan dan tekanan merupakan di antara masalah yang sering dihadapi oleh pelajar termasuk pelajar-pelajar yang berada di pusat pengajian tinggi. Beberapa kajian juga menunjukkan bahawa pencapaian pelajar sekolah, kolej dan universiti boleh dipengaruhi oleh masalah kemurungan seperti yang dinyatakan oleh Andrews & Wilding (2004) dan Stark & Brookman (1994), kebimbangan dapatan kajian oleh Andrews & Wilding (2004) dan Seligman & Wuyek (2007) dan juga masalah tekanan dalam kajian yang dilakukan oleh Demakis & McAdams (1994) dan Md Aris Safree Md Yasin & Mariam Adawiah Dzulkifli (2011). Beberapa kajian yang dilakukan di Malaysia juga mendapati masalah-masalah gangguan kesihatan psikologi ini memberi impak pada pencapaian akademik pelajar. Masalah-masalah psikologi iini menyumbang kepada pencapaian akademik yang rendah di kalangan pelajar institusi pengajian tinggi negara seperti yang dinyatakan oleh Sherina et al. (2003), Md Aris Safree Md. Yasin & Mariam Adawiyah Dzulkifli (2009) dan Zaid et al. (2007) dalam kajian mereka.

Penyertaan di dalam aktiviti kokurikulum dilihat merupakan di antara langkah yang boleh dilaksanakan bagi membantu mengurangkan masalah kesihatan mental di kalangan pelajar berdasarkan kajian-kajian lepas. Kokurikulum sering dikaitkan dengan aktiviti luar bilik darjah atau kuliah. Kokurikulum juga merupakan aktivti selain daripada aktiviti akademik di kalangan pelajar. Kokurikulum merupakan pelengkap bagi aktiviti kurikulum bagi melahirkan insan yang seimbang. Menurut Abd.Alim (1995) dalam kajiannya menyatakan kokurikulum ini merupakan suatu pengukuhan dan kesinambungan kepada program atau aktiviti pembelajaran di bilik darjah atau kurikulum. Ibrahim (2001)dalam kajiannya tealah membuat satu rumusan bahawa kegiatan kokurikulum adalah satu bidang pembelajaran yang berasaskan pelbagai gerak kerja terancang dan perlu dilakukan dalam masa persekolahan. Kajian oleh Mohd Saofiean Bachok, Hazrul Izuan Shahiri dan Azim Md Kasim (2013) mendapati bahawa kegiatan kokurikulum adalah dianggap sangat berkesan untuk memupuk keseimbangan perkembangan mental dan perkembangan rohani, jasmani dan sosial pelajar. Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum ini dilihat mampu meningkatkan tahap berdikari dan keyakinan diri di samping mengurangkan perasaan negatif seperti tekanan perasaan, kecelaruan dan kerunsingan di kalangan pelajar. Mahoney (2005) menyatakan bahawa kegiatan berbentuk aktiviti fizikal seperti aktiviti kokurikulum dapat melatih serta membentuk emosi dan mental yang positif. Kajian yang dilakukan oleh Mayer's dan Salovey (2000) juga menunjukkan bahawa aktiviti fizikal dapat mengarah dan meningkatkan emosi yang positif. Kajian-kajian yang dilakukan oleh Robazza, Bortolli, Carraro, & Bertollo (2006) dan Hall, Ekkekakis, dan Petruzzello (2002) menunjukkan bahawa aktiviti fizikal berupaya untuk mengurangkan tekanan dan kebimbangan seseorang individu itu.. Kajian oleh Hall, Ekkekakis, dan Petruzzello (2002) yang dipetik dari Schneider, Dunton dan Cooper (2007) juga menyatakan bahawa aktiviti fizikal dapat mengurangkan risiko tekanan dan kebimbangan Kajian yang dilakukan ini ingin melihat tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan dan tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum. Kajian ini juga ingin melihat hubungan di antara tahap tekanan, kerisauaan dan kemurungan serta tahap penglibatan pelajar dalam kokurikulum di politeknik.

2.0 SOROTAN KAJIAN

Kokurikulum merupakan aktiviti di luar bilik darjah atau kuliah. Kokurikulum merupakan pelengkap kepada kurikulum dalam usaha kita memenuhi falsafah pendidikan insan seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek. Menurut Abd Alim (1995) kokurikulum merupakan suatu pengukuhan dan kesinambungan kepada program atau aktiviti pembelajaran di bilik darjah atau kurikulum. Ibrahim (2001) pula membuat kesimpulan bahawa kegiatan kokurikulum adalah satu bidang pembelajaran yang berasaskan pelbagai gerak kerja terancang. Ia perlu dilakukan dalam masa persekolahan. Awang Had Salleh (1985) menyatakan bahawa kokurikulum yang sebelum ini dipanggil sebagai *extra -curriculum* bermaksud program pendidikan yang terletak diluar daripada ruang litup pendidikan yg sebenar iaitu kurikulum.

Emosi yang seimbang dan stabil penting bagi kejayaan seseorang pelajar. Pelajar yang dapat mengurus emosi dengan baik sepeti kemarahan, tekanan, kebimbangan dan sebagainya diyakini dapat mengurus kehidupan dengan cemerlang dan berjaya. Goleman (1995) di dalam bukunya yang berjudul "Emotional Intelligence" (EQ), menyatakan bahawa kejayaan seseorang individu itu 20 peratus bergantung kepada kepintaran intelek manakala 80 peratus lagi bergantung kepada kemampuan individu untuk mengawal emosinya. Pembinaan emosi yang seimbang boleh dilakukan melalui pelbagai kaedah dan pendekatan, dan salah satu pendekatan yang dilakukan adalah melalui aktiviti kokurikulum. Iso-Ahola & Weissinger (1990) dalam kajian mereka menunjukkan bahawa individu yang aktif dalam aktiviti-aktiviti luar akan lebih bermotivasi berbanding individu yang kurang aktif dan akan juga lebih cepat merasa bosan. Menurut Mohd Azam bin Muhamad Akhir Muhammad Nubli Abdul Wahab, Zarina Mohd Alim (2016) dalam kajian mereka pula menyatakan bahawa menurut Larson (2000) penglibatan remaja dalam aktiviti luar seperti kokurikulum dapat meningkatkan motivasi dan meningkatkan kosentrasi pelajar itu. Manakala menurut Hall, Ekkekakis, dan Petruzzello (2002) yang dipetik dari Schneider, Dunton dan Cooper (2007) menyatakan bahawa aktiviti fizikal dapat mengurangkan risiko tekanan dan kebimbangan. Oleh itu tidak dapat dinafikan lagi bahawa aktiviti-aktiviti fizikal pelajar seperti kokurikulum memberi kesan yang positif berbanding kesan negatif terhadap pelajar seperti kajian oleh Davalos, Chavez, & Guardiola (1999), Barber, Eccles & Stone (2001), Broh, (2002), Shernoff, Csikszentmihalyi, Shneider, & Shernoff, (2003) Valentine, Cooper, Bettencourt & DuBois (2002). Kegiatan berbentuk aktiviti fizikal dapat dilihat mampu melatih membentuk emosi dan mental yang positif menurut Robazza, Bortolli, Carraro, & Bertollo (2006). Menurut Chin et al. (2005) juga bersetuju bahawa aktiviti kokurikulum mampu memberikan impak yang positif kepada pelajar.

Kesihatan mental merupakan salah satu komponen penting bagi melahirkan insan yang mampan, berdaya saing dan prokduktif. Mental yang sihat mampu membantu individu mencapai tahap maksima potensi dirinya. Dunia yang semakin mencabar kini dengan perkembangan revolusi indusri (IR 4.0) dan pendemik Covid-19 menuntut seseorang itu kuat dari segi mentalnya bagi menghadapi cabaran-cabaran yang mendatang. Md. Safian bin Mohd Tajuddin (2007) melalui kajiannya menyatakan bahawa kesihatan mental adalah di mana seseorang itu berada dalam keadaan yang sempurna dari segi jasmani, mental, emosi, sosial dan rohani dan bukan hanya tidak berpenyakit. Banyak sebab yang boleh menyebabkan gangguan pada kesihatan mental di antaranya ialah tekanan, kerisauan yang melampau dan kemurungan. Menurut Statistik Tinjauan Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (NHMS) 2017 yang dipetik daripada Akhbar Harian Metro 28 september 2018 menyatakan bahawa terdapat anak remaja berusia 13 hingga 17 tahun yang mengalami masalah kesihatan mental. Satu dalam setiap lima orang mengalami kemurungan (18.3 peratus), dua dalam setiap lima orang dilanda simptom keresahan (39.7 peratus) dan satu dalam setiap 10 orang mengalami stres (9.6 peratus).

Kemurungan merupakan salah satu daripada masalah mental atau penyakit mental. Kemurungan adalah interprestasi perasaan kecewa, tertekan, bimbang, sedih dan pelbagai perkara

negatif. Menurut Fariza Md Sham (2019) kemurungan menurut dari perspektif psikologi adalah nmerupakan rasa kekecewaan, ptus asa, hiba dan sedih yang berpanjangan sehingga tidak tertanggung oleh individu itu sendiri. Kemurungan yang tidak dirawat dengan segera akan memberi kesan kepada keupayaan seseorang untuk melaksanakan tanggungjawab serta tugas harian yang perlu dilaksanakan kerana ia berkait dengan masalah emosi dan ragam manusia. (Mahmood Nazar Mohamed, 2001).

Stress atau tekanan perasaan juga merupakan salah satu masalah kesihatan mental terutama dewasa ini. Menurut Rice (1999) stress dapat didefinisikan berdasarkan tiga aspek iaitu pertama merujuk kepada rangsangan peristiwa atau persekitaran menjadi penyebab seseorang individu merasa tertekan. Kedua ia merujuk kepada gerak balas subjektif iaitu aspek mental. Aspek ketiga pula merujuk kepada reaksi fizikal tubuh badan iaitu cara mengatasi stress melalui kaedah tingkah laku dan psikologikal. Lahey (2001) pula berpendapat stress adalah satu keadaan tidak selesa dan ancaman yang tidak sihat kepada seseorang individu itu.

Resah, bimbang dan risau adalah perasaan yang sama. Perasaan keresahan didefinisikan sebagai suatu perasaan yang dialami oleh seseorang di mana seseorang itu akan dibayangi oleh rasa takut, dan khuatir disebabkan oleh sesuatu perkara atau objek seperti kajian oleh (Hilgard, Atkinson dan Atkinson, 1971). Kajian oleh Thompson (1983) merumuskan bahawa keresahan, kerisauan dan kebimbingan ini merupakan suatu perasaan yang merangkumi unsur-unsur takut, khuatir, dan lain-lain perasaan yang dikaitkan dengan hal atau akibat pada masa akan datang. Casado dan Dereshiwsky (2001) mendefinisikan bahawa perasaan keresahan ini berkemungkinan terdiri daripada gabungan beberapa karakter atau tingkah laku yang boleh dikaji secara saintifik. Lader (1975) dalam kajiannya secara umum menggambarkan perasaan keresahan tersebut sebagai sifat yang tidak gembira yang semulajadi dan tidak jauh dikaitkan dengan rasa takut.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

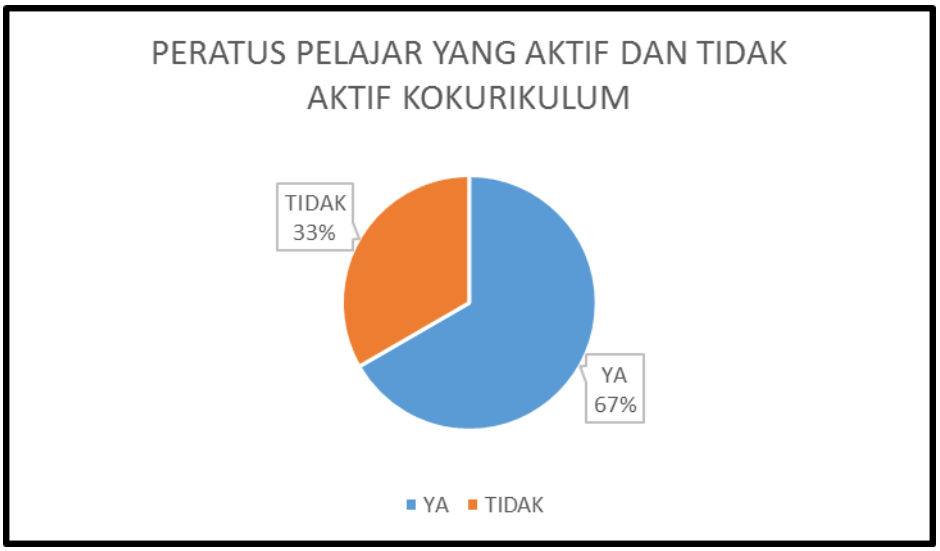
Pendekatan kaedah yang digunakan dalam kajian ini adalah kaedah kuantitatif yang menggunakan tinjauan soal selidik. Nilai Cronbach Alpha digunakan untuk memastikan kebolehpercayaan soalan soal selidik yang digunakan pakai seperti yang dinyatakan oleh Norusis (1977). Soal soal selidik yang boleh dipercayai penting bagi menentukan kesahan data yang dikumpul bagi sesuatu kajian itu. Nilai Cronbach Alpha yang melebihi 0.60 sering kali diguna pakai bagi menentukan indeks kebolehpercayaan sesuatu instrumen soal selidik kajian. Secara keseluruhannya, nilai Cronbach Alphan yang diperoleh bagi kajian ini adalah 0.875 dan indeks kebolehpercayaan ini adalah tinggi dan boleh diterima pakai seperti yang dinyatakan oleh Mohd. Majid (1990), Sekaran (1992) dan McMillan & Schumacher (2006).

Kajian ini menggunakan borang soal selidik yang dibahagi kepada 2 bahagian iaitu bahagian A demografi responden dan bahagian B bagi menguji tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan yang menggunakan soal selidik DASS (Depression Anxiety Stress Scale) yang merupakan ujian saringan untuk mengenal pasti tahap kemurungan, kerisauan dan stress individu. Di Malaysia, ujian DASS ini diterjemah dan dibangunkan oleh seorang ahli akademik tanah air iaitu Profesor Dr. Ramli Musa. DASS mengandungi 21 soalan soal selidik untuk mengukur 3 item tersebut. Populasi kajian ini adalah terdiri daripada lebih kurang 3200 orang pelajar Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah, Kulim, Kedah yang berstatus pelajar aktif. Sebanyak 324 respoden telah menjawap kajian ini seperti yang dicadangkan oleh jadual penentuan saiz sample oleh Krejcie, R. V. dan Morgan, D. W. (1970).Kertas penyelidikan hendaklah mengandungi perkara berikut:

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Bagi mendapatakan peratus pelajar aktif dan tidak aktif kokurikulum data kajian telah dianalisis menggunakan SPSS. Daripada keseluruhan responden yang menjawap kajian ini, di dapati bahawa

Sebanyak 33% orang pelajar tidak aktif melibatkan diri dalam aktiviti Kokurikulum dan sebanyak 67% pelajar yang aktif dalam kegiatan Kokurikulum seperti yang ditunjukkan oleh Rajah 4.1. Jadi bolehlah dikatakan kebanyakkan pelajar adalah aktif dalam kegiatan kokurikulum sama ada melakukan aktiviti tersebut dengan menyertai aktiviti-aktiviti anjuran politeknik atau melakukan secara sendirian dengan rakan-rakan seperti bersukan dan berekreasi di waktu petang.



Rajah 1: Carta Pai menunjukkan peratus pelajar yang aktif dan tidak aktif dalam kegiatan Kokurikulum

Selain itu, data juga dianalisis mengggunakan petunjuk tahap kemurungan, kerisauan dan tekanan yang disediakan oleh soal selidik DASS 21 seperti yang ditunjukkan oleh jadual di bawah.

Jadual 1: Skor Saringan bagi menentukan tahap kemurungan, kerisauan dan tekanan

SKOR SARINGAN			
	Kemurungan	**Kerisauan**	**Tekanan**
Normal	0-5	0-4	0-7
Ringan	6-7	5-6	8-9
Sederhana	8-10	7-8	10-13
Teruk	11-14	9-10	14-17
Sangat Teruk	15+	11+	18+

Jadual 1 di atas menunjukkan skor saringan bagi menentukan tahap kemurungan, kerisauan dan tekanan yang dialami oleh responden. Hasil yang diperolehi daripada data yang dianalisis dapat dirumuskan melalaui jadual di bawah seperti berikut :

Jadual 2: Peratus tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan bagi pelajar

EMOSI (%)	NORMAL	RINGAN	SEDERHANA	TERUK	SANGAT TERUK
TEKANAN	44.44	17.90	22.22	10.49	4.94
KERISAUAN	24.07	13.58	19.44	16.67	26.23
KEMURUNGAN	54.01	17.59	13.27	10.19	4.94

Daripada jadual 2 di atas dapat dilihat bahawa tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan kebanyakkan pelajar secara keseluruhan berada pada tahap normal kerana ia menunjukkan peratus yang paling tinggi berbanding tahap yang lain iaitu bagi tekanan sebanyak 44.44%, kerisauan 24.07% dan kemurungan sebanyak 54.01%. Dapat juga dilihat secara keseluruhan tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan pelajar masih berada dalam keadaan terkawal dengan dengan catatan

peratus yang rendah pada tahap teruk dan sangat teruk bagi ketiga-tiga masalah kesihatan mental tersebut. Corak kehidupan dan cara pembelajaran serta keseimbangan dengan aktiviti luar bilik kuliah yang diterapakn oleh politeknik dapat menyumbang pada terkawalnya masalah emosi pelajar.

Jadual 3: Peratus tahap tekanan, kerisauaan dan kemurungan antara pelajar aktif dan tidak aktif kokurikulum

Pelajar /Tahap	Tekanan (%)					Kerisauan (%)					Kemurungan (%)				
	N	R	S	T	ST	N	R	S	T	ST	N	R	S	T	ST
Aktif koko	45	17	22	11	5	25	12	20	17	25	54	20	14	8	4
Tak Aktif Koko	44	20	22	9	5	21	18	18	16	28	55	12	12	14	7

N = Normal
R = Ringan
S = Sederhana
T = Teruk
ST = Sangat Teruk

Daripada jadual 3 dapat disimpulkan bahawa tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan pelajar yang aktif kokurikulum berada pada tahap terkawal iaitu kebanyakkannya berada pada tahap normal hingga tahap sederhana jika dibandingkan pada tahap teruk dan sangat teruk. Tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan bagi pelajar tidak aktif juga kebanyakkannya bearada pada tahap normal dan sederhana tetapi peratusnya lebih rendah daripada pelajar yang aktif kokurikulum. Dapat juga dirumuskan tiada perbezaan ketara di antara tahap normal tekanan, kerisauan dan kemurungan pelajar aktif dantidak aktif kokurikulum. Dilihat tahap tekanan sangat teruk pelajar aktif adalah lebih tinggi sedikit berbanding pelajar tidak aktif ini kerana pelajar aktif terpaksa bijak membahagikan masa mereka untuk aktif kokurikulum dan jugak aktiviti yang lain terutama akademik. Jika dilihat dari segi kemurungan pelajar kurang aktif pula mempunyai nilai tahap kemurungan yang lebih tinggi sedikit berbanding pelajar aktif mungkin disebabkan mereka lebih suka bersendirian, menyimpan perasaan dan kurang terbuka pemikirannya.

Jadual 4: Hubungan di antara tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan dan keaktifan pelajar dalam kokurikulum.

	Aktif Kokurikulum	Tahap Tekanan	Tahap Kerisauan	Tahap Kemurungan
Aktif Kokurikulum	1	-0.014	0.017	0.074
Tahap Tekanan	-0.014	1	0.710**	0.711**
Tahap Kerisauan	0.017	0.710**	1	0.644**
Tahap Kemurungan	0.074	0.711**	0.644**	1

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Jadual 4 menunjukkan hubungan diantara tahap tekanan, kerisauan dan kemurungan serta tahap penglibatan pelajar dalam kokurokulum. Tarif hubungan ini dapat ditafsirkan melalui ujian korelasi pearson seperti yang digunakan dalam kajian oleh Kamarul Shukri Mat Teh dan Mohamed Amin Embi (2009). Merujuk kepada jadual 4 dapat dilihat bahawa tahap tekanan, tahap kerisauan dan tahap kemurungan mempunyai hubungan positif yang signifikan di antara satu sama lain. Data dalam jadual 4 menunjukkan bahawa terdapat hubungan yang negatif di antara tahap tekanan dengan keaktifan pelajar dalam kokurikulum. Ini membawa maksud semakin pelajar aktif maka kurang tekanan perasaan yang dihadapi. Terdapat hubungan positif di antara tahap kerisauan dan tahap kemurungan dengan keaktifan pelajar dalam kokurikulum. Ini menggambarkan semakin pelajar aktif ia akan menjadi semakin risau dan murung mungkin kerana bimbang tidak mampu mengimbangi di antara minat dalam kokurikulum dengan tugasan akademik ataupun delima terpaksa mengeluarkan kos-kos tertentu untuk memenuhi keperluan kokurikulum yang disertai.

5.0 KESIMPULAN

Kesihatan mental merupakan aspek penting yang harus diambilkira dalam membentuk insan yang seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek seperti hasrat Falsafah Pendidikan Negara. Pelajar merupakan golongan muda yang menjadi tonggak pembangunan dan kemajuan negara mestilah mempunyai kesihatan mental yang baik supaya berupaya menghadapi cabaran-cabaran yang mendatang. Tekanan ataupun stress, kerisauan atau keresahan dan kemurungan merupakan di antara masalah-masalah yang mempengaruhi kesihatan mental. Kokurikulum dilihat merupakan salah satu langkah yang dapat membantu dalam mengatasai masalah tekanan mental di kalangan pelajar. Secara keseleruhan dapat dilihat bahawa tiada perbezaan yang ketara di antara pelajar yang aktif kokurikulum dan yang tidak aktif kokurikulum dalam ketiga-tiga tahap masalah kesihatan mental yang dikaji. Secara keseluruhannya dapat disimpulkan bahawa terdapat hubungan positif yang signifikan di antara tahap tekanan, tahap kerisauan dan tahap kemurungan. Terdapat hubungan yang negatif di antara tahap tekanan dan penglibatan pelajar dalam kokurikulum dan terdapat hubungan positif di antara tahap kerisauan dan tahap kemurungan dengan keaktifan pelajar dalam kokurikulum.

RUJUKAN

Abd. Alim Abdul Rahim (1995). *Pengurusan Kokurikul*. Shah Alam: Penerbit Fajar Bakti.

Andrews, B. & Wilding, J.M. 2004. The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. British Journal of Psychology 95(4): 509-522.

Awang Had Salleh (1985), Ucapan Pengantar dalam Seminar Kebangsaan mengenai Kokurikulum. Universiti Utara Malaysia.

Barber, B.L., Eccles, J.S., & Stone, M.R. (2001). Whatever happened to the Jock, the Brain, and the Princes? Young adult pathways linked to adolescent activity involvement and social identity. Journal of Adolescent Research, 16, 429-455

Broh BA (2002). Linking extracurricular programming to academic achievement: Who benefits and why? Sociology of Education, 75(1): 69-95. Published by: American Sociological Association Article DOI: 10.2307/3090254. http://www.jstor.org/stable/3090254

Casado, Matt A.; Dereshiwsky, Mary I. (Dec 2001). "Foreign Language Anxiety of University Students". College Student Journal, Vol. 35 Issue 4: 539.

Chin, J., Palop, J.J., Puoliva¨ li, J., Massaro, C., Bien-Ly, N., Gerstein, H., Scearce-Levie, K., Masliah, E., and Mucke, L. (2005). Fyn kinase induces synaptic and cognitive impairments in a transgenic mouse model of Alzheimer's disease. J. Neurosci. 25, 9694–9703

Creswell, J. (2013). Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.

Danek, M. M. & Lawrence, R. E. 1981. The multiply disabled hearing impaired client: Implications for rehabilitation practice. J. Rehab. Deaf ,15(3): 1–9.

Davalos, D. B., Chavez, E. L., & Guardiola, R. J. (1999). The effects of extracurricular activity, ethnic identification, and perception on student dropoutrates. Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 21(1), 61–77. doi: 10.1177/0739986399211005

Fariza Md. Sham (2019). Murung Tanda Jiwa Tidak Tenang. Berita Harian pp. 65.

Ghazali, D., & Sufean, H. (2016). Metodologi penyelidikan dalam pendidikan: Amalan dan analisis kajian. Kuala Lumpur: Universiti Malaya.

Goleman, D. 1995. Emotional Intelligence New York: Bantam Books.

Hall, E.E., Ekkekakis, P., & Petruzzello, S.J. (2002). The affective beneficence of vigorous exercise revisited. British Journal of Health Psychology, 7, 47-66.

Hilgard, E.R., Atkinson, R.C., Atkinson, R.L. (1971) Introduction to psychology (5th ed) New York, Harcourt, Brace, and World.

Ibrahim Mamat (2001). *"Pengetua Sekolah Menangani Isu Dan Cabaran Kepimpinan."* Kuala Lumpur: Kumpulan Budiman.

Institute for Public Health. (1996). Kuala Lumpur: Ministry of Health Malaysia.

Institute for Public Health. (2006). Kuala Lumpur: Ministry of Health Malaysia.

Institute for Public Health. (2011). Kuala Lumpur: Ministry of Health Malaysia

Institute for Public Health. (2017). Kuala Lumpur: Ministry of Health Malaysia

Institute for Public Health. (2019). Kuala Lumpur: Ministry of Health Malaysia

Intan Mas Ayu Shahimi (2018) Kesihatan Mental Remaja. Akhbar Harian Metro 28 September 2018. https://www.hmetro.com.my/hati/2018/09/381316/kesihatan-mental-remaja

Iso-Ahola SE, Weissinger E. Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. Journal of Leisure Research, 1990;22(1), 1–17.

Kamarul Shukri Mat Teh dan Mohamed Amin Embi (2009). Korelasi Strategi Dengan Motivasi Dalam Pembelajaran Bahasa Arab. Jurnal Pendidik dan Pendidikan, Jil. 24, 109–123, 2009

Krejcie, R. V. dan Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. Educational and Psychological Measurement, 30(3), 607–610.

Lader, Malcom H. (1975). The Nature of Clinical Anxiety in Modern Society. In ed. Spielberger, Charles D. and Sarason, Irwin G. Stress and Anxiety, Volume I. New York: John Wiley & Sons.

Lahey, B.B (2001) Psycology on introduction. USA : Mcgraw Hill

Larson, R. (2000). Towards a psychology of positive youth development. *Am. Psychol.* **55**: 170–183.

Mahmood Nazar Mohamed. 2001. Pengantar Psikologi: Satu Pengenalan Asas Kepada Jiwa Dan Tingkah Laku Manusia. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mahoney, J. L., Larson, R. W., & Eccles, J. S. (Eds.). (2005). *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school and community programs.* Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Masalah kesihatan mental di Malaysia. Kenyataan akhbar Menteri Kesihatan Malaysia 28 Sepember 2016 https://www.moh.gov.my/index.php/database_stores/attach_download/337/796

Mayer, J. D., Salovey, P. & Caruso, D. R. (2000). Models of emotional Intelligence. In. R.J Sternberg (Ed). The handbook of intelligence, 396-420. New York: Cambridge University Press.

McMillan, J. dan Schumacher, S. (2006). Research in education: Evidence-based inquiry. Boston: Pearson Education

Md Aris Safree Md Yasin & Mariam Adawiah Dzulkifli. 2009. Differences in psychological problems between low and high achieving students. The Journal of Behavioral Science. 4(1): 60-71.

Md Aris Safree Md Yasin & Mariam Adawiah Dzulkifli. 2011. The relationship between social support and academic achievement. International Journal of Humanities andSocial Science 1(5): 277-281.

Md. Safian Bin Mohd Tajuddin (2007), *Kesan Aspek Kesihatan Terhadap Produktiviti Kerja Dalam Kalangan Pensyarah Maktab Perguruan* . Universiti Sains Malaysia.

Mohd Azam bin Muhamad Akhir Muhammad Nubli Abdul Wahab, Zarina Mohd Ali (2016). Pengukuran dan Penilaian Tahap Emosi Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum: Permasalahan dan Cadangan International Journal of Humanities Technology and Civilization (IJHTC). Universiti Malaysia Pahang.

Mohd. Majid Konting. (1990). Kaedah penyelidikan pendidikan. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mohd Saofien, Hazrui Izwan Shahiri, Azim Md Kasim (2013). Kesan Penglibatan Pelajar Yang Aktif Dalam Kokurikulum Terhadap Pendapatan. PROSIDING PERKEM VIII, JILID 1 (2013) 316 – 325.

N.F. & Lee M. F. (2020) Kesihatan Mental Pekerja Wanita Sektor Perusahaan Kecil &Sederhana Malaysia melalui Kaedah Analisis Matrik. Batu Pahat : Universiti Tun Hussein Onn.

Norusis, M.J. (1977), SPSS professional statistic 7.5, North Michigan Avenue, Chicago.

Rice, P.L. (1999). Stress and helth. Pacific Grove, CA : Brooks/Cole

Robazza, C ,Bortoli, L ,Carraro, A , & Bertollo,M . (2006). "I wouldn't do it; it looks dangerous": Changing students' attitudes and emotions in physical education. Journal of Personality and Individual Differences, 41(4), 767-777. Di ambil padaNov 15, 2007, daripada http://www.sciencedirect.com/science?

Schneider, M., Dunton, G, F., & Cooper, D, M. (2007). Physical activity and physical selfconcept among sedentary adolescent females: An intervention study. Psychology of Sport and Exercise 9 1-14, (2008). Daripada http://www.sciencedirect.com/science

Sekaran, U. (1992). Research methods for business: A skalal building approach. Ed. ke2. New York: John Wiley & Sons

Seligman, L.D. & Wuyek, L.A. 2007. Correlates of separation anxiety symptoms among first-semester college students: An exploratory study. The Journal of Psychology 141(2): 135-146.

Shamzaeffa Samsudin & Kevin Tan Chee Hong (2016). Hubungan Antara Tahap Kesihatan Mental dan Prestasi Pelajar Sarjana Muda: Satu Kajian di Universiti Utara Malaysia. Jurnal Sains Kesihatan Malaysia 14(1) 2016: 11-16

Sherina, M.S., Rampal, L. & Kaneson, N. 2003. Prevalence of emotional disorders among medical students in a Malaysian university. Asia Pacific Family Medicine 2: 213-217.

Shernoff, D., Csikszentmihalyi, M., Shneider, B., & Shernoff, E. (2003). Student engagement in high school classrooms from the perspective of flow theory. School Psychology Quarterly, 18, 158–176.

Stark, K.D. & Brookman, C.S. (1994). Theory and family-school intervention. In Fine, J.M. & Carlson, C. (Eds). The Handbook of Family-school Intervention: A System Perspective, Massachusetts: Allyn and Bacon

Thompson, M. L., & Ellis, J. R. (1983). Identifying anxieties experienced by student teachers: A twenty-year follow-up. *Journal of the Association for the Study of Perception, 18*(2), 13–21.

Valentine, J. C., Cooper, H., Bettencourt, B. A., DuBois, D. L. (2002). Out-of-school activities and academic achievement: The mediating role of self-beliefs. Educational Psychologist, 37, 245–256.

WHO. 2007. What is Mental Health?: Online Q&A. World Health Organization: http://www.who.int/ [10 Jun 2014].

Zaid, Z.A., Chan, S.C. & Ho, J.J. 2007. Emotional disorders among medical students in a Malaysian private medical school. Singapore Medical Journal 48: 895-899.

Sikap Pelajar Terhadap Implementasi Sains, Teknologi, Kejuruteraan Dan Matematik (STEM) Dalam Ko-kurikulum

Nordin Zakariah

Politeknik Ibrahim Sultan

ABSTRAK

Pendidikan Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik (STEM) merupakan satu pendekatan yang melibatkan pengaplikasian pengetahuan, kemahiran dan nilai STEM untuk menyelesaikan masalah dalam konteks dunia sebenar. Pendidikan STEM telah mendapat keutamaan dalam agenda pendidikan negara dan tidak hanya tertumpu ketika pembelajaran dalam kelas sahaja. Oleh itu, kajian ini bertujuan untuk mengkaji sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Reka bentuk kajian melalui kaedah kuantitatif dengan menggunakan instrumen soal selidik. Seramai 96 responden terdiri daripada pelajar yang mengambil kursus ko-kurikulum di Politeknik Ibrahim Sultan dipilih menggunakan pensampelan rawak mudah. Hasil dapatan mendapati sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum berada pada tahap tinggi. Seterusnya, dapatan kajian menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan antara pelajar lelaki dan perempuan dari segi sikap terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Dapatan kajian ini bermanfaat dalam meningkatkan pemahaman sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum justeru itu, dapat memperkukuhkan lagi aktiviti kokurikulum di politeknik.

Kata Kunci: sikap, pelajar, implementasi, STEM, ko-kurikulum

1.0 PENGENALAN

Lonjakan 7 Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) yang diperkenalkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia ialah Ekosistem Inovasi di mana Malaysia berhasrat menjadikan inovasi sebagai peneraju utama pertumbuhan ekonomi negara. Sehubungan dengan itu, melalui pendekatan STEM dalam ko kurikulum, akan membantu membangunkan ekosistem inovasi negara kerana komponen utama Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik (STEM) ialah gabungan pengetahuan saintifik teknikal dan inovasi. Implementasi STEM boleh menjadikan pelajar yang berinovasi dan boleh berfikir secara kritikal. Selain itu, implementasi STEM dapat melahirkan seorang pereka cipta dan juga celik dalam bidang teknologi. Menurut Karpudewan et al. (2016), pelajar mampu menyelesaikan masalah kehidupan melalui penciptaan projek untuk menyelesaikan segala persoalan yang wujud menggunakan kemahiran dan pengetahuan berkaitan STEM.

Di samping itu, Ong et al. (2017) menegaskan penerapan STEM dalam pendidikan yang dijalankan dapat meningkatkan tahap pemahaman konsep dan merangsang pemikiran kreatif pelajar melalui pembelajaran yang aktif. Hasil kajian yang dijalankan oleh Suprapto (2016) implementasi STEM dapat meningkatkan minat, pencapaian akademik dan motivasi pelajar. Menurut McDonald (2016), minat pelajar dalam bidang STEM dapat ditingkatkan dan diteruskan melalui implementasi STEM dalam pengajaran dan pembelajaran. Selain itu, pelajar yang didedahkan dengan pengajaran dan pembelajaran pendekatan STEM mempunyai tahap pencapaian yang lebih baik dibandingkan dengan pelajar yang tidak didedahkan dengan pendekatan STEM (Bicer et al., 2015).

Kini bidang pekerja yang berkait dengan profesional STEM adalah lebih tinggi permintaan

berbanding dalam bidang-bidang lain. Pekerja profesional STEM yang kompiten amat diperlukan untuk memastikan Malaysia mampu kekal bersaing di pasaran global dan memenuhi tuntutan masa kini yang memerlukan tenaga kerja yang kompiten, sektor kesihatan yang mampan dan mempertingkatkan pembangunan teknologi (Boe et al., 2011). Menurut Nur Farhana Ramli dan Othman Talib (2017) pada masa hadapan kemahiran menyelesaikan masalah dalam bidang Teknologi dan Kejuruteraan adalah kriteria utama dalam tenaga kerja. Oleh itu amatlah penting untuk sistem pendidikan Malaysia mampu melahirkan pelajar yg bersedia dalam pekerjaan dalam bidang yang berpotensi tinggi ini yang berkaitan kemahiran STEM. Ini disokong oleh kajian Nur Farhana Ramli dan Othman Talib (2017) bagi mencipta lebih banyak peluang pekerjaan dan meningkatkan sumber kerja pelajar perlu disediakan dalam bidang ini. Justeru penerapan nilai STEM dapat memenuhi keperluan ini tenaga kerja masa kini.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Ko-kurikulum merupakan kegiatan atau aktiviti selain mata pelajaran yang diajarkan dalam bilik darjah dan dianggap sebagai sebahagian daripada kursus pendidikan di sekolah seperti kegiatan dalam persatuan, sukan dan lain-lain (Kamus Dewan, 2002). Manakala, kurikulum adalah aktiviti, proses serta isi kandungan pengajaran dan pembelajaran mata pelajaran akademik yang dijalankan di dalam bilik darjah (Ab. Alim 1994). Justeru kurikulum ialah aktiviti akademik di mana proses Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) dikategorikan sebagai pendidikan formal. Manakala ko-kurikulum adalah pelengkap kepada kurikulum dan mempunyai peranan secara langsung dalam perkembangan potensi mahasiswa.

Pelajar selalunya berpegang kepada prinsip bahawa aktiviti kurikulum lebih penting berbanding dengan aktiviti ko-kurikulum untuk dimanfaatkan oleh mereka. Mereka juga melihat kecemerlangan diri mereka dari sudut akademik semata-mata. Namun pada hakikatnya, kurikulum dan ko-kurikulum adalah dua komponen yang berhubung kait, saling mengukuh dan melengkapkan antara satu sama lain dalam sistem pendidikan untuk mencapai objektif Falsafah Pendidikan Kebangsaan iaitu melahirkan graduan yang seimbang dari segi intelek, emosi, rohani dan jasmani. Oleh yang demikian, penyelidik ingin mengenal pasti sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah seperti berikut:

i. Mengenal pasti tahap sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum.
ii. Mengenal pasti sama ada terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum mengikut jantina.

Persoalan kajian ini adalah seperti berikut:

i. Apakah tahap sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum.
ii. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum mengikut jantina.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini dijalankan untuk mendapatkan maklum balas pelajar yang mengambil kursus ko-kurikulum di Politeknik Ibrahim Sultan berkaitan sikap mereka terhadap implementasi Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik (STEM) dalam ko-kurikulum. Kajian ini adalah berbentuk kuantitatif dengan menggunakan instrumen soal selidik. Aplikasi Google Form digunakan untuk mengedar instrumen soal selidik kepada responden.

4.1 Populasi dan Sampel Kajian

Sampel kajian merupakan satu kumpulan kecil atau subkumpulan daripada populasi yang

menjadi sasaran pengkaji untuk melakukan kajian (Rusli Ahmad et al., 2014). Sampel dalam kajian ini seramai 96 responden terdiri daripada pelajar yang mengambil kursus ko-kurikulum di Politeknik Ibrahim Sultan (PIS). Dalam kajian ini, pengkaji memilih untuk menggunakan teknik pensampelan rawak mudah bagi memilih sampel yang boleh mewakili populasi. Menurut Jackson (2016), pensampelan rawak mudah iaitu sampel kajian dipilih dari populasi secara rawak.

4.2 Ujian Kebolehpercayaan Instrumen

Menurut Azizzi et al. (2006), kesahan dan kebolehpercayaan memainkan peranan penting dalam kaedah pengumpulan data mahupun pengukuran. Item soal selidik yang diadaptasi dari kajian Suprato (2016) dan Kong Suik Fern et al. (2020). Seterusnya, penyelidik menjalankan kajian rintis di Politeknik Ibrahim Sultan dengan jumlah responden sebanyak 10 orang pelajar. Data tersebut diuji menggunakan nilai alfa cronbach (α) bagi menentukan kebolehpercayaan data. Dalam konteks kajian ini, nilai alfa cronbach yang dipilih sebagai nilai penerimaan ialah melebihi nilai 0.8 iaitu kategori baik (Cronbach, 1951).

Jadual 1: Nilai Alfa Cronbach dan Konsistensi Dalaman

Nilai Alfa Cronbach (α)	**Konsistensi Dalaman**
$\alpha \geq 0.9$	Sangat baik
$0.8 \leq \alpha < 0.9$	Baik
$0.7 \leq \alpha < 0.8$	Diterima
$0.6 \leq \alpha < 0.7$	Diragui
$\alpha < 0.6$	Rendah

Sumber: Cronbach (1951)

Borang soal selidik yang telah diisi lengkap oleh responden dianalisis dengan *Statistical Package for Sosial Sciences Version 22*. Dapatan analisis kajian rintis menunjukkan set soal selidik ini mempunyai nilai alpha Cronbarch 0.928. Oleh itu, set soal selidik mempunyai ketekalan yang sangat baik (Jadual 1). Keputusan ini menunjukkan bahawa kebolehkepercayaan instrumen yang dibina mempunyai ketekalan dan boleh dipakai untuk tujuan kajian ini.

4.3 Pengumpulan Data

Kajian ini menggunakan instrumen soal selidik untuk memperolehi maklumat daripada subjek yang dikaji. Bagi tujuan kajian ini, pengkaji telah menggunakan instrumen soal selidik yang telah diubah suai daripada kajian Suprapto (2016) dan Kok et al. (2020).

Instrumen yang digunakan mempunyai dua bahagian iaitu bahagian A dan bahagian B. Bahagian A mengandungi item demografi yang terdiri daripada jantina dan bangsa. Manakala bahagian B pula mempunyai 10 item untuk mengenalpasti sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Jadual 2 menunjukkan skala Likert dan skor yang digunakan dalam kajian ini.

Jadual 2: Skala Likert dan Skor

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

Sumber: Fraenkel et al. (2012)

4.4 Interpretasi Data

Tahap sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam kajian ini merujuk skala dalam Jadual 3 diadaptasi daripada interpretasi skor min Landell (1997). Skala dalam Jadual 3 digunakan sebagai panduan interpretasi data dalam kajian ini.

Jadual 3: Interpretasi Data

Julat Nilai Min	Tahap	Interpretasi Sikap
1.00 – 2.33	Rendah	Negatif
2.34 – 3.68	Sederhana	Neutral
3.69 – 5.00	Tinggi	Positif

Sumber: Landell (1997)

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Profil Responden

Responden kajian terdiri daripada pelbagai latar belakang. Jadual 4 menunjukkan profil responden. Dapatan kajian menunjukkan jumlah responden lelaki seramai 59 (61.46%). Manakala responden perempuan seramai 37 (38.54%). Berdasarkan frekuensi bangsa, hasil dapatan mendapati bahawa pelajar berbangsa Melayu 82 orang (86.46%), 5 orang berbangsa Cina (6.25%) dan 6 orang berbangsa India (7.29%).

Jadual 4: Frekuensi dan Peratusan Responden

Maklumat	Kategori	Frekuensi	Peratus (%)
Jantina	Lelaki	59	61.46
	Perempuan	37	38.54
Bangsa	Melayu	82	86.46
	Cina	5	6.25
	India	6	7.29
	Lain-lain	0	0.00

5.2 Sikap Pelajar Terhadap Implementasi STEM

Bahagian ini meninjau sikap pelajar terhadap implementasi STEM. Terdapat 10 item telah ditanya kepada responden. Dapatan kajian menunjukkan nilai min keseluruhan iaitu 4.20, menunjukkan sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum berada pada tahap tinggi. Jadual 5 menunjukkan taburan frekuensi dan peratusan responden mengikut sikap pelajar terhadap implementasi STEM.

Jadual 5: Taburan Frekuensi Dan Peratusan Responden Mengikut Sikap Pelajar Terhadap Implementasi STEM

No.	Item	STF f %	TS f %	TP f %	S f %	SS f %	Min
1.	Saya berminat dengan apa yang menjadikan mesin berfungsi.	0 0.00	3 3.13	10 10.42	50 52.08	33 34.38	4.18
2.	Saya suka membayangkan cara penciptaan produk baharu.	0 0.00	1 1.04	4 4.17	56 58.33	35 36.46	4.30
3.	Saya percaya saya boleh berjaya dalam kerjaya bidang kejuruteraan.	2 2.08	0 0.00	26 27.08	40 41.67	28 29.17	3.96

4.	Saya ingin menggunakan kreativiti dan inovasi dalam kerjaya masa depan saya.	0 0.00	2 2.08	29 30.21	36 37.50	29 30.21	3.96
5.	Untuk belajar kejuruteraan, saya mesti pandai Sains dan Matematik.	1 1.04	0 0.00	3 3.13	43 44.79	49 51.04	4.45
6.	Mengetahui bagaimana menggunakan Matematik dan Sains, saya dapat mencipta teknologi yang berguna pada masa akan datang.	1 1.04	3 3.13	13 13.54	63 65.63	16 16.67	3.94
7.	Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik menjadikan kehidupan saya lebih baik.	0 0.00	5 5.21	15 15.63	30 31.25	46 47.92	4.22
8.	Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik sangat penting dalam kehidupan.	1 1.04	3 3.13	12 12.50	47 48.96	33 34.38	4.13
9.	Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik berguna untuk masa depan negara kita.	0 0.00	1 1.04	14 14.58	15 15.63	66 68.75	4.52
10.	Saya ingin mempunyai pekerjaan yang melibatkan Sains, Matematik, Kejuruteraan atau Teknologi.	0 0.00	0 0.00	13 13.54	39 40.63	44 45.83	4.32
Jumlah Peratus Keseluruhan		2.40		14.48	83.13		
Jumlah Skor Min Keseluruhan							4.20

5.4 Perbezaan antara Sikap Pelajar Terhadap Implementasi STEM Mengikut Jantina

Jadual 6 menunjukkan analisis sikap pelajar terhadap implementasi STEM mengikut jantina. Hasil dapatan menunjukkan terdapat 59 responden lelaki dengan nilai min 4.34 dan 37 responden perempuan dengan nilai min 3.97. Perbezaan nilai min antara kumpulan responden lelaki dan perempuan adalah 0.39. Melalui perbezaan nilai min ini, terdapat perbezaan yang signifikan antara pelajar lelaki dan perempuan dari segi sikap terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum.

Jadual 6: Analisis Sikap Pelajar Terhadap Implementasi STEM Mengikut Jantina

	Lelaki	**Perempuan**
Bilangan Pelajar	59	37
Min	4.34	3.97
Perbezaan Min	0.37	

5.5 Perbincangan

Objektif utama kajian ini dijalankan adalah untuk mengenal pasti sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Dapatan kajian ini menunjukkan sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum berada pada tahap tinggi dengan nilai min keseluruhan 4.20. Dapatan kajian ini selari dengan kajian Brown et al. (2016), minat dan sikap pelajar meningkat untuk terus melibatkan diri dalam aktiviti STEM selepas melaksanakan aktiviti STEM. Di samping itu, sikap pelajar terhadap implementasi STEM adalah memberangsangkan dan positif (Robert et al, 2018). Minat dan sikap pelajar terhadap pendidikan STEM dapat ditingkatkan lagi dengan pendekatan penyelesaian masalah dalam konteks dunia sebenar melibatkan kehidupan seharian masyarakat dan alam sekitar (Ng dan Adnan 2018).

Seterusnya, dapatan kajian menunjukkan pelajar lelaki mempunyai sikap yang lebih positif berbanding dengan pelajar perempuan terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Ini merujuk kepada skor min yang pelajar lelaki lebih tinggi berbanding skor min pelajar perempuan. Menurut dapatan kajian Erdogan et al. (2016) pencapaian pelajar lelaki lebih baik berbanding pelajar perempuan dalam pelaksanaan pendidikan STEM berasaskan projek. Kong Suik Fern et al. (2020) pula berpendapat sikap pelajar lelaki lebih baik berbanding dengan sikap pelajar perempuan dalam implementasi STEM. Berlainan dengan dapatan kajian Hafizah H.et al. (2016), tiada perbezaan sikap yang singnifikan yang ditunjukkan diantara pelajar lelaki dan perempuan terhadap pendidikan STEM. Sama seperti dapatan kajian Erdogan et al. (2016) menyatakan bahawa tiada perbezaan sikap antara jantina terhadap pelaksanaan pendidikan STEM berasaskan projek.

6.0 KESIMPULAN

Berdasarkan dapatan kajian yang diperolehi, sikap pelajar adalah tinggi terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Seterusnya, dapatan kajian juga menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan antara pelajar lelaki dan perempuan dari segi tahap sikap terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum. Dapatan kajian ini boleh dijadikan panduan dalam memahami sikap pelajar terhadap implementasi STEM dalam ko-kurikulum justeru itu, dapat memperkukuhkan lagi aktiviti ko-kurikulum di Politeknik Ibrahim Sultan. Seterusnya, hasil dapatan kajian ini boleh dijadikan rujukan merekabentuk kaedah pengajaran dan pembelajaran (PdP) ko-kurikulum dengan menggabungkan bidang Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik dalam aktiviti pembelajaran pelajar.

Pengimplementasi STEM dalam ko-kurikulum memerlukan perancangan, latihan dan penyesuaian yang sistematik dan secara konsisten. Maka kajian yang dijalankan pada masa hadapan boleh dijalankan untuk mengenalpasti cabaran-cabaran yang wujud dalam pengimplimentasi tersebut. Penambahbaikan ini dapat melengkapkan lagi kajian yang telah dijalankan.

RUJUKAN

Azizi Yahya, Shahril Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon, Abdul. R. H. (2006). Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan: Teori, Analisis & Intrepetasi Data.

Bicer, A., Capraro, R. M., Capraro, M. M., Oner, T., & Boedeker, P. (2015). STEM Schools vs. Non-STEM Schools: Comparing Students' Mathematics Growth Rate on High-Stakes Test Perfomance. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications,* 6(1), 138-150.

Boe et al. 2011. Participation in Science and Technology: Young people's achievement-related choices in late modern societies. *Studies in Science Education* 47(1):37-72.

Brown, P. L., Concannon., Marx, D., Donaldson, C. W., & Black, A.(2016). An Examination of Middle School Students' STEM Self-Efficacy with Relation to Interest and Perceptions of STEM. *Journal of STEM Education: Innovations and Research, 17(3),* 272 – 306.

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297–334

Erdogan, N., Navruz, B., Younes, R., & Capraro, R. M. (2016). Viewing How STEM Project-Based Learning Influences Student' science Achievement Through the Implementation Lens: A Latent Growth Modeling, *Eurasia Journal of Mathematics, Science & techology Education,* 12(8),2139-2154

Hafizah H., Zanaton H. I., (2018) Tahap Pengetahuan, Kemahiran dan Sikap Pelajar dalam Pendidikan Sains, Teknologi, Kejuruteraan dan Matematik (STEM). *Graduate Research in Education Seminar 2018.*

Jackson, S. L. (2016). *Research Methods and Statistics A Statistics A Critical Thingking* Fifth Edit). United States: Cengage learning.

Karpudewan, M., Ponniah, J., & Zain, A. N. M. (2016). Project-Based Learning: An Approach to Promote Energy Literacy Among Secondary School Student. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 25(2): 229-237

Kementerian Pengjian Tinggi (2015). *Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015 - 2025(Pendidikan Tinggi)*. Putrajaya: Kementerian Pendidikan Malaysia

Kong, S.F., & Mohd Matore, M. E. @ E. (2020). Student Attitudes Towards The Implementation of Science, Technology, Engineering and Mathematics (STEM) in Learning. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 72-81. Vol 2.3.2020.

Landell K. (1997). Management by Menu. London: Wiley dan Sons Inc

McDonald, C. V. (2016). STEM Education: A review of the contribution of the disciplines of science, technology, engineering and mathematics. *Science Education International*, 27(4), 530-569.

Milliken, D. & Adams, J. (2010). Recommendations for Science, Technology, Engineering and Mathematics Education.

Ng, C. H., & Adnan, M. (2018), J. Integrating STEM Education Through Project-Based Inquiry Learning (PIL) in Topic Space Among Year One Pupils. *Materials Science and Engineering*,296(1), 12-20.

Nur Farhana Ramli & Othman Talib. 2017. Can Education Instituition Implement STEM? From Malaysian Taechers' View. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences* 7(3): ISSN 2222-6990.

Roberts, T., Jackson, C., Mohr-Schroeder, M. J., Bush, S. B., Maiorca, C., Cavalcanti, M., Cremeans, C. (2018). Students' perceptions of STEM learning after participating in a summer informal learning experience. *International Journal of STEM Education*, 5(1).

Rusli Ahmad, Hasbee Usop, Azman Ismail, Sopian Bujang & Nur Naha Abu Mansor. (2014). Conducting Research in Social Sciences and Management Studies. Kuching : RS Publishing House.

Suprapto, N. (2016). Students' attitudes towards STEM education: Voices from Indonesian junior high schools. *Journal of Turkish Science Education*, 13(Specialissue), 75–87.

Cabaran Atlet Kesan Pandemik COVID-19 di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

Muhamad Sujairi Bin Yusof[1], Faizatulhaida Bt Md Isa[2], Ridzuan Bin Din[3]

[1,2,3]Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

ABSTRAK

Pandemik Covid-19 yang melanda dunia termasuk Malaysia telah memberi impak yang besar kepada sektor ekonomi, sosial, pendidikan dan lain-lain. Ekoran daripada pandemik tersebut beberapa *Standard Operating Procedure* (SOP) telah diumumkan oleh kerajaan termasuk latihan sukan dalam mengekang penularan pandemik ini. Ia telah memberi kesan besar terhadap atlet-atlet sukan khususnya atlet PTSB, ini kerana latihan tidak dapat dijalankan seperti biasa kerana mengikut SOP. Oleh itu kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti cabaran yang dihadapi oleh atlet. Sampel kajian terdiri daripada 31 atlet dari sukan olahraga, bola jaring, memanah dan futsal yang terdiri daripada Jabatan Kejuruteraan Awam, Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Jabatan Perdagangan dan, Jabatan Kejuruteraan Mekanikal dari Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah. Hasil dapatan menunjukkan bahawa terdapat cabaran yang dihadapi oleh atlet dari aspek latihan dan emosi. Terdapat 32.3% iaitu 10 atlet menghadapi masalah mengikuti jadual latihan mengikuti SOP. Seterusnya hasil dapatan menunjukkan bahawa 10 atlet iaitu 32.3% mempunyai motivasi yang rendah. Manakala 22 atlet iaitu 71% emosi tidak stabil ekoran daripada pandemik ini. Hasil dapatan turut menunjukkan bahawa terdapat 2 atlet iaitu 6.5% menyatakan ingin berhenti daripada sukan yang diwakili. Kesan pandemik Covid-19 memberi cabaran kepada atlet untuk terus menceburi bidang sukan yang diminati dalam memastikan kekauatan fizaikal dan mental.

Kata Kunci: Covid-19, Atlet, *Standard Operating Procedure* (SOP), Cabaran

1.0 PENGENALAN

Pada hujung tahun 2019, COVID-19 atau Novel Coronavirus menjadi tajuk utama di media-media sosial di seluruh dunia. Wabak ini telah dikesan pada pertengahan Disember 2019 di bandaraya Wuhan, Hubei China. Seterusnya, pada 11 Mac 2020 wabak ini telah mula diiktiraf oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai pandemik. Sehingga 23 Mei 2020, lebih daripada 5.26 juta(5,260,970) kes COVID-19 telah dilaporkan dalam sekurang-kurangnya 196 negara dengan mencatatkan seramai 339,758 kes kematian di seluruh dunia (Berita Harian, 2020). Keadaan menjadi semakin serius apabila statistik penghidap COVID-19 di negara Malaysia semakin meningkat dari hari ke hari. Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) pada 17 Mac 2020 telah dilaksanakan dalam mengekang penularan wabak ini. Ia bertujuan untuk memutuskan rantaian wabak COVID-19 yang sedang menular ke seluruh negara. Apabila PKP dilaksanakan semua sektor seperti ekonomi, pendidikan, pelancongan dan sukan akan terjejas. Sukan menjadi penyumbang utama ekonomi dan pembangunan sosial sesebuah negara. PKP dilancarkan secara menyeluruh merangkumi larangan pergerakan dan larangan berhimpun di seluruh negara.

Larangan berhimpun termasuk yang melibatkan aktiviti keagamaan, sukan, sosial dan budaya. Sepanjang tempoh tersebut Malaysia berhadapan beberapa bentuk kawalan pergerakan antaranya Perintah Kawalan Pergerakan (PKP), Perintah Kawalan Pergerakan Diperketatkan (PKPD), Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) dan Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan (PKPP). Oleh

yang demikian pandemik COVID-19 yang telah melanda seluruh dunia ketika ini sememangnya memberi kesan terhadap psikologi atlet. Kenyataan ini disokong oleh Pegawai Psikologi Sukan Institut Sukan Negara (ISN), Philip Lew, berdasarkan kajian Jawatankuasa Olimpik Antarabangsa (IOC), 50 peratus daripada 4,089 atlet antarabangsa yang disoal selidik menyatakan atlet sukar bermotivasi dalam menjalankan latihan sukan dengan efektif.

Malaysia turut mengalami peningkatan dalam isu-isu kesihatan mental antaranya kebimbangan. Dari sudut aktiviti sosial manusia, wabak ini memberi gangguan yang teruk terhadap rutin harian, ada yang terpaksa berpisah dengan keluarga dan rakan-rakan dan rasa terasing daripada masyarakat (Choi et al. 2020). Akibat perintah kuarantin, *lockdown*, atau kawalan pergerakan menyebabkan individu yang bekerja jauh daripada keluarga merasa tertekan kerana tidak dapat pulang berjumpa keluarga. Ini menyebabkan individu tersebut mengalami kemurungan dan kebimbangan.

Penularan virus yang merbahaya ini menyebabkan aktiviti perkumpulan berskala besar tidak dapat dijalankan seperti majlis keramaian, perkahwinan, aktviti sukan berkumpulan seperti bola sepak dan sebagainya.Apabila perintah kawalan pergerakan dilaksana di seluruh negara ia akan memberi implikasi mencabar kepada industri sukan, aktiviti fizikal dan kesejahteraan. Bagi memastikan tahap kesihatan atlet terjamin dan selamat, semua kejohanan sukan peringkat antarabangsa dan kebangsaan ditangguhkan atau dibatalkan. Seperti contoh temasya Sukan Olimpik dan Paralimpik Tokyo 2020 turut menerima kesan akibat Covid-19 kerana ia terpaksa ditangguhkan ke 2021.
Sejumlah atlet Politekik Tuanku Sultanah Bahiyah (PTSB) ketika ini turut terkena tempias susulan keputusan kerajaan melaksanakan kembali Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) di seluruh Malaysia disebabkan peningkatan kes COVID-19 sejak 14 Oktober lalu. Walaupun mereka masih dibenarkan meneruskan latihan tetapi latihan perlulah mengikut SOP yang telah ditetapkan. Ini akan menganggu emosi dan motivasi atlet semasa latihan dijalankan. Pandemik Covid-19 telah membataskan segala kontak bersemuka diantara atlet dan jurulatih. Impak Covid-19 kepada atlet boleh dilihat pada usaha mereka dalam mengekalkan kecergasan dan pada masa sama mematuhi perintah kerajaan. Perkara ini merupakan norma baharu yang perlu dibiasakan oleh atlet dan jurulatih. Pengubahsuaian program dan corak latihan akan lebih dirasai atlet sukan jenis berpasukan seperti bola sepak dan ragbi, berbanding atlet sukan individu yang lebih senang mengamalkan jarak sosial (Bernama,2020).

Ia kerana kebanyakan sukan jenis berpasukan melibatkan sentuhan badan sekali gus meningkatkan risiko dijangkiti virus berkenaan. Oleh itu latihan secara individu dan dipantau jarak jauh adalah penting bagi memastikan atlet melakukan latihan berterusan walaupun tanpa kelibat jurulatih. Justeru itu, kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti cabaran yang dihadapi oleh atlet PTSB dari aspek emosi dan latihan dalam tempoh Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) dilaksanakan.

Kajian yang dijalankan adalah untuk mengenalpsti cabaran atlet kesan Pandemik COVID-19 di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah. Sampel kajian terdiri daripada 31 atlet dari sukan olahraga, bola jaring, memanah dan futsal yang terdiri daripada Jabatan Kejuruteraan Awam, Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Jabatan Perdagangan dan, Jabatan Kejuruteraan Mekanikal dari Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah. Hasil dapatan menunjukkan bahawa terdapat cabaran yang dihadapi oleh atlet dari aspek latihan dan emosi

2.0 SOROTAN KAJIAN

Pandemik Covid-19 telah mengajar seluruh dunia untuk hidup dalam norma baharu. Kehidupan dan aktiviti harian masyarakat kini telah banyak berubah. Bermulanya tahun 2020 kita merasakan bermulanya Era negara memasuki Wawasan 2020 dengan penuh warna warninya, tetapi segala-galanya terus menjadi malap dan suram dek kerana kehadiran suatu jelmaan yang menggerunkan berbilion umat manusia iaitu suatu virus yang di namakan Virus Corono atau lebih di kenali sebagai Covid-19. Penyakit

coronavirus 2019 (Covid-19) telah merebak ke seluruh China dan mendapat perhatian dunia (Guo et al. 2020).

Kes Covid-19 terus meningkat sehinggalah Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah mengisytiharkan Covid-19 sebagai pandemik pada bulan Mac 2020 (Muhammad Adnan Shereen, 2020). Penularan pandemik Covid-19 yang melanda diseluruh dunia turut menjejaskan sektor pendidikan dan sukan. Menurut Adam Firouz (2020), hampir kesemua sekolah, kolej serta universiti ditutup akibat wabak Covid-19. Kajian ini disokong oleh Michael P.A. Murphy (2020), penutupan universiti dan kolej di seluruh dunia dapat membantu mengurangkan kadar peningkatan kes jangkitan virus Covid-19. Implikasi daripada penutupan universiti dan kolej memberi cabaran kepada atlet terutamanya dari aspek latihan dan emosi.

2.1 Latihan

SOP telah diperkenalkan oleh kerajaaan dalam mengekang penularan wabak berbahaya ini. Aktiviti sukan dan rekreasi turut memperkenalkan SOP yang perlu diikuti dalam memutuskan rantaian Covid-19. Ia merupakan suatu fenomena yang baharu kepada atlet sukan di negara ini termasuklah atlet PTSB. Antara SOP yang diperkenalkan adalah kebenaran beroperasi dan menggunakan fasiliti sukan adalah TERHAD dengan pematuhan SOP. Para atlet yang terlibat perlulah mengikiti SOP yang ditetapkan. Dalam sidang media YB Menteri Belia dan Sukan berkata pembukaan sektor sukan dan rekreasi Fasa II bertarikh 8 Jun 2020 bersetuju untuk memberi kebenaran kepada orang awam untuk melakukan aktiviti sukan dan rekreasi yang tidak ada sentuhan badan (*non-contact*), di dalam atau luar dewan (*indoor and outdoor facilities*) bermula 15 Jun 2020 seperti sukan individu (badminton, olahraga, angkat berat), sukan permotoran (kenderaan dua roda dan empat roda), sukan ekstream (payung terjun, papan luncur, paramotor) dan sukan rekreasi (senamrobik dan yoga).

Penjarakan sosial bagi sekurang-kurangnya 1 hingga 3 meter bagi sukan (angkat berat dalam gimnasium, berlari atas treadmill) dan 3 hingga 5 meter bagi sukan (aerobik, zumba, latihan bola sepak, hoki, bola jaring dan ragbi) perlu dipatuhi oleh atlet. Ini menunjukkan bahawa latihan yang perlu dijalankan adalah begitu ketat yang diikuti.

Latihan amat penting dalam memastikan atlet sentiasa dalam keadaan cergas dan sentiasa membaiki teknik supaya memperolehi kemenangan pada kejohanan masa depan. Ini menunjukkan bahawa atlet perlu mempunyai jadual serta displin yang tinggi untuk memastikan latihan sentiasa diikuti. Namum demikian latihan ketika covid-19 adalah berbeza seprti sebelum pandemik berlaku. Maka ini merupakan cabaran yang perlu diharungi oleh semua atlet terutamanya dari university dan kolej.

Kejayaan seseorang atlet dikaitkan dengan latihan yang dijalani sebelum kejohanan berlangsung. Melalui latihan kecergasan dapat ditingkatkan untuk mencapai kejayaan di kejohanan. Melalui latihan jurulatih akan memastikan teknik yang betul dapat dibaiki untuk memastikan larian terbaik untuk mencipta kemenangan. Ini jelas menunjukkan bahawa latihan mampu membaiki larian samada dari aspek teknik ataupun kecergasan.

2.2 Emosi

Penularan koronavirus (Covid-19) bukan hanya memberi kesan kepada masalah ekonomi, malah turut mempengaruhi emosi seseorang. Menurut Perdana Menteri, Tan Sri Muhyiddin Yassin dalam ucapannya disiarkan secara maya berkata, keluarga yang terjejas

dengan pandemik itu perlu diperkasa, diberi sokongan bagi memulakan kehidupan baharu dan meneruskan kelangsungan hidup.

Covid-19 bukan sahaja mendedahkan masyarakat kepada norma baharu seperti pematuhan terhadap *Standard Operating Procedure* (SOP) tetapi pada masa yang sama telah membangkitkan tekanan terhadap psikologi seperti perasaan atau emosi. Kenyataan ini disokong oleh Sundarasen et al., (2020) melalui kajian yang telah dilakukan terhadap 983 orang responden dalam kalangan pelajar di Malaysia mendapati 20.4%, 6.6% dan 2.8% pelajar mengalami kebimbangan di tahap minima kepada sederhana, sederhana teruk dan sangat teruk semasa pandemik Covid-19.

Emosi yang kurang baik akan membawa kepada simptom kebimbangan iaitu daripada aspek kognitif, emosi, somatik, autonomik dan juga tingkahlaku. Perubahan yang akan berlaku akibat daripada gangguan emosi dan perasaan seperti gangguan tidur, perubahan selera makan, bimbang, berdebar-debar , sukar tumpukan perhatian kepada sesuatu perkara dan hilang minat terhadap aktiviti yang disukai. Kesan-kesan ini akan memberi impak yang negetif kepada pencapaian atlet.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Metodologi kajian ini akan tertumpu kepada kaedah penyelidikan yang dijalankan bagi tujuan mengutip dan menganalisa data. Perbincangan dibuat merangkumi tajuk-tajuk kecil seperti rekabentuk kajian, kaedah pengumpulan data, populasi dan sampel kajian, instrumen kajian, serta tatacara penganalisaan data secara keseluruhan.

Populasi kajian ini tertumpu kepada pelajar di kalangan atlet PTSB yang terdiri daripada , Jabatan Kejuruteraan Awam, Jabatan Kejuruteraan Mekanikal, Jabatan Kejuruteraan Elektrik dan Jabatan Perdagangan Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah. Borang soal selidik telah diedarkan secara dalam talian menerusi *google form* dan hanya 31 borang soal selidik diperolehi.

Rekabentuk sesuatu kajian adalah kaedah tertentu untuk memperolehi maklumat bertujuan penyelesaian masalah. Kajian yang dijalankan ini berbentuk deskriptif menggunakan borang soal selidik untuk mendapatkan maklumat daripada responden.

Borang soal selidik iaitu *google form* telah diedarkan untuk pengumpulan data. Borang soal selidik direkabentuk berdasarkan objektif kajian. Penyelidik telah membentuk soalan-soalan berkaitan maklumat responden serta dua persoalan kajian iaitu latihan dan psikologi atlet semasa tempoh PKPB di kalangan atlet PTSB.

Borang soal selidik ini dibahagikan kepada tiga bahagian di mana Bahagian A mengandungi soalan-soalan berkaitan latar belakang responden manakala Bahagian B merangkumi faktor latihan dan Bahagian C merangkumi faktor psikologi.

Data di analisis kuantitatif mudah, iaitu kekerapan dan peratusan bagi menganalisis data yang dikumpul. Kekerapan dan peratusan adalah megukur jumlah skor pelajar bagi faktor latihan dan faktor psikologi semasa atlet semasa tempoh PKPB.

4.0 DAPATAN KAJIAN

Jadual 1 menunjukkan analisa deskritif diantara jantina dan jabatan. Dapatan menunjukkan bahawa pelajar perempuan lebih ramai daripada pelajar lelaki iaitu 18 dan 13. Pelajar lelaki yang paling ramai aktif dalam sukan adalah dari JKA dan JKM. Manakala pelajar perempuan yang paling ramai aktif dalam sukan JP.

Jadual 1: Jantina dan Jabatan

Jantina	**Jabatan**				**Jumlah**
	JKA	**JKE**	**JKM**	**JP**	
Lelaki	5	2	5	1	13
Perempuan	4	1	4	9	18

Nota: Jabatan Kejuteraan Awam (JKA), Jabatan Kejuteraan Elektrik (JKE), Jabatan Kejuruteraan Mekanikal (JKM) dan Jabatan Perdagangan (JP)

Jadual 2 menunjukkan analisa deskritif diantara jabatan dan jenis sukan yang diwakili. Hasil dapatan menunjukkan bahawa sukan bola jaring yang paling ramai diwakili oleh pelajar iaitu 13 orang dan diikuti oleh olahraga iaitu 11 orang. Sukan memanah yang paling sedikit diwakili iaitu seorang. Pelajar JP paling ramai mewakili bola jaring iaitu 7 orang. Manakala pelajar JKA paling ramai mewakili olahraga iaitu 5 orang.

Jadual 2: Jabatan dan jenis sukan diwakili

Jenis Sukan diwakili	**Jabatan**				Jumlah
	JKA	JKE	JKM	JP	
Olahraga	5	-	3	3	11
Memanah	-	-	1	-	1
Bola Jaring	2	1	3	7	13
Futsal	2	2	2	-	6

Nota: Jabatan Kejuteraan Awam (JKA), Jabatan Kejuteraan Elektrik (JKE), Jabatan Kejuruteraan Mekanikal (JKM) dan Jabatan Perdagangan (JP)

Jadual 3 menunjukkan analisa deskritif jenis dan peringkat sukan yang diwakili. Dapatan menunjukkan bahawa 11 pelajar dan 8 pelajar mewakili Politeknik dan Majlis Sukan Politeknik (MSP). Manakala 4 pelajar bermain di peringkat kebangsaan dan negeri. Tedapat 2 pelajar aktif olahraga di peringkat kebangsaan. Diperingkat MSP, 4 pelajar yang terlibat dalam futsal dan 8 pelajar aktif dalam bola jaring diperingkat politeknik.

Jadual 3: Jenis dan peringkat sukan yang diwakili

Jenis Sukan diwakili	**Peringkat sukan diwakili**				
	Kebangsaan	MSP	Politeknik	Negeri	Daerah
Olahraga	2	3	2	1	3
Memanah	1	-	-	-	-
Bola Jaring	1	1	8	2	1
Futsal	-	4	1	1	-

Jadual 4 menunjukkan analisa deskritif diantara jabatan dan peringkat sukan diwakili. Hasil dapatan menunjukkan bahawa 3 pelajar dari jabatan perdagangan aktif diperingkat kebangsaan. Peringkat politeknik diwakili oleh 5 pelajar JKA dan 3 pelajar masing-masing dari JKM dan JP.

Jadual 4: Jabatan dan peringkat sukan diwakili

Jabatan	**Peringkat sukan diwakili**				
	Kebangsaan	MSP	Politeknik	Negeri	Daerah
JKA	-	1	5	1	2
JKE	-	2	-	-	1
JKM	1	3	3	1	1
JP	3	2	3	2	-

Nota: Jabatan Kejuteraan Awam (JKA), Jabatan Kejuteraan Elektrik (JKE), Jabatan Kejuruteraan Mekanikal (JKM) dan Jabatan Perdagangan (JP)

Dapatan daripada Jadual 5 menunjukkan seramai 21 atlet iaitu 67.7% menjalani latihan seperti biasa serta mengikuti jadual yang telah disediakan walaupun semasa tempoh PKPB. Manakala atlet menjalani latihan sendiri dan mengikuti jadual yang disediakan oleh jurulatih iaitu seramai 23 orang iiatu 74,2%. Seterusnya kesemua atlet iaitu 31 pelajar menyatakan kepentingan latihan dalam meningkat kecergasan.

Hasil dapatan menunjukkan bahawa 10 atlet iaitu 32.3% mempunyai motivasi yang rendah 6 atlet iaitu 19.4% menyatakan emosi terganggu dan 22 atlet iaitu 71% emosi tidak stabil. Hasil dapatan turut menunjukkan bahawa terdapat 2 atlet iaitu 6.5% menyatakan ingin berhenti daripada sukan yang diwakili.

Jadual 5: Faktor latihan dan psikologi

	YA	TIDAK
LATIHAN		
Adakah latihan yang dijalan seperti biasa ?	21 (67.7%)	10 (32.3%)
Adakah latihan dijalankan secara bersendirian?	23 (74.2%)	8 (25.8%)
Adakah latihan mengikut jadual yang disediakan.	21 (67.7%)	10 (32,3%)
Adakah jadual latihan disediakan oleh jurulatih?	23 (74.2%)	8 (25.8%)
Adakah latihan akan meningkat tahap kecergasan saya	31 (100%)	0
PSIKOLOGI		
Adakah motivasi saya rendah semasa menjalankan latihan dalam tempoh PKPB	10 (32.3%)	21 (67.7%)
Adakah emosi terganggu semasa menjalankan latihan dalam tempoh PKPB	6 (19.4%)	25 (80.6%)
Adakah emosi saya tidak stabil semasa menjalankan latihan dalam tempoh PKPB	9 (29%)	22 (71%)
Adakah saya berkeinginan untuk berhenti dari sukan yang diwakili	2 (6.5%)	29 (93.5%)

Hasil dapatan menunjukkan bahawa atlet mengalami cabaran berkaitan dengan latihan yang disediakan. Terdapat atlet yang tidak boleh menjalani latihan seperti biasa disebabkan pandemic covid-19. Malahan jadual yang disediakan oleh jurulatih turut tidak dapat diikuti. Walaupun atlet bersetuju bahawa latihan meningkat kecergasan namun kegagalam mengikuti latihan kemungkinan prestasi akan

terjejas. Disamping itu atlet turut mengalami cabaran dari aspek emosi disebabkan latihan tidak dapat dijalankan dengan baik. Seterusnya latihan turut menyebabkan emosi atlet terjejas sehingga menyebabkan segelintir atlet ingin berhenti.

5.0 KESIMPULAN

Penularan Covid-19 mendorong kerajaan melaksanakan PKP seterusnya telah menyebabkan beberapa sektor turut terjejas termasuklah sektor sukan di Malaysia. Pandemik Covid-19 sememangnya memberi kesan yang mendalam kepada seluruh rakyat Malaysia kerana mereka terpaksa membiasakan diri dalam melakukan aktiviti norma baharu dan meninggalkan aktiviti konvensional. Pandemik ini juga turut mempengaruhi dunia sukan. Dengan perubahan kebiasaan baharu atau *new norm*, atlet sukan khususnya atlet PTSB perlu akur dalam mengikuti *Standard Operating Procedure* (SOP) yang telah ditetapkan dalam mengekang penularan virus yang merbahaya ini.

Normal baharu ini perlu diteruskan demi kesihatan semua dan pada masa yang sama ia akan mengajar atlet dan jurulatih menitikberatkan soal kebersihan, menjadikan mereka lebih berdisiplin dan kreatif untuk menjaga tahap kecergasan. Perubahan normal baharu yang perlu dipraktikkan kesemua atlet serta jurulatih akan menjadikan mereka lebih berdisiplin. Walaupun terdapat beberapa cabaran yang terpaksa ditempuh oleh atlet khususnya atlet PTSB dalam mengikuti latihan , ia tidak membakar semangat dalam mencapai kejayaan yang diimpikan.

Ini jelas terbukti apabila hasil dapatan menunjukkan 21 pelajar iaitu 67.7% menjalani dapat menjalani latihan serta mengikuti jadual yang telah disediakan walaupun dalam tempoh PKPB. Manakala atlet menjalani latihan sendiri dan mengikuti jadual yang disediakan oleh jurulatih iaitu seramai 23 orang iaitu 74.2%. Seterusnya kesemua atlet iaitu 31 pelajar menyatakan kepentingan latihan dalam meningkat kecergasan. 10 atlet iaitu 32.3% mempunyai motivasi yang rendah 6 atlet iaitu 19.4% menyatakan emosi terganggu dan 22 atlet iaitu 71% emosi tidak stabil. Walaubagaimanapun terdapat 2 atlet iaitu 6.5% menyatakan ingin berhenti daripada sukan yang diwakili.

RUJUKAN

Adam Firous (2020),Kuala Lumpur http:// www.krinstitute.org/assests/ contenMS /img/template

Chhabra, S. (2020). Psychological Implications of COVID-19 Pandemic - A Wide Spectrum of Manifestations. Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences, 9(33), 2386–2391.

Choi, E. P. H., Hui, B. P. H., & Wan, E. Y. F. (2020). Depression and anxiety in Hong Kong during COVID-19. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(10).

Guo, Y., Cao, Q., Hong, Z. et al. (2020). The origin, transmission and clinical therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak – an update on the status. Military Med Res 7, 11. Dicapai daripada laman web: https://doi.org/10.1186/s40779-020-00240-0

https://www.bharian.com.my/sukan/lain-lain/2020/05/688121/kemahiran-berfikir-atlet-meningkat-sepanjang-tempoh-covid-19

https://www.bharian.com.my/sukan/lain-lain/2020/10/741883/atlet-teruskan-latihan-kecuali-ragbi-boling-padang-tenpin-boling

Michael P.A Murphy. (2020). COVID-19 and Emergency Elearning: Consequences Of The Securitization Of Higher Education For Post-Pandemic Pedagogy

Muhammad Adnan Shereen (2020) COVID-19 Infection: Origin, Transmission, and Characteristics of Human Coronaviruses. Journal of Advanced Research. Volume 24, July 2020, m/s 91-98.

Sidang Media Yb Menteri Belia Dan Sukan Pembukaan Sektor Sukan Dan Rekreasi Fasa II 8 Jun 2020.

Sundarasen, S., Chinna, K., Kamaludin, K., Nurunnabi, M., Baloch, G. M., Khoshaim, H. B., Sukayt, A. (2020). Psychological impact of covid-19 and lockdown among university students in malaysia: Implications and policy recommendations. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(17), 1–13.

Peranan Kokurikulum Dalam Membentuk Kemahiran Komunikasi, Kepimpinan dan Bekerja Dalam Kumpulan Terhadap Pelajar

Wan Azhar Bin Wan Ismail[1], Wan Muhammad Marzudi Bin Wan Muhammad[2]

[1,2] Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Kokurikulum adalah kursus yang wajib di ambil oleh pelajar apabila mendaftar masuk ke politeknik. Dalam kursus ini terdapat banyak aktiviti kokurikulum yang boleh dijalankan bagi membentuk kemahiran-kemahiran tertentu dalam melahirkan pelajar yang berwibawa dan cemerlang. Kajian ini adalah bertujuan untuk mengetahui peranan kokurikulum dalam membentuk kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan terhadap pelajar. Sampel kajian terdiri daripada 200 orang pelajar semester lima Politeknik Kota Bharu Sesi Disember 2019 yang telah mengambil kursus kokurikulum. Instrumen kajian adalah menggunakan borang soal selidik. Perisian *Statistical Package of Social Sciences (SPSS) version 20.0* telah digunakan untuk mendapatkan skor min. Keputusan yang diperolehi mendapati bahawa tahap kemahiran pelajar ketiga-tiga aspek tersebut setelah mengikuti kursus kokurikulum adalah tinggi. Hasil daripada kajian ini menunjukkan bahawa pelajar yang menyertai aktiviti kokurikulum mampu meningkatkan kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan bagi menghadapi dunia yang lebih mencabar di masa akan datang. Ketiga-tiga kemahiran ini juga mempunyai hubungan kolerasi yang kuat, signifikan dan searah.

Kata kunci: komunikasi, kepimpinan, kumpulan, kokurikulum

1.0 PENGENALAN

Kokurikulum adalah kursus yang wajib di ambil oleh pelajar apabila mendaftar masuk ke politeknik. Dalam kursus ini terdapat banyak aktiviti kokurikulum yang boleh dijalankan bagi membentuk kemahiran-kemahiran tertentu dalam melahirkan pelajar yang berwibawa dan cemerlang. Kokurikulum juga adalah aktiviti yang memberi banyak pengalaman kepada pelajar terutama di luar bilik kuliah. Menurut Abdullah Sani Yahaya (2005), kokurikulum merupakan segala aktiviti kurikulum yang dilakukan di luar bilik darjah dan di luar waktu pembelajaran formal. Melalui kokurikulum juga boleh membentuk sahsiah diri yang positif kepada pelajar seperti kemahiran komunikasi, kepimpinan, bekerja dalam kumpulan dan lain-lain lagi. Ia juga penting untuk mengimbangkan kemahiran insaniah dan kecemerlangan akademik pelajar. Jika akademik cemerlang tetapi kemahiran-kemahiran insaniah tidak dikuasai oleh pelajar akan mengakibatkan graduan yang dilahirkan tidak berkualiti dengan kehidupan yang penuh dengan cabaran pada masa kini.

Secara amnya, kokurikulum adalah aktiviti yang banyak dilakukan di luar bilik kuliah untuk mendapat pengalaman baru dan dilakukan secara tidak formal. Aktiviti kokurikulum lebih menekankan perkara dan aspek yang tersembunyi seperti kemahiran komunikasi, kepimpinan, bekerja dalam kumpulan dan sebagainya bagi mempertingkatkan lagi kemahiran pelajar.

1.1 Penyataan Masalah

Dalam dunia hari ini, pelajar perlu menguasai ilmu pengetahuan yang tinggi supaya tidak ketinggalan dan mereka juga perlu memiliki kemahiran yang tinggi untuk meningkatkan lagi produktiviti syarikat. Kokurikulum banyak memberi faedah kepada pelajar dalam mengembangkan bakat, kreativiti dan inovasi. Di negara kita, pelajar banyak didedahkan kepada sifat-sifat yang baik seperti bertanggungjawab, tolong menolong dan sebagainya supaya menjadi seorang insan yang baik.

Sifat-sifat dan kemahiran yang baik ini biasanya pelajar dapat melalui aktiviti kokurikulum di sekolah dan IPT. Kebanyakan kajian menumpukan kepada penglibatan pelajar tetapi tidak menekankan terhadap aspek kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan apabila pelajar mengikuti aktiviti kokurikulum. Jadi kajian ini lebih memfokuskan kepada kepada aspek kemahiran, komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan. Penyelidik juga ingin mengenalpasti jika terdapat hubungan yang signifikan antara kemahiran-kemahiran tersebut terhadap pelajar.

1.2 Objektif Kajian

Objektif kajian yang dijalankan ini adalah berkaitan dengan peranan kokurikulum dalam membentuk kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan pelajar. Aspek-aspek yang dinilai adalah seperti berikut:

1.2.1 Untuk mengenalpasti sama ada aktiviti kokurikulum boleh meningkatkan kemahiran komunikasi.
1.2.2 Untuk mengenalpasti sama ada aktiviti kokurikulum boleh meningkatkan kemahiran kepimpinan.
1.2.3 Untuk mengenalpasti sama ada aktiviti kokurikulum boleh meningkatkan kemahiran bekerja dalam kumpulan.
1.2.4 Untuk mengenalpasti sama ada terdapat hubungan yang signifikan antara kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan terhadap pelajar.

2.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian dilakukan menggunakan borang soal selidik dan data dianalisis secara deskriptif. Kajian ini adalah bertujuan mengetahui peranan kokurikulum dalam membentuk kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan kepada pelajar di Politeknik Kota Bharu.

2.1 Rekabentuk dan Instrumen Kajian

Instrumen kajian ini mengandungi lima bahagian item soalan iaitu bahagian A, bahagian B, bahagian C dan bahagian D diukur dengan menggunakan 5 skala Likert iaitu (1 = Sangat tidak setuju, 2 = Tidak setuju, 3 = Tidak pasti, 4 = Setuju dan 5 = Sangat setuju) yang bertujuan untuk memudahkan proses analisis dan kesimpulan dibuat. Borang soal selidik ini diedarkan kepada 200 orang pelajar semester lima Sesi Disember 2019 yang dipilih secara rawak dan telah mengambil kursus kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Bahagian A mengandungi soalan yang berkaitan dengan latar belakang responden, bahagian B mengandungi soalan yang berkaitan dengan dengan kemahiran komunikasi, bahagian C mengandungi soalan yang berkaitan dengan dengan kemahiran kepimpinan dan bahagian D mengandungi soalan yang berkaitan dengan dengan kemahiran bekerja dalam kumpulan.

2.2 Sampel Kajian

Dalam kajian ini, populasi terdiri daripada 565 orang pelajar semester lima Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu. Sampel yang diambil seramai 200 orang pelajar sahaja. Rasional pemilihan pelajar tersebut adalah kerana mereka telah mengambil kursus kokurikulum.

2.3 Prosedur Kajian

Pelajar telah diberikan borang soal selidik dan mereka telah menjawab dalam masa 10 – 15 minit. Sebelum menjawab, arahan dan penerangan telah diberikan oleh pensyarah kursus. Borang tersebut dipungut sebaik saja ia telah dilengkapkan. Berdasarkan borang soal selidik tersebut, analisis data dibuat dengan mengguna *Statistical Package of Social Sciences (SPSS) version 20.0.*

2.4 Kajian Rintis

Kajian rintis adalah bertujuan untuk menguji tahap kesahan dan kebolehpercayaan item yang ditanya dalam borang soal selidik supaya soalan yang ditanya adalah berkualiti. Penyelidik menjalankan kajian rintis ke atas 5 orang pelajar perempuan dan 5 orang pelajar lelaki semester lima Sesi Disember 2019 secara rawak yang telah mengambil kursus kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Data-data yang diperolehi dianalisis menggunakan perisian *Statistic Package For Social Science (SPSS) version 20.0.* Hasil kajian rintis menunjukkan nilai Alfa Cronbach adalah 0.911 dan sangat sesuai digunakan untuk sampel sebenar.

3.0 DAPATAN KAJIAN

Daripada kajian yang dijalankan, keputusan kebolehpercayaan item, skor min dan hubungan kolerasi antara pembolehubah diperolehi.

3.1 Analisis Tahap Kebolehpecayaan *Alfa Cronbach, α*

Berdasarkan Jadual 1, analisis pembolehubah-pembolehubah didapati tahap kebolehpercayaan semua item adalah tinggi dengan *Alfa Cronbach,* α = 0.955. Ini menunjukkan semua item yang ditanya adalah mempunyai kebolehpercayaan yang tinggi, sesuai dan tidak mengelirukan responden.

Jadual 1 : Jadual Kebolehpercayaan Item

Cronbach's Alpha	N of Items
.955	15

3.2 Analisis Skor Min

Daripada kajian yang telah dijalankan, menurut Azizi, Shahrin, Jamaludin, Yusof & Rahim (2007), skor min didapati ketiga-tiga kemahiran yang dinilai iaitu kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan menunjukkan nilai skor min yang tinggi. Perkara ini dapat dilihat dengan jelas melalui Jadual 2 di bawah. Daripada Jadual 2 juga didapati kemahiran bekerja dalam kumpulan mempunyai skor min yang paling tinggi.

Jadual 2: Analisis Skor Min Bagi Kemahiran Komunikasi, Kepimpinan dan Bekerja Dalam Kumpulan

	N	Mean	Tahap
Kemahiran Komunikasi	200	3.9860	Tinggi
Kemahiran Kepimpinan	200	3.9220	Tinggi
Kemahiran bekerja dalam kumpulan	200	4.0250	Tinggi
Valid N (listwise)	200		

3.3 Analisis Kemahiran Komunikasi

Daripada analisis data di Jadual 2, didapati skor min kemahiran komunikasi adalah 3.9860 iaitu pada tahap tinggi. Ini menunjukkan bahawa pelajar semester lima Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu dapat menguasai kemahiran komunikasi melalui penglibatan dalam kursus kokurikulum. Kemahiran mendengar dengan baik adalah kemahiran komunikasi yang mempunyai skor min yang paling tinggi. Mohd Salleh Lebar (2000) menjelaskan dalam kehidupan harian, komunikasi amat penting terutamanya dalam pengiriman berita, pemindahan dan tindak balas orang yang menerima. Ini bermaksud jika berita yang dikirim tidak jelas maka penerima maklumat akan keliru untuk membuat

tindak balas. Dalam kokurikulum juga pelajar mempunyai banyak masa untuk bercakap atau bersemuka dengan kawan dan pensyarah. Daripada sinilah maka ia boleh meningkatkan lagi kemahiran komunikasi pelajar. Interaksi bersemuka adalah salah satu kemahiran komunikasi yang berkesan.

Kesimpulannya, kemahiran komunikasi adalah kemahiran yang penting dalam kehidupan harian. Penguasaan kemahiran ini amatlah diperlukan apabila pelajar memasuki alam pekerjaan nanti. Semua majikan memerlukan seseorang pekerja yang boleh berkomunikasi dengan baik supaya dapat menambahkan lagi keyakinan dan kepercayaan pelanggan terhadap syarikat tersebut.

3.4 Analisis Kemahiran Kepimpinan

Daripada analisis data di Jadual 2, didapati skor min kemahiran kepimpinan adalah tinggi. Ini menunjukkan bahawa pelajar semester lima Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu dapat menguasai kemahiran kepimpinan melalui penglibatan dalam kursus kokurikulum. Gary Yukl (2001) menyatakan bahawa proses kepimpinan terbentuk apabila seorang ketua mampu untuk mengemudi kumpulan atau orang yang dipimpin dengan baik. Kemahiran kepimpinan adalah penting dalam aktiviti kokurikulum kerana ia melibatkan ramai pelajar dan memerlukan komitmen yang tinggi dalam menjayakan sesuatu aktiviti. Jadi setiap aktiviti yang dijalankan memerlukan seorang ketua atau pemimpin supaya aktiviti tersebut dapat diselaraskan dan berjalan dengan lancar.

Kemahiran menyedari kewujudan masalah adalah skor min yang paling tinggi dalam kemahiran kepimpinan. Apabila pelajar melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum maka banyak masalah-masalah yang akan muncul semasa aktiviti berjalan. Daripada sinilah ketua atau pemimpin yang dilantik akan menyedari kewujudan masalah yang timbul dan menyelesaikannya sebelum menjadi bertambah parah. Sebagai contoh apabila pelajar diberikan sesuatu tugasan dalam aktiviti kokurikulum terutamanya yang melibatkan kerja berkumpulan, tugasan tersebut hendaklah diselesaikan mengikut tempoh waktu yang ditetapkan. Dalam kerja berkumpulan, ketua perlu dilantik untuk urusan pembahagian tugas dan pemantauan. Tujuan pelantikan ini supaya ketua peka terhadap masalah yang wujud semasa menyiapkan tugasan dan kena cepat bertindak untuk menyelesaikan masalah tersebut dengan segera. Daripada situ, kemahiran kepimpinan dapat diaplikasikan dalam menyelesaikan masalah disamping melahirkan seorang pemimpin yang berkaliber.

3.5 Analisis Kemahiran Bekerja Dalam Kumpulan

Daripada analisis data di Jadual 2, didapati skor min kemahiran bekerja dalam kumpulan adalah tinggi. Ini menunjukkan bahawa pelajar semester lima Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu dapat menguasai kemahiran bekerja dalam kumpulan melalui penglibatan dalam kursus kokurikulum. Kemahiran membantu ahli dalam kumpulan adalah kemahiran bekerja dalam kumpulan yang mempunyai skor min yang paling tinggi. Menurut Ab Aziz (2003), kerja berpasukan atau dalam kumpulan adalah gabungan sebilangan individu yang mempunyai kompetensi yang saling bergantung sama ada dari segi keupayaan, kepakaran, kemahiran dan pengetahuan. Mereka masing-masing mempunyai kelebihan, kemampuan dan komitmen tersendiri dalam melaksanakan tugas yang diberikan. Penyelidik berpendapat pergaulan melalui bekerja dalam kumpulan akan menambahkan jalinan nilai persahabatan dan kemesraan dalam kalangan pelajar.

Kesimpulannya, sikap suka membantu ahli dalam kumpulan adalah kemahiran yang paling dikuasai oleh pelajar setelah mengikuti kursus kokurikulum. Aktiviti kokurikulum dapat melatih pelajar supaya dapat menjalani kehidupan sosial dalam komuniti atau kumpulan dengan jayanya. Dalam aktiviti kokurikulum juga pelajar banyak berpeluang untuk mendapatkan kawan-kawan baru dan secara tidak langsung dapat meningkatkan kemahiran bekerja dalam kumpulan apabila diberi tugasan untuk menyiapkan dalam tempoh tertentu.

3.6 Analisis Hubungan Kolerasi Antara Kemahiran Komunikasi, Kepimpinan dan Bekerja Dalam Kumpulan

Berdasarkan analisis korelasi pada Jadual 3, menurut Jonathan Sarwono didapati bahawa kemahiran komunikasi mempunyai korelasi yang kuat dengan pembolehubah yang lain iaitu r = 0.645 dengan kemahiran kepimpinan, r = 0.661 dengan kemahiran bekerja dalam kumpulan dengan signifikan p < 0.01. Kemahiran kepimpinan juga mempunyai kolerasi yang kuat dengan kemahiran bekerja dalam kumpulan iaitu r = 0.692 dengan signifikan p < 0.01. Ini menunjukkan bahawa setiap item mempunyai hubungan yang kuat, signifikan dan searah.

Jadual 3 : Korelasi Antara Item

		Kemahiran Komunikasi	Kemahiran Kepimpinan	Kemahiran bekerja dalam kumpulan
Kemahiran Komunikasi	Pearson Correlation	1	.645**	.661**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	200	200	200
Kemahiran Kepimpinan	Pearson Correlation	.645**	1	.692**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	200	200	200
Kemahiran bekerja dalam kumpulan	Pearson Correlation	.661**	.692**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	200	200	200

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.0 KESIMPULAN

Dalam usaha negara menuju ke arah IR 4.0, pelajar perlu bersedia dengan bermacam-macam ilmu pengetahuan bukan saja berkaitan dengan ilmu akademik, pelajar juga perlu dilengkapi dengan pelbagai ilmu kemahiran supaya tidak ketinggalan dalam arus globalisasi dunia masa kini. Kokurikulum adalah medium yang paling sesuatu untuk menonjolkan kemahiran-kemahiran tertentu kerana aktiviti yang dijalankan dapat mencungkil bakat-bakat yang terdapat pada pelajar. Aktiviti kokurikulum juga dapat menerap dan menyemai berbagai aspek kemahiran kepada pelajar sama ada disedari ataupun tidak. IPT yang cemerlang mampu melahirkan graduan yang baik dan berdaya saing iaitu bagus dalam bidang akademik dan juga berkualiti dalam kemahiran-kemahiran lain termasuk kemahiran komunikasi, kepimpinan, bekerja dalam kumpulan dan sebagainya. Kesimpulan daripada kajian ini menunjukkan bahawa pelajar yang menyertai aktiviti kokurikulum mampu meningkatkan kemahiran komunikasi, kepimpinan dan bekerja dalam kumpulan bagi menghadapi dunia yang lebih mencabar di masa akan datang. Ketiga-tiga kemahiran ini juga mempunyai hubungan kolerasi yang kuat, signifikan dan searah.

RUJUKAN

Ab. Aziz Yusof (2003). *Komunikasi Untuk Pengurus*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.

Abdul Rahim M. Ali (2000). *Ilmu Pendidikan DPM*. Kuala Lumpur: Utusan.

Abdullah Sani Yahaya (2005). *Mengurus Disiplin Pelajar*. Kuala Lumpur: PTS Professional.

Ahmad Esa, Jailani Mohd Yunus, dan Noraini Kaprawi (2004). *Peranan Kokurikulum dalam Pembangunan Kemahiran Generik.* Jurnal Sains Sosial. KUiTTHO: Jilid 2. Bil 1. hlmn 1-7.

Anizah Abdul Razak (2002). *Penglibatan pelajar dalam bidang kokurikulum dan hubungannya dengan pencapaian akademik pelajar: Satu tinjauan ke atas Pelajar Diploma dan Sarjana Muda KUiTTHO*. Batu Pahat : UTHM.

Azizi Yahya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan (2007). *Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan*. Kuala Lumpur. PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.

Che Wan Mohd Amil Bin Che Wan Sulaiman (1991). *Sikap Pelajar-pelajar Luar Bandar Terhadap Kegiatan Kokurikulum Sekolah: Satu Kajian Kes di Sekolah Menengah Kerdau, Temerloh, Pahang*. UKM: Kajian llmiah. "Tidak Diterbitkan".

Chin Pek Lian, Low Li Chuen dan Vivian Low Yen Yeong (2005). *Masalah Disiplin Pelajar, Pendekatan Dan Penyelesaian*. Skudai : UTM.

Gary Yukl (2001). *Leadership In Organizations.* http://www.ncsl.org.uk/media-F7B-97-randd-leaders-business-yukl.pdf.

Gay, L.R (1996). *Educational Research : Competencies for analysis and application*. Ed.New Jersey : Prntice hall,Inc.

Johari Hassan & Sutinah A. Safar (2010). *Pembinaan Kecemerlangan Diri Pimpinan Pelajar Menerusi Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai*.

Jonathan Sarwono (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Mohd Majid Konting (2009). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mohd Najib Abdul Ghafar (1999). ―*Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd Najib Abdul Ghafar (2003). ―*Reka bentuk tinjauan : Soal selidik pendidikan*. Johor: Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd Salleh Lebar (2000). *Pentadbiran Pendidikan & Pendidikan Di Malaysia*. Petaling Jaya: Addison Wesley Longman Malaysia Sdn. Bhd.

Noor Azyani A.Jalil & Ahmad Esa (2012). *Kemahiran Menyelesaikan Masalah Menerusi Aktiviti Kokurikulum (Khidmat Masyarakat) Dalam Kalangan Pelajar UTHM*. Prosiding Seminar Pendidikan Pasca Ijazah dalam PTV kali ke-2.

Sharifah Meriam Bt. Syed Akil (2007). *Cabaran Kepimpinan Kokurikulum*. Universiti Industri Selangor.

Kajian Perkaitan Minat Dan Tahap Pengetahuan Pelajar Terhadap Permainan Badminton

Wan Azhar Bin Wan Ismail[1], Ruzila Binti Mat Ghani[2]

[1,2]Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Permainan badminton adalah sukan yang menggunakan raket dan bulu tangkis. Ia boleh dimainkan secara perseorangan dan beregu di atas gelanggang empat segi yang mempunyai ukuran tertentu di mana ditengah-tengahnya dipisahkan oleh jaring. Kajian yang dijalankan ini adalah untuk mengkaji perkaitan minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton. Sampel kajian terdiri daripada 162 orang pelajar semester satu Politeknik Kota Bharu Sesi Disember 2019. Kajian ini menggunakan borang soal selidik sebagai instrumen kajian dan dianalisis menggunakan perisian *Statistical Package of Social Sciences (SPSS) version 20.0*. Tahap kebolehpercayaan semua item adalah tinggi dengan *Alfa Cronbach, α = 0.966*. Hasil keputusan analisis skor min didapati tahap tinggi untuk kedua-dua item tersebut iaitu item minat mendapat skor min sebanyak 4.36 dan item tahap pengetahuan pula mendapat skor min sebanyak 3.73. Berdasarkan analisis hubungan korelasi pula antara minat dan tahap pengetahuan menunjukkan hubungan yang sangat kuat iaitu nilai r = 0.861 dengan signifikan p < 0.01. Kajian ini menunjukkan bahawa terdapat perkaitan di antara minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton. Kesimpulan daripada kajian ini menunjukkan bahawa minat dan tahap pengetahuan mempunyai hubungan kolerasi yang sangat kuat, signifikan dan searah. Kajian ini juga menunjukkan bahawa permainan badminton adalah sukan yang sangat diminati dan popular di Malaysia. Implikasi kajian ini adalah amat berguna kepada pensyarah kokurikulum yang mengajar kelab badminton supaya lebih menekankan kepada item yang mendapat skor min tahap sederhana iaitu cara pengiraan mata dan peraturan permainan badminton semasa proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) berjalan.

Kata kunci: minat, pengetahuan, badminton

1.0 PENGENALAN

Permainan badminton adalah sukan yang menggunakan raket dan bulu tangkis. Ia boleh dimainkan secara perseorangan dan beregu di atas gelanggang empat segi yang mempunyai ukuran tertentu di mana ditengah-tengahnya dipisahkan oleh jaring. Menurut Syed Hashim Mohamed Alkhred (1989), permainan badminton di percayai berasal dari India dan di kenali sebagai poone serta di percayai bahawa Duke of Beauford telah meyaksikan sejenis permainan mengunakan raket dan bulu tangkis pada tahun 1870 di sebuah tempat bernama Badminton, seterusnya beliau bersetuju menamakan permainan itu dengan nama badminton sempena nama tempat yang dimainkan. Menurut Ong Kong Swee dan Wee Eng Hoe (2006), permainan ini telah berkembang pesat ke seluruh dunia dan International Badminton Federation (IBF) telah ditubuhkan pada tahun 1934 oleh negara-negara pengasas badminton seperti England, Ireland, Scotland, Wales, Denmark, Belanda, New Zealand dan Perancis, dengan India menjadi ahli bersekutu pada tahun 1936. Sukan badminton semakin popular masa kini seterusnya bagi memperluaskan sukan ini pelbagai pendekatan yang lebih sistematik telah dilaksanakan antaranya terdapat dalam pengajaran dan pembelajaran di sekolah dan institut pengajian tinggi. Selain itu, wujudnya pusat-pusat latihan yang menyediakan perkhidmatan latihan bagi permainan badminton oleh jurulatih-jurulatih yang berkelayakan dan professional untuk menambahkan minat pelajar terhadap permainan ini.

Minat seseorang dalam sesuatu sukan boleh dipupuk bermula dengan pendedahan terhadap bidang atau aktiviti yang diminati bermula dengan ibu bapa. Pendedahan oleh ibu bapa dengan menjadikan aktiviti sukan sebagai aktiviti rutin, membawa anak-anak ke kompleks sukan dan ketempat-tempat temasya sukan boleh mencambahkan minat dalam diri anak-anak. Seterusnya peranan ini akan digalas oleh pihak sekolah dengan memastikan semua pelajar menyertai aktiviti kokurikulum disekolah seperti menyertai kelab-kelab sukan yang terdapat disekolah. Persepsi pelajar terhadap sukan juga perlu diperbetulkan iaitu sukan bukan sahaja untuk mereka yang bercita-cita menjadikan bidang sukan sebagai kerjaya tetapi sukan adalah untuk semua. Sukan merupakan aktiviti yang boleh memberi manfaat kesihatan dari segi mental dan fizikal.

Bermula dengan minat barulah seseorang individu itu akan kenal sesuatu bidang sukan tersebut dan berpeluang menambah pengetahuan seperti cara untuk bermain, peraturan permainan, peralatan yang digunakan, pengiraan mata dan bentuk gelanggang yang digunakan. Selain itu dengan minat dan pendedahan jugalah akan mengubah persepsi sesetengah individu terhadap sesuatu jenis sukan. Infrastruktur yang mudah didapati dan lengkap juga memainkan peranan yang penting bagi memupuk minat orang ramai terhadap sesuatu sukan seterusnya mempopularkan sukan tersebut.

1.1 Penyataan Masalah

Minat adalah perkara asas yang perlu ada pada setiap pelajar apabila ingin menceburi sesuatu sukan. Kebiasaannya jika seseorang itu minat terhadap sesuatu, ia akan berusaha untuk mencapai perkara tersebut sebaik mungkin. Dalam proses pemilihan sesuatu aktiviti, minat memainkan peranan yang sangat penting sebagaimana yang telah disarankan oleh Holland (1973), dalam kajiannya iaitu pemilihan kerjaya adalah dipengaruhi atau didorong oleh minat seseorang. Oleh sebab itu, minat memainkan peranan utama jika seseorang ingin mencapai kejayaan yang cemerlang.

Berdasarkan pemerhatian oleh penyelidik di dewan badminton Politeknik Kota Bharu, setiap petang didapati ramai pelajar memenuhi dewan tersebut untuk bermain badminton sama ada pelajar lelaki ataupun perempuan. Ini menunjukkan permainan ini agak popular dikalangan pelajar. Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji perkaitan minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton bagi pelajar semester satu Politeknik Kota Bharu Sesi Disember 2019. Penyelidik juga ingin mengenalpasti sama ada terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan ini. Selain itu, penyelidik juga boleh menilai tahap populariti sukan ini di kalangan pelajar Politeknik Kota Bharu. Kajian ini juga amat berguna kepada pensyarah kokurikulum yang mengajar kelab badminton supaya lebih menekankan item yang mendapat skor min tahap rendah atau sederhana semasa proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) berjalan.

1.2 Objektif Kajian

Objektif kajian yang dilakukan adalah seperti berikut:

1.2.1 Untuk mengkaji sama ada minat mempengaruhi tahap pengetahuan dalam permainan badminton.

1.2.1 Untuk mengenalpasti kekuatan hubungan antara minat dan tahap pengetahuan pelajar dalam permainan badminton.

1.2.2 Untuk mengenalpasti sama ada terdapat hubungan yang signifikan antara minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton

1.2.3 Untuk mengetahui tahap populariti sukan badminton dikalangan pelajar.

2.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian dilakukan menggunakan borang soal selidik dan data dianalisis secara deskriptif. Kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti sama ada terdapat perkaitan antara minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton di Politeknik Kota Bharu.

2.1 Rekabentuk dan Instrumen Kajian

Instrumen kajian ini mengandungi dua bahagian item soalan iaitu bahagian A dan bahagian B. Borang soal selidik bagi kajian ini diukur dengan menggunakan 5 skala Likert iaitu (1 = Sangat tidak setuju, 2 = Tidak setuju, 3 = Tidak pasti, 4 = Setuju dan 5 = Sangat setuju). Borang soal selidik ini diedarkan kepada 162 orang pelajar semester satu Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu yang dipilih secara rawak. Bahagian A mengandungi soalan yang berkaitan dengan latar belakang responden dan bahagian B mengandungi soalan yang berkaitan persoalan minat, tahu bermain, tahu kiraan mata, tahu peraturan permainan dan populariti sukan badminton.

2.2 Sampel Kajian

Populasi kajian ini terdiri daripada pelajar semester satu Sesi Disember 2019 Politeknik Kota Bharu yang berjumlah 280 orang. Sampel yang dipilih adalah seramai 162 orang pelajar sahaja. Rasional pemilihan pelajar tersebut adalah kerana mereka wajib mengambil kursus kokurikulum.

2.3 Prosedur Kajian

Pensyarah kursus mengedarkan borang soal selidik kepada pelajar. Pelajar perlu menjawab soalan tersebut dalam masa 10 – 15 minit. Pensyarah juga kursus juga memberi arahan dan penerangan dengan jelas sebelum pelajar menjawab. Selepas pelajar siap menjawab, borang tersebut dipungut. Berdasarkan borang soal selidik tersebut, analisis data dibuat dengan mengguna *Statistical Package of Social Sciences (SPSS) version 20.0.*

2.4 Kajian Rintis

Kajian rintis adalah bertujuan untuk menguji tahap kesahan dan kebolehpercayaan item yang ditanya dalam borang soal selidik supaya soalan yang ditanya adalah berkualiti. Penyelidik menjalankan kajian rintis ke atas 4 orang pelajar perempuan dan 6 orang pelajar lelaki semester satu secara rawak yang wajib mengambil kursus kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Data-data yang diperolehi dianalisis menggunakan perisian *Statistic Package For Social Science (SPSS) version 20.0.* Hasil kajian rintis menunjukkan nilai Alfa Cronbach adalah 0.925 dan sangat sesuai digunakan untuk sampel sebenar.

3.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Daripada kajian yang dijalankan, keputusan kebolehpercayaan item, skor min dan hubungan kolerasi antara item iaitu minat dan tahap pengetahuan diperolehi.

3.1 Analisis Tahap Kebolehpecayaan *Alfa Cronbach, α*

Berdasarkan Jadual 1, didapati nilai *Alfa Cronbach,* α = 0.966 di mana nilai ini berada pada tahap kebolehpercayaan adalah tinggi. Ini menunjukkan semua item yang ditanya adalah sesuai dan tidak mengelirukan responden.

Jadual 1 : Jadual Kebolehpercayaan Item

Cronbach's Alpha	N of Items
.966	5

3.2 Analisis Skor Min Setiap Item

Berdasarkan data yang diperolehi di Jadual 2, menurut Azizi, Shahrin, Jamaludin, Yusof & Rahim (2007), semua skor min adalah pada tahap tinggi untuk item minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton. Daripada jadual ini juga menunjukkan bahawa item minat mempunyai skor min yang paling tinggi.

Jadual 2: Skor Min Bagi Item Minat dan Tahap Pengetahuan

	N	Min	Tahap
Minat	162	4.36	Tinggi
Tahap Pengetahuan	162	3.73	Tinggi
Valid N (listwise)	162		

3.3 Analisis Skor Min Minat

Daripada analisis data di Jadual 2, didapati skor min item minat adalah 4.36 iaitu pada tahap tinggi dan ia juga mempunyai skor min yang paling tinggi jika dibanding dengan tahap pengetahuan. Ini menunjukkan bahawa pelajar semester satu Politeknik Kota Bharu Sesi Disember 2019 amat meminati permainan badminton.

Kesimpulannya, minat adalah perkara asas yang perlu ada pada seseorang pelajar apabila mereka ingin menceburi sukan badminton. Tanpa minat maka mereka tidak akan berusaha untuk mencari pengetahuan-pengetahuan yang terkini yang boleh membantu meningkatkan kemahiran mereka dalam sukan ini. Sebagai contoh kita boleh melihat kepada negara-negara yang dulunya tidak kuat dan menjadi belasahan tetapi apabila mereka sudah meminati sukan tersebut dan disamping mempunyai kemudahan latihan yang sistematik, kini mereka telah muncul menjadi negara yang hebat dalam sukan badminton seperti Taiwan dan Sepanyol.

3.4 Analisis Skor Min Tahap Pengetahuan

Daripada analisis data di Jadual 2, didapati skor min tahap pengetahuan adalah 3.73 iaitu pada tahap tinggi. Ini menunjukkan bahawa pelajar semester satu Politeknik Kota Bharu Sesi Disember 2019 mempunyai asas pengetahuan yang tinggi terhadap permainan badminton. Badminton sukan popular adalah tahap pengetahuan yang mempunyai skor min yang paling tinggi iaitu 3.88. Ini bermaksud pelajar berpendapat bahawa badminton adalah sukan yang popular bukan saja di Politeknik Kota Bharu malah di peringkat Malaysia dan juga di dunia. Populariti sukan ini lebih terserlah dengan lahirnya ramai atlet-atlet badminton Malaysia yang bertaraf dunia.

Item tahu cara badminton dimainkan adalah tahap pengetahuan yang mempunyai skor min yang kedua tertinggi iaitu 3.81. Ini bermaksud pelajar mempunyai pengetahuan yang tinggi terhadap cara-cara untuk bermain badminton. Mereka mengetahui keperluan atau peralatan yang digunakan semasa bermain. Mereka juga tahu berkaitan dengan pukulan-pukulan yang terdapat dalam permainan ini.

Manakala item tahu cara kiraan mata dan tahu peraturan permainan pula mempunyai skor min tahap sederhana iaitu 3.65 dan 3.56. Ini menunjukkan bahawa kedua-dua item ini perlu diberi sedikit perhatian supaya pelajar tidak ketinggalan dan penekanan semestinya diberikan terhadap item ini semasa sesi latihan dan juga proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) di dalam kelas.

Kesimpulannya, tahap pengetahuan adalah penting jika sesorang pelajar ingin berjaya dalam sukan badminton. Dalam sukan ini, pelajar perlu mengetahui bermacam-macam pengetahuan termasuk pukulan dan peraturan untuk menjadikan permainan mereka mantap dan lebih taktikal. Dengan pengetahuan ini jugalah mereka akan mencipta teknik dan skil yang menarik dan cantik semasa pertandingan sehingga boleh memukau penonton yang melihatnya.

3.5 Analisis Kekuatan Hubungan Kolerasi Antara Minat dan Tahap Pengetahuan

Jonathan Sarwono membahagikan hubungan kolerasi kepada enam peringkat. Jadual 3 menunjukkan pembahagian tersebut.

Jadual 3: Hubungan Korelasi Menurut Jonathan Sarwono

0	:	Tidak ada korelasi
0,00 – 0,25	:	Korelasi sangat lemah
0,25 – 0,50	:	Korelasi cukup
0,50 – 0,75	:	Korelasi kuat
0,75 – 0,99	:	Korelasi sangat kuat
1	:	Korelasi sempurna

Merujuk kepada Jadual 4, item minat mempunyai hubungan korelasi yang sangat kuat dengan item tahap pengetahuan iaitu nilai r = 0.861 dengan signifikan p < 0.01. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa kedua-dua item tersebut mempunyai hubungan kolerasi yang sangat kuat, signifikan dan searah. Jadi ini menunjukkan bahawa terdapat perkaitan di antara minat dengan tahap pengetahuan pelajar dalam permainan badminton.

Jadual 4: Korelasi Antara Minat dan Pengetahuan

		Minat	Tahap Pengetahuan
Minat	Pearson Correlation	1	.861**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	162	162
Tahap Pengetahuan	Pearson Correlation	.861**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	162	162

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

4.0 KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Permainan badminton merupakan salah satu bidang sukan yang penting di negara kita. Melalui sukan badminton, negara kita telah melahirkan ramai atlet yang bertaraf dunia seperti Datuk Haji Misbun bin Dato' Haji Sidek, Datuk Lee Chong Wei dan ramai lagi. Idola-idola inilah yang memberi aura dan akan menarik minat para pelajar kepada permainan badminton. Disamping itu tugas ibu bapa dan guru juga penting dalam mendidik anak-anak supaya mereka meminati bidang sukan yang diceburi. Tanpa minat, ia akan menyebabkan proses pembelajaran terhadap sukan tersebut terbantut. Dalam kajian ini jelas menunjukkan bahawa minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton adalah berkaitan. Ini bermaksud minat memainkan peranan yang penting dalam meningkatkan pengetahuan pelajar terhadap sukan tersebut. Kenyataan ini telah disokong melalui data yang diperolehi melalui kajian perkaitan minat dan tahap pengetahuan pelajar terhadap permainan badminton di mana nilai skor min item minat dan tahap pengetahuan berada pada tahap tinggi. Ini menunjukkan terdapat perkaitan di antara kedua-dua item tersebut. Analisis hubungan korelasi antara kedua-dua item tersebut juga sangat kuat iaitu nilai r = 0.866 dengan signifikan p < 0.01. Ini juga menunjukkan kedua-dua item ini mempunyai hubungan kolerasi yang sangat kuat, signifikan dan searah. Kajian ini juga boleh disimpulkan bahawa permainan badminton adalah sukan yang sangat diminati dan popular di Malaysia. Implikasi kajian ini adalah amat berguna kepada pensyarah kokurikulum yang mengajar kelab badminton supaya lebih menekankan item yang mendapat skor min tahap sederhana iaitu cara pengiraan mata dan peraturan permainan badminton semasa proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) berjalan di dalam kelas.

RUJUKAN

Aziz Mohammed, 1993. *Badminton*. Petaling Jaya: Amiza Publishing.

Azizi Yahya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan (2007). *Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan*. Kuala Lumpur. PTS Professional Publishing Sdn. Bhd.

Gapor Ahmad. (2007). *Kejurulatihan dan Sains Sukan.* Utusan Publication & Distributors Sdn. Bhd.

Grice, T. (2011). *Badminton Meniti Kejayaan.* Utusan Publication & Distributors Sdn. Bhd.

Hashim Andimori (2000). *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pemilihan Jurusan Kejuteraan Awam Di Kalangan Pelajar UTM* . Projek Sarjana Muda UTM. Tidak Diterbitkan.

Haslindah Bt Nursan (2010). *Persepsi Guru Dan Pelajar Terhadap Pendidikan Jasmani Dan pemakaian Pakaian Sukan Ketika Pendidikan Jasmani Di Sekolah Menengah Daerah Johor Bahru Tengah, Johor.* Johor: UTM.

Holland, J. L. (1973). *Making Vocational Choices: A theory of Careers*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Johari Hassan & Sutinah A. Safar (2010). *Pembinaan Kecemerlangan Diri Pimpinan Pelajar Menerusi Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai.* Johor: UTM.

Jonathan Sarwono (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Krejcie, R.V. dan Morgan, D.W. (1970). *Determining Sample Size for Research. Educational and Psychological Measurement*. Jilid 30, Bil. 3, 607- 610.

Mohd Majid Konting (2009). Kaedah Penyelidikan Pendidikan. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mohd Najib Abdul Ghafar (1999). —*Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd Najib Abdul Ghafar (2003). —*Reka bentuk tinjauan : Soal selidik pendidikan*. Johor: Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd Sofian Omar (2002). *Psikologi Sukan.* Kuala lumpur: Utusan Publications.

Nik Norashikin Nik Man (2013). *Persepsi Terhadap Faktor-faktor yang Mempengaruhi Minat Pelajar Jabatan Perdagangan Terhadap Kursus Audit.* Kota Bharu: Politeknik Kota Bharu.

Nurul Hafina Abdul Ghani (2006). *Tinjauan ke Atas Sikap Pelajar Semester Satu Jabatan Kejuruteraan Elektrik Terhadap Penggunaan Kemudahan Sukan di Politeknik Kota Bharu.* Kota Bharu: Politeknik Kota Bharu.

Ong Kong Swee dan Wee Eng Hoe (2006). *Badminton.* Selangor: Penerbit Fajar Bakti Sdn. Bhd.

Poh Swee Hiang (2006). *Kemahiran berfikir.* Kuala Lumpur: Kumpulan Budiman Sdn. Bhd.

Syed Hashim Mohamed Alkhred (1989). *Badminton*. Petaling Jaya: Penerbit Fajar Bakti.

Zaini Hussein (2003). *Minat*. Kuala Lumpur : Institut Tadbiran Awam Negara (INTAN).

Kajian Terhadap Pensyarah Kursus Kokurikulum Mengenai Tanggungjawab Dan Peranan Ketua Kursus Kokurikulum Di Politeknik Kota Bharu

Wan Muhammad Marzudi Bin Wan Muhammad [1] , Wan Azhar Bin Wan Ismail [2]

[1,2]Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Aktiviti kokurikulum yang dijalankan di politeknik seluruh negara dapat memainkan peranan penting dalam sistem pendidikan negara.. Semua pelajar yang mengikuti pengajian di politeknik adalah diwajibkan untuk mengambil kursus kokurikulum berkredit MPU semasa mereka berada di Semester 1 dan Semester 2 pengajian. Sistem pengurusan kursus kokurikulum berkredit di politeknik ini, dipertanggungjawapkan kepada pegawai yang dilantik sebagai Ketua Kursus Kokurikulum. Ketua Kursus Kokurikulum adalah merupakan pegawai yang penting yang bertanggungjawab menguruskan perkara-perkara yang berkaitan dengan aktiviti kokurikulum di setiap politeknik. Oleh itu, kajian yang dijalankan ini adalah bertujuan untuk mengenal pasti dan memahami perspepsi di kalangan pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab seorang Ketua Kursus Kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum ini dikaji berdasarkan kepada Ketua Kursus Kokurikulum sebagai seorang perancang, pengelola dan pemimpin yang menguruskan semua aktiviti kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Sampel kajian adalah terdiri daripada 50 orang responden yang merupakan pensyarah yang mengajar kursus kokurikulum dan terlibat di dalam aktiviti kokurikulum yang dilaksanakan di Politeknik Kota Bharu. Dapatan kajian yang diperolehi daripada borang soalselidik dianalisa menggunakan perisian SPSS (Stastical Package for Social Science) versi 20.0. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa para pensyarah kokurikulum memahami tanggungjawab dan peranan Ketua Kursus Kokurikulum di politeknik adalah sangat penting bagi memastikan semua aktiviti yang berkaitan dengan kokurikulum dapat dilaksanakan dengan jayanya. Tugas sebagai Ketua Kursus Kokurikulum juga memerlukan sokongan daripada pensyarah-pensyarah yang terlibat dengan kokurikulum utuk memastikan setiap program atau aktiviti kokurikulum dapat berjalan dengan lancar dan mencapai matlamat yang ingin di capai.

Kata Kunci: pensyarah kokurikulum, ketua kursus kokurikulum.

1.0 PENGENALAN

Di dalam sistem pengurusan kokurikulum di politekinik, tugas dan tanggungjawab untuk menguruskan aktiviti kokurikulum adalah dibawah tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum. Ketua Kursus Kokurikulum adalah pegawai yang dilantik untuk memastikan aktiviti kokurikulum khususnya pengajaran kursus Kokurikulum Mata Pelajaran Umum (MPU) di semua politeknik amnya dan Politeknik Kota Bharu khususnya dapat berjalan dengan lancar. Ketua Kursus Kokurikulum perlu memastikan bahawa pensyarah-pensyarah kokurikulum tealah menjalankan tugas masing-masing bagi memastikan aktiviti yang berkaitan dengan kokurikulum telah dijalankan. Peranan Ketua Kursus Kokurikulum dan pensyarah kokurikulum adalah sangat penting bagi memastikan aktiviti kokurikulum dapat dilaksanakan dan pelajar mendapat pelbagai kemahiran melalui aktiviti yang dijalankan.

Aktiviti kokurikulum merupakan satu aktiviti yang dapat memenuhi kehendak Falsafah Pendidikan Negara bagi melahirkan pelajar yang seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani, intelek dan emosi yang pada akhirnya dapat mewujudkan sumber manusia berkemahiran dan berketrampilan. Aktiviti kokurikulum adalah aktiviti yang dilaksanakan di luar bilik kuliah yang dapat memberikan kepuasan sebenar kepada pelajar yang menyertainya. Peranan seorang pendidik yang terlibat di dalam kokkurikulum adalah amat penting bagi melahirkan graduan berketrampilan dan berkesan khususnya dalam bidang kokurikulum.

2.0 LATARBELAKANG/PERMASALAH KAJIAN

Struktur pengurusan aktiviti kokurikulum di politeknik di seluruh negara khususnya di Politeknik Kota Bharu diuruskan oleh Jabatan Sukan, Kokurikulum dan Kebudayaan, Kesenian dan Warisan (JSKK). Pengurusan aktiviti kokurikulum adalah di bawah tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum. Kewujudan jawatan Ketua Kursus Kokurikulum adalah merupakan jawatan yang ditugaskan membantu pihak pengurusan di politeknik dalam urusan pentadbiran berkaitan dengan aktiviti kokurikulum, khususnya Kursus Kokurikulum Berkredit MPU. Peranan Ketua Kursus Koklurikulum amat penting dan beliau perlu bertindak sebagai seorang pengurus aktiviti kokurikulum yang boleh memastikan segala aktiviti dan program kokurikulum yang dirancang akan mencapai kejayaan dan kecemerlangan di dalam bidang kokurikulum di politeknik. Justeru, amat penting bagi Ketua Kursus Kokurikulum untuk memahami dengan baik peranan dan tanggungjawab sebagai seorang pegawai yang ditugaskan untuk menguruskan kokurikulum di politeknik dengan dibantu oleh pensyarah-pensyarah kursus kokurikulum

Kajian Mohamad (2003), bagi mencapai kejayaan sesebuah sekolah di dalam bidang kokurikulum didapati bahawa salah satu faktor adalah minat dan kesungguhan pengetua bermula daripada peringkat perancangan serta keupayaannya mendapatkan kerjasama daripada guru-guru yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum. Oleh itu kajian ini dijalankan untuk mendapatkan respon daripada pensyarah kursus kokurikulum mengenai peranan dan tanggungjawab yang telah dijalankan oleh Ketua Kursus Kokurikulum di dalan pengurusan kokurikulum

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian yang dijalankan ini adalah bertujuan untuk mengenalpasti :

1. Persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai perancang dalam pengurusan aktiviti kokurikulum
2. Persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pengelola dalam pengurusan aktiviti kokurikulum
3. Persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pemimpin dalam pengurusan aktiviti kokurikulum

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Insrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini adalah dengan menggunakan borang soal selidik. Borang kaji selidik ini mengandungi item-item yang mengukur persepsi pensyarah kursus kokurikulum berkenaan dengan peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Kandungan soalan soalselidik adalah berdasarkan objektif di dalam kajian ini. Setiap data yang dianalisis adalah daripada borang soalselidik yang telah diedarkan kepada semua responden. Respon atau dapatan dari borang soal selidik ini diukur dangan menggunakan skala Likert yang mengandungi lima pilihan jawapan dengan skala 1= Sangat Tidak Setuju (STS), 2=Tidak Setuju (TS), 3=Tidak pasti (TP), 4=Setuju (S), 5= Sangat Setuju (SS). Semua maklumat dan persoalan kajian ini dianalisis dengan menggunakan Stastistical Package for Social Science (SPSS) version 20.0. Populasi kajian ini adalah terdiri daripada 50 orang pensyarah kursus kokurikulum dan terlibat di dalam aktiviti kokurikulum di Politeknik Kota Bharu.

Bagi mengenalpasti perspektif pensyarah kursus kokurikulum mengenai peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Korikulum di Politeknik Kota Bharu, pengkaji telah membahagikan purata skor min skala persetujuan dalam setiap bahagian kepada lima tahap seperti Jadual 1.

Menurut Landell (1987), skor min boleh dibahagikan kepada tiga (3) kategori seperti dalam Jadual 1.

Jadual 1: Jadual Penentuan Tahap

Skor Min	Ukuran Skor Min
1.00 higga 2.3	Rendah
2.4 hingga 3.7	Sederhana
3.8 hingga 5.0	Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN

Analisis data yang diperolehi dianalisa menggunakan skor min, peratus dan sisihan piawai untuk semua respon pensyarah kursus berdasarkan Jadual 1.

Jadual 2 menunjukkan data yang diperolehi daripada persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai perancang dalam pengurusan aktiviti kokurikulum.

Jadual 2 : Peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai perancang dalam pengurusan aktiviti kokurikulum

No	Item	STS	TS	TP	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Tahap
1	Ketua Kursus Kokurikulum menjelaskan objektif kokurikulum di politeknik	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	10 (20%)	35 (70%)	4.6	0.58	Tinggi
2	Ketua Kursus Kokurikulum memastikan peralatan dan kemudahan kokurikulum mencukupi	0 (0%)	1 (2%)	2 (4%)	15 (30%)	32 (64%)	4.56	0.67	Tinggi
3	Ketua Kursus Kokurikulum menubuhkan unit kokurikulum mengikut minat pelajar	0 (0%)	2 (4%)	3 (6%)	15 (30%)	30 (60%)	4.46	0.77	Tinggi
4	Ketua Kursus Kokurikulum merancang aktiviti kokurikulum yang membantu pembelajaran pelajar	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	15 (30%)	30 (60%)	4.46	0.77	Tinggi
5	Ketua Kursus Kokurikulum memastikan pembahagian tusas penyelaras kokurikulum adil dan saksama	0 (0%)	3 (6%)	5 (10%)	8 (16%)	34 (68%)	4.46	0.89	Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.508	0.754	Tinggi

Jadual 2 menunjukkan bahawa secara keseluruhan skor min bagi persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai perancang dalam pengurusan aktiviti kokurikulum adalah 4.508, berada pada tahap yang tinggi. Bagi setiap item pula, ia menunjukkan bahawa pensyarah kursus memilih item Ketua Kursus Kokurikulum menjelaskan objektif kokurikulum di politeknik sebagai item yang paling tinggi min iaitu 4.6 Manakala dapatan mengenai nilai kekerapan dan peratusan yang paling tinggi adalah 45 orang (90%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 5 orang (10%) menyatakan tak pasti. Bagi item yang mempunyai nilai min yang terendah adalah item Ketua Kursus Kokurikulum memastikan pembahagian tugas penyelaras kokurikulum adil dam saksama.iaitu 4.46. Nilai kekerapan dan peratusan pula menunjukkan seramai 42 orang (84%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 8 (16%) orang menyatakan tak pasti dan tidak setuju.

Jadual 3 menunjukkan data yang diperolehi daripada persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai perancang dalam pengurusan aktiviti kokurikulum.

Jadual 3 : Peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pengelola dalam pengurusan aktiviti kokurikulum.

No	Item	STS	TS	TP	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Tahap
1	Ketua Kursus Kokurikulum memastikan tugas-tugas khusus pensyarah ditentukan dengan jelas	0 (0%)	3 (6%)	8 (16%)	10 (26%)	29 (58%)	4.3	0.94	Tinggi
2	Aktiviti kokurikulum yang dirancang oleh Ketua Kursus Kokurikulum adalah mengikut keperluan pelajar	0 (0%)	0 (0%)	2 (4%)	10 (20%)	38 (76%)	4.72	0.53	Tinggi
3	Pensyarah kursus kokurikulum diberikan taklimat berkenaan dengan kokurikulum oleh Ketua Kursus Kokurikulum	0 (0%)	0 (4%)	0 (6%)	5 (10%)	45 (90%)	4.9	0.3	Tinggi
4	Semua peralatan dan kemudahan digunakan secara menyeluruh	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	10 (20%)	35 (70%)	4.6	0.66	Tinggi
5	Laporan setiap aktiviti perlu dihantar kepada Ketua Kursus Kokurikulum	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	10 (20%)	35 (70%)	4.6	0.66	Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.624	0.618	Tinggi

Jadual 3 menunjukkan bahawa secara keseluruhannya skor min bagi persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pengelola dalam pengurusan aktiviti kokurikulum juga tinggi iaitu 4.624. Bagi nilai min setiap item pula, ia menunjukkan bahawa item pensyarah kursus kokurikulum diberikan taklimat berkenaan dengan kokurikulum oleh Ketua Kursus Kokurikulum adalah min yang paling tinggi iaitu 4.9. Dapatan nilai kekerapan dan peratusan menunjukkan bahawa seramai 50 orang (100%) menyatakan setuju dan sangat setuju. Bagi item yang mempunyai nilai min paling rendah adalah item Ketua Kursus Kokurikulum memastikan tugas-tugas khusus pensyarah ditentukan dengan jelas iaitu 4.3. Kekerapan dan peratusan pula menunjukkan bahawa seramai 39 orang (78%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 11 (22%) orang menyatakan tak pasti dan tidak setuju.

Jadual 4 menunjukkan data yang diperolehi daripada persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pemimpin dalam pengurusan aktiviti kokurikulum.

Jadual 4 : Peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pemimpin dalam pengurusan aktiviti kokurikulum

No	Item	STS	TS	TP	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Tahap
1	Ketua Kursus Kokurikulum sentiasa berbincang dengan pensyarah kursus kokurikulum.	1 (2%)	2 (4%)	2 (4%)	28 (56%)	17 (34%)	4.16	0.84	Tinggi
2	Semangat kerja berpasukan diutamakan oleh Ketua Kursus Kokurikulum	0 (0%)	1 (2%)	2 (4%)	32 (64%)	15 (30%)	4.22	0.61	Tinggi
3	Ketua Kursus Kokurikulum terlibat secara langsung dalam aktivti kokurikulum yang dijalankan	0 (0%)	0 (4%)	5 (6%)	17 (34%)	28 (56%)	4.46	0.67	Tinggi

4	Ketua Kursus Kokurikulum mempunyai pengetahuan yang banyak dalam menguruskan aktiviti kokurikulum.	0 (0%)	5 (0%)	5 (10%)	25 (50%)	15 (30%)	4.0	0.89	Tinggi
5	Pensyarah sentiasa diberi galakan oleh Ketua Kursus Kokurikulum semasa menjalankan aktivti kokurikulum	0 (0%)	3 (6%)	2 (4%)	30 (16%)	15 (30%)	4.14	0.75	Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.196	0.752	Tinggi

Dapatan daripada Jadual 4, ia menunjukkan bahawa secara keseluruhannya skor min untuk persepsi pensyarah kursus kokurikulum terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum sebagai pemimpin dalam pengurusan aktiviti kokurikulum adalah tinggi iaitu 4.196. Bagi nialai min setiap item pula, ia menunjukkan bahawa item Ketua Kursus Kokurikulum terlibat secara langsung dalam aktivti kokurikulum yang dijalankan adalah nilai min yang tertinggi iaitu 4.46. Nilai kekerapan dan peratusan menunjukkan bahawa seramai 45 orang (90%) menyatakan setuju dan sangat setuju. Seramai 5 oranng (10%) pula menyatakan tidak pasti dan tidak setuju. Item yang mempunyai nilai min yang terendah adalah item Ketua Kursus Kokurikulum mempunyai pengetahuan yang banyak dalam menguruskan aktiviti kokurikulum iaitu 4.0 dan nilai kekerapan dan peratusan pula adalah 40 orang (80%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 10 (20%) orang menyatakan tidak pasti dan tidak setuju.

6.0 PERBINCANGAN

Dapatan kajian ini menunjukkan secara keseluruhannya menunjukkan bahawa pensyarah kursus kokurikulum mempunyai persepsi yang tinggi terhadap peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum di dalam menguruskan aktiviti kokurikulum di politeknik. Semua responden bersetuju bahawa Ketua Kursus Kokurikulum telah berjaya menjalankan tuganya dengan baik bagi memastikan setiap aktiviti kokurikulum yang dilaksanakan di Politeknik kota Bharu berjalan dengan lancar dan memenuhi matlamat dan objektif yang ingin dicapai. Menurut Mohd Fauzi (2011), sebagai seorang ketua, beliau dikehendaki mengamalkan pengurusan yang cekap dengan memastikan akauntabiliti ditepati dengan memastikan prosedur dan tatacara yang betul perlu diikutkan.

Pensyarah kursus kokurikulum sebagai responden dalam kajian ini juga bersetuju bahawa Ketua Kursus Kokurikulum telah dapat memainkan peranannya sebagai seorang ketua memastikan aktiviti kokurikulum dapat dilaksanakan dengan jayanya di Politeknik Kota Bharu Ini dapat dilakukan dengan memastikan pensyarah kursus kokurikulum dengan dipantau oleh Ketua Kursus Kokurikulum menjalankan tugas mereka masing-masing sesuai dengan minat dan kemahiran yang ada pada setiap pensyarah kursus kokurikulum tersebut. Peralalatan dan kemudahan kokurikulum yang disediakan mestilah mencukupi bagi memastikan aktiviti kokurikulum dapat berjalan dengan lancar. Perbincangan di antara Ketua Kursus bersama dengan pensyarah kursus kokurikulum dapat memastikan setiap aktiviti yang dijalankan dapat dilaksanakan dengan jayanya dan memberikan impak yang positif kepada pelajar. Setiap aktiviti yang dijalankan adalah mengikut minat dan kebolehan pelajar.

7.0 KESIMPULAN

Secara kesimpulannya, kajian ini mendapati bahawa pensyarah kursus kokurikum bersetuju bahawa Ketua Kursus Kokurikulum telah berjaya memainkan peranannya dan juga menjalankan tanggungjawab di dalam menguruskan kokurikulum di Politeknik Kota Bharu. Ini juga menunjukkan pensyarah kokurikulum telah memahami tugas dan tanggungjawab yang dimainkan oleh Ketua Kursus Kokurikulum bagi menguruskan aktiviti kokurikulum di Politeknik Kota Bharu.

Pensyarah kursus kokurikulum bersetuju bahawa taklimat kokurikulum yang diberikan oleh Ketua Kursus Kokurikulum adalah amat penting bagi memastikan pensyarah kursus kokurikulum benar-benar memahami kehendak pihak pengurusan mengenai pengurusan aktiviti kokurikulum di Politeknik Kota Bharu.

Kajian yang dilaksanakan hanyalah tertumpu kepada data yang dikumpulkan melalui soal selidik daripada kalangan pensyarah kursus kokurikulum di Politeknik Kota Bharu sahaja. Dengan itu kajian secara menyeluruh boleh dikembang ke seluruh politeknik bagi mendapatkan keputusan yang lebih menyeluruh. Peranan dan tanggungjawab Ketua Kursus Kokurikulum adalah amat penting dalam menentukan kejayaan dan keberkesanan kegiatan kokurikulum di politeknik .

RUJUKAN

Bahagian Sukan Kementerian Pelajaran Malaysia 2011. Buku Panduan Pelaksanaan Dasar Satu Murid Satu Sukan. Putrajaya. Kementerian Pendidikan Malaysia.

Landell, K (1987). Management by Menu. London: Wiley and Son Inco.

Laporan Jawatankuasa Kabinet. 1979. *Mengkaji Pelaksanaan Dasar Pelajaran*. Kuala Lumpur. Dewan Bahasa Dan Pustaka

Mohammad Abdul Rahim 2003. Pelaksanaan Aktiviti Kokurikulum Di Sekolah Menengah Kebangsaan Di Daerah Kubang Pasu, Kedah Darul Aman. Tesis Sarjana, Fakulti Pendidikan , Universiti Malaya

Kajian Mengenai Persepsi Pelajar Terhadap Modul Kursus Kokurikulum MPU Di Politeknik Kota Bharu

Wan Muhammad Marzudi Bin Wan Muhammad

Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Di dalam sistem pendidikan Malaysia, pelajar-pelajar telah didedahkan dengan aktiviti kokurikulum bermula dari peringkat sekolah rendah sehingga pelajar tersebut melanjutkan pengajian di peringkat institusi pengajian tinggi. Di dalam pengajian di politeknik, Modul Kursus kokurikulum MPU adalah diwajibkan kepada semua pelajar Semester 1 dan 2 politeknik. Pengenalan Kursus Kokurikulum MPU sebagai modul kokurikulum di dalam sistem pengajian di politeknik dapat memberikan manfaat yang besar kepada para pelajar. Kajian ini dijalankan adalah untuk mengenalpasti persepsi pelajar terhadap Modul Kursus Kokurikulum MPU di Politeknik Kota Bharu. Seramai 50 orang pelajar Semester 2 yang telah lulus Kursus Kokurikulum MPU pada Semester 1 telah dijadikan sebagai responden bagi kajian ini. Kajian ini menggunakan borang soal selidik sebagai instrumen kajian. Data kajian dianalisis dengan menggunakan perisian SPSS (Statistical Package for Social Sciene) Versi 20.0. Dapatan kajian menunjukkan bahawa persepsi pelajar terhadap Modul Kursus Kokurikulum MPU adalah amat bermanfaat kepada mereka dan pendedahan kepada modul ini dapat meningkatkan nilai-nilai murni diri pelajar.

Kata Kunci : persepsi pelajar, modul kokurikulum

1.0 PENGENALAN

Modul Kursus Kokurikulum MPU yang dijalankan di seluruh politeknik pada masa kini adalah merupakan modul wajib yang mesti diikuti oleh setiap pelajar politeknik. Modul Kursus Kokurikulum yang dilaksanakan di semua politeknik di Malaysia adalah mengikut struktur program seperti yang digariskan dalam Mesyuarat Jawatankuasa Perancangan Teknikal Politeknik Bil 1/2000 mulai Sesi Jun 2000. Sehingga kini Modul Kursus Kokurikulum telah mengalami beberapa penambahbaikan dan yang terkini adalah, versi Julai 2019 yang digunakan bermula pada Sesi Jun 2019 dengan menggunakan kod MPU (Matapelajaran Umum) yang baru. Modul Kursus Kokurikulum versi yang terbaru telah menetapkan pelajar Semester 1 perlu memilih sukan atau badan beruniform manakala pelajar Semester 2 perlu memilih kelab/persatuan atau badan beruniform.

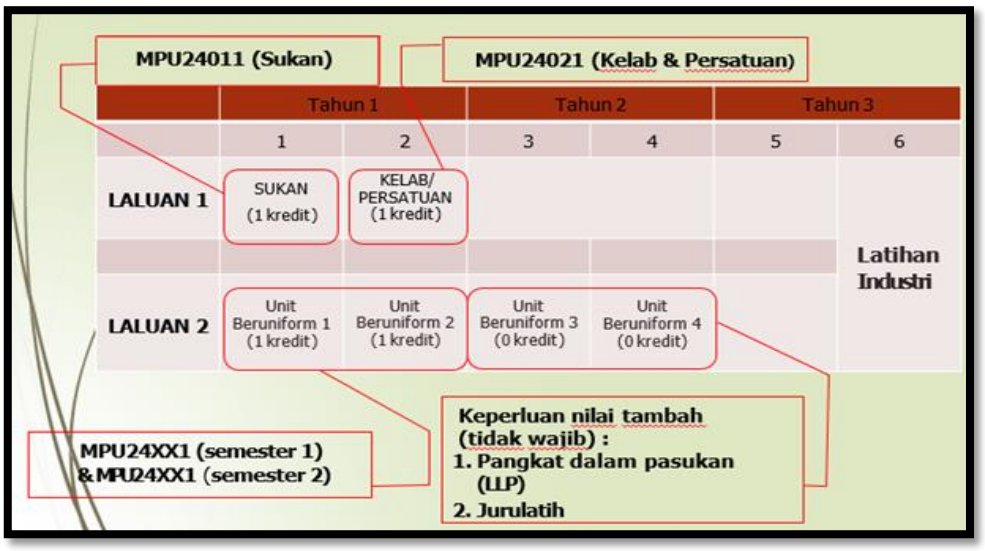
Menurut Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah (Soft Skills) untuk Institusi Pengajian Tinggi Malaysia (2006), aktiviti kokurikulum bermaksud apa-apa kegiatan yang dirancang daripada proses pengajaran dan pembelajaran yang dilaksanakan di luar bilik darjah. Menurut Kamus Dewan (2000) kokurikulum ialah merupakan sebahagian daripada kurikulum asas yang melibatkan kegiatan atau aktiviti. Selain mata 3 pelajaran yang diajar di dalam bilik darjah, kokurikulum juga dianggap sebagai sebahagian daripada kursus pendidikan (misalnya kegiatan dalam persatuan-persatuan dan kegiatan sukan).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/PERNYATAAN MASALAH

Kokurikulum adalah satu bidang pembelajaran yang berasaskan pelbagai aktiviti yang dijalankan di luar bilik darjah samada dijalankan secara formal atau tidak formal. Aktiviti kokurikulum yang dijalankan boleh berasaskan kepada mata pelajaran akademik tetapi sebahagian besarnya aktiviti kokurikulum merangkumi pembelajaran yang bukan berasaskan akademik. Menurut Abdul Halim (1999), kokurikulum adalah aktiviti dan pengalaman yang dijalankan di luar bulik darjah yang berlangsung secara formal atau tidak formal. Kegiatan kokurikulum ertinya apa-apa kegiatan yang

dirancang daripada proses pengajaran dan pembelajaran di luar bilik darjah yang memberikan pelajar peluang untuk menambah, mengukuh dan mengamalkan kemahiran dan nilai-nilai yang dipelajari di bilik kuliah.

Modul Kursus Kokurikulum MPU di semua politeknik di Malaysia menggunakan modul yang sama. Di Politeknik Kota Bharu, telah dibangunkan satu sistem yang dipanggil i-koku di dalam Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP). Setiap pelajar boleh mendaftarkan kursus yang ingin didaftarkan dan sebagai contoh, pelajar yang boleh memilih sukan jika memilih kursus sukan. Oleh yang demikian, pengkaji ingin mengkaji persepsi pelajar mengenai Modul Kursus Kokurikulum MPU di kalangan pelajar Semester 2 di Politeknijk Kota Bharu yang telah lulus Modul Kursus Kokurikulum MPU pada Semester 1 yang merangkumi kursus sukan dan badan beruniform. Oleh yang demikian, kajian yang dijalankan ini adalah untuk mengkaji persepsi pelajar mengenai Modul Kursus Kokurikulum MPU di kalangan pelajar Semester 2 di Politeknijk Kota Bharu yang telah lulus Modul Kursus Kokurikulum MPU pada Semester 1.



Rajah 1 : Struktur Modul Kokurikulum MPU

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini dijalankan adalah bertujuan untuk:

1. Mengenalpasti peningkatan tahap jati diri dan sahsiah dari persepsi pelajar
2. Mengenalpasti peningkatan tahap perlindungan diri dan keselamatan dari persepsi pelajar
3. Mengenalpasti peningkatan tahap minat dan keseronokan dari persepsi pelajar

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Insrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini adalah dengan menggunakan borang soal selidik. Borang soal selidik ini mengandungi item-item yang mengukur persepsi pelajr terhadap modul Kursus Kokurikulum MPU di Politeknik Kota Bharu.. Kandungan soalan soalselidik adalah berdasarkan objektif di dalam kajian ini. Setiap data yang dianalisis adalah daripada borang soalselidik yang telah diedarkan kepada semua responden. Respon atau dapatan dari borang soal selidik ini diukur dangan menggunakan skala Likert yang mengandungi lima pilihan jawapan dengan skala 1= Sangat Tidak Setuju (STS), 2=Tidak Setuju (TS), 3=Tidak pasti (TP), 4=Setuju (S), 5= Sangat Setuju (SS). Semua maklumat dan persoalan kajian ini dianalisis dengan menggunakan Stastistical Package for Social Science (SPSS) version 20.0. Populasi kajian ini adalah terdiri daripada 50 orang pelajar Semester 2 yang telah mengikuti Modul Kursus Kokurikulum MPU.

Bagi mengenalpasti persepsi pelajr terhadap modul Kursus Kokurikulum MPU di Politeknik Kota Bharu, pengkaji telah membahagikan purata skor min skala persetujuan dalam setiap bahagian kepada lima tahap seperti Jadual 1. Menurut Landell (1987), skor min boleh dibahagikan kepada tiga (3) kategori seperti dalam Jadual 1.

Jadual 1: Jadual Penentuan Tahap

Skor Min	Ukuran Skor Min
1.00 higga 2.3	Rendah
2.4 hingga 3.7	Sederhana
3.8 hingga 5.0	Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN

Analisis data yang diperolehi dianalisa menggunakan skor min, peratus dan sisihan piawai untuk semua respon pensyarah kursus berdasarkan Jadual 1. Jadual 2 menunjukkan data yang diperolehi daripada aspek jati diri dan sahsiah.

Jadual 2 : Aspek Jati Diri Dan Sahsiah

No	Item	STS	TS	TP	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Tahap
1	Penglibatan dalam modul Kursus Korikulum melatih saya menghormati pendapat orang lain	0 (0%)	1 (2%)	6 (12%)	15 (30%)	28 (64%)	4.48	0.77	Tinggi
2	Penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum menggalakkan saya berfikir secara positif	0 (0%)	1 (2%)	2 (4%)	11 (22%)	36 (72%)	4.64	0.66	Tinggi
3	Saya dapat membina keyakinan diri apabila berkomunikasi dengan rakan dalam Modul kursus Kokurikulum	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	15 (30%)	30 (60%)	4.5	0.67	Tinggi
4	Saya melaksanakan tugas yang diberi dengan penuh amanah dan bersungguh-sungguh	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	15 (30%)	30 (60%)	4.5	0.67	Tinggi
5	Penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum membantu saya menjadi siswa dan siswi yang berdisiplin dan menepati masa	0 (0%)	3 (6%)	5 (10%)	8 (16%)	34 (68%)	4.46	0.9	Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.5	0.734	Tinggi

Jadual 2 menunjukkan bahawa secara keseluruhan skor min bagi peningkatan tahap jati diri dan sahsiah dari persepsi pelajar adalah 4.5, berada pada tahap yang tinggi. Bagi setiap item pula, ia menunjukkan bahawa penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum menggalakkan saya berfikir

secara positif sebagai item yang paling tinggi min iaitu 4.64. Manakala dapatan mengenai nilai kekerapan dan peratusan yang paling tinggi adalah 47 orang (94%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 3 orang (6%) menyatakan tak pasti. Bagi item yang mempunyai nilai min yang terendah adalah item penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum membantu saya menjadi siswa dan siswi yang berdisiplin dan menepati masa iaitu 4.46. Nilai kekerapan dan peratusan pula menunjukkan seramai 41 orang (82%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 9 (18%) orang menyatakan tak pasti dan tidak setuju.

Analisis data yang diperolehi dianalisa menggunakan skor min, peratus dan sisihan piawai untuk semua respon pensyarah kursus berdasarkan Jadual 1. Jadual 3 menunjukkan data yang diperolehi Aspek Perlindungan Diri dan Keselamatan.

Jadual 3 : Aspek Perlindungan Diri dan Keselamatan

No	Item	STS	TS	TP	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Interpretasi
1	Saya menjadi lebih yakin sejak melibatkan diri dalam Modul Kursus Kokurikulum	0 (0%)	1 (2%)	3 (12%)	15 (30%)	31 (64%)	4.52	0.7	Sangat Tinggi
2	Melalui Modul kursus Kokurikulum dapat membina kesedaran diri saya	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	18 (36%)	27 (54%)	4.44	0.67	Sangat Tinggi
3	Penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum membantu saya mengetahui tanggungjawab saya untuk melindungi diri dan orang lain	0 (0%)	0 (0%)	2 (4%)	18 (36%)	30 (60%)	4.56	0.64	Sangat Tinggi
4	Melalui Modul Kursus Kokurikulum dapat membina kesedaran diri dan perlindungan diri perlu diutamakan	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	20 (40%)	25 (50%)	4.4	0.66	Sangat Tinggi
5	Penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum meningkatkan keinginan saya untuk menimba ilmu	0 (0%)	0 (0%)	3 (6%)	12 (24%)	35 (70%)	4.64	0.59	Sangat Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.512	0.652	Tinggi

Jadual 3 menunjukkan bahawa secara keseluruhan skor min bagi peningkatan tahap perlindungan diri dan keselamatan dari persepsi pelajar adalah 4.512, berada pada tahap yang tinggi. Bagi setiap item pula, ia menunjukkan Penglibatan dalam Modul Kursus Kokurikulum meningkatkan keinginan saya untuk menimba ilmu sebagai item yang paling tinggi min iaitu 4.64. Manakala dapatan mengenai nilai kekerapan dan peratusan yang paling tinggi adalah 47 orang (94%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 3 orang (6%) menyatakan tak pasti. Bagi item yang mempunyai nilai min yang terendah adalah item Melalui Modul Kursus Kokurikulum dapat membina kesedaran diri dan perlindungan diri perlu diutamakan, iaitu 4.4. Nilai kekerapan dan peratusan pula menunjukkan seramai 45 orang (90%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 5 orang (10%) menyatakan tak pasti.

Analisis data yang diperolehi dianalisa menggunakan skor min, peratus dan sisihan piawai untuk semua respon pensyarah kursus berdasarkan Jadual 1. Jadual 4 menunjukkan data yang diperolehi Aspek Minat dan Keseronokan.

Jadual 4 : Aspek Minat dan Keseronokan

No	Item	STS	TS	KS	S	SS	Min	Sisihan Piawai	Interpretasi
1	Saya bersetuju atas pemilihan pentadbir terhadap sukan sebagai Modul Kursus Kokurikulum	0 (0%)	0 (0%)	4 (8%)	10 (20%)	36 (72%)	4.64	0.62	Sangat Tinggi
2	Modul ini dapat mengisi masa riadah dengan berkesan	0 (0%)	0 (0%)	1 (2%)	12 (24%)	37 (74%)	4.72	0.49	Sangat Tinggi
3	Sukan dapat memberikan kesihatan dan keseronokan	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	5 (10%)	45 (90%)	4.9	0.3	Sangat Tinggi
4	Modul Kursus Kokurikulum dapat meningkatkan tahap kecergasan jasmani	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	8 (16%)	42 (84%)	4.84	0.73	Sangat Tinggi
5	Aktiviti yang dijalankan tidak membosankan dan tidak membebankan fizikal	0 (0%)	0 (0%)	2 (4%)	10 (20%)	38 (76%)	4.72	0.53	Sangat Tinggi
	Skor Keseluruhan						4.764	0.462	Tinggi

Jadual 4 menunjukkan bahawa secara keseluruhan skor min bagi peningkatan tahap minat dan keseronokan dari persepsi pelajar adalah 4.764, berada pada tahap yang tinggi. Bagi setiap item pula, ia menunjukkan sukan dapat memberikan kesihatan dan keseronokan sebagai item yang paling tinggi min iaitu 4.764. Manakala dapatan mengenai nilai kekerapan dan peratusan yang paling tinggi adalah 50 orang (100%) menyatakan setuju dan sangat setuju. Bagi item yang mempunyai nilai min yang terendah adalah item saya bersetuju atas pemilihan pentadbir terhadap sukan sebagai Modul Kursus Kokurikulum,, iaitu 4.64. Nilai kekerapan dan peratusan pula menunjukkan seramai 46 orang (92%) menyatakan setuju dan sangat setuju dan 4 orang (8%) menyatakan tak pasti.

6.0 PERBINCANGAN

Secara keseluruhannya dapat diperhatikan bahawa nilai skor min bagi ketiga-tiga aspek kajian menunjukkan nilai min yang sangat tinggi iaitu untuk aspek jati diri dan sahsiah ialah 4.5. manakala nilai min bagi aspek perlindungan diri dan keselamatan ialah 4.512 dan seterusnya nilai min bagi aspek minat dan keseronokan menunjukkan nilai min yang tertinggi iaitu 4.764. Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa pelajar-pelajar yang mengikuti Modul Kokurikulum MPU mempunyai persepsi yang sangant tinggi terhadap Modul Kokurikulum MPU yang diajarkan di Politeknik Kota Bharu.

Hasil dari kajian yang dijalankan, ia jelas menunjukkan bahawa majoriti pelajar yang mengikuti Kursus Kokurikulum MPU bersetuju modul ini dapat meningkatkan tahap jati diri dan sahsiah diri mereka. Penglibatan dalam kursus kokurikulum ini juga akan meningkatkan pencapaian di dalam bidang akademik pelajar. Pelajar juga bersetuju bahawa aspek perlindungan diri dan keselamatan dapat ditingkatkan melalui latihan yang dipelajari. Ia juga dapat memberi lebih keyakinan kepada mereka dan motivasi tentang pentingnya modul ini kepada mereka.

Aspek minat dan keseronokan juga boleh ditingkatkan melalui modul ini. Hampir semua pelajar bersetuju bahawa dengan mengikuti Modul Kursus Kokurikulum, mereka dapat meningkatkan kecergasan jasmani mereka. Dengan itu, daripada faedah yang diperolehi ini, ia pasti akan memberi keseronokan kepada pelajar dan serusnya melahirkan minat terhadap modul ini.

7.0 KESIMPULAN

Kajian yang dijalankan ini telah mencapai objektifnya dimana ia telah menjawab bebrapa persoalan kajian yang telah dikemukakan sebelum ini. Dapatan dari kajian inimenunjukkan para pelajar yang mengikuti modul kokurikulum ini memberi respon yang amat positif tentang sumbangan modul tersebut terhadap diri mereka. Persepsi yang diberikan pelajar terhadap ketiga-tiga aspek kajian adalah tinggi dan memberikan peningkatan yang berkesan terhadap semua aspek tersebut. Justeru itu, modul kokurikulum yang diajarkan di semua politeknik boleh melahirkan pelajar yang berdaya saing, mempunyai jati diri yang tinggi dan berfikiran positif dan kreatif. Nilai-nilai ini penting untuk melahirkan seorang graduan yang berkualiti bukan sahaja dalam bidang akdemik tetapi juga kemahiran dalam bidang kokurikulum.

RUJUKAN

Ab. Halim Abdul Rahim (1999). Pengurusan Kokurikulum. Kuala Lumpur. Penerbit Fajar Bakti Sdn. Bhd.

Dasar Pelaksanaan Kegiatan Kokurikulum (1997). Akta Pendidikan 1996

Kamus Dewan Edisi Ketiga (2000). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa Dan Pustaka.

Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia (2006). Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah (Softskills) Untuk Institusi Pengajian Tinggi Malaysia Jabatan Pengurusan Institusi Pengajian Tinggi,. Universiti Putra Malaysia

Landell, K (1987). Management by Menu. London: Wiley and Son Inco.

Tahap Penglibatan Pensyarah Politeknik METrO Betong Sarawak Dalam Aktiviti Sukan

Jessica Anak Jawa[1], Imelda Anak Richard Fuchau[2], Emiliana Binti Barayan[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Betong Sarawak

ABSTRAK

Kajian ini dijalankan bagi mengukur tahap penglibatan pensyarah Politeknik METrO Betong Sarawak (PMBS) dalam aktiviti sukan. Responden yang terlibat adalah 39 orang pensyarah di PMBS yang terdiri daripada 13 orang pensyarah Jabatan Perdagangan, 21 orang pensyarah Jabatan Pelancongan dan Hospitaliti, dan 5 orang pensyarah Unit Pengajian Am. Objektif kajian ini adalah untuk mengukur kekerapan para pensyarah bersukan dalam kehidupan seharian, mengukur tahap kesedaran mengenai kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan dan mengenalpasti faktor penglibatan para pensyarah dalam aktiviti sukan. Kaedah kajian yang digunakan ialah kaedah kajian kuantitatif. Kajian mendapati 25.6% pensyarah mula terlibat dalam sukan semenjak berkhidmat di PMBS dan 71.8% pensyarah didapati bersukan sekurang-kurangnya 1-2 kali seminggu. 43.6% pensyarah meluangkan masa selamat 30 minit sehingga sejam untuk aktiviti bersukan. Sehubungan dengan itu, 30.8% pensyarah bersetuju bahawa penglibatan diri bersukan didorong oleh ajakan dari teman-teman, 43.6% pensyarah didorong untuk bersukan apabila berat badan mula naik, dan 35.9% bersetuju terlibat dalam aktiviti sukan apabila mendapat saranan daripada doktor. 35.9% pensyarah kurang bersetuju bahawa aktiviti sukan hanya dijalankan apabila mengalami tekanan di tempat kerja. Selain itu, hasil pelaksanaan kajian ini mendapati 100% pensyarah sedia maklum tentang kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan. Dapatan ini disokong lagi dengan 100% pensyarah bersetuju bahawa penglibatan diri dalam sukan dapat meningkatkan lagi imej diri individu. Di samping itu, 100% pensyarah tidak beranggapan bahawa sukan itu hanya untuk individu yang mengalami masalah kesihatan sahaja.

Kata Kunci: Tahap penglibatan, Sukan, Pensyarah PMBS

1.0 PENGENALAN

Penglibatan individu dalam aktiviti sukan dapat membentuk individu yang cergas, aktif, komited, berdisiplin, dan mempunyai daya saing yang tinggi dalam mendepani setiap cabaran. Ini jelas menunjukkan keadaan gaya hidup yang sihat ditunjangi oleh faktor fizikal, mental, dan sosial yang sihat, cergas, berfungsi serta tidak diancam oleh sebarang penyakit yang boleh memudaratkan kesihatan. Oleh yang demikian, para penjawat awam disarankan untuk menjalankan gaya hidup yang sihat dengan melibatkan diri dengan aktiviti sukan untuk mengurangkan tekanan setelah seharian bekerja serta untuk mengekalkan momentum kerja yang cemerlang. Badan yang sihat dan otak yang cergas secara tidak langsung dapat meningkatkan pencapaian individu dalam segala kerjaya yang dilakukan. Dalam kajian Rosli & Wan Muda (2018) turut menyatakan bahawa pengetahuan gaya hidup sihat perlulah diamalkan dalam kehidupan harian untuk memastikan tubuh badan kita sihat dan cergas.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Kajian ini adalah untuk mengkaji tahap penglibatan pensyarah PMBS dalam aktiviti sukan. Idea kajian ini tercetus apabila penyelidik mendapati pensyarah di PMBS bukan sahaja sibuk dengan perancangan dan pelaksanaan pengajaran semasa keberadaan para pelajar di kampus, malahan juga sibuk dengan kerja sampingan yang lain.

Sehubungan dengan itu, penyelidik ingin mengkaji sama ada pensyarah PMBS ada memperuntukkan masa melakukan aktiviti sukan dalam kehidupan seharian walaupun sibuk dengan pelbagai tugasan. Jika ada, penyelidik ingin mengenalpasti apakah faktor penglibatan para pensyarah yang mendorong dalam melakukan aktiviti sukan. Pada masa yang sama juga, penyelidik ingin mengukur tahap kesedaran para pensyarah mengenai kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan.

Tambahan pula, kajian yang dijalankan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) pada tahun 2018, 23% golongan dewasa dan 81% remaja tidak memenuhi saranan global bagi penglibatan aktiviti fizikal. Kajian tersebut jelas menunjukkan ramai rakyat di negara kita masih belum mempunyai kesedaran mengenai kebaikan bersukan dan tidak mempunyai semangat kesukanan yang tinggi. Semangat untuk melakukan aktiviti sukan ini harus disemai dan dipupuk dalam diri rakyat bagi melahirkan generasi yang sihat dan aktif.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian yang telah dikenalpasti bagi memastikan tujuan kajian ini dapat dicapai adalah seperti berikut:

a) Mengukur kekerapan para pensyarah bersukan dalam kehidupan seharian.
b) Mengukur tahap kesedaran mengenai kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan.
c) Mengenalpasti faktor penglibatan para pensyarah dalam aktiviti sukan.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kaedah kajian yang digunakan adalah kaedah kajian kuantitatif, dimana proses pengumpulan data dilakukan melalui soal selidik menerusi aplikasi atas talian.. Penyelidik telah menyediakan borang soal selidik untuk mengenal pasti kekerapan penglibatan pensyarah PMBS dalam aktiviti sukan dan juga kesedaran mengenai kebaikan penglibatan dalam aktiviti sukan. Soal selidik tersebut diedarkan kepada 39 responden yang terdiri daripada 13 orang pensyarah Jabatan Perdagangan, 21 orang pensyarah Jabatan Pelancongan dan Hospitaliti, dan 5 orang pensyarah Unit Pengajian Am.

Instrumen kajian terdiri daripada satu set soal selidik yang mengandungi tiga bahagian iaitu Bahagian A, B, dan C. Bahagian A ialah demografi responden,dimana penyelidik mengumpul maklumat mengenai latar belakang responden. Bahagian B mengandungi soalan yang dapat mengukur faktor dan kekerapan penglibatan responden dalam aktiviti sukan. Bagi menguji faktor penglibatan pensyarah dalam aktiviti sukan, penilaian adalah berdasarkan kepada penggunaan skala likert iaitu dari [1= sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3= kurang setuju, 4= setuju, dan 5= sangat setuju] terhadap pernyataan berkaitan yang dinyatakan di dalam instrumen penilaian. Bahagian C pula mengkaji kesedaran responden mengenai kebaikan penglibatan dalam aktiviti sukan.. Setiap bahagian mengandungi bilangan item yang berbeza. Hasil data yang diperolehi akan direkodkan dalam bentuk jadual serta dianalisa.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 1 menunjukkan analisis dan huraian ringkas demografi responden. Demografi responden dalam kajian ini melibatkan beberapa aspek seperti umur, jantina, pensyarah dari jabatan apa, tahap pendidikan, dan tempoh perkhidmatan di PMBS.

Responden terdiri daripada 22 orang pensyarah perempuan dan 17 orang pensyarah lelaki. Jumlah responden yang terlibat adalah berdasarkan jumlah sebenar pensyarah di PMBS. Majoriti responden berumur dalam lingkungan 26-30 tahun, iaitu seramai 13 orang (33.3%) dan diikuti 12 orang (30.8%) yang berumur 31-35 tahun. Selain itu, 21 orang (53.8%) terdiri daripada pensyarah Jabatan Pelancongan dan Hospitaliti, 13 (33.3%) responden terdiri daripada pensyarah Jabatan

Perdagangan dan 5 responden (12.8%) terdiri daripada Unit Pengajian Am. 28 responden (71.8%) mempunyai tahap pendidikan sarjana muda dan selebihnya (28.2%) mempunyai tahap pendidikan sarjana. 28 responden (71.8%) juga telah berkhidmat selama 1-5 tahun, 8 responden (20.5%) telah berkhidmat selama 0-1 tahun dan 3 responden (7.7%) telah berkhidmat selama 6-10 tahun di PMBS.

Jadual 1 : Taburan Demografi Responden Pensyarah PMBS

Ciri-ciri responden	Frekunsi	Peratusan (%)
Jantina		
Perempuan	22	56.4
Lelaki	17	43.6
Umur		
21-25 tahun	1	2.6
26-30 tahun	13	33.3
31-35 tahun	12	30.8
36-40 tahun	7	17.9
41-45 tahun	4	10.3
46-50 tahun	1	2.6
51-55 tahun	1	2.6
Pensyarah Jabatan		
JPH	21	53.8
JP	13	33.3
UPA	5	12.8
Tahap Pendidikan		
Sarjana Muda	28	71.8
Sarjana	11	28.2
Tempoh Perkhidmatan		
0-1 tahun	8	20.5
1-5 tahun	28	71.8
6-10 tahun	3	7.7

Jadual 2 menunjukkan analisis kekerapan pensyarah PMBS terlibat dalam aktiviti sukan. Dapatan kajian mendapati 28 orang pensyarah (71.8%) bersukan sekurang-kurangnya 1-2 kali seminggu, 9 orang pensyarah (23.1%) meluangkan masa bersukan 3-4 kali dalam seminggu dan 2 orang pensyarah (5,1%) didapati bersukan setiap hari.

Sehubungan dengan itu, 17 pensyarah (43.6%) menghabiskan masa selama 30-1 jam untuk bersukan, 13 pensyarah (13%) menggunakan masa selama 1-30 minit dan 8 orang pensyarah (20.5%) meluangkan 1-2 jam untuk melakukan aktiviti sukan. Hanya seorang pensyarah (2.6%) yang bersukan dalam tempoh maksimun selama 3 jam dan ke atas. Majoriti pensyarah sebanyak 13 orang (33.3%) melakukan aktiviti sukan seperti jogging, dan diikuti sukan futsal yang melibatkan 10 orang pensyarah (25.6%). Selain itu, 5 pensyarah (12.8%) menyertai virtual run dan berjalan, dan 4 pensyarah (10.3%) menyertai senaman tabata. Hanya 2 orang pensyarah (5.1%) melakukan senamrobik. Dapatan kajian ini menunjukkan semua pensyarah PMBS terlibat aktif dengan aktiviti sukan dalam tempoh seminggu dengan kadar kekerapan penglibatan yang berbeza.

Jadual 2 : Taburan Kekerapan Penglibatan Pensyarah PMBS Dalam Aktiviti Sukan

Pernyataan	Frekunsi	Peratusan (%)
Kekerapan bersukan dalam tempoh seminggu		
0	-	-
1-2 kali seminggu	28	71.8
3-4 kali seminggu	9	23.1
Setiap hari	2	5.1
Masa yang dihabiskan untuk bersukan		
1-30 minit	13	33.3
30 minit-1 jam	17	43.6
1-2 jam	8	20.5

3 jam dan ke atas	1	2.6
Aktiviti sukan yang dilakukan		
Jogging	13	33.3
Tabata	4	10.3
Menyertai Virtual Run	5	12.8
Futsal	10	25.6
Berjalan	5	12.8
Senamrobik	2	5.1

Jadual 3 menunjukkan taburan peratusan, min dan sisihan piawai bagi faktor penglibatan pensyarah PMBS dalam aktivit sukan. Penilaian ini telah diisi oleh responden menggunakan skala likert, iaitu penentu ukur tahap persetujuan seperti [1=Sangat tidak setuju (STS), 2=Tidak setuju (TS), 3=Kurang setuju (KS), 4= Setuju (S), dan 5= Sangat setuju (SS)].

Berdasarkan tahap persetujuan yang telah diberi, 12 pensyarah (30.8%) tidak setuju bahawa mereka mula bersukan semenjak berkhidmat di PMBS dan sekaligus membuktikan pensyarah tersebut mula bergiat aktif dalam sukan sebelum ini. Walaubagaimanapun, dapatan kajian mendapati seorang pensyarah (2.6%) mula bersukan semenjak berkhidmat di PMBS dan ini membuktikan pensyarah tersebut mula menyedari kebaikan bersukan setelah berada di PMBS. Sehubungan dengan itu, penyelidik mendapati pensyarah tersebut merupakan pensyarah lelaki. Hal ini bermaksud, semua pensyarah perempuan PMBS giat bersukan sebelum berkhidmat di PMBS. Keseluruhannya, item 1 mendapat skor min sebanyak 2.64 dan sisihan piawai 1.12.

12 pensyarah (30.8%) sangat tidak setuju, 17 pensyarah (43.6%) tidak setuju dan 10 pensyarah (25.6%) kurang setuju bahawa mereka rasa terbeban apabila terlibat dalam aktiviti sukan. Didapati tiada pensyarah bersetuju dengan pernyataan item 2 tersebut. Ini bermaksud para pensyarah berasa seronok apabila melakukan aktiviti sukan dan mempunyai semangat kesukanan yang tinggi. Para pensyarah PMBS juga sedar bahawa bersukan dapat memberi impak positif pada diri individu. Kesedaran para pensyarah ini dapat dikaitkan dengan kajian yang dilakukan oleh Syed Chear,Mohd & Hamzah (2018) yang menyatakan aktiviti fizikal diketahui mempunyai pengaruh positif terhadap daya tumpuan, keupayaan mengingat dan tingkah laku. Secara keseluruhan, pernyataan item 2 mendapat nilai min terendah sebanyak 1.95 dan sisihan piawai ialah 0.75.

Bagi pernyataan bersukan setiap kali habis waktu bekerja, 2 pensyarah (5.1%) sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut, 8 pensyarah (20.5%) tidak bersetuju, 15 pensyarah (38.5%) kurang bersetuju, 10 pensyarah (25.6%) setuju, dan hanya 4 pensyarah (10.3%) sahaja sangat bersetuju dengan pernyataan itu. Ini menunjukkan tidak semua pensyarah dapat meluangkan masa melakukan aktiviti fizikal selepas habis waktu bekerja dan hanya dapat bersukan pada hujung minggu sahaja. Oleh itu, item 3 telah mendapat nilai min tertinggi sebanyak 3.15 dan sisihan piawai 1.03.

Selain itu, 2 pensyarah (5.1%) sangat tidak setuju , 17 orang pensyarah (43.6%) tidak setuju , 11 pensyarah (28.2%) kurang setuju, 8 pensyarah (20.5%) setuju dan hanya seorang pensyarah (2.6%) sangat setuju bahawa mereka bersukan pada hujung minggu sahaja. Pensyarah yang bersetuju dengan pernyataan tersebut merupakan pensyarah yang tidak dapat meluangkan masa bersukan selepas habis waktu bekerja. Keseluruhannya, pernyataan pada item 4 telah mendapat skor min sebanyak 2.72 dan sisihan piawai 0.93.

Manakala, 12 pensyarah (30.8%) pensyarah bersetuju bahawa mereka hanya akan bersukan apabila diajak oleh teman-teman. Namun demikian, 12 orang pensyarah (30.8%) tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Ini menunjukkan pensyarah tersebut memang aktif bersukan dan faktor ajakan dari kawan-kawan tidak mempengaruhi penglibatan diri dalam bersukan. Oleh itu, pernyataan pada item 5 telah mendapat skor min sebanyak 2.74 dan sisihan piawai 1.03.

Bagi pernyataan hanya bersukan apabila berat badan mula naik, 17 pensyarah (43.6%) setuju dan 8 pensyarah (20.5%) tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Pensyarah yang bersetuju telah

mengambil inisiatif dan membuat keputusan untuk mengurangkan berat badan dengan mula bergiat dalam sukan bagi mengelakkan mencapai berat badan obesiti yang akan menyebabkan komplikasi dalam kesihatan. Ini dapat dikukuhkan dengan kenyataan yang ditulis oleh Ahmad (2016) di Borneo Post, mengatakan masalah obesiti mampu dicegah dengan amalan gaya hidup bersukan. Bagi pensyarah yang tidak bersetuju pula, mereka telah bergiat dalam sukan sebelum mempunyai masalah kenaikan berat badan. Pernyataan pada item 6 telah mendapat skor min sebanyak 3.13 dan sisihan piawai 1.11.

14 pensyarah (35.9%) setuju bahawa mereka hanya bersukan apabila disarankan oleh doktor. Pensyarah yang bersetuju dengan pernyataan tersebut telah mempunyai kesedaran bahawa mereka perlu bersukan bagi mengamalkan gaya hidup yang sihat dari segi mental dan fizikal sekaligus dapat menjauhkan diri daripada penyakit yang dapat memudaratkan kesihatan. Manakala 6 pensyarah (15.4%) sangat tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Pensyarah yang tidak bersetuju dengan pernyataan tersebut jelas menunjukkan mereka mengamalkan prinsip mencegah lebih baik daripada mengubati dengan melibatkan diri dalam aktiviti fizikal sebelum disarankan oleh doktor untuk berbuat demikian. Keseluruhannya, item 7 telah mendapat skor min sebanyak 2.79 dan sisihan piawai 1.09.

Bagi pernyataan yang mengatakan hanya bersukan apabila mengalami tekanan di tempat kerja, majoriti 14 pensyarah (35.9%) kurang bersetuju dengan pernyataan tersebut dan hanya 2 pensyarah (5.1%) sahaja yang sangat setuju dengan pernyataan itu. Analisis ini menunjukkan kebanyakkan pensyarah PMBS dapat menangani tekanan dengan baik. Mereka bersukan untuk mengelak serta mengurangkan stres dan bukan hanya bersukan apabila mengalami stres. Kajian Asnawi & Madlan (2019) turut mengatakan bahawa seseorang yang bijak mengurus stres mempunyai kualiti kehidupan yang lebih baik jika dibandingkan dengan mereka yang gagal mengurus stres dengan bijak. Pernyataan pada item 8 tersebut telah memperolehi skor min sebanyak 2.82 dan sisihan piawai 1.11.

Jadual 3 : Taburan Peratusan, Min, dan Sisihan Piawai Bagi Faktor Penglibatan Pensyarah PMBS Dalam Aktiviti Sukan

Item	Pernyataan	STS	TS	KS	S	SS	Min	Sisihan Piawai
1	Saya mula bersukan semenjak berkhidmat di PMBS	17.9%	30.8%	23.1%	25.6%	2.6%	2.64	1.12
2	Saya rasa terbeban apabila terlibat dalam aktiviti sukan	30.8%	43.6%	25.6%	-	-	1.95	0.75
3	Saya selalu bersukan setiap kali habis waktu bekerja	5.1%	20.5%	38.5%	25.6%	10.3%	3.15	1.03
4	Saya bersukan pada hujung minggu sahaja	5.1%	43.6%	28.2%	20.5%	2.6%	2.72	0.93
5	Saya hanya bersukan apabila diajak oleh teman-teman	12.8%	30.8%	25.6%	30.8%	-	2.74	1.03
6	Saya hanya bersukan apabila berat badan mula naik	10.3%	20.5%	20.5%	43.6%	5.1%	3.13	1.11
7	Saya hanya bersukan apabila disarankan oleh doktor untuk berbuat demikian	15.4%	25.6%	23.1%	35.9%	-	2.79	1.09
8	Saya hanya bersukan apabila saya mengalami tekanan di tempat kerja	15.4%	20.5%	35.9%	23.1%	5.1%	2.82	1.11

Jadual 4 di bawah menunjukkan tahap kesedaran pensyarah PMBS mengenai kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan. Dapatan kajian mendapati 100% pensyarah PMBS sedia maklum tentang kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan. Dapatan kajian ini selari dengan dapatan kajian yang dilakukan oleh Abdul Jalil & Abdul Razak (2020) yang mengatakan masyarakat kini berpendapat bahawa penglibatan dalam aktiviti fizikal merupakan perkara yang sangat penting dalam kesihatan tubuh badan.

Semua pensyarah juga tidak beranggapan bahawa sukan itu hanya untuk individu yang mengalami masalah kesihatan sahaja. Ini menunjukkan para pensyarah mempunyai pandangan yang seimbang mengenai sukan dan tiada halangan untuk melakukan aktiviti fizikal.

Di samping itu, 100% pensyarah juga menyokong bahawa penglibatan dalam sukan juga dapat meningkatkan imej diri. Ini menunjukkan pensyarah PMBS mementingkan imej diri yang positif untuk menggalakkan jati diri dan meningkatkan keyakinan diri dalam berdepan setiap cabaran yang akan dilalui sebagai seorang pendidik.

Keseluruhannya, semua pensyarah mempunyai tahap kesedaran yang tinggi mengenai kebaikan bersukan.

Jadual 4 : Taburan Kesedaran Tentang Kebaikan Penglibatan Dalam Aktiviti Sukan

Bil	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya sedia maklum tentang kebaikan penglibatan diri dalam aktiviti sukan	100%	-
2	Saya beranggapan bahawa sukan itu hanya untuk individu yang mengalami masalah kesihatan sahaja	-	100%
3	Penglibatan saya dalam sukan dapat meningkatkan lagi imej diri saya	100%	-

6.0 KESIMPULAN

Ringkasnya, 100% pensyarah PMBS terlibat dalam sukan dengan tahap penglibatan dan aktiviti sukan yang berbeza. Pensyarah PMBS didapati banyak meluangkan masa selama 30 minit ke 1 jam dalam 1-2 kali seminggu untuk bersukan. Aktiviti sukan kegemaran pensyarah PMBS pula adalah jogging dan diikuti oleh futsal. Dapatan kajian juga mendapati faktor utama penglibatan pensyarah dalam aktiviti sukan didorong oleh kenaikan berat badan. Selain itu, pensyarah PMBS turut mempunyai kesedaran mengenai kepentingan bersukan dalam kehidupan seharian untuk tubuh badan yang sihat dan cergas. Semua aktiviti sukan memiliki kebaikannya tersendiri terhadap kesihatan pengamalnya justeru setiap individu perlu melakukan aktiviti ini agar terhindar daripada sebarang penyakit berbahaya kerana mencegah lebih baik daripada mengubati (Suhaili, 2014).

Oleh yang demikian, para pensyarah PMBS disarankan agar terus aktif terlibat dengan aktiviti sukan dalam kehidupan seharian. Kajian yang dilakukan Mahbob & Sulaiman (2015) ada mengatakan bahawa kecerdasan emosi merupakan aset penting kepada pekerja dan organisasi. Dengan adanya kecerdasan emosi, akan melahirkan pekerja yang seimbang dari segi fizikal, mental dan psikologikal. Sehubungan dengan itu, diharap pensyarah PMBS yang merupakan kelompok cendekiawan dapat terus menjalankan gaya hidup yang sihat agar dapat memberikan sumbangan kepada para pelajar dan menabur khidmat bakti kepada negara.

PENGHARGAAN

Terlebih dahulu, penyelidik ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada Jawatankuasa National Conference in Sports and Co-Curriculum (NASCO) Politeknik METrO Johor Bahru kerana memberi kesempatan untuk membuat kajian mengenai sains sukan dan kokurikulum dengan menyertai NASCO 2021 yang dianjurkan oleh pihak tuan. Ribuan terima kasih juga kepada seluruh pensyarah PMBS yang telah memberi kerjasama menjawab soalan kaji selidik bagi mendapatkan data yang tepat untuk kajian yang dijalankan. Akhir kata, ucapan terima kasih juga kepada semua yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam memberikan input bagi menjayakan kajian ini.

RUJUKAN

Abdul Jalil, J., & Abdul Razak, M.R. (2020). Motivasi Dan Penglibatan Aktiviti Fizikal Dalam Kalangan Staf Kolej Universiti Widad Di Kuantan, Pahang. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 2(1), 204-214.

Ahmad, M.S. (2016, October 9). Amalan gaya hidup sihat mampu mencegah obesiti. Borneo Post. *https://www.theborneopost.com/2016/10/09/amalan-gaya-hidup-sihat-mampu-mencegah-obesiti/*

Asnawi, A.A., & Madlan, L. (2019). Kemahiran pengurusan stres dalam kecerdasan emosi dan hubungannya dengan kepuasan hidup remaja. *Jurnal Psikologi Malaysia*, 33(3), 1-11.

Mahbob, M.H., & Sulaiman,W.I.W. (2015).Kepentingan Kecerdasan Emosi Dalam Komunikasi Keorganisasian Dan Pengaruhnya Terhadap Kepuasan Kerja. *Jurnal Komunikasi*, 31(2), 533-546.

Rosli, S. N., & Wan Muda, W. H. N. (2018). Amalan Gaya Hidup Sihat Pelajar Universiti Tun Hussein Onn Malaysia. Online Journal for TVET Practitioners. Retrieved from https://publisher.uthm.edu.my/ojs/index.php/oj-tp/article/view/4817

Suhaili, S. (2014, November 1). Kepentingan Bersukan Kepada Masyarakat dan Negara. *Blog Fasilitator Bahasa Melayu*. http://fasilitatorbahasa.blogspot.my.

Syed Chear, S. L., Mohd, M. I., & Hamzah, S. H. (2018). Kepentingan aktiviti fizikal dalam membina personaliti dan meningkatkan prestasi akademik. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 7(1), 21-33. https://doi.org/10.37134/jsspj.vol7.1.3.2018

World Health Organization (2018). More Active People For A Healthier World: Draft Global Action Plan On Physical Activity 2018–2030. Seventy-First World Health Assembly A71/18.

Kecemerlangan Akademik Pelajar Melalui Penglibatan Secara Aktif Dalam Bidang Kokurikulum di Politeknik Kota Bharu, Kelantan

Ruzila Mat Ghani[1], Wan Azhar Wan Ismail[2]

[1,2]Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Pendidikan di Malaysia bukan hanya dari segi pembelajaran kurikulum, malah memberi fokus kepada kemahiran insaniah yang disalurkan dalam aktiviti kokurikulum. Tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk melihat perkaitan antara penglibatan secara aktif dalam kokurikulum dengan kecemerlangan akademik pelajar. Kajian kualitatif ini melibatkan 50 orang pelajar di Politeknik Kota Bharu yang diambil secara rawak. Satu set soal selidik yang mengandungi item pernyataan digunakan sebagai instrumen. Data dianalisis menggunakan Program SPSS (Statistical Pakage For Social Science) bagi mendapatkan peratusan dan min. Hasil kajian menunjukkan pelajar yang aktif dalam aktiviti kokurikulum lebih cemerlang dalam akademik berbanding pelajar yang tidak aktif dalam aktiviti kokurikulum. Kesimpulannya, kegiatan kokurikulum sangat penting dalam kalangan pelajar. Selain dapat menyihatkan badan, ia juga dapat mencerdaskan minda pelajar sekali gus membantu mereka fokus dalam kelas dan mencapai kecemerlangan dalam peperiksaan.

Kata Kunci: Penglibatan Pelajar, Aktif, Kokurikulum, Kecemerlangan Pelajar

1.0 PENGENALAN

Pengetahuan dan kemahiran yang dilalui oleh pelajar kolej melangkaui apa yang mereka diajar di dalam kelas. Pengalaman menghadiri kuliah, membina rangkaian sosial, dan menjadi aktif dalam komuniti kampus sangat bermanfaat. Pengalaman di luar kelas merupakan satu pengaruh yang positif untuk kejayaan seseorang pelajar di kolej (Yuliarto, 2010).

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi pencapaian akademik pelajar. Faktor seperti jantina dan bangsa malah tahap pendidikan ibu bapa adalah pengaruh untuk seseorang pelajar itu cemerlang dalam pelajaran (Cabrera et al., 1999; Sanders Jr, 1997; Ting & Robinson, 1998). Kajian terdahulu menunjukkan bahawa pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum mempunyai kesihatan mental yang lebih baik dan lebih terhindar dari mengalami kemurungan, kegelisahan, atau penyalahgunaan dadah (Kilmer & Bailie, 2012).

Takrif bagi perkataan "penglibatan" cenderung menimbulkan kekeliruan kerana sosial yang kompleks, interaksi psikologi, dan akademik yang dijalin bersama di sebuah kolej pengalaman. Cara pelajar memilih untuk terlibat dalam kuliah boleh sangat berbeza, dan pilihan tersebut menjadi asas kepada kegigihan pelajar. Salah satu teori yang paling banyak dikaji dan disesuaikan dalam bidang penyelidikan ini ialah Alexander Astin, yang definisinya "penglibatan" bermaksud partisipatif tingkah laku yang difokuskan pada keahlian dalam organisasi dan kumpulan (Astin, 1984; Tinto, 1997).

Aktiviti kokurikulum merupakan kegiatan yang dirancang daripada proses pengajaran dan pembelajaran di luar bilik darjah (Rahman & Azman, 2007). Aktiviti kokurikulum penting dalam membantu melengkapkan dan memperkukuhkan proses pembelajaran di dalam bilik darjah, di samping dapat menunjukkan perubahan tingkah laku serta mempengaruhi sahsiah pelajar. Aktiviti kokurikulum adalah jelas boleh menambah pengalaman penting dan kemahiran kepada pelajar (Esa & Jamaludin, 2009). Terdapat pelbagai aktiviti yang menerapkan kemahiran insaniah dalam diri pelajar di peringkat sekolah menengah dan universiti. Kebiasaannya, aktiviti-aktiviti ini dikenali sebagai aktiviti kokurikulum yang terbahagi kepada Persatuan dan Kelab, Sukan, serta Unit Badan Beruniform.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Kebanyakan pelajar yang kurang aktif dalam aktiviti kokurikulum juga kurang aktif dalam pembelajaran di dalam kelas. Penglibatan dalam aktiviti kokurikulum juga merupakan salah satu faktor yang menyumbang kepada kecemerlangan akademik seseorang pelajar itu.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk melihat perkaitan antara penglibatan secara aktif dalam kokurikulum dengan kecemerlangan akademik pelajar.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini merupakan kajian kuantitatif menggunakan kaedah tinjauan. Kajian ini menggunakan soal-selidik bagi melihat hubungan penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum secara aktif dan kecemerlangan akademik pelajar. Kaedah ini digunakan untuk mengumpul data dari sampel yang kecil untuk membuat generalisasi terhadap populasi yang lebih besar. Kajian kualitatif ini melibatkan 50 orang pelajar di Politeknik Kota Bharu yang diambil secara rawak. Satu set soal selidik yang mengandungi item pernyataan digunakan sebagai instrumen. Pengskoran untuk setiap item soalan diberi untuk mengukur penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum dan kecemerlangan pelajar. Aktiviti kokurikulum termasuklah Persatuan dan Kelab, Sukan, serta Unit Badan Beruniform yang diwajibkan di politeknik. Kecemerlangan pelajar diskor dengan keputusan Purata Nilaian Gred Keseluruhan (PNGK).

Jadual 1: Skor jawatan

Jawatan	Skor
Pengerusi / Timb pengerusi / Setiausaha / Bendahari	5
Ahli jawatankuasa	3
Ahli biasa	1

Jadual 2: Skor peringkat penglibatan

Peringkat penglibatan	Skor
Antarabangsa	5
Negara	4
Negeri	3
Daerah	2
Politeknik	1

Jadual 3: Skor kehadiran/semester

Kehadiran/semester	Skor
81-100%	5
61-80%	4
41-60%	3
21-40%	2
0-20%	1

Jadual 4: Interpretasi Skor Kokurikulum

Skor	Interpretasi
24 dan ke atas	Aktif
0-23	Kurang aktif

Jadual 5: Interpretasi Skor PNGK

PNGK	Interpretasi
2.75-4.00	Cemerlang
2.74 ke bawah	Kurang cemerlang

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Data dari kajian ini dijadualkan dalam Jadual 6. Hasil kajian menunjukkan pelajar yang aktif dalam aktiviti kokurikulum cemerlang dalam akademik iaitu sebanyak 20% berbanding pelajar yang kurang cemerlang iaitu sebanyak 10%. Hasil kajian menunjukkan juga pelajar perempuan yang aktif dalam kokurikulum lebih cemerlang iaitu sebanyak 14% berbanding pelajar lelaki iaitu sebanyak 6%.

Jadual 6: Bilangan pelajar berdasarkan interpretasi skor kokurikulum

Aktif	**Cemerlang**	**10**	**(20%)**	**Lelaki** **Perempuan**	**3 (6%)** **7 (14%)**
	Kurang cemerlang	5	(10%)	Lelaki Perempuan	4 (8%) 1 (2%)
Kurang aktif	Cemerlang	26	(52%)	Lelaki Perempuan	14 (28%) 12 (24%)
	Kurang cemerlang	9	(18%)	Lelaki Perempuan	6 (12%) 3 (6%)

Hasil kajian ini menyokong pendapat bahawa terdapat hubungan positif antara aktif dalam bidang kokurikulum dan kecemerlangan pelajar. Walaubagaimanapun, kami tidak menegenalpasti kemungkinan faktor lain menyumbang kepada kecemerlangan akademik seseorang pelajar seperti kerjaya ibu bapa serta bangsa atau etnik.

Kajian terdahulu menunjukkan bahawa individu yang aktif dalam aktiviti-aktiviti luar akan lebih bermotivasi berbanding individu yang kurang aktif akan lebih cepat merasa bosan. (Iso-Ahola & Weissinger, 1990). Hal ini menunjukkan bahawa penglibatan dalam kegiatan kokurikulum sangat berfaedah dalam membina motivasi diri pelajar terutama setelah penat mengikuti pelajaran di dalam kelas. Kajian-kajian lepas juga menunjukkan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum dapat meningkatkan prestasi akademik para pelajar. Hasil kajian mendapati ada kaitan yang positif antara penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum dengan pencapaian akademik mereka (Brown & Steinberg, 1991). Kajian oleh Jamalis & Fauzee (2007) telah menunjukkan bahawa pelajar yang melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum selepas waktu persekolahan adalah didorong oleh kepentingan instrinsik pelajar itu sendiri, iaitu untuk mendapatkan pengetahuan yang baru dan bagi memperbaiki diri.

Hasil kajian menunjukkan juga pelajar perempuan yang aktif dalam kokurikulum lebih cemerlang berbanding pelajar lelaki. Hal ini dapat dibuktikan daripada kajian terdahulu yang menyatakan faktor jantina mempengaruhi pencapaian akademik pelajar (Sanders Jr, 1997). Tidak dinafikan bahawa program-program kokurikulum di sekolah dan institusi pengajian tinggi berupaya membentuk dan mengembangkan kemahiran social pelajar. Aktiviti kokurikulum diyakini dapat mengimbangi perkembangan jasmani, rohani, emosi, dan intelek para pelajar.

Kajian ini adalah diharapkan akan berkembang menjadi kajian yang lebih spesifik dan terdapat perkaitan yang kuat antara penglibatan kokurikulum dan pencapaian akademik pelajar. Penekanan terhadap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum merupakan satu kaedah yang berkesan dalam usaha mengasah kemahiran generik dikalangan pelajar. Pembelajaran tidak cukup dengan hanya apa yang dipelajari di dalam kelas semata-mata (Musa & Othman, 2020). Penglibatan dalam aktiviti kokurikulum menggalakkan perkembangan keseluruhan individu murid (Fadzil & Ahmad, 2010). Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum mempunyai hubungan yang kuat dengan pembangunan dalam diri pelajar.

6.0 KESIMPULAN

Kesimpulannya, kegiatan kokurikulum sangat penting dalam kalangan pelajar. Selain dapat menyihatkan badan, ia juga dapat mencerdaskan minda pelajar sekali gus membantu mereka fokus dalam kelas dan mencapai kecemerlangan dalam peperiksaan. Penyelidikan lebih lanjut diperlukan untuk meneliti faktor-faktor yang boleh menyumbang kepada penglibatan kokurikulum dalam kalangan pelajar.

RUJUKAN

Astin, A. W. (1984). Student involvement: A developmental theory for higher education. *Journal of college student personnel*, *25*(4), 297-308.

Brown, B. B., & Steinberg, L. (1991). Noninstructional Influences on Adolescent Engagement and Achievement. Final Report: Project 2.

Cabrera, A. F., Nora, A., Terenzini, P. T., Pascarella, E., & Hagedorn, L. S. (1999). Campus racial climate and the adjustment of students to college: A comparison between White students and African-American students. *The Journal of Higher Education*, *70*(2), 134-160.

Esa, A., & Jamaludin, H. (2009). Peranan kokurikulum di universiti dalam membentuk keterampilan mahasiswa.

Fadzil, N. S. H., & Ahmad, J. (2010). *Kepentingan Kokurikulum Dalam Pendidikan Di Sekolah Menengah.* Paper presented at the Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education.

Iso-Ahola, S. E., & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of leisure Research*, *22*(1), 1-17.

Jamalis, M., & Fauzee, M. S. O. (2007). Developing Human Value through Extra-Curricular Activities. *The Journal of Human Resource and Adult Learning*, *3*(1), 53-60.

Kilmer, J. R., & Bailie, S. K. (2012). The impact of college student substance use: Working with students on campus.

Musa, W. A., & Othman, N. (2020). Kesahan Dan Kebolehpercayaan Instrumen Kokurikulum Sebagai Mediator Dalam Membentuk Sahsiah Pelajar. *Jurnal Dunia Pendidikan*, *2*(1), 195-203.

Rahman, M. A. A., & Azman, N. A. (2007). *Peranan pengetua sebagai pengurus kokurikulum di sekolah menengah daerah Mersing.* Universiti Teknologi Malaysia.

Sanders Jr, R. T. (1997). *Intellectual and psychosocial predictors of success in the college transition: A multi-ethnic study of freshmen students on a predominantly White campus.* University of Illinois at Urbana-Champaign.

Ting, S.-M. R., & Robinson, T. L. (1998). First-year academic success: A prediction combining cognitive and psychosocial variables for Caucasian and African American students. *Journal of college student development*.

Tinto, V. (1997). Classrooms as communities: Exploring the educational character of student persistence. *The Journal of Higher Education*, *68*(6), 599-623.

Yuliarto, H. (2010). Pendidikan Luar Kelas sebagai Pilar Pembentukan Karakter Siswa. *Yogyakarta: FIK UNY*.

Personaliti Pelajar dan Tahap Penglibatan dalam Aktiviti Kokurikulum

Kaswati Salleh[1], Muhammad Firdaus Harun[2], Azhan Zaki Silim[3]

[1,2,3]Kolej Komuniti Kuala Langat, Selangor

ABSTRAK

Kokurikulum merupakan suatu aktiviti luar bilik darjah yang menyediakan pengalaman pembelajaran dan kemahiran kepada pelajar. Ia juga memainkan peranan dan pengaruh secara langsung atau tidak langsung dalam pembentukan kemahiran insaniah serta melahirkan pelajar yang seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek selaras dengan hasrat Falsafah Pendidikan Kebangsaan. Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara personaliti pelajar dengan tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum di Kolej Komuniti Kuala Langat. Responden yang terlibat sebagai sampel kajian adalah terdiri daripada 200 pelajar yang dipilih secara rawak dari semua program di Kolej Komuniti Kuala Langat. Analisis Pekali Korelasi Pearson (r) yang digunakan untuk menguji hipotesis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan (r=0.706, 0=000) di antara personaliti dan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum. Melalui kajian ini, personaliti pelajar dapat dikembangkan dan tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum dapat ditentukan. Dapatan daripada kajian ini juga akan dapat membantu dalam meningkatkan penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum di Kolej Komuniti Kuala Langat.

Kata Kunci: Personaliti Pelajar, Tahap Penglibatan dan Kokurikulum

1.0 PENGENALAN

Personaliti bukan sahaja dibentuk melalui sistem pendidikan tetapi juga dengan pelbagai faktor termasuk keluarga, rakan, pengaruh budaya, keturunan, bentuk badan, kecerdasan dan emosi (Yahaya et al. 2008). Oleh itu, faktor yang mempengaruhi perkembangan personaliti keperibadian akan menghasilkan watak atau keperibadian yang berbeza. Menurut kajian yang telah dibuat oleh Malek (2005), Halim & Chieng (2016) dan Kwai (2010), proses membina keperibadian seseorang mestilah berterusan dan menyeluruh tanpa adanya pemisahan antara kurikulum dan kokurikulum. Pembangunan keperibadian dan kemahiran generik pelajar di sekolah berbeza dalam pelbagai cara dan sangat berkaitan dengan penglibatan dalam aktiviti kokurikulum (Esa et al., 2004). Contoh yang diberikan oleh Smith & Comyn (2004) dan Blumenthal (2009) menunjukkan bahawa pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum dapat menguruskan masa dan menjadi lebih berdisiplin. Ini adalah kerana pendidikan kokurikulum yang menekankan aspek disiplin diri. Oleh itu, psikologi pendidikan perlu dititikberatkan di institusi pendidikan agar kehidupan seharian pelajar diurus dengan lebih baik selaras dengan falsafah pendidikan kebangsaan.

Pelaksanaan aktiviti kokurikulum harus merangkumi persiapan sebelumnya dan pengalaman lalu untuk mengembangkan minat, nilai fizikal, rohani, mental, dan lain-lain. Menurut Ashaari (2007), institusi pendidikan perlu menjalankan aktiviti kokurikulum yang memfokuskan pembangunan potensi individu dari segi meningkatkan keperibadian, disiplin, kesejahteraan dan kemahiran komunikasi. Kajian sebelumnya oleh Hasan et al. (2013), mendapati bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum adalah sederhana walaupun aktiviti dijalankan sepanjang tahun kerana pelajar yang kurang berminat dan tidak akan memberikan komitmen sepenuhnya. Muamat (2016) mendapati bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum tidak konsisten sepanjang tahun dan hanya tertumpu pada program atau pertandingan. Jemaan (2013) mendapati bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum adalah sederhana. Ini menunjukkan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum tidak aktif. Walau bagaimanapun, banyak kajian

menunjukkan bahawa penglibatan dalam aktiviti kokurikulum memberi kesan positif terhadap harga diri pelajar. Hassan & Safar (2010) menyatakan bahawa melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum memberi kesan positif mengenai perkembangan keperibadian pelajar. Pulford & Sohal (2006), Richardson et al. (2012) dan Haron & Idris (2010) menunjukkan bahawa pelajar yang terlibat dalam aktiviti kokurikulum dapat menguruskan masa mereka, menjadi lebih berdisiplin dan seterusnya membentuk keperibadian disiplin dalam diri individu. Ini sangat penting kerana secara langsung dapat mendidik keperibadian seseorang, yang akan berlaku seterusnya mempengaruhi prestasi mereka. Oleh itu, dapat disimpulkan bahawa terdapat hubungan antara personaliti pelajar dan penglibatan mereka dalam aktiviti kokurikulum.

2.0 MASALAH KAJIAN

Menurut kajian yang dibuat oleh Mustafa et al. (2014) mendapati bahawa personaliti pelajar semasa berada pada tahap sederhana. Pelajar mempunyai keperibadian yang pelbagai dan memerlukan beberapa usaha untuk memperoleh keperibadian unggul. Namun, agak sukar untuk membentuk keperibadian yang unggul apabila penglibatan mereka dalam bidang aktiviti kokurikulum berada pada tahap sederhana. Dari segi penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum, Hasan et al. (2013) dan Jemaan (2013) menyatakan bahawa penglibatan pelajar dalam kegiatan aktiviti kokurikulum berada pada tahap sederhana walaupun begitu dijalankan sepanjang tahun. Muamat (2016) menyokong penemuan tersebut dengan menyatakan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum tidak konsisten sepanjang tahun dan hanya tertumpu pada program atau pertandingan sahaja. Allen et al. (2015) melaporkan bahawa pelajar yang tidak terlibat dalam aktiviti kokurikulum akan mempengaruhi tahap keperibadian mereka. Oleh yang demikian, persoalan utama yang perlu ditangani ialah adakah personaliti dibentuk melalui aktiviti kokurikulum di institusi pengajian dan jika ya, mengapa pelajar masih belum memperoleh personaliti terbaik walaupun telah mengikuti aktiviti kokurikulum untuk jangka masa yang panjang. Melalui masalah itu juga pengkaji perlu mengenalpasti faktor-faktor penyebab seperti kaedah yang digunakan oleh pihak pentadbiran institusi, personaliti pelajar yang bermasalah, pengaruh sosial yang dihadapi oleh pelajar atau masalah lain yang boleh mempengaruhi pelajar untuk tidak mengikuti aktiviti kokurikulum. Bagi mengatasi masalah tersebut, pengkaji memutuskan untuk mengenal pasti sama ada personaliti pelajar dikembangkan melalui aktiviti kokurikulum dan hubungan antara personaliti pelajar dengan penglibatan mereka dalam aktiviti kokurikulum. Oleh itu, kajian ini memberi tumpuan kepada kesan antara pelbagai jenis keperibadian pelajar dan tahap penglibatan mereka dalam aktiviti kokurikulum di institusi pengajian.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian adalah bertujuan untuk mngenalpasti hubungan di antara personaliti pelajar dengan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum. Objektif kajian adalah seperti berikut:

1. Untuk mengenalpasti personaliti di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat
2. Untuk mengenalpasti tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat
3. Untuk mengenalpasti hubungan di anatara personaliti dan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Metodologi merupakan panduan ke arah pengembangan sistem dan memastikan objektif kajian tercapai. Metodologi adalah pelaksanaan fizikal kitaran hidup logik yang menggabungkan aktiviti langkah demi langkah untuk setiap fasa, peranan individu dan kumpulan yang akan dimainkan dalam setiap penyampaian dan standard kualiti untuk setiap aktiviti, dan alat dan teknik yang akan digunakan untuk setiap aktiviti (L .Whitten, 2003).

Populasi dan Persampelan

Responden kajian ini adalah merupakan pelajar-pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat dalam semua program. Untuk kajian ini, kaedah persampelan kebarangkalian (secara rawak) digunakan untuk mewakili populasi kajian. Sampel kajian yang terlibat adalah seramai 200 responden melalui teknik persampelan rawak. Responden kajian ini akan menjawab 44 item soalan berkaitan personaliti dan 10 item soalan tahap penglibatan yang diedar melalui pautan borang google soal selidik tersebut.

Instrumen Kajian

Dalam kajian ini, pengkaji menggunakan kaedah penyelidikan kuantitatif dengan menggunakan soal selidik sebagai instrumen untuk mendapatkan data kajian. Kajian ini menggunakan instrumen statistik deskriptif untuk menerangkan jenis personaliti dan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum yang membolehkan untuk melihat nilai skor frekuensi, peratusan, min dan sisihan piawai. Sebelum borang soal selidik diedarkan kepada responden, pengkaji membuat ujian rintis terlebih dahulu bagi mendapatkan kebolehpercayaan soal selidik. Pengkaji memilih soal selidik kerana ianya lebih sesuai, mudah, efektif, praktikal dan berkesan. Suzanah, Andi Muhammad Yusuf, Muhamad Roslan, Anuar, dan Mohd Mahzan (2014) turut menambah bahawa soal selidik boleh mengelakkan daripada berlakunya 'bias'. Ujian rintis telah dilakukan kepada beberapa pelajar secara rawak. Ini adalah bertujuan untuk mengetahui soalan yang diberikan boleh difahami oleh responden dan mengetahui tentang jawapan yang akan diberikan bagi setiap soalan yang ditanya. Sementara itu, statistik inferensi menggunakan analisis Korelasi Pearson untuk mengkaji hubungan antara jenis keperibadian dan penglibatan dalam kokurikulum aktiviti di kalangan pelajar sekolah menengah di sekitar Kuala Lumpur.

Analisis Kebolehpercayaan

Kebolehpercayaan soal selidik dikaji dengan ujian Alpha Cronbach. Keperluan ujian kebolehpercayaan ialah untuk mengukur kestabilan dan ketekalan soal selidik agar sesuai dengan populasi dan mengukur apa yang perlu diukur. Jumlah keseluruhan soal selidik adalah 44 item. Dalam Cronbach's Alpha, nilai yang lebih dekat dengan 1 bermaksud soal selidik yang boleh dipercayai. Skor alpha di atas 0.7 secara amnya menunjukkan bahawa skala kebolehpercayaan yang tinggi. Skala kebolehpercayaan untuk kajian Personaliti ini ditunjukkan dalam Jadual 1. Hasil Cronbach's Alpha untuk kajian Personaliti ini menunjukkan kebolehpercayaan yang tinggi dengan skor alpha (a = 0.760).

Jadual 1: Nilai Cronbach's Alpha untuk Personaliti

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.760	.790	44

Manakala skala kebolehpercayaan untuk kajian Tahap Penglibatan ini ditunjukkan dalam Jadual 2. Hasil Cronbach's Alpha untuk kajian Tahap Penglibatan ini menunjukkan kebolehpercayaan yang sangat tinggi dengan skor alpha (a = 0.950).

Jadual 2: Nilai Cronbach's Alpha untuk Tahap Penglibatan

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.950	.951	10

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Dapatan kajian ini terbahagi kepada tiga bahagian iaitu bahagian pertama adalah untuk menentukan jenis personaliti di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat. Bahagian kedua adalah untuk menentukan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat. Manakala bahagian tiga adalah untuk menentukan hubungan antara personaliti dan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat.

5.1 Jenis Personaliti

Hasil analisis jenis personaliti di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat adalah seperti dalam Jadual 3.

Jadual 3: Skor Min dan Sisihan Piawai mengikut jenis Personaliti

Jenis Personaliti	Min	Sisihan Piawai
Ekstrovert	3.296	0.489
Kesetujuan	3.655	0.427
Kesedaran	3.516	0.455
Neurotik	2.618	0.516
Keterbukaan	3.347	0.502
Min Keseluruhan Personaliti Pelajar	**3.286**	**0.478**

Dapatan kajian menunjukkan bahawa keseluruhan personaliti pelajar adalah berada pada tahap sederhana hingga tahap tinggi dengan nilai min keseluruhan (Min=3.286, SP=0.478). Menurut kajian Mustafa et al (2014) telah mendapati bahawa tahap personaliti pelajar adalah berada pada tahap sederhana. Namun demikian, John & Srivastava (1999) menganggap perbezaan personaliti yang wujud di antara pelajar adalah bersifat normal kerana sifat personaliti tidak kekal dan mempunyai kecenderungan untuk menjadi stabil. Analisis data juga telah menunjukkan skor min dan sisihan piawai bagi jenis personaliti mengikut *Big Five Personality* berada pada tahap sederhana hingga tinggi.

5.2 Tahap Penglibatan dalam Aktiviti Kokurikulum

Hasil analisis tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat ditunjukkan dalam Jadual 4.

Jadual 4: Skor Min dan Sisihan Piawai bagi Tahap Penglibatan dalam Aktiviti Kokurikulum

Item n (200) Tahap Penglibatan	Min	SP
Saya selalu mengikuti arahan pensyarah semasa aktiviti kokurikulum	3.88	0.830
Saya menggunakan masa lapang untuk terlibat dalam aktiviti kelas dan persatuan	3.62	0.894
Saya lebih menghormati orang melalui penglibatan saya dalam aktiviti kokurikulum	3.78	0.857
Saya dapat mengasah sifat disiplin dalam diri sendiri melalui aktiviti kokurikulum	3.80	0.891
Saya dapat membina keyakinan diri melalui aktiviti kokurikulum	3.84	0.865
Saya menyertai kelab dan persatuan atas pilihan pensyarah saya	3.26	1.019
Saya menyertai kokurikulum berdasarkan kekuatan pensyarah yang menyelaras	3.47	0.929
Saya suka melibatkan diri dalam jawatankuasa kokurikulum	3.37	1.029

Saya memberi komitmen yang tinggi dari awal sampai hujung pelaksanaan sebarang aktiviti kokurikulum	3.58	0.907
Saya menyukai nilai kepimpinan dalam aktiviti kokurikulum	3.60	0.908
Jumlah Keseluruhan Min	**3.62**	**0.913**

Secara keseluruhan, dapatan menunjukkan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum berada pada tahap sederhana tinggi hingga tinggi dengan keseluruhan nilai min (Min=3.62, SP=0.913). Data menunjukkan bahawa semua item berada di tahap tertinggi sehingga sederhana, sementara skor min terendah adalah (Min=3.26, SP=1.019) manakala yang tertinggi adalah (Min=3.88, SP=0.830). Menurut kajian Jemaan (2013) dan Hasan et al (2013) mendapati bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum berada pada tahap sederhana. Penemuan ini menunjukkan bahawa perlu ada tindakan yang sewajarnya untuk memastikan semua pelajar terlibat sepenuhnya dalam aktiviti kokurikulum.

5.3 Hubungan di antara Personaliti dan Tahap Penglibatan dalam Aktiviti Kokurikulum

Hubungan antara personaliti dan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat diuji menggunakan korelasi Pearson. Hasil korelasi ujian ditunjukkan dalam Jadual 5.

Jadual 5: Hubungan di antara Personaliti dan Tahap Penglibatan dalam Aktiviti Kokurikulum

		Skor min keseluruhan bagi personaliti penglibatan kokurikulum	Skor min keseluruhan bagi personaliti penglibatan kokurikulum
Skor min keseluruhan personaliti	Korelasi Pearson	1	0.706**
	Sig. (2-tailed)		0.000
	N	200	200
Skor min bagi tahap penglibatan kokurikulum	Korelasi Pearson	0.706**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	
	N	200	200

Hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat positif yang signifikan hubungan (r = 0.706, p = 0.000) antara personaliti dan penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar Kolej Komuniti Kuala Langat. Ini menunjukkan bahawa jenis personaliti berperanan dalam menentukan tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum di kalangan pelajar. Penglibatan positif menghasilkan kesan positif dalam pembangunan personaliti. Ini menjelaskan bagaimana penglibatan dalam aktiviti kokurikulum dapat membentuk personaliti pelajar. Mengikut kajian Hassan & Safar (2010), Harun & Salamuddin (2010) dan Bar-On (2000) personaliti seseorang akan dapat dibina melalui penglibatan dalam aktiviti kokurikulum sebagai persembahan pelajar dan personaliti juga saling berkaitan serta mempengaruhi di antara satu sama lain. Pembinaan personaliti dan keperibadian dapat ditingkatkan melalui penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (Laborde et al. 2015). Menurut kajian Allen et al. (2015) bahawa aktiviti fizikal dalam aktiviti kokurikulum boleh membawa kepada perubahan positif kepada pelajar dan pada masa yang sama membantu dalam mengubah kestabilan personaliti pelajar.

6.0 KESIMPULAN

Dapatan kajian ini telah mendapati bahawa penglibatan dalam aktiviti kokurikulum dapat mempengaruhi pengembangan personaliti pelajar. Pihak Kolej Komuniti Kuala Langat perlu mengambil tindakan dengan segera untuk memastikan penglibatan pelajar adalah konsisten dan pada kadar yang lebih tinggi agar memberi kesan dalam pengembangan personaliti pelajar. Pengembangan keperibadian pelajar harus dititikberatkan melalui dua faktor utama ini untuk melahirkan generasi yang holistik dan seimbang pada masa akan datang. Kajian ini juga mendapati

bahawa terdapat kekurangan sumber untuk memastikan bahawa semua pelajar terlibat sepenuhnya dalam aktiviti kokurikulum. Tahap penglibatan yang sederhana adalah kerana pelajar kurang berminat dan tidak komited sepenuhnya untuk menyertai aktiviti kokurikulum. Menurut pandangan Muamat (2016), Che-Ani (2017) dan Annamalai (2012), yang menyatakan bahawa pelajar kurang berminat untuk terlibat dalam aktiviti kokurikulum di samping penglibatan mereka yang tidak konsisten sepanjang tahun. Masalah ini perlu ditangani dengan serius kerana keadaan seperti itu boleh mempengaruhi perkembangan keperibadian pelajar. Kajian ini juga mendapati bahawa tahap penglibatan dalam aktiviti kokurikulum berperanan dalam menentukan keperibadian pelajar. Terdapat hubungan yang kuat antara keperibadian dan penglibatan dalam aktiviti kokurikulum kerana dapat membentuk keperibadian seseorang. Melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum adalah salah satu medium untuk mengembangkan domain keperibadian seperti sosial, berkesan dan psikomotor (Akhir et al., 2017). Pelajar juga dapat mengembangkan sifat kepemimpinan dan profesionalisme (Hassan & Safar, 2010; Shahiri & Adnan, 2015; Amin et al. 2017; Ghozali & Kamri, 2017). Kombinasi aspek-aspek ini boleh membawa kepada kejayaan organisasi, sekolah atau masyarakat setempat. Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan dalam kajian ini, dapat disimpulkan bahawa pelajar perlu mengembangkan keperibadian mereka dengan melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum. Pihak Kolej Komuniti Kuala Langat juga perlu melakukan penyelidikan mendalam mengenai aktiviti kokurikulum yang diselitkan dengan aspek pengembangan personaliti di kolej.

RUJUKAN

Akhir, M. A. M., Wahab, M. N. A., & Ali, Z. M. (2017). Pengukuran dan Penilaian Tahap Emosi Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum: Permasalahan dan Cadangan. International Journal of Humanities Technology and Civilization, 1, 2.

Allen, M. S., Vella, S. A., & Laborde, S. (2015). Health-Related Behaviour and Personality Trait Development in Adulthood. Journal of Research in Personality, 59, 104-110. https://doi.org/10.1016/j.jrp.2015.10.005

Annamalai, M. (2012). Pengaruh penglibatan dalam kokurikulum sekolah terhadap kemahiran insaniah: Peranan sokongan keluarga dan pengaruh rakan sebaya. Doctoral Dissertation, Penang: Universiti Sains Malaysia.

Bar-On, R. (2000). Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional.

Blumenthal, K. J. (2009). Collegiate Recreational Sports: Pivotal Players in Student Success. Planning for Higher Education, 37, 52.

Esa, A., Mohd Yunus, J., & Kaprawi, N. (2004). The Implementation of Generic Skill through Co-Curriculum Activity in Polytechnic to Fulfill the Industrial Demand: Proposal Paper.

Goldberg, L. R. (1992). The Development of Markers for the Big-Five Factor Structure. Psychological Assessment, 4, 26. https://doi.org/10.1037/1040-3590.4.1.26

Halim, F., & Chieng, L. S. (2016). The Relationship of Self Determination and Big Five Personality to Achievement Motivation and Academic Achievement. Jurnal Psikologi Malaysia, 30, 2.

Haron, Z., & Idris, A. A. (2010). Persepsi Pelajar Terhadap Penerapan Kemahiran Generik Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Kalangan Pelajar Tahun Dua Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia, Skudai . Universiti Teknologi Malaysia.

Harun, M. T., & Salamuddin, N. (2010). Cultivating Personality Development through Outdoor Education Programme: The Malaysia Experience. Procedia—Social and Behavioral Sciences, 9, 228-234. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.141

Hasan, M. F., Kadir, S. A., & Asimiran, S. (2013). Relationship School Environment with Students Involvement in Co-Curricular Activities in Secondary Schools. Malaysian Journal of Education, 38, 1-9.

Hassan, J., & Safar, S. A. (2010). Pembinaan Kecemerlangan Diri Pimpinan Pelajar Menerusi Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai. http://eprints.utm.my/id/eprint/10788/

Jemaan, M. (2013). Penglibatan pelajar sekolah menengah kawasan parlimen Bakri Muar dalam aktiviti kokurikulum dan hubungannya dengan kecerdasan emosi . Doctoral Dissertation, Skudai: Universiti Teknologi Malaysia.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives. In L. A. Pervin, & O. P. John (Eds.), Handbook of Personality: Theory and Research (Vol. 2, pp. 102-138). New York: Guilford Press.

Kwai, T. Y. (2010). Pengurusan Kokurikulum. Kuala Lumpur: Kumpulan Budiman Sdn. Bhd.

Laborde, S., Guillen, F., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2015). Chronotype, Sport Participation, and Positive Personality-Trait-Like Individual Differences. Chronobiology International, 32, 942-951.

Lounsbury, J. W., Sundstrom, E., Loveland, J. M., & Gibson, L. W. (2003). Intelligence, "Big Five" Personality Traits, and Work Drive as Predictors of Course Grade. Personality and Individual Differences, 35, 1231-1239. https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00330-6

Malek, A. H. A. (2005). Faktor-faktor penghalang dalam pengurusan kokurikulum di sebuah sekolah menengah di Melaka . Doctoral Dissertation, Institut Pengajian Kepengetuaan, Universiti Malaya.

Muamat, O. (2016). Persepsi pelajar terhadap amalan pengajaran guru opsyen dan bukan opsyen sejarah serta hubungannya dengan sikap pelajar . Masters. Universiti Kebangsaan Malaysia.

Mustafa, M., Jusoh, A., Syed Salim, S., Bistaman, M., & Mohamed Arip, M. (2014). Personaliti Pelajar Program Pendidikan. Jurnal Pendidikan Bitara UPSI, 7, 68-76.

Noftle, E. E., & Robins, R. W. (2007). Personality Predictors of Academic Outcomes: Big Five Correlates of GPA and SAT Scores. Journal of Personality and Social Psychology, 93, 116. https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.1.116

Richardson, M., Abraham, C., & Bond, R. (2012). Psychological Correlates of University Students' Academic Performance: A Systematic Review and Meta-Analysis. Psychological Bulletin, 138, 353. https://doi.org/10.1037/a0026838

Shahiri, H., & Adnan, S. N. (2015). The Relevancy of Co-Curricular Activities on Graduates Employability: Evidence from a Graduate Unemployment Duration Model.

Smith, E., & Comyn, P. (2004). The Development of Employability Skills in Novice Workers through Employment. In Generic Skills in Vocational Education and Training: Research Readings (pp. 95-108). Leabrook: ERIC Clearinghouse.

Yahaya, A., & Ahmad, N. (2010). Teori-Teori Konsep Kendiri. http://eprints.utm.my/id/eprint/10368/

Yahaya, A., Boon, Y., Hashim, S., Mustafa, M. S., & Muhammad, Z. (2008). Indeks perlakuan buli di kalangan pelajar-pelajar di sekolah menengah dan rendah di Malaysia . Research Report, Johor: Malaysia University of Technology.

Kepentingan Semangat Cintakan Negara Di Kalangan Para Pelajar Politeknik Malaysia Melalui Penglibatan Bersama Pasukan Beruniform

Zuraiti Binti Hj Che Amat[1], Hj Hazril Hisham Bin Hussin[2], Khairul Safuan Bin Mohamad Isa[3]

[1]Politeknik Sultan Azlan Shah
[2]Politeknik Ungku Omar
[3]Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

ABSTRAK

Semangat cintakan negara banyak diterapkan sejak dari bangku persekolahan lagi. Institusi pendidikan tinggi khususnya Politeknik Malaysia tidak terkecuali dalam memainkan peranan untuk memupuk budaya sayang, prihatin dan bertanggungjawab kepada negara tercinta. Kajian ini bertujuan menerapkan semangat kenegaraan melalui penglibatan para pelajar dalam pasukan-pasukan beruniform di Politeknik Malaysia. Seterusnya ia bertumpukan kepada kesedaran para pelajar untuk bersedia menjadi barisan hadapan negara sekiranya menghadapi bencana atau malapetaka. Selain daripada itu, proses pengumpulan data berbentuk kuantitatif digunakan dalam kajian ini. Taburan borang soal selidik diedarkan kepada sebahagian para pelajar Politeknik Malaysia Zon Utara yang diambil untuk menjadi responden kajian. Pada umumnya, dapatan kajian menunjukkan bahawa responden mengakui semangat kenegaraan perlu diterapkan dan diperluaskan kepada para pelajar Politeknik Malaysia dan amnya institusi pengajian tinggi negara. Ia turut selari dengan fokus kedua iaitu persetujuan di mana para pelajar perlu bersedia untuk menjadi barisan hadapan negara sekiranya dilanda musibah dan sebagainya. Oleh yang demikian, hasil dapatan kajian ini diharapkan berupaya memandu pihak pentadbir atau pengurusan insititusi pengajian tinggi samada awam atau swasta serta Politeknik Malaysia khasnya untuk mewajibkan semua pelajar mengikuti program atau kursus bersama pasukan beruniform demi negara tercinta.

Kata Kunci: Semangat Cintakan Negara

1.0 PENGENALAN

Di mana bumi dipijak, di situ langit dijunjung. Semangat cintakan negara amat penting diterapkan di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia. Namun begitu, pada masa kini banyak telah terhakis dalam kehidupan anak-anak muda sekarang. Mereka pada umumnya hanya berpaksikan kepada keseronokan dan tanpa mengambilkira fokus utama untuk menjadi tulang belakang dan tonggak kekuatan negara. Tidak dinafikan bahawa saban tahun setiap kali sambutan hari kemerdekaan negara, ia akan diraikan dengan meriah (Sinar Harian, 2018).

Amalan menyemai semangat cintakan negara selalu muncul apabila timbul atau hadirnya bulan kemerdekaan. Tidak rugi mengibarkan jalur gemilang kerana ia adalah tanda sayangnya rakyat Malaysia kepada tanahair (Abnor Hamizan, 2020). Namun yang demikian, ia adalah tidak mencukupi jika ia sekadar simbolik sahaja. Ia perlulah diisi dengan semangat jitu melalui pelbagai pendekatan yang menyeluruh dari segenap aspek yang berkaitan seperti mendalami ilmu semangat kenegaraan melalui penglibatan aktif bersama Pasukan Beruniform.

Justeru itu, perubahan semasa menunjukkan pemahaman dari segi penghayatan dan ertikata semangat cintakan negara seolah-olah kosong difikiran anak-anak muda dan tidak ketinggalan segelintir daripada para pelajar Politeknik Malaysia. Ia jelas diperhatikan dengan aktiviti atau melakukan yang tidak bermanfaat semasa menyambut kemerdekaan dan sebagainya.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Semangat cintakan negara boleh dibahagikan kepada beberapa perkara seperti, kemahuan untuk mempertahankan negara, pengukuhan semangat jati diri, kefahaman tentang budaya, amalan kehidupan dan sebagainya. Namun yang demikian, masih wujud warga yang mempertikaikan ketaatsetiaan sejati terhadap tanah air sendiri. Selain daripada itu, penggunaan medium atau perantara media sosial, tuduhan, fitnah, adu domba, malah kenyataan yang menyentuh sensitiviti agama dan budaya kian berleluasa. Ini menghadirkan polemik yang amat membimbangkan.

Melentur buluh biarlah dari rebungnya. Peribahasa tersebut sinonim dengan usaha untuk mengembeling dan membentuk warga muda untuk dicorakkan mengikut acuan tertentu. Oleh yang demikian, golongan muda terutamanya para pelajar perlu dibentuk jati diri, keperibadian dan sebagainya untuk berdiri mempertahankan negara tercinta (Nur Fatin, 2018). Justeru itu, kepentingan aspek ini dapat dilihat dengan jelas melalui pembinaan modal insan yang bercirikan semangat cintakan negara di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia yang diterapkan melalui penglibatan bersama Pasukan Beruniform samada secara tetap mahupun sukarelawan.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian kepentingan semangat cintakan negara di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia melalui penglibatan bersama pasukan beruniform terbahagi kepada dua. Ia adalah seperti :

i. Membina semangat kenegaraan di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia
ii. Kesediaan para pelajar Politeknik Malaysia menjadi barisan hadapan negara sekiranya menghadapi bencana atau malapetaka

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini dijalankan dengan menggunakan kaedah edaran borang soal selidik. Hasil dapatan kajian akan diakhiri dengan jumlah peratusan yang diterima dari data borang soal selidik. Menurut Mohamad Najib (1999), ia merangkumi beberapa perkara seperti persampelan, analisis data, instrumen kajian dan reka bentuk kajian.

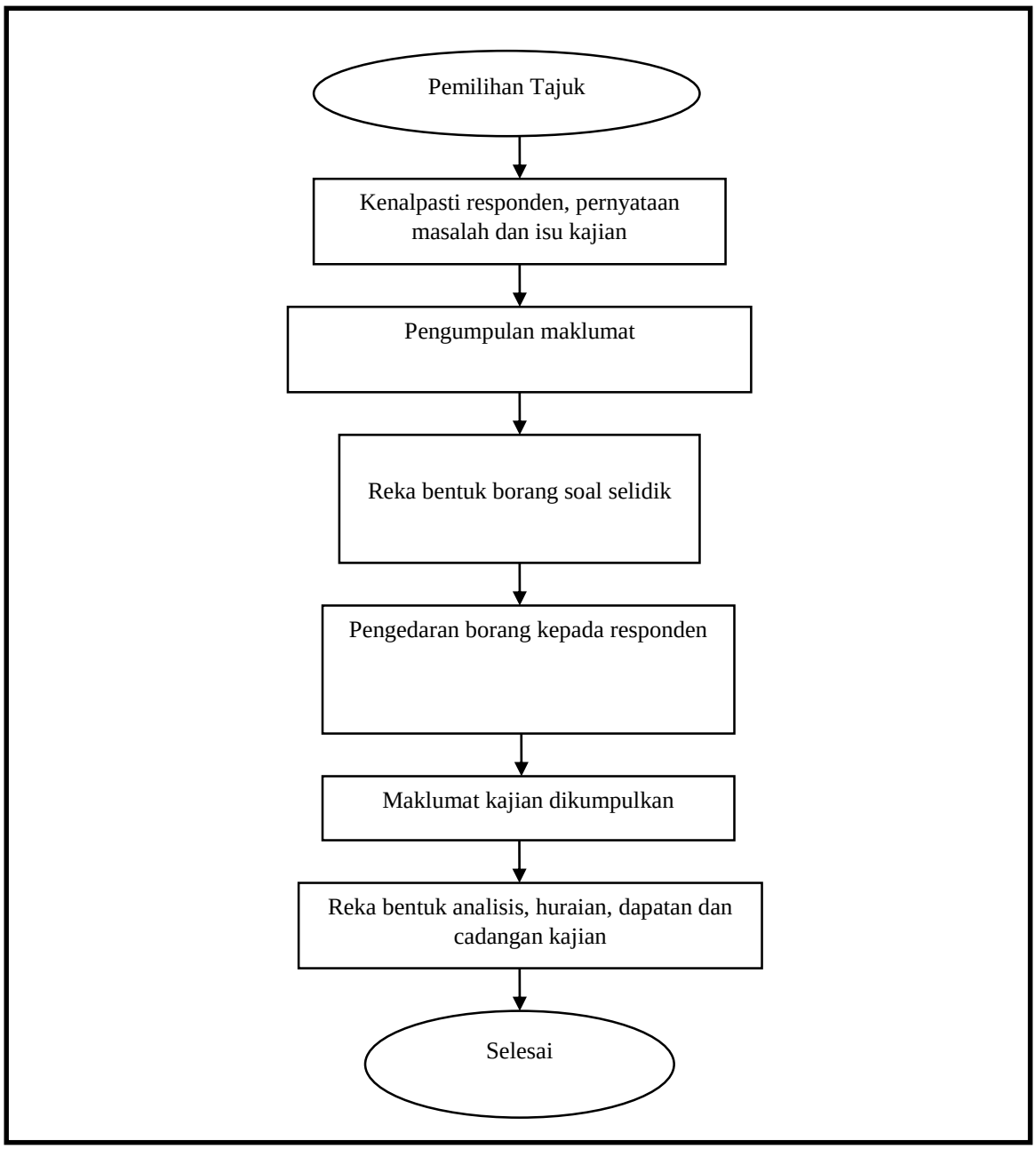
4.1 Persampelan

Kaedah persampelan digunakan dalam kajian ini. Persampelan rawak mudah diambil dari 3 buah Politeknik zon tengah iaitu Politeknik Ungku Omar, Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah dan Politeknik Sultan Azlan Shah. Bilangan responden untuk kajian ini adalah sekurang-kurangnya 375 orang pelajar. Ia mengambilkira anggaran bila pelajar dari ketiga-tiga buah politeknik berjumlah sekitar 15,000 orang (Kamarul Syukri, 2015). Kaedah ini dipilih dengan memberi peluang kepada semua pelajar yang berminat dari ketiga-tiga buah politeknik untuk melengkapkan borang soal selidik.

4.2 Tatacara Kerja

Pemilihan tajuk menjadi perkara pertama bagi melaksanakan kajian ini. Ia diikuti dengan penetapan pernyataan masalah atau isu kajian serta mengenalpasti responden. Justeru itu, 3 buah politeknik telah dipilih degan mengambilkira lokasinya berada dalam zon tengah. Kemudian, ia diikuti dengan kerja-kerja pegumpulan maklumat.

Seterusnya merangka borang soal selidik, pengedaran kepada responden dan disusuli dengan kerja-kerja pengumpulan data. Ia diteruskan lagi dengan melaksanakan analisis, kesimpulan atau rumusan serta cadangan kajian. Rajah 1 menunjukkan tatacara kerja kajian dilaksanakan.



Rajah 1 : Tatacara Kerja

5.0 DAPATAN KAJIAN

Merujuk dapatan kajian, bahagian pertama dalam borang soal selidik adalah berkisar kepada data demografi. Soalan pertama adalah menjurus kepada penglibatan para pelajar dari 3 buah politeknik yang bertindak sebagai responden kajian. Politeknik Ungku Omar mewakili seramai 144 orang pelajar (38.4%), Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah seramai 120 orang pelajar (32%) dan diikuti oleh Politeknik Sultan Azlan Shah seramai 111 orang pelajar (29.6%).

Soalan kedua adalah berkenaan dengan pecahan mengikut jabatan akademik. Data menunjukkan bilangan pelajar yang terlibat adalah seperti jadual 1.

Jadual 1 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Jabatan Akademik

BIL	JABATAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Kejuruteraan Awam	74	19.7
2	Kejuruteraan Elektrik	103	27.5
3	Kejuruteraan Mekanikal	167	44.5
4	Perdagangan	30	8
5	Perkapalan	-	-
6	Teknologi Maklumat dan Komunikasi	1	0.3
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Seterusnya soalan ketiga adalah berkenaan dengan jantina pelajar (responden). Dapatan kajian adalah seperti jadual 2.

Jadual 2 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Jantina

BIL	JANTINA	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Pelajar Lelaki	227	60.9
2	Pelajar Wanita	148	39.1
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Soalan keempat merujuk kepada semester pengajian responden. Ia terbahagi dari pelajar di semester 1 hingga pelajar yang berada di semester 10. Perincian dapatan kajian adalah seperti jadual 3 di bawah.

Jadual 3 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Semester Pengajian

BIL	JABATAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Semester 1	201	53.7
2	Semester 2	19	5.1
3	Semester 3	81	21.7
4	Semester 4	21	5.3
5	Semester 5	39	10.4
6	Semester 6	14	3.7
7	Semester 7	-	-
8	Semester 8	1	0.3
9	Semester 9	-	-
10	Semester 10	1	0.3
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Bahagian kedua dalam borang soal selidik adalah merujuk kepada penglibatan para pelajar dalam pasukan beruniform samada di peringkat sekolah rendah, sekolah menengah mahupun di institusi pengajian tinggi masing-masing. Ia dimulakan dengan keterlibatan mereka dalam pasukan beruniform. Justeru itu, jadual 4 menunjukkan samada responden pernah terlibat atau tidak dengan pasukan beruniform.

Jadual 4 : Bilangan/Peratusan Keterlibatan Responden Dengan Pasukan Beruniform

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Ya	233	62.1
2	Tidak	147	37.9
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Ia diikuti dengan faktor minat para pelajar untuk menyertai pasukan beruniform. Sekitar 73.9% (277 orang) responden menyatakan minat untuk menceburi atau menganggotai pasukan beruniform manakala 26.1% (98 orang) menyatakan tidak berminat.

Seterusnya diteruskan dengan faktor latar belakang keluarga samada pernah terlibat atau berkhidmat dengan pasukan keselamatan atau penguatkuasa negara. Berdasarkan kajian, statistis menunjukkan hampir separuh daripada bilangan responden mempunyai ahli keluarga yang pernah berkhidmat dengan pasukan keselamatan atau penguatkuasa negara iaitu 169 orang (45.1%). 206 orang

responden (54.9%) menyatakan tiada ahli keluarga yang terlibat dengan pasukan keselamatan atau penguatkuasa negara.

Kajian pula beralih ke persoalan seterusnya iaitu samada responden atau para pelajar mendapat galakan daripada ahli keluarga terdekat untuk menceburi atau menyertai pasukan beruniform di institusi pengajian masing-masing. Sebanyak 65.9% mewakili seramai 247 orang pelajar mendapat galakan daripada ahli keluarga agar menyertai pasukan beruniform manakala 34.1% iaitu seramai 1128 orang pelajar tidak mendapat dorongan dari ahli keluarga terdekat untuk menyertai pasukan beruniform.

Bahagian ketiga pula merujuk kepada maklumat berkenaan semangat kenegaraan. Bahagian ini dimulakan dengan persoalan berkenaan kenyataan bahawa menyertai pasukan beruniform akan meningkatkan jati diri para pelajar. Jadual 5 menunjukkan hasil dapatan kajian berkenaan kenyataan tersebut.

Jadual 5 : Menunjukkan Data Menyertai Pasukan Beruniform Akan Meningkatkan Jati Diri

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	20	5.3
2	Tidak Setuju	7	1.9
3	Tidak Pasti	30	8
4	Setuju	188	50.1
5	Sangat Setuju	130	38.1
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Seterusnya kajian merujuk kepada penerimaan sekiranya ada unsur-unsur, tindakan, kenyataan atau perkara-perkara yang boleh menjejaskan maruah negara. Jadual 6 menunjukkan dapatan kajian berhubung perkara tersebut.

Jadual 6 : Menunjukkan Penerimaan Sekiranya Ada Unsur-Unsur, Tindakan, Kenyataan Atau Perkara-Perkara Yang Boleh Menjejaskan Maruah Negara.

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	12	3.2
2	Tidak Setuju	6	1.6
3	Tidak Pasti	8	2.1
4	Setuju	109	29.1
5	Sangat Setuju	239	63.9
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Jadual 7 : Menunjukkan Tindakan akan Menasihati Rakan-Rakan Yang Terkeliru, Mempersendakan Atau Mengganggu Gugat Kestabilan Dan Keharmonian Negara

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	9	2.4
2	Tidak Setuju	4	1.1
3	Tidak Pasti	21	5.6
4	Setuju	195	52
5	Sangat Setuju	146	38.9
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Seterusnya, kita lihat dapatan bagi persoalan yeng merujuk kepada bahagian 4. Ia adalah berkenaan dengan kesedaran para pelajar. Jadual 8 menyatakan bahawa penglibatan aktiviti di luar bilik kuliah terutamanya kokurikulum dengan menyertai pasukan beruniform adalah baik.

Jadual 8 : Menunjukkkan Penglibatan aktiviti di luar bilik kuliah terutamanya kokurikulum dengan menyertai pasukan beruniform adalah baik

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	6	1.6

2	Tidak Setuju	5	1.3
3	Tidak Pasti	37	9.9
4	Setuju	193	51.6
5	Sangat Setuju	133	35.6
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Soalan ke 14 pula merujuk kepada semangat kenegaraan atau jati diri perlu dipupuk sejak dari zaman persekolahan lagi. Jadual 9 menunjukkan semangat kenegaraan atau jati diri perlu dipupuk sejak dari zaman persekolahan lagi.

Jadual 9 : Menunjukkan Semangat Kenegaraan Atau Jati Diri Perlu Dipupuk Sejak Dari Zaman Persekolahan Lagi

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	1.3
2	Tidak Setuju	2	0.5
3	Tidak Pasti	6	1.6
4	Setuju	134	34.9
5	Sangat Setuju	231	61.6
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Persoalan seterusnya adalah merujuk kepada cadangan agar semua pelajar yang berada di semester 1 disarankan untuk menyertai Pasukan Beruniform. Jadual 10 menunjukkan dapatan kajian berkenaan pelajar semester 1 disarankan untuk menyertai Pasukan Beruniform.

Jadual 10 : Menyatakan Pelajar Semester 1 Disarankan Agar Menyertai Pasukan Beruniform

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	16	4.3
2	Tidak Setuju	16	4.3
3	Tidak Pasti	96	25.7
4	Setuju	133	35.6
5	Sangat Setuju	113	30.2
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Kajian seterusnya berkisar mengenai sokongan kepada pihak pengurusan Politeknik Malaysia agar mewajibkan semua pelajar semester 1 menyertai Pasukan Beruniform.

Jadual 11 : Menunjukkan Sokongan Kepada Pihak Pengurusan Politeknik Malaysia Agar Mewajibkan Para Pelajar Menyertai Pasukan Beruniform.

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	16	4.3
2	Tidak Setuju	20	5.3
3	Tidak Pasti	87	23.2
4	Setuju	142	37.9
5	Sangat Setuju	110	29.3
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Seramai 100 orang responden (pelajar) menyokong kenyataan pelajar yang menyertai Pasukan Beruniform boleh menjadi banteng pertahanan negara. Jadual 12 menunjukkan statistik dapatan sokongan kepada kenyataan pelajar yang menyertai Pasukan Beruniform boleh menjadi banteng pertahanan Negara.

Jadual 12 : Menunjukkan Kenyataan Sokongan Bahawa Pelajar Yang Menyertai Pasukan Beruniform Boleh Menjadi Banteng Pertahanan Negara.

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	9	2.4
2	Tidak Setuju	7	1.9

3	Tidak Pasti	37	9.9
4	Setuju	202	53.9
5	Sangat Setuju	120	32
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Dapatan kajian juga menunjukkan seramai 100 orang pelajar menyatakan bahawa para pelajar pada masa kini tidak menunjukkan minat untuk menyertai Pasukan Beruniform. Jadual 12 menunjukkan dapatan kajian merujuk kepada kenyataan bahawa para pelajar masa kini tidak berminat menyertai Pasukan Berunifrom.

Jadual 13 : Menunjukkan Dapatan Berkenaan Minat Para Pelajar Masa Kini Untuk Menyertai Pasukan Beruniform.

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	1.1
2	Tidak Setuju	13	3.5
3	Tidak Pasti	73	19.6
4	Setuju	184	49.5
5	Sangat Setuju	98	26.3
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

Persolanan yang terakhir adalah merujuk kepada kenyataan bahawa para pelajar perlu diberikan penekanan dari segi semangat kenegaraan kerana mereka akan menjadi bakal pemimpin pada masa akan datang.

Jadual 14 : Menunjukkan Penekanan Kepada Semangat Kenegaraan Kerana Mereka Bakal Menjadi Peneraju Dalam Pemimpin Pada Masa Akan Datang.

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	1.3
2	Tidak Setuju	3	0.8
3	Tidak Pasti	15	4
4	Setuju	166	44.4
5	Sangat Setuju	185	49.5
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**375**	**100**

6.0 KESIMPULAN

Dapatan kajian menunjukkan bahawa rata-rata responden menyatakan bahawa penglibatan aktif atau keterlibatan bersama Pasukan Beruniform dapat meningkatkan jati diri, semangat kenegaraan dalam diri para pelajar. Ia bertepatan dengan objektif pertama yang ingin melihat aspek bina diri untuk mewujudkan semangat kenegaraan atau berpatritotisme dari dalam diri para pelajar (responden).

Selain daripada itu, dengan menyertai Pasukan Beruniform samada di peringkat awal persekolahan mahupun hingga ke menara gading, ia berjaya melahirkan insan yang mempunyai semangat untuk mempertahankan negara dari sebarang anasir luar ataupun ketika menghadapi bencana. Mereka bersedia untuk bertindak sebagai tulang belakang negara bagi membantu menjaga kepentingan dan kedaulatan negara.

Justeru itu, kedua-dua objektif tercapai dengan merujuk kepada hasil dapatan kajian. Oleh yang demikian, penyelidik ingin menyarankan agar pengurusan Politeknik Malaysia terus mengekal, melaksana atau mewajibkan agar semua pelajar Politeknik Malaysia terlibat dengan Pasukan Beruniform khususnya di semester satu bagi menjadikan modal insan yang terhasil adalah mereka yang berjiwa kenegaraan, patriotisme dan berupaya menjadi bakal pemimpin ulung pada satu hari kelak.

RUJUKAN

Abnor Hamizan Abd Manap (2020). "Semai Semangat Cintakan Negara" am@mymetro.com.my

Ahmad Ali Karim (2019). "Jangan Jadi Remaja Tanpa Semangat Kenegaraan". Utusan Online.

Ahmad Fuad Ramdan (2020). "Perkhemahan Unit Beruniform Bentuk Kerjasama Dan Pupuk Disiplin Pelajar". Melaka Kini.

Dr Al Azzahari Siddiq Kamunri (2019). "5 Prinsip Dalam Sayangi Malaysiaku, Malaysia Bersih". www.malaysiakini.com

Dr Ismail Sualman (2019). "Sejauh Mana Cinta Terhadap Negara". www.sinarharian.com.my

Dr Ku Hasnita Ku Samsu (2020). "Akur Korbankan Kebebasan Bukti Cintakan Negara", www.bharian.com.my

Dr Mahathir Mohamad (2019). "Semangat Setiakawan, Kenegaraan Tidak Harus Terhenti". www.bharian.com.my

Kamarul Shukri Mat Teh (2015). "Kaedah Persampelan". www.slideshare.net/wmkfirdaus/pensampelan

Masir Kujat (2012). "Semangat Patriotisme, Cintakan Tanahair Perlu Dipupuk Awal", www.theborneopost.com

Mohamad Aminnuraliff Mohd Zoki (2019). "Rapuhnya Nilai Cinta Tanahair Kita", www.sinarharian.com.my

Mohamad Ayob Abdul Razid (2018), "Setia Kepada Negara Tanda Cintakan Tanahair", www.bharian.com.my

Mohamad Najib Abdul Ghaffar (1999). "Penyelidikan Pendidikan", Cetakan Pertama, Skudai, Johor. Universiti Teknologi Malaysia. 37 - 44.

Nur Fattin Abdul Khani (2018). "Usaha Meningkatkan Sikap Cinta akan Negara Dalam Golongan Muda". Universiti Putra Malaysia.

Saleman Senin (2015). "Bina Disiplin, Jati Diri Melalui Program Badan Beruniform". Utusan Borneo.

Suraya (2020). "Unit Beruniform Menjana Bakal Pemimpin Negara". asiacamp.my/tag/kokurikulum/

Kesediaan Penggunaan e-Pembelajaran Di Kalangan Pelajar Bagi Kursus Kokurikulum Di Politeknik Melaka

Abd Halim Bin Mahat[1], Mohamad Azwan Bin Ikhwat[2]

[1,2] Politeknik Melaka

ABSTRAK

Revolusi industri keempat (Industri 4.0) yang melibatkan teknologi automasi telah membawa cabaran baru bagi semua sektor di negara ini, yang mengharuskan mereka membuat perubahan sesuai dengan transformasi digital agar tetap kompetitif. Oleh kerana seluruh dunia, termasuk Malaysia, sedang berjuang untuk mengatasi wabak Covid-19, melaksanakan proses pengajaran secara maya atau dalam talian telah menjadi keperluan mendesak dan penting. Kajian ini merupakan kajian deskriptif yang bertujuan untuk meninjau kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu dan kesediaan pelajar dari segi pengetahuan dalam proses e-pembelajaran kursus kokurikulum di kalangan pelajar Politeknik Melaka. Seramai 30 orang pelajar semester 1 dari program Diploma Kejuruteraan Awam, Politeknik Melaka mengambil subjek kokurikulum seni landskap menjadi responden dalam kajian ini. Satu set soal selidik telah digunakan sebagai instrumen kajian yang diambil daripada kajian yang lepas dan analisis data menggunakan perisian Microsoft Excel 2016 bagi mendapatkan min dan peratus data. Secara keseluruhannya, tinjauan terhadap kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu adalah sederhana. Hanya 53.3 peratus pelajar yang menggunakan e-pembelajaran melebihi 5 kali seminggu. Tinjauan kesediaan pelajar dari segi pengetahuan dalam proses e-pembelajaran adalah tinggi dengan min 3.78. Hasil dapatan menunjukkan pelajar bersedia dengan e-pembelajaran dalam kursus kokurikulum. Pelajar juga mempunyai pengetahuan dalam e-pembelajaran dan bersetuju akan ketinggalan sekiranya tidak menggunakan e-pembelajaran. Walaupun terdapat beberapa kelemahan dalam pelaksanaan pengajaran maya atau dalam talian, seperti ketidakmampuan untuk mengakses internet dan memiliki peranti elektronik, itu tidak boleh dilihat sebagai penghalang pelaksanaan sepenuhnya kaedah e-pembelajaran ini. Pihak institusi atau agensi yang berkaitan perlu menyiasat semua aduan yang diterima dan membuat penambahbaikan untuk memastikan proses pengajaran dan pembelajaran ini dapat dilaksanakan sepenuhnya dan berkesan pada masa akan datang.

Kata Kunci: e-pembelajaran, kokurikulum, pelajar diploma kejuruteraan awam

1.0 PENGENALAN

Pendidikan dan Latihan Teknikal dan Vokasional (TVET) di Politeknik pertama kali diperkenalkan di Malaysia dengan penubuhan politeknik pertama iaitu Politeknik Ungku Omar pada tahun 1969. Antara misi Politeknik Malaysia ialah menyediakan akses yang meluas kepada program TVET berkualiti dan diiktiraf serta melahirkan graduan holistik, berciri keusahawanan dan seimbang (Jabatan Pendidikan Politeknik Dan Kolej Komuniti, 2018). Menurut Idris Jusoh pada 2015, graduan holistik ialah graduan yang berilmu pengetahuan, mampu berfikir dan berkomunikasi, mempunyai ciri kepimpinan serta tanggungjawab kepada sosial. Dalam kurikulum politeknik, nilai kepimpinan dan tanggunjawab sosial ini diterapkan melalui subjek kokurikulum yang diwajibkan kepada pelajar semester 1 dan 2. Dalam subjek semester kedua, pelajar akan mengambil bahagian dalam modul kelab dan persatuan yang memberi tumpuan kepada penguasaan pengetahuan dan kemahiran tertentu secara holistik untuk meningkatkan pembentukan kemahiran insaniah positif dalam diri pelajar. Dalam sistem politeknik , kebiasaanya kaedah pengajaran dan pembelajaran secara konvensional dimana pengajar memberi penerangan dan menyebarkan ilmu di dalam kelas bergantung kepada silibus dan kaedah pengajaran oleh tenaga pengajar. Namun dengan revolusi perindustrian Industri keempat (Industri 4.0) yang melibatkan teknologi automasi menimbulkan masalah baru bagi semua sektor di negara ini, yang

mengharuskan mereka membuat perubahan sesuai dengan transformasi digital agar tetap kompetitif. Kaedah pengajaran yang diubah secara tidak langsung. Terdapat juga pelbagai bahan sumber pendidikan, termasuk kemudahan maklumat dari sumber elektronik, yang dapat meningkatkan prestasi akademik pelajar (Ismail Zain, 2002). Di dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) salah satu lonjakan ialah lonjakan 9 iaitu pembelajaran dalam talian tahap global. Wabak COVID-19 yang meletus pada tahun 2020 telah menjadikan pelajar dan pendidik sensitif dan bersedia untuk keperluan pengajaran maya. E-pembelajaran atau e-learning adalah proses pengajaran yang menggunakan rangkaian elektronik (LAN, WAN atau Internet) untuk menyampaikan kandungan, maklumat dan berinteraksi melaluinya (Muhammad Sukri et al., 2007).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Penularan pandemik COVID-19 telah membuka lembaran dan cabaran baharu kepada proses Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) di Malaysia termasuk sistem pengajaran dan pembelajaran (pdp) di Politeknik. Di dalam silibus subjek kokurikulum semester 2 politeknik mengandungi penilaian instrumen praktikal bagi menguji kemahiran pelajar tesebut. Pandemik Covid-19 telah menyebabkan kemahiran praktikal yang seharusnya diperoleh menerusi pembelajaran secara hands-on tidak dapat dilakukan disebabkan langkah-langkah pencegahan Covid-19 oleh Kementerian Kesihatan iaitu penjarakkan fizikal dan perhimpunan yang ramai dalam tempat yang sempit dan kecil hendaklah dielakkan. Para pensyarah dan pelajar terpaksa mengharungi kebiasaan baharu 'new normal' dalam proses pengajaran dan pembelajaran. E-pembelajaran atau 'e-learning' bukan lagi pilihan tetapi sudah menjadi keperluan.. Sistem pembelajaran secara bersemuka dan 'hands on' dikurangkan dan beberapa program atau kursus perlu di laksanakan secara atas talian. Realitinya, situasi e-pembelajaran sangat berbeza berbanding kebiasaan. Ramai pelajar dan pensyarah masih bergelut dengan kaedah e-pembelajaran. Sinar Harian pada 17 April 2020 menyatakan Malaysia merekodkan carian frasa *'Google Classroom'* tertinggi di dunia membuktikan impak terhadap usaha golongan pendidik di negara ini menggunakan medium pengajaran dan pembelajaran secara dalam talian sepanjang tempoh Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) ketika krisis wabak Covid-19. Dengan perkembangan yang cepat dan kaedah e-pembelajaran yang menjadi keperluan, sejauh mana tahap kesediaan dan keberkesanan pelajar-pelajar TVET terhadap kaedah e-pembelajaran hendaklah dikaji supaya objektif dan hasil pembelajaran dapat dicapai. Hasil pembelajaran yang tercapai menjadikan lulusan TVET pemacu utama dalam usaha kerajaan melahirkan tenaga mahir tempatan yang mempunyai kemahiran tinggi, sekali gus mengurangkan kebergantungan negara kepada tenaga kerja asing. Menurut kajian Zainal (2014), sikap atau minat terhadap P&P dapat membudayakan amalan literasi digital bagi semua warga akademik institusi supaya mendukung konsep e-learning sebagai kaedah pembelajaran yang efektif. Sehubungan itu kajian ini di laksanakan bagi mengenal pasti kesediaan pelajar semester 1 dari program Diploma Kejuruteraan Awam, Politeknik Melaka mengambil subjek kokurikulum seni landskap dari segi kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu dan tahap pengetahuan untuk menggunakan e-pembelajaran dalam proses pengajaran dan pembelajaran.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian yang dilakukan oleh pengkaji dalam kajian ini adalah untuk:

i. Meninjau kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu pelajar semester satu Diploma Kejuruteraan Awam Politeknik Melaka yang mengambil subjek kokurikulum.
ii. Mengkaji kesediaan pelajar semester satu Diploma Kejuruteraan Awam Politeknik Melaka yang mengambil subjek kokurikulum dari segi pengetahuan dalam proses e-pembelajaran.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian yang dijalankan adalah kajian deskriptif yang bertujuan untuk meninjau kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu dan kesediaan pelajar dari segi pengetahuan dalam proses e-pembelajaran kursus kokurikulum di kalangan pelajar Politeknik Melaka. Kajian tinjauan sesuai untuk mengukur pendapat, sikap dan tingkahlaku (Fullan, 1991). Teknik penyelidikan menggunakan tinjauan soal selidik digunakan secara meluas kerana ia adalah kaedah yang sangat berkesan dan

praktikal untuk mendapatkan maklumat. Untuk tujuan kajian ini, borang soal selidik digunakan untuk mengumpulkan maklumat penyelidikan. Instrumen jenis ini menjimatkan masa penyelidik dan pelajar. Mengikut Mohd Majid Konting (2000), soal selidik merupakan alat ukur yang digunakan di dalam penyelidikan pendidikan. Soal selidik juga boleh digunakan untuk mendapatkan maklumat yang tepat mengenai fakta, kepercayaan, perasaan, keinginan, dan sebagainya. Daripada objektif kajian terdapat persoalan kajian yang disasarkan oleh pengkaji dalam kajian ini adalah:

i. Apakah kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu oleh pelajar
ii. Apakah kesediaan pelajar dari segi pengetahuan menggunakan e-pembelajaran.

Populasi dan sampel kajian

Populasi dalam kajian ini melibatkan 30 pelajar semester 1 dari program Diploma Kejuruteraan Awam, Politeknik Melaka mengambil subjek kokurikulum seni landskap menjadi responden. Pemilihan sampel dibuat berdasarkan pesampelan rawak kelompok yang mana bertujuan untuk memenuhi kehendak kajian.

Instrumen kajian

Instrumen yang digunakan bagi kajian ini adalah satu set soal selidik yang telah diambil daripada kajian yang lepas dan diperakui kesahannya mengandungi dua (3) bahagian, iaitu:

i. Bahagian A (Latar Belakang Pelajar)
Bahagian ini mengandungi 2 pernyataan bagi mendapatkan maklumat mengenai latar belakang responden iaitu jantina dan bangsa.

ii. Bahagian B (Kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu oleh pelajar)
Bahagian ini mengandungi 1 pernyataan bagi mendapatkan maklumat mengenai tahap penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu oleh pelajar

iii. Bahagian C (Tahap pengetahuan e-pembelajaran oleh pelajar)
Bahagian ini terdiri daripada 13 pernyataan yang bertujuan untuk mengetahui tahap pengetahuan, kemahiran dan keperluan pelajar dalam penggunaan e-learning. Soalan yang dikemukakan dalam soal selidik berdasarkan skala Likert 5.

Batasan Kajian

Kajian ini merupakan satu tinjauan dan data diperolehi melalui soal selidik yang dilengkapkan oleh semua pelajar- pelajar semester satu Diploma Kejuruteraan Awam Politeknik Melaka yang mengambil subjek kokurikulum seni landskap. Pengumpulan data dilakukan secara atas talian 'google form' selama empat minggu. Data kajian yang dikumpul dianalisis menggunakan perisian Microsoft Excel 2016 bagi mendapatkan min dan peratus data.

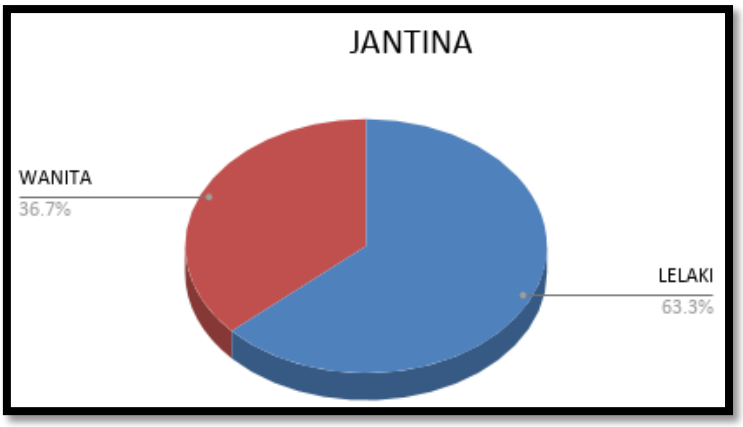
5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jantina

Politeknik Melaka merupakan salah satu institut latihan TVET di Malaysia. Seramai 30 orang responden telah menjawab borang soal selidik yang diedarkan. Daripada 30 orang responden, didapati bahawa 19 responden ialah lelaki iaitu sebanyak 63.3 peratus manakala 11 responden ialah perempuan iaitu sebanyak 36.3 peratus. Ini menunjukkan bahawa jumlah responden bagi lelaki adalah jauh lebih banyak daripada jumlah responden wanita. Jadual 1 menunjukkan kekerapan dan peratusan responden dalam tinjauan.

Jadual 1: Kekerapan dan peratusan responden mengikut jantina

Jantina	**Frekuensi**	**Peratusan**
Lelaki	19	63.3
Perempuan	11	36.7
Jumlah	**30**	**100**



Rajah 1: Taburan responden mengikut jantina

Bangsa

Analisis kajian menunjukkan bahawa responden yang menjawab borang soal-selidik adalah terdiri daripada dua kaum sahaja. Majoriti responden yang menjawab soal selidik adalah bangsa Melayu iaitu 25 orang atau 83.3 peratus daripada jumlah responden. Bangsa India adalah sebanyak 5 orang atau 16.7 peratus. Tiada bangsa cina dalam responden yang terlibat.

Jadual 2: Frekuensi dan Peratusan Responden Mengikut Bangsa

Bangsa	Frekuensi	Peratusan
Melayu	25	83.3
India	5	16.7
Jumlah	**30**	**100**

Kekerapan Penggunaan e-pembelajaran dalam Waktu Seminggu

Berdasarkan analisis kajian yang telah dijalankan seperti dalam Jadual 3, didapati responden yang mempunyai kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam kurang 5 kali seminggu adalah sedikit iaitu 3 orang atau 10 peratus. Bagi responden kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam 1-5 kali seminggu adalah 11 orang atau 36.7 peratus. Bagi responden yang mempunyai kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam lingkungan 6-10 kali seminggu adalah sebanyak 5 orang atau 16.7 peratus. Sebanyak 9 atau 30% responden yang kekerapan penggunaan e-pembelajaran antara 11 dan 20 kali seminggu, dan mereka yang kekerapan penggunaan e-pembelajaran lebih dari 20 kali hanyalah 6.6 peratus. Dapatan keputusan ini menunjukkan penggunaan e-pembelajaran kepada pelajar adalah sederhana di mana penggunaan e-pembelajaran melebihi 5 kali dalam seminggu sebanyak 53.3 peratus tetapi pelajar sedia penggunaan e-pembelajaran dalm proses pengajaran dan pembelajaran.

Jadual 3**:** Kekerapan dan peratusan responden mengikut kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu

Kekerapan Penggunaan e-Pembelajaran Dalam Seminggu	Frekuensi	Peratusan
Lebih 20 kali	2	6.6
11- 20 kali	9	30.0
6- 10 kali	5	16.7
1- 5 kali	11	36.7
Kurang 5 Kali	3	10.0
Jumlah	**30**	**100**

Rajah 2: Taburan responden mengikut kekerapan penggunaan e-pembelajaran dalam seminggu

Tahap pengetahuan penggunaan e-pembelajaran oleh pelajar.

Dalam bahagian ini, penyelidik akan membincang tentang tahap pengetahuan dalam penggunaan e-pembelajaran . Analisis dalam bahagian ini adalah berdasarkan kepada 13 soalan yang terdapat dalam borang soal-selidik bahagian C. Berdasarkan jadual 4 interpretasi min yang digunakan dalam kajian Jamil (2002) , hasil analisis mendapati bahawa tahap pengetahuan pelajar berada pada tahap yang tinggi dengan min keseluruhan sebanyak 3.78. Dapatan ini menunjukkan persamaan dengan kajian Noraffandy dan Ning (2011) kepada pelajar ijazah sarjana muda iaitu keputusan kajian mendapati bahawa kebanyakan pelajar tahun kedua yang dikaji mempunyai tahap pengetahuan yang tinggi terhadap penggunaan e-learning dengan min sebanyak 4.14. Dapatan ini juga selari dapatan Jabatan Perangkaan Malaysia pada 2018, mendapati peratusan individu di Malaysia yang berumur 15 tahun dan ke atas yang menggunakan internet adalah 81.2 peratus, meningkat 1.1 mata peratus berbanding 80.1 peratus pada 2017. Ini menunjukkan individu di Malaysia sudah terdedah dengan digital dan internet pada masa muda lagi.

Jadual 4: Interpretasi min

Julat Min	**Interpretasi**
1.00-2.33	Rendah
2.34-3.67	Sederhana
3.68-5.00	Tinggi

Jadual 5: Taburan kekerapan dan min mengikut tahap pengetahuan pelajar dalam kesediaan penggunaan e-pembelajaran

Item	**Penyataan**	**Min**	**STS**	**TS**	**TP**	**S**	**SS**	**Jumlah**
			Frekuensi (Kekerapan)					
			Peratus (%)					
B1	Saya mempunyai kemahiran menggunakan e-pembelajaran	3.67	0	2	8	**18**	2	30
			0.0	6.7	26.7	**60.0**	6.7	100.0
B2	Saya tidak menghadapi masalah semasa menggunakan e-pembelajaran kerana saya mempunyai pengetahuan	3.6	0	3	7	**19**	1	30
			0.0	10.0	23.3	**63.3**	3.3	100.0
B3	Saya sedar bahawa e-pembelajaran diaplikasikan di Politeknik Melaka	3.8	0	3	4	**19**	4	30
			0.0	10.0	13.3	**63.3**	13.3	100.0
B4	Saya sedar bahawa e-pembelajaran mempunyai banyak kelebihan	3.83	0	2	7	**15**	6	30
			0.0	6.7	23.3	**50.0**	20.0	100.0
B5		3.97	0	2	4	**16**	8	30

	Saya tahu bahawa saya akan ketinggalan sekiranya tidak menggunakan e-pembelajaran		0.0	6.7	13.3	**53.3**	26.7	100.0
B6	Saya tahu bahawa banyak bahan pembelajaran boleh didapati melalui e-pembelajaran	3.83	0	3	5	**16**	6	30
			0.0	10.0	16.7	**53.3**	20.0	100.0
B7	Saya tahu bahawa e-pembelajaran boleh membantu pencapaian akademik saya	3.77	0	2	8	**15**	5	30
			0.0	6.7	26.7	**50.0**	16.7	100.0
B8	Saya sedar bahawa saya perlu menggunakan e-pembelajaran semasa berada di Politeknik Melaka	3.97	0	2	4	**17**	7	30
			0.0	6.7	13.3	**56.7**	23.3	100.0
B9	Saya boleh menggunakan e-pembelajaran dengan berkesan	3.87	0	2	6	**16**	6	30
			0.0	6.7	20.0	**53.3**	20.0	100.0
B10	Saya mempunyai pengetahuan ICT	3.73	0	2	7	**16**	5	30
			0.0	6.7	23.3	**53.3**	16.7	100.0
B11	Saya mempunyai kemahiran ICT	3.60	0	2	10	**14**	4	30
			0.0	6.7	33.3	**46.7**	13.3	100.0
B12	Saya tahu bahawa e-pembelajaran merupakan satu keperluan	3.77	0	1	5	**22**	2	30
			0.0	3.3	16.7	**73.3**	6.7	100.0
B13	Saya berasa yakin semasa menggunakan e-pembelajaran	3.77	0	1	7	**18**	4	30
			0.0	3.3	23.4	**60.0**	13.3	100.0
		3.78						

Daripada jadual 5, menunjukkan semua 13 pernyataan mempunyai min yang tinggi melebihi min 3.68 kecuali pernyataan 1 (3.67), 2 (3.60) dan 11 (3.60). Pernyataan pertama, iaitu kemahiran respondan menggunakan e-pembelajaran, didapati bahawa 66.7 % responden setuju dan sangat setuju dengan pernyataan ini. Hanya dua orang (6.7%) responden yang tidak setuju dengan pernyataan ini. Dalam pernyataan kedua iaitu saya tidak menghadapi masalah semasa menggunakan e-learning didapati 66.3 % responden setuju dan sangat setuju manakala hanya 3 orang (10%) responden yang tidak setuju. Seterusnya, majoriti responden sebanyak 76.6 % adalah sangat setuju dengan pernyataan ketiga yang mengatakan bahawa mereka sedar bahawa e-pembelajaran diaplikasikan di Politeknik Melaka. Hanya terdapat 3 orang (10 %) yang tidak setuju dalam penyataan ini. Penyataan keempat menunjukkan bahawa sebanyak 21 orang (70 %) responden yang setuju dan sangat setuju iaitu mereka sedar bahawa *e-learning* mempunyai banyak kelebihan. Majoriti responden iaitu 24 orang (80 %) responden yang setuju dan sangat setuju dengan pernyataan kelima manakala 4 orang (13.3%) responden yang tidak pasti manakala 2 orang (6.7%) responden yang tidak bersetuju dengan pernyataan bahawa mereka akan ketinggalan sekiranya tidak menggunakan pembelajaran dalam talian. Hasil dapatan penyataan kelima menunjukkan min yang tinggi (3.97). Daripada pernyataan keenam, banyak bahan pembelajaran boleh didapati melalui e-pembelajaran majoriti responden, iaitu 73.3 % bersetuju bahawa banyak bahan pembelajaran manakal 3 orang (10 %) responden yang sangat tak setuju dengan pernyataan ini. Pernyataan seterusnya, terdapat 20 orang (66.7%) responden yang setuju dan sangat setuju bahawa sama ada e-pembelajaran boleh membantu mereka dalam pencapaian akademik. Walaubagaimanapun, sebanyak 10 orang (33.3%) responden yang tidak pasti dan tidak setuju dengan pernyataan ini. Bagi pernyataan kelapan, min bagi pernyataan ini juga adalah tinggi iaitu 3.97 dengan majoriti responden bersetuju dan sangat setuju ialah 24 orang (80%) dengan pernyataan mereka perlu menggunakan e-pembelajaran semasa berada di Politeknik Melaka. Manakala hanya 6 orang (20%) yang tidak pasti dan tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Di pernyataan kesembilan terdapat 8 orang (26.7%) responden yang tidak pasti dan tidak setuju bahawa mereka tidak dapat menggunakan e-pembelajaran dengan berkesan, sementara 22 orang (73.3%) sangat setuju dan setuju dengannya penyataan. Daripada pernyataan kesepuluh pula, majoriti responden iaitu 21 orang (70.0%) yang bersetuju dan sangat setuju bahawa mereka mempunyai pengetahuan ICT. Manakala 7 orang(23.3%) responden tidak pasti dan diikuti 2 orang (6.7%) tidak setuju dengan pernyataan ini. Pernyataan kesebelas didapati bahawa lebih

daripada separuh iaitu 18 orang (60.0%) responden yang bersetuju dan sangat setuju bahawa mereka mempunyai kemahiran ICT. Walaubagaimanapun, terdapat 10 orang (33.3%) responden yang tidak pasti dengan pernyataan ini manakala dua orang responden (6.7%) responden yang tidak setuju dengan pernyataan ini. Min pernyataan ini adalah yang terendah iaitu 3.60 . Dalam penyataan kedua belas, bahawa e-pembelajaran merupakan satu keperluan didapati majoriti iaitu 24 orang (80.0%) responden yang setuju dan sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Manakala terdapat 5 orang (16.7%) responden tidak pasti manakala satu orang (3.3%) dengan pernyataan tersebut. Daripada pernyataan ketiga belas, lebih separuh responden sebanyak 22 orang (73.3%) responden yang setuju dan sangat setuju bahawa mereka yakin semasa menggunakan e-pembelajaran dan 7 orang (23.4%) responden yang tidak pasti dengan pernyataan ini manakala hanya 1 orang (3.33%) responden yang tidak setuju dengan pernyataan ini.

6.0 KESIMPULAN

Secara keseluruhannya, objektif–objektif yang telah ditetapkan oleh penyelidik kajian ini telah di capai melalui hasil dapatan kajian. Bagi objektif pertama tahap penggunaan e-pembelajaran didapati lebih separuh pelajar (53.3 %) sedia dan kerap mengunakan e-pembelajaran dalam seminggu. Ini membolehkan pengajaran dan pembelajaran dapat dijalankan dan disampaikan dengan mudah dan mencapai objektif. Bagi objektif kedua iaitu mengenalpasti tahap pengetahuan pelajar dalam menggunakan e-pembelajaran sebagai medium bagi pengajaran dan pembelajaran bagi subjek kokurikulum seni landskap di Politeknik Melaka menunjukkan tahap yang tinggi di mana purata min keseluruhan ialah 3.78 dan kebanyakan penyataan juga mendapat min yang tinggi. Ini menunjukkan pelajar-pelajar telah memahami keperluan penggunaan e-pembelajaran bagi proses pengajaran dan pembelajaran semasa pandemik Covid-19. Hasil dapatan juga menunjukkan pelajar bersedia dengan e-pembelajaran dalam kursus kokurikulum. Pelajar juga mempunyai pengetahuan dalam e-pembelajaran dan bersetuju akan ketinggalan sekiranya tidak menggunakan e-pembelajaran. Walaupun terdapat beberapa kelemahan dalam pelaksanaan pengajaran maya atau dalam talian, seperti ketidakmampuan untuk mengakses internet dan memiliki peranti elektronik, itu tidak boleh dilihat sebagai penghalang pelaksanaan sepenuhnya kaedah e-pembelajaran ini. Pihak institusi atau agensi yang berkaitan perlu menyiasat semua aduan yang diterima dan membuat penambahbaikan untuk memastikan proses pengajaran dan pembelajaran ini dapat dilaksanakan sepenuhnya pada masa akan datang.

RUJUKAN

Fullan, M. (1991). The New Meaning of Educational Change. Toronto: Teachers College Press.

Ismail Z. (2002). Aplikasi Multimedia Dalam Pengajaran. Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd

Jabatan Pendidikan Politeknik Dan Kolej Komuniti (2018). Pelan Strategik Politeknik dan Kolej Komuniti 2018 – 2025.Perpustakaan Negara Malaysia,Kuala Lumpur

Jamil A. (2002). Pemupukan Budaya Penyelidikan Dikalangan Guru di Sekolah: Satu Penilaian. Ph.D. Thesis, Fakulti Pendidikan Universiti, Kebangsaan Malaysia, Bangi.

Kementerian Pendidikan Malaysia. (2016). Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) . Kementerian Pendidikan Malaysia

Malaysia Jabatan Perangkaan Malaysia. (2018). Siaran Akhbar Laporan Penyiasatan Penggunaan Dan Capaian Ict Oleh Individu Dan Isi Rumah, Malaysia, 2018. Putrajaya. Diambil daripada https://www.dosm.gov.my/v1/index.php?r=column/pdfPrev&id=Ui9PT3h0Vm5HK0pEWnpKQzlnUjNwQT09

Mohd Erfy I. & at el. (2018). Penggunaan massive open online course (mooc) dalam kalangan pelajar vokasional [the use of massive open online course (mooc) among vocational students]. Journal of Nusantara Studies 2018, Vol 3(1) 30-41 Universiti Sultan Zainal Abidin ISSN 0127-9386 (Online) http://dx.doi.org/10.24200/jonus.vol3iss1pp30-41

Mohd Majid K. (2000). Kaedah penyelidikan pendidikan (Edisi Kelima). Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Muhammad Sukri S & at el. (2007). Kajian Mengenai Penggunaan E-Pembelajaran (E-Learning) Di Kalangan Pelajar Jurusan Pendidikan Teknikal Dan Vokasional Di Institusi Pengajian Tinggi (IPTA) Negeri Johor. Retrieved daripada http://eprints.utm.my/id/eprint/6011/1/144-sukri.pdf

Noraffandy Y. & Ling N. N. (2011). Kesediaan Penggunaan E-Learning Di Kalangan Pelajar Tahun Kedua Kursus Sarjana Muda Sains, Komputer Serta Pendidikan, Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia - Satu Tinjauan. Jurnal of Educational Social Science, volume 1 Mac 2011, Pages 121-140 / ISSN: 2231-7333

Nurhidayah H. (17 April 2020). Carian 'Google Classroom' di Malaysia tertinggi di dunia. Sinar Harian. Retrieved 24 Jun 2020, daripada https://www.sinarharian.com.my/article/79328/BERITA/Nasional/Carian-Google-Classroom-di-Malaysia-tertinggi-di-dunia

Pusat Media dan Perhubungan Awam, Universiti Sains Malaysia. (19 April 2015). Mahasiswa Holistik Cetus Pembangunan Negara. Retrieved daripada https://news.usm.my/index.php/berita-mutakhir/525-melahirkan-mahasiswa-holistik

Zainal, A. (2014). Garis panduan amalan terbaik konsep pembelajaran teradun bagi politeknik-politeknik Malaysia. Retrieved daripada http://www.poliku.edu.my/images/doc_susun/panduan/Bleanded_learning.pdf

Kajian Psikologi Sukan dalam Kokurikulum di Politeknik

Mohd Hafiz bin Hussin[1], Mohd Firhan bin Anuar[2], Yusnizam bin Yahaya[3]

[1,2,3]Politeknik Port Dickson

ABSTRAK

Kajian Psikologi Sukan dalam Kokurikulum di Politeknik ini merupakan suatu kajian ilmiah yang menekankan aspek pemerhatian dan penilaian terhadap dua kurikulum sukan iaitu yang terbaru MPU24011 dan yang sebelumnya adalah DRS2071. Secara Amnya, kokurikulum membawa maksud apa-apa kegiatan yang dirancang selain daripada proses pengajaran dan pembelajaran di dalam bilik kuliah (kurikulum) yang memberikan pelajar peluang untuk menambah, mengukuh dan mengamalkan kemahiran dan nilai-nilai yang dipelajari di bilik kuliah. Manakala Psikologi Sukan pula merangkumi elemen-elemen yang luas seperti kerisauan persaingan, kuasa penumpuan, intervensi kognitif tingkah laku dalam sukan, pengiktirafan sebab dalam sukan, motivasi dan keyakinan diri dalam sukan dan pelbagai lagi. Namun begitu kajian ini hanya tertumpu kepada kurikulum yang berkaitan dengan sukan di Politeknik samaada sukan indoor mahupun sukan outdoor. Tujuan kajian ini adalah untuk melihat kebaikan dan kelebihan penerapan unsur Psikologi Sukan yang boleh dipraktikkan dalam Silibus Sukan di Politeknik agar seiring dengan perkembangan kemajuan ilmu dalam bidang sains sukan. Selain itu kajian ini juga melihat sejauh mana unsur atau elemen Psikologi Sukan ini telah dipraktikan dalam amalan sukan di Politeknik sekaligus dapat mencapai tujuan, maksud dan kelebihan psikologi sukan itu sendiri. Secara amalannya, mempraktikkan ilmu psikologi sukan ini adalah penting kerana psikologi sukan merupakan bidang yang melibatkan pemerhatian tingkah laku dan bagaimana ia memberi kesan kepada prestasi sukan serta berusaha untuk menentukan bagaimana penglibatan dalam bidang sukan dapat memberi kesan kepada kesihatan fizikal dan emosi pelajar politeknik. Dengan wujudnya kajian ini diharap prestasi sukan di Politeknik akan berlakunya peningkatan yang drastik sekaligus dapat melahirkan atlet-atlet sukan di peringkat kebangsaan. Kemerosotan seseorang pemain sukan seringkali dilihat berlaku kerana faktor psikologi seperti kurang motivasi, sering hilang tumpuan, darah gemuruh dan kurang keyakinan. Namun perkara ini dapat diatasi melalui penerapan nilai dan ilmu psikologi sukan. Kajian ini hanya tertumpu kepada sukan-sukan di politeknik dan kurikulum yang menyumbang kepada perkembangan di politeknik. Kaedah kajian ini dilaksanakan pula adalah secara deskriptif iaitu berbentuk tinjauan dan juga pemerhatian. Kaedah deskriptif adalah sesuai digunakan dalam penyelidikan yang bermatlamat untuk menerangkan sesuatu masalah atau fenomena yang sedang berlaku.

Kata Kunci: Psikologi, sukan, deskriptif, politeknik

1.0 PENGENALAN

Psikologi sukan adalah berkaitan dengan faktor-faktor dan kesan penglibatan dalam sukan, senaman, kecergasan, rekreasi dan perkembangan kemahiran motor secara langsung ataupun tidak langsung. Menurut Weinberg dan Gould (2003), psikologi sukan ialah kajian saintifik tentang manusia dan perlakuan mereka dalam sukan dan pergerakan. Menurut Cox (1998) pula, psikologi sukan bermaksud bidang kajian yang melibatkan prinsip-prinsip psikologi yang diaplikasikan dalam bidang sukan. Prinsip-prinsip meliputi pengurusan stress, kawalan pernafasan, relaksasi otot progresif, latihan autogenik dan imageri. Kepentingan atau kebaikan psikologi sukan terhadap pelajar secara khususnya adalah;

i. Meningkatkan prestasi dan potensi pelajar dalam sukan.
ii. Meningkatkan pembentukan sahsiah dan semangat kesukanan dikalangan pelajar.

Secara umumnya, psikologi sukan ini juga dapat memberikan beberapa kebaikan diantaranya adalah;

i. Membantu meningkatkan keyakinan diri.
ii. Membantu mengendalikan stress semasa pertandingan.
iii. Mengawal konsentrasi.
iv. Meningkatkan kemahiran komunikasi.
v. Membina keharmonian berpasukan.
vi. Pengetahuan dalam psikologi sukan
vii. Membina kesedaran minda.
viii. Keyakinan pada diri sendiri.
ix. Membentuk disiplin diri.
x. Membantu mengurangkan stress.
xi. Mewujudkan suasana yang baik.

2.0 OBJEKTIF KAJIAN

Melihat kepada betapa pentingnya psikologi sukan dalam aspek membina kecemerlangan pelajar. Maka kajian ini telah mengariskan beberapa matlamat atau objektif untuk melihat dari aspek keberkesanan amalan psikologi sukan terhadap pelajar-pelajar politeknik. Di antara objektif kajian ini adalah seperti berikut:

i. Melihat kesan yang berkaitan psikologi terhadap pemain-pemain sukan di politeknik yang keseluruhannya melibatkan pelajar-pelajar politeknik dan seteruskan dapat dipraktikkannya dalam Sukan dan ko-kurikulum di Politeknik agar seiring dengan perkembangan kemajuan ilmu dalam bidang sains sukan.
ii. Melihat sejauh mana unsur atau elemen Psikologi Sukan ini telah dipraktikan dalam amalan sukan di Politeknik sekaligus dapat mencapai tujuan, maksud dan kelebihan psikologi sukan itu sendiri.

3.0 SKOP KAJIAN

Kajian ini tertumpu kepada beberapa kaedah dan penekanan bagi mencapai objektif. Diantaranya adalah:

i. Tertumpu kepada sukan-sukan di politeknik dan kurikulum yang menyumbang kepada perkembangan di politeknik.
ii. Kaedah kajian ini dilaksanakan pula adalah secara deskriptif iaitu berbentuk tinjauan dan juga pemerhatian.
iii. Hanya 200 orang responden yang dipilih secara rawak dan data dianalisi menggunakan perisian SPSS (Statistical Pakage for Social Science versi 15.0) melalui pengukuran skala Likert.
iv. Kajian ini dilakukan terhadap 200 orang pelajar yang pernah mengikuti kursus MPU24011 dan DRS2071.
v. Julat min yang digunapakai adalah berdasarkan julat yang digunakan oleh kamaruzaman (2009) seperti berikut:

Jadual 1: Julat min bagi menjawab persoalan kajian

Skor Min	Tahap/ Interprestasi
1.0 hingga 1.8	Sangat Rendah
1.9 hingga 2.6	Rendah
2.7 hingga 3.4	Sederhana
3.5 hingga 4.2	Tinggi
4.3 hingga 5.0	Sangat Tinggi

vi. Bagi menentukan hubungan kolerasi di antara objektif kajian pula adalah dengan mengunapakai skala kolerasi D.A. de Vaus.

Jadual 2: Julat min bagi menjawab persoalan kajian

Koefisien	Kekuatan Hubungan
0.00	Tiada hubungan
0.01 – 0.09	Terlalu Lemah
0.10 – 0.29	Lemah
0.30 – 0.49	Moderat
0.50 – 0.69	Kuat
0.70 – 0.89	Sangat Kuat
0.90 – 1.00	Hampir Sempurna

4.0 KEPENTINGAN KAJIAN

Secara amalannya, mempraktikkan ilmu psikologi sukan ini adalah penting kerana psikologi sukan merupakan bidang yang melibatkan pemerhatian tingkah laku dan bagaimana ia memberi kesan kepada prestasi sukan serta berusaha untuk menentukan bagaimana penglibatan dalam bidang sukan dapat memberi kesan kepada kesihatan fizikal dan emosi pelajar politeknik. Dengan wujudnya kajian ini diharap prestasi sukan di Politeknik akan berlakunya peningkatan yang drastik sekaligus dapat melahirkan atlet-atlet sukan di peringkat kebangsaan selain dapat membantu pelajar dalam PdP.

5.0 ELEMEN UTAMA DALAM KAJIAN

Psikologi Sukan sebenarnya mempunyai pelbagai elemen yang telah telah diterjemahkan oleh pakar-pakar dalam bidang sains sukan. Namun begitu kesemuanya masih menjurus kepada maksud dan definisi psikologi sukan itu sendiri. Oleh itu, dapat kita simpulkan bahawa psikologi sukan ini merupakan suatu ilmu yang luas yang meliputi rohani dan jasmani bagi seseorang ahli sukan baik secara perseorangan mahupun berkumpulan.

Secara umumnya, elemen-element ini dapat kita ketegorikan seperti berikut:

i. Pemprosesan maklumat.
ii. Pengukuhan ingatan
iii. Fokus dan konsentrasi
iv. Kebangkitan, stress dan kebimbangan
v. Motivasi
vi. Atribusi
vii. Keagresifan
viii. Pembentukan pasukan

Disebabkan terlalu banyak elemen dan ianya bersifat umum, oleh itu kajian ini hanya menekankan kepada beberapa elemen sahaja dan ianya lebih khusus dan bersesuaian dengan sukan dan ko-kurikulum di politeknik. Diantaranya adalah fokus dan kosentrasi, kebangkitan stress dan kebimbangan serta keagresifan.

5.1 Fokus Tumpuan dan Kosentrasi

Kemampuan seseorang individu mengalihkan tumpuan dari satu sumber maklumat kepada satu sumber maklumat yang lain dan jumlah maklumat yang difokuskan dalam tempoh masa tertentu.

Contoh : Untuk mendapatkan bentuk pukulan yang akan dibuat oleh pemain lawan, perlu memberi tumpuan kepada posisi pemukul dari segi kedudukan kaki,tangan dan pergerakan badan serta dada

lawan dan juga pergerakan bola di samping mendapatkan sebanyak mungkin maklumat tentang pergerakan lawan. Proses inilah yang dimaksudkan dengan tumpuan. Kekurangan dari segi tumpuan merupakan faktor utama yang boleh dikaitkan dengan ketidaktentuan prestasi. Kehilangan tumpuan walau hanya beberapa saat sahaja boleh mengakibatkan kekalahan atau kerugian besar.

Cara mengatasi masalah hilang tumpuan dan kosentrasi

i. Bicara kendiri yang positif.
ii. Menggunakan perkataan atau kiu tertentu untuk memfokuskan tumpuan.
iii. Berlatih dengan gangguan (simulasi)
iv. Mewujudkan serta mengekalkan rutin tertentu.
v. Memfokuskan terhadap peranan masa kini tanpa memikirkan perkara yang telah berlaku atau yang akan datang.

5.2 Kebangkitan, Stres dan Kebimbangan

Kebangkitan adalah tahap kesediaan seseorang individu dalam menghadapi stimulus yang terdapat di persekitaran. Selain itu kebangkitan juga boleh dikatakan sebagai tahap persediaan fisiologi individu untuk bertindak secara fizikal mahupun mental. Antara cara yang sesuai digunakan untuk mengesan tahap kebangkitan adalah peningkatan kadar nadi, ketegangan otot, pengeluaran peluh, peningkatan pernafasan, perlakuan yang tidak teratur, percakapan yang terlalu laju serta hilang rentak perlakuan yang biasa.

Stres atau tekanan merupakan tindakbalas fisiologikal yang neutral terhadap tekanan atau bebanan yang terdapat di persekitaran. Nilai stress sama ada positif atau negative bergantung kepada tafsiran yang dibuat oleh individu yang menghadapinya.

Manakala kebimbangan pula adalah sebagai interpretasi negatif yang dibuat terhadap bentuk tekanan atau bebanan yang terdapat di persekitaran sama ada yang telah, sedang dan yang akan dihadapi oleh seseorang individu.

5.6 Keagresifan

Merupakan apa sahaja bentuk tindakan atau perlakuan yang bermatlamat untuk menyebabkan kecederaan ke atas pemain yang lain dan bermotivasi untuk meraih kepuasan diri. Keagresifan dalam sukan ini dapat dikategorikan kepada beberapa perkara, iaitu;

i. Keagresifan Ketara – berpunca dari perasaan marah dengan melakukan tindakan mencederaan pihak lawan bagi tujuan kepuasan diri. Kecenderungan untuk melihat pihak lawan tersiksa dengan kesakitan yang dialami.
ii. Keagresifan Instrumental – berpunca daripada niat untuk mencederakan pihak lawan bagi tujuan melemahkan pihak lawan. Kecenderungan untuk meraih kejayaan dalam perlawanan serta ianya melihat bahawa tindakan tersebut perlu dilakukan bagi mencapai matlamat.

6.0 METODOLOGI KAJIAN

Rekabentuk Kajian

Kajian ini merupakan suatu kajian deskriptif yang berkonsepkan tinjauan dan pemerhatian. Kaedah deskriptif sesuai digunakan dalam penyelidikan bagi menerangkan sesuatu masalah atau fenomena yang sedang berlaku (Mohd Majid, 1993). Borang soal selidik merupakan salah satu elemen yang digunakan dalam kajian ini dimana ianya digunakan bagi mendapatkan data yang berbentuk kualitatif bagi tujuan membantu dan menyokong keputusan kajian ini. Proses pemerhatian boleh menghubungkaitkan antara penemuan yang diperolehi dengan proses soal selidik (Merriam, 2001).

Tempat Kajian.

Kajian ini hanya dijalankan di Politeknik Port Dickson disebabkan beberapa kekangan yang disebabkan oleh penularan covid19. Kajian ini juga terbatas disebabkan oleh arahan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) yang mula berkuatkuasa pada 18 Mac 2020 dan seterusnya Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) pada 9 November 2020. Keadaan ini sedikit sebanyak menyukarkan pergerakan dan interaksi diantara pengkaji dan responden. Oleh itu pendekatan yang dimbil adalah dengan menggunapakai platform whatsapp dan video call bagi temubual manakala borang soal selidik pula dimuat turun menggunakan google drive.

Sampel Kajian.

Dalam kajian yang dilakukan ini, sampel yang dipilih adalah daripada kalangan pelajar Diploma yang pernah mengambil kursus sukan iaitu MPU24011 dan DRS2071 iaitu sebanyak 200 sampel. Sukan di Politeknik Port Dickson adalah seperti badminton, bola jaring, bola sepak, bola tampar, boling, catur, dodgeball, futsal, golf, hoki, karom, memanah, petanque, ping pong, rugby, sepak takraw, silat, sofbol dan tenis.

7.0 DAPATAN KAJIAN

Analisis Kajian dan Penemuan

Perbincangan dapatan kajian dibahagikan kepada beberapa bahagian iaitu:

i. Senario psikologi yang sering dihadapi oleh pelajar semasa perlawanan atau semasa mengikuti aktiviti sukan dan ko-kurikulum

ii. Aktiviti dan latihan psikologi yang dijalankan oleh pensyarah atau jurulatih semasa pelawanan atau semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.

Jadual 3: Senario psikologi yang sering dihadapi oleh pelajar semasa perlawanan atau semasa mengikuti aktiviti sukan dan ko-kurikulum

ITEM	Tidak Pernah		Jarang-jarang		Kadang-kadang		Selalu	
	Fre	%	Fre	%	Fre	%	Fre	%
FOKUS TUMPUAN DAN KONSENTRASI								
Pelajar terlalu memikirkan atau memberikan tumpuan kepada apa yang telah berlaku.	9	4.5	74	37.0	90	45.0	27	13.5
Pelajar terlalu memikirkan apa yang akan berlaku.	3	1.5	73	36.5	71	35.5	53	26.5
Pelajar memberikan tumpuan kepada hal-hal di persekitaran	12	6.0	81	40.5	64	32.0	43	21.5
Pelajar terlalu menumpukan perhatian kepada proses pergerakan sesuatu kemahiran yang telah dikuasai dengan baik.	6	3.0	37	18.5	73	36.5	84	42.0
KEBANGKITAN, STRES DAN KEBIMBANGAN								
Pelajar sering mengalami peningkatan kadar nadi, ketegangan otot, pengeluaran peluh, peningkatan pernafasan, perlakuan yang tidak teratur, percakapan yang terlalu laju serta hilang rentak perlakuan yang biasa semasa perlawanan.	6	3.0	22	11.0	80	40.0	92	46.0
Pelajar sering mengalami Hyperstres iaitu keadaan tertekan amat sangat seperti menjadi kaku serta tidak dapat memberikan sebarang reaksi	74	37.0	48	24.0	43	21.5	35	17.5
Pelajar sering mengalami Hypostress iaitu keadaan dimana pelajar berasa	19	9.5	33	16.5	76	38.0	72	36.0

bosan atau hilang ransangan terhadap perlawanan.								
Pelajar sering berasa bimbang atau terbeban apabila diletakkan sebagai pemain utama ataupun barisan hadapan semasa sesuatu pertandingan.	9	4.5	16	8.0	73	36.5	102	51.0
KEAGRESIFAN								
Pelajar melakukan tindakan agresif sehingga sanggup mencederakan pihak lawan bagi tujuan melihat pihak lawan mengalami kesakitan/ kecederaan.	11	5.5	69	34.5	68	34.0	52	26.0
Pelajar melakukan tindakan agresif sehingga sanggup mencederakan pihak lawan bagi tujuan memperoleh kemenangan.	8	4.0	64	32.0	77	38.5	51	25.5

Jadual 4: Aktiviti dan latihan psikologi yang dijalankan oleh pensyarah atau jurulatih semasa pelawanan atau semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.

ITEM	**Tidak Pernah**		**Jarang-jarang**		**Kadang-kadang**		**Selalu**	
	Fre	**%**	**Fre**	**%**	**Fre**	**%**	**Fre**	**%**
FOKUS TUMPUAN DAN KONSENTRASI								
Jurulatih sering melakukan bicara kendiri yang positif	63	31.5	78	39.0	47	23.5	12	6.0
Jurulatih sering menggunakan perkataan atau kiu tertentu untuk memfokuskan tumpuan.	59	29.5	67	33.5	50	25.0	24	12.0
Jurulatih menjalankan latihan dengan mewujudkan gangguan (simulasi)	66	33.0	85	42.5	39	19.5	10	5.0
Jurulatih mewujudkan serta mengekalkan rutin tertentu.	4	2.0	28	14.0	52	26.0	116	58.0
Jurulatih memfokuskan terhadap peranan masa kini tanpa memikirkan perkara yang telah berlaku atau yang akan datang.	4	2.0	22	11.0	81	40.5	93	46.5
KEBANGKITAN, STRES DAN KEBIMBANGAN								
Jurulatih sering melakukan aktiviti seperti relaksasi, latihan autogenik dan meditasi.	19	9.5	7	3.5	93	46.5	81	40.5
Jurulatih menetapkan matlamat dan memberi kata-kata perangsang sebelum perlawanan bermula.	60	30.0	71	35.5	58	29.0	11	5.5
Jurulatih mengadakan poster atau publisiti bagi meraih sokongan penonton dan peminat.	121	60.5	45	22.5	29	14.5	5	2.5
Jurulatih memastikan tugasan yang dilaksanakan dipelbagaikan agar pelajar tidak mudah jemu malahan akan terus berusaha untuk meningkatkan kecekapan terhadap sesuatu kemahiran.	98	49.0	72	36.0	23	11.5	7	3.5
Jurulatih sering memuji perlakuan atau pergerakan yang baik.	31	15.5	78	39.0	68	34.0	23	11.5
KEAGRESIFAN								
Jurulatih sering memberikan ganjaran kepada pemain atau pasukan yang bermain dengan bersih.	84	42.0	61	30.5	49	24.5	6	3.0
Jurulatih sering menghukum pemain yang beraksi secara agresif.	90	45.0	79	39.5	23	11.5	8	4.0

8.0 ANALISIS DAPATAN

Jadual 5 : Data *Descriptive Statistics* Skor min terhadap unsur psikologi yang dihadapi oleh pemain/ pelajar politeknik semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum

Bil	Item-Item	Min	Tahap
1.	Pelajar menghadapi ganguan berkaitan fokus dan konsentrasi semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	3.7	Tinggi
2.	Pelajar menghadapi ganguan berkaitan kebangkitan, stress dan kebimbangan semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	4.1	Tinggi
3.	Pelajar menghadapi ganguan berkaitan keagresifan semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	3.2	Sederhana
	Purata min secara keseluruhan	**3.7**	**Tinggi**

Jadual 5 membuktikan bahawa kesan psikologi terhadap pelajar politeknik semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum adalah tinggi iaitu pada skala min 3.7. Ini menunjukkan bahawa ilmu psikologi harus diterapkan di dalam kurikulum sukan di politeknik

Jadual 6 : Data *Descriptive Statistics* Skor min tarhadap penerapan unsur psikologi yang dijalankan oleh pensyarah semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum

Bil	Item-Item	Min	Tahap
1.	Jurulatih sering melakukan latihan yang berkaitan fokus dan konsentrasi semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	2.1	Rendah
2.	Jurulatih sering melakukan latihan yang berkaitan mengawal kebangkitan, stress dan kebimbangan semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	1.9	Rendah
3.	Jurulatih sering melakukan latihan yang berkaitan mengawal keagresifan semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum.	2.8	Sederhana
	Purata min secara keseluruhan	**2.3**	**Rendah**

Jadual 6 ini pula membuktikan bahawa amalan psikologi yang dipraktikkan oleh jurulatih dan pensyarah politeknik berada di suatu tahap yang agak rendah iaitu pada min 2.3. Oleh itu adalah perlu bagi pihak pengurusan untuk menambahkan lagi ilmu psikologi kepada jurulatih dan pensyarah sukan di politeknik.

Jadual 7 : Hubungan antara kesan psikologi terhadap permain dengan penerapan latihan psikologi terhadap jurulatih (D.A. de Vaus)

Korelasi Spearmen	Signifikan	Tahap	Hubungan
Kesan Psikologi	0.001	0.613**	Kuat
Amalan Psikologi	0.000	0.593**	Kuat

** Correlation is significant at the level 0.01 level (2-tailed)

9.0 KESIMPULAN

Sebagai kesimpulannya, kajian ini telah berjaya mencapai maksud objektif dan matlamatnya iaitu untuk melihat sejauh manakah kesan psikologi dapat mempengarusi sikap dan tindakan pelajar serta melihat amalan psikologi yang telah diterapkan oleh pensyarah dan jurulatih dalam menghadapi cabaran dan rintangan dalam sukan dan ko-kurikulum di politeknik.

Daripada objektif yang pertama, apa yang dapat disimpulkan adalah kesan psikologi yang tinggi yang dihadapi oleh pelajar semasa aktiviti sukan dan ko-kurikulum. Perkara ini mungkin disebabkan terdapat unsur-unsur persekitaran atau cabaran masakini yang menyebabkan golongan muda lebih cenderung untuk menzahirkan tindakan psikolgi mereka. Perkara ini juga telah disokong oleh pendapat ahli psikologi klinikal, Evelyn Soong (FMT, 14 Okt 2018).

Manakala bagi objektif kedua pula memperlihatkan kita bahawa penerapan unsur-unsur psikologi sukan berada di tahap yang begitu rendah. Oleh tu adalah penting untuk memantapkan lagi ilmu pengetahuan berkaitan psikologi sukan kepada jurulatih atau pensyarah agar dapat menyumbang ataupun mengimbangi kesan psikologi terhadap pelajar kita.

PENGHARGAAN

Syukur kehadrat Allah s.w.t kerana telah mengizinkan kajian ini disiapkan dengan jayanya. Tidak lupa juga penghargaan dan terima kasih kepada Arwah Che Din (En. Mohd Solehuddin b. Lebai Mohd Salihin) kerana kajian ini merupakan kajian kesinambungan daripada Kajian Fundamental Sains Sukan (Psikologi) yang diusahakan bersama Arwah Che Din dan En. Aznul Rafizul pada tahun 2014. Semoga Allah tempatkan Arwah Che Din dikalangan orang-orang yang soleh. Al-Fatihah

RUJUKAN

Cox, R.H., 1998, Sport Psychology: Concepts and Application, 4th edition., Madison, Wis: Brown & Beshmark Publishers.

Evelyn Soong. (2018, Oktober 14). Golongan Muda Paling Ramai Bunuh Diri Kerana Tekanan. Retrieved January 20, 2021, from. https://www.freemalaysiatoday.com/category/bahasa/2018/10/14/golongan-muda-paling-ramai-cuba-bunuh-diri-kerana-tekanan/

Gould, D., & Pick, S. (1995). Sport Psychology: The Griffith Era, 1920 – 1940. The Sport Psychologist. Retrieved June 20, 2011.

Kamaruzaman Moidunny. 2009. Keberkesanan program Kelayakan Profesional Kepengetuaan Kebangsaan (NPQH). Tesis Doktor Falsafah. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Merriam, S.B. (2001). Qualitative research and case study application in education. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Merriam, S.B. (2009). Qualitative research: A guide to design and implementation. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Mohd Najib Abdul Ghafar (1999). Penyelidikan pendidikan. Skudai: Penerbitan Universiti Teknologi Malaysia (UTM).

Mohd Majib Konting (1993). Kaedah Penyelidikan Pendidikan. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka (DBP).

Mohd Hafiz Hussin (2012). The Means and Varian of Random Variable. Port Dickson: Politeknik Port Dickson (PPD).

Mohd Salehuddin, Mohd Hafiz & Aznul Rafizul (2014). Psikologi Sukan: Jurnal Seminar Penyelidikan Politeknik Port Dickson 2014.

Weinberg, R., & Gould, D (2003). Foundations of Sport and Exercise Psychology, Third Edition. ISBN 0471335495.

Anatomical Adaptation Untuk Atlet Amatur

Mohd Fairuz bin Mohd Noh

Politeknik Port Dickson

ABSTRAK

Salah satu daripada elemen sains sukan ialah periodisasi iaitu jadual latihan secara sistematik dan membincangkan bahagian paling asas dalam periodisasi iaitu *anatomical adaptation* (AA). *Anatomical adaptation* bermaksud kesediaan fizikal atlet untuk dilatih mengikut keperluan semulajadi sukan tertentu agar fizikal atlet mampu mengadaptasi corak latihan yang dijalankan. Kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti kadar perubahan saiz otot untuk atlet amatur dalam pelbagai bidang sukan yang berbeza bertujuan sebagai asas kepada pembinaan fizikal yang baik. Hasil kajian awal secara rawak mendapati bahawa lebih daripada 90% atlet amatur tidak mengetahui apakah periodisasi dan kepentingan *anatomical adaptation* dalam latihan. Maka di sinilah bermula kajian mengenai salah satu cabang sains sukan yang mampu mengubah kadar kemampuan atlet amatur dari segi fizikal untuk bertahan dalam sesi latihan sukan berintensiti tinggi.

Kata kunci : *Anatomical Adaptation*, Periodisasi, Atlet Amatur

1.0 PENGENALAN

Menurut *Oxford English Dictionary 2020, Oxford University Press*, sukan bermaksud aktiviti yang melibatkan usaha dan kemahiran fizikal di mana individu atau pasukan bersaing dengan yang lain atau orang lain untuk hiburan. Salah satu perkataan asas dalam sukan ialah fizikal di mana aspek fizikal merupakan komponen paling penting apabila menjalankan aktiviti sukan. Selain fizikal, teknikal, taktikal dan mental pula pelengkap kepada 4 komponen asas sukan (Plowman & Smith, 2008).

Keempat-empat komponen ini perlu digarap dengan baik bagi membolehkan seseorang atlet itu bergelar seorang atlet yang baik. Namun, di antara semua komponen sukan yang dinyatakan di atas, komponen fizikal mesti menjadi keutamaan untuk dilatih dengan betul dan sistematik kerana tanpa kekuatan fizikal yang baik maka komponen teknikal, taktikal dan mental tidak berguna. Sehubungan dengan itu, maka satu kajian berkenaan fizikal atlet amatur dijalankan bagi membolehkan atlet di peringkat ini mempunyai asas fizikal yang kukuh sebelum bersedia melangkah dan bergelar atlet professional di mana corak latihan adalah lebih sukar.

Salah satu cabang ilmu sains sukan yang penting dalam konteks latihan masa kini ialah dengan menggunakan kaedah periodisasi yang bermaksud satu jadual perancangan latihan sistematik dan berkala untuk satu tempoh tertentu (Bompa & Carrera, 2005) dan mengaplikasikan program ***"Anatomical Adaptation (AA)"*** sebagai perkara asas dalam pembentukan fizikal di mana atlet amatur akan diuji dengan beberapa latihan asas di ginmasium. Program AA ini merujuk kepada kesediaan fizikal atlet untuk dilatih mengikut keperluan semulajadi sukan tertentu.

Pernyataan Masalah

Dalam apa jua aktiviti sukan, bahagian fizikal menjadi teras kekuatan dan ia merupakan komponen paling penting untuk terus bersaing dalam tempoh masa sukan itu dijalankan. Komponen fizikal yang kuat bakal menjana kekuatan kepada 3 komponen sukan yang seterusnya. Pada kebanyakan keadaan, terutamanya bagi atlet amatur mereka gagal dalam menjalankan latihan berintensiti tinggi disebabkan tidak mempunyai bentuk fizikal yang baik serta tidak mempunyai daya tahan otot yang optimum untuk bertahan dalam tempoh masa sukan tertentu. Menurut Bompa & Haff (2009) langkah terbaik sebelum menjalani latihan khusus sukan ialah dengan manjalankan program latihan AA.

Program latihan AA merupakan latihan khusus dalam pembinaan fizikal atlet dari segi kekuatan otot yang membawa kesan positif kepada kekuatan tisu penghubung seperti ligament dan tendon (Bompa & Claro, 2009). Perlu difahami bahawa program latihan AA bukan bertujuan untuk membina otot yang kental tetapi untuk membina daya tahan otot yang bersedia untuk dilatih. Selain itu, masalah pembinaan otot dari segi perbezaan jantina juga perlu diukur bagi mendapatkan hasil data yang tepat. Dengan pendekatan yang lebih mudah difahami, masalah kelemahan fizikal merupakan punca utama mengapa atlet amatur gagal meneruskan konsistensi dalam latihan yang akan digunakan dalam pertandingan sukan sebenar.

1.2 Objektif Kajian

Objektif utama kajian ini adalah untuk menggalakkan penggunaan ilmu sains sukan ketika latihan dan kejohanan sukan. Selain itu, antara objektif yang ingin dicapai adalah :

i- Mengumpul data yang tepat mengenai peratusan perubahan saiz otot di antara atlet amatur yang berlainan jantina

ii- Menentukan peningkatan kadar 1RM *(Repetition Maximum)* pada hari pertama dengan hari terakhir program latihan AA untuk kesemua atlet

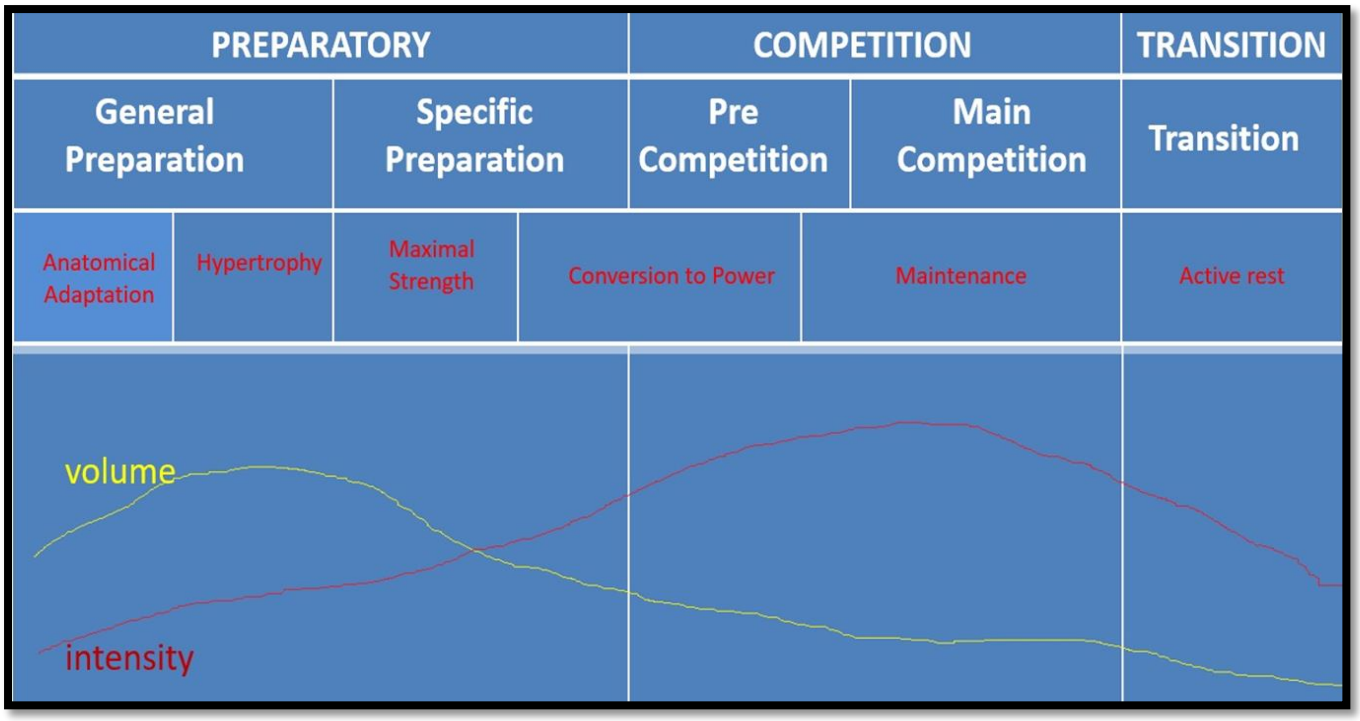
iii- Mengkaji peratus perubahan saiz otot atlet amatur

1.3 Skop kajian

Kajian ini dilakukan hanya terhadap atlet amatur sahaja kerana atlet amatur tidak mempunyai asas yang kukuh terhadap kemahiran sesuatu jenis sukan bahkan seringkali juga tidak mempunyai fizikal yang baik dalam mengadaptasi latihan berintensiti tinggi. Sampel atlet amatur yang dipilih adalah di kalangan atlet di peringkat institut pengajian tinggi di mana sampel atlet yang dipilih adalah dalam lingkungan sekitar 18 hingga 20 tahun yang terdiri daripada 4 jenis sukan. Kesemua atlet yang dipilih menjalani 14 latihan latihan beban di gimnasium untuk melihat perubahan anatomi tubuh. Semua jenis latihan yang dijalankan adalah dikawalselia oleh Dr. Ahmad Naim bin Ismail, Pensyarah Kanan, Fakulti Sains Sukan & Rekreasi, Universiti Teknologi Mara, Shah Alam yang juga merupakan pengurus pasukan ragbi 7s Malaysia.

2.0 KAJIAN ILMIAH

Berdasarkan temubual yang dijalankan bersama Dr. Ahmad Naim, dalam mengaplikasikan periodisasi, beliau menyarankan agar program latihan AA dijalankan selama 2 – 3 bulan bagi mendapatkan hasil yang memuaskan dari segi pembinaan fizikal dan daya tahan otot atlet. Menurut (Stone, 1981) atlet amatur perlu menjalani program latihan AA sekurang-kurangnya selama 6 minggu dan diselangi dengan program latihan berintensiti sederhana. Menurut laman web rasmi *World Rugby Organization*, atlet perlu segera mengadapatasikan program latihan AA secepat mungkin sebelum beralih kepada latihan yang lebih mencabar. Rajah di bawah menunjukkan di mana kedudukan sebenar program latihan AA dalam periodisasi asas.



Rajah 1 : Periodisasi asas (Bompa & Buzzichelli, 2015)

***Volume* – Kadar Isipadu Latihan**

Volume merujuk kepada jumlah ulangan yang dilakukan oleh atlet Nilai *volume* akan semakin dikurangkan apabila atlet sudah semakin tiba dengan tarikh kejohanan sasaran. Sebagai contoh, di awal program latihan AA, atlet akan mengulangi angkatan bebanan dengan kadar yang agak banyak seperti 15-20 ulangan namun apabila semakin tiba ke tarikh kejohanan, nilai ulangan ini akan dikurangkan kepada 2-3 ulangan sahaja.

***Intensity* – Kadar Bebanan Latihan**

Intensity merujuk kepada jumlah beban angkatan yang dilakukan oleh atlet. Nilai *intensity* akan semakin ditingkatkan apabila atlet sudah semakin tiba dengan tarikh kejohanan sebenar. Sebagai contoh, di awal program AA, atlet hanya akan mengangkat sebanyak 40 – 50% daripada 1RM mereka namun apabila semakin tiba dengan kejohanan, nilai ini akan ditingkatkan kepada 90 – 100% nilai 1RM masing-masing.

Pada peringkat awal latihan, bermula dari peringkat *anatomical adaptation* hingga mencapai *hypertrophy*, *volume dan intensity* adalah berkadar terus di mana nilai volume & intensity ditingkatkan bersama secara selari namun apabila seseorang atlet itu mencapai tahap kekuatan maksimum maka *volume & intensity* sudah bertukar kepada berkadar songsang di mana kadar *volume* dikurangkan manakala kadar *intensity* ditingkatkan.

Periodisasi dibahagikan kepada 3 bahagian utama iaitu kitaran makro, meso dan mikro. Di dalam kitaran makro ia merangkumi 3 bahagian asas iaitu bahagian persediaan, bahagian kejohanan dan bahagian peralihan. Di dalam kitaran meso pula ia dibahagikan kepada 5 bahagian iaitu bahagian persediaan umum, persediaan khusus, sebelum kejohanan, semasa kejohanan dan peralihan. Manakala dalam kitaran mikro pula, ia lebih terperinci di mana ia merangkumi 6 fasa iaitu *anatomical adaptation, hypertrophy* (perubahan saiz otot), kekuatan maksimum, peralihan kepada kuasa, pengekalan kuasa dan rehat. (Bompa & Buzzichelli, 2015). Jika diteliti melalui rajah 1 maka dapat dilihat bahawa *anatomical adaptation* merupakan fasa yang paling dasar dan ia merupakan tapak yang paling penting untuk dibina dengan betul agar 5 fasa seterusnya dapat dijalankan dengan berkesan oleh jurulatih. Fizikal bukan

hanya bermaksud otot bahkan ia juga meliputi sendi dan tisu penghubung seperti ligament, tendon dan kertilej. Ini bermakna, program latihan AA bukan hanya tertumpu kepada kekuatan otot semata-mata bahkan ia juga merangkumi kekuatan otot, ligament, tendon dan sendi. (Bompa & Buzzichelli, 2015). Jika tisu penghubung dan otot untuk menstabilkan dan menyeimbangkan struktur anatomi lemah maka hasilnya tubuh akan menjadi tidak stabil (Fleck & Kraemer, 2004). Ia seumpama membina sebuah rumah tanpa membina asas kukuh (Aaberg, 2004). Rumah tersebut pasti tidak akan tahan lama apabila menjalani kerja-kerja seterusnya. *Anatomical adaptation* mempunyai sekurang-kurangnya 5 matlamat utama iaitu 1)Menguatkan tisu penghubung 2)Membina kestabilan sendi 3)mengimbangi kekuatan otot 4)membina otot teras 5)membangunkan otot penstabil.

Secara umumnya, objektif, kandungan dan kaedah program latihan AA akan berubah sepanjang fasa pelan latihan tahunan. Perubahan ini juga bergantung kepada fasa tahunan program latihan dan penyesuaian fisiologi yang disasarkan untuk fasa tersebut. Perubahan perlu diterapkan semula jenis kekuatan yang diperlukan oleh atlet, acara atau atlet individu untuk prestasi optimum selari dengan masa kejohanan sasaran. Namun bagi seorang atlet amatur, mereka perlu melalui program latihan AA umum bagi membolehkan mereka sendiri mampu merekabentuk program latihan AA bersesuaian dengan jenis sukan yang diceburi. Seperti yang dinyatakan di bahagian pernyataan masalah, pembinaan fizikal bukanlah tertumpu untuk membina otot yang kental tetapi kekuatan fizikal perlulah selari dengan jenis sukan yang diceburi kerana susuk tubuh atlet ragbi tidak akan sama dengan susuk tubuh atlet gimnastik. Justeru, dalam program latihan AA yang direkabentuk, ia mestilah menepati pembinaan fizikal atlet sukan terbabit.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Berdasarkan objektif yang ingin dicapai, terdapat 2 kaedah yang boleh digunakan dalam menjalankan program latihan AA iaitu dengan menggunakan beban berat badan ataupun menggunakan latihan beban di gimnasium. Sekiranya program latihan AA ini dijalankan dengan menggunakan beban berat badan, kadar peratusan agak sukar dicapai dengan angka yang tepat maka dengan itu kaedah kedua iaitu latihan beban di gimnasium digunakan dengan mendapatkan 1RM menggunakan formula Boyd Epley iaitu :-

1RM = beban angkatan + (beban angkatan x jumlah pengulangan x 0.033)
(Boyd Epley (2004), *The Path to Athletic Power*, Human Kinetics USA)

1RM ialah 1 *repetition maximum* ataupun daya beban angkatan sekali sahaja yang boleh diangkat oleh seseorang individu. Sebagai contoh, sekiranya individu A berjaya mengangkat beban seberat 100kg tetapi tidak berjaya mengangkat bebanan yang sama untuk kali kedua dalam satu sesi latihan yang sama, itulah 1RM untuk individu A tersebut iaitu 100kg.

Setelah melakukan perbincangan bersama Dr. Ahmad Naim dan 4 orang atlet amatur tersebut maka beliau menetapkan sebanyak 14 jenis latihan beban akan digunakan dalam mendapatkan 1RM. Senarai jenis-jenis latihan boleh dirujuk di bahagian lampiran. Dalam jadual di bawah dinyatakan sebahagian daripada kiraan bagaimana teknik memproses dan menganalisa data yang diperolehi menerusi program latihan AA atlet.

4.0 KEPUTUSAN & PERBINCANGAN

Jadual 1 : Perbezaan kadar beban & ulangan latihan bagi setiap atlet amatur

Atlet	Jenis latihan	Kadar beban (kg)	Jumlah ulangan	1RM
Ika	*Biceps Curl*	5	38	11
Hanis	*Squat*	20	32	41
Amirul	*Bench Press*	20	50	53
Ahmad	*Deadlift*	25	42	60

Contoh kiraan :

Dengan menggunakan formula Boyd Epley di atas, dalam latihan *biceps curl*, Ika telah memulakan latihan dengan mengangkat bebanan seberat 5kg dan berjaya melakukan sebanyak 38 kali pengulangan bagi latihan tersebut. Maka 1RM Ika untuk latihan biceps curl adalah :

1RM = 5 + (5 x 38 x 0.033) = 11.27kg

Maka kadar 1RM Ika untuk latihan *biceps curl* ialah 11kg. Sebagai atlet amatur wanita, di awal program latihan AA, Ika hanya akan mengangkat bebanan sebanyak 40% daripada jumlah 1RM iaitu sekitar 4.4 kg – 5 kg sahaja.

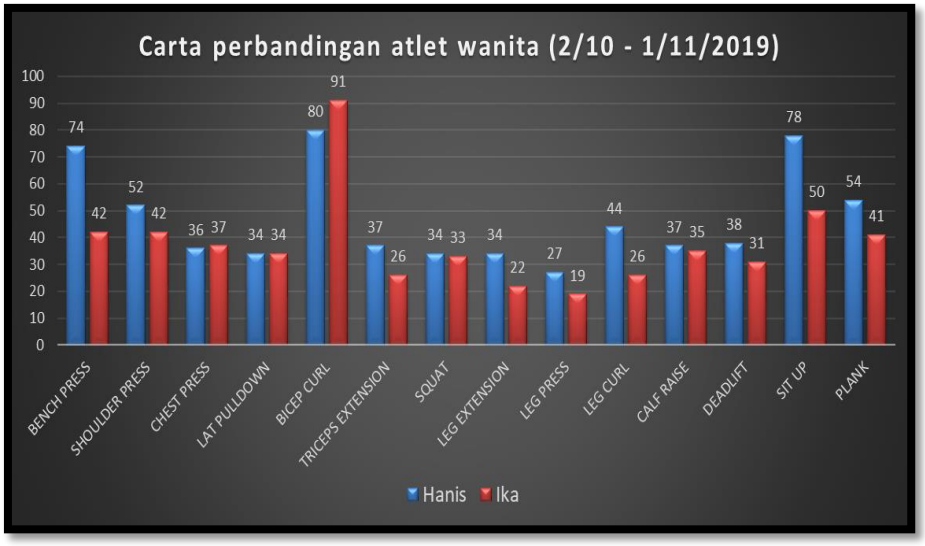
Dengan menggunakan formula Boyd Epley juga, dalam latihan *bench press* untuk atlet lelaki iaitu Amirul. Dalam latihan ini, Amirul telah berjaya mengangkat bebanan seberat 20kg dan melakukan sebanyak 53 kali pengulangan. Maka 1RM Amirul untuk latihan *bench press* adalah :

1RM = 20 + (20 x 53 x 0.033) = 50kg

Maka kadar 1RM Amirul untuk latihan *bench press* ialah 50kg. Sebagai atlet amatur lelaki, kadar beban yang akan dijalankan oleh Amirul lebih 10% daripada atlet wanita di mana Amirul akan mengangkat bebanan sebanyak 50% daripada jumlah 1RM beliau iaitu 25kg.

Kiraan yang sama juga digunakan bagi mendapatkan 1RM untuk setiap satu latihan. Secara fitrahnya kita sudah sedia maklum bahawa kekuatan di antara lelaki dan wanita adalah berbeza. Wanita tidak memiliki kekuatan yang sama dengan lelaki dari segi pembinaan fizikal dan saiz otot. Ini kerana lelaki mempunyai hormon testosterone yang mana ia menyumbang sehingga 10 kali ganda perbezaan saiz otot lelaki dengan wanita (Epley, 2004).

Hasil temubual bersama Dr Ahmad Naim juga, beliau menyatakan bahawa secara signifikan hasil perubahan otot akan kelihatan selepas menjalani latihan yang berterusan selama 4 minggu. Hal ini disokong berdasarkan kajian menerusi sebuah jurnal *"Strength and Conditioning Research: December 2012 - Volume 26 - Issue 12 - p 3177–3188* bertajuk *"The strength of Nebraska"* tulisan Boyd Epley. *Hypertrophy* akan mula terbentuk dan hasilnya darjah kekuatan seseorang atlet itu akan bertambah setelah 3 – 4 minggu latihan beban dijalankan. Latihan beban bukan sahaja dapat membina otot dan mengurangkan risiko kecederaan bahkan ia juga mampu meningkatkan daya tahan tisu penghubung dalam anatomi tubuh seperti ligament dan tendon. (Kraemer & Vingren, 2007).



Rajah 5 : Hasil perbandingan program latihan AA untuk atlet wanita

Carta di atas menunjukkan perbezaan peratusan di antara Hanis (pemain bola tampar amatur) dengan Ika (pemain bola jaring amatur). Kedua-dua atlet ini memulakan program latihan AA pada tarikh yang sama, menggunakan jenis latihan yang sama, *volume & intensity* juga sama tetapi dengan menggunakan kadar beban yang berbeza (rujuk rajah 2 & 3). Sebagai contoh, Hanis dan Ika memulakan latihan pada 2/10/2020 untuk latihan bench press, 1RM beliau hanyalah 19kg. Sepanjang tempoh latihan, atlet wanita hanya melakukan 40% daripada 1RM iaitu 7.6kg dan melakukan sebanyak 15 kali pengulangan untuk satu set.

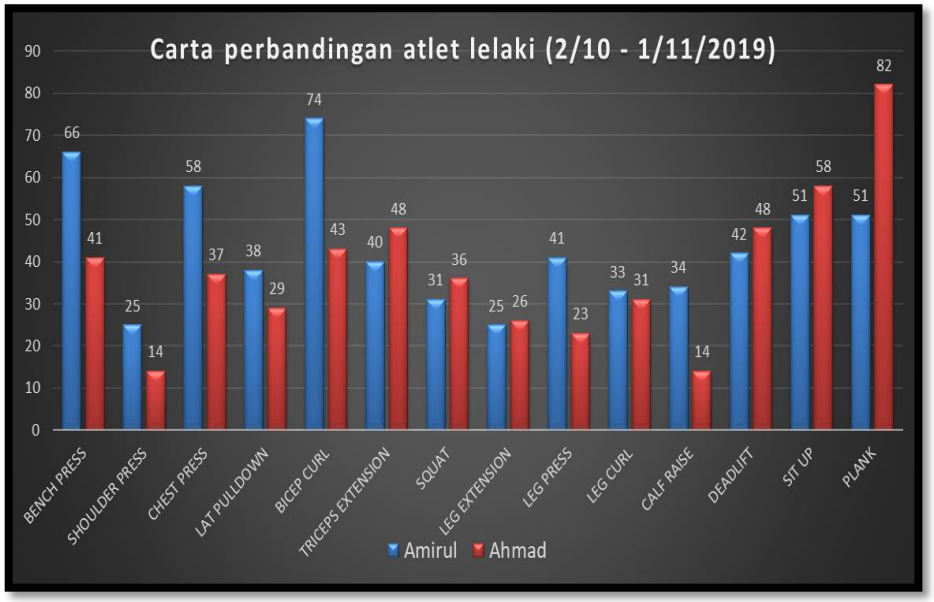
Secara jelas kelihatan, pada hari terakhir latihan, nilaian 1RM untuk kedua-dua atlet wanita ini telah meningkat di mana Hanis berjaya mencapai 1RM sehingga 33kg manakala Ika pula berjaya mencapai 27kg. Berdasarkan carta perbandingan di atas maka Hanis telah mencapai 74% perubahan dari segi *hypertrophy* untuk latihan bench press manakala Ika telah mencapai 42% *hypertrophy*.

Sebagai contoh, lihat peratus peningkatan Hanis untuk latihan bench press ialah 43%.

Hari pertama latihan 1RM - 19kg

Hari terakhir latihan 1RM - 33kg

(33 – 19 x 100)/19 = **74%**



Rajah 7 : Hasil perbandingan program latihan AA untuk atlet lelaki

Carta di atas pula menunjukkan perbezaan peratusan di antara Amirul (pemain ragbi amatur) dengan Ahmad (pemain sofbol amatur). Sepertimana atlet wanita, kedua-dua atlet ini memulakan program latihan AA pada tarikh yang sama, menggunakan jenis latihan yang sama, *volume & intensity* juga sama tetapi dengan menggunakan kadar beban yang berbeza (rujuk rajah 4 & 5). Mengambil contoh latihan yang berbeza daripada atlet wanita, atlet lelaki menggunakan biceps curl. Pada hari pertama latihan, Amirul hanya mampu mencapai 1RM biceps curl hanyalah 31kg manakala Ahmad pula mencapai 28kg. berbeza dengan atlet wanita, atlet lelaki memulakan latihan dengan menggunakan 50% daripada nilaian 1RM mereka iaitu 15.5kg sebanyak 15 pengulangan untuk satu set sementara Ahmad pula menggunakan 14kg dengan menggunakan pengulangan yang sama. Di hari terakhir latihan,

kedua-dua atlet ini telah berjaya mencapai nilai 1RM bagi latihan biceps curl yang jauh lebih tinggi daripada hari pertama iaitu 54kg bagi Amirul dan 40kg untuk Ahmad. Berdasarkan carta perbandingan, Amirul telah mencapai 74% perubahan *hypertrophy* manakala Ahmad Berjaya mencapai sebanyak 43%.

Secara keseluruhannya, segala objektif yang dinyatakan di awal kajian berjaya dicapai namun beberapa bahagian kajian boleh ditingkatkan seperti jumlah atlet yang diuji, kepelbagaian umur atlet dan juga jenis sukan yang lebih banyak agar hasil dapatan kajian mampu menepati ilmu sains sukan yang digunakan pada masa kini di seluruh dunia.

5.0 KESIMPULAN

Dalam merekabentuk sesebuah program latihan beban, ia merupakan sebuah program latihan individu dan memerlukan seseorang individu itu sendiri memenuhi kriteria latihan yang ditetapkan (Fleck & Kraemer, 2004). Berteraskan pernyataan ini maka sebuah program latihan AA dijalankan ke atas 4 individu atlet amatur yang berlainan jantina bagi mendapatkan hasil yang lebih jitu dari segi perbezaan saiz otot. Untuk program latihan AA, bukannya memberi tumpuan semata-mata kepada pembinaan otot, namun pemahaman juga perlu lebih jelas mengenai pembinaan kekuatan tisu penghubung dan sendi juga perlu dititikberatkan.

Setelah melaksanakan kajian dan perbincangan maka dapatlah disimpulkan bahawa program latihan AA adalah program latihan pembentukan fizikal atlet yang amat baik terutamanya untuk atlet amatur dari segi pembinaan fizikal dan daya tahan otot yang baik untuk membolehkan atlet tersebut bertahan dalam latihan. Mengambil pendekatan utama yang digunakan oleh oleh Dr. Tudor O. Bompa, seorang pakar dalam kajian kekuatan & suaian fizikal atlet, ia sememangnya amat berguna bukan sahaja untuk otot bahkan semua tisu penghubung dan juga kestabilan koordinasi tubuh. Berdasarkan keputusan latihan yang diperolehi melalui kajian selama sebulan mendapati bahawa tahap kekuatan fizikal atlet meningkat dengan kadar peratusan yang agak baik kerana kadar peratus yang meningkat. Kajian yang dijalankan ini hanya terhadap 4 orang atlet amatur dari 4 jenis sukan yang berbeza. Pada masa akan datang, kajian ini boleh dipeluaskan lagi ke peringkat yang lebih luas merangkumi kepelbagaian jenis atlet dari segi umur dan jenis sukan agar ilmu sains sukan dapat diimplementasikan di negara kita dengan lebih meluas.

RUJUKAN

Wathen D (1994). Muscle balance. *In: Essentials of Strength Training and Conditioning*. Baechle TR, Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 424–430

A M S Watson (1995), Training Methods, *Physical Fitness and Athletic Performance, 2nd Edition,* (pp. 90-101) Routledge Taylor and Francis Group

Foran, B (2001), *High-Performance Sports Conditioning. Modern Training for Ultimate Athletic Development***.** Champaign, IL: Human Kinetics

Boyd Epley (2004), *The Path to Athletic Power : The Model Conditioning Program for Championship Performance*, Human Kinetics USA

Fleck SJ, Kraemer WJ (2004). *Designing Resistance Training Programs – 3rd Edition*, Champaign, IL: Human Kinetics. pp. 209–240.

Tudor O. Bompa, Michael Carrera (2005), *"Periodization Training for Sport"* Human Kinetics USA

Peter Merton McGinnis (2005), *"Biomechanics of Sport and Exercise"*, Human Kinetics USA

Aaberg E. (2006), Muscle Mechanics – 2nd Edition, Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 19–35

Sharon A. Plowman, Denise L. Smith (2008), *"Exercise Physiology for Health, Fitness and Performance"*, Lippincott Williams & Wilkins, USA

Tim Laurent (2009), *Athletic Training, Clinical Education Guide***,** Delmar Cangage Lerning, NY, USA.

Tudor O. Bompa, G.Gregory Haff (2009), *"Periodization-5th Edition, Theory and Methodology of Training"***,** Human Kinetics USA pp.137-140

Nota Kursus Sains Sukan Tahap 2 (2013), *Unit 5 Suaian Fizikal*, (pp. 88-99), Akademi Kejurulatihan Kebangsaan, Institut Sukan Negara

Nota Kursus Sains Sukan Tahap 3 (2013), *Unit 5 Physical Conditioning*, (pp. 116-118), Akademi Kejurulatihan Kebangsaan, Institut Sukan Negara

Tudor O. Bompa, Carlo Buzzichelli (2015), Periodization Training for Sport, *Periodization of Strength*, (pp. 229-311) Human Kinetics, USA

Boyd Epley, The strength of Nebraska *"Strength and Conditioning Research: December 2012 - Volume 26 - Issue 12 - p 3177–3188*

Lin, Jenqdong PhD, CSCS; Chen, Tinghao PhD, Diversity of Strength Training Methods: A Theoretical Approach, *"Strength and Conditioning Journal: April 2012 - Volume 34 - Issue 2 - p 42–49*

Hornsby, William G. PhD, Gentles, Jeremy A. PhD, Haff, G. Gregory PhD, Stone, Michael H. PhD, Buckner, Samuel L. PhD, What is the Impact of Muscle *Hypertrophy* on Strength and Sport Performance? *"Strength & Conditioning Journal: December 2018 - Volume 40 - Issue 6 - p 99–111*

LAMPIRAN 1 – LATIHAN BERMULA PADA 2/10/2020

Order of exercise	NAME	SITI NURATIKAH SHIDA BT ADAM														
	ADAPTATION	1 RM (kg)	40 % of 1RM	BOLA JARING												
				WEEK 1			WEEK 2			WEEK 3				WEEK 4		
	UPPER BODY															
1	BENCH PRESS	19	7.6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
3	SHOULDER PRESS	26	10.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
5	CHEST PRESS	30	12	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
7	LAT PULLDOWN	35	14	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
9	BICEP CURL	11	4.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
11	TRICEPS EXTENSION	46	18.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
	LOWER BODY															
2	SQUAT	27	10.8	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
4	LEG EXTENSION	36	14.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
6	LEG PRESS	48	19.2	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
8	LEG CURL	27	10.8	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
10	CALF RAISE	29	11.6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
	CORE															
12	DEADLIFT	32	12.8	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)		15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
13	SIT UP			24x1 (2/10)		25x1 (5/10)	25x1 (8/10)		26x1 (11/10)	26x1 (14/10)	27x1 (16/10)	29x1 (19/10)		26x2 (22/10)	26x2 (26/10)	28x2 (29/10)
14	PLANK			44s (2/10)		44s (5/10)	45s (8/10)		45s (11/10)	48s (14/10)	49s (16/10)	51s (19/10)		51s (22/10)	52s (26/10)	57s (29/10)

Petunjuk jadual
Order of exercise – Turutan program latihan AA yang perlu dijalankan
(15x1, 18x1, 17x2) – 15,18,17 ulangan x 1,2 set latihan
(2/10,29/10) – Tarikh latihan dijalankan

LAMPIRAN 2

Order of exercise	NAME	NIK NUR FAHANIS BINTI NIK MOHAMED FAUZEE													
	ADAPTATION	1 RM (kg)	40 % of 1RM	BOLA TAMPAR											
				WEEK 1		WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4			
	UPPER BODY														
1	BENCH PRESS	19	7.6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
3	SHOULDER PRESS	31	12.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
5	CHEST PRESS	33	13.2	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
7	LAT PULLDOWN	44	17.6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
9	BICEP CURL	15	6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
11	TRICEPS EXTENSION	45	18	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
	LOWER BODY														
2	SQUAT	41	16.4	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
4	LEG EXTENSION	38	15.2	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
6	LEG PRESS	49	19.6	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
8	LEG CURL	27	10.8	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
10	CALF RAISE	35	14	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
	CORE														
12	DEADLIFT	32	12.8	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x1 (14/10)	20x1 (16/10)	20x1 (19/10)	15x2 (22/10)	15x2 (26/10)	17x2 (29/10)
13	SIT UP			23x1 (2/10)		23x1 (5/10)	23x1 (8/10)		25x1 (11/10)	28x1 (14/10)	31x1 (16/10)	35x1 (19/10)	31x2 (22/10)	31x2 (26/10)	33x2 (29/10)
14	PLANK			41s (2/10)		41s (5/10)	42s (8/10)		44s (11/10)	45s (14/10)	48s (16/10)	48s (19/10)	49s (22/10)	52s (26/10)	55s (29/10)

LAMPIRAN 3

Order of exercise	NAME	AHMAD AMIRUL AZMI BIN MOHD SUPIAN													
	ADAPTATION	1 RM (kg)	50 % of 1RM	RAGBI											
				WEEK 1			WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY														
1	BENCH PRESS	53	26.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
3	SHOULDER PRESS	81	40.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
5	CHEST PRESS	55	27.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
7	LAT PULLDOWN	82	41	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
9	BICEP CURL	31	15.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
11	TRICEPS EXTENSION	53	26.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
	LOWER BODY														
2	SQUAT	80	40	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
4	LEG EXTENSION	77	38.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
6	LEG PRESS	94	47	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
8	LEG CURL	66	33	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
10	CALF RAISE	88	44	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
	CORE														
12	DEADLIFT	64	32	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
13	SIT UP			55x1 (2/10)		56x1 (5/10)	56x1 (8/10)		58x1 (11/10)	60x2 (14/10)	60x2 (16/10)	66x2 (19/10)	67x2 (22/10)	68x2 (26/10)	71x2 (29/10)
14	PLANK			1m 22s (2/10)		1m 25s (5/10)	1m 26s (8/10)		1m 26s (11/10)	1m 31s (14/10)	1m 32s (14/10)	1m 35s (19/10)	1m 38s (23/1)	1m 41s (26/10)	1m 49s (29/10)

LAMPIRAN 4

Order of exercise	NAME	AHMAD FITIREE BIN YAHYA													
	ADAPTATION	1 RM (kg)	50 % of 1RM	SOFBOL											
				WEEK 1			WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY														
1	BENCH PRESS	41	20.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
3	SHOULDER PRESS	77	38.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
5	CHEST PRESS	52	26	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
7	LAT PULLDOWN	66	33	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
9	BICEP CURL	28	14	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
11	TRICEPS EXTENSION	50	25	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
	LOWER BODY														
2	SQUAT	77	38.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
4	LEG EXTENSION	76	38	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
6	LEG PRESS	83	41.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
8	LEG CURL	59	29.5	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
10	CALF RAISE	84	42	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
	CORE														
12	DEADLIFT	60	30	15x1 (2/10)		15x1 (5/10)	18x1 (8/10)		18x1 (11/10)	18x2 (14/10)	18x2 (16/10)	20x2 (19/10)	20X2 (22/10)	23x2 (26/10)	24x2 (29/10)
13	SIT UP			45x1 (2/10)		45x1 (5/10)	46x1 (8/10)		49x1 (11/10)	52x2 (14/10)	52x2 (16/10)	52x2 (19/10)	55x2 (22/10)	58x2 (26/10)	61x2 (29/10)
14	PLANK			56s (2/10)		58s (5/10)	1m 2s (8/10)		1m 2s (11/10)	1m 3s (14/10)	1m 7s (14/10)	1m 11s (19/10)	1m 12s (23/1)	1m 14s (26/10)	1m 16s (29/10)

LAMPIRAN 5 – LATIHAN TERAKHIR PADA 1/11/2020

Order of exercise	NAME	SITI NURATIKAH SHIDA BT ADAM											
	ADAPTATION	1 RM (kg)	50 % of 1RM	BOLA JARING									
				WEEK 1	WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY												
1	BENCH PRESS	27	13.5	5x1 (1/11)									
3	SHOULDER PRESS	37	18.5	5x1 (1/11)									
5	CHEST PRESS	41	20.5	5x1 (1/11)									
7	LAT PULLDOWN	47	23.5	5x1 (1/11)									
9	BICEP CURL	21	10.5	5x1 (1/11)									
11	TRICEPS EXTENSION	58	29	5x1 (1/11)									
	LOWER BODY												
2	SQUAT	36	18	5x1 (1/11)									
4	LEG EXTENSION	44	22	5x1 (1/11)									
6	LEG PRESS	57	28.5	5x1 (1/11)									
8	LEG CURL	34	17	5x1 (1/11)									
10	CALF RAISE	39	19.5	5x1 (1/11)									
	CORE												
12	DEADLIFT	42	21	5x1 (1/11)									
13	SIT UP			36x1 (1/11)									
14	PLANK			1m 02s (1/11)									

LAMPIRAN 6

Order of exercise	NAME	NIK NUR FAHANIS BINTI NIK MOHAMED FAUZEE												
	ADAPTATION	1 RM (kg)	50 % of 1RM	BOLA TAMPAR										
				WEEK 1			WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY													
1	BENCH PRESS	33	16.5	5x1 (1/11)										
3	SHOULDER PRESS	47	23.5	5x1 (1/11)										
5	CHEST PRESS	45	22.5	5x1 (1/11)										
7	LAT PULLDOWN	59	29.5	5x1 (1/11)										
9	BICEP CURL	27	13.5	5x1 (1/11)										
11	TRICEPS EXTENSION	59	29.5	5x1 (1/11)										
	LOWER BODY													
2	SQUAT	55	27.5	5x1 (1/11)										
4	LEG EXTENSION	51	25.5	5x1 (1/11)										
6	LEG PRESS	62	31	5x1 (1/11)										
8	LEG CURL	39	19.5	5x1 (1/11)										
10	CALF RAISE	48	24	5x1 (1/11)										
	CORE													
12	DEADLIFT	44	22	5x1 (1/11)										
13	SIT UP			41x1 (1/11)										
14	PLANK			1m 03s (1/11)										

LAMPIRAN 7

Order of exercise	NAME	AHMAD AMIRUL AZMI BIN MOHD SUPIAN											
	ADAPTATION	1 RM (kg)	60 % of 1RM	RAGBI									
				WEEK 1	WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY												
1	BENCH PRESS	88	52.8	6x1 (1/11)									
3	SHOULDER PRESS	101	60.6	6x1 (1/11)									
5	CHEST PRESS	87	52.2	6x1 (1/11)									
7	LAT PULLDOWN	113	67.8	6x1 (1/11)									
9	BICEP CURL	54	32.4	6x1 (1/11)									
11	TRICEPS EXTENSION	74	44.4	6x1 (1/11)									
	LOWER BODY												
2	SQUAT	105	63	6x1 (1/11)									
4	LEG EXTENSION	96	57.6	6x1 (1/11)									
6	LEG PRESS	133	79.8	6x1 (1/11)									
8	LEG CURL	88	52.8	6x1 (1/11)									
10	CALF RAISE	118	70.8	6x1 (1/11)									
	CORE												
12	DEADLIFT	91	54.6	6x1 (1/11)									
13	SIT UP			83x1 (1/11)									
14	PLANK			2m 05s (1/11)									

LAMPIRAN 8

Order of exercise	NAME	AHMAD FITIREE BIN YAHYA											
	ADAPTATION	1 RM (kg)	60 % of 1RM	SOFBOL									
				WEEK 1	WEEK 2			WEEK 3			WEEK 4		
	UPPER BODY												
1	BENCH PRESS	58	34.8	6x1 (1/11)									
3	SHOULDER PRESS	88	52.8	6x1 (1/11)									
5	CHEST PRESS	71	42.6	6x1 (1/11)									
7	LAT PULLDOWN	85	51	6x1 (1/11)									
9	BICEP CURL	40	24	6x1 (1/11)									
11	TRICEPS EXTENSION	66	39.6	6x1 (1/11)									
	LOWER BODY												
2	SQUAT	93	55.8	6x1 (1/11)									
4	LEG EXTENSION	94	56.4	6x1 (1/11)									
6	LEG PRESS	102	61.2	6x1 (1/11)									
8	LEG CURL	77	46.2	6x1 (1/11)									
10	CALF RAISE	96	57.6	6x1 (1/11)									
	CORE												
12	DEADLIFT	89	53.4	6x1 (1/11)									
13	SIT UP			71x1 (1/11)									
14	PLANK			1m 42s (1/11)									

Penglibatan Dalam Kokurikulum Dengan Pencapaian Akademik Pelajar Mengikut Jabatan Di POLISAS

Sharifah Haslinda binti Syed Harun[1], Siti Salwa binti Mohamad Noor[2], Norrizah binti Abd Wahab[3]

[1,2,3]Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah

ABSTRAK

Aktiviti kokurikulum ialah sebahagian dari kurikulum atau aktiviti selain daripada pelajaran yang diajar dalam bilik darjah tetapi dianggap sebagai sebahagian daripada kursus pendidikan pelajar seperti kegiatan dalam sukan, persatuan dan sebagainya. Aktiviti kokurikulum dilihat berperanan penting dalam membentuk peribadi pelajar kerana ia dapat melahirkan insan yang seimbang dari segi mental, fizikal, emosi dan rohani. Persaingan mendapatkan pekerjaan menjadi salah satu faktor yang mendorong pelajar melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum. Namun demikian, terdapat juga sebilangan pelajar yang terlalu aktif hingga menjejaskan pencapaian akademik. Kajian ini bertujuan mengenalpasti tahap penglibatan pelajar dalam badan beruniform di POLISAS dan mengenalpasti pencapaian pelajar yang terlibat secara aktif dalam badan beruniform dengan pencapaian akademik. Ianya mensasarkan pelajar yang mengambil kursus badan beruniform di POLISAS sesi Jun 2016, Disember 2016, Jun 2017 dan Disember 2017. Bagi menganalisis data berkaitan tahap penglibatan pelajar POLISAS dalam kokurikulum badan beruniform, analisis statistik deskriptif yang melibatkan pengiraan peratusan telah digunakan. Pengkaji juga mendapatkan Himpunan Purata Nilai Mata (HPNM) dari Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP) pelajar yang menyertai kokurikulum badan beruniform dari semester satu sehingga semester lima. Keputusan kajian ini mendapati peratus pelajar yang menyertai badan beruniform di POLISAS ialah 3.38% untuk empat sesi ambilan tersebut. Dari segi pencapaian akademik pula menunjukkan pencapaian yang seimbang bagi kesemua pelajar yang menyertai kokurikulum badan beruniform iaitu 44.53% mencatatkan peningkatan dan 55.47% pula menunjukkan penurunan dalam purata keseluruhan pencapaian akademik ke empat-empat sesi tersebut. Dapatan kajian juga mendapati kecenderungan pelajar untuk memilih badan beruniform di POLISAS tertumpu kepada badan beruniform Askar Wataniah. Ini kerana badan beruniform ini menampakkan peluang yang lebih cerah dalam bidang kerjaya disamping imbuhan elaun yang diberikan kepada pelajar sewaktu latihan dan operasi luar.

Kata Kunci: Badan Beruniform, Himpunan Purata Nilai Mata (HPNM), Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP).

1.0 PENGENALAN

Di Malaysia, kurikulum sekolah dibahagikan kepada dua bahagian yang besar. Bahagian pertama meliputi sukatan mata pelajaran dan kandungan mata pelajaran segala kegiatan pelajaran dan pembelajaran. Bahagian yang kedua pula meliputi kegiatan-kegiatan sukan, persatuan pakaian sukan dan lain-lain.

Kokurikulum ialah kegiatan berkumpulan di mana kegiatan yang dirancang lanjutan daripada proses pengajaran dan pembelajaran dalam bilik darjah yang memberi peluang untuk menambah, mengukuh dan mengamalkan pengetahuan, kemahiran dan nilai yang diperolehi di bilik darjah (Nor Suhara & Jamil, 2010). Kokurikulum juga penting untuk merealisasikan konsep pengetahuan, pengalaman dan kemahiran merentasi kurikulum di mana ia merangkumi aktiviti pendidikan jasmani, seni dan rekreasi, aktiviti sains dan teknologi serta aktiviti kumpulan dan sosial.

Bagi menghasilkan satu sistem pendidikan yang sempurna, penekanan haruslah diberikan kepada dua-dua aspek iaitu kurikulum dan kokurikulum. Ini kerana tidak dapat dinafikan lagi kokurikulum menjadi keutamaan dalam sistem pendidikan di semua peringkat. Penglibatan murid sebagai generasi muda dan rakyat di negara ini dalam aktiviti kokurikulum dapat menyemai perasaan muhibah, perpaduan, integrasi nasional dan menyemai nilai-nilai murni secara langsung dan tidak langsung semasa menyertai aktiviti tersebut (Syaza & Asmawati, 2016).

Selain dari itu, pembangunan kemahiran insaniah seperti kemahiran berkomunikasi, kemahiran memimpin dan kemahiran menyelesaikan sesuatu permasalahan dalam kalangan pelajar dapat dilaksanakan melalui proses pengajaran dan pembelajaran kokurikulum (Faizullah Mohamed, 2014). Melalui aktiviti kokurikulum para pelajar diajar cara berorganisasi, bekerja secara berpasukan dan seterusnya menggilap ciri-ciri kepimpinan di kalangan pelajar.

Kokurikulum juga merupakan wadah terbaik untuk membentuk disiplin pelajar. Pengarah Pendidikan Pulau Pinang, Shaari Osman menyatakan bahawa aktiviti kokurikulum adalah jalan terbaik pembentukkan pelajar lebih berdisiplin, bertanggungjawab dan mampu membuat keputusan terbaik dalam menjana hala tuju masa depan (Harian Metro, 2017). Di dalam beberapa kajian, didapati bahawa aktiviti kokurikulum berupaya mengurangkan masalah disiplin ke tahap minima (Nor Suhara & Jamil, 2010). Malah aktiviti kokurikulum jelas boleh menambah pengalaman penting serata kemahiran kepada pelajar tersebut Mohd Fazli et. al. (2013). Pelajar yang aktif di dalam bidang kokurikulum juga meruapakan pelajar yang mempunyai kekuatan mental yang tinggi. Kekuatan mental yang tinggi ini dapat digarap sekiranya pelajar terdedah dengan penyelesaian masalah, menguruskan pasukan dan berdepan dengan orang awam semasa menguruskan apa-apa kejohanan atau peristiwa semasa mengikuti aktiviti kokurikulum. Nur Dalilah & Tajul Ariffin (2017) menyatakan pelajar yang mempunyai kekuatan mental yang tinggi akan mempengaruhi pencapaian akademik yang cemerlang. Berlandaskan kesemua kebaikkan menyertai kokurikulum yang digariskan ini adalah penting agar semua pihak dapat berganding bahu memberi kerjasama supaya aktiviti kokurikulum dapat dilaksanakan dengan sebaik mungkin di setiap institusi pendidikan agar manfaatnya dapat dikecapi bersama-sama.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Di Malaysia, tidak dapat dinafikan, kecemerlangan akademik merupakan asas pencapaian individu. Walaupun banyak kajian yang dilakukan menunjukkan penglibatan pelajar dalam sukan dan kokurikulum dapat meningkatkan pencapaian akademik, tahap penglibatan pelajar dalam kokurikulum masih belum mencapai tahap memberangsangkan. Kajian lepas yang dilakukan terhadap pelajar Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah menunjukkan bahawa kokurikulum berkredit badan beruniform tidak menjadi pilihan utama berbanding dengan kokurikulum berkredit yang lain (Jasni, Jamilah & Mohammad Fahmy, 2019). Mohd. Azri et.al. (2018) pula menyatakan bahawa terdapat masalah tentang kurangnya penglibatan pelajar didalam kokurikulum yang mana mereka beranggapan aktiviti tersebut membunag masa, tidak membantu dalam proses perkembangan akademik sedangkan kegiatan ini dapat membantu dalam kemahiran-kemahiran yang penting untuk membantu para pelajar di dalam alam pekerjaan kelak. Hal ini agak membimbangkan kerana melalui penglibatan di dalam badan beruniform sebenarnya dapat membentuk disiplin, kerjasama berpasukan, meningkatkan kemahiran komunikasi serta menggilap ciri-ciri kepimpinan di dalam pelajar. Namun begitu, terdapat juga sebilangan pelajar yang aktif di dalam kokurikulum sehingga mengganggu prestasi dalam pencapaian akademik. Noor Hafizah et.al. (2006) mendapati bahawa pelajar Melayu yang melibatkan diri secara aktif di dalam aktiviti kelab dan persatuan mempunyai pencapaian akademik, Himpunan Purata Nilai Mata (HPNM) yang lebih rendah berbanding pelajar yang bangsa lain yang tidak melibatkan diri di dalam aktiviti kelab dan persatuan. Hal inilah yang menimbulkan kerisauan di kalangan para pensyarah, politeknik dan ibu bapa apabila pelajar bergiat aktif di dalam kokurikulum, pencapaian akademik diabaikan.

2.1 Objektif Kajian

Objektif kajian ini ialah:

i. Mengenalpasti tahap penglibatan pelajar dalam badan beruniform di POLISAS.
ii. Mengenalpasti pencapaian pelajar yang terlibat secara aktif dalam badan beruniform dengan pencapaian akademik.

2.2 Skop Kajian

Kajian ini dilaksanakan berteraskan skop kajian berikut:

i. Mengenalpasti jumlah pelajar yang mengambil kokurikulum berkredit di Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah (POLISAS).
ii. Membandingkan peratus pelajar yang mengambil kokurikulum berkredit mengikut jabatan pengajian dan jenis badan beruniform yang dipilih.
iii. Membuat perbandingan keputusan himpunan purata nilai mata (HPNM) bagi penilaian semester pertama dengan semester kelima pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Pelaksanaan kajian merujuk kepada kajian literature dan kesahihan data keputusan peperiksaan yang dicapai melalui aplikasi Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP). Kajian literature ini dilaksanakan bagi memperolehi maklumat berkaitan kecenderungan pelajar dalam pemilihan kokurikulum berkredit badan beruniform serta melihat sejauh mana pencapaian akademik pelajar yang terlibat secara aktif dalam badan beruniform Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah ini. Data kajian ini dianalisis secara deskriptif menggunakan perisian Microsoft Excel bagi membuat pembandingan nilaian sampel dan mencari nilai purata terhadap sampel.

3.1 Rekabentuk Kajian

Kajian ini berbentuk pemerhatian yang menggunakan kaedah deskriptif dan instrumen. Rekabentuk ini dirasakan sesuai bagi melihat purata kepada pencapaian keputusan penilaian kokurikulum ini dari semester awal sehingga semester akhir pengambilan kokurikulum badan beruniform ini. Instrumen kajian lebih menjurus kepada data penilaian pelajar melalui i–Exam di dalam Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP).

3.2 Sampel Kajian

Sampel kajian yang dilaksanakan merujuk kepada data ambilan dan keputusan penilaian pelajar yang mengambil laluan kokurikulum badan beruniform bagi tempoh dua tahun (empat semester berturut-turut) mengikut jabatan iaitu bermula sesi Jun 2016, Disember 2016, Jun 2017 dan Disember 2017.

3.3 Prosedur Kajian

Pemerhatian kajian dilaksanakan dengan menyenaraikan data pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform dari awal semester ambilan sehingga semester kelima pada empat sesi berturut-turut iaitu Jun 2016, Disember 2016, Jun 2017 dan Disember 2017. Perbandingan dilaksanakan melalui data Himpunan Purata Nilai Mata (HPNM) pelajar tersebut bagi keputusan awal semester dan semester kelima pengajian diperolehi daripada i–Exam di dalam Sistem Pengurusan Maklumat Pelajar (SPMP). Berdasarkan pemerhatian terhadap data-data tersebut, analisis di buat menggunakan kaedah deskriptif dengan mencari peratus purata sampel.

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Analisa dapatan kajian dilaksanakan berdasarkan pemerhatian data pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform bagi empat sesi berturut-turut. Berdasarkan data tersebut, keputusan peperiksaan pelajar di analisa dan dibuat perbandingan secara purata terhadap tahap pencapaian pelajar mengikut jabatan pengajian mereka.

4.1 Pencapaian Objektif Pertama

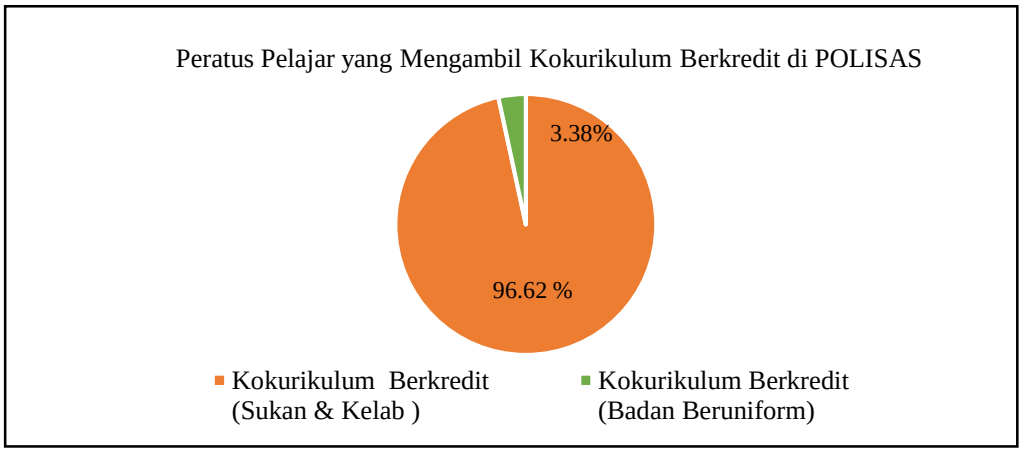
Objektif pertama kajian ini adalah mengenalpasti tahap penglibatan pelajar dalam badan beruniform di POLISAS. Dapatan kajian diambil dengan membuat perbandingan pelajar yang mengambil kokurikulum berkredit dan bilangan pelajar yang berjaya menghabiskan kokurikulum badan beruniform mengikut jenis badan beruniform yang dipilih serta jabatan pengajian mereka.

4.1.1 Perbandingan Pelajar Mengambil Kokurikulum Berkredit di POLISAS

Jadual 1 menunjukkan perbandingan pelajar yang mengambil kokurikulum berkredit di POLISAS mengikut sesi pengambilan. Hanya 126 orang pelajar sahaja yang memilih kokurikulum badan beruniform sepanjang empat sesi ini berlangsung daripada 4113 bilangan pelajar yang ada. Merujuk kepada Rajah 1, secara puratanya hanya 3.38 peratus (3.38%) yang memilih kokurikulum berkredit badan beruniform berbanding 96.62 peratus (96.62%) pelajar yang memilih kokurikulum berkredit sukan dan kelab. Ini menunjukkan pelajar lebih berminat memilih kokurikulum sukan dan kelab berbanding kokurikulum berkredit badan beruniform.

Jadual 1 : Perbandingan Jumlah Pelajar yang Mengambil Kokurikulum Berkredit di POLISAS

SESI	Kokurikulum Berkredit (Sukan & Kelab)		Kokurikulum Berkredit (Badan Beruniform)		Jumlah Keseluruhan Pelajar mengambil Kokurikulum
	Jumlah Pelajar	Peratus (%)	Jumlah Pelajar	Peratus (%)	
JUN 2016	1386	96.79	46	3.21	1432
DIS 2016	573	94.71	32	5.29	605
JUN 2017	1499	97.91	32	2.09	1531
DIS 2017	529	97.06	16	2.94	545
PURATA	3987	**96.62**	126	**3.38**	4113



Rajah 1 : Peratus Pelajar yang Mengambil Kokurikulum Berkredit di POLISAS

4.1.2 Perbandingan Bilangan Pelajar yang Berjaya Menamatkan Kokurikulum Badan Beruniform Mengikut Jabatan Pengajian Pelajar dan badan beruniform yang di Pilih di POLISAS.

Jadual 2 menunjukkan bilangan pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform mengikut jabatan pengajian mereka. Lima jabatan akademik di POLISAS dibandingkan iaitu Jabatan Kejuruteraan Awam (JKA), Jabatan Kejuruteraan Mekanikal (JKM), Jabatan Kejuruteraan Elektrik (JKE), Jabatan Perdagangan (JP) dan Jabatan Teknologi Makanan (JTM). Analisa pemilihan kokurikulum mengikut jabatan menunjukkan seramai 44 orang pelajar dari Jabatan Kejuruteraan Awam (JKA) lebih berminat bagi memilih kokurikulum badan beruniform berbanding hanya 13 orang pelajar dari Jabatan Kejuruteraan Elektrik. Ini menunjukkan tahap minat pelajar dari Jabatan kejuruteraan Awam terhadap kerja-kerja sukarelawan dan organisasi lebih tinggi berbanding pelajar dari jabatan lain.

Jadual 2 : Bilangan Pelajar yang Memilih Kokurikulum Badan Beruniform Mengikut Jabatan Akademik

SESI	JABATAN				
	JKA	JKM	JKE	JP	JTM
JUN 2016	16	10	11	4	5
DISEMBER 2016	7	1	2	19	3
JUN 2017	16	4	-	4	8
DISEMBER 2017	5	0	0	6	5
JUMLAH MENGIKUT JABATAN	**44**	**15**	**13**	**33**	**21**

Pemilihan jenis badan beruniform juga menjadi analisa terhadap kajian ini seperti yang ditunjukkan di dalam Jadual 3. Kecenderungan pelajar untuk memilih badan beruniform di POLISAS tertumpu kepada badan beruniform Askar Wataniah. Kajian menunjukkan seramai 56 orang sepanjang empat sesi ini memilih kokurikulum badan beruniform Askar Wataniah berbanding badan beruniform lain yang ditawarkan. Ini kerana badan beruniform ini menampakkan peluang yang lebih cerah dalam bidang kerjaya. Askar Wataniah antara pasukan dalam Angkatan Sukarelawan Persekutuan yang berfungsi sebagai Pasukan Simpanan Tentera Darat untuk membantu Tentera Darat Malaysia (TDM) ketika darurat atau dalam medan peperangan. Ini memberi semangat waja lagi terhadap pelajar yang memasuki kumpulan ini. Pandangan ini dikuatkan lagi dengan kenyataan kajian Mohd. Azri et.al. (2018), yang menegaskan keaktifan dalam kokurikulum badan uniform banyak memberi kelebihan kepada pelajar untuk bekerja. Disamping itu, imbuhan elaun yang diberikan kepada pelajar sewaktu latihan dan operasi luar menarik perhatian pelajar untuk memilih badan beruniform ini.

Jadual 3 : Bilangan Pelajar Mengikut Badan Beruniform yang Dipilih

BADAN BERUNIFORM	SESI				JUMLAH
	JUN 2016	DIS 2016	JUN 2017	DIS 2017	
ASKAR WATANIAH	30	11	8	7	**56**
PISPA	9	19	7	2	**37**
RELASIS	7	2	10	0	**19**
PANDU PUTERI	0	0	7	7	**17**

4.2 Pencapaian Objektif Kedua

Objektif kedua kajian ini tertumpu kepada mengenalpasti pencapaian pelajar yang terlibat secara aktif dalam badan beruniform dengan pencapaian akademik mereka.

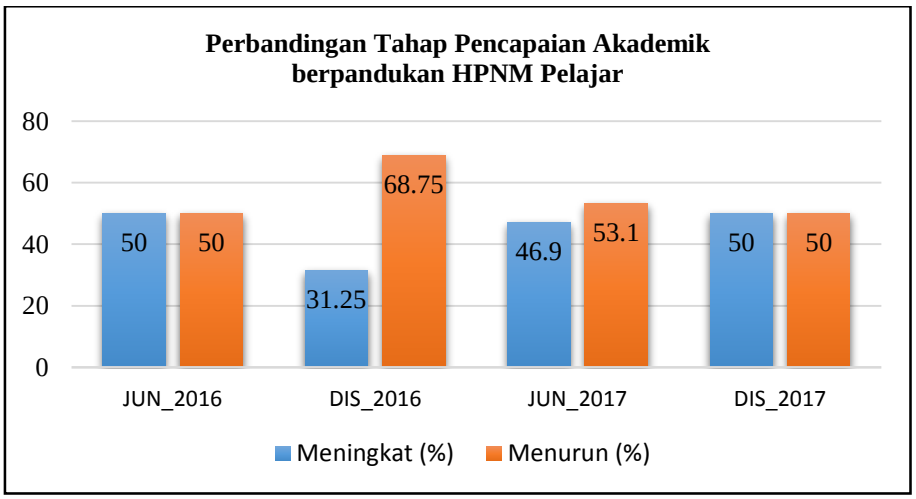
4.2.1 Analisa Tahap Pencapaian Akademik bagi Pelajar yang Menamatkan Kokurikulum Badan Beruniform sehingga Semester Kelima

Jadual 4 menunjukkan perbandingan tahap pencapaian akademik pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform sehingga semester kelima pembelajaran. Himpunan Purata Nilai Mata (HPNM) bagi semester pertama pelajar dan semester kelima pelajar menamatkan kokurikulum badan beruniform dibuat analisa dapatan.

Perbandingan tahap pencapaian akademik melalui nilaian purata keseluruhan empat semester ini tidak menunjukkan jurang yang besar. Purata keseluruhan tahap pencapaian akademik pelajar yang ditunjukkan pada Rajah 2 menunjukkan pencapaian akademik yang hampir seimbang bagi kesemua pelajar yang berjaya menamatkan kokurikulum badan beruniform. Di mana purata keseluruhan, mencatatkan tahap peningkatan pencapaian akademik sebanyak 44.53% dan 55.47% pula menunjukkan penurunan dalam pencapaian akademik mereka.
Ini membuktikan pemilihan kokurikulum badan beruniform ini tidak menunjukkan terjejasnya akademik pelajar ini secara langsung. Malah dengan badan beruniform ini lah yang membentuk pelajar lebih bermotivasi, lebih berdisplin dan lebih bijak dalam pengurusan masa.

Jadual 4 : Perbandingan Tahap Pencapaian Akademik Pelajar yang Memilih Kokurikulum Badan Beruniform

SESI	Jumlah Bilangan Pelajar mengikut Tahap Pencapaian Akademik (orang)		Purata Perbandingan Tahap Pencapaian Akademik (%)	
	Meningkat	Menurun	Meningkat	Menurun
JUN 2016	23	23	50	50
DIS 2016	10	22	31.25	68.75
JUN 2017	15	17	46.86	53.14
DIS 2017	8	8	50	50
Purata Keseluruhan			**44.53%**	**55.47%**



Rajah 2 : Perbandingan Tahap Pencapaian Akademik Pelajar berpandukan HPNM Pelajar

5.0 KESIMPULAN

Secara keseluruhannya, dapatan yang diperolehi daripada kajian yang dijalankan menunjukkan penglibatan pelajar Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah (POLISAS) dalam aktiviti kokurikulum badan beruniform adalah pada tahap rendah. Peratusan purata tahap pencapaian akademik bagi keempat-empat sesi pengajian tidak menunjukkan jurang yang besar di mana 44.53% menunjukkan peningkatan terhadap pencapaian akademik mereka manakala 55.47% pula mengalami penurunan dalam pencapaian akademik mereka. Tohmahan atau andaian pelajar bahawa aktiviti kokurikulum badan beruniform menjejaskan reputasi pencapaian akademik adalah tidak benar apabila hasil dapatan menunjukkan pencapaian akademik yang hampir seimbang bagi kesemua pelajar yang menyertai kokurikulum badan beruniform ini. Hubungan penglibatan aktiviti kokurikulum badan beruniform amat jelas tidak menjejaskan pencapaian akademik pelajar malahan dapat memberi impak yang positif kepada institusi dalam melahirkan insan yang berdisiplin, mempunyai sikap kerjasama berpasukan, meningkatkan kemahiran komunikasi serta menggilap bakat kepimpinan dalam diri pelajar. Pandangan ini dikuatkan lagi dengan kenyataan kajian Haslinda et.al. (2007), yang menegaskan kecemerlangan murid dalam bidang kokurikulum bukan sahaja dapat melahirkan pelajar yang berpotensi malah matlamat melahirkan murid yang holistik serta seimbang dari segi intelek, emosi, jasmani dan rohani juga dapat dicapai. Selain itu, ianya menjadikan satu nilai tambah dalam mendapatkan peluang pekerjaan yang lebih mencabar. Oleh itu, pihak institusi perlu mengambil inisiatif untuk menggalakkan penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum badan beruniform ini agar ianya terus mendapat sambutan di mata pelajar masa kini.

RUJUKAN

Faizullah Mohamed (2014). Penerapan Kemahiran Insaniah dalam Konteks Membina Insan Berkepimpinan di Kalangan Pelajar Melalui Aktiviti Kokurikulum di Universiti. Dicapai pada 18 November 2020 daripada https://www.researchgate.net/publication/269405582_PENERAPAN_KEMAHIRAN_INSANIAH_DALAM_KONTEKS_MEMBINA_INSAN_BERKEPIMPINAN_DI_KALANGAN_PELAJAR_MELALUI_AKTIVITI_KOKURIKULUM_DI_UNIVERSITI

Haslinda Husain, Siti Noriam Yaakob & Mohd Radzani Abdul Razak (2017). Kompetensi Guru dan Hubungannya dengan Pencapaian Kokurikulum Murid di Sekolah Menengah. Simposium Pendidikan diPeribadikan : Perspektif Risalah An-NUr (SPRiN2017).

Jasni, Jamilah & Mohammad Fahmy (2019). Kajian Kes Mengenai Kadar Penerimaan Pelajar Terhadap Kokurikulum Berkredit Badan Beruniform di Politeknik Sultan Abdul Aziz Shah. Journal on Technical and Vocational Education (JTVE), Vol 4 No 3:Special Edition NASCO eISSN: 0128-0821.

Rudy Syareme Sheriffudin (2017, Oktober 4). Ko-kurikulum bentuk disiplin pelajar. Harian Metro daripada https://www.hmetro.com.my/mutakhir/2017/10/269543/ko-kurikulum-bentuk-disiplin-pelajar

Mohd. Azri Abd. Ghani, Udom a/l Ewon & Fathuddin Aizat Che Mohd Ariff (2018). Kerjaya dalam Pasukan Beruniform hasil dari Penglibatan Aktif Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum Di Politeknik. Jurnal Penyelidikan dan Kajian Politeknik Kota Bharu, Jilid 5:161-179

Mohd Fazli Hassan, Suhaida Abdul Kadir & Soaib Asimian (2013). Hubungan Persekitaran Sekolah dengan Penglibatan Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum di Sekolah Menengah. Jurnal Pendidikan Malaysia 38(2):1-9.

Nor Suhara Haji Fadzil & Jamil bin Ahmad (2010). Kepentingan Ko-kurikulum Dalam Pendidikan di Sekolah Menengah. Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education; Join Conference UPI & UPSI. Bandung, Indonesia, 8-10 November 2010.

Nur Dalilah Dahlan & Tajul Arifin Muhamad (2017). Kekuatan Mental Dan Prestasi Akademik Atlet Bola Sepak. Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani (Volume 6, No 1, 2017, Pages 21-35).

Syaza Binti Mohd Sabri & Asmawati Binti Suhid (2016). Kegiatan Ko-kurikulum Di Sekolah dan Kesannya Kepada Pembentukkan Akhlak Murid. Journal of Islamic and Arabic Education 8(1), 2016 1-10, ISSN 1985-6326.

Aplikasi TGfU Dalam PdP Pendidikan Jasmani Di Sekolah Menengah Daerah Johor Bahru

Mohd Zairi bin Husain, PhD[1], Julia binti Jantan[2], Noraishah binti Yusof[3]

[1&3]IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru
[2]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian ini dijalankan bertujuan bagi melihat keberkesanan modul *Teaching Games for Understanding (TGfU)* khusus bagi guru-guru yang bertanggungjawab mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menengah daerah Johor Bahru. Antara tujuan kajian dijalankan adalah untuk melihat aspek pelaksanaan PdP mata pelajaran Pendidikan Jasmani adakah dengan menggunakan modul *TGfU* memberi impak yang besar kepada pengajaran guru dan pembelajaran pelajar. Adakah kaedah yang dicadangkan dalam modul ini bersesuaian dengan tahap penerimaan pelajar di sekolah menengah. Kajian ini juga dilakukan untuk mengkaji antara hubungan modul dengan tahap motivasi guru yang mengajar mata pelajaran ini berdasarkan soal selidik yang diberikan selepas sesi simulasi dan aplikasi pengajaran guru. Persampelan yang digunakan ialah secara rawak. Semua responden yang terlibat adalah terdiri dari guru-guru mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menengah daerah Johor Bahru seramai 60 orang. Kaedah yang digunakan ialah kaedah tinjuan yang mana pengkaji hanya ingin mengenalpasti tahap pelakasanaan kelas Pendidikan Jasmani menggunakan modul *TGfU* serta membuat justifikasi kepada sesuatu keadaan atau amalan dalam PdP mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Keputusan kajian ini mendapati guru-guru sangat teruja dengan modul *TGfU* yang digunakan kerana ianya bersifat dinamik dan penuh dengan unsur main. Permainan yang diterapkan unsur main lebih mudah diterima oleh pelajar dalam pembelajaran sesuatu kemahiran permainan. Di samping itu juga, pelajar mampu menzahirkan kreativiti mereka dalam mengikuti kelas Pendidikan Jasmani di mana mereka bebas meneroka apa jua kemahiran yang mereka ada untuk dihubungkan dengan konsep *TGfU* yang lebih bersifat santai. Dengan kata lain jika boleh diterjemahkan sebagai *targeted modify game* atau permainan ubahsuai bermatlamat. Secara keseluruhan dapatan kajian menunjukkan 100% responden merasa seronok dan sangat bermotivasi untuk melaksanakan PdP mata pelajaran Pendidikan Jasmani dengan menggunakan modul TGfU.

Kata Kunci: *TGfU, Pendidikan Jasmani, targeted modify game*

1.0 PENGENALAN

Teaching Games for Understanding atau TGfU telah dikenali semenjak awal tahun 1980-an di United Kingdom, dimana ia diperkenalkan oleh Thorpe, Bunker dan Almond dan dikenali sebagai Model TGfU Thorpe & Bunker. Model ini menekankan kepada penglibatan murid dengan konsep bermain. Perlu difahami bahawa main dan permainan adalah dua konsep yang berbeza. Model TGfU ini sangat digemari bukan sahaja oleh kanak-kanak malah orang dewasa kerana ianya mudah, mesra pengguna dan sesuai dengan fitrah dan persekitaran kanak-kanak yang memang suka bermain. Bagaimana TGfU diilhamkan? TGfU tercetus apabila pelajaran Pendidikan Jasmani kurang mendapat minat dari murid. Hal ini berlaku kerana pendidikan jasmani memerlukan kepada koordinasi penguasaan kemahiran, pengetahuan/teknik dan kebergantungan kepada jurulatih atau guru yang mengajar. Oleh yang demikian, untuk meninhkatkan tahap minat murid terhadap pelajaran pendidikan jasmani maka penggunaan pelbagai jenis permainan dimanipulasi untuk dijadikan sebagai pendekatan TGfU. Konsep ini memerlukan murid untuk membuat keputusan dalam permainan agar permainan yang mereka mainkan mendapat kejayaan. Hasil penggunaan model TGfU murid bukan sahaja boleh menguasai asas permainan dengan baik, malah mereka mendapat rangsangan yang tinggi untuk menyertai sukan dan permainan.

Slogan *"we can do it"* atau "saya boleh lakukannya" dijadikan sebagai penaik semangat kepada pelajar untul melibatkan diri dalam permainan yang dipilih bersesuaian dengan kemahiran yang dimiliki. Selain dari itu, kefahaman terhadap kemahiran asas sesuatu permainan juga dapat ditingkatkan. Faktor ini akan menjadi satu pendorong motivasi terbesar kepada murid untuk terus menerokai permainan yang disertai. Minat yang mendalam ini boleh disokong dengan penerokaan murid melalui media sosial seperti *Youtube* atau mana-mana medium lain yang boleh digunakan. Sebagai ganjaran terhadap pengorbanan dari segi masa dan tenaga dalam meningkatkan kemahiran teknikal, adalah murid dapat mengaplikasikan pengetahuan mereka dalam situasi permainan sebenar.

TGfU telah diperkenalkan pada tahun 1982 di Universiti Loughborough oleh David Bunker dan Rod Thorpe. Tujuan utama TGfU adalah untuk mengajar bermain permainan disamping memberi kefahaman kepda murid supaya minat terhadap permainan tertentu dapat dibangunkan dalam diri murid. Selain dari itu, TGfU juga berperanan untk menghilangkan kebosanan murid di dalam atau di luar bilik darjah dalam pendidikan jasmani. Fokus TGfU adalah memberikan murid kefahaman yang menyeluruh tentang sesuatu permainan. Penggunaan TGfU dalam PdP adalah amat digalakan dan penerapan TGfU ini telah dilakukan semasa penggubalan kurikulum KSSR. Aktiviti fizikal murid menjadi tonggak utama dalam pelaksanaan TGfU. Justeru itu, amatlah digalakkan agar semua sekolah rendah dan sekolah menengah di Malaysia menggunapakai TGfU dalam menjadikan akitiviti fizikal dalam pendidikan jasmani adalah satu aktiviti yang menyeronokkan. Tujuan penggunaan TGfU adalah untuk menjadikan pendidikan jasmani sebagai satu platform untuk persaingan, meningkatkan motivasi, malah untuk bersuka ria. Jika ini dapat dialami oleh murid, tekanan yang dihadapi semasa matapelajaran lain yang lebih menggunakan kepada kemahiran intelektual dapat dikurangkan. Walaubagaimana pun, peranan guru adalah sangat penting. Guru harus bijak memilih permainan yang sihat dari segi mental, fizikal, dan spiritual. Pemilihan permainan harus menjurus kepada permainan yang menekan kepada kerja secara berkumpulan dan boleh mengeratkan hubungan antara murid.

Guru-guru pendidik jasmani adalah dituntut untuk lebih kreatif dalam PdP mereka dan TGfU merupaka salah satu pendekatan yang boleh membantu mereka. Ini kerana dengan menggunakan TGfU beberapa kesan positif dapat dilihat dalam diri murid. Murid bukan sahaja berusaha untuk mendapatkan markah yang tinggi dengan melibatkan diri secara aktif dalam permainan, malah mereka boleh mengasah kemahiran dalam membuat keputusan yang tepat dan sesuai dengan pantas. Murid juga seronok mengikuti pelajarn pendidikan jasmani mnggunakan Model TGfU. Impak yang terbesar dalam penggunaan TGfU yanng dikenalpasti adalah murid diberikan peluang dan ruang yang besar untuk melibatkan diri dalam permainan, sekaligus meneroka, belajar dan seterusnya menguasai kemahiran fizikal yang boleh meningkatkan minat dan keseronokan semasa bermain. TGfU boleh dikatakan sebagai satu cara untuk meningkatkan kemahiran bermain melalui keseronokan.

TGfU juga dikenalpasti dapat memberikan suasana pembelajaran yang menyeluruh dan konstruktif di mana soalan-soalan akan diberikan kepada murid bertujuan untuk menyepadukan proses belajar dengan aktiviti bermain. Aktiviti utama dalam TGfU adalah berfungsi untuk meningkatkan kemahiran kognitif dengan cara menyelesaikan masalah taktikal yang dihadapi dalam sesuatu permainan. Murid yang boleh dilahirkan melalui TGfU adalah seorang murid yang bukan sahaja berusaha untuk berjaya dalam permainan, tetapi murid juga tahu bila dan mengapa sesuatu keputusan perlu dibuat dan dilakukan dalam dinamik kepelbagaian permainan. Selain dari itu, TGfU memberikan penekanan kepada pemusatan murid dan bermain dalam memperkembangan kemahiran dalam menggalakan murid menceburkan diri dalam permainan/sukan tertentu. Faedah yang penting yang diperolehi dari TGfU adalah murid diberikan peluang memikul tanggungjawab, berkemahiran sosial, positif dan mempunyai nilai yang tinggi samada terhadap diri sendiri atau pun orang lain.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Istilah *Teaching Game for Understanding (TGFU)* boleh didefinisikan kepada beberapa pengertian. Menurut Mosston dan Ashworth (1994), TGfU merupakan kurikulum berasaskan permainan untuk meningkatkan tahap pemahaman murid. TGfU melibatkan aneka kategori sukan dan permainan yang disampaikan kepada murid melalui interaksi yang melibatkan kognitif, penemuan

terbimbing dan pemikiran yang bercambah. TGfU melibatkan pemahaman dari segi taktikal dan strategi sebelum memulakan permainan dan diikuti dengan penguasaan teknik kemahiran yang tertentu (Chow et.al, 2007). Aspek terpenting adalah murid perlu bijak dalam bertindak, faham bila, di mana dan bagaimana untuk melancarkan sesuati taktig atau strategi dalam permainan. Sementara itu, Bunker dan Thorpe (1986), yang merupakan pengasas sebenar Model *TGfU* pula mendefinisikan *TGfU* sebagai suatu kaedah pengajaran yang berpusatkan permainan di mana konsep kenapa permainan dilaksanakan diajar terlebih dahulu sebelum konsep bagaimana permainan dilaksanakan.

Hakikatnya, *TGfU* melibatkan proses mengajar kanak-kanak suatu permainan yang dimodifikasi atau dipermudahkan agar bersesuaian dengan tahap fizikal, sosial dan perkembangan mental. Namun begitu, kanak-kanak tetap memperoleh pengetahuan dan kemahiran yang sama daripada permainan orang dewasa walaupun permainan yang yang mereka lalui bersifat lebih mudah. Pengalaman ini akan membentuk kemahiran untuk mengatasi pihak lawan dalam suatu sesi perlawanan. Justeru, kemahiran ini akan mengajar mereka bagaimana membuat keputusan berkenaan persoalan "apa dan bagaimana untuk melakukan sesuatu". Sesungguhnya, kemahiran membuat keputusan seumpama ini akan meningkatkan tahap keupayaan kanak-kanak untuk melihat peluang dan kemungkinan yang boleh mereka gunakan untuk memenangi sesebuah perlawanan. Oleh yang demikian, mereka akan menjadi lebih berkemahiran apabila melibatkan diri secara lebih serius apabila dewasa sama ada untuk membangunkan kemahiran teknikal seperti menangkap bola, mahupun pergerakan yang lebih strategik untuk memperolehi kelebihan taktikal seperti membuat pukulan bola pendek daripada panjang dalam permainan tenis.

Asas utama yang menjadi tulang belakang kejayaan *TGfU* ialah melatih kemahiran murid dalam suatu kemahiran dalam pergerakan yang boleh digunapakai dalam permainan sebenar. Seterusnya, apabila murid telah mahir, mereka akan dapat mengaplikasikan kemahiran tersebut untuk mencari ruang dan peluang sekali gus menyusun strategi untuk menewaskan pihak lawan. Ini juga berkaitan dengan kemahiran murid menganalisa situasi sebenar dan membuat keputusan dengan pantas dan pastinya berkesan.

2.1 KOMPONEN *TGfU*

Komponen yang terdapat dalam model TGfU adalah dihuraikan seperti di bawah:

2.1.1 Permainan

Melibatkan jumlah pemain yang kecil, peraturan, alatan dan kawasan permainan yang diubahsuai. Sasaran murid yang akan bermain perlu dikenalpasti terlebih dahulu oleh guru yang terlibat. Ini merupakan elemen yang penting bagi memastikan tahap, kemampuan dan potensi murid bersesuaian dengan permainan yang akan dimainkan.

2.1.2 Apresiasi Permainan

Memahami dan mematuhi beberapa peraturan permainan yang telah dipermudahkan dan diubahsuai, supaya murid-murid dapat membina taktik-taktik yang sesuai dengan tahap mereka.

2.1.3 Kesedaran Taktikal

Murid memanipulasi peraturan permainan agar memberi faedah kepada pasukan. Contohnya seperti:

i. Memberi peluang dan ruang kepada pasukan sendiri namun mengurangkan peluang dan ruang kepda pihak lawan.
ii. Peka terhadap kekuatan dan kelemahan pasukan atau pun lawan.
iii. Penggunaan taktik yang sesuai.
iv. Memastikan pasukan dapat mengawal permainan dengan baik.
v. Taktik yang dirancang bersifat fleksibel (boleh diubah mengikut keperluan permainan).
vi. Penambahan kepada kesedaran taktikal akan mendedahkan kelemahan pihak lawan tetapi penambahan ini adalah terhad mengikut peraturan.

2.1.4 Membuat Keputusan

Keputusan dibuat berdasarkan situasi semasa. Murid perlu menilai situasi, melihat kebarangkalian sesuatu perkara akan berlaku dan memutuskan tindakan yang perlu diambil berdasarkan:

i. Tindakan yang perlu diambil
ii. Masa yang sesuai melakukan tindakan
iii. Cara melakukan tindakan

Membuat keputusan yang tepat pda masa yang singkat adalah suatu kemahiran yang sukar dilakukan. Oleh yang demikian, keputusan yang dibuat perlu merujuk kepada *"what to do"* dan *"how to do it"*.

a. ***What to do?*** Fokus utama dalam membuat keputusan adalah penilaian terhadap situasi yang dihadapi di mana petunjuk-petunjuk perlu dikenalpasti untuk membuat keputusan yang tepat.
b. ***How to do it?*** Membuat pilihan alternatif yang terbaik, seterusnya memikirkan cara yang paling sesuai untuk dilakukan menepatikeadaan semasa.

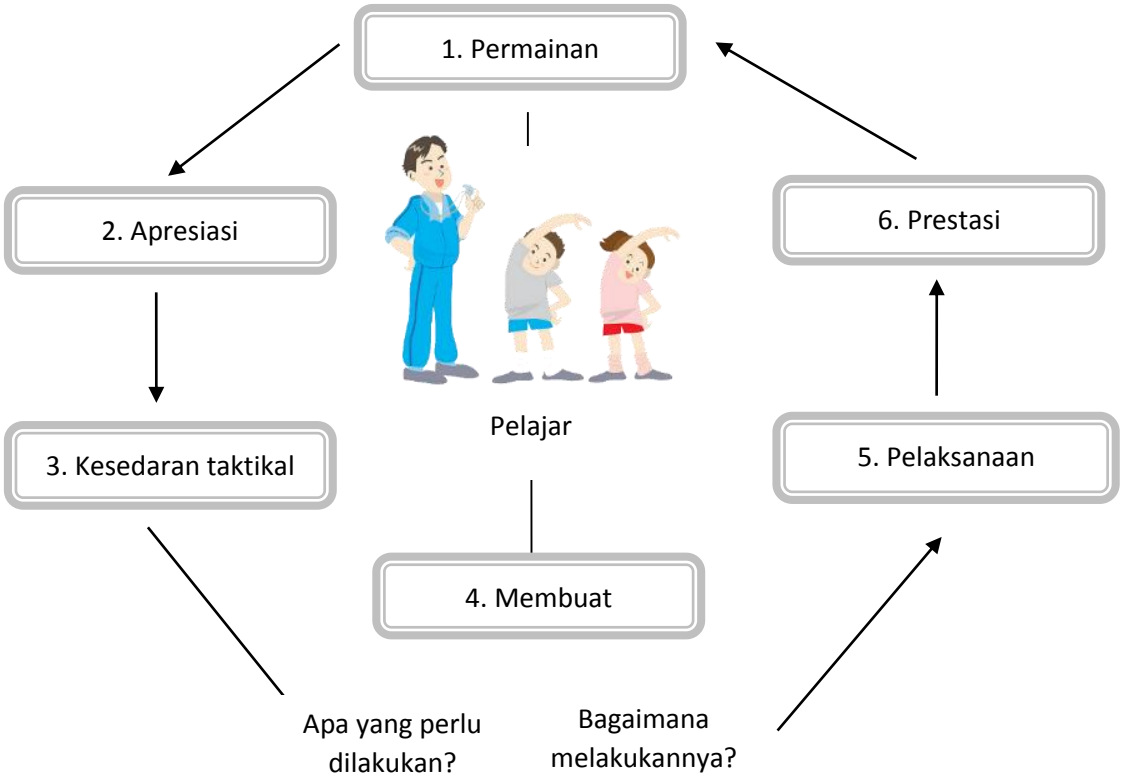
2.1.5 Pelaksanaan Kemahiran

Pelaksanaan kemahiran-kemahiran yang diperlukan dengan betul adalah sangat penting apabila murid-murid dapat mengenalpasti keperluannya. Pada peringkat ini, guru akan menyampaikan pengajaran teknik-teknik kemahiran kepada mereka.

2.1.6 Prestasi

Prestasi dapat dilihat melalui kesan hasil tindakan teknikal dan kesesuaian tindakan teknikal tersebut dilakukan pada waktu kritikal ia diperlukan.

KOMPONEN *TEACHING GAME FOR UNDERSTANDING (TGfU)*



3.0 OBJEKTIF KAJIAN

3.1 Mengenalpasti kefahaman guru-guru tentang konsep TgfU.
3.2 Mengenalpasti tahap penguasaan, penerimaan dan motivasi guru terhadap pengajaran kelas Pendidikan Jasmani menggunakan kaedah TgfU.

4.0 METODOLOGI

Kaedah yang digunakan dalam kajian ini ialah kaedah tinjauan. Persampelan yang digunakan ialah secara rawak. Semua responden yang terlibat adalah guru-guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menengah daerah Johor Bahru seramai 60 orang. Tinjuan yang dijalankan adalah untuk pengkaji mengenalpasti tahap pelakasanaan kelas Pendidikan Jasmani menggunakan modul *TGfU* serta membuat justifikasi kepada sesuatu keadaan atau amalan dalam pengajaran dan pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Data akan diproses menggunakan perisian *IBM SPSS versi 16.0*. Pelaporan kajian akan dinyatakan dalam bentuk deskriptif dan keputusan kajian tidak mewakili populasi guru-guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani di Malaysia. Walau bagaimana pun, keputusan kajian ini boleh digunakan oleh pengkaji akan datang sebagai sumber dapatan awalan kajian mereka jika mereka ingin menkaji berkaitan pelaksanaan pengagajaran dan pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani menggunakan kaedah TGfU.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Kefahaman konsep TGfU dalam kalangan guru-guru

Daripada 60 orang responden yang mengikuti simulasi dan kajian ini mendapati kefahaman mereka terhadap konsep TGfU adalah tinggi. Ini kerana kebanyakan guru-guru adalah berlatar belakang ijazah sarjana muda dalam bidang Pendidikan Jasmani atau Sains Sukan. Justeru itu, untuk memahami konsep TGfU tidak menjadi masalah besar kepada mereka. Cuma mereka agak keliru dengan konsep main dan permainan. Dalam TGfU konsep permainan itu perlu tersusun dan sistematik berbanding main yang tidak dikawal sepenuhnya. Ada juga dalam kalangan mereka yang menganggap konsep ini seperti permainan ubahsuai. Tanggapan ini kita boleh terima cuma konsep ubahsuai tersebut mestilah selari dengan 4 kategori permainan yang ditetapkan oleh Thorpe dan Bunker iaitu kemahiran permainan kategori (i) serangan seperti bola sepak; (ii) sasaran seperti memanah; (iii) memadang dan memukul seperti kriket; dan (iv) jarring dan tembok seperti bola jarring. Secara keseluruhan tahap pemahaman responden terhadap konsep TGfU adalah sebanyak 55 orang (94%) menyatakan sangat faham dan 5 orang (6%) menyatakan faham.

5.2 Tahap penguasaan guru terhadap pengajaran kelas Pendidikan Jasmani menggunakan kaedah TGfU

Bagi persoalan kajian kedua pula, 60 orang (100%) responden yang mengikuti simulasi menguasai sepenuhnya simulasi permainan yang dijalankan menggunakan TGfU ini. Malah mereka memperlihatkan semangat mencuba dan kreativiti yang tinggi. Pengkaji tidak menjangka semua responden amat teruja melakukan simulasi dan tugasan yang diberikan dengan sangat baik. Seperti mana yang dinyatakan dalam persoalan kajian yang pertama tadi mungkin kebanyakan responden berlatar belakang ijazah sarjana muda dalam bidang Pendidikan Jasmani atau Sains Sukan maka tidak sukar untuk mereka menerima input yang diberikan dengan cepat dan dapat menyampaikan semula input tersebut dengan baik dan kreatif. Ada juga dalam kalangan responden yang meminta supaya masa untuk melakukan simulasi dilanjutkan kerana mereka sudah mula rasa seronok dan teruja dengan konsep permainan yang ringkas, mudah dan menyeronokkan. Antara respon yang diberikan ialah aktiviti yang dirancang bukan sahaja menyihatkan badan di mana guru-guru turut sama bermain malah ianya memberi satu nafas baharu kepada kaedah pelaksanaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menengah khasnya.

5.3 Tahap penerimaan guru terhadap modul TGfU dalam pengajaran dan pembelajaran kelas Pendidikan Jasmani.

Secara tuntasnya kesemua 60 orang responden sangat positif dan menerima modul TGfU ini antara modul pengajaran dan pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang ringkas dan menyeronokkan. The *quality time of Physical Education* yang lama tidak muncul. Justeru itu, modul ini dicadangkan adar dapat disebarluaskan kepada semua sekolah-sekolah terutamanya di sekolah menengah. Selain daripada itu, responden juga memberi maklum balas bahawa bahan-bahan berkaitan TGfU sangat banyak terutamanya di luar negara seperti di Australia, Kanada, United Kindom dan Amerika Syarikat. Semuanya boleh diperolehi dengan percuma. Modul-modul yang boleh dimuaturun secara percuma itu juga boleh dilaksanakan tanpa syarat-syarat pelaksanaan yang ketat. Konsep PDPR yang diperkenalkan oleh KPM disebabkan pendemik COVID-19 ini juga sesuai dilaksanakan jika dirancang dengan teliti.

5.4 Tahap motivasi guru-guru untuk mengajar kelas Pendidikan Jasmani menggunakan modul TGfU

Bagi persoalan kajian yang keempat ini, dapatan menunjukkan 60 orang (100%) responden menunjukkan peningkatan tahap motivasi pada skala 10 daipada 10. Semua responden bersetuju bahawa modul TGfU ini sangat sesuai dilaksanakan semasa pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani. Walau pun ianya lebih sesuai dijalankan pada peringkat Pendidikan rendah, mereka berpendapat tidak menjadi satu kesalahan jika ianya dijalankan untuk pelajar-pelajar di sekolah menengah. Selain menjadikan mata pelajaran Pendidikan Jasmani lebih bugar, ianya juga boleh dijadikan sebagai set induksi kepada mata-mata pelajaran lain. Secara ringkasnya jika motivasi guru boleh meningkat maka tidak mustahil motivasi pelajar-pelajar juga turut meningkat.

6.0 KESIMPULAN

Setiap sekolah dikehendaki menjadikan pendidikan jasmani sebagai matapelajaran teras. Pendidikan jasmani merupakan matapelajaran yang berkaitan dengan ketahanan fizikal dan mental malahan boleh melibatkan pendekatan rohani. Bagi kanak-kanak dalam lingkungan umur 7 hingga 12 tahun, wktu ini adalah waktu yang sesuai untuk mempelajari sesuatu yang baru. Dalam lingkungan umur ini, kanak-kanak suka meneroka dan mempelajari sesuatu yang baru, dan mereka boleh diajar lebih dekat dengan alam. Mereka memerlukan permainan yang boleh menyihatkan tubuh badan dan otak serta menyeronokkan. TGfU sesuai digunakan kerana ia adalah satu konsep permainan kecil yang tidak memerlukan banyak peraturan dan pergerakan. TGfU merupakan konsep serampang dua mata kerana ia menggabungkan antara aktiviti permainan dengan ilmu pengetahuan. Murid seronok belajar sambil bermain manakala objektif guru untuk meningkatkan kefahaman murid juga tercapai. Objektif jangkapendek TGfU adalah untu menghiburkan murid, namun dari aktiviti yang berkonsepkan hiburan ini boleh memberi impak yang positif kepada perkembangan kognitif dan perkembangan diri murid (Bastian Carter-Thuillier et al, 2018). Walaupun TGfU banyak dipraktikan di sekolah rendah, namun murid sekolah menegah juga perlu didedahkan kepada konsep TGfU ini untuk menimbulkan minat terhadap pendidikan jasmani. Oleh yang demikian, pengkaji berharap responden yang terdiri dari guru-guru pendidikan jasmani di sekolah menengah menggunakan ruang dan peluang dalam menggunakan TGfU dalam kaedah PdP mereka.

Secara kesimpulannya, sebagai seorang pendidik yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani tidak kira guru sekolah rendah ataupun sekolah menengah seharusnya mereka mengetahui konsep dan implikasi *TGfU* dalam Pendidikan Jasmani (Jia Yi Chow et al, 2014). Selama ini, para guru Pendidikan Jasmani yang menggunakan pendekatan tradisional harus diubah dengan pendekatan *TGfU* dalam pembelajaran permainan mereka. Pendekatan yang kreatif dan inovatif boleh dilakukan oleh guru dalam pemilihan permainan agar sesuai dengan persekitaran dan kebolehan pelajar (Alba P. et al, 2021). Individu yang berpotensi dari segi kecergasan, kesihatan, kemahiran dan pengetahuan dapat dihasilkan jika guru menggunakan PdP yang terancang dan membina. Oleh yang demikian, program TGfU diharap dapat mencapai matlamat dan objektif pendidikan jasmani serta dimanfaatkan oleh guru secara maksimum.

RUJUKAN

Alba Práxedes, David Pizarro, Bruno Travassos, Miguel Domínguez, Alberto Moreno. (2021). Level of opposition constrains offensive performance in consecutive game situations. An analysis according to game principles. Physical Education & Sport Pedagogy 0:0, pages 1-13.

Alba Práxedes, Fernando Del Villar Álvarez, Alberto Moreno, Alexander Gil-Arias, Keith Davids. (2019). Effects of a nonlinear pedagogy intervention programme on the emergent tactical behaviours of youth footballers. Physical Education & Sport Pedagogy 24:4, pages 332-343.

Andrew Miller, Stephen Harvey, David Morley, Roland Nemes, Maggie Janes, Narelle Eather. (2017). Exposing athletes to playing form activity: outcomes of a randomised control trial among community netball teams using a game-centred approach. Journal of Sports Sciences 35:18, pages 1846-1857.

Anthony Meléndez Nieves, Luis Estrada Oliver. (2019). Introducing a TGfU Mini-volleyball Unit. Journal of Physical Education, Recreation & Dance 90:9, pages 56-60.

B. Gonçalves, R. Marcelino, L. Torres-Ronda, C. Torrents, J. Sampaio. (2016). Effects of emphasising opposition and cooperation on collective movement behaviour during football small-sided games. Journal of Sports Sciences 34:14, pages 1346-1354.

Bastian Carter-Thuillier, Víctor López-Pastor, Francisco Gallardo-Fuentes. (2018). Teaching for understanding and school sport: a study in an intercultural context and situation of social risk / Enseñanza para la comprensión y deporte escolar: un estudio en contexto intercultural y situación de riesgo social. Infancia y Aprendizaje 41:3, pages 491-535.

Brendan Moy, Ian Renshaw, Keith Davids, Eric Brymer. (2019). Preservice teachers implementing a nonlinear physical education pedagogy. Physical Education & Sport Pedagogy 24:6, pages 565-581.

Bunker, D.J. & Thorpe, R.D. (1982). A model for the teaching of games in secondary school. Bulletin of Physical Education,18 (1), 5-8.

Carmen Fernandez-Echeverria, Isabel Mesquita, Manuel Conejero, M. Perla Moreno. (2019). Perceptions of elite volleyball players on the importance of match analysis during the training process. International Journal of Performance Analysis in Sport 19:1, pages 49-64.

Chih-Pei, H. U., & Chang, Y. Y. (2017). John W. Creswell, research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. Journal of Social and Administrative Sciences, 4(2), 205-207.

Chow, J. Y., Davids, K., Button, C., Shuttleworth, R., Renshaw, I., & Araújo, D. (2007). The role of nonlinear pedagogy in physical education. Review of Educational Research, 77(3), 251-278.

Creswell, J. W. (2014). A concise introduction to mixed methods research. SAGE publications.

Daniel Memmert, Len Almond, David Bunker, Joy Butler, Frowin Fasold, Linda Griffin, Wolfgang Hillmann, Stefanie Hüttermann, Timo Klein-Soetebier, Stefan König, Stephan Nopp, Marco Rathschlag, Karsten Schul, Sebastian Schwab, Rod Thorpe, Philip Furley. (2015). Top 10 Research Questions Related to Teaching Games for Understanding. Research Quarterly for Exercise and Sport 86:4, pages 347-359.

David Kirk and Ann Macphail. (2002). Teaching Games for Understanding and Situated Learning: Rethinking the Bunker-Thorpe Model. Journal of teaching in Physical Education,21, 177-192.

Dodds. P., Griffin, L.L, & Placek, J.L. (2001). Chapter 2 A selected review of the literature on development of learners' domain-spesific knowledge. Journal of the teaching in Physical Education

(Monograph), 20,301-313.

Francisco de Sa Fardilha, Justine B. Allen. (2020). Defining, assessing, and developing creativity in sport: a systematic narrative review. International Review of Sport and Exercise Psychology 13:1, pages 104-127.

Ian Renshaw, Duarte Araújo, Chris Button, Jia Yi Chow, Keith Davids, Brendan Moy. (2016). Why the Constraints-Led Approach is not Teaching Games for Understanding: a clarification. Physical Education & Sport Pedagogy 21:5, pages 459-480.
Ian Renshaw, J-Y Chow. (2019). A constraint-led approach to sport and physical education pedagogy. Physical Education & Sport Pedagogy 24:2, pages 103-116.

Jaime Serra-Olivares, Luis M. García-López, Bruno Gonçalves. (2019). Effects of the players' level and age group category on positional tactical behaviour during 7- and 8-a-side football youth games. International Journal of Performance Analysis in Sport 19:2, pages 236-247.

Jeroen Koekoek, Hans van der Mars, John van der Kamp, Wytse Walinga, Ivo van Hilvoorde. (2018). Aligning Digital Video Technology with Game Pedagogy in Physical Education. Journal of Physical Education, Recreation & Dance 89:1, pages 12-22.

Jia Yi Chow, Matthew Atencio. (2014). Complex and nonlinear pedagogy and the implications for physical education. Sport, Education and Society 19:8, pages 1034-1054.

João Cláudio Machado, Daniel Barreira, Larissa Galatti, Jia Yi Chow, Júlio Garganta, Alcides José Scaglia. (2019). Enhancing learning in the context of Street football: a case for Nonlinear Pedagogy. Physical Education & Sport Pedagogy 24:2, pages 176-189.

Luis M. García-López, David Gutiérrez, David Sánchez-Mora, Stephen Harvey. (2019). Teachers' use of teaching games for understanding in Central Spain. Physical Education & Sport Pedagogy 24:5, pages 463-477.

Miriam Chang Yi Lee, Jia Yi Chow, Chris Button, Clara Wee Keat Tan. (2017). Nonlinear Pedagogy and its role in encouraging twenty-first century competencies through physical education: a Singapore experience. Asia Pacific Journal of Education 37:4, pages 483-499.

Nicholas L. Holt, William B. Strean, and Enrique Garcia Bengoechea. (2002). Expanding the Teaching Games for Understanding Model: Newavenues for future research and practice. Journal of teaching in Physical Education, 21, 162-176.

Overview of TGFU Model. (2008). Diperolehi daripada http://ltc.umanitoba.ca/wiki/Group_3#Rules_for_Defining_the_4_Categories_of_Games.

Paul Godbout, Jean-Françis Gréhaigne. (2020) Revisiting the Tactical-Decision Learning Model. Quest 72:4, pages 430-447.

Paul Webb, PhD, Phil Pearson, PhD & Greg Forrest. (2008). Teaching Games for Understanding (TGFU) in primary and secondary physical education. Diperolehi daripada http://www.penz.org.nz/downloads/IchperConf/WEB06004_final.pdf. Diakses pada 24 Jun 2020.

Peter A. Hastie, Jeffrey K. Ward, Sheri J. Brock. (2017). Effect of graded competition on student opportunities for participation and success rates during a season of Sport Education. Physical Education & Sport Pedagogy 22:3, pages 316-327.

Renshaw, I., Araújo, D., Button, C., Chow, J. Y., Davids, K., & Moy, B. (2016). Why the constraints-led approach is not teaching games for understanding: A clarification. Physical Education and Sport

Pedagogy, 21(5), 459-480.

Richard L. Light, Stephen Harvey. (2017). Positive Pedagogy for sport coaching. Sport, Education and Society 22:2, pages 271-287.

Stephen Harvey, Shane Pill, Len Almond. (2018). Old wine in new bottles: a response to claims that teaching games for understanding was not developed as a theoretically based pedagogical framework. Physical Education & Sport Pedagogy 23:2, pages 166-180.

Wayne Smith. (2016). Fundamental movement skills and fundamental games skills are complementary pairs and should be taught in complementary ways at all stages of skill development. Sport,

Education and Society 21:3, pages 431-442.

William M. Roberts, Daniel J. Newcombe, Keith Davids. (2019). Application of a Constraints-Led Approach to pedagogy in schools: embarking on a journey to nurture Physical Literacy in primary physical education. Physical Education & Sport Pedagogy 24:2, pages

Pandangan Mengenai E-Sukan Dalam Kalangan Pelajar Politeknik Johor

Mohd Yusof Bin Tawang[1], Mohd Ghadafi Bin Shari[2], Mohd Firdaus Bin Yusoff[3]

[1,2,3] Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

E-sukan merupakan satu fenomena yang kian berkembang selaras dengan Industri 4.0. E-sukan dilihat sebagai sebuah sukan yang melibatkan pertandingan menggunakan permainan video secara dalam talian atau luar talian. Perkembangan e-sukan dilihat mampu menjana pendapatan sesebuah negara dan berkemungkinan diwujudkan di dalam acara-acara sukan yang besar seperti Sukan SEA, Sukan Komanwel, dan Sukan Olimpik. Namun terdapat segelintir golongan yang masih memikirkan mengenai kebaikan dan keburukan dalam e-sukan. Di samping itu, terdapat juga pelbagai cadangan mengenai e-sukan termasuk penggunaan istilah sukan. Disebabkan itu, pengkaji menjalankan kajian bagi melihat pandangan pelajar Politeknik Johor mengenai e-sukan. Dalam kajian ini, bilangan sampel responden adalah seramai 783 orang pelajar yang terdiri daripada pelajar yang terdedah secara langsung atau tidak langsung kepada e-sukan. Soal selidik digunakan bagi mendapatkan data primer yang mengandungi tiga bahagian di mana Bahagian A (Demografi responden), Bahagian B (Pengetahuan, Penglibatan dalam e-sukan, Kekangan, dan Pembahagian Masa), dan Bahagian C (Cadangan kemajuan e-sukan di Politeknik). Secara keseluruhannya objektif kajian tercapai. Adalah diharapkan dengan kajian ini akan dapat membantu pihak yang berkaitan dalam melaksanakan perancangan bagi meningkatkan mutu e-sukan, di samping membantu pengkaji akan datang dalam menjalankan kajian berkaitan e-sukan.

Kata Kunci: E-Sukan, Pelajar, Politeknik Johor

1.0 PENGENALAN

Sukan sekarang kian berkembang. Kemajuan teknologi telah membawa kepada wujudnya sukan berasaskan kepada perlawanan permainan video (*video game*), dikenali sebagai e-sukan. E-sukan diterjemahkan ke istilah sukan elektronik, *e-sport*, *pro gaming*, atau olahraga elektronik ini dilihat mampu menjana pendapatan sesebuah negara dan berkemungkinan diwujudkan di dalam acara-acara sukan yang besar seperti Sukan SEA, Sukan Komanwel, dan Sukan Olimpik. Pada tahun 2018, e-sukan telah dipertandingkan di Asian Games Indonesia yang mempertandingkan enam disiplin acara iaitu *Pro Evolution Soccer*, *League of Legends*, *Arena of Valor*, *Hearthstone*, *Clash Royale*, dan *Starcraft 2* (Faidillah 2019).

E-sukan adalah satu bentuk sukan elektronik yang memerlukan dua atau lebih peserta bertanding menggunakan permainan video (Juho dan Max 2016) atau permainan dalam talian atau luar talian sama ada memerlukan pergerakan fizikal atau tidak memerlukan pergerakan fizikal. E-sukan yang memerlukan pergerakan fizikal adalah permainan yang memerlukan peserta untuk menggunakan gerakan fizikal seperti berlari, memukul, menyepak, dan lain-lain. Permainan ini diolah daripada sukan luaran seperti badminton, berbasikal, tenis, memanah dan sebagainya ke bentuk permainan virtual. Platform permainan yang digunakan adalah seperti *virtual reality*, *kinect sport xbox*, dan sebagainya. Manakala e-sukan yang tidak memerlukan pergerakan fizikal ialah permainan menggunakan platform permainan seperti komputer atau telefon pintar. Pemain memerlukan ketangkasan dalam mengatur strategi, ketangkasan dalam berfikir, dan ketangkasan dalam mengendalikan tetikus dan papan kekunci dalam menggerakkan watak atau tokoh di dalam permainan video.

Contoh permainan yang tidak memerlukan pergerakan fizikal ialah *Defense of The Ancient*, *Player Unknown's Battleground*, *Mobile Legends*, dan sebagainya. Selain itu, sukan dalaman seperti catur di mana para permain bertanding dalam talian juga merupakan e-sukan yang tidak memerlukan pergerakan fizikal. Adli dan Irwansyah (2018) telah membahagikan jenis-jenis permainan video dalam e-sukan yang popular adalah seperti Jadual 1.

Jadual 1:Jenis-Jenis Permainan Video (Adli dan Irwansyah 2018)

JENIS	PENJELASAN
Massively Multiplayer Online (MMO)	Jenis permainan dalam talian ini dimainkan melalui LAN (*Local Area Network*) atau melalui rangkaian internet. Pemain menggunakan rangkaian dan berinteraksi dengan pemain lain di dunia maya. Contohnya *Player Unknown Battleground*, *Freefire*, dan *Overwatch*.
Real-Time Strategy (RTS)	Jenis permainan ini adalah permainan yang memerlukan kemahiran dalam menyusun strategi di mana pemain harus membina pasukan, bangunan dan inventori. Jenis permainan ini sering ditujukan untuk permainan genre perang. Permainan ini juga dimainkan oleh beberapa orang dalam masa nyata atau pada masa yang sama. Contohnya *Age of Empire*.
Role-Playing Games (RPG)	Dalam jenis permainan dalam talian ini, pemain permainan memainkan peranan dalam sebuah cerita. Pemain dapat menentukan jalan cerita yang mereka mahukan. Di samping itu, terdapat petunjuk naratif yang disediakan oleh program permainan. Contohnya *Final Fantasy*, *Pokemon*, *Digimon Online*, dan *Ragnarok Online*.
Multiplayer Online Battle Arena (MOBA)	MOBA adalah sejenis permainan dalam talian yang merupakan sub-genre dari jenis permainan RTS. Secara amnya, MOBA adalah permainan yang dimainkan oleh sepuluh orang yang dibahagikan kepada dua pasukan (5 lawan 5). Tidak seperti RTS, di MOBA tidak ada perumusan strategi dengan membangun bangunan dan pasukan. Strategi lebih tertumpu pada pengembangan kemahiran watak dan strategi dalam pertempuran antara pasukan di arena. Contohnya *Defense of The Ancient*, *Mobile Legends Bang Bang* (MLBB), *Vain Glory*, *League of Legends*, dan *Arena of Valor*.
First-Person Shooting (FPS)	FPS adalah sejenis permainan dalam talian di mana penampilan permainan adalah gambaran mata pemain. Jenis permainan dalam talian ini sangat popular di kalangan peminat permainan dengan genre penggambaran. Contohnya *Counter Strike* dan *Point Blank*.

Berdasarkan maklumat yang diperolehi dari laman sesawang www.mygameon.my, Malaysia mempunyai beberapa pemain yang mampu bersaing dengan bakat-bakat luar negara. Antara atlet e-sukan negara adalah seperti Yap Jian Wei (xNova), Luqman Haziq (Fenrir), Ramona Azween (Gfi#), dan Yeik Nai Zheng (MidOne) merupakan pemain e-sukan yang disegani. Atlet e-sukan Malaysia mencipta nama dengan memperolehi tempat ketiga di The International 2019 dan juara di Malaysian Esports League 2018. Malaysia juga turut berbangga apabila atlet negara wanita pernah menjuarai pusingan kelayakan Malaysia bagi Permainan Sukan Elektronik Dunia (WESG), menyertai kejohanan Asia CS:GO Wanita Zowie Divina Shanghai, dan Dreamhack Valencia. Melalui sumber myMetro (27 Ogos 2018), pemain e-sukan negara telah meraih hadiah sebanyak USD4.1 juta (RM16.8 juta) apabila telah mendapat tempat kedua dalam kejohanan The International 8 Dota 2.

Oleh itu, e-sukan dilihat satu sukan yang kian mendapat sambutan dan sokongan daripada Kementerian Belia dan Sukan (KBS). KBS telah menyediakan Pelan Rancangan Strategik untuk pembangunan e-sukan bagi tahun 2020 hingga 2025. Pelan Rancangan Strategik akan merangkumi semua asas e-sukan termasuk pemain, organisasi, persatuan, penganjur acara, undang-undang, dan tadbir urus.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

E-sukan semakin mendapat sambutan di seluruh dunia terutamanya ketika menghadapi perubahan Revolusi Industri 4.0 (IR 4.0) dan ancaman daripada Pandemik Novel Corona Virus (Covid-19). Menurut Yudha Bela (2020), e-sukan di Asia Tenggara menunjukkan peningkatan yang sangat ketara di mana AsiaSoft mencatatkan mempunyai 40 juta ID dari 28 jenis permainan video. Berdasarkan daripada kajian Hafizah et.all (2020) menyatakan tanggapan terhadap permainan video yang dahulunya memberikan kesan yang negatif kepada pemainnya telah berubah kepada satu sukan elektronik yang mempunyai potensi yang sangat besar. Selain itu, e-sukan juga dilihat sebagai satu sukan yang menyumbang kepada perkembangan ekonomi. Suhaniya dan Fauzi (2019) menyatakan bahawa permainan video telah menjadi perniagaan yang menguntungkan di Korea Selatan. E-sukan tidak hanya

terbatas pada bermain permainan video semata-mata. Masih terdapat golongan yang berpendapat bahawa bermain permainan video hanya membuang masa atau membazir wang. Namun hakikatnya bermain permainan video secara e-sukan sebenarnya memberikan banyak perkara positif, terutama jika individu permain telah memasuki dunia professional. E-sukan boleh memberikan beberapa faedah dari segi material, menambah pengalaman untuk mengembara dunia, menyertai kejohanan yang diadakan di luar negara, dan juga dapat mengharumkan nama Malaysia ke pertandingan antarabangsa. Bilangan kejohanan e-sukan juga semakin bertambah dari semasa ke semasa. Salah satunya adalah The International, khususnya kepada pemain Dota 2. The International adalah kejohanan terbesar bagi Dota 2 dan juga yang paling berprestij di dunia. Kejohanan The International diadakan setiap tahun dan hadiah yang diberikan juga meningkat pada setiap tahun.

Terdapat individu atau kelompok masyarakat yang masih mempersoalkan sama ada e-sukan boleh dikategorikan sebagai sukan. Ini kerana menurut Yudha Bela (2020), sesuatu sukan haruslah mempunyai aspek sosial, budaya, ekonomi, fisiologi, dan falsafah sukan. Aspek sosial merangkumi komunikasi antara pemain dan media sukan menyebabkan hubungan berterusan dalam interaksi sosial. Dari aspek budaya, sukan mempunyai fungsi sebagai penanda identiti nasional, kebanggaan, dan sebagai bentuk untuk memperkuat rasa perpaduan nasional. Aspek ekonomi sukan membincangkan adanya peluang perniagaan yang menguntungkan. Dalam fisiologi sukan, ia mengkaji perubahan dalam perubahan fungsi organ, baik yang bersifat sementara (akut) dan yang tetap disebabkan oleh senaman. Manakala aspek falsafah sebagai pengiktirafan sebagai sukan, bukan hanya sebagai permainan dan alat persaingan, tetapi sebenarnya ada makna yang terkandung di dalamnya yang dapat diterapkan dalam kehidupan. Di akhir kajian Yudha Bela (2020) telah merumuskan kaitan e-sukan dengan sukan seperti berikut:

1. Aspek sosial;

E-sukan mempunyai interaksi sosial dalam sukan pada umumnya, tetapi kelemahan e-sukan adalah pemain hanya berinteraksi dalam rangkaian, dan terdapat halangan dalam interaksi secara normal. Interaksi sosial tidak hanya berkaitan dalam rangkaian, tetapi interaksi sebenar perlulah dalam kehidupan seharian. Kesannya adalah hakisan interaksi sosial dalam kehidupan sebenar.

2. Aspek budaya;

E-sukan adalah alat hiburan dan rekreasi. E-sukan akan terus berkembang dan memberi impak kepada perkembangan teknologi. Teknologi akan terus berkembang dan menjadikan seseorang lebih kreatif. Ini akan mewujudkan satu budaya baru dalam masyarakat terutamanya generasi muda.

3. Aspek ekonomi;

E-sukan termasuk dalam petunjuk aspek ekonomi sukan, seperti kewangan, aktiviti komersial, pemasaran, dan strategi perniagaan. E-sukan memberikan faedah kepada pemain, pembangun permainan, penaja, pasukan e-sukan, dan memberikan faedah untuk semua pihak yang terlibat dalam ekonomi e-sukan.

4. Aspek fisiologi;

E-sukan kebanyakannya mempunyai perubahan fungsi badan yang negatif seperti gangguan permainan internet, ketagihan permainan, disfungsi leher dan belakang, dan masalah sosial dalam kehidupan seharian. Tetapi ada perubahan positif dalam fungsi tubuh seperti pengembangan sistem otak dan perkembangan mental. Hasil perubahan negatif dalam fungsi badan berlaku kerana pemain sering bermain permainan tanpa arahan dan latihan khusus untuk pemain e-sukan di samping kurangnya memperhatikan posisi duduk ketika bermain.

5. Aspek falsafah sukan;

Pendidikan e-sukan mengandungi pendidikan emosi, pengetahuan tentang sukan sebenar, memberikan kemahiran kognitif untuk persaingan dan sosialisasi, dan menyatakan bahawa e-sukan adalah sukan. E-sukan mesti mempunyai pengetahuan yang berfungsi sebagai panduan untuk kesihatan minimum dari tanda-tanda umum kecederaan berlebihan dan juga tanda-tanda ketagihan permainan.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Melihat kepada pengenalan dan latar belakang kajian, pengkaji menjalankan satu kajian bagi melihat pandangan pelajar Politeknik Johor mengenai e-sukan. Pandangan pelajar akan tertumpu kepada permainan video e-sukan yang tidak memerlukan pergerakan fizikal dari aspek faktor pengetahuan, faktor penglibatan dalam e-sukan, faktor kekangan, dan faktor pembahagian masa.

4.0 METODOLOGI

Soal selidik diedarkan menggunakan *Google Form* melalui bantuan daripada Ketua Jabatan Sukan, Kokurikulum dan Kebudayaan Politeknik Johor dan Majlis Perwakilan Pelajar Politeknik Johor. Soal selidik terdiri daripada tiga bahagian di mana Bahagian A (Demografi responden), Bahagian B (Pengetahuan e-sukan, Penglibatan dalam e-sukan, Kekangan dalam e-sukan, dan Pembahagian Masa), dan Bahagian C (Cadangan kemajuan e-sukan di Politeknik). Setiap soalan dibina menggunakan penilaian pengukuran lima Skala Likert. Ujian *reliability analysis* dilakukan untuk menilai tahap reliabiliti kajian. Jadual 1 menunjukkan dapatan daripada ujian *reliability analysis*.

Jadual 1: Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap dimensi Bahagian B

DIMENSI	JUMLAH ITEM SOALAN	RELIABILITI
Aspek Pengetahuan Pelajar	6	0.845
Aspek Penglibatan e-Sukan	12	0.863
Aspek Kekangan	8	0.794
Aspek Pembahagian Masa	8	0.664

Dapatan menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua dimensi adalah melebihi 0.6. Ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan mudah difahami oleh responden.

Kajian adalah kuantitatif dan menggunakan analisa deskriptif. Sampel kajian dipilih secara rawak yang merupakan pelajar Politeknik Johor sesi Jun 2020 iaitu Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB), Politeknik Ibrahim Sultan (PIS), Politeknik Mersing (PMJ), dan Politeknik Tun Syed Nasir (PTSN). Jumlah populasi keseluruhan pelajar adalah 7064 pelajar yang terdiri daripada 3503 orang pelajar PIS, 1750 orang pelajar PMJ, 1361 orang pelajar PTSN, dan 450 orang pelajar PMJB. Tahap keyakinan sampel dinyatakan sebagai peratusan dan menerangkan sejauh mana kajian dapat memastikan bahawa sampel responden mewakili populasi sasaran. Jumlah sampel bagi kajian ini adalah seramai 783 orang. Pengkaji telah menggunakan bantuan daripada https://goodcalculators.com/sample-size-calculator/, bagi memastikan tahap keyakinan sampel mewakili populasi. Pengkaji telah melakukan tiga perbandingan pengiraan bagi menentukan tahap peratusan keyakinan iaitu 95%, 97%, dan 99%.

Perbandingan pengiraan adalah seperti berikut:

Saiz sampel (n) dikira mengikut formula:
n = [z2 * p * (1 - p) / e2] / [1 + (z2 * p * (1 - p) / (e2 * N))]

Perbandingan Pertama, Tahap peratusan keyakinan 95%;

z = 1.96 untuk tahap keyakinan (α) 95%, p = perkadaran (dinyatakan sebagai perpuluhan),
N = ukuran populasi, e = margin kesalahan.
z = 1.96, p = 0.5, N = 7064, e = 0.05
n = [1.962 * 0.5 * (1 - 0.5) / 0.052] / [1 + (1.962 * 0.5 * (1 - 0.5) / (0.052 * 7064))]
n = 384.16 / 1.0544 = 364.346
n ≈ 365

Perbandingan Kedua, Tahap peratusan keyakinan 97%;

z = 2.17 untuk tahap keyakinan (α) 97%, p = perkadaran (dinyatakan sebagai perpuluhan), N = ukuran populasi, e = margin kesalahan.
z = 2.17, p = 0.5, N = 7064, e = 0.05
n = [2.172 * 0.5 * (1 - 0.5) / 0.052] / [1 + (2.172 * 0.5 * (1 - 0.5) / (0.052 * 7064))]
n = 470.89 / 1.0667 = 441.462
n ≈ 442

Perbandingan Ketiga, Tahap peratusan keyakinan 99%;

z = 2.576 untuk tahap keyakinan (α) 99%, p = perkadaran (dinyatakan sebagai perpuluhan), N = ukuran populasi, e = margin kesalahan.
z = 2.576, p = 0.5, N = 7064, e = 0.05
n = [2.5762 * 0.5 * (1 - 0.5) / 0.052] / [1 + (2.5762 * 0.5 * (1 - 0.5) / (0.052 * 7064))]
n = 663.5776 / 1.0939 = 606.595
n ≈ 607

Berdasarkan perbandingan pengiraan di atas, sampel kajian ini telah melebihi tahap peratusan keyakinan sebanyak 99%. Ini menggambarkan bahawa, sampel kajian adalah mewakili jumlah populasi pelajar Politeknik Johor.

Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriktif bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan "*Statistical Package for the Social Sciences*" (SPSS23). Satu titik potong (*cut-off point*) digunakan bagi memudahkan perbincangan dapatan kajian berdasarkan nilai min yang diperolehi.

Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No.	Demografi	Pengelasan	Kekerapan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	437	55.8
		Perempuan	346	44.2
02	Politeknik	PMJB	175	22.3
		PIS	211	26.9
		PMJ	241	30.8
		PTSN	156	19.9
03	Semester Pengajian	Semester 1	319	40.7
		Semester 2	66	8.4
		Semester 3	200	25.5
		Semester 4	43	5.5
		Semester 5	124	15.8
		Semester 6	27	3.4
		Semester 7 dan 8	4	0.5
04	Bangsa	Melayu	684	87.4
		India	55	7.0
		Cina	14	1.8
		Lain-lain	30	3.8

05	Jenis permainan video e-Sukan yang diminati	*Counter Strike*	43	5.5
		Defense of The Ancient	12	1.5
		Starcraft	3	0.4
		Player Unknown's Battleground	243	31.0
		Overwatch	6	0.8
		Tekken 7	19	2.4
		Battlefield	13	1.7
		World of Warcraft	2	0.3
		League of Legends	23	2.9
		Mobile Legends	220	28.1
		Gears of War	1	0.1
		Lain-lain	198	25.3

Responden kajian terdiri daripada 437 pelajar lelaki (55.8%) dan 346 pelajar perempuan (44.2%). Bangsa Melayu merupakan majoriti responden seramai 684 orang (87.4%). Pelajar semester 1 adalah responden yang teramai (40.7%), diikuti oleh semester 3 (25.5%) dan semester 5 (15.8%). Ini disebabkan oleh setiap pengambilan kemasukan pelajar bagi sesi Jun adalah lebih ramai jika dibandingkan pengambilan kemasukan bagi sesi Disember. Bagi pecahan politeknik, bilangan responden pelajar adalah hampir seimbang di antara empat buah politeknik di negeri Johor. Pelajar Politeknik Mersing (PMJ) seramai 241 orang (30.8%), pelajar Politeknik Ibrahim Sultan (PIS) seramai 211 orang (26.9%), pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) seramai 175 orang (22.3%), dan pelajar Politeknik Tun Syed Nasir (PTSN) seramai 156 orang (19.9%).

Permainan video e-sukan yang paling diminati oleh pelajar Politeknik Johor mencatatkan *Player Unknown's Battleground* dan *Mobile Legends* menjadi pilihan tertinggi. *Player Unknown's Battleground* merupakan permainan e-sukan yang dibangunkan oleh PUBG Corporation, sebuah anak syarikat Korea Selatan Bluehole. Jumlah pemain boleh mencecah 100 orang dan pemain atau pasukan terakhir yang selamat akan digelar juara. Manakala *Mobile Legends* merupakan permainan e-sukan yang dihasilkan oleh Moonton. Permainan ini dimainkan oleh 10 pemain dan dibahagikan kepada 2 kumpulan. *Player Unknown's Battleground* dan *Mobile Legends* dilihat menjadi permainan e-sukan yang diminati adalah kerana kedua-dua permainan ini boleh dimainkan dengan hanya menggunakan telefon pintar Android atau iOS.

Selain itu, masih terdapat permainan video e-sukan yang tidak disenaraikan dalam kajian ini. Ini kerana, dapatan demografi mendapati lain-lain permainan video mencatatkan jumlah responden ketiga tertinggi iaitu 198 orang (25.3%). Antara permainan video yang tidak disenaraikan adalah seperti *Call of Duty Mobile*, *Minecraft Pocket Edition*, *Clash of Clans*, *Free Fire*, *Clash Royale*, *Fortnite Battle Royale*, *Brawl Stars*, *Rainbow Six Siege*, dan sebagainya. Muhammad Saufi (17 Disember 2019) menjelaskan perkembangan pelbagai bentuk permainan video e-sukan memberikan pelbagai pilihan dan membentuk kepelbagaian kemahiran dan bakat dengan wujudnya permainan video yang baru seperti *Call of Duty: Mobile*, *Apex Legends*, dan *Red Dead Redemption*.

Jadual 4: Aspek Pengetahuan Pelajar

PENYATAAN	**MIN**
1. Saya mengetahui e-sukan mendapat sokongan daripada Kementerian Belia dan Sukan.	4.04
2. Sukan elektronik adalah bentuk pertandingan menggunakan permainan video.	4.41
3. E-sukan sering mengambil bentuk pertandingan meliputi berbilang pemain yang teratur, terutamanya antara pemain profesional, sama ada secara individu atau sebagai pasukan.	4.38
4. E-sukan sebenarnya terdiri dari banyak disiplin ilmu yang berbeza dan setiap tajuk permainan dapat disamakan dengan jenis sukan yang berbeza.	4.19
5. Di e-sukan, terdapat 3 elemen utama dalam ekosistem: pemain, organisasi, dan pertandingan.	4.16
6. Pemain e-sukan bertanding melalui platform permainan seperti PC, Console, dan Mobile.	4.47

Keseluruhan penyataan atau item bagi aspek pengetahuan pelajar pada Jadual 4 mencatatkan nilai min yang tinggi. Ini membawa maksud bahawa, pelajar Politeknik Johor sedia maklum dan mempunyai pengetahuan mengenai e-sukan. Pelajar Politeknik Johor sedar dan mengetahui bahawa e-

sukan merupakan sebuah sukan elektronik yang melibatkan dua individu atau lebih bertanding secara perseorangan mahupun berkumpulan menggunakan permainan video.

Jadual 5: Aspek Penglibatan e-Sukan

PENYATAAN	MIN
1. Pengaruh pertandingan e-sukan melalui media massa yang berterusan menyebabkan wujud semangat untuk menyertai e-sukan.	4.36
2. Minat yang mendalam terhadap kecanggihan grafik permainan komputer.	4.29
3. Wujud pertandingan e-sukan yang semakin mendapat sambutan hangat di luar dan dalam negara.	4.48
4. Hadiah yang ditawarkan dalam pertandingan e-sukan sangat lumayan dan berbaloi untuk dimenangi.	4.41
5. Arena e-sukan memberikan kepuasan dan keseronokkan kepada golongan muda peminat teknologi komputer.	4.43
6. Bermain permainan komputer merupakan hobi utama saya.	3.68
7. Boleh dijadikan sebagai karier.	4.01
8. Pengaruh rakan-rakan menyebabkan saya meminati permainan komputer.	3.75
9. Sukan ini mempunyai cabaran yang tersendiri.	4.41
10. Ibu bapa memberikan sokongan kepada minat.	3.52
11. Politeknik memberikan kemudahan fasiliti yang baik dalam membantu pelajar melibatkan diri dalam e-sukan.	3.65
12. Pensyarah memberikan sokongan kepada minat.	3.59

Berkenaan aspek penglibatan e-sukan, terdapat sembilan penyataan mencatatkan nilai min tinggi. Aspek yang paling menarik perhatian pelajar untuk terlibat dalam e-sukan adalah disebabkan kewujudan pertandingan e-sukan yang semakin mendapat sambutan di luar mahupun dalam negara. Kewujudan pertandingan e-sukan dapat dilihat dengan banyaknya penganjuran dan pertandingan yang diadakan. Contohnya SPRM PUBG Mobile i-Challenge, Kejohanan E-Sport Uni-League 2020, Celcom Xpax Kejohanan E-sukan Kampus, MyEsports HSN 2020, dan sebagainya. Arena e-sukan memberikan kepuasan dan keseronokkan kepada golongan muda peminat teknologi komputer serta cabaran yang ada dalam perlawanan e-sukan juga dilihat antara aspek penyumbang kepada minat pelajar untuk melibatkan diri dalam e-sukan. Hadiah yang lumayan ditawarkan pada setiap pertandingan juga menyebabkan ramai pelajar yang menyertai pertandingan atau berlatih. Hadiah lumayan ini boleh dilihat dalam beberapa acara seperti Celcom Xpax Kejohanan E-sukan Kampus yang menawarkan hadiah kepada juara keseluruhan sebanyak RM50,000.

Pengaruh pertandingan e-sukan melalui media massa yang berterusan menyebabkan pelajar melibatkan diri dalam e-sukan. Menurut Hafizah et.al (2020) menjelaskan e-sukan banyak dipromosikan melalui YouTube, blog, dan Facebook menyumbang kepada penglibatan dalam e-sukan. Juho dan Max (2016) menjelaskan e-sukan dan streaming permainan video telah menjadi bentuk media baru yang berkembang pesat di internet yang didorong oleh peningkatan permainan (dalam talian) dan teknologi penyiaran dalam talian yang semakin meningkat. Grafik yang menarik juga menyumbang kepada penglibatan e-sukan. Ini dapat dilihat, semakin cantik grafik pada sesebuah permainan video e-sukan, makin banyak pemain yang akan meminatinya. Contohnya *Player Unknown's Battleground* yang mempunyai grafik yang menarik perhatian pemain. Terdapat dua penyataan mempunyai nilai min tinggi tetapi bawah 4.00 iaitu "Pengaruh rakan-rakan menyebabkan saya meminati permainan komputer"(min=3.75) dan "Bermain permainan komputer merupakan hobi utama saya"(min=3.68). Ini menunjukkan bahawa kedua penyataan ini kurang menyumbang kepada faktor penglibatan pelajar dalam e-sukan. Dua penyataan yang mencatat nilai min yang paling rendah adalah "Pensyarah memberikan sokongan kepada minat"(min=3.59) dan "Ibu bapa memberikan sokongan kepada minat" (min=3.52). Ini adalah kerana masih terdapat kebimbangan dalam kalangan pensyarah dan ibu bapa berkenaan e-sukan. Kebimbangan ini akan menghalang pelajar untuk melibatkan diri dalam e-sukan.

Jadual 6: Aspek Kekangan

PENYATAAN	MIN
1. Kekurangan fasiliti e-sukan yang disediakan oleh pihak Politeknik.	3.68
2. Halangan daripada ibu bapa.	3.26

3. Tugasan-tugasan kursus tidak memberi ruang masa untuk e-sukan.	3.64
4. Kewangan yang tidak mencukupi.	3.67
5. Jaringan internet yang lemah.	4.06
6. Tiada tenaga pengajar atau pembimbing bagi mengajar cara yang betul ketika bermain sesuatu permainan video.	3.79
7. Tiada pengetahuan mengenai permainan video selain daripada permainan video yang saya minati.	3.43
8. Ketiadaan PC, Console, dan Mobile.	3.24

Mengenai aspek kekangan, hanya terdapat satu penyataan yang mencatatkan nilai min melebihi 4.00 iaitu "Jaringan internet yang lemah"(min=4.06). Ini adalah kerana, pelajar lebih berminat untuk bermain permainan e-sukan dalam talian berbanding di luar talian. Atas sebab tersebut, kekangan berkaitan jaringan internet mencatatkan min tertinggi.

Dua penyataan yang mencatatkan nilai min terendah adalah "Halangan daripada ibu bapa"(min=3.26) dan "Ketiadaan PC, Console, dan Mobile"(min=3.24). Ibu bapa pelajar tidak menghalang pelajar untuk bermain atau terlibat dalam e-sukan, namun mereka kurang memberikan galakan dan sokongan. Berkenaan aspek ketiadaan PC, Console, dan Mobile, pelajar sederhana setuju kerana kebiasaannya apabila seseorang terlibat dalam e-sukan akan mempunyai peralatan tersebut terlebih dahulu. Selain itu, kebanyakan pelajar kini mempunyai telefon pintar yang canggih dan mampu beroperasi dengan baik semasa perlawanan atau permainan e-sukan.

Jadual 7: Aspek Pembahagian Masa

PENYATAAN	**MIN**
1.Saya akan memastikan masa ketika saya e-sukan adalah masa yang berfaedah.	4.05
2.*Saya tidak menyenaraikan segala aktiviti yang perlu dilakukan oleh saya.	3.30
3.*Saya tidak pernah merancang masa.	2.69
4.*Saya banyak menghabiskan masa seharian dengan e-sukan.	2.54
5.Saya membahagikan masa belajar saya agar ia tidak hanya bertumpu kepada e-sukan.	4.04
6.Tugasan yang diberikan oleh pensyarah akan diselesaikan oleh saya mengikut keutamaan.	4.29
7.Saya akan bertanding e-sukan apabila terdapatnya masa lapang.	4.01
8.Masa untuk e-sukan bergantung kepada kelapangan masa rakan saya.	3.48

Berdasarkan kepada dapatan pada Jadual 7, pengkaji telah membahagikan dua bahagian. Bahagian pertama penyataan yang berunsurkan positif dan bahagian kedua penyataan yang berunsurkan negatif. Penyataan berunsurkan positif terdiri dari penyataan 1, penyataan 5, penyataan 6, penyataan 7, dan penyataan 8. Manakala penyataan berunsurkan negatif terdiri dari penyataan 2, penyataan 3, dan penyataan 4.

Bagi penyataan berunsurkan positif, empat penyataan mencatatkan nilai min tinggi manakala satu penyataan mencatatkan nilai min yang sederhana. Dari aspek pembahagian masa, pelajar sedar atas tanggungjawab mereka sebagai pelajar. Ini dapat dilihat daripada dapatan di mana pelajar akan mengutamakan untuk menyelesaikan atau menyiapkan tugasan yang diberikan terlebih dahulu sebelum bermain e-sukan. Selain itu, pelajar membahagikan masa belajar dengan baik agar tidak hanya tertumpu atau asyik bermain permainan video e-sukan. Pelajar juga akan memastikan mereka hanya bermain e-sukan apabila terdapatnya masa yang berfaedah dan ketika waktu senggang. Adalah penting bagi seseorang untuk belajar untuk menguruskan masa. Pengurusan masa yang berkualiti adalah salah satu daripada kemahiran insaniah yang perlu ada bagi seseorang, terutamanya pelajar yang bakal mengisi jawatan di sektor pekerjaan kelak. Bagi penyataan kelapan, pelajar tidak perlu menunggu kelapangan masa rakan mereka untuk bermain permainan video e-sukan. Ini kerana, kebanyakan e-sukan secara dalam talian memerlukan seseorang itu untuk bertanding atau berhubung dengan individual lain secara alam maya.

Bagi penyataan berunsurkan negatif, ketiga-tiga penyataan mencatatkan nilai min yang sederhana. Ini menggambarkan masih terdapat pelajar yang kurang mampu untuk melakukan perancangan masa yang berkualiti. Bagi penyataan kedua yang merupakan penyataan tertinggi

menunjukkan pelajar tiada kemahiran dalam menyenaraikan aktiviti yang perlu dilakukan. Walaubagaimanapun, penyataan keempat iaitu "Saya banyak menghabiskan masa seharian dengan e-sukan"(min=2.54) menunjukkan bahawa, masa pelajar tidak hanya tertumpu kepada e-sukan. Masa pelajar tidak hanya tertumpu kepada mengulangkaji pelajaran, menyiapkan tugasan, dan bermain permainan video e-sukan semata-mata, tetapi mereka juga mempunyai aktiviti yang lain untuk dilakukan seperti bersosial dan melakukan sukan selain e-sukan.

Kesimpulan dari dapatan Jadual 7 mendapati, pelajar Politeknik Johor masih mempunyai kelemahan dalam merancang masa dan menyenaraikan aktiviti secara terancang. Namun positifnya, pelajar dilihat mampu mengimbangi masa mereka agar tidak terlalu fokus kepada e-sukan. Pelajar akan bermain permainan video e-sukan apabila terdapatnya masa senggang. Pengkaji menyenaraikan beberapa pandangan dan cadangan responden bagi kemajuan e-sukan di peringkat politeknik seperti pada Jadual 8.

Jadual 8: Pandangan dan Cadangan Responden bagi Kemajuan e-Sukan di Peringkat Politeknik

No.	Pandangan dan Cadangan
01	Memberi peluang kepada pelajar untuk menunjukkan bakat mereka dalam e-sukan.
02	Menyediakan fasiliti dan bilik khusus bagi e-sukan.
03	Menyediakan peralatan yang bersesuaian dengan e-sukan.
04	Pihak politeknik mestilah mencungkil bakat para pelajar yang berpotensi dalam bidang e-sukan kerana perkara ini dapat memberi kebaikan kepada politeknik dan pelajar itu.
05	Mengadakan perlawanan e-sukan bagi peringkat politeknik dan MSP.
06	Mengadakan kelas pembangunan e-sukan di peringkat politeknik.
07	Mewujudkan kursus-kursus dalam e-sukan.
08	Mewujudkan satu pasukan e- sukan yang tetap bagi setiap permainan video yang ada, mengikut kemahiran masing-masing.
09	Memberi pengetahuan dan penerangan tentang kebaikan e-sukan kepada pelajar.
10	Menubuhkan kelab e-sukan.
11	Sentiasa memberi motivasi kepada semua pelajar yang menceburi bidang e-sukan.
12	Mengadakan minggu sukan khusus untuk e-sukan.
13	Membuka peluang untuk pemain yang baru tidak kira perempuan atau lelaki.
14	Mewujudkan tenaga pengajar khusus dalam e-sukan.
15	Mengadakan bengkel atau seminar berkaitan e-sukan.
16	Menyediakan sumbangan kepada mahasiswa dan mahasiswi untuk bergiat aktif dalam e-sukan.
17	Selaraskan e-sukan dengan sukan fizikal.
18	Memperbanyakan jaringan dan kolaborasi berkaitan dengan e-sukan.
19	Memperluaskan maklumat e-sukan.

Dengan adanya pandangan dan cadangan daripada responden, diharap pihak yang berkenaan terutamanya politeknik dapat merancang dan membuat keputusan sebaiknya bagi meningkatkan mutu dan kualiti e-sukan dalam kalangan pelajar.

6.0 KESIMPULAN

Kajian ini mendapati pelajar mempunyai pengetahuan dalam e-sukan. E-sukan dilihat sebagai satu sukan yang kian berkembang dan sebaiknya pihak pengurusan politeknik memikirkan untuk mewujudkan kursus-kursus e-sukan, bersesuaian dengan perkembangan semasa. Pendidikan mengenai e-sukan dikalangan pelajar adalah penting seiring dengan peredaran zaman. Menurut Rune Kristian dan Veli-Matti (2017) menjelaskan e-sukan dianggap sebagai satu sukan yang paling pesat berkembang dalam pelbagai aspek atau bentuk sukan masa kini. Ini adalah penting bagi mendidik pelajar agar tidak terlibat dalam permainan video e-sukan yang tidak bersesuaian dengan norma masyarakat, mendidik mengenai peraturan-peraturan dalam e-sukan, mendidik mengenai pengurusan masa, dan mendidik cara berkomunikasi. Selain itu, pelajar juga perlu didedahkan dengan cara senaman dan postur badan yang betul agar pelajar dalam kesihatan yang baik apabila melibatkan diri dalam e-sukan. Pihak pengurusan politeknik juga perlu mencari bakat-bakat pelajar dalam e-sukan. Ini kerana, dengan bakat-bakat e-sukan yang dimiliki oleh pelajar dapat mengharumkan nama politeknik khususnya dan negara Malaysia

amnya dalam acara e-sukan. Ini kerana berdasarkan Shotaro Tani (14 Mac 2018) menyatakan hanya sebilangan kecil orang yang berada dalam tahap teratas yang mampu memasuki lingkaran permainan e-sukan dan kemudian dapat bermain di peringkat profesional. Rune Kristian dan Veli-Matti (2017) menguatkan lagi kenyataan Shotaro Tani (14 Mac 2018) dengan menyatakan dari jumlah 1.5 bilion orang yang bermain permainan permainan video, hanya ribuan pemain yang benar-benar boleh dianggap profesional dalam konteks e-sukan. Selain itu, e-sukan juga boleh dijadikan sumber pendapatan kepada pelajar. Dengan usaha ini akan membantu ke arah kemajuan e-sukan dan dapat menghakis pandangan atau stigma negatif masyarakat berkenaan e-sukan.

Diharap kajian ini membantu Kementerian Belia dan Sukan (KBS) dalam menyusun struktur pelan pembangunan e-sukan di Malaysia. Cadangan kepada penyelidik akan datang agar melakukan kajian berkenaan stigma masyarakat Malaysia terhadap e-sukan terutamanya bagi golongan pendidik dan ibu bapa. Selain itu, kajian akan datang juga boleh menjalankan kajian berkaitan mewujudkan kursus kokurikulum e-sukan dan keberkesanannya dalam Intitusi Pengajian Tinggi di Malaysia. Secara keseluruhannya, kajian yang dijalankan ini telah berjaya mencapai objektif kajian.

RUJUKAN

Faidillah Kurniawan (2019), "*E-Sport dalam Fenomena Olahraga Kekinian*", JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi).

Juho Hamari dan Max Sjoblom (2016), "*What is eSports and why do people watch it?*", https://www.researchgate.net/publication/306286205

Moh. Adli Ahdiyat dan Irwansyah (2018), "*Analisis Keterlibatan Komunitas Dalam Industri Permainan Daring di Indonesia*", Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi.

Muhammad Saufi Hassan (17 Disember 2019), "*Permainan terbaik 2019*", www.hmetro.com.my

MyMetro (27 Ogos 2018), "*Pemain e-Sport Negara Raih Hadiah RM16.8 Juta*", www.hmetro.com.my.

Nur Hafizah Yusoff, NoveL Lyndon, Yuza Haiqal Mohd Yunus, Zurinah Tahir dan Norhafizah Abu Hasan (2020), "*Faedah Keterlibatan Belia di dalam E-Sukan*", Akademika 90(Isu Khas 1/Special Issue).

Rune Kristian Lundedal Nielsen dan Veli-Matti Karhulahti (2017), "*The Problematic Coexistence of "Internet Gaming Disorder" and Esports*", In Proceedings of the 12th International Conference on the Foundations of Digital Games, https://doi.org/10.1145/3102071.3106359

Shotaro Tani (14 Mac 2018), "*Life after esports: What happens when pro gamers hang up the joystick? - Lack of education and skills often makes finding a new career a challenge*", https://asia.nikkei.com

Suhaniya Kalaisilven dan Mohamad Fauzi Sukimi (2019), "*Kawalan ibu bapa terhadap anak-anak dalam penggunaan media sosial*", Akademika 89(1)

Yudha Bela Persada (2020), "*Kajian Referensi E-Sport Dalam Ranah Olahraga: Tinjauan Mengenai Aspek Sosial, Budaya, Ekonomi, Fisiologis, dan Filosofi Olahraga*", Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

https://goodcalculators.com/sample-size-calculator/
www.mygameon.my

Kajian Tahap Pengetahuan Dan Amalan Terhadap Senaman Di Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Malisa Binti Othman [1], Dr Muhammad Nazri Abdul Halim[2], Mohd Ghadafi Bin Shari[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Senaman adalah penting untuk kesihatan tubuh badan, meningkatkan kualiti hidup dan tahap kesihatan. Disamping itu, senaman yang kerap dan berkualiti dapat membantu meningkatkan prestasi fisiologi. Namun, adakah pelajar Politeknik METrO Johor Bahru mengamalkan dan mempunyai pengetahuan mengenai senaman, terutamanya semasa COVID-19. Bagi menjawab persoalan tersebut, pengkaji menjalankan satu kajian tinjauan bagi mengetahui penglibatan pelajar dalam aktiviti senaman dari aspek pengetahuan, amalan senaman, dan kekangan menjalani aktiviti senaman. Kajian ini dijalankan keatas 100 orang pelajar menggunakan instrumen soal selidik. Soal selidik diedarkan menggunakan *Google Form* dan kemudian dianalisa menggunakan SPSS25. Mengandungi dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi) dan Bahagian B (Tahap Pengetahuan, Amalan, dan Kekangan). Dapatan menunjukkan min bagi tahap pengetahuan pelajar PMJB terhadap senaman adalah pada tahap yang tinggi. Bagi amalan senaman dikalangan pelajar, terdapat empat penyataan yang mencatatkan nilai min tinggi manakala tiga penyataan mencatatkan nilai min sederhana. Mengenai kekangan pelajar PMJB menjalani senaman, tiga penyataan mencatatkan nilai min tinggi dan satu penyataan menunjukkan min sederhana. Objektif kajian telah dicapai dan diharap dengan kajian ini dapat membantu pihak berkaitan terutama Politeknik METrO Johor Bahru dalam membudayakan aktiviti bersenam di kalangan pelajar.

Kata Kunci: Pengetahuan, Amalan, Senaman, COVID-19

1.0 PENGENALAN

Senaman yang berkualiti penting bagi seseorang untuk mempunyai gaya hidup yang sihat dan memiliki kesihatan yang baik. Sebagai seorang pelajar adalah penting untuk menjaga kualiti kesihatan yang baik. Berdasarkan kajian Kamarul et.al (2015) telah menyatakan beberapa slogan yang dikaitkan dengan senaman iaitu "Kesihatan Melambangkan Kekayaan" dan "Badan Sihat, Otak Cerdas". Amalan senaman adalah penting dalam penjagaan kesihatan. Penjagaan kesihatan merupakan aspek penting di dalam kehidupan seseorang dan menjadi tanggungjawab individu tersebut untuk memastikan kesihatan mental dan fizikalnya pada tahap yang baik. Penjagaan kesihatan yang baik dapat mengurangkan risiko-risiko kesihatan seperti penyakit kronik melibatkan jantung. Penjagaan kesihatan yang bermutu dapat membantu jantung berfungsi dalam keadaan yang baik dimana ketahanan kardiovaskular dan kemampuan otot jantung dapat dipertingkatkan. Selain itu, dengan penjagaan kesihatan juga dapat meminimumkan risiko penyakit berkaitan obesiti dan diabetes. Amirulhadi dan Radzani (2018) telah memetik kajian dari Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mendapati 5.5 juta rakyat Malaysia mengalami kegemukan atau obesiti yang bakal menyumbangkan kepada permasalahan penyakit kardiovaskular, diabetes, darah tinggi, dan akhirnya membebankan kewangan negara untuk menampung perbelanjaan kesihatan. Penjagaan kesihatan melalui aktiviti fizikal dapat membantu membina otot peha, ketahanan terhadap kecergasan, mampu mencapai pembakaran kalori tambahan dan kehilangan pound yang tidak diingini, mengurangkan risiko kecederaan otot yang berlebihan dan membantu dalam pemulihan otot, membantu menguatkan tisu penghubung lutut, pinggul dan pergelangan kaki, dan menguatkan tulang. Selain daripada kelebihan berbentuk fizikal, penjagaan kesihatan juga dapat meningkatkan kesejahteraan mental yang sihat dalam diri individu berkaitan meningkatkan keupayaan diri, bekerja secara produktif, dan mampu mengendalikan tekanan.

Masalah kesihatan boleh diatasi melalui amalan cara hidup yang sihat, pengambilan makanan yang seimbang, memperbanyakan aktiviti fizikal atau bersenam, menjaga kebersihan, sentiasa berfikiran positif, membuat keputusan yang bijak, dan sentiasa bersyukur. Berdasarkan perbincangan

kajian Ridhwan dan Haryani (2014) menjelaskan senaman dapat mengurangkan berat badan, mengelakkan risiko penyakit kronik, mengurangkan tekanan hidup seperti tekanan sosial, tekanan emosi, dan tekanan mental. Pelbagai kempen telah dilaksanakan oleh kerajaan bagi memastikan masyarakat yang sihat. Senaman yang baik dan berkualiti dapat menjamin tahap kesihatan yang baik. Dengan bersenam, seseorang tu akan terhindar daripada masalah kesihatan. Ketahuilah bahawa badan yang sihat dan cergas akan menghasilkan minda yang sihat dan cerdas. Senaman adalah penting dilakukan oleh setiap individu, tidak kira dimana berada. Senaman memberikan manfaah dan faedah dari segi sosial, emosi, dan kesihatan tubuh badan. Menurut BH Online (3 Oktober 2020) menjelaskan dua organ terpenting bagi manusia adalah otot dan jantung, dan memastikan keduanya dalam keadaan yang baik memerlukan seseorang itu bersenam. Selain itu senaman dapat mengurangkan risiko penyakit-penyakit kronik. Kekerapan dalam melakukan senaman yang teratur dan konsisten dapat menyumbangkan pencapaian kecergasan yang baik.

Senaman banyak dikaitkan dengan pergerakan atau aktiviti fizikal. Ini meliputi pelbagai pergerakkan tubuh badan dihasilkan melalui pengecutan otot dan penggunaan tenaga. Komponen-komponen kemahiran yang diperolehi daripada senaman adalah kekuatan otot bagi pecutan dan kelajuan, memudahkan koordinasi tubuh badan, dan mengekalkan keseimbangan ketika bergerak. Senaman banyak memberikan faedah kepada sesiapa yang mengamalkannya. Senaman dibahagikan kepada senaman aerobik dan senaman anaerobik. Senaman aerobik merujuk kepada senaman kardio yang memerlukan aktivti senaman dijalankan berterusan dalam jangka masa tertentu melibatkan penggunaan otot dan memaksa tubuh badan menggunakan lebih oksigen. Senaman aerobik dapat merangsang otot, memperbaiki jantung dan paru-paru, memberikan kesan penurunan kandungan lipid dalam darah, penurunan tekanan darah dan juga kandungan gula dalam darah. Manakala senaman anaerobik memerlukan seseorang melakukan pecutan. Senaman anaerobik mampu membina otot yang memberikan kemampuan dalam meningkatkan kelajuan dan kekuatan.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Senaman memberikan pelbagai faedah dan seharusnya sebagai pelajar hendaklah mampu membahagikan masa untuk melakukan regangan dan senaman. Senaman dapat menyegarkan tubuh badan dan melancarkan pengaliran darah dalam tubuh badan. Dengan itu, otak pelajar akan mendapatkan oksigen yang baik, dan akhirnya membantu pelajar untuk belajar dan menyiapkan atau menghasilkan tugasan berkualiti. Kamarul et.al (2015) menjelaskan bahawa amalan senaman mampu menyeimbangkan kehidupan seseorang pelajar pengajian tinggi dari aspek rohani dan jasmani. Ini kerana, amalan senaman dapat memberikan keadaan riadah dan ketenangan kepada pelajar yang sedia maklum sibuk dengan pelbagai aktiviti kuliah dan menyiapkan pelbagai tugasan. Pelajar yang aktif menikmati kesihatan yang lebih baik dan lebih bahagia daripada rakan sebaya mereka yang tidak aktif (Marie et.al 2018). Namun hakikatnya, kesibukan seseorang pelajar menyebabkan pelajar kurang untuk melakukan senaman. Meenapriya et.al (2018) menjelaskan sebilangan besar pelajar meletakkan kesihatan mereka berisiko disebabkan oleh pilihan gaya hidup tanpa aktiviti fizikal dan senaman. Fenomena ini memberikan kebimbangan kepada pelbagai pihak mengenai tahap kesihatan pelajar dari segi fizikal dan mental. Ridhwan dan Haryani (2014) menyatakan peratusan masyarakat Malaysia mengamalkan cara hidup sihat semakin merosot. Pelajar perlulah sedar bahawa sesibuk mana pelajar dalam kuliah dan tugasan, penjagaan kesihatan adalah penting. Roshini et.al (2015) menjelaskan aktiviti fizikal berkurang dari sekolah menengah ke pengajian tinggi dan sebahagian besar pelajar mendakwa berlakunya penurunan aktiviti fizikal setelah tamat pengajian. Hasil kajian Silvester et.al (2018) menunjukkan hanya 7.4% pelajar tidak terlibat dalam aktiviti senaman, namun 26.6% pelajar tidak melakukan senaman secara konsisten.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Berdasarkan kepada pengenalan kajian dan latar belakang kajian, pengkaji menetapkan objektif kajian bagi mengetahui pandangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru dalam aktiviti senaman dari aspek pengetahuan, amalan senaman, dan kekangan menjalani senaman.

4.0 METODOLOGI

Sampel kajian terdiri daripada 100 responden yang dipilih secara rawak yang terdiri daripada pelajar Politeknik METrO Johor Bahru sesi Disember 2019. Soal selidik terdiri daripada dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi) dan Bahagian B (Tahap Pengetahuan, Amalan, dan Kekangan). Bahagian A merangkumi tiga maklumat responden iaitu jantina, umur, dan bangsa. Bahagian B mengandungi 17 soalan item menggunakan Lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006). Mengandungi pilihan keputusan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju". Soal selidik diedarkan menggunakan Google Form dan kemudian dianalisa menggunakan SPSS25. Ujian *reliability analysis* dilakukan bagi menilai tahap reliabiliti bagi set soal selidik dan sesebuah kajian dijaga. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 1:Ujian *Reliability Analysis*

FAKTOR	JUMLAH ITEM SOALAN	RELIABILITI
Tahap Pengetahuan	6	0.863
Amalan	7	0.802
Kekangan	4	0.707

Daripada dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua setiap dimensi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Dari dapatan tersebut, ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan responden memahami setiap item soalan. Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No	Demografi	Pengelasan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	22
		Perempuan	78
02	Umur	17 tahun - 18 tahun	12
		19 tahun - 20 tahun	76
		21 tahun - 22 tahun	12
03	Bangsa	Melayu	94
		Cina	2
		India	4

Dapatan mengenai demografi responden pelajar PMJB menunjukkan pelajar perempuan sebanyak 78% diikuti pelajar lelaki 22%. Majoriti julat umur pelajar PMJB adalah diantara 19 tahun hingga 20 tahun. Majoriti pelajar PMJB adalah berbangsa melayu mencatatkan peratusan sebanyak 94%, diikuti India (4%) dan Cina (2%).

Jadual 4: Tahap Pengetahuan Responden Mengenai Senaman

	Min
Bersenam dapat melawan penyakit kronik.	4.12
Pemakaian yang sesuai diperlukan bagi melakukan senaman.	4.18
Selesai sahaja aktiviti senaman, seseorang perlu melakukan sesi penyejuk badan dengan memperlahankan rentak senaman bagi penyediaan badan untuk rehat.	4.16
Sebelum melakukan senaman, seseorang perlu memanaskan badan terlebih dahulu.	4.25
Seseorang perlu melakukan regangan sebelum melakukan senaman yang lasak.	4.06
Bersenam dapat membuatkan tidur lebih nyenyak.	4.12

Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa tahap pengetahuan responden pelajar PMJB terhadap amalan senaman adalah berada pada tahap yang tinggi. Responden pelajar mempunyai tahap pengetahuan yang baik terhadap amalan senaman. Selain itu, dapatan kajian menunjukkan bahawa pelajar mempunyai ilmu pengetahuan berkaitan amalan bersenam dalam memastikan tubuh badan sentiasa sihat dan apabila tubuh badan sihat, pelajar tersebut mampu melakukan apa yang diinginkan. Pengetahuan terhadap amalan senaman penting bagi menghasilkan semangat serta keyakinan kepada setiap individu untuk bersenam. Kebanyakkan pengetahuan yang dimiliki secara langsung dan tidak langsung. Secara langsung bermaksud, pelajar memperolehi pengetahuan melalui pembacaan mengenai sesuatu info berkaitan kesihatan. Secara tidak langsung pula bermaksud, pelajar menghadiri sesuatu program ataupun kempen berkaitan kesihatan dan disitulah mereka mendapat pengetahuan berkenaan amalan senaman.

Jadual 5: Amalan Senaman Dikalangan Responden

	Min
Bersenam dilakukan dimana sahaja asalkan selesa	3.94
Sentiasa mengamalkan senaman pada setiap hari	3.58
Mengamalkan senaman sebagai satu aktiviti fizikal yang dapat menyihatkan badan	4.25
Mengamalkan senaman sebagai satu cara untuk mengurangkan stres	3.29
Saya melakukan dalam bentuk bersukan	4.33
Saya lebih suka melakukan senaman di kawasan terbuka	4.46
Senaman yang dilakukan sekurang-kurangnya 20 minit tiga kali seminggu	3.20

Jadual 5 menunjukkan dapatan amalan senaman dikalangan responden. Empat penyataan mencatatkan nilai min yang tinggi. Penyataan yang mencatatkan nilai min melebihi 4.00 adalah "Saya lebih suka melakukan senaman di kawasan terbuka" (min=4.46), "Saya melakukan dalam bentuk bersukan" (min=4.33), dan "Mengamalkan senaman sebagai satu aktiviti fizikal yang dapat menyihatkan badan"(min=4.25). Tiga penyataan yang mencatatkan nilai min sederhana adalah "Sentiasa mengamalkan senaman pada setiap hari" (min=3.58), "Mengamalkan senaman sebagai satu cara untuk mengurangkan stres"(min=3.29), dan "Senaman yang dilakukan sekurang-kurangnya 20 minit tiga kali seminggu" (min=3.20). Roshini et.al (2015) menyatakan tahap amalan senaman di kalangan pelajar pengajian tinggi didapati memuaskan. Ini menggambarkan bahawa, sesibuk mana seorang pelajar tersebut, penjagaan kesihatan melalui amalan senaman adalah penting. Pelajar PMJB sedar dan mengamalkan senaman bagi memperolehi kesihatan yang baik. Meenapriya et.al (2018) menjelaskan pelajar perlu memastikan fizikal dan kesihatan mental dalam keadaan yang baik dengan memberi tumpuan kepada mendapat tidur yang mencukupi, senaman dan gaya hidup sihat.

Jadual 6: Kekangan Responden Untuk Melakukan Aktiviti Senaman

	Min
Kesibukan dengan pembelajaran.	3.75
Tugasan-tugasan yang diberikan pensyarah.	3.80
Saya tiada kelengkapan pakaian untuk bersenam.	2.88
Tiada masa.	3.94

Tiga penyataan mencatatkan nilai min yang tinggi manakala satu penyataan mencatatkan nilai min sederhana pada Jadual 6. Tiada masa mencatatkan min tertinggi, menunjukkan alasan pelajar tidak melakukan senaman disebabkan ketiadaan masa. Menurut MyMetro (14 Disember 2015) melalui kajian yang dijalankan Herbalife membabitkan 1200 responden dari Malaysia, Indonesia, Australia, Filipina, Korea Selatan dan Thailand, mendapati seramai 74% menyatakan halangan atau kekangan masa menyebabkan mereka tidak melakukan senaman. Ini menggambarkan pelajar masih lemah dalam pengurusan masa sehingga memberikan alasan tiada masa. Ketiadaan masa juga boleh berpunca daripada kesibukan seorang pelajar. Melalui dapatan, penyataan "Tugasan-tugasan yang diberikan pensyarah" (min=3.80) dan "Kesibukan dengan" (min=3.75) antara penyebab dan kekangan pelajar untuk tidak melakukan senaman. Dalam melakukan, faktor pemakaian juga menjadi satu keutamaan. Pakaian yang selesa dapat membantu seseorang melakukan senaman dengan selesa. Daripada dapatan kajian menunjukkan bahawa ketiadaan kelengkapan pakaian untuk senaman bukanlah satu halangan besar kepada pelajar PMJB. Ini kerana, senaman boleh dibuat tanpa memerlukan pakaian khusus melainkan jika seseorang melakukan aktiviti bersukan seperti berlari, futsal, berbasikal, dan sebagainya.

6.0 KESIMPULAN

Pihak PMJB perlu memastikan aktiviti senaman diterapkan bagi setiap pelajar. Antara aktiviti senaman yang telah dilakukan oleh PMJB adalah senamrobik dan minggu sukan. Namun, penyertaan dari pelajar masih minimum. Melalui dapatan kajian yang diperolehi sedikit sebanyak memberikan gambaran mengenai sejauhmana tahap pengetahuan dan amalan terhadap senaman sebahagian pelajar di Politeknik METrO Johor Bahru. Apa jua dapatan kajian yang diperolehi oleh pengkaji, diharapkan mencapai kepada objektif kajian. Namun demikian, pengkaji beranggapan yang kajian ini adalah merupakan permulaan ke arah penghasilan banyak lagi dimensi kajian berkaitan penjagaan kesihatan, gaya hidup sihat, dan amalan senaman yang perlu dilakukan pada masa-masa yang akan datang. Secara keseluruhannya, objektif kajian telah berjaya dicapai. Pengkaji mencadangkan agar satu kajian yang meliputi keseluruhan populasi pelajar PMJB dilaksanakan pada masa akan datang bagi membantu pihak berkenaan dalam membuat keputusan bagi menggalakkan penjagaan kesihatan melalui senaman dalam kalangan pelajar.

RUJUKAN

Ahmad Amirulhadi Bin Mohamad dan Dr.Mohd Radzani Bin Abdul Razak (2018), "*Kelaziman Lebihan Berat Badan dan Obesiti di Kalangan Pelajar di Sebuah Sekolah Rendah di Bandar Selayang, Selangor*", Seminar Antarabangsa Isu-Isu Pendidikan (ISPEN2018)

BH Online (3 Oktober 2020), "*Senaman Ubat Terbaik Jaga Jantung dan Otak*", https://www.bharian.com.my

Kamarul Azmi Jasmi, Mohd Imran Mahamad Remli, dan Wan Ezril Wan Ibnurushdi (2015), "*Mahasiswa dan Aktiviti Kesukanan*", https://www.researchgate.net

M. Meenapriya, R. Gayathri, dan V. Vishnu Priya (2018), "*Effect of Regular Exercises and Health Benefits Among College Students*", Drug Invention Today

Marie H. Murphy, Angela Carlin, Catherine Woods, Alan Nevill, Ciaran MacDonncha, Kyle Ferguson, and Niamh Murphy (2018), "*Active Students Are Healthier and Happier Than Their Inactive Peers: The Results of a Large Representative Cross-Sectional Study of University Students in Ireland*", Journal of Physical Activity and Health, https://doi.org/10.1123/jpah.2017-0432

MyMetro (14 Disember 2015), "*Kekangan Masa Halangan Terbesar Gaya Hidup Sihat*", https://www.hmetro.com.my

Roshini Rajappan, Karthikeyan Selvaganapathy, dan Lola Liew (2015), "*Physical Activity Level Among University Students: A Cross Sectional Survey*", International Journal of Physiotherapy and Research, DOI: http://dx.doi.org/10.16965/ijpr.2015.202

Silvester Lipošek, Jurij Planinšec, Bojan Leskošek, dan Aleksander Pajtler (2018), "*Physical Activity of University Students and Its Relation to Physical Fitness and Academic Success*", Annales Kinesiologiae, DOI: 10.35469/ak.2018.171

Syahrul Ridhwan Morazuki dan Fardilla Haryani Binti Abdullah (2014), "*Kesan Senaman Berjalan Pantas Terhadap Perubahan Komposisi Tubuh Badan*", Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Wiersma W (1995), "Research Methods in Education: An Introduction", Boston: Allyn an Bacon

Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran Dalam Kokurikulum Ragbi Terhadap Kebolehpasaran Graduan/Atlit Ragbi Politeknik Merlimau

Mohd Shahrir Bin Ahmad Zaini[1], Sharifuddin Mohd Yusof[2] , Izuddin Mohd Yusof[2]

[1]Politeknik Metro Betong Sarawak
[2]Politeknik Merlimau, Melaka

ABSTRAK

Kecemerlangan kognitif atau akademik bukan satu jaminan terhadap kecemerlangan dan potensi sebenar graduan untuk untuk bersaing di pasaran pekerjaan. Selain kecemerlangan akademik, majikan dan industri amat menitikberatkan kemahiran insaniah (*softskill*) sebagai salah satu aspek penting ditempat kerja. Justeru, kajian ini akan mengkaji keberkesanan atribut domain hasil pembelajaran terhadap graduan/atlit yang mengikuti kokurikulum ragbi dan menentukan samada kualiti dan kebolehan dalam sukan ragbi sebagai mempengaruhi kebolehpasaran graduan. Kajian dijalankan secara soalselidik dengan 53 orang responden dan pandangan mereka terhadap atribut dan subatribut yang cuba dicapai dalam hasil pembelajaran kokurikulum dan sukan serta penerimaan majikan berdasarkan penglibatan sukan ragbi serta kesinambungan aktiviti berkenaan di tempat kerja semasa. Data dianalisa untuk mendapatkan skor min menggunakan perisian SPSS versi 22.0. Purata skor min yang tinggi menunjukkan graduan bersetuju bahawa kokurikulum sukan ragbi membentuk kemahiran generik mereka dan diterima secara baik oleh majikan dan industri mahu pun menyambung pengajian di peringkat ijazah pertama di institusi pengajian tinggi

Kata kunci: atribut, domain hasil pembelajaran, kemahiran generik, kebolehpasaran

1.0 Pengenalan

Kebolehpasaran graduan merupakan satu petunjuk pencapaian yang kritikal, khususnya bagi setiap institusi pengajian tinggi, malah memperlihatkan kejayaan dasar dan polisi yang dipandu oleh kementerian berkaitan dan secara umumnya prestasi ekonomi negara melalui kadar pengangguran semasa. Kebolehpasaran merupakan satu konsep yang sukar untuk ditakrifkan (Harvey, 2001). Menurut Saterfiel dan Mclarty dalam Litisha dan Surina (2010), kebolehpasaran siswazah merujuk kepada kemahiran yang diperlukan oleh siswazah untuk mendapat dan mengekalkan pekerjaan melalui pembelajaran kemahiran-kemahiran baru untuk fungsi yang berbeza yang diperlukan oleh majikan atau industri. Dengan perkembangan generasi semasa, industri kini tidak lagi mengambil graduan dengan fokus terhadap kecemerlangan akademik semata-mata, tetapi juga melihat kepada kemahiran insaniah (*softskill*) yang dimiliki oleh graduan. Kebolehpasaran siswazah dilihat bukan sahaja hasil daripada program pengajian disiplin-spesifik atau pengajian profesional tetapi juga keupayaan siswazah untuk mempamerkan kemahiran yang lebih luas seperti komunikasi, penyelesaian masalah, kemahiran berinteraksi, initiatif dan effisien (Noriah & Zakiah, 2017).

Soft Skills atau kemahiran insaniah disebut dengan pelbagai istilah iaitu *human skills, non-technical skills, generic skills, essential skills, employability skills* seperti yang disenaraikan oleh Professional Standards Council Australia. Manakala dalam program pengajian BTEC (Business & Technology Education Council) yang dikendalikan oleh Edexcel UK dan Edexcel International, kemahiran semua ini dirujuk sebagai BTEC Common Skills (Haslinda et.al., 2006)

Di peringkat nasional pula, kerajaan melalui Falsafah Pendidikan Nasional yang digubal pada tahun 1987 dan disemak semula pada tahun 1996 dengan nama Falsafah Pendidikan Kebangsaan direncanakan untuk melahirkan individu yang seimbang daripada segi jasmani, emosi, rohani dan intelek (Saharia, 2015). Dalam konteks inilah ko-kurikulum sebagai pelengkap kepada kurikulum memainkan peranannya. Ini kerana menerusi kurikulum semata-mata adalah sukar untuk sesebuah

institusi melahirkan individu yang seimbang secara sempurna. *Intelligence Quotient (IQ)* boleh dikembangkan dalam proses pembelajaran tetapi *Emotinal Quotient (EQ)* agak sukar dikembangkan melalui kurikulum. Menurut Tuan Ismail dalam Esa et.al (2001), IQ penting dalam menetntukan kejayaan pelajar dalam persekolahan tetapi EQ penting dalam menentukan kejayaan sesorang dalam alam pekerjaan dan kehidupan sebenar. Ini disokong oleh Yusof dalam Esa et.al (2004) yang menyatakan pelajaran dalam bilik darjah ialah asas pengetahuan tetapi perkembangan potensi diri individu adalah menurut kokurikulum. Sekiranya kita melihat apek *intelligence* dalam ruang lingkup yang lebih luas seperti yang diutarakan oleh Gardner menerusi teori *Multiple Intelligence* yang merangkumi kecerdasan linguistik, kecerdasan matematik logik, ruang, muzik, kinestatik-fizikal, interpersonal dan kecerdasan intrapersonal, maka peranan kurikulum sebagai pelengkap kepada kurikulum akan lebih diperlukan (Esa et.al, 2004).

Sebelum pelaksanaan kurikulum yang berasaskan hasil pembelajaran yang dapat dilihat pada hari ini, isu yang timbul di awal tahun 2000an ialah berkenaan kualiti graduan yang banyak dibincangkan dalam media oleh majikan dan industri. Sehubungan itu, pelaksanaan revolusi pendidikan seperti mana yang di sarankan oleh Yang Amat Berhormat Perdana Menteri pada Ketika itu Dato Sri Abdullah Ahmad Badawi telah menggariskan tanggungjawab institusi pengajian tinggi sebagai penjana sumber manusia atau modal insan yang bukan sahaja berpengetahuan tetapi juga memiliki semua ciri insan kamil sehingga lahirnya Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah (*Softskillls*) untuk Institusi Pengajian Tinggi Malaysia pada 2006 dan dilaksanakan secara berperingkat samada secara modul atau diterapkan dalam kursus sedia ada.

Sehubungan dengan itu, salah satu Institusi Pengajian Tinggi Malaysia (IPT) iaitu Politeknik juga telah menyahut seruan Kementerian Pengajian Tinggi dalam memperkenalkan kemahiran insaniah dengan mengambil inisiatif melancarkan Modul Soft Skills Latihan Industri Politeknik pada 22 September 2006 dan modul soft skills ini telah pun bermula pengajarannya pada sesi Disember 2006 (Mohamad Zaid et.al, 2008). Konsep ini ditambah baik dengan Agensi Kelayakan Malaysia yang telah memperkenalkan 8 domain hasil pembelajaran Malaysia Quality Framework (MQF) yang diterap dan harus dicapai dalam semua kursus dalam setiap bidang pengajian seperti jadual dibawah sebelum ditambahbaik dalam Malaysian Qualification Framework Edisi Kedua dimana hasil pembelajaran dipecahkan kepada lima kluster (MQF, 2017). Manakala Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti telah menambah satu lagi hasil pembelajaran untuk politeknik iaitu DHP9 (kemahiran kepimpinan dan kerja berkumpulan).

Jadual 1: Domain Hasil Pembelajaran (MQF) Malaysia Qualification Agency

Bil	Domain Hasil Pembelajaran MQF
LD1	Pengetahuan bidang
DHP2	Kemahiran Praktikal
LD3	Kemahiran dan tanggungjawab Sosial
DHP4	Nilai, Sikap dan Profesionalisme
LD5	Kemahiran komunikasi, kepimpinan dan kerja berpasukan
LD6	Kemahiran menyelesaikan masalah dan saintifik
LD7	Kemahiran mengurus maklumat dan pembelajaran sepanjang hayat
LD8	Kemahiran mengurus dan keusahawanan

Bagi kursus kokurikulum yang dilaksanakan di politeknik Malaysia, khususnya kokurikulum sukan yang wajib diambil pada semester 2, domain hasil pembelajaran yang terlibat ialah DHP2 (kemahiran praktikal) serta DHP4 (nilai, sikap dan profesionalisme) dan DHP9 (kemahiran kepimpinan dan kerja berkumpulan).

2.0 Latarbelakang Kajian

Di Malaysia, kokurikulum merupakan pelengkap kepada struktur pendidikan, baik diperingkat rendah, menengah mahupun pendidikan tinggi. Ianya amat penting, dalam menyediakan pengalaman pengajaran diluar bilik kuliah. Kreps dalam Esa et.al (2004) merumuskan terdapat banyak aktiviti kurikulum, antaranya berbentuk projek, penglibatan dalam persatuan, pembentukan organisasi termasuk terlibat sebagai atlit di institusi. Di politeknik, penglibatan pelajar dalam kegiatan kokurikulum adalah merupakan sebahagian daripada struktur kursus bagi semua program dan dilaksanakan secara berpusat. Kokurikulum sukan yang diletakkan pada semester dua, selain berfungsi memberikan pengalaman pelengkap dan luar kelas kepada pelajar, ia juga merupakan ruang bagi institusi mencungkil, menggilap serta memperkasakan bidang sukan. Selaras dengan Dasar Pembangunan Sukan Negara yang dilancarkan pada tahun 2009, negara berhasrat untuk melahirkan lebih ramai *'thinking athletes'* iaitu dengan mensasarkan 30% daripada atlit yang mewakili negara adalah daripada pelajar institusi pengajian tinggi (Muhyiddin, 2009).

Politeknik Merlimau (PMM) merupakan politeknik yang terkenal dengan pencapaian sukan ragbi. Selain pencapaian di peringkat kebangsaan, institusi ini juga dipilih oleh Majlis Sukan Politeknik (MSP) sebagai pusat sukan tumpuan untuk pembangunan sukan ragbi. Malah PMM juga merupakan pusat pengumpulan dan latihan bagi pasukan Politeknik Malaysia dalam liga perdana ragbi malaysia. Inisiatif ini telah melahirkan ramai atlit ragbi bukan sahaja mewakili pasukan institusi, tetapi mewakili kelab, negeri, malah mewakili pasukan kebangsaan ke kejohanan antarabangsa. Selain atlit sedia ada (*ready talent*), kokurikulum juga dapat melahirkan bakat baru dalam sukan ini dan digemblengkan dengan atlit sedia ada.

Hasil pembelajaran yang dinyatakan dalam dokumen kurikulum bagi ko-kurikulum sukan politeknik adalah mempamerkan kompetensi kemahiran khusus yang dipelajari (P2, DHP2) dan melaksanakan aktiviti-aktiviti berdasarkan penguasaan kemahiran yang diperolehi (A2, DHP4, DHP9). Secara ringkas, hasil pembelajaran yang ingin dicapai selain kemahiran praktikal (P2) ialah DHP2 (kemahiran praktikal) serta DHP4 (nilai, sikap dan profesionalisme) dan DHP9 (kemahiran kepimpinan dan kerja berkumpulan) dengan kaedah pentaksiran melibatkan praktikal dan tunjukcara.

Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti (JPPKK) telah menyediakan panduan pentaksiran domain hasil pembelajaran politeknik iaitu memudahkan proses pentaksiran melalui penyediaan definisi, glosari subatribut, kerangka konsep dan rubrik (JPPKK, 2016). Untuk tujuan kajian ini, hasil pembelajaran dan subatribut yang perlu dicapai bagi kursus kokurikulum sukan diringkaskan seperti jadual berikut.

Jadual 2 : Ringkasan Domain Hasil Pembelajaran dan SubAtribut

Domain Hasil Pembelajaran (DHP)	Atribut	SubAtribut
DHP 4: Kemahiran Penyelesaian Masalah dan Pemikiran kritis	Penyelesaian Masalah	Kenalpasti Masalah
		Analisis Masalah
		Aplikasi
		Membuat Keputusan
	Pemikiran Kritis	Penilaian Pandangan
		Mengenalpasti konsep
		Penafsiran dan Pemilihan
DHP 9 : Kemahiran Kepimpinan dan Kerja Berpasukan	Kepimpinan	Keberkesanan kepimpinan
		Motivasi
		Bimbingan
	Kerja Berpasukan	Kesungguhan
		Sumbangan Idea
		Membina hubungan baik
		Menghormati dan menerima pendapat

Semua kemahiran ini merupakan aset bagi kebolehpasaran graduan dan penentu untuk mendapatkan pekerjaan. Perubahan sosial dan peningkatan tahap pendidikan penduduk negara, telah menyebabkan majikan melakukan perubahan terhadap syarat pemilihan negara. Kajian-kajian kebolehpasaran graduan yang lalu dan disimpulkan oleh Abd. Hair et.al,(2012) mendapati majikan memilih pekerja yang mempunyai sikap yang positif, kemahiran efektif, kemahiran menyelesaikan masalah, kemahiran membuat keputusan, kemahiran bekerja dalam kumpulan, berdaya usaha, interpersonal dan berkebolehan memimpin. Manakala kajian terhadap perbandingan komponen kemahiran kerja yang diperlukan di negara-negara seperti Australia, China, India, Eropah dan Sepanyol, majikan di Malaysia secara spesifik memilih kemahiran belajar, literasi, komunikasi, pemikiran kreatif, perancangan hidup, kerja berpasukan, kepimpinan, etika dan nilai sebagai komponen kerja penting.

Kriteria ini secara umumnya adalah hampir sama dengan domain hasil pembelajaran yang cuba dicapai bagi kursus kokurikulum sukan ragbi di politeknik. Selepas bergraduat, 73.6% dan 26.4% daripada graduan yang mengikuti kurikulum dan mewakili pasukan ragbi masing-masing mendapat pekerjaan dan meneruskan pengajian ke peringkat ijazah pertama, dengan 52.8% memperolehi pekerjaan atau menyambung pengajian dalam tempoh 6 bulan selepas bergraduat, manakala baki 26.4% dalam tempoh setahun.

3.0 Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah seperti berikut:

3.1 Mengkaji keberkesanan subatribut domain hasil pembelajaran terhadap graduan/atlit yang mengikuti kokurikulum ragbi

3.2 Menentukan samada kualiti dan kebolehan dalam sukan ragbi sebagai mempengaruhi kebolehpasaran graduan

4.0 Metodologi Kajian

Kajian ini dijalankan di Politeknik Merlimau Melaka. Responden terdiri daripada graduan yang telah mengikuti kokurikulum ragbi dalam pengajiannya serta menjadi atlit ragbi sewaktu pengajian. Instrumen kajian yang telah digunakan dalam kajian ini ialah kaedah soal selidik. Mengikut Mohd Ghani (2014), soal selidik merupakan satu alat ukur dalam penyelidikan untuk mendapatkan maklumat berkenaan fakta, kepercayaan, kehendak dan sebagainya. Selain itu, soal selidik merupakan nadi penyelidikan dengan erti kata lain ia merupakan pengganti diri penyelidik. Soal selidik boleh diagihkan dengan cepat, mudah dan meliputi kawasan yang luas. Dengan itu, ia menjimatkan masa dan kos penyelidik. Alat pengumpulan data ini disediakan sendiri oleh penyelidik. Soal selidik ini dibahagikan kepada dua bahagian iaitu bahagian A dan Bahagian B.

Bahagian A mengandungi soalan-soalan berkaitan demografi serta maklumat pengajian bertujuan untuk mengumpul maklumat latar belakang responden. Manakala Bahagian B mengandungi soalan-soalan yang dibina dengan menggunakan Skala Likert lima pemeringkatan. Bahagian ini mengandungi item-item yang berkaitan dengan persoalan kajian penyelidikan. Terdapat 2 elemen di dalam bahagian ini iaitu atribut yang terkandung dalam domain hasil pembelajaran DHP4 dan DHP9 yang mempengaruhi kebolehpasaran graduan tersebut serta kesimpulan graduan terhadap kualiti yang diterapkan oleh kokurikulum sukan ragbi terhadap diri mereka. Data yang diperolehi dianalisis menggunakan perisisan komputer SPSS versi 22.0. Bagi atribut yang mempengaruhi kebolehpasaran graduan, interpritasi skor min yang telah diadaptasi daripada Norasmah (2002) seperti dalam jadual 1 telah digunakan sebagai asas penentuan tahap. Tahap yang tinggi memberi maksud persepsi positif manakala tahap yang rendah menunjukan persepsi negatif atribut bagi kebolehpasaran pelajar.

Jadual 3: Jadual Interpretasi Skor Min

Skor Min	Tahap
1.00 – 2.00	Rendah/Negatif
2.01 – 3.00	Sederhana Rendah
3.01 – 4.00	Sederhana Tinggi
4.01 – 5.00	Tinggi/Positif

5.0 Dapatan Kajian

5.1 Analisis Demografi Responden

Kajian ini melibatkan 53 responden terdiri daripada pelajar PMM yang telah bergraduat antara tahun 2011 hingga 2020 dan mengikuti kursus kokurikulum ragbi dan telah mewakili PMM sebagai atlit.

Jadual 4 : Analisis Demografi Responden

Item	Kategori	Kekerapan	Peratus
Umur	20 – 25 tahun	27	50.9
	26 – 30 tahun	16	30.2
	31 – 35 tahun	11	20.8
Jumlah semester pengajian	6 semester	32	60.4
	7 semester	12	22.6
	8 semester	5	9.4
	9 semester	4	7.5
Tahap Tertinggi Penglibatan Sukan ragbi	PMM	6	11.3
	Majlis Sukan Politeknik	15	28.3
	Kelab	5	9.4
	Pasukan Negeri	19	35.8
	Pasukan Kebangsaan	8	15.1
Memohon PMM kerana sukan ragbi		42	79.2
Tempoh bergraduat dan bekerja/menyambung pengajian	< 6 bulan	28	52.8
	6 – 12 bulan	14	26.4
	>12 bulan	11	20.8

5.2 Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran 4 (Nilai, Sikap Dan Profesionalisme) Ke Atas Kebolehpasaran Graduan

Jadual 5: Analisis Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran 4

Item	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Mengenalpasti & menerang masalah	4.85	.601	Tinggi/Positif
Menyusun dan menganlisis masalah	4.83	.612	Tinggi/Positif
Mengenalpasti faktor dan isu yang menyebabkan masalah dengan tepat	4.75	.648	Tinggi/Positif
Mengaplikasi pengalaman dan kemahiran dalam kehidupan	4.85	.496	Tinggi/Positif
Membantu membuat keputusan dengan lebih baik	4.74	.655	Tinggi/Positif
Menerima pandangan dan kritikan orang lain secara terbuka	4.91	.295	Tinggi/Positif
Memahami konsep utama dan penggunaan konsep yang tepat dalam kehidupan harian	4.91	.354	Tinggi/Positif
Membuat perbandingan strategi/kaedah dan menilai kaedah penyelesaian paling efektif	4.89	.320	Tinggi/Positif

5.3 Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran 9 (Kemahiran Kepimpinan Dan Kerja Berkumpulan) Ke Atas Kebolehpasaran Graduan

Jadual 6 : Analisis Pengaruh Atribut Domain Hasil Pembelajaran 9

Item	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Memimpin anggota kumpulan sehingga mencapai objektif dengan berkesan	4.87	.342	Tinggi/Positif
Mempengaruhi, memotivasi dan memberi inspirasi kepada individu dan kumpulan	4.83	.379	Tinggi/Positif
Sentiasa menyumbang idea dalam membuat keputusan	4.83	.379	Tinggi/Positif
Menunjukkan kesungguhan yang cemerlang dalam melaksanakan tugasan yang diberi	4.88	.379	Tinggi/Positif
Belajar menyumbang idea atau keputusan	4.81	.441	Tinggi/Positif
Membina hubungan yang baik dan bekerjasama dengan anggota lain untuk mencapai objektif yang sama	4.87	.342	Tinggi/Positif
Menerapkan nilai menghormati dan menerima pendapat ahli kumpulan secara lebih terbuka dalam mencapai objektif kumpulan	4.91	2.95	Tinggi/Positif

5.4 Kualiti Keseluruhan graduan

Seramai 67.9% graduan terlibat yakin bahawa majikan atau institusi pengajian menerima mereka disebabkan kelebihan bidang sukan yang dimiliki mereka, manakala 81.1% graduan juga percaya bahawa subatribut yang diterapkan dalam kokurikulum sukan memainkan peranan membentuk diri mereka untuk mendapatkan kerja. 31 responden atau 58.5% daripada graduan menytakan bahawa majikan atau institusi pengajian menyediakan peluang untuk mereka mengembangkan potensi sukan mereka seperti perkongsian pengalaman, pembantu jurulatih dan pemain.

Jadual 7: Analisis Kualiti Keseluruhan graduan

Item	Min	Sisihan Piawai	Tahap
Komponen dalam sukan memainkan peranan mendapatkan kerja	4.75	.551	Tinggi/Positif
Sukan meningkatkan kualiti peribadi seseorang	4.94	.233	Tinggi/Positif
Sukan meningkatkan kemahiran penyelesaian masalah saya	4.87	.394	Tinggi/Positif
Sukan meningkatkan pemikiran kritikal saya	4.77	.505	Tinggi/Positif
Sukan meningkatkan kebolehan kerja berpasukan	4.96	.192	Tinggi/Positif

6.0 Kesimpulan

Kokurikulum merupakan elemen yang penting dalam pembentukan individu, selain daripada kualiti kecerdikan (IQ) yang diperolehi menerusi pembelajaran akademik di dalam bilik kuliah. Hal ini adalah kerana ianya bersifat alami (*experience*) disamping minat, kecenderungan, pengaruh rakan, pencapaian dan pelbagai faktor lain. Tidak dapat dinafikan ianya merupakan pelengkap kepada kurikulum. Adalah jelas bahawa kokurikulum berpotensi menjadi wadah kepada pembinaan kemahiran generik kepada pelajar dan merupakan satu aset untuk mereka berdaya saing samada ketika memohon pekerjaan atau setelah bersatus pekerja (Esa et.al, 2001). Usaha dan pengiktirafan Agensi Kelayakan Malaysia (MQA) dengan memperkenalkan keperluan untuk mencapai domain pembelajaran merupakan satu langkah yang dapat menjamin dan membantu kebolehpasaran graduan kita (Abd. Hair, et.al. 2012). Menerusi kajian ini, graduan yang juga atlit ragbi Politeknik Merlimau mempunyai keyakinan terhadap subatribut domain hasil pembelajaran yang diterapkan ke dalam kurikulum kursus sukan berjaya membentuk kemahiran generik mereka serta bakat dan kebolehan sukan membantu mereka mendapatkan peluang pekerjaan dan melanjutkan pengajian.

RUJUKAN

Abd Hair Awang, Ishak Yusof, Arawati Agus & Zafir Mohd Makhbul (2012), Kebolehpasaran Graduan IPT Tempatan: Penilaian Dari Perspektif Majikan, Jurnal Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia, Vol.7 Disember 2012, 79-94
http://iyres.gov.my/images/MJYS/2012/MJYS%20Vol%207%20Dec%202012-79-94.pdf

Ahmad Esa, Jailani Yunos, Noraini Kaprawi (2004) Pembangunan Kokurikulum Dalam Pembangunan Kemahiran Generik, Universiti Teknologi Tun Hussein Onn
http://eprints.uthm.edu.my/id/eprint/2178/1/Dr._Ahmad_Esa_3_(FPT).pdf

Harvey, L.2001. Defining and measuring employability. Quality In Higher Education 7(2):97-109
https://www.qualityresearchinternational.com/Harvey%20papers/Harvey%202001%20Defining%20and%20measuring%20employability%20QHE7(2).pdf

Haslinda Hashim, Muhammad Nubli Abd Wahab, Anita Abdul Rani & Aini Ahmad (13-14 Jun 2006, Johor Bahru) Program Soft Skills Dan Klinik Soft Skills: Konsep Dan Kaedah Pelaksanaan Ke Arah Membentuk Sikap Graduan Berdaya Saing Seminar Kebangsaan Pengajian Umum 2006
http://umpir.ump.edu.my/id/eprint/14777/1/pbmsk-2006-haslinda-Program%20Soft%20Skills%20Dan%20Klinik%20Soft%20Skills.pdf

Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti (2016, November) Rubrik: Panduan Pentaksiran Hasil Pembelajaran Politeknik
http://www.polimas.edu.my/web/images/pensyarah/Final_Rubrik_Politeknik.pdf

Litisha, A.S & Surina, N.2010. Employability Awareness Among Malaysian Undergraduates. International Journal
https://pdfs.semanticscholar.org/9f55/de6c3c6069a9b068c5149f03079be0554171.pdf

Malaysia Qualification Agency (2011), Garis Panduan Amalan Baik: Rekabentuk & Penyampaian Kurikulum
https://www2.mqa.gov.my/QAD/garispanduan/MR%20CIIQ%20BM.pdf

Malaysia Qualification Agency (2017) Malaysian Qualification Framework (MQF) 2nd Ed.
https://www.mqa.gov.my/pv4/document/mqf/2019/Oct/updated%20MQF%20Ed%202%2024102019.pdf

Mohamad Zaid Mustafa, Nordiana Mohd Nor Kahirol Mohd Salleh Ahmad Rizal bin Madar Badaruddin
Ibrahim Norlisa Sulaiman Abdul Rashid Razzaq (2008) Pelaksanaan Modul Soft Skills Di Politeknik Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia Prosiding SKIKS 2008 Fakulti Pendidikan Teknikal Universiti Tun Hussein Onn Malaysia (UTHM)
http://eprints.uthm.edu.my/id/eprint/2315/1/PELAKSANAAN_MODUL_SOFT_SKILLS_DI_POLITEKNIK_KEMENTERIAN.pdf

Mohd Ghani Awang (2014), An Introduction To Research Methodology For Social Science (2nd ed), Penerbit Universiti Malaysia Pahang, Kuantan

Muhyiddin Yassin (2009, September 9). Malaysia Mahu 30 peratus atlit kebangsaan dari pelajar IPT. MStar

https://www.mstar.com.my/sukan/2009/09/09/malaysia-mahu-30-peratus-atlet-kebangsaan-dari-pelajar-ipt-kata-muhyiddin 9 September 2009

Norasmah Hj Othman. 2002. Keberkesanan Program Keusahawanan Remaja Di Sekolah Menengah. (Tesis PhD.) Universiti Putra Malaysia

http://psasir.upm.edu.my/id/eprint/9275/1/FPP_2002_1_A.pdf

Noriah Yusof & Zakiah Jamaluddin (2017), Pembangunan Kebolehpasaran Siszawah: Tindakan Universiti
dan Cabaran Yang Dihadapi, Jurnal Personalia Pelajar, 15-32
http://journalarticle.ukm.my/11759/1/artikel-2_Nooriah-Yusof_USM_FINAL.pdf

Saharia Hj. Ismail (2015), Pembangunan Insan Dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan, Journal of Human Capital development (JHCD) 8 (2) 83-100
https://journal.utem.edu.my/index.php/jhcd/article/view/2087

Intercession of Psychological Skill Training Able To Enhance The Specific Role Performance Of Politeknik Kota Bharu Futsal Players

Wan Husni Zaim B.Wan Muhamad

Politeknik Kota Bharu

ABSTRACT

This study intended to investigate the effects of psychological skills training (PST) towards four futsal key-players in Politeknik Kota Bharu towards the efficacy and performance in open leauge tournament. The psychological skills training (PST) includes creative/critical thinking ability, self motivation, imagination and re-establishment . The result of study was significantly beneficial to improve performance of specific role of sport particularly for high intensity sports like soccer and futsal. This study was carried out using multiple baseline across individual design accross ten competitive matches. Four key-players selected whose position were alternate attacking and defense in court will be the participants whom they would be assessed by three sub-elements such as on-target shooting, first-touch and passes. The results showed the positive and small improvements on the assessed sub-elements . Social validation data showed all players realized and recognized the psychological skill intercession brought benefits and compatible to thier needs. The finding of this study also showed its efficacy in sport especially in critical moment during important match.

Keywords: psychological, intercession, performance, efficacy

1.0 INTRODUCTION

Psychology is the science of mind and behaviour. It includes the study of conscious and unconscious phenomena, as well as feeling and thought. It is an academic discipline of immense scope. According to the American Psychological Association psychology is a multifaceted discipline and includes many sub-fields of study such areas as human development, sports, health, clinical, social behaviour and cognitive processes. While, according to Merriam-webster dictionary (2021), skill is defined as the ability to use one's knowledge effectively and readily in execution or performance. Psychological skills training (PST) is designed to improve mental skills of an athlete, such as self-confidence, motivation, the ability to relax under great pressure, and the ability to concentrate (Michael-kent, 2007). This study aims to investigate the effect of (PST) on Politeknik Kota Bharu Futsal athlete's performance progress, with a special focus on sub-elements involving on-target shooting, first touch control and passes.

Futsal is the official name for the 5-a-side indoor version of soccer (i.e. 1 goalkeeper and 4 outfield players) that is sanctioned by soccer's international governing body Federation Internationale de Football Association (FIFA). In competitive futsal games, it comprise of two 20-min periods of high-intensity and intermittent activities requiring substantial physical, tactical, and technical efforts from the players. A futsal player also needs to have a great capacity of intermittent endurance, repeated sprint ability, and leg power, while technical aspects include the ability of high level shooting and passing skills, agility and coordination. In competitive games, it is undeniable that the players will experience fatigue as the game progresses due to the high-intensity nature of the game and the repeated maximal sprint efforts required. Sometimes, it could lead the inconsistency of performance, poor performance and demotivated. To counter those shortcomings, psychological skills are employed and it may be able to restructure and improve the performance afterwards.

In Politeknik Kota Bharu futsal history, so far Psychological Skills Training (PST) has not been directly adopted as tools to enhance the specific role performance. There were only tactical, technical and physical training to achieve maximum performance. Afterall, the evaluation of performance only

depended to the result of match. In fact, there were lack of statistical match analysis and other training like psychological skill training. As it seen to be shortcoming, an action has been taken in favour to alleviate the performance of Politeknik Kota Bharu key players specifically. In that case, a pilot study of (PST) had been done to examine the efficacy and performance of selected key-players who could act as attacking and defence. Before implementing study, there were some introductions has been given to those key-players and they were encouraged to give any response or feedback while they were assessed. After completed study, the result had seen an improvement especially to those subcomponents and specific role. Due to this improvement, it was suggested that the (PST) should be kept on doing.

2.0 LITERATURE REVIEW

Since years ago, there were many applied sport literatures, researches and experimental studies had been done to investigate the implication of psychological skill in sport performance development. Some researches were only focused on single psychological skill approaches (Johnson, Hrycaiko, Johnson & Hals,2004) while others had used some approaches (Hanton & Jones,1999);(Thelwell & Maynard,2003).

Some used psychological skill like goal-setting intercession. It was used by swain & jones (1995) for the specific sub-element performance of basketball which had been assessed for the first half the mid-season and they endured an increase of improvement in the second half of the mid-season especially in area of post-intercession. Other than goal-setting, self-talk was another approach that had been employed by practitioner like (Johnson et.al,2004) in assessing low-drive shooting in elite female youth soccer. The self-talk which also classified as cognitive talk by (Hardy, Gammage & Hall,2001) which had been interceded in their assessment and the result was claimed to have an improvement. Most participant perceived benefits for their performance and increased effectiveness in next coming match.

In spite of the increase studies, the development in the applied sport knowledge brought two drawbacks in the research report that needed to be highlighted. First, an inconsistency for making justification to why specific psychological skills should be inserted within intercession. Secondly, most of the published applied-based studies had investigate only performance outcome and avoided the sub-element performance (eg. passing & on-target shooting). Otherwise, performers were also subjected to continually changing environmental situation and governed by behaviours of other performers. Nevertheless, the purpose of this study is to investigate the intercession efficacy on role-specific sub-elements which include the ability to shoot on target, first touch and perfect-complete pass.

3.0 METHODOLOGY

3.1 Participant :

The participants were selected among the best overall skill and fitness of a futsal player. They used to play in tournament or compete in competitive league match. They could play well for both attacking and defending alternately . They also possessed good tactical and game control. Even though they were categorized among the best players, they were reported having lack of psychological knowledge. They informed that they had never undergo any psychological skills training course before. Through this study, all data and result that had been analysed would become their key indicator to improve performance from time to time.

3.2 Study Variables :

The sub-elements of this study would be the dependent variables such as on-target shooting percentage, first touch percentage and passes percentage. Each of dependent variables were defined as the number of successful on-target shooting, first touch and passes would be divided by the total number attempted and multiplied by 100.

On-target shooting literally means the directly high impact and solid shooting with precise targeted intention towards scoring goal-post area. First touch means when the ball is received and brought under control within one touch with no additional movement being required to shield the ball from opponent while passes means a complete and successful pass reaches to team members. Those performance sub-elements were chosen to be assessed because those were the crucial and important key performance of futsal and it would determine the quality of player and eventually would build a solid team.

Then, the independent variable would be the number of matches. There were ten matches which were held in Kelantan Premier Futsal League that were organized by Kelantan Futsal Association, Orbit Futsal and co-sponsored by 100 Plus F&N company. The psychological skills training (PST) would act as influencer factor to the sub-element performance of participant. There were four (PST) packages such as creative/critical thinking ability, self-motivation, imagination and re-establishment interceded in training routine and matches.

3.3 Procedure :

The method of this study employed single subject, multiple- baseline-across-individual design. This multiple baseline method used non-concurrent design which applied treatment to several individuals at delayed intervals. The participants were briefed by head coach regarding the intercession of psychological skill training (PST) and requirement of the study. The participant played in one competitive match per week (Kelantan Premier Futsal League) and attended two training sessions per week throughout the data collection period.

Typically, they had one day of fitness training and another one day of skill-based training. After finished both fitness and skill-based training, the participants would undergo psychological skill training (PST) intercession for four days. Creative /critical thinking ability on day one, self-motivation on day two, imagination on day three and re-establishment on day four. Each session was conducted at polytechnic campus and took approximately two hours period. It had been conducted by psychologist representative under licensee of Football Association Malaysia (FAM) and Kelantan Futsal Association assisted by the head coach. Each session was given in form of theory, exercise and simulation test.

For example, the intercession of creative/critical thinking ability was introduced how it could benefit to them. Participant would understand the importance and necessity of this psychological skill training (PST) to be adopted in match. Then, they would be given some exercises in term of knowledge and simulation as well as simulation tests and practical. The other elements of (PST) like self-motivation were also introduced to the participant where they were facilitated to construct and use the appropriate of positive or encouragement words via use of keywords that would be of benefit to them both before and during competition. Participant had to identify what were the factor whenever they felt less motivated and how it might affect performance. Through this training, each participant was promoted or designed to remove unwanted negative thoughts instead of reconstruct with positive, challenging and motivational thought.

Next, the imagination was introduced to participant with an explanation of how could it benefit to them in the competition. The participants would exhibit the difference between internal and external imagination, varying speeds of images and visualizing images related to performance success and recovery. Participant needed to use this imagination skill to feel successful on-target shoot, recovery from poor on-target shoot, successful first touch, recovery from poor first touch, a successful pass and recovery from poor or incomplete pass. Beside imagination, the re-establishment then was introduced to participant where they would experience some stages of re-establishment strategies. First, they would experience progressive muscle relaxation (first stage). Through this, they would able to enhance an understanding as to when varying states of intense and re-establishment might benefit throughout competitive match. Secondly, centering strategy (second stage) which it was designed to enable the participant to get effective relaxation while focusing attention on relevant cues in the environment (Hardy & fazey,1990). Lastly, the breathing strategy which its purpose was to take breath and relax when they were not involve with play or particularly break in play. This was most effective when they

had poor performance or made any mistake. This could be explained when players had poor touch, control and poor performance, they would tend to have increased tension coupled with uncontrolled breathing which would tend to lead further performance errors. Participants were encouraged to become self- aware when their breathing became uncontrol. Then, they knew how to employ breathing strategy.

The experimental design was constructed to examine the psychological skills intercession which employed multiple baseline-across individual and took over ten matches to complete. This method comprised two areas need to be notified such as before intercession and after intercession. This method also employed prediction, verification and control section. The control section took place after when the performance started to change. This method had no experimental control and therefore the sequential intercession was introduced for each participant to get established effect. For example, the intercession for participant 2 was extended and it followed by next participant until the last participant received the intercession. The (PST) intercession took place when a stable baseline of dependent variable is achieved.

With regard to reliability and consistency of study, researcher and other independent individual attended to series of training session and matches to rate as well collect data. At the completion of the study, the social validation questionnaires were given to the participant which attempted to investigate the reaction to treatment procedures and experimental outcome (Pates, Maynard & westbury, 2001). In addition, this questionnaire was designed to ensure the participant got information concerning the effectiveness of the intercession and the importance of the study.

4.0 RESULT

All performance data had been collected and it showed significant effects of specific-role performance and efficacy towards futsal players. The performance data were collected by researcher and other independent individual who came to every training session and matches in order to acquire accuracy of the recorded data. The results showed all participant gained an improvement of performance and efficacy after the intercession of (PST).

4.1 Overall sub-element improvement average performance :

The table 4.1(a) and figure 4.1(a) below showed the overall sub-element improvement result. It meant the average percentage differences for all sub-element performance between average percentage before and after the intersession of the PST. All participant showed the increasing average data trend for each sub-element performance after intercession. This indicated all participant experienced an improvement for each sub-element tested. For example, participant 1 exhibited an increasement sub-element performance which were 9.2% for on-target shooting, 10.5% for complete passes and 2% for first touch. Meanwhile, participant 2 exhibited improvement as much as 10.2% for on-target shooting, 8.9% for complete pass and 4.8% for first touch. Next, participant 3 exhibited improvement of 2.7% for on-target shooting, 11.4% for complete pass and 5.1% for first touch. Participant 4 exhibited improvement by 15.6% for on-target shooting, 5.7% for complete pass and 4% for first touch.

Table 4.1(a). Overall sub-element improvement average performance.

OVERALL SUB-ELEMENT IMPROVEMENT AVERAGE PERFORMANCE			
	On-target shooting	**Complete passes**	**First touch**
Participant 1	9.2%	10.5%	2%
Participant 2	10.2%	8.9%	4.8%
Participant 3	2.7%	11.4%	5.1%
Participant 4	15.6%	5.7%	4%

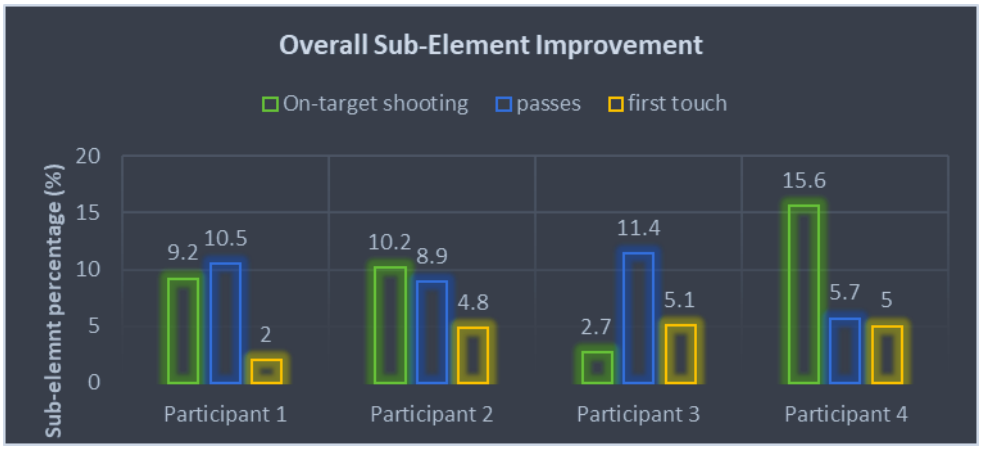


Figure 4.1(a). Overall sub-element improvement percentage for all participants

Refer to figure 4.1(a), participant 4 got the highest average overall improvement percentage for sub-element "on-target shooting" which is 15.6% while participant 3 got the least one which was 2.7%. For sub-element 'passes', participant 3 got the highest percentage followed by participant 1, 2 and 4. While for sub-element "first touch", participant 3 got the highest overall percentage followed by participant 4,2 and 1. To compare among most improved participant across all sub-elements, participant 3 recorded highest data for as he dominated two sub-element performances which were passes and first touch.

4.2 Individual sub-element average performance:

4.2.1 On-Target shooting performance.

Refer to all figures of "on-target shootin" performance, all participants recorded fluctuated actual performance data along ten matches where as some data point went bit deviated from average line. Yet, all participant still had small improvement if refer to average line after the introduction of (PST) intercession. Participant 1 and 4 considered to have bit performance consistency through all matches compared to others as the actual data close to average data. However, participant 3 showed the least improvement performance out of the inconsistency actual data if compared between before and after intercession. The actual data showed a bit opposite trend compared to expected one whereas he performed too well at the beginning of league match but suddenly went downward at pre-intercession matches. After intercession, the actual performance went sudden upward and then went slowly downward until the end league match.

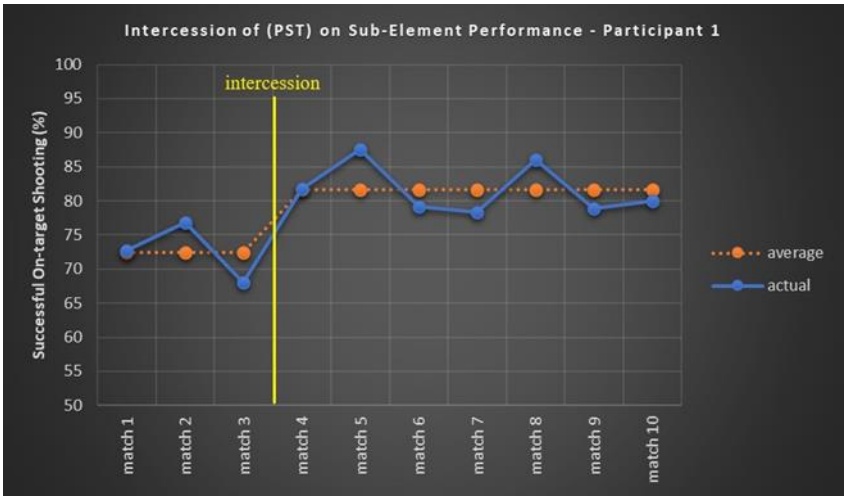


Figure 4.2.1(a). On-target shooting - Participant 1

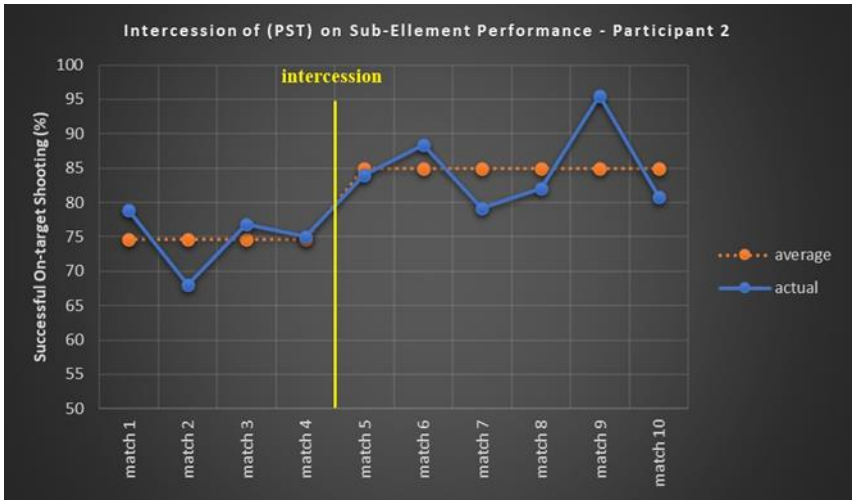


Figure 4.2.1 (b). On-target shooting - Participant 2

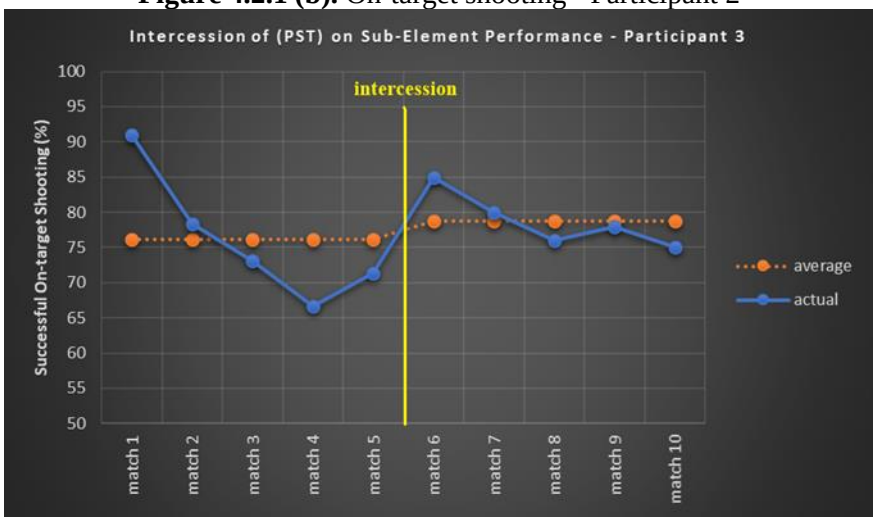


Figure 4.2.1 (c). On-target shooting - Participant 3

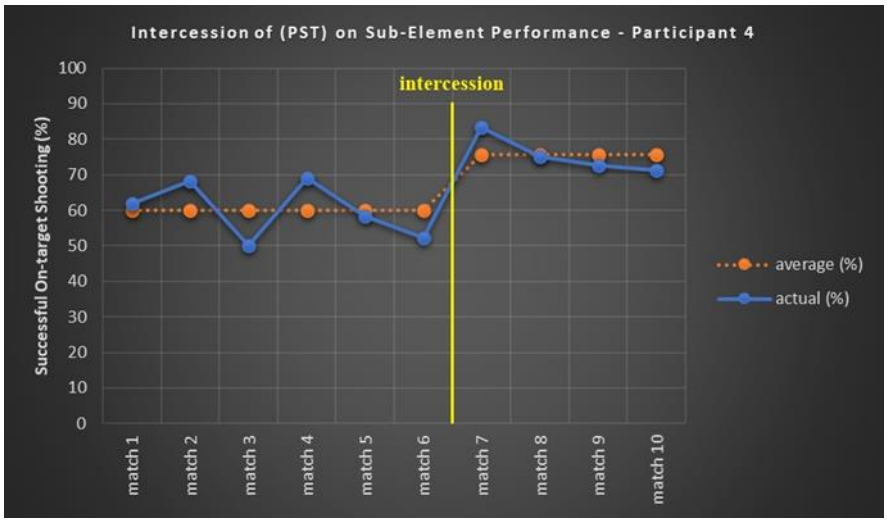


Figure 4.2.1 (d). On-target shooting - Participant 4

4.2.2 Complete Passes performance.

Refer to all figures within this sub-element performance, all participant had initial good start performance at the beginning of the match where the actual and average data performance started above 75%. Figure 4.2.2(d) showed the participant 4 exhibited the best start performance with 89% actual performance. Figure 4.2.2(c) showed the participant 3 recorded the most improvement performance among other participant as the average performance data increase from 84% at pre-intercession to 94.34% at post intercession. Yet, this participant also showed the most consistency performance after the intercession whereas some actual performance data closely collide with some average performance data.

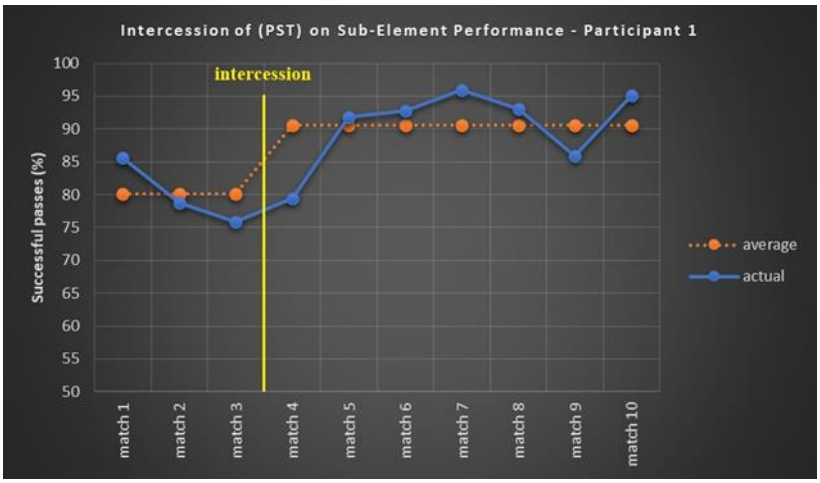


Figure 4.2.2(a). Passes - Participant 1

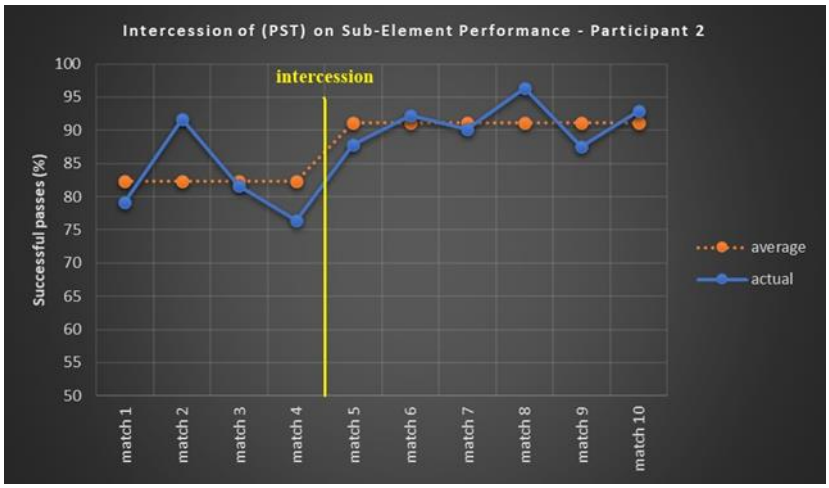


Figure 4.2.2(b). Passes - Participant 2

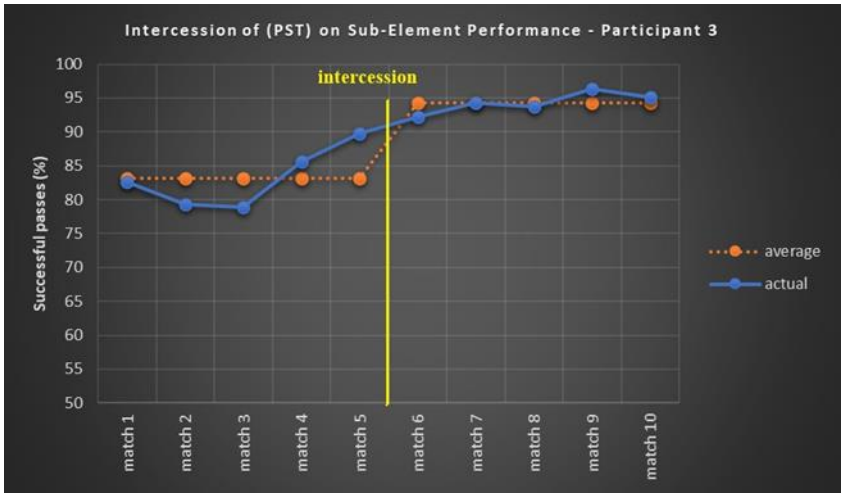


Figure 4.2.2(c). Passes - Participant 3

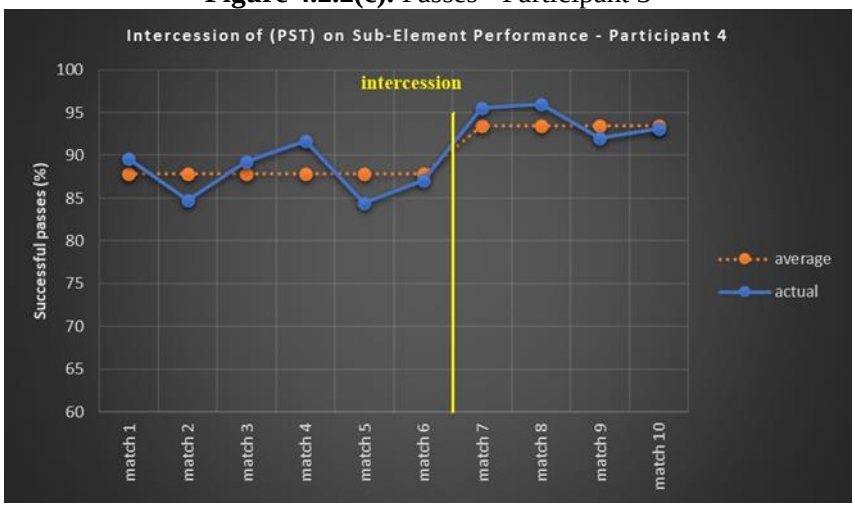


Figure 4.2.2 (c). Passes - Participant 4

4.2.3 First touch performance.

All first touch figures as following showed all participant experienced small improvement of sub-element performances. Participant 3 recorded the most improvement performance with 5.1% differences between post and pre intercession average. Participant 2 and 4 showed the most consistency performance which most actual performance data and average data closely collide each other throughout all matches. They were also considered as the most efficient participant compared to another participant. Participant 1 showed the least improvement which only recorded 2%.

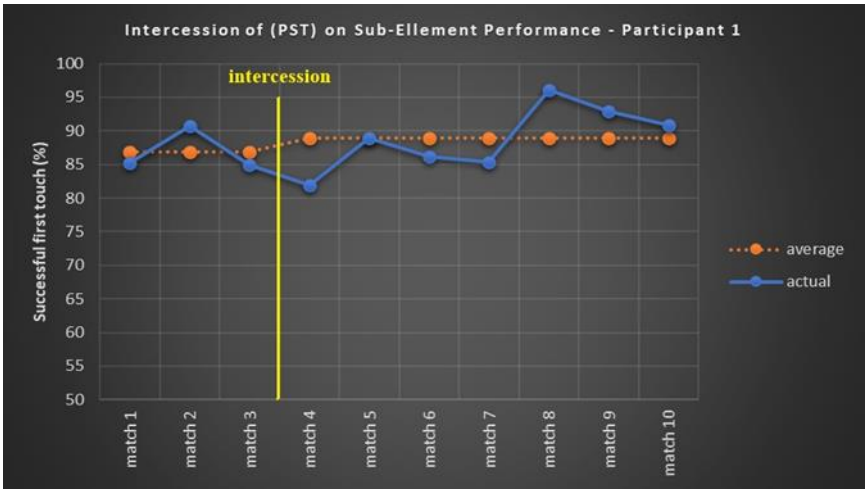


Figure 4.2.3(a). First touch - Participant 1

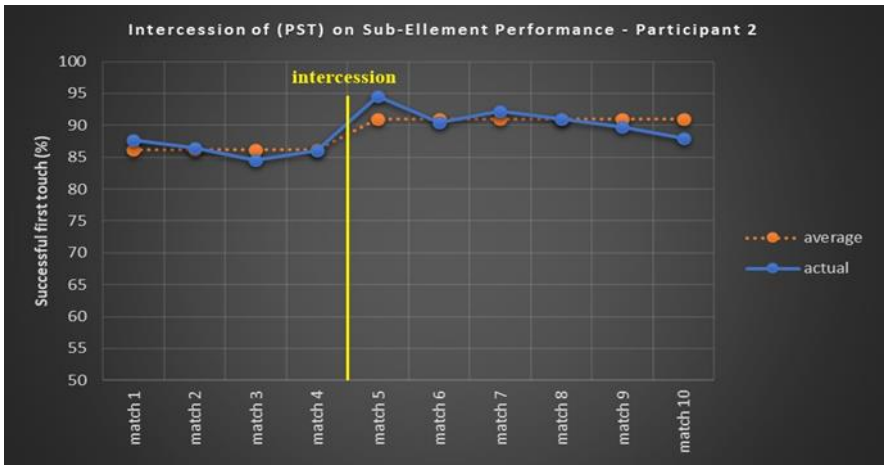


Figure 4.2.3(b). First touch - Participant 2

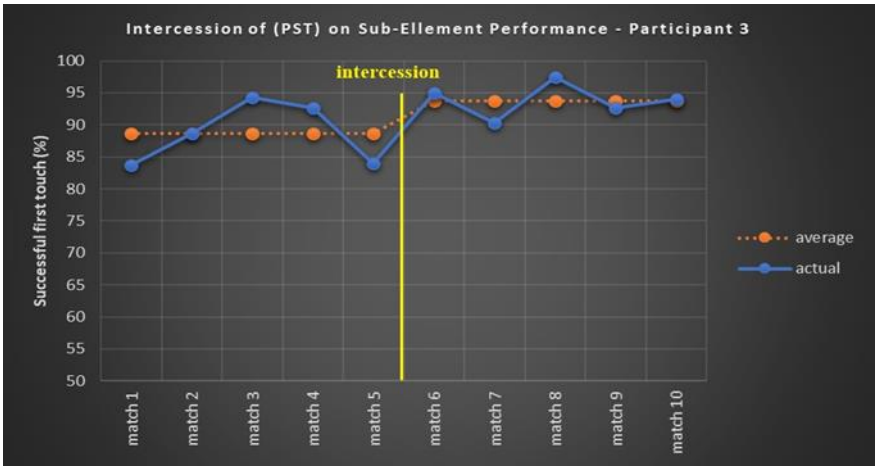


Figure 4.2.3(c). First touch – Participant 3

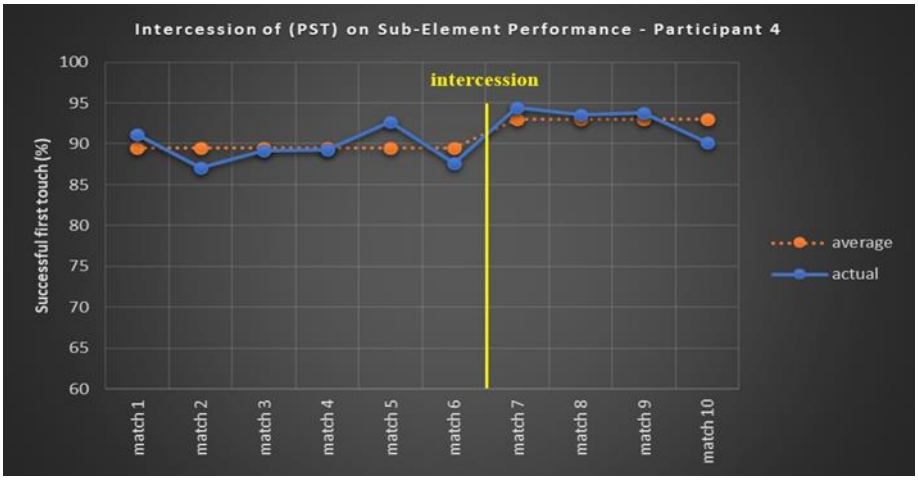


Figure 4.2.3(d). First touch – Participant 4

5.0 DISCUSSION

The main purpose of this study was to investigate the effects of psychological skills training intercession to enhance sub-element or specific role performance of Politeknik Kota Bharu futsal players through ten competitive matches in Kelantan Open Futsal League. The method of this study employed single subject, multiple- baseline-across-individual design. This multiple baseline method used non-concurrent design which applied treatment to several individuals at delayed intervals. This had the advantage of greater flexibility in recruitment of participants and testing location.

The (PST) package were critical/creative thinking ability, self-motivation, imagination and re-establishment. The intercession of (PST) brought many significant effects as it helped all participants to achieve at least small improvement for each specific role or sub-element performance. The sub-element or specific-role performance such as on-target shooting, passes and first touch were selected out of the crucial role in futsal performance. In futsal, creative/critical thinking ability was quite essential to players as they needed to be creative to create best game tactical rapidly whenever they faced difficulties to score goal even dominated the match itself.

By looking to average performance data, all participant had improvement towards all sub-elements or specific roles even though the actual data fluctuated as a whole. The trend of average performance data went upward after the intercession had been introduced. This indicated the (PST) had affected the efficacy and performance of participants. To explain more, the (PST) brought such as much benefit psychologically to support the physical ability of players in order to perform excellent in matches. It also brought benefits to coach and sport psychology consultant (Thelwell & Maynard, 2003). This psychological aspect actually helped the participant to maintain stability of positive mind-set, positive thought, strong-willing, strong determination, creative or constructive thinking and emotional tranquillity.

Since futsal was classified as the high intensity sport, Critical and creative thinking were no longer stranger to sports like futsal and soccer which they involved mental ability to create a good game tactical. As a whole, it was most needed especially in crucial moment when players faced with tight and hard game. The players should seek solution how to counter back with good plan of game tactical and improve specific role performance. It also associated with decision making capability as participant would aware the level of difficulty of matches and react with good decision making. To relate with sub-element or specific role like on-target shooting, critical and creative thinking would help participant to increase the numbers of accuracy and quality of on-target shooting by creating more angle to take good step, making deflection moves, messing up the opponent and deliver full power shooting. In fact, it had been proven that the recorded data showed an increased number of on-target shooting percentage after

the intercession of those four participants. Participant 4 showed the highest average performance data compared to others which was 15.6%. While participant 3 showed the least one which was 2.7%. This huge percentage difference might be due to physical ability and degree of awareness of each participant. Besides, critical and creative thinking also played important role in improving 'passes' and "first touch" sub-element. By this intercession, participants tried to use their creativity to change plan of passes like short passes instead of long passes. By using this plan, the successful, accuracy and efficacy of passes had increased. This were due to short distance of travelling and stability of ball trajectory. As a result, the quality of passes will become firm and solid. This was proven by average performance data percentage where all participants had experienced the performance improvement.

Next, Self-motivation also brought substantial effect to increase efficacy and performance of futsal specific role. Through this kind of (PST), it would help the participant to use appropriate positive word via used of key word and competition affirmation word. According to performance data, average percentage showed improvement after intercession. Based on that, all participant considered to be successful to reconstruct unwanted negative thought to motivational and challenging thought. It helped participants to identify the negative influence from themselves and counter back with affirmation word as well as gained focus to perform again. Participant would also identify what they said to themselves when carried out of each the performance elements and then discover the appropriate words to motivate again. Thus, all sub-elements performance would be improved.

Other than that, imagination also aided participant to improve sub-elements by seeing images related to performance success and recovery. Through this, participant would employ as many senses as possible to portray and feel the successful first touch, recovery from poor first touch and recovery from incomplete passes (Thelwell, Greenlees & Weston, 2006). Last but not least, the re-establishment would also give an advantage whereas participant undergone few stages of relaxation. First, they would know the part of tension states and relaxation might be benefit to them. Then, they employed centering strategy to regain focus and physical rest. Finally, they would have to control their breathing to avoid uncontrolled heavy breathing that would lead bad effect and further mistake in performances.

All participant had their own varied result and that were probably out of their nature of specific role. In futsal, they were two main specific role categories or positions which were attacking and defending. The participant who was attack-minded could have better performance within on-target shooting but less performance on the other specific role. Furthermore, the participant who was defend-minded could be vice versa of the attack-minded performance. Yet, the varied performance also might be due to factors of ability, skill-set, governed-behaviours, physical capacity and many more. After all, with the intercession of (PST), the result could have more variation depended to individual who could employ the (PST) benefit as much as possible. Meanwhile, the other area which might influence the sub-element performance was the effect of second half time period game . In this moment, the performance had deteriorated out of exhaustion and this was supported that the participant sometimes made some mistakes and finally contribute to fluctuated actual data and inconsistency of the performance itself. Yet, the average performance of participant still had small improvement. The explanation could be the (PST) had substantially support the mental ability, emotional stability and moral activeness in order the participant to stay focus and well-performed.

In this study, there might be a typical misinterpretation of assessment method. For example, when assessing the on-target shooting performance, it could be the shooting directly to goal-post area with scoring goal or shooting with deflection beforehand scoring goal. For passing element, it could be the correct pass identified by player, but not anticipate by recipient. Similarly, for first-touch element, it could be how first touch was interpreted. It could be the first touch to turn away to be able to gain extra time for decision making for the next action or moves. Anyway, all examples as mentioned before if assesses by subjective method could be considered as an improvement. But, if they were assessed by objective method, it could be perceived in positive and negative perspective. Otherwise, subjective method was more appropriate since all sub-element performance were governed by uncontrol variable, unpredictable situation, attribute of participant, match situation and many more. In this method, the

subjective scoring system was applied to consider the level of situational difficulty in which technical skills were being presented.

6.0 CONCLUSION

In a nutshell, the (PST) brought major effects and benefits to enhance sub-element or specific role performance in futsal. All participant experienced bit improvement for all specific role performance. The participant expressed the positive response and they agreed the with the result and took note the result and analysis data to be their later reference. In near future, this kind of psychological skill should be explored more to find new element of method assessment which more precise and accurate.

REFERENCES

Hanton, S., & Jones, G. (1999). *The effects of a multimodal intervention program on perfomers*: II. Training the butterflies to fly in formation. The Sport Psychologist, 13, 22–41.

Hardy, J., Gammage, K., & Hall, C. (2001). *A descriptive study of athlete self-talk*. The Sport Psychologist, 15, 306–318.

Hardy, L., & Fazey, J. (1990). *Mental training*. Leeds, U.K.: National Coaching Foundation.

Johnson, J. J. M., Hrycaiko, D. W., Johnson, G. V., & Halas, J. M. (2004). *Self-talk and female youth soccer performance*. The Sport Psychologist, 18, 44–59.

Kendall, G., Hrycaiko, D., Martin, G. L., & Kendall, T. (1990). *The effects of an imagery rehearsal, relaxation, and self-talk package on basketball game performance*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 12, 157–166.

Kent.M (2007). The Oxford Dictionary of Science & Medicine. Retrieved 2007, from https://www.oxfordreference.com/view/10.1093/acref/9780198568506.001.0001/acref-9780198568506-e-5635

Martin, G. L. (1997). Sport psychology consulting: *Practical guidelines from behavioral analysis*. Winnipeg, MB: Sport Sciences Press.

Maynard, I. W., Smith, M. J., & Warwick-Evans, L. (1995). *The effects of a cognitive intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semi-professional soccer players*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 17, 428–444.

McMorris, T., & Graydon, J. (1996b). *Effect of exercise on soccer decision-making tasks of differing complexities*. Journal of Human Movement Studies, 30, 177–193.

McMorris, T., & Graydon, J. (1997). *The effect of exercise on cognitive performance in soccer-specific tests.* Journal of Sports Sciences, 15, 459–468.

McMorris, T., Sproule, J., Draper, S., & Child, R. (2000). *Performance of a psychomotor skill following rest, exercise at the plasma epinephrine threshold and maximal intensity exercise*. Perceptual and Motor Skills, 91, 553–562.

McPherson, S. L. (2000). *Expert-novice differences in planning strategies during collegiate singles tennis competition*. Journal of Sport and Exercise Psychology, 22, 39–62.

Merriam-Webster. (n.d.). Skill. In Merriam-Webster.com dictionary. Retrieved February 7, 2021, from https://www.merriam-webster.com/dictionary/skill

Munroe, K. J., Giacobbi, P. R. Jr., Hall, C. R., & Weinberg, R. (2000). *The four W's of imagery use: Where, when, why, and what*. The Sport Psychologist, 14, 119–137.

Pates, J., Maynard, I. W., & Westbury, T. (2001). *An investigation into the effects of hypnosis on basketball performance.* Journal of Applied Sport Psychology, 13, 84–102.

Reilly, T., & Gilbourne, D. (2003). Science and football: *A review of applied research in the football codes*. Journal of Sports Sciences, 21, 693–705.

Swain, A., & Jones, G. (1995*). Effects of goal-setting interventions on selected basketball skills: A single-subject design*. Research Quarterly for Exercise and Sport, 66, 51–63.

Taylor, J. (1995). *A conceptual model for integrating athletes' needs and sport demands in the development of competitive mental preparation strategies*. The Sport Psychologist, 9, 339–357.

Thelwell, R. C., & Greenlees, I. A. (2003). Developing competitive endurance performance using mental skills training. The Sport Psychologist, 17, 318–337.
Thelwell, Greenless & Weston (2006). *Using Psychological Skills Training to Develop Soccer Performance.* Jurnal of Applied Sport Psychology,18:254-270.

Tahap Pengetahuan Dan Kekangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru Dalam Permainan Tradisional Congkak

Nur Shazwani binti Sadzali [1], Erlia binti Nasir[2], Mohd Ghadafi bin Shari[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kepelbagaian budaya dan kaum telah melahirkan pelbagai jenis permainan tradisional mengikut kaum. Salah satu permainan tradisional yang popular dalam kalangan orang Melayu adalah congkak. Secara asasnya, permainan tradisional congkak ini bertujuan menguji kepantasan dan kemahiran seseorang dalam pengiraan. Permainan ini tidak melibatkan kos yang tinggi selain dapat mengisi masa lapang. Dengan kemajuan teknologi yang pesat, generasi sekarang lebih cenderung menghabiskan masa dengan permainan digital kerana beranggapan ia tiada nilai komersil. Peredaran masa juga telah mengubah cara hidup di mana permainan tradisional ini telah diganti dengan aktiviti sukan dan riadah yang lain. Pengkaji memfokuskan dalam mengkaji pengetahuan dan kekangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) tentang permainan tradisional congkak yang pernah popular suatu masa dahulu. Jumlah responden yang terlibat dalam kajian ini adalah seramai 89 orang iaitu populasi keseluruhan pelajar semester satu sesi Jun 2020. Penyelidik menggunakan kaedah kuantitatif di mana data dianalisis menggunakan SPSS23. Soal selidik dijalankan mengandungi tiga bahagian iaitu Bahagian A (Maklumat Demografi Pelajar), Bahagian B (Tahap Pengetahuan), dan Bahagian C (Kekangan). Dapatan kajian mendapati, pelajar mempunyai pengetahuan yang baik terhadap permainan tradisional congkak dimana dapatan nilai min berada pada tahap yang tinggi. Namun, aspek kekangan pelajar juga menunjukan dapatan nilai min berada pada tahap yang tinggi. Secara keseluruhannya, objektif kajian telah berjaya.

Kata Kunci: Permainan Traditional, Congkak, Pelajar, PMJB

1.0 PENGENALAN

Permainan tradisional merupakan permainan yang diperturunkan dari zaman nenek moyang kepada generasi selepasnya. Mereka menjadikan permainan tradisional ini sebagai satu medium untuk pembelajaran, memupuk semangat ukhwah dalam masyarakat di samping mengisi waktu senggang setelah seharian membanting tulang bekerja. Di Malaysia, dengan kelebihan sebagai negara yang mempunyai pelbagai kaum, telah melahirkan pelbagai jenis permainan tradisional mengikut kaum (Siti Nur Athirah & Marini, 2018). Sebagai contoh, permainan congkak amatlah sinonim dengan masyarakat Melayu suatu masa dahulu. Mengikut sejarah, congkak telah dibawa masuk ke Asia Tenggara pada kurun ke- 15 melalui pedagang asing memandangkan Melaka menjadi pusat dagangan yang pesat ketika itu (Siti Hajar, 2018). Nama congkak berasal dari perkataan Bahasa Melayu "congak" yang membawa maksud pengiraan mental (Azlida, 2020) dan dikenali sebagai "congklak" di Indonesia (Indra Lacksana, 2017). Manakala di Filipina, congkak disebut dengan "sungka" (Dheka, 2010). Permainan ini dimainkan secara serentak oleh dua orang pemain dengan menggunakan dua bahan. Bahan tersebut ialah papan congkak yang berbentuk sampan (Azlida, 2020) dan mempunyai tujuh lubang sebaris atau 14 lubang secara totalnya yang dikenali sebagai "kampung" dan di hujungnya terdapat lubang ibu yang dikenali sebagai "rumah" (Siti Hajar, 2018). Setiap satu lubang atau "kampung" perlu diisi dengan tujuh biji guli (Siti Nur Athirah & Marini, 2018). Namun begitu, dek peredaran waktu, proses urbanisasi dan kepesatan pembangunan teknologi, permainan tradisonal ini semakin kurang dimainkan oleh generasi muda. Hal ini telah merubah landskap aktiviti harian mereka.

Kecenderungan mereka kini ialah bermain permainan secara digital di skrin layar yang kebanyakannya boleh dimuat turun secara percuma melalui telefon pintar (Siti Nur Athirah & Marini, 2018) atau di komputer riba masing- masing. Perubahan budaya ini menyebabkan mereka langsung kurang mengetahui permainan congkak dan menyebabkan warisan nenek moyang ini semakin dilupakan.

2.0 MASALAH KAJIAN

Kepantasan dan kemajuan teknologi yang cepat telah mengubah landskap budaya masyarakat dan aktiviti harian mereka. Masyarakat terutamanya generasi muda pada hari ini telah menjadikan teknologi sebagai satu keperluan bukan lagi kehendak (Salmah & Malisah, 2015). Salah satu kesan fenomena globalisasi budaya ini telah menyebabkan kurangnya minat terhadap permainan tradisional seperti congkak. Kegilaan terhadap teknologi telah mencetuskan perkembangan yang pesat terhadap kewujudan pelbagai platform media sosial yang menyebabkan generasi muda lebih banyak menghabiskan masa mereka melayarinya. Selain itu juga, kewujudan pelbagai gajet permainan berteknologi seperti komputer riba, *tablet*, *PSP* dan sebagainya telah menarik minat generasi muda (Zuriawati et.al, 2014). Gajet yang paling popular ketika ini adalah telefon pintar. Dengan cirinya yang ringan, didatangkan dengan pakej jalur lebar yang murah dari syarikat pengendali telekomunikasi, menjadi faktor utama permainan congkak tidak lagi dimainkan oleh generasi muda kerana mereka cenderung memuat naik pelbagai jenis permainan video secara percuma. Walaupun terdapat usaha mendigitalkan permainan congkak, generasi muda kini tetap cenderung untuk memilih tidak bermain dengan alasan mereka tidak mengenali, tidak biasa atau tidak didedahkan langsung dengan permainan congkak. Kecenderungan mereka adalah terhadap permainan yang bersifat moden, fantasi dan dikenali ramai (Siti Nur Athirah & Marini, 2018).

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Melihat kepada penyataan masalah, pengkaji menetapkan objektif kajian dilakukan bertujuan mengkaji tahap pengetahuan am dan kekangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru tentang permainan tradisional congkak. Kajian ini juga dilaksanakan bagi mengenalpasti tahap pengetahuan mereka berkaitan teknik dan taktikal permainan congkak di samping kekangan yang dihadapi oleh mereka untuk melibatkan diri dalam aktiviti permainan tradisional ini.

4.0 METODOLOGI

Reka bentuk kajian

Metodologi kajian yang digunapakai adalah berbentuk tinjauan dan kuantitatif deskriptif bagi mengukur tahap pengetahuan dan kekangan pelajar PMJB dalam permainan tradisional congkak. Kaedah tinjauan merupakan satu kaedah penyelidikan bagi mendapatkan maklumat yang dikehendaki daripada sampel kajian berdasarkan respon kepada borang kaji selidik yang diedarkan dan merupakan kaedah paling popular dalam mengkaji pelbagai bidang khususnya sains sosial (Ponto, 2015). Manakala kuantitatif deskriptif digunakan bagi menganalisis dapatan secara statistik berdasarkan respon yang diberikan oleh responden (Mertler, 2016) melalui borang kaji selidik tersebut.

Sampel

Sampel kajian ialah seramai 89 orang responden yang terdiri kesemua bilangan pelajar semester satu Politeknik METrO Johor Bahru bagi sesi Jun 2020. Jadual 1 menunjukkan bilangan populasi pelajar semester satu PMJB mengikut kelas.

Jadual 1: Bilangan Pelajar PMJB Mengikut Kelas Bagi Sesi Disember 2019

NO	KELAS	BILANGAN PELAJAR
01	DEN1	23
02	DIB1	10
03	DLS1A	28
04	DLS1B	28
	JUMLAH KESELURUHAN	**89**

Berdasarkan kepada Jadual 1, jumlah keseluruhan pelajar semester satu PMJB bagi sesi Jun 2020 adalah seramai 89 orang. Maka kajian ini telah mengambil keseluruhan populasi sebagai responden kajian.

Instrumen Kajian

Soal selidik terdiri daripada tiga bahagian iaitu Bahagian A (Maklumat Demografi Pelajar), Bahagian B (Tahap Pengetahuan), dan Bahagian C (Kekangan). Bahagian A merangkumi dua maklumat iaitu jantina dan bangsa. Bahagian B pula mengandungi 15 soalan item dan Bahagian C mengandungi lima item soalan. Setiap item soalan bagi Bahagian B dan C menggunakan Lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert berdasarkan rujukan dari Sekaran (2006) yang mengandungi pilihan keputusan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju".

Ujian Kebolehpercayaan Instrumen

Bagi menguji kesahan dan kebolehpercayaan instrumen, ujian *reliability analysis* dilakukan. Jadual 2 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 2:Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap dimensi Bahagian B dan Bahagian C

FAKTOR	JUMLAH ITEM	RELIABILITI
Bahagian B (Tahap Pengetahuan)	15	0.909
Bahagian C (Kekangan)	5	0.776

Daripada dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua setiap dimensi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Dari dapatan tersebut, ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan responden memahami setiap item soalan.

Analisis Data

Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriktif digunakan bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan "Statistics Package of the Social Science" (SPSS23). Satu titik potong (*cut-off point*) digunakan bagi memudahkan perbincangan dapatan kajian berdasarkan nilai min yang diperolehi. Jadual 3 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala Likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 3: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 4: Demografi Pelajar Semester Satu PMJB Bagi Sesi Jun 2020

No	Demografi	Pengelasan	Kekerapan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	38	42.7
		Perempuan	51	57.3
03	Bangsa	Melayu	77	86.6
		Cina	1	1.1
		India	9	10.1
		Lain-lain	2	2.2

Responden kajian terdiri daripada 42.7% pelajar lelaki dan 57.3% pelajar perempuan. Ia melibatkan 77 orang pelajar berbangsa Melayu, 9 orang berbangsa India, sorang berbangsa Cina dan 2 orang lagi terdiri daripada bangsa-bangsa lain.

Jadual 5: Tahap Pengetahuan Pelajar Semester Satu Mengenai Permainan Congkak

	Min
Alatan yang digunakan dalam permainan congkak adalah papan congkak dan buah.	4.82
Buah congkak yang biasa digunakan adalah guli, biji getah atau apa sahaja yang biasanya berbentuk sfera.	4.66
Congkak adalah permainan yang memerlukan pemain mengisi buah ke dalam deretan lubang papan congkak.	4.79
Permainan congkak dimainkan oleh 2 orang pemain secara mengadap.	4.90
Papan congkak berbentuk sampan dan terdapat tujuh lubang sebaris yang dikenali sebagai 'kampung' dan di kedua-dua hujungnya terdapat lubang ibu yang dikenali sebagai 'rumah'.	4.70
Pemain akan mengambil buah congkak dan dimasukkan secara satu persatu ke dalam setiap 'kampung' menuju ke ‘rumah’ masing-masing mengikut arah pusingan jam.	4.76
Pemain akan memulakan permainan dengan serentak pada pusingan pertama.	4.62
Pemenang pusingan pertama akan menapak dahulu untuk pusingan kedua.	4.57
Pemain tidak dibenarkan untuk melangkau atau memintas’ kampung’.	4.64
Setiap kali tiba di ‘rumah’ ibu sendiri hendaklah dimasukkan juga satu biji guli/buah tetapi tidak untuk rumah lawan.	4.71
Buah atau guli yang telah dimasukkan ke rumah ibu lawan adalah menjadi kepunyaan pihak lawan.	4.47
Pemain dikira mati giliran menapak atau jalan ialah jika buah atau guli akhir masuk ke mana-mana rumah kosong.	4.71
Penentuan pemenang adalah berdasarkan pemain yang memiliki buah congkak terbanyak dalam rumah masing-masing pada akhir permainan.	4.75
Bermain dengan genggam terlungkup dan tidak memasukkan buah/guli ke rumah ibu atau rumah anak merupakan kesalahan dalam congkak.	4.27
Masa berfikir dalam permainan adalah tidak lebih dari 5 saat.	4.15

Dapatan menunjukkan tiga min tertinggi bagi tahap pengetahuan pelajar semester satu dalam permainan congkak ialah ”permainan congkak dimainkan oleh 2 orang pemain secara mengadap” (4.9), ‘alatan yang digunakan dalam permainan congkak adalah papan congkak dan buah” (4.82) dan “congkak adalah permainan yang memerlukan pemain mengisi buah ke dalam deretan lubang papan congkak” (4.79). Secara keseluruhannya, responden mengetahui teknik da tektikal dalam permainan tradisional congkak.

Jadual 6: Kekangan Pelajar Semester Satu PMJB Melibatkan Diri Dalam Permainan Congkak

	Min
Perkembangan teknologi menjadikan permainan moden lebih menarik daripada permainan tradisional congkak	3.78
Tidak ramai generasi kini yang mengetahui cara permainan congkak.	4.09
Kesukaran untuk mendapatkan alatan permainan congkak di kedai peralatan sukan.	3.91
Kurang pendedahan tentang permainan tradisional di sekolah dan IPT.	3.83
Permainan congkak tidak dikomersialkan di Malaysia.	3.39

Dapatan menunjukkan kekangan yang dihadapi oleh pelajar semester satu PMJB untuk melibatkan diri dalam permainan congkak. Tiga kekangan utama dengan min tertinggi ialah “tidak ramai generasi kini yang mengetahui cara permainan congkak” (4.09), “kesukaran untuk mendapatkan alatan permainan congkak di kedai peralatan sukan” (3.91) dan “kurang pendedahan tentang permainan tradisional di sekolah dan IPT (3.83).

6.0 KESIMPULAN

Kajian telah berjaya dilaksanakan kepada 89 orang pelajar semester satu di PMJB. Hasil dapatan kajian bagi mengenalpasti tahap pengetahuan pelajar semester 1 PMJB terhadap permainan tradisional congkak mencatatkan nilai min di tahap yang tinggi. Walaupun perkembangan teknologi masa kini menjadikan permainan tradisional agak dipinggirkan berbanding sukan dan permainan moden, tetapi

hasil dapatan mendapati bahawa permainan congkak bukanlah menjadi satu permainan tradisonal yang asing bagi pelajar. Kesemua pelajar yang menjadi responden kajian didapati mempunyai pendedahan asas dan tahap pengetahuan yang baik berkenaan permainan tradisional congkak.

Selain itu juga, soal selidik berkenaan kekangan yang dihadapi oleh pelajar dalam membudayakan semula permainan tradisional congkak di Malaysia setanding dengan permainan moden yang berteknologi. Berdasarkan dapatan ini, faktor kepesatan teknologi dan jalur lebar bukanlah menjadi penghalang utama untuk pelajar-pelajar ini bermain permainan tradisional congkak. Hasil dapatan juga menunjukkan kekangan utama pelajar untuk melibatkan diri dengan permainan congkak adalah dipengaruhi oleh faktor semakin ramai generasi kini yang tidak mengetahui dengan permainan tradisional congkak. Ini adalah disebabkan permainan tradisional yang tidak dikomersilkan di Malaysia. Oleh yang demikian, pelbagai pihak seperti agensi kerajaan, NGO, sekolah dan IPT perlu memainkan peranan untuk membudayakan semula permainan tradisional khususnya congkak dengan menganjurkan bengkel dan pertandingan yang mampu menarik minat generasi muda.

Pengkaji mencadangkan pada kajian akan datang agar menumpukan kajian berkenaan permainan tradisional lain bagi melihat permainan tradisional yang semakin dilupakan. Selain itu, jumlah responden hendaklah merangkumi sampel yang mewakili keseluruhan pelajar Politeknik Malaysia bagi melihat dapatan kajian secara menyeluruh. Ini penting bagi membantu pihak yang berkaitan terutamanya Jabatan Pengajian Politeknik dan Kolej Komuniti dalam merencanakan kokurikulum, supaya terdapat penawaran kursus permainan tradisional di peringkat politeknik.

RUJUKAN

Azlida Jamil (2018), *" Congkak, Permainan Tradisional Melayu",* https://intl.upm.edu.my/artikel/congkak_permainan_tradisi_melayu-43481

Dheka D.A.R (2010), *"Permainan Congkak: Nilai dan Potensinya bagi Perkembangan Kognitif Anak"* https://www.researchgate.net/publication/323786986

Indra Lacksana (2017), *"Kearifan Lokal Permainan Congklak Sebagai Penguatan Karekter Peserta Didik Melalui Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah"*, https://www.researchgate.net/publication/322571613

Mertler CA (2016), *"Introduction to Educational Research".*Ponto J (2015), " *Understanding and Evaluating Survey Research",* https://www.researchgate.net/publication/286445115

Salmah Omar & Malisah Latip (2015), "Pengaruh Peranti Teknologi Kepada Perkembangan Sosial dan Permasalahan Kesihatan Kanak- Kanak" , https://www.researchgate.net/publication/306256070

Siti Hajar Maizan (2018), "Congkak Variations through Design Transformation" http://ir.uitm.edu.my/id/eprint/30461/1/30461.pdf

Siti Nur Athirah Mohd Azmey & Marini Abu Bakar (2018), *"Aplikasi Mudah Alih Permainan Tradisional Congkak"* http://www.ftsm.ukm.my/file/research/technicalreport/PTA-FTSM-2018-132.pdf

Uma Sekaran (2006), *"Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition"*, Wiley India Pvt. Limited.

Wiersma W (1995), *"Research Methods in Education: An Introduction"*, Boston: Allyn an Bacon

Zuriawati Ahmad Zahari et. al (2014), *" Permainan Tradisional dan Teknologi: Penelitian dan Tinjauan Terhadap Persepsi Kanak- Kanak"* http://eprints.usm.my/39095/1/FULL_PAPER_090.pdf

Kesedaran Aktiviti Fizikal Dan Hubungannya Dengan Sikap Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Maria Mohd Yatim[1], Hasnida Ibrahim[2], Noor Afizah Atan[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Secara umumnya telah diketahui bahawa penglibatan pelajar secara aktif di dalam aktiviti fizikal dapat membentuk personaliti diri yang positif sebagai persediaan untuk mempromosikan diri di dalam alam pekerjaan malahan turut menyumbang kepada peningkatan kognitif para pelajar. Sehubungan dengan itu, kajian ini bertujuan untuk meninjau kesedaran penglibatan aktiviti fizikal dan hubungannya dengan sikap dalam kalangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru. Objektif kajian ini juga untuk mengenalpasti faktor-faktor yang menjadi dorongan penglibatan pelajar dalam aktiviti fizikal. Sampel kajian melibatkan 102 pelajar yang terdiri daripada pelajar semester dua Politeknik METrO Johor Bahru bagi sesi pengajian Disember 2019 yang mengikuti kursus wajib DRS 2001 Sukan. Satu set soal selidik berskala likert lima pilihan diedarkan kepada semua responden. Dapatan dari kajian ini akan dapat membantu dalam memberi cadangan secara menyeluruh bagi meningkatkan penglibatan pelajar di dalam aktiviti fizikal di PMJB dan Institusi Pengajian Tinggi yang lain.

Kata Kunci: kesedaran aktiviti fizikal, amalan aktiviti fizikal, pelajar politeknik

1.0 PENGENALAN

Aktiviti yang dilakukan sejurus bangun dari tidur sehinggalah aktiviti terakhir seseorang individu sebelum melelapkan mata diklasifikasikan sebagai aktiviti fizikal. Berdasarkan Kementerian Kesihatan Malaysia (2010), sebagai apa jua pergerakan dari anggota tubuh badan didefinisikan sebagai aktiviti fizikal. Nurul 'Atiqah dan Mohd Radzani (2018), memperincikan lagi aktiviti fizikal iaitu melakukan senaman, sukan dan rekreasi, tarian dan lain-lain aktiviti yang menyebabkan berlakunya pergerakkan anggota badan.

Rajah 1: Piramid aktiviti fizikal
Sumber: Corbin (1997) Fitness For Life (4th ed), Glenview IL: Scott, Foresman and Co.

Berdasarkan Rajah 1, piramid aktiviti fizikal (Corbin, 1997) terdiri daripada empat aras perlakuan pergerakan fizikal iaitu Aras 1 aktiviti pergerakan fizikal (berjalan, mencuci kereta, mencuci lantai) dilakukan setiap hari secara sederhana sekurang-kurangnya 30 minit atau lebih, Aras 2 aktiviti aerobik

dan sukan/rekreasi (berjogging, tenis dilakukan 3 hingga 6 kali seminggu, intensiti yang sederhana dan sekurang-kurangnya 20 minit), Aras 3 aktiviti kelembutan, kekuatan dan daya tahan otot (regangan, angkat berat) dan Aras 4 aktiviti pasif secara sederhana dan merupakan aktiviti paling kurang dilakukan untuk mengelakkan daripada gaya hidup sedentari.

Pelaksanaan aktiviti fizikal boleh dijalankan secara bersendirian atau berkumpulan, di dalam atau di luar rumah, pada bila-bila masa yang sesuai dan terpulang kepada individu untuk memilih aktiviti yang sesuai bergantung kepada kecenderungan dan minat masing-masing. Menurut Chiu *et al.,* (2015), penglibatan dalam aktiviti fizikal dan sukan dalam masa senggang sama ada secara terancang atau tidak terancang boleh berperanan sebagai pemangkin pembangunan pelajar secara holistik.

Terdapat kajian-kajian luar negara menunjukkan bahawa penglibatan individu di dalam aktiviti fizikal dan sukan mempunyai kaitan dengan sikap, efikasi-kendiri dan motivasi (Iso-Ahola, 1980; Attarian, 1990; Ragheb & Tate, 1993; Watson, 1996; Chih-Mou Hsieh, 1998; Hagger, Chatzisarantis & Biddle, 2001, 2002).

Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti sentiasa komited di dalam memastikan para pelajar berkembang secara holistik seiring dengan kecemerlangan akademik namun para pelajar perlu mencari ruang dan peluang bagi memperkembangkan potensi diri. Melalui lonjakan yang pertama iaitu Graduan Holistik, Berciri Keusahawanan dan Seimbang di dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (Pendidikan Tinggi) 2015-2025 [PPPM (PT)] bermatlamat untuk membentuk graduan yang mempunyai ilmu, akhlak, tingkahlaku, set minda dan adab serta menjadi insan yang mulia. Bagi mencapai hasrat murni ini, setiap pelajar wajib mengikuti kursus DRS2001 Sukan dan DRK3002. Secara tidak langsung, setiap pelajar Politeknik Malaysia terlibat dengan aktiviti fizikal sepanjang pengajian mereka di Politeknik.

Syed et al., (2018) menyifatkan aktiviti-aktiviti bersifat fizikal adalah seperti bersukan mempunyai pengaruh positif terhadap daya tumpuan, keupayaan mengingat dan tingkah laku. Hamdan (2000) menjelaskan kegiatan fizikal menghasilkan tubuh badan yang sihat bahkan aktiviti fizikal juga membina daya tahan mental dan fizikal bagi menghadapi tekanan. Tahap kesihatan yang baik memberi kesan kepada potensi diri individu dan peningkatan produktiviti (Md Safian Mohd Tajuddin, 2007).

Aktiviti fizikal seperti bersenam mampu meningkat konsep kendiri, penghargaan kendiri dan kemampuan diri. Tambahan lagi terdapatnya perkaitan di antara senaman dan perubahan personaliti terutama sekali di dalam kepuasan kendiri, kecerdasan dan juga keyakinan diri (McDonald dan Hodgdon, 1991). Trudeau & Shepard (2008) berpendapat wujud hubungan positif di antara aktiviti fizial dan keupayaan kognitif pelajar. Walaubagaimanapun adalah menjadi kebiasaan bagi masyarakat Malaysia mengangkat dan mengiktiraf seseorang individu itu dari aspek pencapaian akademik namun meminggirkan aspek personaliti diri (Syed *et al*., 2018).

Personaliti merujuk kepada pemikiran, persepsi, nilai, sikap, watak, keupayaan, kepercayaan, kecerdasan, motivasi, kebiasaan dan sebagainya (Khadijah *et al.,* 2011). Pufal-Struzik (2010) berpendapat personaliti memainkan peranan dalam pencapaian potensi seseorang pelajar. Personaliti amat penting bagi setiap pelajar untuk mengenali diri masing-masing, mengetahui kelebihan serta kelemahan diri. Oleh yang demikian, para pelajar boleh mengembangkan potensi diri masing-masing. Setiap individu dapat mengetahui nilai dirinya jika dia tahu akan kelebihan, potensi, kelemahan dan tret personaliti mereka (Rafatpanah, 2016). Sehubungan dengan itu, amatlah penting para pelajar mempunyai kesedaran untuk melibatkan diri dengan aktiviti fizikal.

Melibatkan diri dengan aktiviti fizikal semakin sinonim dengan kehidupan masa kini. Didapati terdapat ramai individu melakukan aktiviti fizikal dilakukan untuk memenuhi masa lapang (Henderson &

Ainswoth, 2001). Kajian mendapati bahawa pelajar di institusi pengajian tinggi menyedari kepentingan melakukan aktiviti fizikal (Lim dan Kalsom, 2010). Penglibatan aktif di dalam akiviti fizikal ini bertitik tolak dari sifat yang positif di kalangan mahasiswa (Lim, 2004).

2.0 MASALAH KAJIAN

Dalam kajian ini pengkaji ingin mengetahui hubungan antara eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri, pengaruh persekitaran sosial, minat terhadap aktiviti sukan dan pengaruh persekitaran fizikal terhadap kesedaran.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Antara objektif kajian yang dijalankan adalah seperti berikut:

i. Mengkaji kesedaran pelajar semester dua Politeknik METrO Johor Bahru bagi sesi pengajian Disember 2019 terhadap aktiviti fizikal.
ii. Mengenalpasti faktor-faktor yang mendorong pelajar terlibat dengan aktiviti fizikal.

4.0 METADOLOGI KAJIAN

Kajian ini telah dijalankan di Politeknik METrO Johor Bahru. Responden kajian ini terdiri daripada 102 orang pelajar program Diploma semester 2 yang mengambil kursus DRS 2001 Sukan bagi Sesi Disember 2019. Responden ini dipilih berdasarkan kepada rasional penglibatan pelajar dengan aktiviti fizikal apabila pelajar diwajibkan mengikuti kursus ini. Pengkaji berpendapat responden yang dipilih dapat mewakili populasi pelajar diploma di atas beberapa faktor iaitu kursus ini adalah kursus wajib yang ditawarkan kepada semua pelajar dan pelajar yang mengikuti kursus ini terdiri daripada pelajar daripada pelbagai bidang pengajian iaitu Diploma Pengurusan Logistik dan Rangaian Bekala, Diploma Kewangan dan Perbankan Islam dan Diploma Keusahawanan. Semua data berpandukan borang soalselidik yang diedarkan dengan menggunakan platform media sosial bagi mencapai objektif yang telah ditetapkan.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Untuk kajian ini, didapati, seramai 32.4% daripada keseluruhan responden adalah lelaki, dan selebihnya (67.6%) adalah responden berjantina perempuan. Dari segi pencapaian HPNM, didapati kebanyakan responden mempunyai nilai purata gred 3.00 dan keatas (83.3%) dan hanya 2% daripada keseluruhan responden mempunyai nilai purata gred bawah 2.49.

Untuk mengukur tahap kebolehpercayan gabungan indikator-indikator bagi tujuan pengukuran pembolehubah, analisa kebolehpercayan Cronbah's Alpha digunakan dalam kajian ini. Menurut Field (2009), nilai Cronbach's Alpha ynag melebihi 0.7 boleh dianggap optimal bagi bagi sesuatu gabungan indikator itu untuk mengukur sesuatu pembolehubah. Walaubagaimanapun, nilai Cronbach's Alpha yang kurang dari 0.7 tetapi melebihi 0.6, masih boleh dianggap optimal menurut Hair et al (2010).

Jadual 1: Ringkasan Keputusan Ujian Kebolehpercayaan Cronbach's Alpha

Pembolehubah	Cronbach's Alpha	Bilangan Indikator
Eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri	0.734	4
Pengaruh persekitaran sosial	0.679	4
Minat terhadap aktiviti sukan	0.802	4
Pengaruh persekitaran fizikal	0.846	4
Kesedaran	0.917	8

Jadual 1 menunjukkan ringkasan ujian kebolehpercayaan dengan menggunakan teori analisa Cronbach's Alpha. Daripada dapatan tersebut, dapatlah dirumuskan bahawa kesemua gabungan indikator yang digunakan untuk mengukur pembolehubah-pembolehubah dalam kajian ini, mempunyai tahap kebolehpercayan yang optimal kerana nilainya yang lebih besar daripada 0.60 (Julat nilai: 0.679 – 0.917).

Bagi mengkaji hubungan antara pembolehubah tidak bersandar (i.e. Eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri, pengaruh persekitaran sosial, minat terhadap aktiviti sukan dan pengaruh persekitaran fizikal) dan pembolehubah bersandar (i.e. Kesedaran), ujian kolerasi dijalankan (Pallant, 2010; Field, 2009). Hasil dapatan ujian kolerasi ini yang dilampirkan di Jadual 2, ianya dapat dirumuskan bahawa, eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri ($r(102) = 0.456$, $p < .05$), pengaruh persekitaran sosial ($r(102) = 0.388$, $p < .05$), minat terhadap aktiviti sukan ($r(102) = 0.357$, $p < .05$) dan pengaruh persekitaran fizikal ($r(102) = 0.352$, $p < .05$) mempunyai hubungan yang positif dan juga signifikan dengan kesedaran. Oleh itu, sekiranya tahap eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri seseorang itu tinggi, maka kesedaran terhadap aktiviti fizikal juga akan tinggi. Interpretasi ini dapat dirumuskan pada pembolehubah pengaruh persekitaran sosial, minat terhadap aktiviti sukan dan juga pengaruh persekitaran fizikal. Di mana, sekiranya tahap pengaruh persekitaran sosial, minat terhadap aktiviti sukan dan juga pengaruh persekitaran fizikal seseorang itu tinggi, maka kesedaran terhadap aktiviti fizikal juga akan tinggi.

Kajian ini selari dengan dapatan kajian Lim (2009) iaitu apabila pelajar mempunyai sikap dan persepsi yang positif terhadap aktiviti fizikal, maka semakin ramai yang akan melibatkan diri dan mengamalkan aktiviti fizikal. Pengisian masa senggang di kalangan pelajar perlu diuruskan dengan baik memandangkan aktiviti riadah dan fizikal ini memberi kesan yang baik terhadap kesihatan. Aktiviti jadual pengajaran dan pembelajaran yang padat menyebabkan para pelajar rasa lesu dan stress menyebabkan mereka kurang berminat untuk melakukan aktiviti fizikal. Sehubungan dengan itu, sikap yang positif perlu disuntik di kalangan pelajar untuk melakukan akiviti fizikal.
Sikap yang positif ini akan menimbulkan motivasi yang tinggi bagi mendorong pelajar melakukan aktiviti fizikal. Chatzosarantis et al. (2005) menyatakan bahawa motivasi adalah elemen utama bagi mendorong penglibatan pelajar di dalam aktiviti fizikal.

Jadual 2: Ringkasan Keputusan Ujian Kolerasi

Hubungan	Nilai Kolerasi
Eksperisi terhadap kesihatan dan keterampilan diri ↔ Kesedaran	0.410*
Pengaruh persekitaran sosial ↔ Kesedaran	0.388*
Minat terhadap aktiviti sukan ↔ Kesedaran	0.357*
Pengaruh persekitaran fizikal ↔ Kesedaran	0.352*

Nota: n = 102; *p <.05

Jadual 3 pula menunjukkan analisa deskriptif bagi mengetahui halangan yang mungkin ada bagi melakukan aktiviti fizikal. Dapatan analisa min dan sisihan piawai mendapati, persepsi "Bersukan perlukan dorongan" (4.43 ± 0.74) merupakan halangan yang utama bagi melakukan aktiviti fizikal kerana ianya mempunyai nilai min yang paling tinggi dan diikuti halangan persepsi "Bersukan perlu diwajibkan" (4.06 ± 0.93), "Bersukan perlu dilakukan dalam kumpulan" (3.78 ± 1.07) dan akhir sekali persepsi "Bersukan hanya untuk golongan orang tertentu sahaja" (2.49 ± 1.47).

Jadual 3: Analisis Min dan Sisihan Piawai bagi Halangan Melakukan Aktviti Fizikal

Halangan Melakukan Aktiviti Fizikal	Min ± Sisihan Piawai
Bersukan perlukan dorongan.	4.43 ± 0.74
Bersukan perlu dilakukan dalam kumpulan.	3.78 ± 1.07

Bersukan hanya untuk golongan orang tertentu sahaja	2.49 ± 1.47
Bersukan perlu diwajibkan.	4.06 ± 0.93

Pelajar politeknik yang berusia di antara 18- 24 tahun adalah tergolong dalam Generasi Z. Generasi Z ini turut dikenali sebagai generasi digital atau generasi teknologi lebih ke arah penggunaan gajet dalam kehidupan seharian mereka. Kajian yang dijalankan oleh Martin et al., (2009) mendapati bahawa pelajar kolej melibatkan diri dengan pelbagai aktiviti yang tidak aktif seperti menonton televisyen dan permainan komputer. Wan Nazaimoon Wan Mohamad et. al, (2011) juga menyatakan bahawa pelajar memenuhi masa senggang dengan aktiviti sedentari seperti menonton televisyen dan menggunakan komputer.

Sehubungan dengan itu, elemen keseronokan ketika menjalankan aktiviti fizikal perlu diwujudkan bagi mendorong pelajar beralih dari aktiviti sedentari ke aktiviti fizikal. Dorongan dari pelbagai pihak seperti rakan sebaya, keluarga, pensyarah malahan motivasi diri sendiri diperlukan untuk pelajar terlibat dengan aktiviti fizikal. Ryan (2006), berpendapat bahawa keluarga, rakan dan sebagainya merupakan faktor penglibatan di dalam aktiviti sukan.

6.0 KESIMPULAN

Amalan aktiviti fizikal yang konsisten akan memberi kesan yang positif kepada tahap kesihatan seseorang individu. Ini termasuklah dari aspek mental, fizikal, personaliti dan juga sosial. Setiap pihak yang berkepentingan sewajarnya memainkan peranan yang aktif bagi menggalakkan para pelajar untuk terlibat dengan aktiviti fizikal. Amalan aktviti sedentari perlu diuruskan dengan baik agar tidak memonopili aktiviti senggang para pelajar. Secara keseluruhannya, para pelajar program Diploma semester 2 yang mengambil kursus DRS 2001 Sukan bagi Sesi Disember 2019 menyedari keperluan melibatkan diri di dalam aktiviti fizikal. Dapatan kajian ini berguna dan relevan kepada pengurusan PMJB khususnya dan JPPKK amnya bagi merancang aktiviti yang lebih baik bagi meningkatkan lagi penglibatan pelajar di dalam aktiviti fizikal. Kajian lanjutan perlu diteruskan dengan penambahan bilangan responden agar dapatan yang diperolehi lebih jitu.

RUJUKAN

Attarian, A. (1990). The role of leisure in higher education. Leisure Information Quarterly, 16(2), 5-7.

Chatzisarantis, N., Hagger, M., Biddle, S., & Smith, B. (2005). The stability of the attitude-(1), 49–61.

Chiu, L. K., Hua, K. P. & Radzliyana, R. (2015). Pengenalpastian Faktor Psikologi yang Menentukan Penglibatan Pelajar Universiti Awam Tempatan dalam Aktiviti Fizikal Masa Senggang. Jurnal Pembangunan Sosial Jilid 18 (Jun) 2015: 79–96

Chih-Mou Hsieh. (1998). Leisure attitudes, motivation, participation, and satisfaction: tested on a model of leisure behavior. Unpublished doctoral thesis, Indiana University.

Corbin (1997) Fitness For Life (4th. Ed), Glenview IL: Scott, Foresman and Co.

Field, A. (2009). Discovering Statistics Using SPSS (3rd Edition). London: SAGE Publications.

Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. J. H. (2001). The influence of self-efficacy and past behaviour on the physical activity intentions of young people. Journal of Sport Science, 19, 711-725.

Hagger, M. S., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. J. H. (2002). A meta-analytic review of the theories of reasoned action and planned behavior in physical activity: Predictive and the contribution of additional variables, Journal of Sport & Exercise Psychology, 24, 3-32.

Hair, J.F, Black, W.C., Babin, B.J., & Anderson, R.E. (2010). Multivariate Data Analysis (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.

Henderson, K. A., & Ainsworth, B. E. (2001). Researching leisure and physical activity with women of color: Issues and emerging questions.
Leisure Sciences, 23, 21-34.

Iso-Ahola, S. E. (1980). The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, IA: WC. C. Brown.

Kementerian Kesihatan Malaysia. Obesiti Di Tempat Kerja. (2010). Vol. 1. 1-169

Khadijah Rohani Mohd Yunus, Mahani Razali & Ramlah Jantan. (2011). Psikologi Pendidikan. Edisi ke-2. Kuala Lumpur: Open University Malaysia

Lim Khong Chiu. (2004). Pengaruh sikap, motivasi dan efikasi-kendiri terhadap penyertaan aktiviti fizikal masa senggang di kalangan pelajar universiti awam tempatan (Doctoral dissertation, Tesis Ph.D yang tidak diterbitkan), Universiti Sains Malaysia.

Lim Khong Chiu. (2009). University students' attitude, self-efficacy and motivation regarding leisure time physical participation. Jurnal Pendidik dan Pendidikan, 24, 1-15.

Lim Khong Chiu., & Kalsom Kayat. (2010). Psychological determinants of leisure time physical activity participation among public university students in Malaysia. AJTLHE: ASEAN Journal of Teaching and Learning in Higher Education, 2(2), 35-49.

Martin, C. K., Coulon, S. M., Markward, N., Grenway, F. L., & Anton, S. D. (2009). Association between energy intake and viewing television, distractibility and memory for advertisements. American Journal of Clinical Nutrition, 89(1), 37- 44.

McDonald, D.G., & Hodgdon, J.A. (1991). The psychological effects of aerobic fitness training: Research and theory. New York: Springer-Verlag

Md Safian Mohd Tajuddin. (2007). Kesan aspek kesihatan terhadap produktiviti dalam kalangan pensyarah maktab perguruan. (Tesis Sarjana) Universiti Sains Malaysia.

Nurul, A. M., & Mohd R. A. (2018). Tahap Aktiviti Fizikal Dan Hubungannya Dengan Faktor Sosial Dalam Kalangan Wanita Bekerjaya. International Journal for Studies on Children, Women, Elderly And Disabled, Vol. 4, (June)

Pallant, J. (2010). SPSS Survival Manual (4th Edition). New York: McGraw-Hill Publications.

Pufal-Struzik, I. 1999. Self-actualization and other personality dimensions as predictors of mental health of intellectually gifted students. Roeper Review, 22(1), 44-47.

Rafatpanah, M., Seif, D., Khosravani, M., Alborzi, S. (2016). Prediction of Self-actualization Based on Personality Traits and Self-Awareness among Gifted Students. Journal of Health Sciences & Surveillance System, 4(4), 174-180

Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. Journal of Leisure Research, 14(2), 155-167.

Ryan, E. R. (2006). Disentangling motivation, intention and planning in the physical activity domain. Journal of sport psychology & exercise, 7(1): 15-27.

Syed, L., Mohd, I,, & Sareena, H. H. (2018). Kepentingan Aktiviti Fizikal Dalam Membina Personaliti Dan Meningkatkan Prestasi Akademik. Jurnal Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani Vol 7, No 1, 2018 (21-33)

Trudeau, F., & Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 5, 12.

Wan Nazaimoon Wan Mohamud, Kamarul Imran Musa, Amir Sharifuddin Md Khir, Aziz al-Safi Ismail, Ikram Shah Ismail, Khalid Abdul Kadir, & Wan Mohamad Wan Bebakar. (2011). Prevalence of overweight and obesity among adult Malaysian: An update. Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition, 20(1), 35-41.

Watson, J. F. (1996). The impact of leisure attitude and motivation on the physical recreation/leisure participation time of college students. Unpublished doctoral thesis, Purdue University.

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penglibatan Pelajar Dalam Permainan E-Sukan

Noraina Wahid[1], Norazlina Ahmad[2], Norhafiza Ahmad[3]

[1,2]Politeknik METrO Johor Bahru
[3]Kolej Komuniti Cawangan Gelang Patah

ABSTRAK

Perkembangan teknologi komputer dan internet telah menjadikan permainan e-sukan begitu berkembang pesat. Penglibatan dari pelbagai peringkat umur terutama pelajar di peringkat pengajian tinggi telah memberikan satu dimensi dalam kajian e-sukan. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi penglibatan pelajar dalam e-sukan. Maka kajian ini bertujuan melihat penglibatan e-sukan dikalangan pelajar peringkat diploma dalam bidang perdagangan. Soal selidik diedarkan kepada 169 responden pelajar Politeknik METrO Johor Bahru bagi semester dua hingga semester lima dan dianalisis secara deskriptif. Hasil dapatan menunjukkan min paling tinggi bagi faktor yang mempengaruhi penglibatan pelajar dalam e-sukan adalah faktor keseronokan dan kepuasan. Selain itu beberapa faedah yang diperolehi, namun faedah dengan min yang paling tinggi adalah peningkatan penguasaan bahasa Inggeris selain kelebihan faedah yang lain-lain seperti peningkatan komunikasi, keyakinan diri dan penyelesaian masalah.

Kata Kunci: e-sukan, permainan atas talian

1.0 PENGENALAN

Elektronik sukan atau e-sukan kini merupakan satu bentuk hiburan yang mendapat perhatian ekoran dari perkembangan teknologi komputer dan internet. Ia juga menyumbang kepada peningkatan pembelian peralatan berasakan komputer dan permainan video. Ia dijangka terus meningkat secara global dari 137.9 bilion USD pada 2018 kepada 180.1bilion USD pada 2021 (Abbasi, Nisar, Rehman, & Ting, 2020). Selain itu senario pertandingan diperingkat global juga merancakkan lagi persekitaran e-sukan dengan memberikan imbuhan yang bernilai ribuan USD kepada pemain-pemain e-sukan. Kebanyakkan pemain-pemain e-sukan adalah terdiri dari mereka yang menjadikan ia satu kerjaya dan profession mereka secara sepenuh masa. Perkembangan pesat e-sukan juga melanda Malaysia dengan adanya beberapa pemain-pemain e-sukan diperingkat antarabangsa (Lee & Schoenstedt, 2011). Selain itu e-sukan juga mendapat perhatian di Malaysia apabila wujudnya kelab e-sukan diperingkat sekolah dan universiti.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Menurut Edward (2013) e-sukan didefinasikan sebagai permainan video berasaskan komputer yang bersifat persaingan dan ia dimainkan oleh pemain professional melalui satu pertandingan secara elektronik. E-sukan atau sukan elektronik merupakan subset kepada permainan video. Ia mempunyai beberapa ciri-ciri tertentu yang membezakan ia dengan permainan video yang lain. Antara ciri utama e-sukan adalah ia biasanya dimainkan oleh pemain professional dan menjadikan ia satu kerjaya sepenuh masa atau sambilan (Gray, 2012). Selain itu pertandingan diurus secara professional dan memberikan imbuhan yang besar. E-sukan mempunyai tahap permainan yang sangat kompetatif dan kebiasaanya ia dimainkan secara berpasukan. Antara genre e-sukan yang popular adalah DOTA 2, *League of Legends, Counter Strike, Player Unknown's Battlegrouds* (PUBG) dan banyak lagi. Namun di Malaysia genre yang mendapat perhatian adalah e-sukan berasaskan strategi seperti DOTA 2, LOL dan PUBG. Ketiga-tiga permainan ini melibatkan pasukan yang akan berperang berasaskan pahlawan (*heroes*) dan disokong oleh beberapa rakan sepasukan dinamakan *supporting role*.

E-sukan bukan sahaja mendapat tempat dikalangan kaum lelaki namun ia juga pemain atau *gamers* dikalangan perempuan. Namun kebanyakkan kajian membuktikan bahawa lelaki lebih cenderung

bermain dengan permainan video (Chen, 2010; Chou & Tsai, 2007; Fox & Tang, 2014). Kebanyakan lelaki mempunyai keterujaan memenangi atau melangkah ke tahap yang tinggi berbanding wanita. Menjadi hero atau memenangi sesuatu pertandingan kebiasaannya menjadi matlamat utama lelaki (Gray, 2012), maka sikap dominan ini menjadikan lelaki cenderung bermain e-sukan berbanding perempuan.

Perkembangan pesat e-sukan juga melanda Malaysia dengan adanya beberapa pemain-pemain e-sukan di peringkat antarabangsa (Lee & Schoenstedt, 2011). Selain itu e-sukan juga mendapat perhatian di Malaysia apabila wujudnya kelab e-sukan di peringkat sekolah dan universiti. Namun bagi mewujudkan kelab e-sukan di peringkat institusi politeknik, adakah ia berpotensi untuk dilaksanakan? Sekiranya berpotensi, apakah kelab ini akan mendapat sambutkan dan kekal berfungsi seperti kelab lain? Maka kajian ini perlu dilakukan bagi melihat senario penglibatan e-sukan dari segi populasi pemain dikalangan pelajar peringkat pengajian tinggi disamping mengkaji faktor-faktor yang memperngaruhi penglibatan pelajar dalam e-sukan.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini secara asasnya adalah ingin melihat senario penglibatan e-sukan dikalangan populasi kajian ini. Populasi kajian ini adalah terdiri dari pelajar pendidikan pengajian tinggi di peringkat diploma. Oleh itu kajian ini akan mengkaji tiga objektif kajian yang telah digariskan. Objektif kajian ini adalah seperti berikut iaitu (a) menentukan jantina yang lebih cenderung bermain atau terlibat dengan e-sukan; (b) mengenalpasti faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan; (c) mengenalpasti faedah-faedah yang diperolehi daripada penglibatan dalam e-sukan.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian dijalankan secara kuantitatif dengan menjalankan kajian tinjauan. Ia menggunakan borang soal selidik yang terdiri dari 3 bahagian utama. Bahagian A mengandungi maklumat sosiodemografi responden dan bahagian B faktor-faktor yang menyebabkan mereka tidak berminat dengan e-sukan. Manakala bahagian C adalah pola permainan e-sukan, bahagian D adalah faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan dan bahagian E adalah faedah yang diperolehi dari penglibatan e-sukan. Borang soal selidik diedarkan secara atas talian menggunakan *google form*. Populasi kajian ini adalah semua pelajar semester 2 hingga semester akhir di Politeknik METrO Johor Bahru. Berdasarkan jadual Krejcie & Morgan (1970), jika populasi kajian adalah 300, maka bilangan sampel adalah 169 dengan ralat persampelan 5% dengan aras kebolehpercayaan 95%. Proses pemilihan sampel adalah persampelan rawak berstrata kepada tiga program utama iaitu DIB, DLS dan DEN, kemudian memberikan link google sheet kepada penasihat akademik setiap kelas dalam program tersebut.

Kajian rintis juga telah dijalankan ke atas 30 orang pelajar dengan latar belakang yang sama dengan sampel kajian. Dapatan menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* adalah 0.838 bagi konstruk faktor-faktor mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan, manakala bagi konstruk faedah yang diperolehi dari penglibatan dalam e-sukan adalah 0.895. Nilai-nilai ini menunjukkan soalan dalam instrumen adalah boleh dipercayai kerana nilai *Alpha Cronbach's* lebih dari 0.7 adalah diterima sebagai insrumen yang boleh dipercayai (Tuckman & Harper, 2012).

5.0 DAPATAN KAJIAN

Terdapat tiga dapatan utama dalam kajian ini iaitu sosiodemografi responden, faktor penglibatan dalam e-sukan dan faedah yang diperolehi dari penglibatan dalam e-sukan.

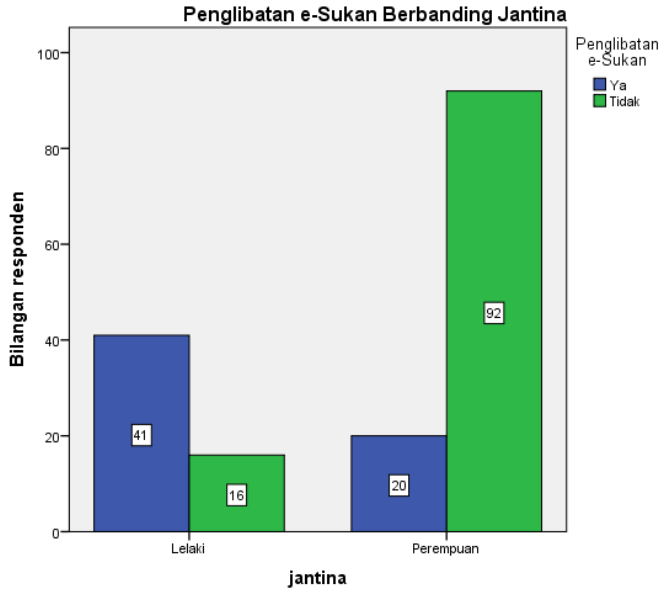
5.1 Sosiodemografi Responden

Seramai 169 responden telah terlibat sebagai sampel bagi kajian ini. Seramai 66.3% daripada responden adalah pelajar perempuan, manakala baki 33.7% adalah pelajar lelaki. Berdasarkan Jadual 1

menunjukkan 56.5% daripada 169 responden terlibat dengan e-sukan. Ini menunjukkan bahawa separuh daripada sampel terlibat dengan e-sukan. Rajah 1 menunjukkan pelajar lelaki lebih ramai terlibat dengan e-sukan iaitu 71.9% berbanding keseluruhan pelajar lelaki seramai 57 orang. Manakala hanya 17.85% sahaja pelajar perempuan terlibat dengan e-sukan bagi sejumlah 112 pelajar perempuan. Dapatan ini menunjukkan pelajar lelaki lebih cederung terlibat dengan e-sukan.

Jadual 1 : Taburan Jantina Berbanding Penglibatan e-Sukan

		Penglibatan e-Sukan		Jumlah
		Ya	Tidak	
jantina	Lelaki	41	16	57
	Perempuan	20	92	112
Total		61	108	169



Rajah 1 : Penglibatan e-Sukan Berbanding Jantina

Terdapat 5 genre e-sukan yang dikaji seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 2. Dari segi agihan peratusan jenis e-sukan yang dimainkan oleh responden menunjukkan lain-lain jenis e-sukan merupakan peratusan tertinggi iaitu 68.9% diikuti *League of Legends* dan *Pro Evolution Soccer* masing-masing 11.5%. Manakala yang kedua terendah Counter Strike sebanyak 6.6% dan paling rendah DOTA 2 iaitu 1.6%. Jadual menunjukkan semua jenis e-sukan yang disenaraikan adalah dimainkan oleh pelajar lelaki dan semua pelajar perempuan bermain e-sukan yang tidak disenaraikan jadual tersebut.

Jadual 2 : Jenis e-Sukan Yang Dimainkan Oleh Responden

		Jenis e-Sukan					**Total**
		DOTA 2	***League of Legends***	***Pro Evolution Soccer***	***Counter Strike***	**Lain-lain**	
Jantina	Lelaki	1	7	7	4	22	41
	Perempuan	0	0	0	0	20	20
Jumlah		1	7	7	4	42	61

5.2 Faktor Penglibatan Dalam e-Sukan

E-sukan semakin mendapat tempat di zaman ini bukan sahaja di Malaysia malah diperingkat global dan antarabangsa. Pelbagai faktor yang mempengaruhi penglibatan rakyat Malaysia terutama di peringkat pengajian tinggi. Berdasarkan Jadual 3, dapatan kajian menunjukkan min tertinggi adalah faktor e-sukan memberikan kepuasan dan keseronokan iaitu sebanyak 4.33, diikuti 4.30 iaitu e-sukan memberikan cabaran kepada saya. Menurut Moidunny (2009) adalah sangat tinggi apabila nilai min sekitar 4.21 hingga 5.00. Manakala min yang paling rendah adalah faktor sokongan dari ibu bapa iaitu 3.13, diikuti faktor permainan komputer merupakan hobi iaitu dengan min 3.6. Berdasarkan Moidunny (2009) juga, nilai min 2.61 – 3.20 membawa maksud sederhana.

Jadual 3 : Faktor Penglibatan Responden Dalam e-Sukan

Faktor Penglibatan Dalam e-Sukan	Min	Sisihan Piawai
Media masa yang banyak menyebarkan tentang e-sukan telah mempengaruhi minat dan penglibatan saya dalam e-sukan	4.16	.986
Wujudnya pertandingan yang menawarkan ganjaran yang lumayan menyebabkan saya berminat terlibat dengan e-sukan	3.97	1.110
saya berminat dengan perkara yang berkaitan dengan kecanggihan komputer/grafik menyebabkan saya terlibat dengan e-sukan	4.07	.929
e-sukan memberikan kepuasan dan keseronokkan kepada saya	4.33	.747
Bermain permainan komputer atau e-sukan merupakan hobi utama saya	3.61	1.069
Pengaruh rakan-rakan menyebabkan saya minat dan terlibat dalam e-sukan	3.97	.930
e-Sukan memberikan cabaran kepada saya	4.30	.823
Ibu bapa memberikan sokongan kepada penglibatan saya dalam e-sukan	3.13	1.103

5.3 Faedah Yang Diperolehi Dari Penglibatan Dalam e-Sukan

Seperti sukan fizikal, e-sukan juga mempunyai faedah dan kebaikan yang tersendiri. Walaupun tidak dinafikan ia juga mendatangkan keburukan dan kemudaratan. Namun dalam kajian ini, faedah dibincangkan dari sudut positif. Terdapat beberapa faedah yang diperolehi apabila terlibat dengan e-Sukan. Bagi kajian ini telah digariskan 5 faedah yang diperolehi melalui permainan e-sukan ini. Merujuk kepada Jadual 4, didapati secara keseluruhan min berada pada tahap tertinggi (Moidunny, 2009). Faedah yang mempunyai min paling tinggi adalah boleh meningkat kemahiran berbahasa Inggeris dengan min 4.50. Ia diikuti oleh faedah membolehkan menambahkan rakan baru dan boleh meningkatkan kemahiran berkomunikasi. Manakala min yang paling rendah adalah kebolehan meningkatkan keyakinan diri.

Jadual 4 : Faedah Yang Diperolehi Dari Penglibatan Dalam e-Sukan

Faedah Yang Diperolehi Dari Penglibatan Dalam e-Sukan	Min	Sisihan Piawai
Boleh menambahkan rakan baru	4.46	.721
Boleh meningkat kemahiran berkomunikasi	4.41	.783
Boleh meningkat kemahiran menyelesaikan masalah	4.33	.769
Boleh meningkatkan keyakinan diri (self confident)	4.31	.886
Boleh meningkatkan kemahiran berbahasa Inggeris	4.50	.772

6. PERBINCANGAN DAN CADANGAN

E-sukan merupakan satu permainan video yang sememangnya memerlukan kecekapan dan ketangkasan dalam mencapai sasaran yang ditetapkan. Maka ciri-ciri ini menjadikan ia sesuatu permainan yang memerlukan seseorang yang bersifak kompetatif tidak kira sama ada lelaki atau perempuan. Dapatan ini menunjukkan pelajar lelaki lebih cederung terlibat dengan e-sukan. Bagi menyokong dapatan ini, beberapa kajian lepas dijalankan (Chen, 2010; Chou & Tsai, 2007; Fox & Tang, 2014) juga menunjukkan pelajar lelaki lebih cenderung bermain e-sukan berbanding pelajar perempuan. Ini kerana pelajar lelaki dikatakan lebih cenderung kepada permainan berasaskan komputer lebih awal berbanding pelajar perempuan (Hainey, Connolly, Stansfield, & Boyle, 2011). Selain itu, pelajar lelaki dikatakan suka kepada cabaran dan pertandingan. Dua elemen ini sememangnya menjadi teras utama dalam sebuah permainan atas talian atau e-sukan menyebabkan ia menarik minat pelajar lelaki cenderung bermain e-sukan. Walaupun dapatan kajian kebanyakkan mengatakan pelajar lelaki lebih cenderung bermain e-sukan, namun terdapat dapatan kajian yang agak kontra iaitu pelajar perempaun dikatakan memperuntukan masa yang lebih lama bermain permainan atas talian berbanding pelajar lelaki (Kuo, Wang, & Yang, 2012; Williams, Yee, & Caplan, 2008).

Kajian yang dijalankan oleh Yusoff et.al (2020) adalah hampir sama dengan kajian ini, namun menunjukkan peratusan paling tinggi bagi genre e-sukan adalah DOTA2 dan ia bertentangan dengan dapatan kajian ini. Selain itu, statistik dari juga menunjukkan DOTA2 adalah pilihan utama rakyat Malaysia yang terlibat dengan permainan e-sukan. Namun bagi respoden kajian ini menunjukkan pilihan genre utama mereka adalah lain-lain iaitu antaranya PUBG, Fortnite dan Minecraft. Walau apapun genre e-sukan yang dimainkan, ia bergantung kepada pilihan pemain-pemain e-sukan. Kemungkinan responden ini terdiri dari pelajar aliran perdagangan, maka kebanyakkan mereka tidak berminat dengan DOTA berbanding pelajar dalam aliran teknikal atau kejuruteraan (Griffiths, Davies, & Chappell, 2004).

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi pelajar dalam bermain e-sukan. Namun dapatan kajian ini berpadanan dengan kajian yang dijalankan oleh Lee dan Schoenstedt (2011) menunjukkan faktor kepuasan dan cabaran menjadi faktor utama kepada penglibatan dalam e-sukan. Dan ia juga konsisten dengan dapatan dari kajian Kim dan Ross (2006) mendapati pemain akan merasa puas apabila mereka memenangi sesuatu tahap permainan. Walau bagaimanapun terdapat juga kajian yang menunjukkan faktor utama lain iaitu pengaruh pertandingan e-sukan melalui media masa (Yusoff et al., 2020). Mungkin perbezaan faktor ini disebabkan populasi dan ciri responden yang berbeza. Secara dasarnya faktor kepuasaan dan cabaran semasa bermain e-sukan menjadi faktor utama kepada penglibatan dalaman e-sukan.

Dapatan kajian ini didapati berlawanan dengan kajian yang dijalankan oleh Yusoff et. al (2020). Menurut kajian beliau, faedah e-sukan dalam meningkatkan kemahiran bahasa inggeris adalah min kedua tertinggi, manakala min yang tertinggi kajian beliau adalah menambah kepelbagaian aktiviti sukan dengan adanya pertandingan e-sukan secara kerap. Kebanyakkan permainan e-sukan menggunakan bahasa Inggeris, maka pemain akan berusaha perkataan yang digunakan. Secara tidak langsung akan meningkat penguasaan perkataan dalam bahasa inggeris. Selain itu, sekiranya pemain ingin bermain secara global, maka mereka perlu berkomunikasi dalam bahasa Inggeris. Situasi ini sememangnya sangat membantu meningkatkan komunikasi dalam bahasa Inggeris oleh pemain-pemain e-sukan. Maka tidak dapat dinafikan lagi faedah yang sangat positif adalah faedah dari penglibatan dalam e-sukan dan aspek peningkatan kemahiran berkomunikasi dalam bahasa Inggeris.

6.0 PENUTUP

E-sukan sebenarnya telah memberikan satu dimensi baru dalam ruang lingkup permainan video yang suatu masa dahulu hanya dimainkan secara suka-suka. Namun dengan kehadiran e-sukan, ia menjadi sesuatu yang lebih serius dan boleh menjadi satu kerjaya yang professional dan mampu menjamin masa hadapan. Kesinambungan dengan kajian ini, pengkaji mencadangkan analisis kajian yang lebih bersifat inferensi bagi melihat faktor-faktor yang mempengaruhi keterlibatan dalam e-sukan.

RUJUKAN

Abbasi, A. Z., Nisar, S., Rehman, U., & Ting, D. H. (2020). Impact of HEXACO personality factors on consumer video game engagement: a study on eSports. *Frontiers in Psychology*, *11*, 1831.

Chen, L. S.-L. (2010). The impact of perceived risk, intangibility and consumer characteristics on online game playing. *Computers in Human Behavior*, *26*(6), 1607–1613.

Chou, C., & Tsai, M.-J. (2007). Gender differences in Taiwan high school students' computer game playing. *Computers in Human Behavior*, *23*(1), 812–824.

Edwards, T. F. M. (2013). eSports: a brief history. *Retrieved on*, *21*, 2016.

Fox, J., & Tang, W. Y. (2014). Sexism in online video games: The role of conformity to masculine norms and social dominance orientation. *Computers in Human Behavior*, *33*, 314–320.

Gray, K. L. (2012). Deviant bodies, stigmatized identities, and racist acts: Examining the experiences of African-American gamers in Xbox Live. *New Review of Hypermedia and Multimedia*, *18*(4), 261–276.

Griffiths, M. D., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. *CyberPsychology & Behavior*, *7*(4), 479–487.

Hainey, T., Connolly, T., Stansfield, M., & Boyle, E. (2011). The differences in motivations of online game players and offline game players: A combined analysis of three studies at higher education level. *Computers & Education*, *57*(4), 2197–2211.

Kim, Y., & Ross, S. D. (2006). An exploration of motives in sport video gaming. *International Journal of Sports Marketing & Sponsorship*, *8*(1).

Krejcie, R. V, & Morgan, D. W. (1970). Krejcie & Morgan. *Educational and Psychological Measurement*.

Kuo, W.-C., Wang, S.-T., & Yang, J.-C. (2012). An empirical analysis of the playing time by different genders and ages in an MMORPG. In *2012 IEEE Fourth International Conference On Digital Game And Intelligent Toy Enhanced Learning* (pp. 114–116). IEEE.

Lee, D., & Schoenstedt, L. J. (2011). Comparison of eSports and traditional sports consumption motives. *ICHPER-SD Journal Of Research*, *6*(2), 39–44.

Moidunny, K. (2009). The effectiveness of the national professional qualifications for educational leaders (NPQEL). *Unpublished Doctoral Dissertation, Bangi: The National University of Malaysia*.

Tuckman, B. W., & Harper, B. E. (2012). *Conducting educational research*. Rowman & Littlefield Publishers.

Williams, D., Yee, N., & Caplan, S. E. (2008). Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. *Journal of Computer-Mediated Communication*, *13*(4), 993–1018.

Yusoff, N. H., Lyndon, N., Yunus, Y. H. M., Tahir, Z., & Hasan, N. A. (2020). Faedah Keterlibatan Belia Di Dalam E-Sukan (Benefits Of Youth Involvevement In E-Sports). *Akademika*, *90*(1).

Tinjauan Hubungan Penglibatan Dalam E-Sukan Terhadap Pencapaian Pelajar

Azirin Abdul Aziz[1], Norazlina Ahmad[2], Mohd Yusof Tawang[3]

[1,2,3] Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

E-sukan merupakan salah satu sukan berasaskan permainan video yang dilaksanakan secara maya. Ia memang sangat tidak asing bagi generasi z dan alpa. Namun kekerapan ia dimainkan akan memberikan impak kepada aktiviti kehidupan terutamanya kepada pencapaian pembelajaran pelajar. Maka kajian ini bertujuan mengkaji hubungan kekerapan dan jumlah masa yang diperuntukan untuk bermain e-sukan terhadap prestasi pembelajaran. Di samping melihat faktor-faktor yang mempengaruhi tempoh masa bermain e-sukan menggunakan analisis regresi stepwise. Kajian tinjauan telah dijalankan ke atas 169 responden pelajar Politeknik METrO Johor Bahru bagi semester dua hingga semester akhir. Ia dianalisis secara deskriptif dan inferensi. Hasil dapatan menunjukkan tidak terdapat hubungan positif antara tempoh masa bermain e-sukan terhadap pencapaian pelajar. Selain itu, kajian ini menghasilkan model regresi bagi faktor-faktor yang mempengaruhi tempoh masa bermain e-sukan berbanding jantina.

Kata Kunci: e-sukan, permainan atas talian, pencapaian pelajar

1.0 PENGENALAN

Elektronik sukan atau e-sukan kini merupakan satu bentuk hiburan yang mendapat perhatian ekoran dari perkembangan teknologi komputer dan internet. Ia juga menyumbang kepada peningkatan pembelian peralatan berasaskan komputer dan permainan video. Ia dijangka terus meningkat secara global dari 137.9 bilion USD pada 2018 kepada 180.1bilion USD pada 2021 (Abbasi et al., 2020). Selain itu, senario pertandingan di peringkat global juga merancakkan lagi persekitaran e-sukan dengan memberikan imbuhan yang bernilai ribuan USD kepada pemain-pemain e-sukan. Ia juga telah diiktiraf sebagai salah satu sukan dalam Asia Games 2022 di China (Hallmann & Giel, 2018).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Menurut Wagner (2006) e-sukan adalah salah satu bidang aktiviti sukan yang membolehkan pemain permainan membina dan melatih minda dan koordinasi tangan-mata melalui permainan berasaskan teknologi maklumat dan komunikasi. E-sukan atau sukan elektronik merupakan subset kepada permainan video. Ia mempunyai beberapa ciri-ciri tertentu yang membezakan ia dengan permainan video yang lain. Antara ciri utama e-sukan adalah ia biasanya dimainkan oleh pemain professional dan menjadikan ia satu kerjaya sepenuh masa atau sambilan (Gray, 2012). Selain itu e-sukan boleh dimiliki oleh sesiapa sahaja yang membina permainan e-sukan secara digital, namun tidak bagi sukan fizikal. Ia juga mempunyai tahap permainan yang sangat kompetitif dan kebiasaanya ia dimainkan secara berpasukan. E-sukan boleh diklasifikasi kepada beberapa jenis utama berdasarkan kaedah permainan.

Perkembangan pesat e-sukan juga melanda Malaysia dengan adanya beberapa pemain-pemain e-sukan di peringkat antarabangsa (Lee & Schoenstedt, 2011). Selain itu e-sukan juga mendapat perhatian di Malaysia apabila wujudnya kelab e-sukan di peringkat sekolah dan universiti. Bagi mewujudkan kelab e-sukan atau lebih jauh lagi mewujudkan silibus kokurikulum e-sukan. Maka ia memerlukan dapatan kajian bagi melihat adakah ia relevan dari segi potensi ia dilaksanakan dan hubungan penglibatan e-sukan terhadap prestasi akademik pelajar. Penglibatan pelajar boleh diukur dari segi masa penglibatan semasa bermain e-sukan manakala prestasi akademik diukur menggunakan pencapaian CGPA.Terdapat dapatan yang berbeza dari segi hubungan penglibatan e-sukan terhadap prestasi akademik pelajar (Reitman et al., 2020; Ventura et al., 2012). Maka kajian ini perlu dilakukan

bagi melihat senario penglibatan e-sukan dari segi populasi pemain dikalangan pelajar peringkat pengajian tinggi.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini bertujuan mengkaji hubungan tempoh masa bermain e-sukan berbanding dua pembolehubah. Objektif kajian ini adalah seperti berikut iaitu; (a) mengkaji hubungan tempoh masa bermain e-sukan dengan prestasi akademik; (b) mengkaji hubungan antara tempoh masa untuk bermain e-sukan berbanding faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan berbanding jantina.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian dijalankan secara kuantitatif dengan menjalankan kajian tinjauan. Ia menggunakan borang soal selidik yang terdiri dari 3 bahagian utama. Bahagian A mengandungi maklumat sosiodemografi responden dan bahagian B soalan bagi mereka yang tidak bermain e-sukan. Manakala bahagian C adalah pola tingkah laku permainan e-sukan dan bahagian D adalah faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan. Borang soal selidik diedarkan secara atas talian menggunakan *google form*.

Populasi kajian ini adalah semua pelajar semester dua hingga semester akhir di Politeknik METrO Johor Bahru. Berdasarkan jadual Krejcie & Morgan (1970), jika populasi kajian adalah 300, maka bilangan sampel adalah 169 dengan ralat persampelan 5% dengan aras kebolehpercayaan 95%. Proses pemilihan sampel adalah persampelan rawak dengan link google sheet kepada penasihat akademik setiap kelas dalam program tersebut. Kajian rintis juga telah dijalankan ke atas 30 orang pelajar dengan latar belakang yang sama dengan sampel kajian. Dapatan menunjukkan nilai *Alpha Cronbach's* adalah antara 0.797 hingga 0.864 bagi konstruk faktor-faktor mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan (Jadual 1). Nilai-nilai ini menunjukkan soalan dalam instrumen adalah boleh dipercayai kerana nilai *Alpha Cronbach's* lebih dari 0.7 adalah diterima sebagai insrumen yang boleh dipercayai (Tuckman & Harper, 2012).

Jadual 1 : Pengukuran Kebolehpercayaan Instrumen

Faktor Penglibatan Dalam e-Sukan	**Nilai Alpha Cronbach's**
Media masa yang banyak menyebarkan tentang e-sukan telah mempengaruhi minat dan penglibatan saya dalam e-sukan	.829
Wujudnya pertandingan yang menawarkan ganjaran yang lumayan menyebabkan saya berminat terlibat dengan e-sukan	.806
Saya berminat dengan perkara yang berkaitan dengan kecanggihan komputer/grafik menyebabkan saya terlibat dengan e-sukan	.797
E-sukan memberikan kepuasan dan keseronokkan kepada saya	.810
Bermain permainan komputer atau e-sukan merupakan hobi utama saya	.798
Pengaruh rakan-rakan menyebabkan saya minat dan terlibat dalam e-sukan	.826
E-sukan memberikan cabaran kepada saya	.810
Ibu bapa memberikan sokongan kepada penglibatan saya dalam e-sukan	.864

5.0 DAPATAN KAJIAN

Berikut adalah dapatan bagi kajian ini. Ia meliputi sosiodemografi responden dan pengujian hipotesis berkaitan tempoh masa bermain, prestasi akademik dan faktor-faktor yang mempengaruhi penglibatan dalam e-sukan..

5.1 Sosiodemografi Responden

Seramai 169 responden telah terlibat sebagai sampel bagi kajian ini. Seramai 66.3% daripada responden adalah pelajar perempuan, manakala baki 33.7% adalah pelajar lelaki. Berdasarkan Jadual 2

menunjukkan 36.1% daripada 169 responden terlibat dengan e-sukan. Didapati pelajar lelaki lebih ramai terlibat dengan e-sukan iaitu 71.9% berbanding keseluruhan 61 orang. Manakala hanya 17.85% sahaja pelajar perempuan terlibat dengan e-sukan bagi sejumlah 112 pelajar perempuan. Dapatan ini menunjukkan pelajar lelaki lebih cederung terlibat dengan e-sukan berbanding pelajar perempuan.

Jadual 2 : Taburan Jantina Berbanding Penglibatan e-Sukan

		Penglibatan e-Sukan		**Jumlah**
		Ya	tidak	
Jantina	Lelaki	41	16	57
	Perempuan	20	92	112
Jumlah		61	108	169

Terdapat 6 permainan e-sukan yang dikaji seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 3. Dari segi agihan peratusan e-sukan yang dimainkan oleh responden menunjukkan PUBG merupakan peratusan tertinggi iaitu 40.9% diikuti *Mobile Legends* sebanyak 27.9%. Manakala agihan bilangan responden bagi kedua-dua e-sukan ini berdasarkan jantina adalah hampir sama, namun tidak bagi empat e-sukan yang lain. Jadual 4 pula menunjukkan agihan berdasarkan tiga jenis e-sukan utama. Peratusan tertinggi adalah jenis First Person Shooter (FPS) iaitu 47.5% dan diikuti Multiple Online Battle Arena (MOBA) sebanyak 36.1%.

Jadual 3 : Permainan e-Sukan Yang Dimainkan Oleh Responden

		Jenis e-Sukan						**Jumlah**
		Mobile Legend	**PUBG**	**League of Legends**	**Pro Evolution Soccer**	**Counter Strike**	**Lain-lain**	
Jantina	Lelaki	10	15	5	7	4	0	41
	Perempuan	7	10	0	0	0	3	20
Jumlah	Frekuensi	17	25	5	7	4	3	61
	Peratus	27.9	40.9	8.3	11.5	6.6	4.8	100

Jadual 4 : Jenis e-Sukan Yang Dimainkan Oleh Responden

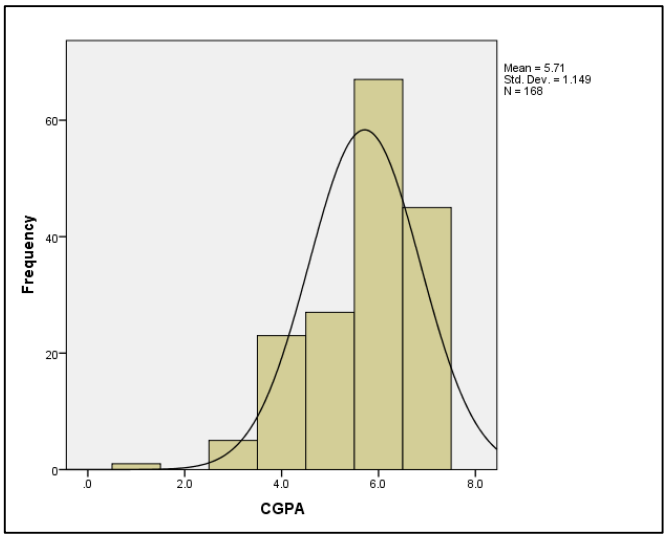
Jenis e-Sukan	**Lelaki**	**Perempuan**	**Jumlah**	**Peratus**
First Person Shooter (FPS) *PUBG* dan *Counter Strike*	19	10	29	47.5
Multiple Online Battle Arena (MOBA) *Mobile Legend* dan *League of Legends*	15	7	22	36.1
Sport Games *Pro Evolution Soccer*	7	0	7	11.5
Lain-Lain	0	3	3	4.9
Jumlah	**41**	**20**	**61**	**100**

Jadual 5 menunjukkan taburan tahap pencapaian akademik responden berdasarkan CGPA. Didapati peratusan tertinggi adalah 40.2% iaitu CGPA antara 3.34-3.67 dan yang paling rendah CGPA bawah 2.00 iaitu 0.6%. Manakala secara graf (Rajah 1) didapati ia pencong kekanan dengan nilai taburan ini tertabur secara normal dengan nilai Skewness -0.933 dan nilai Kurtosis 0.849. Ia dianggap normal kerana masih berada dalam nilai ±1.96 bagi nilai Skewness dan Kurtosis (Chua, 2012).

Jadual 5 : Taburan Tahap Pencapaian Akademik Responden Kajian

Masa	**Kekerapan**	**Peratus**
Bawah 2.0	1	0.6
2.34-2.67	5	3.0
2.68-3.00	23	13.6
3.01-3.33	27	16.0

3.34-3.67	68	40.2
Atas 3.67	45	26.6
Jumlah	**169**	**100**



Rajah 1 : Graf Taburan Tahap Pencapaian Akademik Responden Kajian

5.2 Masa Diperuntukan Untuk Bermain e-Sukan

Jadual 6 menunjukkan taburan kekerapan masa yang diperuntukan oleh responden dalam bermain e-sukan. Didapati kekerapan paling tinggi adalah peruntukan masa 1 hingga 2 jam bagi satu kali permainan iaitu sebanyak 32.8%. Dapatan yang bermakna menunjukkan sebanyak 70.5 peratus daripada keseluruhan responden memperuntukan masa bawah 2 jam. Manakala tempoh masa kekerapan paling rendah adalah lebih 3 jam iaitu sebanyak 3.3%. Selain itu hanya 11.5% sahaja daripada responden memperuntukan masa bermain e-sukan kurang dari 30 minit.

Jadual 6 : Taburan Taburan Kekerapan Tempoh Bermain e-Sukan

Masa	**Kekerapan**	**Peratus**
Kurang 30 minit	7	11.5
30 minit hingga 1 jam	16	26.2
1 hingga 2 jam	20	32.8
2 hingga 3 Jam	16	26.2
Lebih 3 jam	2	3.3
Jumlah	**61**	**100**

Jadual 7 pula menunjukkan taburan tempoh masa bermain e-sukan berbanding jantina. Dapatan kajian menunjukkan perempuan lebih cenderung bermain dalam tempoh kurang dari 30 minit berbanding lelaki iaitu sebanyak 70%. Dan tidak ada perempuan yang bermain lebih dari 3 jam berbanding responden lelaki. Dapatan beberapa kajian lepas juga menunjukkan pelajar lelaki lebih cenderung bermain e-sukan lebih lama berbanding pelajar perempuan.

Jadual 7 : Taburan Tempoh Masa Bermain e-Sukan Berbanding Jantina

		Masa Bermain e-Sukan					**Jumlah**
		Kurang 30 minit	**30 minit hingga 1 jam**	**1-2 jam**	**2 hingga 3 jam**	**Lebih 3 jam**	
Jantina	Lelaki	2	10	14	13	2	41
	Perempuan	5	6	6	3	0	20
Jumlah		**7**	**16**	**20**	**16**	**2**	**61**

5.3 Hubungan Tempoh Masa Bermain Terhadap Faktor-Faktor Penglibatan Dalam e-Sukan

Analisis Regresi *Stepwise* telah dilaksanakan bagi meramal faktor-faktor yang menyumbang kepada tempoh masa bermain e-sukan terhadap jantina. Terdapat 8 faktor-faktor yang menyumbang

kepada tempoh bermain e-sukan seperti dalam Jadual 3. Bagi responden lelaki, hanya dua faktor sahaja mempengaruhi seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 7. Koefisien piawai (Beta) bagi tawaran ganjaran lumayan adalah 0.335 ($p<0.05$) menjadi faktor kepada tempoh masa bermain e-sukan. Begitu juga dengan Faktor pengaruh rakan sebaya juga mempengaruhi secara positif tempoh bermain e-sukan dengan koefisien piawai (Beta) bernilai 0.332 ($p<0.05$). Dalam ujian ini, dengan nilai R2 = 0.63 dapat dijelaskan bahawa hanya 63% perubahan variasi kedua-dua pembolehubah dapat dihubungkaitkan.

Jadual 8 : Model Regresi Bagi Tempoh Masa Bermain e-Sukan Berdasarkan Jantina

Jantina	Pembolehubah Jangkaan	B	SE	β	Sig.	R2
Lelaki	Tawaran ganjaran lumayan	0.316	0.134	0.335	0.024	0.628
	Pengaruh rakan sebaya	0.341	0.146	0.332	0.025	
Perempuan	Kepuasan dan keseronokan	0.790	0.264	0.577	0.008	0.577

Manakala bagi responden perempuan pula, hanya satu sahaja faktor dengan koefisien piawai (Beta) 0.577 ($p<0.05$) iaitu faktor kepuasan dan keseronokan. Nilai tersebut menunjukkan hubungan yang kuat secara signifikan dengan kebarangkalian mendapat $\beta= 0.577$ secara kebetulan sebanyak 5 kali dalam 100 cubaan. Dalam ujian ini, dengan nilai R2 = 0.577 dapat dijelaskan bahawa hanya 58% perubahan variasi kedua-dua pembolehubah dapat dihubungkaitkan.

5.4 Hubungan Prestasi Akademik Terhadap Jangka Masa Bermain e-Sukan

Ujian T sampel tak bersandar telah dilakukan terhadap prestasi akademik pelajar untuk menentukan sama ada min adalah berbeza secara signifikan di antara pelajar bermain e-sukan (min = 3.28, SP = .42) dengan pelajar tidak bermain e-sukan (min = 3.10, SP = .41). Dapatan ujian menunjukkan Ho diterima dan tidak terdapat perbezaan signifikan di antara kedua-dua kumpulan pelajar tersebut, $t(167)=1.55$, $p < .05$. Sela aras keyakinan 95% untuk perbezaan min adalah di antara -0.16 hingga 1.12. Manakala bagi ujian korelasi dijalankan mengkaji hubungan tempoh masa bermain e-sukan berbanding prestasi akademik bagi responden yang terlibat dengan e-sukan. Nilai pekali korelasi r=-.016, n=61 dengan nilai p>.001 menunjukkan Ho diterima iaitu tidak terdapat hubungan antara tempoh masa bermain e-sukan terhadap prestasi akademik pelajar.

6.0 PERBINCANGAN

Beberapa kajian lepas dijalankan (Chen, 2010; Chou & Tsai, 2007; Fox & Tang, 2014) telah menunjukkan pelajar lelaki lebih cenderung bermain e-sukan berbanding pelajar perempuan. Ini kerana pelajar lelaki dikatakan lebih cenderung kepada permainan berasaskan komputer lebih awal berbanding pelajar perempuan (Hainey et al., 2011). Selain itu, pelajar lelaki dikatakan suka kepada cabaran dan pertandingan berbanding perempuan. Mereka juga dikatakan sangat cekap apabila melibatkan kemahiran berasaskan spatial dan visual yang memerlukan koordinasi mata dan kecekapan membuat keputusan dengan cepat. Dua elemen ini sememangnya menjadi teras utama dalam sebuah permainan atas talian atau e-sukan menyebabkan ia menarik minat pelajar lelaki cenderung bermain e-sukan. Walaupun dapatan kajian kebanyakkan mengatakan pelajar lelaki lebih cenderung bermain e-sukan, namun terdapat dapatan kajian yang agak kontra iaitu pelajar perempuan dikatakan memperuntukan masa yang lebih lama bermain permainan atas talian berbanding pelajar lelaki (Kuo et al., 2012; Williams et al., 2008).

Kajian yang dijalankan oleh Yusoff et.al (2020) adalah hampir sama dengan kajian ini, namun menunjukkan peratusan paling tinggi bagi genre e-sukan adalah DOTA2 dan ia bertentangan dengan dapatan kajian ini. Selain itu, statistik juga menunjukkan DOTA2 adalah pilihan utama rakyat Malaysia yang terlibat dengan permainan e-sukan. Namun bagi responden kajian ini menunjukkan pilihan genre utama mereka adalah lain-lain iaitu antaranya PUBG, Fortnite dan Minecraft. Walau apapun genre e-sukan yang dimainkan, ia bergantung kepada pilihan pemain-pemain e-sukan. Kemungkinan responden ini terdiri dari pelajar aliran perdagangan, maka kebanyakkan mereka tidak berminat dengan DOTA berbanding pelajar dalam aliran teknikal atau kejuruteraan (Griffiths et al., 2004).

Kita sering beranggapan bahawa permainan video atau e-sukan boleh menyebabkan prestasi pembelajaran merosot. Namun kajian ini membuktikan bahawa prestasi akademik tidak akan terganggu dengan bermain e-sukan dari segi diukur tempoh masa bermain. Beberapa kajian lepas menunjukkan tempoh masa bermain e-sukan sekitar bawah 2 – 3 jam didapati tidak menggangu masa belajar dan seterusnya tidak memberi kesan kepada prestasi akademik. Ia disokong juga dengan kajian yang dijalankan oleh Ip et al., (2008) yang mengukur berdasarkan persepsi juga telah menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan dengan prestasi akademik. Kajian menunjukkan (Liu & Peng, 2009) tempoh masa bermain tidak signifikan dengan kemerosotan prestasi akademik. Ini mungkin disebabkan jumlah yang bermain dalam tempoh yang lama, iaitu melebihi 4 jam mempunyai saiz sampel yang kecil. Secara purata hanya 3% sahaja dari keseluruhan responden akan bermain e-sukan secara ekstrim iaitu melebihi 4 jam sehari/sekali masa bermain dan purata lebih 30 jam seminggu (Arockiyasamy et al., 2016). Tempoh bermain yang sederhana dikatakan juga memberi faedah kepada prestasi akademik kerana mereka ini mempunyai personaliti kesungguhan yang tinggi (Ventura et al., 2012).

Tempoh masa bermain e-sukan biasanya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Chou dan Tsai (Chou & Tsai, 2007), faktor-faktor yang mempengaruhi tempoh masa bermain e-sukan bagi lelaki dan perempuan adalah sama iaitu disebabkan e-sukan memberi hiburan, mengisi masa lapang, bersosial dan mencari maklumat. Selain itu faktor lain seperti persaingan, pengaruh rakan sebaya dan kemahiran (Lee & Schoenstedt, 2011). Kedua-dua kajian ini berpadanan dengan kajian yang telah dijalankan iaitu merujuk kepada faktor pengaruh rakan sebaya, kepuasan dan keseronokan. Namun tidak dapat dinafikan dikatakan lelaki lebih berminat dengan e-sukan kerana wujudnya elemen maskulin seperti menunjukkan kekuatan, pertarungan dan penguasaan berbanding perempuan (Chou & Tsai, 2007).

7.0 PENUTUP

E-sukan sebenarnya telah memberikan satu dimensi baru dalam ruang lingkup permainan video yang suatu masa dahulu hanya dimainkan secara suka-suka. Namun dengan kehadiran e-sukan ia lebih kepada sesuatu yang lebih serius dengan menjadikan ia sebuah satu kerjaya yang professional dan menjamin masa hadapan. Kesinambungan dengan kajian ini, pengkaji mencadangkan kajian yang lebih menjurus kepada pemain e-sukan yang mempunyai tempoh bermain lebih 4 jam berbanding personaliti bagi melihat kesannya terhadap prestasi akademik.

RUJUKAN

Alloza, S., Santos, A. F., and Escribano, F. (2018). Relationship Between Video Games Genre and Soft Skills Development. Available online at: https://gecon.es/ game-genres-and-soft-skills/ (accessed January 6, 2019).

Abbasi, A. Z., Nisar, S., Rehman, U., & Ting, D. H. (2020). Impact of HEXACO personality factors on consumer video game engagement: a study on eSports. Frontiers in Psychology, 11, 1831.

Arockiyasamy, G., Surendheran, K., & Bullard, S. K. (2016). The influence of playing video games on academic performance among graduates of Karunya University. Journal of Advances in Humanities and Social Sciences, 2(3), 119–132.

Bányai, F., Griffiths, M. D., Király, O., & Demetrovics, Z. (2019). The psychology of esports: A systematic literature review. Journal of Gambling Studies, 35(2), 351–365.

Chen, L. S.-L. (2010). The impact of perceived risk, intangibility and consumer characteristics on online game playing. Computers in Human Behavior, 26(6), 1607–1613.

Chou, C., & Tsai, M.-J. (2007). Gender differences in Taiwan high school students' computer game playing. Computers in Human Behavior, 23(1), 812–824.

Chua, Y. P. (2012). Buku 2: Asas statistik penyelidikan-kaedah dan statistik penyelidikan. Shah Alam. McGraw-Hill Education.

Fox, J., & Tang, W. Y. (2014). Sexism in online video games: The role of conformity to masculine norms and social dominance orientation. Computers in Human Behavior, 33, 314–320.

Gray, K. L. (2012). Deviant bodies, stigmatized identities, and racist acts: Examining the experiences of African-American gamers in Xbox Live. New Review of Hypermedia and Multimedia, 18(4), 261–276.

Griffiths, M. D., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2004). Demographic factors and playing variables in online computer gaming. CyberPsychology & Behavior, 7(4), 479–487.

Hainey, T., Connolly, T., Stansfield, M., & Boyle, E. (2011). The differences in motivations of online game players and offline game players: A combined analysis of three studies at higher education level. Computers & Education, 57(4), 2197–2211.

Hallmann, K., & Giel, T. (2018). eSports–Competitive sports or recreational activity? Sport Management Review, 21(1), 14–20.

Ip, B., Jacobs, G., & Watkins, A. (2008). Gaming frequency and academic performance. Australasian Journal of Educational Technology, 24(4).

Krejcie, R. V, & Morgan, D. W. (1970). Krejcie & Morgan. Educational and Psychological Measurement.

Kuo, W.-C., Wang, S.-T., & Yang, J.-C. (2012). An empirical analysis of the playing time by different genders and ages in an MMORPG. 2012 IEEE Fourth International Conference On Digital Game And Intelligent Toy Enhanced Learning, 114–116.

Lee, D., & Schoenstedt, L. J. (2011). Comparison of eSports and traditional sports consumption motives. ICHPER-SD Journal Of Research, 6(2), 39–44.

Liu, M., & Peng, W. (2009). Cognitive and psychological predictors of the negative outcomes associated with playing MMOGs (massively multiplayer online games). Computers in Human Behavior, 25(6), 1306–1311.

Reitman, J. G., Anderson-Coto, M. J., Wu, M., Lee, J. S., & Steinkuehler, C. (2020). Esports research: A literature review. Games and Culture, 15(1), 32–50.

Tuckman, B. W., & Harper, B. E. (2012). Conducting educational research. Rowman & Littlefield Publishers.

Ventura, M., Shute, V., & Kim, Y. J. (2012). Video gameplay, personality and academic performance. Computers & Education, 58(4), 1260–1266.

Wagner, M. G. (2006). On the Scientific Relevance of eSports. International Conference on Internet Computing, 437–442.

Williams, D., Yee, N., & Caplan, S. E. (2008). Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. Journal of Computer-Mediated Communication, 13(4), 993–1018.

Yusoff, N. H., Lyndon, N., Yunus, Y. H. M., Tahir, Z., & Hasan, N. A. (2020). Faedah Keterlibatan Belia Di Dalam E-Sukan (Benefits Of Youth Involvevement In E-Sports). Akademika, 90(1).

Persepsi Pelajar Menyertai Pasukan Badan Beruniform Pasukan Institusi Pertahanan Awam (PISPA) Sesi Jun 2019 Di Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah, Shah Alam

Noor Hayati Binti Mat Taib[1], Mardiana Binti Haron[2], Mohd Nor Hafiz Bin Saleh[3]

[1,2,3] Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah

ABSTRAK

Kokurikulum merupakan elemen yang sama penting dengan kurikulum akademik dalam pendidikan negara selaras dengan Falsafah Pendidikan Negara iaitu untuk melahirkan insan yang seimbang dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek. Walau bagaimanapun masih terdapat segelintir pelajar yang menganggap kokurikulum adalah kursus yang tidak penting, ambil mudah dan setakat beranggapan hanya untuk lulus sahaja. Senario semasa yang berlaku bagi kursus PISPA, statistik menunjukkan bilangan ahli semakin berkurangan pada setiap semester dan paling ketara untuk semester 4 dan 5 yang mana tiada kredit ditawarkan. Kajian ini bertujuan untuk mengkaji persepsi pelajar terhadap keberkesanan menyertai Pasukan Institusi Pertahanan Awam (PISPA) sebagai pasukan badan berunifom pilihan kokurikulum di Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah (PSA). Kokurikulum badan uniform ini mendapat bimbingan sepenuhnya daripada Pasukan Pertahanan Awam Malaysia (APM) Daerah Klang. Instrumen kajian ini adalah menggunakan borang soal selidik secara *Google Form* dan dianalisa menggunakan *SPSS version 20.0* . Item-item soal selidik pelajar menggunakan skala Likert 5. Peserta kajian terdiri daripada 82 orang pelajar PSA yang berdaftar sebagai anggota PISPA bagi Sesi Jun 2019. Analisis Min digunakan untuk menilai tahap persepsi pelajar. Dapatan kajian menunjukkan persepsi pelajar terhadap ilmu kemahiran Pertahanan Awam berada pada tahap tinggi. Kajian juga mendapati PISPA perlu dikekalkan supaya politeknik dapat melahirkan pelajar TVET lebih berketrampilan, berdaya saing , holistik serta berciri Warga Global. Secara kesimpulannya, kajian ini juga sebagai kayu ukur untuk meningkatkan tahap persepsi dan kesedaran dikalangan pelajar terhadap kepentingan menyertai pasukan badan beruniform yang dianjurkan oleh Politeknik Malaysia dan seterusnya dapat memenuhi Teras 1 seperti yang termaktub dalam Pelan Strategik Jabatan Pendidikan Politeknik & Kolej Komuniti iaitu menghasilkan graduan TVET.

Kata Kunci: *kokurikulum; PISPA;badan uniform;Pertahanan Awam*

1.0 PENGENALAN

Kokurikulum adalah kursus yang wajib diambil oleh semua pelajar di institusi pengajian tinggi dan telah menjadi sebahagian daripada sistem Pendidikan di Malaysia pada ketika ini. Kursus Kokurikulum menjadi satu kegiatan yang diwajibkan serta diberikan kredit untuk kursus tersebut dan merupakan syarat untuk bergraduat kepada pelajar di semua UA, IPTA dan IPTS. Kokurikulum dianggap sebagai satu medium untuk memenuhi hasrat dasar pendidikan kebangsaan, iaitu perpaduan di kalangan pelajar yang terdiri dari berbilang kaum. Laporan Jawatankuasa Kabinet (1979) telah menyatakan bahawa semua pelajar hendaklah digalakkan supaya mengambil bahagian yang lebih aktif dalam aktiviti kokurikulum. Setiap pelajar wajib menyertai salah satu daripada aktiviti kokurikulum di institusi pengajian tinggi iaitu samada menyertai satu badan beruniform, satu sukan atau permainan dan satu kelab atau persatuan. Aktiviti kokurikulum di IPTA dan IPTS adalah bertujuan untuk memberi pengalaman kepada pelajar yang akan membantu mereka dalam mencapai kehidupan yang lebih berdisiplin dan bertanggungjawab pada masa akan datang.

Kohort pertama PISPA PSA telah ditubuhkan pada sesi Disember 2014 bagi pelaksanaan kokurikulum baharu bagi semua Politeknik. Pada peringkat awal penubuhan, PISPA PSA mencatat kejayaan gemilang seterusnya mengharumkan nama PSA dalam pertandingan peringkat kebangsaan. PISPA PSA turut aktif dalam penglibatan aktiviti kesukarelawanan menyebabkan nama PISPA PSA terkenal di peringkat APM dan juga Politeknik Malaysia. PISPA adalah salah satu daripada kursus okurikulum berkredit yang mana, ia adalah salah satu kursus yang diwajibkan kepada semua politeknik bermula pada sesi Disember 2014. Kursus kokurikulum ini diwajibkan adalah untuk mencapai matlamat bagi merealisasikan Falsafah Pendidikan Negara iaitu antara matlamat tersebut adalah untuk meningkatkan penguasaan, pengetahuan dan kemahiran khusus di dalam bidang sukan, kelab/persatuan atau unit beruniform di kalangan pelajar dan mengukuhkan kemahiran insaniah melalui penglibatan dalam aktiviti kokurikulum yang terancang. Matlamat lain adalah untuk membantu pelajar supaya menjadi seorang yang sentiasa aktif dalam berpasukan, berfikiran kreatif dan juga kritis, berinovatif dan mempunyai sahsiah kepimpinan yang baik dan dapat dicontohi. Selain itu, dapat memperkukuhkan semangat kerja berpasukan dan berkumpulan serta sentiasa berdaya saing dalam menghadapi apa jua cabaran dan rintangan bagi membantu institusi pengajian melahirkan graduan yang berketrampilan dan harmonis dalam aspek intelek rohani, emosi dan jasmani.

Mohd Sofian, Aminuddin & Borhan (2002) berpendapat kokurikulum merupakan suatu pelengkap kepada kehendak dan keperluan kurikulum di mana ia menyediakan pelbagai peluang kepada pelajar untuk menambah, mengukur dan mengamalkan kemahiran, pengetahuan dan nilainilai yang telah dipelajari semasa pembelajaran di bilik darjah. Kajian yang dijalankan ini akan melihat sejauh manakah persepsi pelajar menyertai PISPA bagi membina dan menambah kemahiran diri di kalangan pelajar institusi pengajian tinggi. Dalam konteks kemahiran kepimpinan menerusi kokurikulum, Rohanida Ab. Manaf dan Mohd. Sofian Omar Fauzee (2002) contohnya menyatakan bahawa aktiviti kokurikulum dapat memberikan latihan awal dari segi kepimpinan, sahsiah dan kemasyarakatan di kalangan pelajar. Kepimpinan dapat dilatih melalui aktiviti pakaian seragam, persatuan, kelab dan sukan. Hujah berkaitan kemahiran memimpin daripada kegiatan kokurikulum dipersetujui oleh Mohd. Hamidi Abdul Hamid (2002;55) yang menyatakan, *" Ilmu memimpin dan mengurus bukannya seperti orientasi ilmu akademik yang kebanyakannya berkisar dalam kelas dan kertas-kertas ujian, tetapi melalui satu pendidikan yang mesti didalami dan dirasai sendiri oleh pelajar tersebut, sebab memimpin dan mengurus ianya berhadapan dengan manusia. Lantaran itu, apabila pelajar diberikan mengurus persatuan-persatuan, kelab atau sebagainya, maka secara serentak mereka akan memimpin dan mengurus ahli-ahlinya (manusia), memerlukan kebijaksanaan, komunikasi, psikologi dan strategi yang tertentu."*

Berdasarkan kajian dapatlah diandaikan bahawa persepsi pelajar adalah sangat positif terhadap PISPA menerusi kokurikulum badan beruniform yang dilaksanakan di institusi pengajian tinggi seperti politeknik. Walau bagaimanapun, daripada dapatan kajian sebelum ini, didapati kurang kajian dijalankan berkaitan dengan persepsi pelajar politeknik berkaitan dengan penyertaan PISPA sebagai pilihan kokurikulum. Oleh itu, adalah difikirkan wajar untuk menyediakan satu penyelidikan bagi mengenal pasti persepsi para pelajar kokurikulum di politeknik dalam konteks menggalakkan penglibatan pelajar secara aktif menerusi kokurikulum sehingga ditauliahkan dan seterusnya apabila berada di medan kerjaya.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/MASALAH KAJIAN

2.1 Latar Belakang Kajian

Pelajar merupakan satu aset yang penting dalam sesebuah institusi pendidikan. Kemampuan seseorang pelajar itu bertindak dengan cemerlang di dalam sesebuah institusi pendidikan akan dapat memberi gambaran atau imej yang baik kepada masyarakatnya di mana dia menuntut. Memandangkan salah satu faktor kecemerlangan pelajar adalah dipengaruhi oleh suasana kehidupannya di alam

persekolahannya yang seiring dengan proses perkembangan dan pembangunan mereka. Menurut Drum (1977), proses pembangunan pelajar melibatkan tingkah laku seseorang pelajar berubah ke arah yang lebih kompleks akibat pertambahan kematangan dalam kehidupannya. Oleh itu, dapat kita lihat bahawa pelajar yang aktif, sama ada berpersatuan akademik, sosial, agama mahupun bidang sukan semasa menuntut di sekolah biasanya akan dapat menampilkan dirinya dengan cemerlang dalam masyarakat mahupun ketika melanjutkan pelajarannya di universiti. Selain itu, aktiviti kokurikulum juga merupakan salah satu aspek yang penting dalam memenuhi keperluan individu pelajar ketika dalam proses perkembangan mereka. Aktiviti kokurikulum adalah amat penting kepada seseorang pelajar dalam proses perkembangan mereka, ini adalah kerana dengan adanya aktiviti sebegini secara tidak langsung membantu pelajar mengenali ilmu baru dalam kehidupan mereka. Aktiviti kokurikulum lebih menekankan perkara dan aspek yang tersembunyi seperti nilai, bakat, peranan, kepimpinan, sosial dan sebagainya. Dimana aktiviti ini dilaksanakan pada waktu petang atau hujung minggu.

Tahun demi tahun tahap minat di dalam unit beruniform terutama badan beruniform PISPA semakin menurun. Ramai pelajar atau pihak beranggapan kegiatan kokurikulum tidak penting dan banyak membuang masa kerana ianya tidak dinilai sebagaimana kegiatan yang melibatkan akademik. Menurut Adnan (1990)[3] walaupun sumbangan aktiviti kokurikulum kepada pendidikan diakui, tetapi konsepnya masih kurang difahami hingga ada yang masih lagi menganggap bahawa kokurikulum sebagai kegiatan luar. Dalam kajian ini pemasalahan yang hendak ditimbulkan ialah mengenal pasti persepsi pelajar yang menyertai badan beruniform PISPA terhadap minat dan ilmu pertahanan awam yang dipelajari. Oleh itu, tidak menghairankan jika programnya dilaksanakan secara sambil lewa sahaja dan aktiviti dijalankan secara tergesa-gesa dan tidak diberi keutamaan seperti mata pelajaran akademik. Dapatan Adnan (1990) disokong oleh Abu Bakar (1999)[4]. Dapatan kajian beliau menyatakan antara alasan pihak yang tidak memahami dan tidak bergiat dalam aktiviti kokurikulum ialah apabila mereka merasakan kokurikulum membuang masa pelajar, menggunakan wang yang banyak dan terlalu banyak tanggungjawab. Manakala, ibu bapa pula ragu-ragu terhadap fungsi kegiatan kokurikulum. Mereka akhirnya tidak menggalakkan anak-anak mereka melibatkan diri dalam kokurikulum dan sebaliknya menumpukan sepenuh perhatian dalam aspek akademik (Rosli, 1989).

2.2 Masalah Kajian

Mengikut latar belakang masalah yang telah dibincangkan kita dapat melihat kepentingan aktiviti kokurikulum kepada seseorang pelajar ketika dalam proses perkembangan fizikal dan mental mereka, namun keadaan ini tidak disedari oleh pelajar mahupun ibu bapa sendiri. Malah di peringkat IPT turut terkesan apabila penawaran kursus bagi kokurikulum berkredit kurang mendapat sambutan yang memuaskan terutama bagi semester yang tidak mempunyai kredit bagi kursus kokurikulum yang ditawarkan. Statistik yang dikeluarkan oleh Jabatan Sukan Kokurikulum dan Kebudayaan PSA menunjukkan penurunan drastik bagi bilangan pelajar semester Dua dan Tiga berbanding Semester Empat dan Lima yang menyertai PISPA PSA. Sehubungan itu, satu kajian perlu dilakukan untuk mengetahui persepsi pelajar terhadap PISPA PSA serta mengenal pasti faktor permasalahan adakah hanya tertumpu dari segi minat pelajar atau terdapat faktor-faktor lain contohnya rakan sebaya, pensyarah, ibu bapa dan persekitaran. Faktor-faktor ini dapat diambil perhatian oleh pengkaji supaya langkah-langkah penambahbaikan boleh diambil oleh pihak pengurusan bagi mengatasi masalah ini dengan lebih berkesan.

3.0 FOKUS KAJIAN

Kajian ini dilakukan oleh Pegawai-Pegawai Bersekutu PISPA PSA untuk membantu Jabatan Sukan Kurikulum Dan Kebudayaan (JSKK) yang berkaitan dalam pelaksanaan dan pengurusan kokurikulum kokurikulum di PSA. Kajian ini juga bertujuan bagi mendapatkan input bagi ilmu dan kemahiran yang diperolehi dalam kokurikulum dapat membantu pelajar dalam meningkatkan softskil dan boleh diaplikasikan dalam kehidpuan seharian. Dapatan kajian ini juga diharap dapat membantu Jabatan Pendidikan Politeknik bagi mengalakkan penglibatan pelajar dalam kegiatan kokurikulum seterusnya dapat melahirkan pelajar TVET yang lebih berktrampilan, berdaya saing, holistik dan bercirikan warga global.

4.0 OBJEKTIF KAJIAN

i) OBJEKTIF AM:

Kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti persepsi pelajar yang menyertai pasukan badan beruniform pasukan institusi pertahanan awam (PISPA).

ii) OBJEKTIF KHUSUS:

1. Meninjau persepsi personal pelajar terhadap minat dalam penyertaan badan uniform PISPA PSA
2. Mengenalpasti persepsi pelajar PISPA PSA terhadap ilmu dan kemahiran Pertahanan Awam yang dipelajari

5.0 METADOLOGI KAJIAN

5.1 Instrumen Kajian

Kaedah persampelan secara borang soal selidik telah digunakan dalam kajian ini dan responden terdiri daripada anggota PISPA PSA di politeknik ini. Mereka terdiri daripada pelajar PISPA semester satu hingga Semester Lima dan juga Alumni PISPA yang telah tamat pengajian di PSA. (Rujuk Jadual 5.1). Definisi alumni adalah seorang pelajar PSA yang telah menamatkan pengajian di PSA dan menganggotai PISPA PSA serta telah ditauliahkan dengan pangkat Staf Muda. Manakala definisi PISPA semester Satu hingga Lima adalah pelajar semasa yang aktif pengajian yang merupakan anggota PISPA PSA.

Jadual 5.1 Taburan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent
Valid	**Sem 1**	2	2.43	2.43
	Sem 2	38	46.3	46.3
	Sem 3	9	11	11
	Sem 4	12	14.6	14.6
	Sem 5	1	1.27	1.27
	Lain-lain (Alumni)	20	24.4	24.4
	Total	**82**	**100**	**100**

Soal selidik ini telah menggunakan Skala Likert dengan lima nilai skor yang perlu dijawab oleh respondan bagi setiap item. Skor yang diberi bagi setiap item adalah seperti jadual 5.2 di bawah:

Jadual 5.2: Jadual Skala Likert

Sangat Tidak Setuju	1
Tidak Setuju	2
Tidak Pasti	3
Setuju	4
Sangat Setuju	5

5.2 Prosedur Pengumpulan Data

Pada tempoh yang ditetapkan, penyelidik dengan kerjasama pelajar yang telah dilantik sebagai wakil kelas setiap semester bagi mengedarkan soal selidik secara rangkaian menggunakan *google form* kepada responden. Responden dikehendaki menjawab soal selidik secara atas talian dengan tersebut. Soal selidik diedarkan kepada responden sehingga cukup bilangan responden yang diperlukan dan ketika mengedarkannya, penyelidik menerangkan secara ringkas tujuan kajian dan cara untuk menjawab soal selidik tersebut.

5.3 Analisis Data

Data yang telah diperolehi oleh penyelidik dianalisis menggunakan *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS). Analisis ini telah dibahagian kepada dua bahagian dan ini adalah berkait dengan objektif kajian yang dibentuk sebelum ini. Bahagian pertama berhubung dengan analisis demografi yang melibatkan analisis deskriptif seperti frekuensi, purata min dan sisihan piawai. Bahagian kedua pula melibatkan nilai min skor bagi menentukan persepsi minat responden dan persepsi berkaitan ilmu dan kemahiran yang diperolehi. Jadual 5.2 di bawah munjukkan pemeringkatan skala skor min.

Jadual 5.2: Skala Skor Min dan Interpretasi

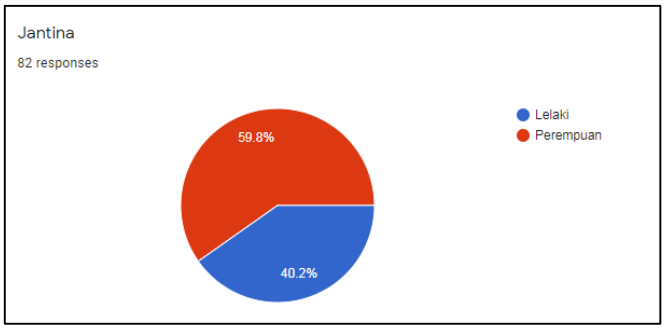
Skor Min	Interpretasi Skor Min	
1.00 hingga 2.33	Rendah	(Kurang setuju/kurang membantu/kurang mahir/kurang memenuhi/ tidak pasti/kadang-kadang/tiada/sebahagian kecil)
2.34 hingga 3.66	Sederhana	(Setuju/membantu/mahir/memenuhi/ separuh)
3.67 hingga 5.00	Tinggi	(Sangat setuju/sangat membantu/sangat mahir/sangat memenuhi/ sangat selalu/semua/sebahagian besar)

Sumber dari Dr. Jamil Ahmad (2002)

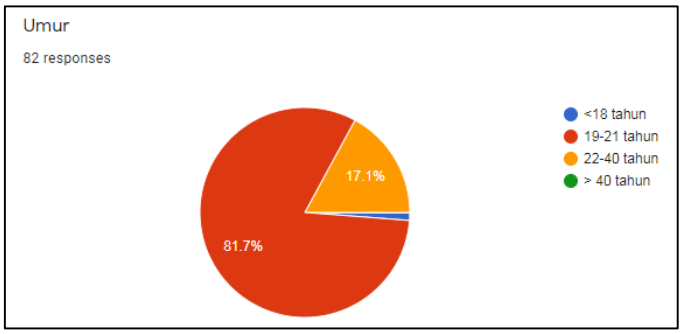
6.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

6.1 Demografi Responden

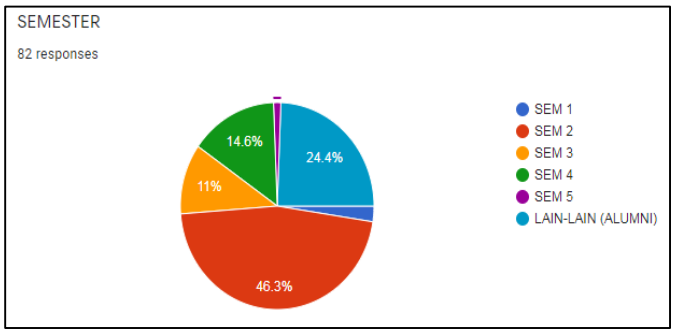
Berdasarkan daripada maklumbalas 82 responden, didapati responden perempuan merupakan responden terbanyak dengan 59.8 peratus (Rajah 6.1) dan responden tertinggi adalah yang berumur 19-21 tahun (Rajah 6.1) . Kajian ini juga menunjukkan majoriti responden adalah terdiri daripada pelajar PISPA PSA Semester Dua sebanyak 46.3 peratus (Rajah 6.2), diikuti oleh alumni PISPA PSA sebanyak 24.4% (Rajah 6.3) .



Rajah 6.1 : Carta pai peratus jantina responden



Rajah 6.2 : Carta pai peratus umur responden



Rajah 6.3 : Carta pai peratus responden mengikut semester

a) Instrumen (1): Persepsi Minat Responden

Jadual 6.1: Instrumen Persepsi Minat Responden

Item	*Mean*	*Std. Deviation*	N
Saya berminat dengan badan uniform	**4.37**	.712	82
Saya memilih PISPA PSA sebagai pilihan utama kokurikulum	4.17	.914	82
Saya seronok aktiviti yang dijalankan oleh PISPA PSA	4.15	.803	82
Saya seronok diberi peluang menjadi jawatankuasa kecemasan bagi program semasa didalam ataupun diluar Politeknik	4.20	.808	82
Selepas menyertai PISPA PSA saya lebih menghormati antara satu sama lain, disiplin dan jati diri meningkat	**4.41**	.628	82

Secara keseluruhannya, purata bagi instrumen (1) persepsi minat responden berada tahap tinggi keseluruhannya (Rujuk Jadual 6.1). Namun begitu, terdapat skor min yang tertinggi bagi maklumbalas selepas menyertai PISPA PSA responden lebih menghormati antara satu sama lain, disiplin dan jati diri meningkat iaitu 4.41. Diikuti dengan skor min bagi maklum balas responden yang berminat dengan badan uniform iaitu 4.37. Ini dapat dilihat pelajar yang menyertai PISPA PSA ini memang mempunyai minat terhadap badan beruniform seterusnya selepas menyertai PISPA PSA pelajar mempunyai nilai tambah yang tinggi dan seterusnya dapat menyediakan pelajar untuk berdaya saing apabila tamat pengajian di Politeknik. Bagi skor min terendah iaitu 4.15 item saya seronok aktiviti yang dijalankan oleh PISPA PSA, sebanyak 20.8 peratus responden tidak pasti dan tidak bersetuju dengan penyataan tersebut. Ada antara aktiviti yang dijalankan adalah seperti kawad kaki, kem latihan medan, perbarisan dan sebagainya tidak melibatkan kesemua anggota dan ada juga yang seolah-olah terpaksa menyertai aktiviti tersebut.

b) Instrumen 2: Ilmu dan Kemahiran

Jadual 6.2 Instrumen Ilmu dan Kemahiran

Item	*Mean*	*Std. Deviation*	N
Ilmu dan kemahiran dalam Pertahanan Awam dapat dipraktikkan bagi bantuan awal kecemasan samaada di rumah atau tempat lain	**4.46**	.592	82
Saya dapat berkongsi ilmu pengetahuan dalam Pertahanan Awam dengan rakan yang lain	**4.44**	.590	82
Pengetahuan saya tentang ilmu Pertahanan Awam meningkat	4.34	.652	82
Saya berazam akan terus menyertai PISPA PSA sehingga ditauliahkan	4.26	.814	82
PISPA PSA perlu dikekalkan supaya politeknik dapat melahirkan pelajar TVET yang lebih berketrampilan, berdaya saing, holistik dan bercirikan warga global	4.29	.868	82

Ilmu pertahanan awam merupakan satu ilmu bagi melindungi masyarakat awam daripada sebarang bencana alam atau bencana buatan manusia melalui langkah dan persediaan yang telah ditetapkan oleh APM. Ilmu ini juga boleh meningkatkan tahap kesedaran pelajar-pelajar bertapa pentingnya bencana diuruskan dengan sistematik. Secara keseluruhannya, purata keseluruhan bagi instrumen (2) Ilmu dan Kemahiran berada pada tahap tinggi dengan maklum balas skor min tertinggi bagi item Ilmu dan kemahiran dalam Pertahanan Awam dapat dipraktikkan bagi bantuan awal kecemasan samada di rumah atau tempat lain dengan nilai 4.46 (Rujuk Jadual 6.2). Mereka juga didedahkan kepada teori dan praktikal untuk memastikan mereka mampu melakukan asas pertolongan cemas kepada masyarakat ketika berlaku bencana atau kemalangan. Malah ada diantara mereka dengan rela hati turut bertugas bersama-sama anggota sukarela APM bagi memantapkan lagi ilmu pertahanan awam yang telah dipelajari. Namun begitu, terdapat skor min yang terendah iaitu bagi maklumbalas responden berazam akan terus menyertai PISPA PSA sehingga ditauliahkan sebanyak 4.26. Dapatan menunjukkan 31.7% yang tidak pasti dan tidak bersetuju untuk meneruskan sehingga ditauliahkan. Ini dapat dilihat dari demografi responden itu sendiri yang terdiri daripada pelajar semester Satu, Dua dan Tiga yang paling ramai menjawab soal selidik ini. Pada peringkat ini mereka memerlukan masa untuk mempelajari dan belum dapat menjiwai sepenuhnya ilmu pertahanan awam untuk dipraktikkan dalam kehidupan seharian.

Rumusan Data

Daripada analisis yang dibuat secara keseluruhan persepsi pelajar menyertai pasukan badan beruniform pasukan institusi pertahanan awam (PISPA) Sesi Jun 2019 pelajar adalah berada pada tahap tinggi. Dapatan skor min terendah untuk kedua-dua instrumen perlu diambil kira. Bagi kursus badan uniform PISPA kohort lama-DRB, pelajar diwajibkan dan diberikan kredit pada semester 1, 2 dan 3 sahaja. Manakala Semester 4 dan 5 tidak diberikan kredit, oleh itu ramai pelajar yang tidak memilih untuk meneruskan sehingga ditauliahkan. Di samping itu, pelajar-pelajar semester 4 sehingga semester 5 juga dibebani dengan kepadatan jadual pengajian seperti Projek Tahun Akhir. Oleh yang demikian, ramai di antara mereka tidak dapat meneruskan penglibatan dalam PISPA sehingga tamat pengajian dan ditauliahkan pangkat Staf Muda.

Komen dan Cadangan Penambaikan oleh Responden

Antara komen dan cadangan responden yang boleh ditambahbaik samada dalam pengurusan atau pengajaran dan pembelajaran ialah mengadakan lebih banyak kolaborasi dengan agensi luar, menambah aktiviti yang bersesuaian dengan Pertahanan Awam contohnya pertandingan kawad kaki, kawad kemerdekaan dan sebagainya bagi menarik minat anggota untuk kekal sehingga ditauliahkan. Dari segi pengurusan, pihak Politeknik disarankan menyediakan peralatan yang cukup seperti khemah, alatan memasak, peralatan untuk ABM yang mencukupi untuk kelas kemahiran dan sebagainya bagi melancarkan aktiviti dan kemudahan kepada pelajar semasa Kem Tahunan ataupun Kem Latihan Medan.

7.0 KESIMPULAN

Secara kesimpulannya, dapatan kajian jelas menunjukkan bahawa pelajar yang menganggotai badan uniform kokurikulum politeknik di Malaysia mempunyai persepsi yang positif terhadap PISPA PSA. Dapatan diperkukuhkan lagi apabila hasil penyelidikan menunjukkan keseluruhan item mendapat skor min tinggi. Dalam erti kata lain, kesemua mereka mempunyai minat yang sangat mendalam dan mendapat banyak pendedahan ilmu dan kemahiran yang diterapkan menerusi aktiviti dan silibus kokurikulum di politeknik Malaysia. Kegiatan kokurikulum di seluruh politeknik di Malaysia adalah sangat positif dalam membina nilai jati diri dan dapat memimpin pelajar dalam membina softskil kerana pelajar dilatih untuk berinteraksi yang melibatkan pelbagai semester dan bidang. Kemahiran ini adalah berbeza dengan subjek lain yang hanya melibatkan kelas masing-masing sahaja, melalui kokurikulum pelajar dapat menunjukkan potensi diri apabila terlibat dalam aktiviti-aktiviti kokurikulum yang sangat mencabar samada fizikal ataupun mental. Kemahiran interpersonal ini sangat penting apabila mereka memasuki alam pekerjaan seperti yang ditegaskan oleh Nurahimah Mohd.Yunus dan Rosmawati Mamat (2002), De Leon dan Borchars (1998) dan Otter (1989). Penyelidikan ini menunjukkan bahawa

kokurikulum yang diikuti oleh pelajar di politeknik Malaysia bukan sahaja dapat mendedahkan mereka dengan ilmu dan kemahiran tertentu berdasarkan jenis kokurikulum seperti ilmu dan kemahiran dalam Pertahanan Awam, tetapi pelajar dapat manfaat sebaiknya dalam meningkatkan kemahiran kepimpinan di kalangan pelajar politeknik. Pensyarah pula hendaklah sentiasa berwawasan, kreatif dan berinovatif dalam merencanakan aktiviti kokurikulum yang dapat merangsang dan seterusnya memberi peluang kepada para pelajar membina pelbagai kemahiran selain daripada kemahiran kepimpinan seperti kemahiran menyelesaikan masalah, membuat keputusan, pengurusan dan interpersonal. Bagi pihak pengurusan pula perlulah mengiktiraf pelajar yang terlibat dengan kokurikulum bagi meningkatkan semangat, menghargai sumbangan dan otomatik dapat menaiktaraf imej kokurikulum.

RUJUKAN

Kementerian Pelajaran Malaysia (1979). *Laporan Jawatankuasa Kabinet Mengkaji Pelaksanaan Dasar Pelajaran.* Kuala Lumpur.

Mohd Sofian Omar Fauzee, Aminuddin Yusof, Borhan Yusof. (2002). *Kokurikulum, peranan dan implikasi*. Kuala Lumpur: Sanon Printing.

Adnan Khamis. (1990). *Sikap pelajar terhadap kegiatan kokurikulum Pergerakan Beruniform. Satu kajian awa*l. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.

Adnan Khamis. (1988). *Nilai-nilai murni dalam aktiviti kokurikulum pergerakan ke arah menghasilkan insan yang mantap lagi seimbang mengikut falsafah KBSM-fokus Pergerakan Pengakap sekolah. Seminar Nilai-nilai murni Merentas Kokurikulum Bersepadu Sekolah Menengah*. Bangi: Universiti Kebangsaan Malaysia.

Mohd. Hamidi Abdul Hamid (2002). *Pengurusan Sekolah Cemerlang Menurut Islam*. Maran: Perniagaan Qomarul Roihan. 51-63

Jamil Ahmad. 2002. *Pemupukan budaya penyelidikan di kalangan guru di sekolah: satu penilaian.* Tesis Ijazah Kedoktoran, Fakulti Pendidikan, Universiti Kekauman Malaysia.

Nurahimah Mohd Yusuff dan Rosmawati Mamat (2002). "Employers' Percepions of the Quality of the Malaysian Business Graduates." *Jurnal Penyelidikan Pendidikan*. Jld. 4. M.s. 65 – 76.

Otter, S. (1989). "Student Potential in Britain." Leicester: Unit for the Development of Adult Continuing Education.

Penerimaan 'E Sport' Di Kalangan Para Pelajar Politeknik Malaysia

[1]Arman Bin Hj Ahmad Sapawi, [2]Hj Hazril Hisham Bin Hussin, [3]Khairul Safuan Bin Mohamad Isa

[1]Politeknik Sultan Azlan Shah
[2]Politeknik Ungku Omar
[3]Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

ABSTRAK

Zaman kini banyak berkisar mengenai teknologi, capaian internet serta kemunculan perkakasan elektronik baru yang semakin canggih dan berupaya memudahkan aktiviti seharian manusia. Kesan perubahan teknologi juga tidak terkecuali di kalangan warga Politeknik Malaysia khususnya para pelajar. Ia juga selari dengan saranan pihak kerajaan yang mula mempromosikan 'E Sport' di kalangan masyarakat, institusi pendidikan dan sebagainya. Justeru itu, kajian ini dilaksanakan bagi mengenalpasti penerimaan 'E Sport' di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia Zon Utara. Ia juga akan melihat kepada kesan yang timbul kepada para pelajar sekiranya mereka terus fokus kepada 'E Sport'. Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa para pelajar menggemari 'E Sport' ini. Mereka juga menyatakan persetujuan bahawa kesan yang minimum akan terhasil jika para pelajar diberikan garis panduan atau masa untuk berlatih dan sebagainya. Data kajian dikumpulkan menerusi borang soal selidik yang diedarkan kepada beberapa buah Politeknik Malaysia (Zon Utara). Akhir sekali, adalah diharapkan bahawa hasil dapatan kajian ini dapat membuka minda semua pihak berkenaan kehadiran 'E Sport' dan perlunya kawalan masa bagi mengelakkan gejala atau simptom-simptom yang tidak dingini.

Kata Kunci: Penerimaan E Sport

1.0 PENGENALAN

Aktiviti sukan sememangnya mendapat tempat dan perhatian di kalangan masyarakat. Menyorot kenyataan Muhammad Apendy dan Zahratulhayat (2018), sukan berjaya menyatukan masyarakat tanpa mengira fahaman politik, agama, bangsa dan ideologi. Ia jelas terpapar semasa negara berada di kumuncak acara seperti di perlawanan akhir Bola Sepak Piala AFF Suzuki, pembukaan acara sukan Malaysia (SUKMA) dan paling manis adalah pada tahun 1992 di mana Malaysia berjaya merangkul Piala Thomas. Semua rakyat segenap pelosok tanahair akan memberikan fokus dan sokongan kepada pasukan negara.

Merujuk kepada 'E Sport' atau E Sukan, ia amat digemari, popular dan malah menjadi bualan ramai. Pada masa kini rata-rata golongan remaja amat menggemari "E Sport' ini. Namun yg demikian, 'E Sport' ini bukan seperti sukan-sukan biasa yang memerlukan kudrat, tenaga, kemahiran individu dari segi fizikal, kepantasan gerakan dan sebagainya. Ia adalah disiplin sukan yang berasaskan elektronik dan memerlukan penumpuan pemain untuk mengadap komputer, telefon bimbit dan sebagainya. Selain itu, peningkatan penggemar 'E Sport' juga disebabkan oleh faktor global seperti penularan pandemik Covid19 di mana ramai yang mengisi masa lapang di rumah semasa tempoh kawalan pergerakkan (Jufitri Johar, 2020).

Walaupun turut memerlukan latihan, ia pada asasnya adalah sukan yang tidak mengeluarkan peluh dan hanya memerlukan kreativiti pemain untuk menang atau mengatasi pihak lawan. Selain daripada itu, pihak kerajaan melalui Kementerian Belia dan Sukan amat menggalakkan penyertaan remaja atau golongan sasar di pelbagai peringkat. Ia telah mula dipromosikan melalui media dan beberapa pertandingan telah dianjurkan. Sambutan yang meluas dan luar biasa telah menunjukkan 'E Sport' mendapat tempat dihati rakyat khususnya golongan remaja. Justeru itu, tidak hairanlah kerajaan

negeri Perak ingin mewujudkan prasarana kemudahan 'E Sport' yang khusus sebagai usaha menjadi pemacu dalam sukan berkenaan di Malaysia (Shamsul Kamar Amarudin, 2019).

Oleh yang demikian, penglibatan remaja di dalam 'E Sport' pada masa kini telah mula berkembang pesat. Ia ditambah dengan nilai tawaran kemenangan yang tinggi dan lumayan. Justeru itu, perkembangan yang positif ini perlu mendapat sokongan sewajarnya dari segenap peringkat agar generasi yang akan menjadi pemimpin negara diberikan garis panduan khusus agar tidak tersasar kerana aktiviti ini jika tidak dikawal secara terancang akan menjadi isu negatif seperti kelekaan yang sangat ketara hingga boleh mengabaikan perkara lain seperti menuntut ilmu dan sebagainya.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

'E Sport' kini telah menjadi salah satu daripada cabang sukan di tanahair. Ia banyak dipelopori oleh golongan remaja. Selain daripada itu, 'E Sport' juga adalah salah satu daripada mata pencarian utama untuk kelestarian dalam kehidupan. Namun yang demikian, masyarakat pada masa kini agak khuatir dengan gejala negatif seperti budaya lepak dan sebagainya. Tanggapan negatif kepada para remaja yang berkumpul di pusat-pusat internet agak menggusarkan para ibu bapa. Mereka masih lagi agak kurang jelas dengan peranan 'E Sport' dari sudut positif yang kini menjadi kegemaran para remaja.

Merujuk kepada isu membuang masa dan sebagainya, para remaja khususnya para pelajar Politeknik Malaysia perlulah diberikan satu garis panduan untuk membantu mereka membahagikan masa agar tidak mengabaikan pelajaran. Penjadualan untuk berlatih dan mempertajamkan kemahiran amat perlu diselia dengan baik supaya keseimbangan dapat diwujudkan. Justeru itu, penglibatan pakar perubatan terutamanya pakar psikologi dilihat akan berupaya mendidik para pelajar atau golongan remaja untuk bermain 'E Sport' dengan turut menitikberatkan amalan gaya hidup sihat (Kerk Chee Yee, 2019).

Selain itu, institusi pengajian tinggi samada awam atau swasta khususnya Politeknik Malaysia kini sangat ditagih untuk membantu memperkenal dan membudayakan 'E Sport' ini. Oleh yang demikian, kewujudan 'E Sport' ini akan dapat dilihat dengan jelas samada membawa satu budaya baru yang postiif atau sebaliknya. melalui pembinaan modal insan yang bercirikan teknik dan vokasional.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian penerimaan 'E Sport' di kalangan para pelajar politeknik Malaysia terbahagi kepada dua. Ia adalah seperti :

i. Mengenalpasti penerimaan E Sukan di kalangan para pelajar Politeknik Malaysia
ii. Mengetahui kesan yang timbul sekiranya para pelajar terlalu fokus kepada 'E Sport'

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Metodologi kajian meliputi beberapa kaedah yang seperti instrumen kajian, persampelan dan analisis data (Mohamad Najib, 1999). Di dalam kajian ini, kaedah edaran borang soal selidik digunakan bagi mendapatkan data-data yang diperlukan. Data-data daripada borang soal selidik ini akan dianalisis serta diterjemahkan melalui pengiraan peratusan. Ia seterusnya akan merujuk semula kepada objektif kajian yang dijalankan.

4.1 Persampelan

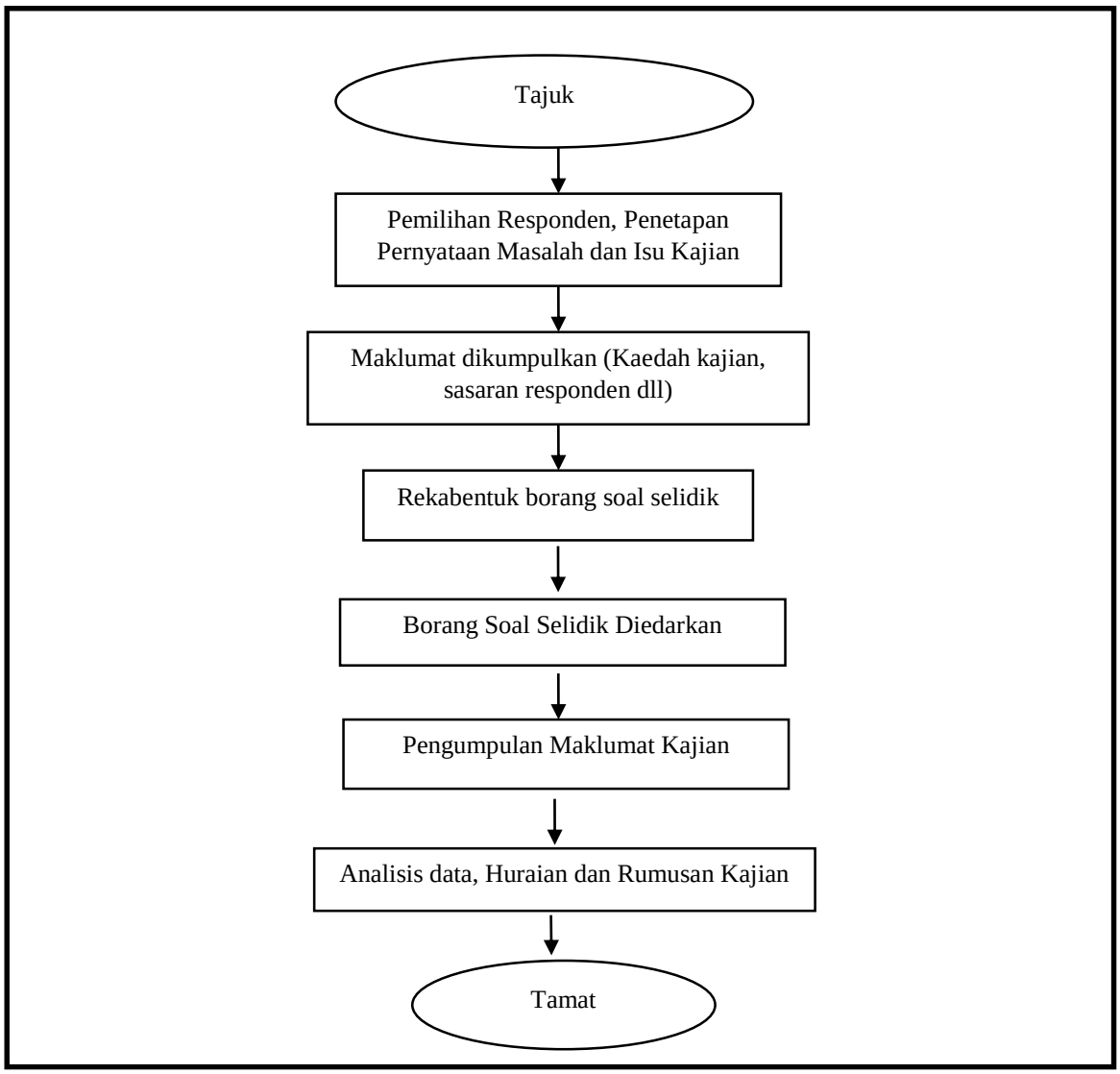
Kajian ini menggunakan kaedah persampelan rawak mudah. Dapatan responden daripada tiga buah Politeknik Zon Tengah diambil bagi mewakili objektif kajian yang akan dijalankan. Ia adalah Politeknik Sultan Azlan Shah, Politeknik Sultanah Bahiyah dan Politeknik Ungku Omar. Jumlah terkumpul pelajar bagi ketiga-tiga buah Politeknik adalah seramai lebih kurang 15000 orang. Justeru itu, menurut Kamarul Syukri, 2015, responden yang diperlukan perlulah mencapai bilangan sekurang-kurangnya 375 orang. Pada umumnya, semua pelajar dari ketiga-tiga buah politeknik berpeluang untuk mengisi orang soal selidik yang diedarkan.

4.2 Pelaksanaan Kajian

Kajian ini dijalankan dengan pemilihan tajuk yang sesuai dan penyelidik cuba menggambarkan dengan aktiviti sukan baru yang popular pada masa kini. Ia dipilih bagi melihat dua objektif awal yang telah dinyatakan sebelum ini. Seterusnya, ia diikuti oleh pemilihan responden yang akan mengisi borang soal selidik yang bakal disediakan kelak.

Selain daripada itu, penyelidik juga mengaitkan dengan pernyataan masalah atau isu kajian berdasarkan sukan baru yang mendapat sambutan ramai terutamaya di kalangan remaja dan para pelajar Politeknik Malaysia. Seterusnya, penyelidik melakukan kerja-kerja mengumpulkan maklumat berdasarkan keperluan kajian. Ia seperti penetapan kaedah kajian, bilangan sasaran dan responden, lokasi pengedaran dan sebagainya.

Kemudian, penyelidik menghasilkan borang soal selidik yang merangkumi keperluan dua objektif kajian. Ia disusuli dengan pengedaran borang soal selidik ke tiga buah politeknik (Zon Utara) yang telah dikenalpasti. Seterusnya, penyelidik mengumpulkan setiap maklumat yang diperolehi bagi merancang analisis, huraian, dapatan dan rumusan kajian. Rajah 1 menunjukkan pelaksanaan kajian dilaksanakan.



Rajah 1 : Pelaksanaan kajian

5.0 DAPATAN KAJIAN

Data demografi menjurus kepada bahagian pertama borang soal selidik. Ia menunjukkan jumlah keseluruhan responden yang menyertai kajian ini. Jadual 1 menunjukkan bilangan responden yang terlibat.

Jadual 1 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Politeknik

BIL	POLITEKNIK	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Politeknik Sultanah Bahiyah	219	53.8
2	Politeknik Ungku Omar	129	31.7
3	Politeknik Sultan Azlan Shah	59	14.5
Jumlah Keseluruhan		**407**	**100**

Soalan kedua adalah berkenaan dengan pecahan mengikut jabatan akademik. Data menunjukkan bilangan pelajar yang terlibat adalah seperti jadual 2.

Jadual 2 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Jabatan Akademik

BIL	JABATAN AKADEMIK	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Kejuruteraan Awam	64	15.7
2	Kejuruteraan Elektrik	108	26.6
3	Kejuruteraan Mekanikal	159	39.1
4	Perdagangan	71	17.5
5	Perkapalan	1	0.2
6	Teknologi Maklumat dan Komunikasi	4	0.9
Jumlah Keseluruhan		**407**	**100**

Seterusnya soalan ketiga adalah berkenaan dengan jantina pelajar (responden). Dapatan kajian adalah seperti jadual 3.

Jadual 3 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Jantina

BIL	JANTINA	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Lelaki	238	58.5
2	Wanita	169	41.5
Jumlah Keseluruhan		**407**	**100**

Soalan keempat merujuk kepada semester pengajian responden. Ia terbahagi dari pelajar di semester 1 hingga pelajar yang berada di semester 10. Perincian dapatan kajian adalah seperti jadual 4 di bawah.

Jadual 4 : Bilangan/Peratusan Responden Mengikut Semester Pengajian

BIL	SEMESTER AKADEMIK	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Semester 1	224	55
2	Semester 2	17	4.2
3	Semester 3	90	22.2
4	Semester 4	14	3.4
5	Semester 5	53	13
6	Semester 6	9	2.2
Jumlah Keseluruhan		**407**	**100**

Bahagian seterusnya adalah merujuk kepada perkembangan teknologi maklumat. Soalan yang pertama merujuk kepada pemilikan telefon bimbit atau komputer riba. Jadual 5 menunjukkan bilangan responden yang memliki telefom bimbit atau komputer peribadi.

Jadual 5 : Bilangan/Peratusan Responden Yang Memiliki Telefon Bimbit atau Komputer Peribadi

BIL	PERKARA	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Ya	403	99
2	Tidak	4	1
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**407**	**100**

Persoalan seterusnya adalah berkenaan dengan peralatan telefon bimbit atau komputer riba menjadi satu keperluan. Jadual 6 menunjukkan peratusan yang bersetuju dan tidak bersetuju dengan soalan tersebut.

Jadual 6 : Menunjukkan Data Responden Yang Menyatakan Telefon Bimbit Atau Komputer Riba Adalah Satu Keperluan

BIL	PERKARA	BIL RESPONDEN	PERATUS (%)
1	Sangat Tidak Setuju	7	1.7
2	Tidak Setuju	1	0.2
3	Tidak Pasti	4	1
4	Setuju	82	20.1
5	Sangat Setuju	313	76.9
Jumlah Keseluruhan		**407**	**100**

Penyelidik pula merujuk kepada kenyatan samada responden pernah bermain ‘E Sport’ dan adakah mereka menyedari kewujudan ‘E Sport’ tersebut. Data menunjukkan 85.4% mewakili sejumlah 346 orang responden pernah melapangkan masa untuk bermain ‘E Sport’. Merujuk kepada kewujudan ‘E Sport’ 85% mewakili 344 orang responden mengakui 50% pelajar Politeknik Malaysia menyedari kehadiran sukan ‘E Sport’. Selain itu, penyelidik juga berjaya mengenalpasti bahawa pelajar lelaki lebih banyak meluangkan masa menikmati ‘E Sport’ berbanding pelajar wanita. Ini dibuktikan dengan seramai 341 orang responden (81.7%) yang bersetuju dengan kenyataan tersebut.

Pada masa kini, ‘E Sport’ juga telah dipertandingkan di pelbagai peringkat. Boleh dilihat pada masa kini banyak pertandingan telah diwujudkan samada di dalam mahupun luar negara. Penyelidik mengutarakan berkenaan pengetahuan responden samada mengakui bahawa Politeknik Malaysia ada mengelolakan pertandingan ‘E Sport’ serta turut menawarkan hadiah yang lumayan. Dapatan kajian menunjukkan bahawa 343 orang responden mewakili 84.7% bersetuju dengan kenyataan tersebut. Seterusnya, kajian berkisar mengenai keperluan menumpukan perhatian, latihan yang khusus untuk mencapai kemenangan dalam ‘E Sport’. Data menunjukkan bahawa seramai 385 orang responden mewakili 95% menyatakan persetujuan bahawa ‘E Sport’ turut memerlukan latihan yang berterusan untuk mencapai kemenangan dalam pertandingan.

Kejayaan yang dirangkul oleh atlet Malaysia dalam pertandingan ‘E Sport’ diperingkat antarabangsa juga adalah pencapaian yang amat membanggakan. Ia disokong dengan kenyataan oleh Helmi Effendy, 2018 yang menyatakan bahawa mereka yang berjaya telah mengharumkan nama negara di persada tertinggi. Oleh itu, penyelidik juga mengutarakan persoalan samada pencapaian dalam ‘E Sport’ boleh mengharumkan nama institusi serta negara dan dapatan kajian menunjukkan bahawa 384 orang responden yang mewakili 94.8% bersetuju dengan kenyataan tersebut.

Bahagian ketiga borang soal selidik adalah maklumat yang menunjukkan kesan sampingan sekiranya menceburi bidang ‘E Sport’ dengan mendalam. Seramai 349 orang responden mewakili 86.4% menyatakan mereka berjaya membahagikan masa dengan baik antara pelajaran dan ‘E Sport’. Selain daripada itu, sebanyak 71.2% mewakili seramai 296 orang responden menyatakan bahawa kos untuk berlatih atau menyertai ‘E Sport’ adalah tinggi. Ia mungkin disebabkan kemudahan dan peralatan yang tidak mampu diperolehi sendiri dan ia perlu disewa secara berjadual dengan pemilik atau pengusaha ‘E Sport’ sedia ada. Seterusnya, penyelidik merujuk kepada persoalan bahawa ‘E Sport’ akan menyebabkan responden iaitu para pelajar hilang fokus dengan akademik. Seramai 144 orang responden mewakili 35.5% bersetuju dengan kenyataan tersebut. Ini bermakna lebih dari separuh bilangan responden berjaya fokus antara pelajaran dan bergerak aktif dalam ‘E Sport’.

Masa pula adalah amat berharga buat semua orang. Justeru itu, penyelidik mengutarakan persoalan kebijaksanaan responden untuk membahagikan masa. Seramai 125 orang responden yang mewakili 31% bersetuju bahawa para pelajar akan gagal membahagikan masa dengan perkara-perkara lain setelah menceburi atau bermain 'E Sport'. Penyelidik juga turut menyertakan persoalan berkenaan kesihatan di mana 'E Sport' akan menjejaskan beberapa pancaindera atau kesihatan penggemarnya. Seramai 207 orang responden mewakili 51.1% bersetuju dengan kenyataan tersebut.

Selain daripada itu, faktor keluarga adalah merupakan pendorong utama dalam menggalakkan anak-anak untuk menceburi sesuatu bidang sukan. Oleh itu, Jadual 7 menunjukkan hasil dapatan berkenaan isu keluarga tidak memahami serta menggalakkan anak-anak untuk bergiat aktif dalam 'E Sport'.

Jadual 7 : Menunjukkan Data Responden Yang Menyatakan Tidak Ramai Keluarga Faham Atau Memberikan Galakan Untuk Menceburi Bidang 'E Sport'

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	2	0.5
2	Tidak Setuju	17	4.2
3	Tidak Pasti	79	19.4
4	Setuju	204	50.1
5	Sangat Setuju	105	25.8
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**407**	**100**

Seterusnya penyelidik mengutarakan berkenaan dengan isu keperluan dan kemudahan 'E Sport perlu disediakan oleh institusi pengajian tinggi. Seramai 363 orang responden yang mewakili 89.9% menyatakan persetujuan tentang perkara tersebut. Isu terakhir yang diutarakan oleh penyelidik adalah berkenaan dengan perkhidmatan atau kemudahan 'E Sport' diberi dan ditawarkan secara percuma kepada para pelajar. Dapatan data diterjemahkan melalui Jadual 8.

Jadual 8 : Menunjukkan Data Responden Yang Menyatakan Kemudahan 'E Sport' Perlu Ditawarkan Secara Percuma Kepada Para Pelajar

BIL	KETERANGAN	JUMLAH (PELAJAR)	PERATUSAN (%)
1	Sangat Tidak Setuju	2	0.5
2	Tidak Setuju	12	2.9
3	Tidak Pasti	47	11.5
4	Setuju	141	34.6
5	Sangat Setuju	205	50.4
Jumlah Keseluruhan (Responden)		**407**	**100**

6.0 KESIMPULAN

Secara keseluruhannya objektif kajian adalah tercapai. Penyelidik telah dapat mengetahui bahawa 'E Sport' adalah diterima oleh para responden khususnya para pelajar Politeknik Malaysia. Ia ditambah pula dengan pelbagai kejohanan yang dipertandingkan di pelbagai peringkat serta turut menawarkan hadiah yang lumayan. Selain daripada itu, telah terbukti bahawa rakyat Malaysia telah berupaya mengharumkan nama negara dipersada tertinggi melalui kajayaan yang dicapai dalam 'E Sport' (Zaitie Sabiti, 2019).

Ia telah menjadi salah satu bidang kerjaya dengan menjanjikan pendapatan yang sangat tinggi melalui penajaan dan hadiah kemenangan. Menurut Helmi Effendy, 2018, 'E Sport' wajar dikembangkan kerana ia adalah aktiviti yang menjamin masa depan. Kenyataan tersebut turut disokong oleh Carlos Alimurung, 2019 yang mendedahkan pendapatan lumayan tidak hanya melibatkan para pemain malah turut membawa keuntungan kepada para pengusaha premis-premis 'E Sport'.

Merujuk kepada perspektif objektif kedua, rata-rata responden menyatakan bahawa 'E Sport' tidak mengganggu masa belajar responden. Mereka bijak mengawal suasana pembelajaran dengan tidak hanya fokus semata-mata terhadap 'E Sport'. Walaubagaimanapun, terdapat segelintir responden

yang agak khuatir dan beranggapan bahawa ‘E Sport’ boleh melalaikan para pemainnya. Justeru itu, para pemain dan pemaju industri ‘E Sport’ perlulah merangka strategi seperti penjadualan latihan, kawalan jurulatih dan sebagainya bagi memastikan tiada unsur-unsur negatif yang boleh mengubah sasaran para peminatnya.

Melihat kepada kesan jangka panjang dari sudut kesihatan, ada pendapat dari responden menyatakan bahawa ‘E Sport mampu memudaratkan. Ia menjurus kepada aspek seperti rabun, sakit belakang, lenguh-lenguh dan sebagainya. Namun begitu, pada umumnya. Melalui kemudahan dan penjadualan yang seimbang, penyelidik beranggapan bahawa ‘E Sport’ kurang mendatangkan masalah kepada kesihatan kecuali meraka bermain tanpa kawalan dan seumpamanya.

Oleh itu, penyelidik berpuas hati dengan kajian yang dijalankan. Penyelidik juga menaruh kepercayaan bahawa Politeknik Malaysia berkeupayaan untuk mempelopori bidang ‘E Sport’ ini. Namun yang demikian, faktor-faktor seperti penyediaan kemudahan, penjadual Latihan serta keseimbangan akademik perlu dititkberatkan. Ia sejajar dengan Kementerian Pengajian Tinggi (2009) melalui Dasar Pembangunan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (DPSIPT) yang ingin melahirkan ‘The Thinking Athlete’ serta mensasarkan 30% atlet negara adalah terdiri dari kalangan warga pelajar pusat pengajian tinggi samada awam atau swasta.

Akhir sekali, penyelidik ingin menyarankan agar pihak pengurusan Institusi Pengajian Tinggi terutamanya Politeknik Malaysia menyediakan kemudahan yang baik bagi memudahkan para pelajar atau atlet ‘E Sport’ terus fokus dan mampu membawa cabaran negara ke peringkat yang lebih tinggi. Ini adalah kerana aktiviti sukan memerlukan sokongan dan bantuan yang berterusan dari semua pihak bagi memastikan kejayaan adalah milik semua.

RUJUKAN

Alzahrin Alias (2019). “Mat Gamer Ubah Perspeksi Negatif Café Cyber.”

Asyraf Roslan (2018). “Masyarakat masih Keliru antara ‘E Sport dan Permainan Video.” Astro awani.com

Carlos Alimurung (2019). “E Sport’ Permainan Global, Kepentingannya Sangat Tinggi.” berita.mediacorp.sg

Jufiri Joha (2020). “Belia Wajar Terokai ‘E Sport’. Utusan Online

Kamarul Syukri Mat Teh (2015). “Kaedah Persampelan”. www.slideshare.net/wmkfirdaus/pensampelan

Kementerian Pengajian Tinggi (2009). “Dasar Pembangunan Sukan Institusi Pengajian Tinggi (DPSIPT).”, Cetakan Pertama, Kementerian Pengajian Tinggi.

Kerk Chee Yee (2019). “Melaka Komited Perkasa Aktiviti Sukan,” bharian.com.my

Mohamad Najib Abdul Ghaffar (1999). ”Penyelidikan Pendidikan”, Cetakan Pertama, Skudai, Johor. Universiti Teknologi Malaysia.

Saiful Ezanee Mazlan (2020). “Malaysia Perlu Perancangan Untuk Mamtapkan ‘E Sport’.” bhrencana@bh.com,my

Shamsul Kamar Amaruddin (2019). “Perak mahu Bina Stadium ‘E Sport’.” Shaka@nstp.com.my

Kesan Latihan Jeda Berintensiti Tinggi (*HIIT*) Terhadap Daya Tahan Kardiovaskular Atlet Kayak Di Politeknik Ibrahim Sultan

Khairul Nazry Talib[1], Mohamed Rafi M.S Solaiman[2], Siti Norbaiah Harun[3]

[1,2,3]Politeknik Ibrahim Sultan

ABSTRAK

Umum mengetahui, Latihan Jeda Berintensiti Tinggi (*HIIT*) merupakan salah satu latihan moden yang memiliki cara efektif untuk meningkatkan tahap kecergasan dan juga prestasi atlet. Latihan HIIT ini dilihat sebagai latihan yang terbaik dengan waktu yang singkat. Latihan ini dilakukan dengan beberapa set ulangan yang diselangi dengan waktu rehat yang pendek. Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji kesan Latihan Jeda Berintensiti Tinggi (*HIIT*) terhadap Daya Tahan Kardiovaskular Atlet Kayak di Politeknik Ibrahim Sultan. Seramai sepuluh orang atlet kayak, enam lelaki dan empat perempuan secara sukarela terlibat dalam kajian ini. Tempoh kajian yang dijalankan adalah selama 12 minggu dengan kekerapan satu ujian bagi setiap empat minggu. Setiap sesi latihan mengambil masa selama 40 minit dan dijalankan sebanyak empat sesi dalam seminggu. Hasil kajian mendapati berlaku peningkatan daya tahan kardiovaskular berdasarkan empat sesi Ujian larian ulang-alik 20 meter (*Beep test*) yang dilaksaksanakan. Kesimpulannya, Latihan Jeda Berintensiti Tinggi (*HIIT*) yang dijalankan selama 12 minggu dilihat memberi kesan untuk meningkatkan daya tahan kardiovaskular dalam kalangan atlet kayak Politeknik Ibrahim Sultan.

Kata Kunci: HIIT, daya ketahanan kardiovaskular, dan atlet.

1.0 PENGENALAN

Seawal zaman peradaban manusia, kayak telah menjadi medium bagi pengangkutan dan perdagangan yang sangat penting. Seiring dengan peredaran masa, aktiviti berkayak telah berkembang dalam salah satu disiplin sukan dalam negara kita. Aktiviti berkayak ini juga aktif dijalankan dalam institusi pengajian tinggi sama ada dimasukkan dalam modul kokurikulum, rekreasi ataupun sebagai kegiatan sukan untuk pelajar. Sukan kayak yang lasak ini memerlukan seseorang atlet itu mempunyai daya tahan kardiovaskular yang baik bagi membolehkan latihan dan pengelibatan di dalam kejohanan sukan yang disertai membuahkan hasil yang membanggakan. Sebagai sebuah Pusat Kecemerlangan Atlet (PKAT) Sukan Kayak bagi Politeknik Malaysia, maka Politeknik Ibrahim Sultan (PIS) mempunyai atlet yang berpotensi untuk dikembangkan bakatnya di dalam sukan kayak. Kebanyakan atlet kayak yang ada di PIS ini merupakan atlet kayak yang akan mewakili negeri Johor dalam temasya Sukan Malaysia tahun 2022.

Latihan Jeda Berintensiti Tinggi, *HIIT* merujuk kepada program latihan fizikal yang memfokuskan semua anggota tubuh bergerak dalam gerakan yang berintensiti tinggi dan diselangi oleh waktu rehat atau latihan intensiti yang rendah sebagai pemulihan (Hannan et al., 2007). Latihan ini memanipulasikan beberapa unsur seperti model senaman, bilangan ulangan, bilangan siri, dan juga intensiti dan durasi pemulihan antara siri senaman (Buchheit dan Laursen, 2013). Latihan HIIT terbahagi kepada dua kategori iaitu latihan HIIT rintangan yang memfokuskan latihan menggunakan alat bantuan senaman seperti objek pemberat, sementara HIIT aerobik lebih kepada latihan aerobik tradisional seperti berbasikal dan bangkit tubi (Kilpatrick, Jung, & Little, 2014). Latihan HIIT meupakan latihan berintensiti tinggi yang menggunakan di antara 85 hingga 95 peratus kadar nadi maksimum dan juga penggunaan oksigen yang maksimum serta disusuli aktiviti pemulihan aktif atau rehat (Gibala,&Mc Gee,2008). Aktiviti pemulihan aktif atau rehat yang ada di antara senaman adalah bertujuan untuk mengurangkan kesan keletihan dan membolehkan intensiti latihan ditingkatkan semasa

menjalankan latihan (Baechle & Earle,2008). *HIIT* ini juga dilihat sebagai satu aktiviti latihan senaman yang menggembirakan dan menyeronokkan jika dibandingkan latihan tradisional berintensiti sederhana yang dilakukan secara berterusan (Bartlett et al ,2011).

Tahap kecergasan daya tahan kardiovaskular adalah elemen penting bagi seseorang atlet kayak. Daya tahan kardiovaskular didefinisikan sebagai daya tahan yang melibatkan otot jantung, saluran darah dan paru-paru. Daya tahan ini melibatkan keupayaan sistem pernafasan dan sistem pengaliran darah untuk mengepam darah beroksigen secara efisyen ke seluruh badan bagi membolehkan kita melakukan kerja dalam satu jangka masa yang panjang (Johnson dan Nelson 1986). Kajian terdahulu menyatakan dengan mempunyai daya tahan kardiovaskular yang baik, sesorang itu mampu meningkatkan intensiti kerja yang lebih besar dan bertahan lebih lama (Sharkey dan Brian J. 2001). Daya tahan dan keupayaan otot jantung untuk berfungsi secara maksimum menjadi satu penunjuk dan kayu pengukur fungsi dan daya tahan kardiovaskular (Safrit,1995).

Dalam kajian ini, penyelidik menilai daya tahan kardiovaskular melalui keupayaan jantung berfungsi secara maksima melalui ujian larian ulang alik 20 meter dengan nilai kebolepercayaan 0.93 baik (Baumgartner, Jackson, Mahar & Rowe 2003: Johnson & Nelson, 1986) digunakan sebagai instrumen pengukuran. Tahap 10 ulangan 2 bagi atlet lelaki dan tahap 8 ulangan 7 bagi atlet wanita merupakan norma yang digunapakai dalam ujian ini.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Latihan Jeda atau *HIIT* merupakan latihan yang dapat membina tahap kecergasan seseorang atlet ke tahap yang lebih tinggi. Kecergasan serta daya tahan kardiovaskular biasanya di ukur melalui penggunaan VO2max atau zon kadar nadi latihan. Kajian yang dilaksankan ini menggunakan zon kadar nadi latihan sebagai pengukur daya tahan kardiovaskular. Semakin kurang peratusan kadar nadi di zon 5 dan zon 4 menunjukkan daya tahan kardiovaskular semakin baik. Pelbagai jenis latihan *HIIT* yang sering di praktikkan oleh jurulatih kepada ahli sukan ataupun pengamal kecergasan bagi meningkatkan prestasi. Di antara latihan HIIT yang dilaksanakan dalam kajian ini adalah latihan senaman tali, latihan Tabata, latihan Fartlek dan latihan tayar.

Kayak merupakan satu jenis sukan yang memerlukan daya tahan kardiovaskular yang tinggi. Oleh itu kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti kesan latihan *HIIT* yang telah direkabentuk secara sistematik terhadap daya tahan kardiovaskular bagi atlet kayak PIS. Setelah menjalani latihan HIIT yang direkabentuk secara sistematik selama 12 minggu dan diikuti beberapa siri ujian beep yang digunakan sebagai instrument pengukur. Daya tahan kardiovaskular biasanya diukur melalui nilai VO2max dan kurang kajian dijalankan dengan menggunakan pengukuran kadar nadi untuk mengukur daya tahan kardiovaskular. Sehubungan itu kajian ini khusus untuk melihat kesan latihan HIIT yang dilaksanakan oleh atlet selama 12 minggu dengan melihat perbezaan peratusan kadar nadi atlet disetiap zon pada setiap ujian yang dijalankan. Selain dari itu kajian ini juga akan melihat adakah terdapat perbezaan daya tahan kardiovaskular antara atlet lelaki dan atlet wanita setelah menjalani latihan HIIT selama 12 minggu.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

1. Mengenalpasti kesan Latihan Jeda HIIT yang direkabentuk dan dilaksanakan oleh atlet kayak PIS selama 12 minggu dapat memberikesan terhadap daya tahan kardiovaskular atlit atau sebaliknya.
2. Mengenalpasti samaada terdapat perbezaan yang ketara dari segi ketahanan daya tahan kardiovaskular di antara atlet kayak lelaki dan wanita PIS setelah menjalani latihan HIIT selama 12 minggu.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

4.1 Rekabentuk kajian

Dalam merekabentuk kajian ini, penyelidik telah merekabentuk satu bentuk latihan *HIIT* bersama jurulatih kayak SUKMA Johor dan latihan tersebut akan dijalankan kepada atlet kayak PIS yang terlibat sebagai peserta dalam kajian ini. Proses pengujian juga akan dijalankan kepada semua peserta yang terlibat dalam kajian ini.

Kajian yang dijalankan adalah dalam bentuk eksperimental. Kajian dijalankan untuk melihat dan menganalisa kesan daya tahan kardiovaskular terhadap latihan *HIIT* yang diberikan kepada atlet kayak sama ada menunjukkan peningkatan atau sebaliknya. Rekabentuk ini diharap dapat memberi petunjuk terhadap kesan latihat *HIIT* kepada daya tahan kardivaskular melalui bacaan zon kadar nadi yang diperoleh melalui jam tangan pintar Garmin Instinct yang dipakai oleh semua peserta sepanjang pengujian di jalankan. Program latihan selama 12 minggu atau 87 hari telah dirangka di mana sepanjang program tersebut 47 hari latihan *HIIT*, 12 hari latihan beban di gimnasium, 24 hari cuti dan 4 hari ujian. "*pre Test*" diadakan pada hari pertama program bagi mengenalpasti tahap daya tahan kardiovaskular atlet dan ujian seterusnya diadakan sekali setiap 4 minggu. Ini bermaksud pada akhir program akan terdapat 4 keputusan ujian termasuk "*pre test*" dan ujian akhir pada hari yang ke 87.

4.2 Sampel Kajian

Dalam kajian ini, penyelidik telah memilih sampel kajian yang terdiri daripada atlet kayak PIS yang akan mewakili negeri Johor di dalam temasya SUKAN MALAYSIA 2022. Atlet ini adalah seramai 10 orang yang terdiri daripada 6 orang atlet lelaki dan 4 orang atlet wanita. Atlet yang terlibat dalam kajian ini merupakan atlet yang terlatih dan telah berada di dalam pasukan kayak negeri Johor sejak tahun 2019. Jenis persampelan yang digunakan di dalam kajian ini adalah persampelan kelompok. Persampelan ini dinamakan persampelan kelompok kerana sampel yang digunakan ini adalah terdiri dari sekumpulan atlet yang akan menyertai sesuatu pertandingan iaitu SUKMA 2022 dan SUKIPT 2021. Persampelan kelompok adalah proses menggunakan sampel bilamana persampelan bukan lagi unsur dari populasi tetapi unsur dari kelompok populasi (Mohd Majid Konting, 1990).

4.3 Program Latihan

Program latihan *HIIT* telah direkabentuk oleh penyelidik bersama jurulatih pelan latihan pasukan kayak SUKMA negeri Johor selama 12 minggu. 3 jenis latihan *HIIT* iaitu Latihan Tabata, Latihan Tali dan larian fartlek serta kanu fartlek telah dirangka sebanyak 4 kali seminggu. Selain itu juga terdapat 1 hari latihan bebanan di gimnasium serta 2 hari masa rehat. Pra Ujian di jalankan pada hari pertama program bagi melihat tahap awal daya tahan kardiovaskular. 1 kali ujian akan dijalankan setiap bulan sehingga ujian akhir pada hari terakhir program.

Jadual 1: Jadual Latihan "High Intensity Interval Training"

Bulan	Intensiti dan masa interval	Latihan *HIIT*		
Bulan pertama 4 kali seminggu	Tinggi dan masa rehat diantara latihan 3 min	Larian Fartlek 5 km Kanu Fartlek 10 km	Latihan Tabata (fullbody workout) 8 senaman 5 set	Latihan Tali (*Battle rope*) 8 senaman 5 set
Bulan ke-2 4 kali seminggu	Tinggi dan masa rehat diantara latihan 2 minit	Larian Fartlek 5 km Kanu Fartlek 10 km`	Latihan Tabata dan Pliometrik 8 senaman 4 set	Latihan Tali (*Battle rope*) 8 senaman 4 set
Bulan ke-3 4 kali seminggu	Tinggi dan masa rehat diantara latihan 1 minit	Larian Fartlek 5 km Kanu Fartlek 10 km	Latihan Tabata dan pliometrik 8 senaman 3 set	Latihan Tali (*Battle rope*) 8 senaman 3 set

4.4 Instrumen Kajian

Bagi memperoleh keputusan yang mempuyai kesahan yang baik dan diterima, instrumen yang digunakan adalah ujian *Beep Test* atau juga dikenali sebagai Ujian 20 meter *shutter run*. Kajian terdahulu telah membuktikan bahawa ujian ini memiliki kesahan untuk mengukur kecergasan kardiovaskular r =0.93.

Berdasarkan norma *Beep Test* bagi atlet lelaki yang berusia 18 hingga 25 tahun bagi tahap baik yang minimum adalah pada tahap 10 dan ulangan 2 manakala untuk atlet wanita yang berusia 18 hingga 25 tahun bagi tahap baik yang minimum adalah pada tahap 8 dan ulangan 7 (Liu,Plowman & Looney, 1992). Oleh yang demikian setiap ujian yang di jalankan atlet lelaki dikehendaki menyempurnakan 20 meter shutter run sehingga tahap 10 ulangan 2 manakala atlet wanita dikehendaki menyempurnakan larian sehingga ke tahap 8 ulangan 7. Setelah selesai ujian dengan menggunakan jam pintar (*Garmin Instinc*) semua atlet dikehendaki merekodkan zon kadar nadi mereka. Keseragaman dalam ujian adalah perlu bagi mendapatkan bacan zon kadar nadi atlet yang berlari dalam jarak dan waktu yang sama.

5.0 DAPATAN KAJIAN

Dalam kajian ini, data mentah yang diperolehi telah dijana dengan menggunakan perisian Komputer *Statistical Package for Social Science for Window (SPSS)* Versi 23.0 untuk menganalisa data-data tersebut. Sebelum data dianalisa, proses penyemakan data juga telah dibuat memastikan setiap pemboleh ubah dapat diukur dengan baik. Proses Normaliti data juga dilaksanakan dengan menggunakan statistik *kolmogorov-smirnov* dan *Shipiro-Wilk*. Kesemua data dari 4 ujian yang dijalankan juga telah menjalani proses normaliti data dan didapati kesemua data yang di perolehi mempunyai taburan normal yang boleh di terima di mana p > 0.05. Data yang digunakan adalah data yang mewakili peratusan kadar nadi yang berada pada zon 5 yang diperolehi dari jam pintar *(Garmin Instict*) yang digunakan sebagai pengukur dalam setiap ujian. Oleh kerana latihan *HIIT* menggunakan 85% hingga 95% kadar nadi maksimum maka analisa yang di jalankan bagi menentukan daya tahan kardiovaskular atlet hanya merujuk kepada peratusan kadar nadi yang berada pada zon 5 sahaja.

5.1 Keputusan

Jadual 2: Analisa Ujian T, Sampel berpasangan bagi setiap Ujian yang di jalankan

		Min	N	Sisihan Piawai	Std Error Mean
Pasangan 1	Pra ujian	75.20	10	1.135	0.359
	Ujian 1	73.10	10	1.197	0.379
Pasangan 2	Pra Ujian	75.20	10	1.135	0.359
	Ujian 2	67.70	10	1.494	0.473
Pasangan 3	Pra Ujian	75.20	10	1.135	0.359
	Ujian 3	62.00	10	1.414	0.447

Berdasarkan nilai Min dalam jadual 2, menunjukkan bahawa program latihan *HIIT* yang dijalankan selama 12 minggu berjaya meningkatkan daya tahan kardiovaskular atlet kayak di mana dari min peratusan nadi di zon 5 pada ujian pra 75.20 % kepada 62% yang direkodkan pada ujian 3. Secara statistik degupan nadi berfungsi lebih perlahan di zon 5 iaitu daripada 75.20 ± 1.135 kepada 62.00 ±1.414. Daripada analisa data ini juga menunjukkan peningkatan penurunan peratus degupan nadi di zon 5 bagi semua atlet di setiap ujian yang dijalankan. Pada ujian 1 penurunan peratusan berlaku pada min 73.10±1.197 manakala bagi ujian 2 pula penurunan sehingga min 67.70±1.494.

Jadual 3: Analisa Ujian T sampel Bebas bagi perbandingan peratusan kadar nadi atlet Lelaki dan Wanita di Zon 5 setelah ujian 3 di jalankan

Zon	Jantina	N	Min	Sisihan Piawai	Std Error Mean
Zon 5	Atlet lelaki	6	61.83	1.329	0.543
	Atlet Wanita	4	62.25	1.708	0.854

Berdasarkan kepada statistik deskriptif di antara dua kumpulan di atas, didapati min peratusan degupan nadi atlet lelaki lebih rendah daripada peratusan degupan nadi atlet wanita bagi zon degupan nadi di zon 5. Namun begitu perbezaan tersebut amatlah kecil iaitu perbezaan - 0.417 sahaja.

Jadual 4: Keputusan Ujian T, Sampel Tidak bersandar.

		Levene;s Test for Equality of variances	
		F	Sig
Zon 5	Equal variances assumed	0.380	0.555

Daripada jadual 4, didapati nilai Sig adalah 0.555 dimana nilai ini adalah nilai SIG > 0.05 bererti kedua-dua varian iaitu atlet lelaki dan atlet wanita memperolehi peratusan degupan nadi di Zon 5 ketika ujian 3 dijalankan adalah hampir sama, Ini menunjukkan latihan *HIIT* yang dijalankan ke atas atlet lelaki dan atlet wanita tidak mempunyai perbezaan yang signifikan. Ini bermaksud latihan yang dijalankan bersesuaian kepada kedua-dua jenis jantina tanpa perlu sebarang perubahan diantara keduanya.

6.0 PERBINCANGAN

Dapatan dari kajian ini, penyelidik telah dapat menjawab kepada dua objektif kajian yang telah di sasarkan. Penyelidik mendapati terdapat perbezaan yang signifikan pada penurunan peratusan zon kadar nadi atlet kayak PIS samada lelaki atau wanita pada zon 5 setelah menjalani latihan *HIIT* yang telah di programkan selama 3 bulan. Ini bermaksud semakin tinggi daya tahan kardiovaskular seorang atlet maka semakin rendah kadar degupan nadi dalam seminit. Kecergasan jantung yang baik dapat diukur dengan bacaan kadar nadi yang rendah (Baumgartner, Jackson, Mahar & Rowe,2003). Di samping itu juga dapatan daripada kajian ini mendapati bahawa latihan *HIIT* ini bersesuaian kepada semua atlet kayak PIS tanpa mengira jantina mereka. Hasil dapatan dari data ujian mendapati tidak perbezaan yang ketara dari segi penurunan peratusan kadar nadi di zon 5 bagi atlet kayak lelaki dan wanita. Dapatan daripada kajian yang dijalankan ini tidak dapat dibandingkan dengan kajan-kajian terdahulu, ini adalah kerana terdapat perbezaan yang ketara diantara cara latihan, peralatan, kaedah penilaian dan juga tempoh latihan, Namun begitu kajian lampau yang di lihat hampir kepada kajian ini adalah Latihan *HIIT* terbukti berkesan meningkatkan kecergasan kardiovaskular bagi golongan lelaki remaja dan dewasa (Obradovic, Vukadinovic, Pantovic & Baic,2016).

Dapatan kajian ini juga selari dengan beberapa dapatan kajian terdahulu di mana menurut Soe, Jung, Song & Kim (2015) latihan rintangan berintensiti tinggi selama 8 minggu mampu meningkatkan tahap kecergasan kardiovaskular bagi atlet teakwando lelaki dan perempuan. Kajian yang telah dijalankan oleh Anthony, Maheswari, & Palanisamy (2016) berkenaan kesan latihan tali "*Battling Rope*" oleh remaja berusia 18 hingga 25 tahun terhadap daya tahan kardiovaskular, menunjukkan hasil dapatan dari kajian tersebut dapat meningkatkan daya tahanb kardiovaskular remaja tersebut. Menurut Batacan et al. (2017) berdasarkan kajian yang dijalankan mendapati latihan *HIIT* mampu meningkatkan kadar daya tahan kardiovaskular sehingga ke tahap maxima 95% penggunaan VO2 max dan akan lebih berkesan terhadap mereka yang memiliki berat badan normal. Kajian terdahulu yang di jalankan oleh Astorino et al. (2017) menjelaskan dengan sampel yang berusia muda dengan 20 kali sesi latihan *HIIT*

yang berkala dapat menyebabkan peningkatan yang signifikan pada kadar daya tahan kardivaskular. Menurut kajian terdahulu yang dijalankan oleh Festiawan et al. (2020) menjelaskan bahawa latihan fartlek dan HIIT yang dijalankan selama 6 bulan ke atas peserta ekspedisi pendakian menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan keatas daya tahan kardiovaskular serta tahap VO2 max peserta ekspedisi. Ini menunjukkan dapatan kajian yang dijalankan oleh penyelidik adalah selari dengan dapatan kajian terdahulu.

7.0 KESIMPULAN

Hasil dapatan dari kajian ini dengan jelas menunjukkan bahawa dengan latihan *HIIT* yang terancang dan teratur bagi tempoh 12 minggu latihan telah dapat meningkatkan daya tahan kardiovaskular dalam kalangan atlet kayak PIS. Daya tahan kardiovaskular ini dilihat dengan penurunan peratusan kadar nadi di Zon 5 iaitu 90% hingga 100% kadar nadi maksimum. Dapatan dari kajian ini juga mendapati tiada perbezaan yang signifikan ke atas kesan latihan terhadap atlet lelaki atau atlet wanita. Kajian ini hanya melihat kepada peratus kadar nadi atlet pada zon 5 setelah menjalani "*beep test*" atau 20 *meter shutter run*. Zon 5 merupakan zon dimana kadar nadi berada pada tahap paling maksima iaitu 90% hingga 100% kadar nadi maksima. Seorang atlet mempunyai daya tahan kardiovaskular yang baik sekiranya menjalankan aktiviti berintensiti tinggi namun peratusan kadar nadi di zon 5 tidak tinggi. Dengan kata yang lebih mudah, lebih rendah kadar nadi menunjukkan lebih baik daya tahan kardivaskular seseorang. Dapatan dari kajian ini juga dilihat selari dengan hasil dapatan kajian-kajian terdahulu. Program latihan yang tersusun dan sistematik selama 12 minggu melibatkan latihan *HIIT* seperti latihan tabata, pliometrik, latihan fartlek serta latihan tali. Masa rehat yang mencukupi juga menjadi faktor kepada kejayaan program latihan ini. Pengurangan sela masa rehat di antara latihan juga turut di lakukan dan juga diikuti pengurangan bilangan latihan. Bermula dengan sela masa rehat selama 3 minit untuk 5 set latihan dikurangkan kepada 2 minit sela masa rehat untuk 4 set latihan dan pada latihan bulan terakhir sela masa rehat dikurangkan kepada 1 minit untuk 3 set latihan. Tempoh latihan yang agak singkat serta pelbagai menyebabkan atlet berasa bermotivasi untuk melaksanakan latihan. Peningkatan dapat dilihat di setiap ujian yang dilaksanakan, proses ini menyebabkan para atlet merasakan sangat bermotivasi dalam melaksanakan latihan *HIIT* ini.

RUJUKAN

Astorino, T.A., Edmunds, R. M., Clark, A., King,L., Gallant, R.A.,Namm, S.,fisher, A., & Wood,K.M.(2017). High-intensity interval training increase cardiac output and VO2 max . Medicine & Science in Sport & Excercise, 49(2) 265-273.

Bartlett,J.D., Close,G.L., Mac Laren,D.P., Gregson,W.,Drust,B.,& Morton,J.P.(2011). High-intensity interval running is perceived to be more enjoyable than moderate-intensity continuous exercise: implication for exercise adherence. *Journal of Sports Sciences 29(6)* 547-553.

Batacan, R. B., Duncan, M.J., Dalbo, V.J., Tucker,P.S., & Fenning, A.S.(2017). Effect of High-Intensity interval training on cardiometabolic health : A systematic review and meta-analysis of intervention studies. British Journal of sports Medicine, 51(6), 494-503.

Baumgartner, T.A., Jackson, A. S., Mahar, M. T. & Rowe, D. a. 2003. Measurement for Evaluation in Physical Education and Exercise Science (7th ed). New York: McGraw Hill.

Beachle,T.R., Earle, R.W (2008) Essential of strength training and conditioning (3rd ed) Champaign, IL :Human Kinetics.

Buchheit, M., & Laursen, P. B. (2013). High-intensity interval training, solutions to the programming puzzle. *Sports Medicine, 43*(5), 313-338. doi:10.10007/s40279-013-0029-x.

Festiawan, R., Suharjana, S., Priyambada, G., Febrianta, Y. (2020). High-intensity interval training dan Fartlek training: Pengaruhnya terhadap tingkat VO2 max. Jurnal Keolahragaan, 8(1), 9-20.

Gibala, M.J., & Mc Gee, S.L (2008) Metabolic adaptations to short-term high-intensity interval training: a little pain for a lot of gain? *Exercise and Sport sciences reviews, 36(2),* 58-63.

Hannan AL, Hing W, Simas V, Climstein M, Coombes JS, Jayasinghe R, Byrnes J, Furness J Open Access J Sports Med. 2018; 9():1-17.

Johnson, B. L., & Nelson, J. K. 1986. Practical Measurement For Evaluation In Physical Education (4thed.).Louisiana State University: Burgess.

Kilpatrick, M. W., Jung, M. E., & Little, J. P. (2014). High-intensity interval training: a review of physiological and psychological responses. *ACSM's Health & Fitness Journal, 18*(5), 11-16.

Liu,N.Y., Plowman,S.A., & Looney, M.A. (1992). The reliability and validity of the 20-meter shuttle test in American student 12 to 15 years old. *Res Q Exerc Sport*, 63, 360-365.

Obradovic, J., Vukadinovic, M., Pantovic, M., & Baic, M. (2016). HIIT Vs Moderate intensity endurance training: Impact on aerobic parameters in young adult men. Acta Kinesiologica 10 Suppl 1 : 35-40.

Safrit, M, 1995. Complete Guide to Youth Fitness Testing . Champaign, IL: Human Kinetics.

Sharkey, Brian J. 2011. Kebugaran dan Kesehatan. Jakarta: Rajawali Pers. p 277-279.

Soe, M.W.,Jung,H.C., Song,J.K. & Kim, H.B.(2015). Effect of 8 weeks of pre-season training on body composisition, physical fitness, anaerobic capacity, and isokinetic muscle strength in male and female collegiate teakwando athletes. *Journal of Exercise Rehabilation*, 11(2). 101.

Effects of Intensive Training in Enhancing Performance Among Taekwondo Athletes

Siti Faezah binti Ahmad Sazali[1], Mohd Faiz bin Ahmad Mawardi

[1]Politeknik METro Johor Bahru
[2]Universiti Tun Hussein Onn Malaysia

ABSTRACT

In many sports, intensive training is required to enhance athletic performance especially in combat sports. This study analysed the experience of seven taekwondo athletes from Politeknik Ibrahim Sultan in undergoing intensive training for the preparation of Malaysian Polytechnic Taekwondo Championship 2019. It aimed to identify the effectiveness of intensive training in maximising the athletes' performance in taekwondo especially sparring techniques. Apart from that, it also identified the relationship between athletes' body mass index (BMI) and performance in intensive training. Quantitative study was applied in this study. As a result, there was improvement in kicking ability and sparring technique as well as agility among the athletes after four weeks of intensive training and there was significant negative association between BMI and training performance.

Kata Kunci: Taekwondo, Intensive Training, Performance

1.0 INTRODUCTION

Taekwondo (TKD) is one of popular martial arts that is practiced worldwide and introduced as combat sport in Olympic competition 1994 (WTF, 2009 in Chung, P., & Ng, G. 2012). Apart of advantageous to health, the athletes also are demanded to be fit and skilled in some fitness aspects as a physical and physiological requirement in Taekwondo competition. In addition, agility is much required especially when it comes to combat sports. It demonstrates technical and tactical movements in various positions in the same time sustaining optimum speed, dynamic balance and accuracy.

The demand of undergoing intensive training is to actually help in improving athletes' body composition as well as their physical fitness, technical skill and pyschological skill. Other objective that can be seen is to boost up athletic performance (Rhyu, H. S., & Cho, S. Y., 2014). In addition, intensive training helps to retain athletes' endurance and stamina during the game. What most important is their agility in attacking their opponents or defensing themselves from the opponents. It requires high focus to stay in the game.The fitness assessment at the end of the training are meant to forecast athletes' performance during the competition that leads to achievement of programme goals.

In preparing the students to represent their institution in Malaysian Polytechnic Taekwondo Championship 2019, the athletes were familiar with some routines in intensive training. The purposes of undergoing the intensive training are to maintain their stamina as well as to equip themselves with some technical skills in order to be tactical during sparring.

2.0 BACKGROUND PROBLEM

The training routine in taekwondo is systematic, on-going and involves long-term span. It consists general basic skills such as kicking and punching as well as sparring techniques (Fong, S. S., & Ng, G. Y. (2011). It is believed that through intensive training, it could help to enhance athletes' discipline as well as fitness level and health (Zeng, Howard & Cynarski, Wojciech & Baatz, Shannon & Park, Shawn. (2015).

Although there were studies indicated that intensive training influences athletes' performance (Altavilla, G., D'isanto, T., Di Tore, P. A., & Raiola, G., (2018), Ouergui, I., Messaoudi, H., Chtourou,

H., Wagner, M. O., Bouassida, A., Bouhlel, E., & Engel, F. A. (2020), it could be concluded that the results were general; not having specific focus in which aspect athletes improved. Apart from that, some studies argued that intensive training in short period affects the athletes' physical and emotional condition in the sense that it is harmful to them. Some conditions such as fatigue state and lack of appropriate recovery period are seen to be the effects of intensive training (Pichot, V., Busso, T., Roche, F., Garet, M., Costes, F., Duverney, D., & Barthélémy, J. C. (2002), Committee on Sports Medicine and Fitness, (2000).

The performance of the Politeknik Ibrahim Sultan's athletes showed no any better when they participated in any taekwondo tournamnents. Although intensive training such as sprint test and kicking techniques were carried out before every tournament still they did not accomplish excellent performance in the games. If there was any, they were easily running out of stamina thus, led to slow speed and not concentrating during sparring.

In light of the mutual belief that undergoing intensive training could give impact on athletes' performance in taekwondo competition, there is a need to identify effective procedures in intensive training in terms of kicking and sparring techniques; and agility among taekwondo athletes. This paper, therefore, focuses on the effects of intensive training in enhancing performance among taekwondo athletes.

3.0 OBJECTIVES

The objectives of this study are as follow:

i. to identify the effectiveness of intensive training in maximising the athletes' performance in taekwondo especially sparring techniques and agility.
ii. to identify the relationship between athletes' body mass index (BMI) and performance in intensive training

4.0 METHODOLOGY

4.1 Sample

There were seven (7) black-belt taekwondo athletes (M±SD;age: 21±0.81 years; height: 171±9.2 cm; body mass: 24.6±5.5 kg) who participated in this study. They were selected students who represented Politeknik Ibrahim Sultan for the Malaysian Polytechnic Taekwondo Championship 2019. Most of them had the experience of competing for state or prominent levels such as national and international level. Besides, they participated consistently in training session every week which took 1 -2 times per week and each lasted for two hours, only when they were selected for any tournament, they underwent intensive training phase. They did not also face any lower body injury during the study.

4.2 Procedure

The research design applied in this study was repeated measures. It is to identify the effects of intensive training which emphasizing on performance of conditioning training routine's intensity on Half-squat Resistance Exercise (HSRE), Countermovement Jump (CMJ), Repeated Sprint Training (RST) and Multiple Frequency Speed of Kick Test (MFSKT).

Anthropometrics test

Before the experimental procedure, anthropometrics tests were used before and after the four week training. They comprised of; measuring the athletes' height (cm), weight (kg) and Body Mass Index or BMI (kg). They were recorded in each phase before implementing the procedure.

Physical Skills Procedure

The athletes were required to undergo three (3) experimental procedures for four weeks in this study. Every procedure consisted of 1x4 repetitions at 90% of one repetition maximum (1RM) which emphasized on high volume and high intensity. Later, they were required to do sparring sessions with different partners for one hour. The athletes implemented the procedures with minimum interval of 24 hours between every experimental session.

In first week, the athletes were given exposure of the procedures in order to be familiarized with the routines. It aimed to expose them with the correct technique and skill of HSRE, CMJ and MFSKT. Besides, it helped the athletes to pose the effective body position while performing the routines as well as in sparring sessions.

Half-Squat Resistance Exercise (HRSE) was done according to the standard procedures. Before they began with, they had to do warm-up such as body strectching and long and speed running. It then followed by two-minute rest interval. Later, they performed four sets of HRSE with one minute duration each. After completing these , two-minute rest interval was given.

Countermovement Jump (CMJ) was performed in order to measure the athletes' explosive lower body power (Owen W., 2016). The athletes were required to perform four sets of CMJ. Athletes' maximal jump height and mean jump height were recorded during the procedure. The jump routine was done without arm-swing where they kept their hands behind their waist and jump as high as possible throughout the procedure. Besides, they had to attempt to land in the same positon as they took off; this is to test whether they can maintain their same position back after kicking. They had to do minimum of three jumps within one minute and given two-minute rest after two sets.

Repeated Sprint Training (RST) were performed in the procedures for four weeks. The purpose of this training to train athletes' agility and speed in using legs for kicking (Ouergui, I., Messaoudi, H., Chtourou, H., Wagner, M. O., Bouassida, A., Bouhlel, E., ... & Engel, F. A., 2020). It comprised of three (3) sets x 35m sprint running with 2 minutes rest interval and continued with another 3 sets. This included the shuttle run and back test and Taekwondo-specific Agility Test (TSAT). The assessment were performed by recording the students number of rounds they completed in both procedures within one (1) minute. In addition to the training, the athletes had to do technical-tactical based training to focus on their technical skill in sparring.

Figure 1: Athletes of PIS were having the Repeated Sprint test

Multiple Frequency Speed of Kick Test (MFSKT) was done using both right and left foot. They were five types of kicking carried out by the athletes; front kick (*ap chagi*), turning kick (*bandal chagi*), side kick (*yeop chagi*), chopping/axe kick (*naeryo chagi*) and reverse turning kick (*bandae dollyeo chagi*). During FSKT session, athletes positioned themselves in front of freestanding punching bag. The performance of the test was evaluated by the total number of kicks done within one minute and the maximal impact generated during the test.

Technical Skills Procedure

After finishing the above procedures, the athletes focused on doing technical-tactical based training. The purpose was to guide them in tackling opponent during sparring. It took one hour for the sparring to be done. They did the sparring for two minutes for each different opponent. This training focused on how to counterfight the opponent as well as to block from the opponent. The rest interval of two minutes was given after one set and continued with another one set.

5.0 RESULTS AND ANALYSIS

The data were analysed using repeated ANOVA. *P*-value was considered as significant when it was equal or less than 0.05. The results of the anthropometrics test are as follow:

Table 5.1: Anthropometrics Test Results

Athlete	Height (cm)	Weight (kg)	BMI
1	157	55	22.3
2	178	100	31.6
3	175	95	31
4	183	90	26.9
5	173	52	17.4
6	170	70	24.2
7	161	49	18.9
Mean (m)	171	73	24.6
Standard Deviation (SD)	9.2	21.8	5.5

All results are generated as mean and standard deviation (M±SD). From table 5.1, it indicates that the mean and standard deviation (M±SD) of height is 171±9.2 cm; meanwhile, for athletes' weight is 73±21.8 kg; and for body mass index (BMI) is 24.6±5.5 kg.

Table 5.2: Countermovement Jump (CMJ) Before And After Results

	24 June 2019 (A)		14 July 2019 (B)		
Athlete	No of jumps (1min)	Mean (cm)	No of jumps (1min)	Mean (cm)	Difference (B-A)
1	90	37	91	37	0
2	80	35	80	34	-1
3	25	41	30	42	1
4	40	35	42	35	0
5	60	29	63	33	4
6	15	39.5	20	40	0.5
7	30	38	30	41	3
Mean (m)	48.5	36.3	50.8	37.4	1.07
Standard Deviation (SD)	28.6	3.9	27.4	3.5	1.78

Meanwhile, table 5.2 indicates that the countermovement jump (CMJ) results before (A) and after (B) for the athletes. It shows the number of jumps that can be done within one minute; and also the jump height average or mean (m) results that in centimetres (cm). The results of the difference jump height average or mean are also shown in the table to indicate the athletes' performance in CMJ after intensive training procedures done. Generally, it shows that there were improvement in athletes' jump performance.

Table 5.3: Repeated Sprint Training (RST) Before And After Results

	Before		After		
Athlete	Shuttle run and back test	Taekwondo-specific Agility Test	Shuttle run and back test	Taekwondo-specific Agility Test	Difference (B-A)
1	34	28	35	29	1, 1
2	27	23	29	24	2, 1
3	26	22	30	24	4,2
4	28	26	28	26	0,0
5	37	27	39	28	2,1
6	31	25	32	27	1,2
7	32	31	35	33	3,2
Mean (m)	30.7	26	32.5	27.2	1.8, 1.2
Standard Deviation (SD)	3.9	3.05	3.95	3.14	0.05, 0.09

In table 5.3 above, the Repeated Sprint Test (RST) results are shown. For shuttle run and back test, it shows improvement before and after intensive training. For Shuttle run and back test, there were improvement (m) shown by the athletes by 1.8, meanwhile, for Taekwondo-specific Agility Test (TSAT) an improvement was also perfromed by them, in which different by 1.2. It can be concluded the athletes progressed better in their speed and agility in both sprint test.

Table 5.4: Multiple Frequency Speed Of Kick Test (MFSKT) Before And After Results

	Before					After				
Athlete	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1	30	21	24	29	26	31	24	26	34	27
2	25	15	21	25	23	26	20	25	28	23
3	27	16	23	25	24	28	23	24	29	26
4	25	17	25	24	23	25	23	26	27	24
5	32	18	25	30	30	34	21	28	31	34
6	22	19	21	26	25	24	24	24	27	30
7	31	23	27	31	26	33	25	31	32	33
Mean (m)	27.4	18.4	23.7	27.1	25.2	28.7	22.8	26.2	29.7	28.1
Standard Deviation (SD)	3.6	2.8	2.2	2.7	2.4	3.9	1.7	2.4	2.6	4.2

Table 5.4 shows the Multiple Frequency Speed of Kick Test (MFSKT) before and after results. They are five types of kicking in taekwondo performed during the procedures. They included 1- front kick (*ap chagi*), 2- turning kick (*bandal chagi*), 3- side kick (*yeop chagi*), 4- chopping/axe kick (*naeryo chagi*) and 5- reverse turning kick (*bandae dollyeo chagi*). The data recorded were the accumulated number of kicks that were performed during one minute. Overall, the data show that students progressed better in every kicking style regardless of their weight.

Table 5.5: Pearson Correlation table between BMI and Training Performance in Intensive Training

		BMI	**training performance**
BMI	Correlation	1	-0.865
	p-value 2-tailed		0.012
training performance	Correlation	-0.865	1
	p-value 2-tailed	0.012	

A Pearson correlation was performed to test if there is a relationship between BMI and training performance. The Results of the Pearson correlation indicated that there was a significant negative association between BMI and training performance, $r(5) = -0.865$, $p = 0.012$.

6.0 CONCLUSIONS, LIMITATIONS AND RECOMMENDATIONS

Through the prior statistical analysis done, it can be concluded that there were improvement in terms of the athletes' performance after the intensive training procedures. It can be seen that the more intense and higher volume training procedure performed, the more they were effective in enhancing the students' performance. It could be seen from the various training procedures that the athletes had to undergo and most of the training focusing on the athletes' stamina, endurance, agility and technical skills of lower body parts. It therefore, answering the first objective of the study. Besides, there was a significant negative association between BMI of the athletes and the training performance. Hnece, this also answers the second objective of the study.

There were some limitations found in this study. The equipment or gears used to evaluate the athletes performance were not effectively used such as the body trunk, contact mat and others. Besides, the rest interval given are not valid as they performed intensively for the procedures.

As for recommendations, additional routine in some procedures could be upgraded in other to have more reliable data. Apart from that, samples of the study could be added more to have more reliable data. The researcher also should record data on transition recovery period, overload training period and recovery period data to gain an inclusive data and reliable result for the study.

REFERENCES

Alminni, C., Altavilla, G., Cassese, F. P., Ceciliani, A., & D'Isanto, T. (2019). *Physical and motor tests to estimate the improvement of the float serve.*

Altavilla, G., D'isanto, T., Di Tore, P. A., & Raiola, G. (2018). *Free throw and outcomes: Pilot study on intensive training versus extensive one.*

Baltzell, A., Caraballo, N., Chipman, K., & Hayden, L. (2014). *A Qualitative Study Of The Mindfulness Meditation Training For Sport: Division I Female Soccer Players' Experience*. Journal of Clinical Sport Psychology, 8(3), 221-244.

Chung, P., & Ng, G. (2012). *Taekwondo Training Improves The Neuromotor Excitability And Reaction Of Large And Small Muscles*. Physical Therapy In Sport, 13(3), 163-169.

Committee on Sports Medicine and Fitness. (2000). *Intensive Training And Sports Specialization In Young Athletes.* Pediatrics, 106(1), 154-157.

da Silva Santos, J.F., Herrera-Valenzuela, T., Ribeiro da Mota, G. i Franchini, E. (2016). *Influence Of Half-Squat Intensity And Volume On The Subsequent Countermovement Jump And Frequency Speed Of Kick Test Performance In Taekwondo Athletes*. Kinesiology, 48. (1.), 95-102. https://doi.org/10.26582/k.48.1.6

Fong, S. S., & Ng, G. Y. (2011). *Does Taekwondo Training Improve Physical Fitness?.* Physical Therapy in Sport, 12(2), 100-106.

Ouergui, I., Messaoudi, H., Chtourou, H., Wagner, M. O., Bouassida, A., Bouhlel, E., ... & Engel, F. A. (2020). *Repeated Sprint Training vs. Repeated High-Intensity Technique Training in Adolescent Taekwondo Athletes—A Randomized Controlled Trial.* International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(12), 4506.

Owen Walker. (2016). *Countermovement Jump*. https://www.scienceforsport.com/countermovement-jump-cmj/

Pichot, V., Busso, T., Roche, F., Garet, M., Costes, F., Duverney, D., & Barthélémy, J. C. (2002). *Autonomic Adaptations To Intensive And Overload Training Periods: A Laboratory Study. Medicine & Science In Sports & Exercise*, 34(10), 1660-1666.

Rhyu, H. S., & Cho, S. Y. (2014). *The Effect Of Weight Loss By Ketogenic Diet On The Body Composition, Performance-Related Physical Fitness Factors And Cytokines Of Taekwondo Athletes*. Journal of exercise rehabilitation, 10(5), 326.

WTF. (2009). WTF rules and regulations 2009. WTF Web. http://www.wtf.org/wtf_ eng/site/rules/file/20090203_Rules_and_Regulations_of_the_WTF_as_of_ February_3_2009.pdf

Zeng, Howard & Cynarski, Wojciech & Baatz, Shannon & Park, Shawn. (2015). *Exploring Motivations of Taekwondo Athletes/Students In New York City.* World Journal of Education. 5. 10.5430/wje.v5n5p51.

Penguasaan Kemahiran Insaniah Melalui Pembelajaran Dalam Talian Bagi Kursus Kokurikulum Di Politeknik METrO Johor Bahru

Nurlinda Binti Abdullah[1], Siti Fatimatuz Zahra Hussin[2], Nur Afiqah Binti Hashim[3]

[1,2]Politeknik METrO Johor Bahru
[3]Universiti Teknologi Malaysia

ABSTRAK

Dalam dunia pekerjaan yang serba mencabar, majikan tidak hanya mementingkan kemahiran teknikal sahaja tetap juga kemahiran insaniah juga diberi perhatian serius oleh majikan ke atas graduan sebelum diterima bekerja di syarikat mereka. Proses menerapkan kemahiran ini dalam diri pelajar perlu sejak mereka berada di institusi pengajian tinggi lagi. Ianya boleh dicapai melalui kursus wajib seperti aktiviti kokurikulum. Oleh itui, kajian ini dilaksanakan bagi mengenalpasti tahap kemahiran insaniah dari segi kerja berpasukan, kepimpinan, berkomunikasi dan juga pemikiran kritis dan menyelesaikan masalah. Pengkaji memilih sampel kajian yang terdiri daripada 115 orang pelajar Politeknik METrO Johor Bahru yang mengambil kursus kokurikulum di mana proses pembelajaran dan pengajarannya dilaksanakan dalam talian. Pengkaji melaksanakan kajian kuantitatif berbentuk tinjauan di mana soalselidik digunakan untuk menjawab setiap persoalan kajian yang digariskan oleh pengkaji. Instrumen kajian merupakan satu set soalselidik yang dianalisa secara diskriptif. Hasil kajian mendapati tahap kemahiran insaniah pelajar Politeknik METrO Johor Bahru yang mengambil kursus kokurikulum secara dalam talian adalah pada tahap yang tinggi dengan nilai min keseluruhan adalah 3.76 di mana tahap kemahiran kerja berpasukan adalah 3.78, kemahiran kepimpinan adalah 3.69, kemahiran komunikasi adalah 4.02 dan kemahiran pemikiran kritis dan penyelesaian masalah adalah 3.55. Data kajian ini telah didapati daripada soalselidik dan dianalisa dengan menggunakan perisian SPSS. Secara keseluruhannya, tahap penguasaan tahap kemahiran insaniah yang dicapai oleh pelajar PMJB adalah pada tahap yang tinggi .

Kata Kunci: Kokurikulum, kemahiran insaniah, kemahiran, pembelajaran dalam talian

1.0 PENGENALAN

Di era teknologi dan digital masa kini, majikan bukan sahaja memerlukan pekerja yang mempunyai ijazah atau diploma ataupun sijil, akan tetapi keperluan kemahiran - kemahiran lain juga amat dititikberatkan seperti kemahiran yang menekankan aspek kepimpinan, aspek berkomunikasi, proaktif, asepek berfikiran yang kritis serta pelbaga kemahiran lain juga perlu diambilkira. Individu atau mereka yang mempunyai daya saing tinggi, mempunyai sifat kepimpinan tinggi, kreatif, inovatif, boleh berkomunikasi dengan baik dan berdisiplin . Aspek kemahiran lain juga perlu diberikan penelitian iaitu kemahiran profesionalisme dan kompetensi di mana membolehkan pelajar dapat menyaingi antara satu sama lain dan memperoleh tempat di alam pekerjaan kelak

Kajian dari Sistem Pengesanan Graduan (SKPG) tahun 2018 Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) mendapati 59.90 peratus (30,765 orang pelajar) daripada 51,365 graduan yang masih belum mendapat pekerjaan setelah satu tahun taman pengajian diperingkat pengajian Ijazah Pertama ke atas. Manakala Faizullah Mohamed (2014) pula berkata ”kemahiran insaniah adalah kemahiran yang sepatutnya dikuasai oleh para pelajar bagi mencapai matlamat dan objektif pendidikan.” Objektif kemahiran dinyatakan dengan jelas dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK) dengan merujuk melahirkan rakyat Malaysia yang mempunyai ilmu pengetahuan yang tinggi, mempunyai aklak yang mulia, bertanggungjawab, berketerampilan serta mampu berdaya saing demi mencapai kecemerlangan diri serta mampu memberi sumbangan dari pelbagai sudut antaranya kemakmuran dan keharmonian keluarga, komuniti seterusnya negara. Adalah sabgat penting untuk mendidik setiap pelajar agar berupaya melaksanakan segala tindakan dengan pantas dan mempunyai tahap keyakinan yang tinggi

terhadap segala proses yang dipelajari dan dilalui semasa sesi pengajaran dan pembelajaran berjalan. Dalam pada itu, di antara kelemahan yang didapati adalah graduan tidak boleh menonjolkan ketrampilan dan kurang mempunyai kemahiran insaniah lain di mana ianya tuntan pihak majikan bagi pasaran kerja masa kini yang semakin mencabar (Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah, 2006).

Faizullah (2014) menyatakan ”kemahiran insaniah adalah kemahiran yang sepatutnya dikuasai oleh para pelajar bagi mencapai matlamat dan objektif pendidikan negara”. Demi mencapai matlamat utama untuk menghasilkan pelajar yang memiliki sahsiah positif dan menyeluruh, fokus kepada pengajaran yang efektif adalah fokus utama kepada pembentukan modal insan dan penguasaan kemahiran insaniah pelajar . Majoriti syarikat masa ini memberikan fokus kepada sejauhmana tahap kemahiran insaniah (soft skills) di kalangan graduan IPT sebagai parameter atau kriteria utama dalam pemilihan pekerja mereka. Ianya adalah sebagai tunjuang utama untuk menyokong pencapaian akademik yang telah mereka perolehi sepanjang melaksanakan proses pembelajaran di IPT. Ini memperlihatkan bahawa graduan perlu seimbang dan cemerlang dalam aspek akademik dan juga perlu mempunyai tahap kemahiran – kemahiran insaniah yang tinggi seperti kemahiran kepimpinan, kemahiran berkomunikasi dan kemahiran bekerja dalam sesebuah pasukan

Pada 18 Mac 2020, kerajaan Malaysia telah menguatkuasakan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) bagi membendung penularan wabak COVID-19. Dengan ini kaedah pembelajaran atas talian merupakan suatu keperluan (Mohamad Idham Md Razak 2020) pada masakini. Sehubungan dengan ini, kaedah pembelajaran dan pengajaran perlu diadakan secara maya oleh semua universiti tempatan baik awam mahupun swasta termasuk sekolah-sekolah di seluruh Malaysia. Ianya perlu dilaksanakan bagi memastikan kurikulum dan silibus pengajaran dapat disampaikan dengan baik dan sesi pembelajaran diteruskan mengikut jadual yang dirancang. Ini adalah bagi memastikan hasil pembelajaran bagi sesuatu kursus tercapai. Begitu juga dengan kursus kokurikulum yang dilaksanakan dikebanyakan universiti tempatan dan politeknik tidak terlepas dengan situasi ini. Bagi melaksanakan proses pembelajaran dan pengajaran secara maya, pelbagai jenis *platform* pembelajaran digital yang berpotensi telah dikenalpasti oleh setiap institusi. Ini memberi peluang dan ruang kepada pensyarah pelajar untuk menerokai kaedah-kaedah pengajaran bagi memastikan PdP berjalan dengan lancar dan mencapai objek pembelajaran yang telah ditetapkan dalam silibus kursus

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Kemahiran insaniah merupakan elemen yang paling penting bagi majikan apabila hendak mengambil seseorang pekerja. Ianya mempunyai banyak nama lain seperti *soft skills*, *essential skills*, *human skills*, *employability skills* serta *non-technical skills*. Menurut Mahyudin (2011) ”kemahiran insaniah lebih memberi fokus terhadap aspek tingkah laku, kemahiran komunikasi, sikap, keupayaan menyelesaikan suatu permasalahan, cara memperolehi keputusan dan pengurusan organisasi”. Modul pembangunan kemahiran insaniah telah menjadikan kemahiran insaniah seperti kemahiran kerja berpasukan, kemahiran menanam nilai positi, kemahiran pembelajaran berterusan, kemahiran kepimpinan dan juga kemahiran berkomunikasi. Ianya merupakan aspek kognitif yang mempunyai hubungan langsung dengan kemahiran yang bukan bersifat akademik semata-mata.

Setiap pelajar tidak perlu hanya memberikan tumpuan kepada satu kemahiran sahaja. Ianya perlu disokong dengan pelbagai perkara lain dalam sesuatu bidang. Zamri (2012) menegaskan ”kemahiran nsaniah merangkumi pelbagai kemahiran seperti kemahiran menyelesaikan masalah, kemahiran menggunakan teknologi, kemahiran kerja berpasukan, kemahiran moral dan etika, kemahiran mengurus aktiviti dan kemahiran berkomunikasi”.

Oleh demikian, setiap graduan univeriti perlu memiliki kemahiran insaniah agar graduan boleh menyaingi antara satu sama lain apabila mereka melangkah ke alam pekerjaan pada pelbagai peringkat sama ada tempatan mahu pun antarabangsa (Shahrom et al., 2007). Menurut Khatijah (2006) pula ” kemahiran insaniah merupakan kemahiran asas yang dapat membantu pelajar selama dalam pengajian dan kemahiran ini berhubungan dengan kemahiran berfikir, kemahiran ICT, kemahiran

komunikasi dan sebagainya". Kemahiran insaniah ini perlu diberi pendedahan lebih awal kepada pelajar agar mereka mengetahui kepentingannya pada alam pekerjaan kelak. Pelajar akan dapat mengembangkan lagi keyakinan dan mengenalpasti keupayaan dan kebolehan mereka yang milik sekiranya mereka mengetahuinya dengan lebih awal. Ini disokong oleh Tuan Mohd, 2009 , "dengan kemahiran berkomunikas menuntut pelajar menggunakan pelbagai bahasa khususnya bahasa Melayu dan juga bahasa Inggeris untuk berinteraksi dengan orang ramai" . Kemahiran insaniah adalah salah satu aspek penting bagi memastikan para graduan yang sedia ada bagi mendapat kerjaya yang bersesuaian dengan bidang pengajiannya nanti. Kebanyakan pelajar hanya cemerlang dalam bidang akademik berdasarkan pengetahuan teori sahaja dan tidak menitikberatkan elemen-elemen lain. Ini tidak mencukupi untuk mereka bersaing antara satu sama lain apabila menceburi bidang pekerjaan kelak. Oleh itu, Noorashidi (2009) memberitahu kemahiran berkomunikasi dan keupayaan pelajar dalam menguasai pelbagai bahasa adalah juga amat penting bagi para graduan untuk memasuki alam pekerjaan nanti. Kesimpulannya, kemahiran insaniah boleh merangkumi pelbagai aspek kehidupan mahupun pekerjaan yang terdiri daripada kemahiran berfikir, kemahiran keusahawanan, kemahiran peribadi, kemahiran berkaitan manusia serta kemahiran yang membolehkan mereka berinteraksi dengan masyarakat luar. Pelbagai pihak bertanggungjawab untuk memastikan kemahiran insaniah diterapkan di kalangan pelajar seperti IPT, pihak sekolah dan juga masyarakat setempat . Kemahiran insaniah perlu dipelajari sepanjang hayat pelajar dari kehidupan harian, institusi pendidikan hinggalah ke persekitaran pekerjaan. Merujuk Aini (2005), pula menegaskan bahasa pada masa kini poses penerapan tahap kemahiran insaniah dalam proses pengajaran dan pembelajaran adalah semakin meningkat .

2.1 Kemahiran Kepimpinan Melalui Kursus Kokurikulum

Di Institut Pengajian Tinggi, kursus kokurikulum dibangun dan direkabentuk agar seiring dengan pembangunan kemahiran insaniah. Proses pengajaran dan pembelajaran bagi kursus ini diterapkan pelbagai kemahiran antaranya kemahiran berkomunikasi, kemahiran memimpin dan kemahiran menyelesaikan suatu permasalahan dalam kalangan pelajar. Menurut Faizullah (2014), demi kemakmuran negara dan memenuhi permintaan industri, institut pendidikan tinggi swasta atupun awam di Malaysa perlu mengambil langkah pantas dan berani bagi melaksanakan perubahan atau revolusi pendidikan dengan tujuan mengukuhkan dan meningkatkan lagi lagi pembangunan modal insan secara bersepadu dan menyeluruh. Dengan demikian, pelajar di insitusi pengajian tinggi perlu didedahkan dengan kemahiran kepimpinan menerusi pelbagai aktiviti yang dirancang oleh pihak universiti. Oleh itu sepanjang di universiti mereka tidaklah mempelajari kemahiran teknikal semata-mata . Ini disokong oleh Walker (2003), di mana menurutnya pembangunan kemahiran kepimpinan di kalangan pelajar IPT dapat dilakukan melalui kursus dan aktiviti kokurikulum di universiti. Hal ini kerana menerusi pengajaran dan pembelajaran dalam kursus/aktiviti kokurikulum pelajar berupaya untuk meningkatkan lagi potensi diri mereka. Melalui aktiviti kokurkulum, penerapan kemahiran kepimpinan dapat dipupuk dengan memberikan latihan awal kepada pelajar melalui aktiviti yang memberi penenkanan kepada aspek sahsiah, kemasyarakatan dan kepimpinan. Keupayaan pelajar mempunyai ciri kepimpinan boleh diterapkan melalui aktiviti kokurikulum seperti pakaian seragam, kelab, sukan dan persatuan (Faizullah Mohamed 2014). Ini juga disokong oleh Abdul Hamid (2002), yang menyatakan ilmu kepimpinan dan pengurusan dipelajari melalui satu sistem pendidikan yang harus dirasai dan dialami sendiri oleh pelajar tersebut kerana memimpin dan mengurus berkait rapat dengan kehidupan seharian manusia. Di samping itu juga beliau berpendapat ilmu akademik amat rapat dengan penilaian format melalui kertas - kertas ujian, oleh itu ilmu kepimpinan dan pengurusan adalah berbeza dengan ilmu akademik.

Melalui penglibatan pelajar dalam aktiviti luar darjah, proses penerapan elemen – elemen kepimpinan dapat disemai dalam diri pelajar berkenaan (Deborah Hopen, 2002). Pelbagai aktiviti diluar oleh diatur kepada pelajar dan diterapkan kepada mereka kaedah berorganisasi, bekerja dalam satu pasukan dan juga mempuk kemahiran berkomunikasi dikalangan mereka. Pelajar perlu mempunyai kemahiran kepimpinana agar perlu layak dan boleh menjadi pemimpin dalam organisasi dalam bidang

kerjaya mereka kelak. Ianya penting kerana pelajar akan berdepan dengan struktur organisasi kepimpinan nanti dan juga menyertai masyarat pada masa hadapan. Pelbagai aktiviti gerak kerja luar dijalankan, oleh itu perlunya dilantik seorang pemimpin di kalangan pelajar untuk menjadi ketua sesi gerak kerja dilakukan. Ini adalah bagi menjamin aktiviti yang dibuat dalam mencapai objektif dan matlamat yang ditetapkan dan juga mencungkil sifat kepimpinan di kalangan pelajar. Melalui aktiviti kokurikulum ini dapat dilihat dengan jelas penerapan kemahiran kepimpinan. Menurut M. Gunter (2001), seseorang individu mampu memimpin melalui penglibatan dalam aktiviti kokurikulum kerana ia merupakan aktiviti berorganisasi dan direkabentuk bersama matlamat yang ingin dicapai. Pelajar boleh memperoleh kemahiran memimpin daripada pelbagai aktiviti kokurikulum yang diadakan di IPT. Antara elemen kepimpinan yang boleh didapai adalah kemahiran mengenalpasti masalah, kemahiran penyelesaian masalah, kemahiran membuat refleksi dari masalah yang dihadapi, kemahiran konfrontasi, kemahiran mentafsir situasi, kemahiran memberi maklumat, kemahiran menghurai situasi, mengamalkan dan mengawal tingkah laku, kemahiran mendengar , memberi perhatian, memberi penjelasan, membuat rumusan dan kemahiran berhubungan antara sesama manusia. Ini dapat dilihat daripada kajian Shamsaadal, S.S, 2004; Mohamad Ismail, M.Y, 2004, para pelajar diajar menjadi pemimpin yang mampu berkomunikasi dengan baik, membuat keputusan, menyelesaikan masalah, bekerja dalam kumpulan, mematuhi peraturan dan etika serta menyemai nilai - nilai positif seperti berdisiplin. Ahmad Esa, Jailani Md. Yunos dan Noraini Kaprawi (2004), bersetuju pembangunan kemahiran kepimpinan dapat disemai menerusi kursus kokurikulum di universiti. Mereka telah melaksanakan kajian pembangunan kemahiran menerusi modul bagi kursus kokurikulum di Politeknik Malaysia. Kajian mereka mendapati para pelajar memperolehi pelbagai manfaat dan dapat membina kemahiran kepimpinan melalui aktiviti kokurikulum di politeknik yang akan mereka perlukan apabila mereka melangkah ke alam pekerjaan kelak. Para pelajar di politeknik didedahkan dengan pelbagai kemahiran tertentu berdasarkan dengan jenis kokurikulum yang mereka ceburi disamping para pelajar dapat manfaat dengan pembangunan kemahiran kepimpinan mereka. Ini dapat sedikit sebanyak membantu meningkatkan lagi potensi dan jati diri sebagai seorang pelajar dan amat berguna untuk mereka laksanakan apabila bekerja kelak.

2.2 Kemahiran Kerja Berpasukan Menerusi Kokurikulum

Kemahiran kerja berpasukan memerlukan aktiviti-aktiviti yang melibatkan lebih dari seorang pelajar. Menurut Kamus Dewan (2005) memberi definasi kokurikulum adalah sebahagian kurikulum asas yang melibatkan sesuatu aktiviti. Ini dapat dicapai menerusi kursus pendidikan yang diadalah di universiti melalui pelbagai kegiatan yang diatur dalam persatuan ataupun sukan . Ianya dalah matapelajaran atau kursus yang diajar selain daripada kursus atau matapelajaran diluar bilik bilik darjah ataupun kelas. Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK) menyatakan, kokurikulum adalah medium yang penting dalam pelbagai aktiviti pengajaran dan pembelajaran (PdP) supaya seseorang insan yang dibentuk dapat memanfaatkan ilmu pengetahuan ke arah kecemerlangan diri serta mampu memberi sumbangan dan manfaat kepada masyarakat dan negara. Oleh itu pengisian pendidikan tidak memberikan fokus kepada kurikulum semata-mata. Para pelajar boleh memperolehi pelbagai peluang dan insiatif yang disedikan melalui aktiviti kokurikulum di universiti. Antaranya pelajar boleh menambah, menilai dan mengamalkan kemahiran, pengetahuan dan nilai - nilai yang telah dipelajari di dalam sesi P&P yang berlangsung di dalam bilik darjah (Zulkiflee, 2010). Menurut Tahir (2010) pula kokurikulum merupakan aktiviti secara berkumpulan yang secara langsung dapat menambahbaik kemahiran insaniah (soft skill) pelajar yang terlibat. Mereka dapat memperbaiki dan meningkatkan lagi tahap integrasi dan interaksi mereka dalam satu kumpulan apabila melaksanakan aktiviti kokurikulum. PdP dalam bilik darjah semata-mata tidak mencukupi untuk mencungkil potensi diri pelajar, lanjutan dari ini aktiviti kokurikulum dirancang bagi membolehkan pelajar untuk menambah, mengukuh dan mengamalkan pengetahuan, kemahiran dan nilai murni yang mereka pelajar dalam bilik darjah . Nor (2010) menegaskan matlamat FPK bagi membentuk generasi yang seimbang dari segi jasmani, emosi dan rohani boleh dicapai melalui aktiviti kokurikulum yang dirancang dan dilaksanakan di universiti.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Pengakaji menggariskan 3 objektif kajian seperti berikut:

i. Mengenalpast tahap penguasan kemahiran insaniah diterapkan kepada pelajar yang mengambil kursus kokurikulum secara dalam talian
ii. Mengenalpasti elemen kemahiran insaniah yang paling tinggi dapat diterapkan di kalangan pelaja yang mengambil kursus kokurikulum secara dalam talian
iii. Mengenalpasti elemen kemahiran insaniah yang paling kurang diterapkan di kalangan pelajar yang mengambil kursus kokurikulum secara dalam talian

4.0 METODOLOGI

Kajian yang dijalankan ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis tinjauan sampel iaitu meninjau tahap penguasaan kemahiran insaniah di kalangan pelajar melalui PdP bagi kursus kokurikulum dalam talian di Politeknik METrO Johor Bahru. Menurut Sabitha Marican (2005), persoalan kajian boleh dijawab melalui soalselidik yang merupakan satu alat yang dibentuk secara khusus untuk mengumpul maklumat bagi tujuan analisis

4.1 Sampel

Sampel yang digunakan adalah pelajar semester 1, 2 dan 3 yang mengambil kursus kokurikulum bagi program Diploma Keusahawanan, Diploma Kewangan dan Perbankan Islam dan Diploma Pengurusan Logistik dan Rantaian Bekalan. Sejumlah 127 orang pelajar ini mengambil kursus kokurikulum Mesra Alam, Keusahawanan, Bahasa Inggeris dan Ping Pong. Link soal selidik dalam bentuk google form telah diedar kepada semua pelajar yang mengambil kokurikulum. Walaubagaimanapun hanya 115 soal selidik telah diisi oleh pelajar.

4.2 Kaedah Soal Selidik

Kajian yang dilaksanakan ini adalah berbentuk kajian sosial, oleh itu jenis instrumen kajian yang dipilih adalah kaedah soalselidik yang dibina sendiri oleh penyelidik. Soal selidik tersebut terdiri daripada i dua bahagian iaitu Bahagian A yang terdiri dari maklumat responden dan Bahagian B terdiri dari 27 item untuk mengukur tahap kemahiran insaniah pelajar yang terlibat dengan aktiviti kokurikulum. Dalam hal ini penyelidik berpendapat penggunaan soal selidik adalah lebih praktikal dan berkesan kerana penggunaannya dapat meningkatkan ketepatan dan kebenaran maklumat yang diberikan oleh responden. Soalan ini dibahagikan kepada 4 tahap kemahiran kerja berpasukan, emahiran kepimpinan, kemahiran berkomunikasi dan kemahiran pemikiran kritis dan menyelesaikan masalah**.**

Pengkaji menggunakan kajian tinjauan dengan Skala Likert kerana ini membolehkan pengkaji peka dan boleh mengawal maklumbalas yang berat sebelah. Ianya memberikan skala Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Kurang Setuju (KS), Setuju (S) dan Sangat Setuju (SS). Manakala nombor bermula daripada nombor 1 hingga 5 akan diberikan kepada skala. Perincian skala tersebut seperti dalan Jadual 1.

Jadual 1 : Skala Likert

Skala	Tafsiran
1	Sangat tidak setuju
2	Tidak setuju
3	Kurang setuju
4	Setuju
5	Sangat setuju

Proses pengumpulan data dilakukan sendiri oleh kumpulan penyelidik dengan bantuan pensyarah kursus dan pelajar yang terlibat. Masa yang diambil untuk mengisi borang soalselidik ialah lebih kurang 10 - 15 minit.

Dapatan hasil kajian bagi soal selidik yang diedarkan dianalisis untuk menentukan peratusan dan tahap min. Terdapat 3 tahap min yang dikenalpasti iaitu tahap rendah, tahap sederhana dan tahap tinggi. Dalam kajian ini, persoalan satu hingga tiga dijawab oleh pengkaji dengan menggunakan tafsiran skor min yang diperolehi dari soalselidik sebagai instrumen kajian. Hasil skor min dapat daripada soal selidik di analisis seperti dibawah .

Jadual 2: Tafsiran Skor Min

Kumpulan	Min Skor	Tahap Kecenderungan
1	1.00-2.33	Rendah
2	2.34-3.67	Sederhana
3	3.68-5.00	Tinggi

5.0 DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Kajian ini dijalankan dengan melibatkan seramai 115 orang pelajar Politeknik METrO Johor Bahru yang mengambil kursus kokurikulum. Pihak pengkaji melibatkan demografi kajian seperti umur, jantina dan juga program pengajian bagi pelajar berkenaan. Profil demografi kajian secara lebih terperinci dihuraikan seperti Jadual berikut:

Jadual 3 : Profil demografi kajian

Program	Jantina	
	Lelaki	Perempuan
Diploma Kewangan & Perbankan Islam	8	33
Diploma Pengurusan Logistik & Rantaian Bekalan	31	19
Diploma Keusahawanan	9	15
Jumlah	48	67

Bahagian ini memberikan huraian mengenai elemen kemahiran insaniah pelajar mengikut 4 aspek iaitu tahap kemahiran kerja berpasukan, kemahiran kepimpinan, kemahiran berkomunikasi dan kemahiran pemikiran kritis dan penyelesaian **.** Perbandingan min kemahiran insaniah pelajar dikira dari jawapan pelajar kepada item-item dalam kemahiran insaniah. Sementara min piawai dominan diperolehi sekiranya nilai skor min kemahiran insaniah pelajar itu lebih daripada min piawai yang ditetapkan. Perbandingan antara min kemahiran insaniah dan min piawai telah dianalisa dan ditunjukkan secara terperinci dalam jadual dibawah:

Jadual 4 : Perbandingan skor min kemahiran insaniah pelajar dengan min piawai

Kemahiran Insaniah	Min Kemahiran Insaniah	Min Piawai	Keputusan
Kemahiran Kerja Berpasukan	3.78	3.68 – 5.00	Tinggi
Kemahiran Kepimpinan	3.69	3.68 – 5.00	Tinggi
Kemahiran Berkomunikasi	4.02	3.68 – 5.00	Tinggi
Kemahiran Pemikiran Kritis dan Menyelesaikan Masalah	3.55	2.34 - 3.67	Sederhana
Min keseluruhan	3.75		Tinggi

Jadual 4 di atas menunjukkan terdapat 3 kemahiran insaniah yang mempunyai skor min yang lebih tinggi dari skor min piawai. Kemahiran yang terlibat adalah kemahiran kerja berpasukan, kemahiran kepimpinan dan kemahiran berkomunikasi. Manakala kemahiran pemikiran kritis dan menyelesaikan masalah mempunyai skor min yang lebih rendah dari skor min piawai.

Berdasarkan kepada kajian didapati kemahiran kerja berpasukan pada tahap min yang paling tinggi diikuti dengan kemahiran berkomunikasi , kemahiran kepimpinan dan kemahiran pemikiran kritis dan menyelesaikan masalah. Pelajar dilihat mudah berkerjasama dan menunjukkan komitmen terhadap kumpulan dan mempunyai kemahiran berkomunikasi antara satu dengan lain.

Kajian ini menepati Laporan Kajian Pengesanan Graduan 2012 di mana didapati kemahiran kerja berpasukan merupakan kemahiran yang dinilai pada tahap paling tinggi iaitu 56.1% oleh graduan. Kemahiran ini amat diperlukan oleh graduan kerana mereka adalah bakal menjadi pemimpin yang akan bekerja dalam organisasi swasta atau kerajaan dan bakal menerajui masyarat dan menjadi pemimpin negara di masa hadapan. Setiap ahli mempunyai peranan dalam sesebuah kumpulan dan perlu saling faham memahami antara satu sama lain. Ini bertepatan dengan kajian oleh Marliana dan Ahmad Esa (2009) yang mendapati penguasaan kemahiran kepimpinan adalah pada tahap paling tinggi bagi pelajar Diploma Kejuruteraan Elektrik UiTHO. Ini merujuk kepada Rodiah dan Rahaya (2011) yang menegaskan kemahiran kerja berkumpulan mempunyai ciri-ciri yang boleh menyumbang kepada kemahiran kepimpinan. Dan menurut Yahya dan Muhammad Rashid (2003) dan Rosli Saadan (2011) pula kemahiran kerja berpasukan adalah tunjang utama dalam membentuk kemahiran-kemahiran insaniah yang lain.

Kemahiran pemikiran kritis dan menyelesaikan masalah adalah elemen kemahiran pada tahap yang sederhana dengan min yang paling rendah antara empat kemahiran insaniah yang telah dianalisa. Dewey (1993) menyifatkan pemikiran kritis sebagai pemikiran reflektif, iaitu pemikiran yang memerlukan pertimbangan yang mendalam dan serius mengenai sesuatu hal . Beliau juga melihat pemikiran sebagai perilaku menyelesaikan sesuatu masalah. Begitu juga dengan definisi yang dikemukakan oleh Walker (2003) berkenaan pemikiran kritis. Seseorang yang berfikir secara kritikal juga boleh dikatakan sebagai orang yang terlibat secara aktif dalam proses berfikir dengan menilai, menganalisa atau menginterpretasi maklumat. Berdasarkan dapatan kajian, dirumuskan tahap penguasaan Kemahiran Pemikiran Kritikal Dan Menyelesaikan Masalah pelajar yang terlibat dengan PdP dalam talian bagi kursus kokurikulum berada pada tahap sederhana. Ini selari dengan kajian yang mendapati kebolehan remaja di Selangor menganalisis masalah secara logik dan menyelesaikan masalah matematik serta menyiasat sesuatu isu secara saintifik berada pada skor min yang sederhana (Siti Rahayah et al., 2008; Siti Rahayah et al., 2006; Ibrahim & Siti Rahayah, 2004). Ini menunjukkan pelajar kurang berkemampuan untuk membanding, membeza, mengkategori dan menerangkan sebab musabab sesuatu perkara. Ianya juga mungkin berpunca dari proses pembelajaran yang kurang memberi penenkanan dalam aktiviti yang berupaya meningkatkan kemahiran ini seperti aktiviti yang melibatkan perbincangan, penglibatan diri dalam penulisan akademik, aktiviti debat dan sebagainya.

6.0 KESIMPULAN

Berdasarkan kajian dibuat, dapatlah dibuat kesimpulan bahawa kemahiran insaniah adalah kemahiran yang amat penting dimiliki oleh seseorang pelajar apabila menceburi bidang pekerjaan. Ianya adalah kemahiran yang bersifat umum dimana ianya merangkumi semua kemahiran dan tidak terlalu fokus kepada kemahiran teknikal dan akademik semata -mata. Walaupun begitu, kemahiran insaniah yang berjaya dicungkil melalui aktiviti kokurikulum adalah kemahiran kerja berpasukan, komunikasi, kepimpinan dan juga pemikiran kritis dan penyelesaian masalah.

Dengan merujuk kepada Falsafah Pendidikan Negara, matlamat utama pendidikan negara bagi melahirkan pelajar yang seimbang serta harmoni dari segi intelek, rohani, emosi dan fizikal dan juga mempunyai pegangan yang teguh kepada kepercayaan kepada Tuhan. Oleh itu semua aktiviti pengajaran dan pembelajaran perlu berfokuskan kepada empat domain utama iaitu pengetahuan (kognitif), kemahiran fizikal (psikomotor), afektif (nilai-nilai) dan sosial. Walaupun begitu, sistem pendidikan yang diamalkan sekarang hanya memberikan fokus kepada kemahiran kognitif dan sebahagian besar psikomotor yang akhirnya kemahiran insaniah afektif dan sosial amat ketinggalan. Ianya memberi kesan kepada tidakseimbangan pembentukan modal insan. Oleh itu aktiviti kokurikulum amatlah penting bagi mengimbangi perkara ini. Gabungan elemen kokurikulum dan kurkulum akan memberi nilai tambah kepada pelajar bagi mengimbangkan semua kemahiran insaniah.

Maka jelaslah melalui aktiviti kokurkulum dapat membina potensi pelajar membina kemahiran insaniah terutamanya kemahiran kerja berpasukan. Seterusnya dapat membentuk potensi pelajar menjadi pemimpin melalui kemahiran kepimpinan yang mana ini adalah aset yang amat bernilai kepada pelajar ketika mereka memohon pekerjaan atau bekerja kelak. Oleh semua pihak mempunyai peranan dalam memastikan pelajar diterapkan secukupnya dengan kemahiran insaniah terutamanya kemahiran kerja berpasukan dan kepimpinan.

RUJUKAN

Ahmad Esa, Jailani Mohd. Yunus, & Fadilah Mat Assain @ Hashim, (2011). The Implementation Of Generic Skills At Technical Schools: Comparative Analysis In Different Platform. Journal of Techno-Social | ISSN 2229-8940 | Vol. 3 No. 2 October 2011.

Ahmad, M.A (2007), Kriteria Yang Diperlukan oleh Graduan Kejuteraan Awam Dalam Pasaran Industri Pembinaan. Universiti Teknologi Malaysia; Tesis Sarjana Muda.

Ahmad Anuwar & Esa,A. (2007), Penerapan Kemahiran Insaniah di Pusat Giatmara (PGM): Satu Analisis Perbandingan dalam Esa, A& Mustafa, M.Z (ed) Kemahiran Insaniah: Kajian di Institusi-Institusi Pengajian, Batu Pahat: Penerbit UTHM, ms 1-19

Ali@Alik. A (2012), Keberkesanan Penerapan Kemahiran Generik Dalam Kalangan Pelajar Institut Kemahiran MARA Sabah dan Sarah: Universiti Tun Hussien Onn Malaysia. Tesis Sarjana.

Ahmad Esa, Jailani Mohd. Yunus, & Fadilah Mat Assain @ Hashim, (2011). *The Implementation Of Generic Skills At Technical Schools: Comparative Analysis In Different Platform.* Journal of Techno-Social | ISSN 2229-8940 | Vol. 3 No. 2 October 2011.

Ahmad Bin Esa, Jailani Bin Mohd. Yunus dan Noraini Binti Kaprawi, (2004). *Penerapan Kemahiran Kepimpinan Menerusi Kokurikulum di Politeknik.*

Dora, Kudus, Abu Hassan & Ali, (2008). *Kemahiran Insaniah (7 Kompetensi Unggul Mahasiswa).* Penerbit Universiti Teknikal Malaysia Melaka.

Fadilah Mat Assain @ Hashim dan Hasmadi Bin Mat Safar, (2011). *Penerapan Kemahiran Iisaniah Di Sekolah Menengah Teknik : Satu Aanalisis Perbandingan.*

Faizullah Mohamed (2014). *Penerapan Kemahiran Insaniah Dalam Konteks Membina Insan Berkepimpinan di Kalangan Pelajar Melalui Aktiviti Kokurikulum Di Malaysa.*

Hassan, J. & A. Safar, S. (2010). *Pembinaan Kecemerlangan Diri Pimpinan Pelajar Menerusi Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai*. Tesis. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.

Johari Hassan & Sutinah A. Safar, (2010). *Pembinaan Kecemerlangan Diri Pimpinan Pelajar Menerusi Penglibatan Dalam Aktiviti Kokurikulum Di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai.*

Jumaatol Halisha Binti Bujang (2006), *Kajian Penggunaan Kemahiran Generik Dalam Proses Pengajaran dan Pembelajaran Di Sekolah.* Tesis Sarjana.

Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and Development.* Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

Mahyuddin Arsat dan Sri Dewi Rahimi (2011). *Kemahiran Generik Dalam Latihan Industri Terhadap Pembentukan Kerjaya Jurutera Di Dyson Manufacturing Sdn Bhd.*

Mohd Noor, N. & Borhan, N. (2010). *Penerapan Kemahiran Generik dalam Kokurikulum di Kalangan Pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan, UTM*, Fakulti Pendidikan, UTM.

Mohd Tahir, L. & Othman, O. (2010*). Keperluan Aktiviti Kokurikulum (Beruniform) Kepada Pelajar Tingkatan Empat Di Sekolah Menengah Kebangsaan Di Daerah Langkawi*. Fakulti Pendidikan, UTM.

Mohd. Salleh Abu, Mohd. Zaki Kamsah (UTM) dan Wahid Razzaly (UTHM), (2008).

Laporan Kajian Soal Selidik Penerapan Kemahiran Insaniah (KI) Di Kalangan Pelajar Dalam Aktiviti Pengajaran & Pembelajaran Di IPTA.

Modul Pembangunan Kemahiran Insaniah (Soft Skills) untuk Institusi Pengajian Tinggi. (2006) Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia 2006. http://eprints.utm.my/11595/1/Keperluan_Aktiviti_Kokurikulum.pdf.

Mohd Fadzli Ali, Normah Binti Salleh dan Juhazren Junaidi, (2006). *Mengkaji Hubungan Di Antara Pembelajaran Kkoperatif (Kemahiran Generik) Dengan Kemahiran Mmenggunakan E-Pembelajaran Di Kalangan Pelajar Yang Mengambil Subjek Telekomunikasi Dan Rangkaian Di Fakulti Pendidikan, UTM, Skudai, Johor*".

Mohamad Ismail bin Mohamad Yunus (2004). "Enhancing Student Character Building and Ethics Development Process Through Co-Curriculum Activities: IIUM Experience. Kertas Kerja International Conference on Student Development, 16 – 18 April 2004 di Hotel Pan Pacific, Kuala Lumpur.

Norani Binti Mohd Noor & Noratna Binti Mohammad (2006), *Persepsi pelajar Tahun 4 Terhadap kemahiran Generik Di UTM Skudai, Johor*.

Noorashidi B. Borhan, (2009). *Penerapan Kemahiran Generik Dalam Kokurikulum Di Kalangan Pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan, UTM*.

Noorazman, Nor Hisham, Wan Mohd Rashid (2014). *Tahap Kemahiran Insaniah Dalam Kalangan Pelajar Kejuteraan Tahun Akhir di Politeknik Primer Malaysia*. Seminar Antarabangsa Pertama Pendidikan Teknik dan Vokasional 2014

Norani Bt. Mohd Noor & Noorashidi Bin Borhan, (2010). *Penerapan Kemahiran Generik Dalam Kokurikulum Di Kalangan Pelajar Tahun Akhir Sarjana Muda Teknologi Serta Pendidikan, UTM.*

Omardin Ashaari (1999). *"Pengurusan Sekolah". Kuala Lumpur: Utusan Publications and Distibutors Sdn. Bhd.. 124-149.*

Shamsaadal Sholeh Saad (2004). "Konflik Remaja Masa Kini dan Cabaran Menanganinya." Kertas kerja Seminar Pembangunan Keluarga Kebangsaan 2004, 29-30 Mei 2004, di Universiti Malaya.

Perbezaan Konstruk Psikologi Pemain Sukan Sofbol Di Politeknik Malaysia Berdasarkan Jantina

Faeizah Binti Mohd Lajim[1], Azean Irdawaty Binti Mohamed Yusof[2]

[1, 2]Kolej Komuniti Bandar Penawar

ABSTRAK

Tujuan kajian ini adalah untuk mengenal pasti perbezaan konstruk psikologi pemain sukan sofbol di Politeknik Malaysia berdasarkan jantina. Pengumpulan data kajian ini melibatkan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan soal selidik yang telah dibangunkan oleh Mohd Lajim (2020). Kajian ini melibatkan 170 orang pemain sukan sofbol yang menyertai Liga Sofbol Politeknik Malaysia 2019. Data tersebut di analisis menggunakan perisian '*Statistical Package for The Social Sciences* (SPSS) versi 20.0. Hasil dapatan kajian menunjukkan tidak ada perbezaan signifikan terhadap konstruk psikologi pemian sukan sofbol yang berdasarkan jantina. Kajian ini akan memberi manfaat dan panduan serta rujukan kepada pengurusan sukan sofbol, jurulatih sukan sofbol dan pemain sukan sofbol ke arah mengekalkan kecemerlangan prestasi berturut-turut dalam acara sukan di peringkat Majlis Sukan Politeknik Malaysia (MSP).

Kata Kunci: Psikologi Pemain, Sukan Sofbol.

1.0 PENGENALAN

Di Malaysia, sukan boleh dianggap sebagai satu industri yang mampu membangunkan sosial ekonomi kepada negara. Peningkatan imej negara akan meningkat sekiranya negara mengetengahkan pemain dan pengajuran sukan bertaraf dunia (Kementerian Belia dan Sukan, 2012). Sukan sofbol merupakan sukan berpasukan yang melibatkan kerjasama antara pemain dengan jurulatih supaya dapat mencapai objektif dan matlamat pasukan, manakala psikologi didefinisikan sebagai satu kajian sainstifik tentang perilaku dan tingkah laku manusia (Institut Sukan Negara, 2015). Soeparno dan Sandra (2011) pula mendefinisikan psikologi adalah ilmu yang mempelajari manifestasi, ekspresi dari jiwa dan mental yang merupakan tingkah laku dan proses pergerakan.

Faktor kekuatan mental mampu meningkatkan pencapaian sukan berdasarkan psikologi pemain sukan yang mantap dan jitu serta dapat melahirkan pemain yang bertaraf antarabangsa (Dahlan & Muhammad, 2017). Psikologi pemain sukan amat penting dan perlu diterapkan dari akar umbi lagi. Dalam bab ini, pengkaji telah membincangkan latar belakang masalah, objektif kajian, persoalan kajian, hipotesis kajian, metodologi kajian dan hasil dapatan kajian serta perbincangan dan kesimpulan.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Kebolehan dari segi mengawal ketahanan psikologi pemain sukan merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan jati diri seorang pemain sukan yang sebenar. Oleh yang demikian, kejayaan atau pencapaian seseorang pemain dalam acara sukan sering kali dikaitkan dengan faktor psikologi. Faktor psikologi amat penting dalam membezakan kejayaan atau kegagalan seseorang pemain dalam pertandingan. Justeru, faktor psikologi telah diiktiraf bahawa bakat fizikal, teknikal dan taktikal bukan satu-satunya komponen yang membawa kepada kejayaan (Abd Aziz, 2001; Gucciardi, Gordan & Dimmock, 2008; Dahlan & Muhamad, 2017). Ini di sokong dengan wujudnya Persatuan Psikologi Sukan Antarabangsa (*International Society of sport Psychology* – ISSP, 2015) dan Unit Psikologi Sukan (Institut Sukan Negara, 2015).

Pemain sukan yang menyertai pertandingan pada tahap tinggi dan mengambil jangka masa yang panjang kemungkinan akan mengalami tekanan, kesukaran dan kegagalan (Tamminen, Holt & Neely, 2013; Galli & Gonzalez, 2014). Contohnya, pemain sofbol atau baseball tidak berjaya dalam separuh peluang mereka untuk memukul. Apabila seseorang tidak menguasai kemahiran sepenuhnya dalam sesuatu permainan, perasaan resah, gelisah, bimbang, tertekan, khuatir dan gemuruh akan timbul sebelum, semasa dan selepas sesuatu pertandingan (Mohd Lajim, Mohamed & Syed Zubin, 2017).

Dalam kajian ini, pengkaji hanya fokuskan kepada konstruk psikologi pemain sukan sofbol di Politeknik Malaysia yang berdasarkan jantina. Di mana sukan sofbol merupakan sukan tahunan Majlis Sukan Politeknik Malaysia (MSP, 2015) yang melibatkan dua kategori iaitu pasukan lelaki dan pasukan perempuan. Di samping itu, ia juga telah menyediakan peluang penyertaan dan penglibatan yang seluasnya kepada pelajar Politeknik Malaysia dari pelbagai peringkat sama ada di peringkat kebangsaan mahupun di peringkat antarabangsa. Pada setiap tahun pihak Pengurusan Sukan Politeknik Malaysia akan mengadakan pertandingan Liga Sofbol Politeknik Malaysia dan menyertai Liga Sofbol IPTA untuk mencari pemain yang berbakat bagi menyertai pertandingan di peringkat Terbuka Kebangsaan Sofbol serta mewakili negara ke sukan Asia Tenggara (Sukan SEA). Seramai 10 orang pemain daripada Politeknik Malaysia telah terpilih untuk mewakili Malaysia semasa termasya Sukan Sea 2015 di Singapura (MSP, 2015 & Astro Arena, 2015).

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah mengenal pasti sama ada terdapat perbezaan konstruk psikologi pemain sukan sofbol berdasarkan jantina. Daripada objektif kajian tersebut, hanya satu persoalan kajian telah dikenal pasti pada bahagian berikut:

3.1 Persolan Kajian

Berdasarkan objektif kajian yang dinyatakan, maka pengkaji telah mengenal pasti satu soalan kajian bagi menjawab objektif kajian tersebut iaitu:

i. Adakah terdapat perbezaan konstruk psikologi pemain sukan sofbol berdasarkan jantina?

Daripada satu persoalan kajian, beberapa hipotesis kajian telah dikenal pasti pada bahagian berikut

3.2 Hipotesis Kajian

Berdasarkan objektif dan menjawab persoalan kajian, maka hipotesis kajian telah dikenal pasti untuk diuji. Dalam kajian ini, aras signifikan 0.05 digunakan bagi tujuan melaksanakan data statistik inferens. Selain itu, hipotesis nol juga digunakan dalam kajian ini. Hipotesis nol tersebut adalah:

Ho1 : Tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap konstruk psikologi pemain sukan sofbol berdasarkan jantina.

Daripada satu hipotesis kajian, skop kajian telah dikenal pasti pada bahagian berikut.

3.3 Skop Kajian

Skop kajian ini melibatkan pelajar yang belajar di Politeknik Malaysia yang terpilih untuk menyertai pertandingan Liga Sofbol Politeknik Malaysia (MSP) di Politeknik Mersing, Johor pada 20 Jun 2019 hingga 23 Jun 2019. Kajian ini dilaksanakan untuk mengenal pasti perbezaan konstruk psikologi sukan dalam kalangan pemain sukan sofbol di Politeknik Malaysia yang berdasarkan jantina. Dalam kajian ini, pengkaji hanya khususkan kepada konstruk tingkah laku pemain, konstruk tingkah laku jurulatih dan konstruk persekitaran semasa latihan dan pertandingan. Oleh yang demikian, dapatan kajian ini tidak dapat digeneralisasikan kepada keseluruhan pemain sofbol di negara ini. Selain itu proses pengumpulan data amat terhad, ia disebabkan oleh keadaan pertandingan yang padat dan hanya berlangsung setahun sekali. Antara limitasi kajian yang perlu dipertimbangkan apabila membuat kesimpulan dan perbincangan kajian ini ialah kejujuran dan kesungguhan responden dalam menjawab soal selidik. Pengalaman responden memberi maklum balas dalam bentuk soal selidik juga akan memberi kesan terhadap dapatan kajian.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini adalah satu penyelidikan yang berbentuk deskriptif. Reka bentuk kajian ini adalah kajian tinjauan secara kuantitatif yang menggunakan soal selidik yang telah dibangunkan oleh Mohd Lajim (2020) sebagai instrumen kajian. Selain itu, teknik pengumpulan data menggunakan soal selidik sesuai digunakan kerana teknik ini bersesuaian dengan reka bentuk yang di pilih. Soal selidik kajian ini

dibahagikan kepada empat bahagian iaitu Bahagian A, Bahagian B, Bahagian C dan Bahagian D. Bahagian A berkaitan dengan biodata seperti jantina, umur, pengalaman dan tahap penglibatan. Bahagian B pula berkaitan dengan konstruk ciri-ciri jurulatih yang diperlukan oleh pemain. Bahagian C pula berkaitan dengan konstruk ciri-ciri pemain yang diperlukan oleh pasukan sementara Bahagian C pula adalah untuk konstruk persekitaran tempat kerja pemain (tempat latihan atau semasa pertandingan).

Dalam Bahagian B terdapat 11 soalan yang merangkumi pengetahuan jurulatih, pengalaman jurulatih, personaliti jurulatih dan kemahiran jurulatih. Mana kala Bahagian C pula sebanyak 29 soalan yang merangkumi kesediaan pemain, efikasi kendiri pemain, sumber motivasi pemain, personaliti pemain, pengetahuan pemain dan kemahiran pemain. Sementara Bahagian D pula sebanyak 18 soalan yang merangkumi sokongan rakan sebaya/ sepasukan, sokongan dan maklum balas dari jurulatih, hasil perasaan peribadi (positif), hasil perasaan peribadi (negatif) dan prestasi pasukan.

Manakala nilai kebolehpercayaan Alpha Cronbach (α) bagi soal selidik kajian ini ialah 0.94 yang memberi maksud instrumen yang sangat baik dan boleh diterima dalam kajian sebenar. Sebanyak 58 soalan selidik yang diberikan kepada responden untuk menjawab soal selidik tersebut. Soal selidik yang telah diedarkan kepada responden yang terdiri daripada pemain sukan sofbol yang menyertai pertandingan Liga Sofbol Politeknik Malaysia. Seramai 204 pemain sukan sofbol telah menjawab soal selidik tersebut tetapi hanya 170 data yang boleh digunakan dalam kajian ini. Hasil dapatan kajian tersebut dianalisis dengan menggunakan program Perisian Pakej Statistik untuk sains sosial (SPSS) versi 20.0.

4.1 Dapatan Persoalan Kajian Pertama: Perbezaan Konstruk Psikologi Pemain Sukan Sofbol Berdasarkan Jantina

Perbincangan bahagian ini untuk menjawab persoalan kajian pertama iaitu membandingkan pemain lelaki dan pemain perempuan melalui Ujian -t bebas yang digunakan untuk melihat terdapat perbezaan yang ketara terhadapan konstruk psikologi pemain sukan sofbol.

Jadual 1: Perbezaan Konstruk Psikologi Pemain Sukan Berdasarkan Jantina

Konstruk Psikologi Pemain Sukan	Jantina	N	Min	SD	t	df	p
Ciri-ciri jurulatih yang diperlukan oleh pemain	Lelaki	111	4.41	0.707	-1.234	168	0.219
	Perempuan	59	4.54	0.502			
Ciri-ciri pemain yang diperlukan oleh pasukan	Lelaki	111	4.36	0.474	0.813	168	0.418
	Perempuan	59	4.30	0.325			
Persekitaran tempat kerja pemain (tempat latihan atau semasa pertandingan)	Lelaki	111	4.28	0.555	-0.676	168	0.500
	Perempuan	59	4.33	0.383			

N=170 *Aras Signifikan: $p<0.05$(2 hujung)

Berdasarkan Jadual 1, ujian -t telah digunakan untuk melihat perbezaan konstruk psikologi pemain sukan sofbol yang berdasarkan jantina. Terdapat tiga konstruk psikologi pemain sukan iaitu konstruk ciri-ciri jurulatih yang diperlukan oleh pemain, konstruk ciri-ciri pemain yang diperlukan oleh pasukan dan konstruk persekitaran tempat kerja pemain (tempat latihan atau semasa pertandingan). Hasil dapatan kajian ini menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan dalam konstruk ciri-ciri jurulatih yang diperlukan oleh pemain, konstruk ciri-ciri pemain yang diperlukan oleh pasukan dan konstruk persekitaran tempat kerja pemain (tempat latihan atau semasa pertandingan). Oleh yang demikian, hipotesis Ho1 yang menyatakan tidak terdapat perbezaan yang signifikan terhadap konstruk psikologi pemain sukan sofbol yang berdasarkan jantina diterima.

5.0 PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

Bahagian ini membincangkan persoalan kajian pertama iaitu apakah terdapat perbezaan konstruk psikologi pemain sukan sofbol berdasarkan jantina di Politeknik Malaysia, pengkaji telah menggunakan ujian -t sampel bebas bagi melihat perbezaan tersebut. Analisis tersebut menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan antara pemain lelaki dengan pemain perempuan dalam konstruk psikologi pemain sukan, nilai p lebih besar daripada kosong perpuluhan kosong lima. Ia sama dengan dapatan kajian lepas iaitu Shabeshan, Wee dan Ravin (2015) dan Shabeshan, Wee dan Syed Kamaruzaman (2013) yang menyatakan bahawa tiada perbezaan psikologi pemain sukan berdasarkan jantina. Din, Abd Rashid Dan Awang (2015) telah menyatakan dalam kajian beliau bahawa fasa persediaan dan fasa pertandingan merupakan faktor sokongan yang sangat mempengaruhi sistem latihan seorang jurulatih. Tetapi bagi dapatan kajian Rui, Lopes & Mata (2011) pula menyatakan bahawa ada perbezaan psikologi pemain sukan yang berdasarkan jantina. Kesimpulan di sini boleh disimpulkan bahawa perbezaan psikologi pemain sukan yang berdasarkan jantina menunjukkan bahawa terdapat pengkaji yang lepas, menyatakan sokongan dan ada yang tidak menyokong dengan dapatan kajian tersebut.

Atlet Malaysia mampu bersaing dalam banyak acara sukan berpasukan sekiranya kena gayanya. Pemilihan jenis sukan atau permainan yang dianggap berpotensi berdasarkan keputusan-keputusan lalu, pemain yang berwibawa dari segi kemahiran, mempunyai sikap yang positif dan berdisplin serta jurulatih yang berpengalaman dan pengurusan pasukan yang mantap adalah aset penting yang harus diambil kira dalam pembentukan pasukan yang bakal bergelar juara (Isa & Mohd Noor, 2019 & Online BH Sukan 2019). Kejayaan sukan berpasukan terhasil daripada semangat berpasukan bagi mencapai matlamat bersama (Carron, 1982) sesuai dengan teori team building. Ia merupakan ciri-ciri kesepaduan dalam pasukan yang menglibatkan dari aspek kesetiaan terhadap pasukan dan menghormati jurulatih serta meningkatkan pencapaian pasukan.

PENGHARGAAN

Sekalung terima kasih kepada Pegawai di Pusat Tumpuan Sukan Sofbol Politeknik Malaysia dan jurulatih kelab Sofbol Negeri serta kebangsaan. Setinggi penghargaan kepada pemain dan bekas pemain sofbol Politeknik Malaysia dan IPTA yang menyertai pertandingan liga sofbol. Akhir sekali, terima kasih tidak terhingga kepada pihak yang terlibat secara langsung dan tidak langsung dalam menjayakan kajian ini. Sekian, terima kasih.

RUJUKAN

Abd.Aziz, S., (2001). *Mengaplikasi Teori Psikologi Dalam Sukan*. Utusan Publication & Distributors Sdn Bhd

Astro Arena (2015). *Sukan SEA: Khairy gesa 4 sukan perlu bangkit.* Dicapai pada Januari 2016 dari www.astroawani.com/berita-sukan/sukan-sea-khairy-gesa-4-sukan-perlu-bangkit-62806

Carron,A.V.(1982). Coehesivebess in sport group: Interpretation and consideration. *Journal of sport*, 2 123-138

Dahlan, N.D. & Muhamad, T.A (2017). Kekuatan Mental Dan Prestasi Akademik Atlet Bola Sepak Unitersiti Kebangsaan Malaysia. *Journal of Sport Science and Physical Education* 6(1): 21-35,2017, ISSN 2232-1918

Din, A.,Abd Rashid, S., & Awang, M.I (2015). *Aspek Pengurusan Program LatihanDan Kesannya Terhadap Kepuasan altet Sekolah Sukan*. IJMS 22(1),73-95

Galli, N & Gonzalez, S. P (2014). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. DOI:10.1080/1612197x.2014.946947

Gucciardi, D.F., Gordon, S., & Dimmock, J.A. (2009). Evaluation of Mental Toughness Training Program for Youth-aged Australian Footballers: A Quantitative Analysis. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(3),307-323.

Institut Sukan Negara Malaysia (2015). *Apa itu Psikologi Sukan*. Diakses daripada http://isn.gov.my/
International Society of sport Psychology –ISSP, (2015). Diakses daripada http://www,issponline.org/

Isa, I & Mohd Noor, R, (2019, Februari 2) *JDT jadi pilihan Harian Metro –Arena* (ms 71)

Kementerian Belia dan Sukan (2012). *Sukan Sebagai Penjana Ekonomi*. Bahagian Industri Sukan Putrajaya

Majlis Sukan Politeknik (2015). *Mesyuarat teknikal Liga Sofbol Politeknik Malaysia 2015*. Politeknik Melaka.'Tidak diterbitkan'

Mohd Lajim, F., (2020). Pembangunan Kerangka Konsep Psikologi Pemain Sukan Sofbol Di Politeknik Malaysia, Tesis Ph.D UTHM

Mohd Lajim, F., Mohamed, Z, & Syed Zubin, S.H., (2017). Keyakinan Diri & Kebimbangan Pemain Sukan Di Politeknik Malaysia. *International Confference On Education, Islamic Studies & Social Sciences Research* 2017. ISBN: 978-967-1-8

Online BH Sukan (2019). Diakses daripada www.bharian.com./sukan. 5 Disember 2019.

Rui, G.A., Lopes, H., & Mata, R.T (2011). Leadership, cohesion and satisfaction: Differences between swimming and handball Portuguess team. *Revista Mexicana De Psicologia*, enero 2011 Volumen 28, Numero 1,31-42.

Shabeshan,R, Wee, A.S dan Syed Kamaruzaman (2013).Gaya Kepimpinan Jurulatih Yang Diminati Pemain Sekolah Menengah Berasaskan Jantina Dan Bangsa. *Jurnal kurikulum & Pengajaran Asia Pasifik*, Oktober 2013, Bil 1 Isu 4

Shabeshan,R, Wee, A.S dan Ravin, S (2015). Tahap Perbezaan Amalan Kepimpinan Jurulatih Yang Popular Kalangan Atlet Berpasukan Sebuah Institusi Pengajian Tinggi Swasta (IPTS). *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, Januari 2015, Bil 1 Isu 1

Soeparno, K & Sandra, L (2011). Social Psychology: The Passion of Psychology. *Buletin Psikologi*; Volume 19,No.1,16-28. ISSN: 0854-7108

Tamminen, K., Holt, N. & Neely, K. (2013). Exploring Adversity And Potential For Growth Among Elite Female Athletes. *Journal Psychology of Sport and Exercise*. DOI: 10.1016/j.psychsport.2012.07.002

Sifat Kebimbangan Di Kalangan Atlet Futsal Politeknik Malaysia Semasa Kejohanan Liga Futsal IPT

Zamry bin Ahmad Mokhtar [1], Mohd Fuad bin Ibrahim [2], Rasyidi bin Abdullah [3]

[1] Politeknik Sultan Abdul Halim Mu'adzam Shah
[2] Politeknik Seberang Perai
[3] Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah

ABSTRAK

Kajian ini dijalankan untuk mengkaji sifat kebimbangan di kalangan atlet Futsal Politeknik Malaysia semasa pertandingan Liga Futsal Institusi Pengajian Tinggi (IPT). Objektif utama kajian ini adalah untuk mengenal pasti tahap kebimbangan atlet dan mengenal pasti pengaruh pendidikan menengah dan peringkat penyertaan mempengaruhi sifat kebimbangan atlet. Kepentingan kajian adalah untuk atlet sendiri disamping menjadi bahan rujukan kepada pengurusan pasukan sebelum bertanding. Seramai 24 orang atlet dipilih sebagai responden kajian. Soal selidik SCAT (*Sport Competition Anxiety Test*) yang dibangunkan oleh Marten, R. et al. (1990) telah digunakan dalam kajian ini dan diedarkan 7 hari sebelum pertandingan berlangsung. Soal selidik ini menggunakan 3 ukuran skala likert iaitu Jarang (1 mata), Kadangkala (2 mata) dan Selalu (3 mata). Seramai 7 orang atlet pernah bermain di peringkat tertinggi di Malaysia iaitu Liga Futsal Kebangsaan dan baki pemain hanya bermain di peringkat politeknik. Hasil kajian mendapati bahawa kesemua atlet mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi sebelum bertanding. Untuk mengenal pasti sifat kebimbangan pemain berdasarkan Pendidikan Menengah dan Peringkat Penyertaan, pengkaji telah melakukan Ujian Regreasi Berganda. Hasil dapatan kajian mendapati pembolehubah Pendidikan Menengah (Beta= 0.561, $p<0.05$) adalah peramal terbaik yang signifikan berbanding dengan Peringkat Penyertaan (Beta=0.439, $p<0.05$) dengan keseluruhan nilai $R^2=0.945$. Kedua-dua pembolehubah mempunyai nilai B yang positif dan ini menunjukkan terdapat hubungan yang positif di antara kedua-dua pembolehubah dengan skor kebimbangan. Justeru itu pengkaji akan menerapkan elemen-elemen psikologi atau pengurusan kebimbangan di kalangan atlet dalam program latihan pasukan bagi mengatasi masalah ini.

Kata Kunci: Kebimbangan, Atlet, Politeknik

1.0 PENGENALAN

Sukan mempunyai elemen-elemen keupayaan fizikal pertandingan, kemahiran, strategi dan peluang serta mempunyai hasil yang tidak menentu (Loy, 1968 dalam Parks & Quarterman, 2013). Menurut Sayder dan Spreitzer (1989) pula sukan ialah aktiviti fizikal manusia yang kompetitif dan dikawal oleh peraturan yang diinstitusikan iaitu mempunyai kurikulum dan peraturan yang dikawal oleh badan organisasi induk sukan. Vander Zwang (2018) juga bersetuju dengan pendapat Synder dan Spreitzer bahawa sukan ialah aktiviti fizikal yang kompetitif. Beliau menegaskan lagi bahawa sukan menggunakan alat dan kemudahan khas yang mempunyai elemen masa dan ruang serta mementingkan rekod. Manakala Pitts, Fielding dan Miller (2014) pula merumuskan sukan ialah sebarang bentuk aktiviti yang melibatkan pengalaman atau perniagaan yang berfokus pada kecergasan, rekreasi, sukan atau kesenggangan. Salah satu daripada permainan sukan yang tersohor ialah sukan futsal. Sukan selain daripada sukan bola sepak, sukan futsal juga adalah salah satu daripada sukan yang amat digemari oleh rakyat di negara ini. Futsal mula mendapat perhatian pada akhir 1990 an dan menjadi popular bermula pada tahun 2000. Semenjak dari itu, futsal semakin mendapat perhatian dari semua golongan dan lapisan masyarakat serta mula dipertandingkan di peringkat universiti pada tahun 2010. Ini menunjukkan sukan futsal mula dipertandingkan secara serius dan sistematik di negara kita untuk melahirkan atlet-atlet yang berpotensi bagi mewakili negara ke peringkat yang lebih tinggi. Apabila perkara ini terjadi, persaingan dalam pertandingan menjadi sangat kuat dan atlet mula bersaing sesama mereka untuk menghasilkan keputusan yang baik. Ini akan menyebabkan sebahagian atlet ada yang mengalami perasaan kebimbangan sebelum, semasa dan selepas pertandingan (Hanizah Hamzah & Mohd Sofian Omar Fauzee, 2003). Kenyataan ini turut disokong oleh Klaff & Arnheim (1981), iaitu

semasa pertandingan memang wujud atlet yang mengalami gangguan emosi, merasa tertekan dan bimbang sebelum pertandingan dan seterusnya menjadi penghalang kepada kejayaan pasukan dan menjatuhkan prestasi atlet. Walau bagaimanapun kenyataan ini disangkal oleh Mahoney, Gabriel & Perkins (1987), dimana sesetengah kebimbangan ada kebaikannya serta membantu dalam prestasi dan ada atlet yang sememangnya mengharapkan ada kebimbangan bagi membolehkan mereka bertanding dengan jayanya. Justeru itu, pengkaji telah melakukan kajian untuk mengenal pasti tahap kebimbangan di kalangan atlet Futsal Politeknik Malaysia sebelum pertandingan Liga Futsal IPT dan adakah faktor Pendidikan Menengah serta Peringkat Penyertaan atlet menyumbang kepada kebimbangan dalam pertandingan Liga Futsal IPT.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Permainan sukan tidak mengenal bangsa, agama, umur dan latar belakang. Terdapat banyak pertandingan-pertandingan yang sering diikuti oleh atlet sebagai platform khas kepada atlet untuk mencungkil bakat baru dan dalam masa yang sama untuk mencari pemain yang layak mewakili negara. Dalam kajian ini, pasukan Futsal Politeknik Malaysia yang telah dibentuk terdiri daripada 70% pemain baru dan 30% pemain lama. Berdasarkan kepada keputusan perlawanan persahabatan mereka menunjukkan keputusan yang tidak memberangsangkan apabila menang sekali dan kalah tiga kali. Hasil dari pemerhatian didapati bahawa pemain merasa tertekan, cemas, celaru, muka berubah menjadi pucat dan hilang tumpuan terhadap setiap pergerakan semasa perlawanan persahabatan. Keadaan ini sama seperti dapatan kajian yang dilakukan oleh Mohd Sofian Omar Fauzee (2003), dimana atlet menujukkan tanda-tanda berasa tertekan dan bimbang apabila bentuk fizikal mereka berubah seperti rimas, gelisah, cepat marah, mulut berasa kering dan dahaga serta muka berubah menjadi pucat. Akibatnya apabila telah sampai tahap hilang kawalan, pemain akan mula bermain atau bertanding mengikut perasaan dan tidak mengikut strategi serta teknik yang betul dan selamat. Ini akan memudahkan pihak lawan memenangi suatu perlawanan.

Dalam konteks yang sama, keadaan ini menunjukkan para pemain tidak dapat mengaplikasikan taktikal yang diberikan oleh jurulatih kerana mereka gugup semasa perlawanan persahabatan. Para pemain juga didapati mempunyai masa berlatih yang amat terhad dan dari segi kekuatan, pemain baru terutamanya tidak ada pengalaman bermain atau menyertai pertandingan yang kompetitif. Selain itu, pembentukan Pasukan Futsal Politeknik Malaysia adalah terdiri dari pelbagai politeknik yang terpilih hasil daripada pemilihan para pemain yang terbaik di kalangan keseluruhan politeknik yang ada di Malaysia. Oleh itu, pemain menjadi kurang persefahaman dan penguasaan dari segi taktikal yang diberikan oleh jurulatih tidak dapat diterjemahkan dengan baik oleh pemain semasa perlawanan berlangsung.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif dalam kajian ini ialah:

3.1 Mengenal pasti tahap kebimbangan bagi atlet Futsal Politeknik Malaysia sebelum pertandingan Liga Futsal IPT.

3.2 Menentukan sejauh mana pengaruh faktor demografi iaitu Pendidikan Menengah dan Peringkat Penyertaan terhadap kebimbangan atlet dalam pertandingan Liga Futsal IPT.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

4.1 Instrumen Kajian

Data kajian ini diperolehi daripada soal selidik mengikut prosedur yang telah ditetapkan. Pengkaji telah mengedar borang soal selidik SCAT (*Sport Competition Anxiety Test*) yang dibangunkan oleh Rainer Martens, Robin S. Vealey, Damon Burton (1990). Edaran borang dilaksanakan menerusi *Google Form* selama 7 hari sebelum berlangsungnya pertandingan. Bahagian borang soal selidik SCAT ini

telah menggunakan 3 ukuran skala likert iaitu Jarang (1 mata), Kadangkala (2 mata) dan Selalu (3 mata). Tujuannya ialah untuk mengenal pasti tahap kebimbangan atlet samada tinggi, rendah atau sederhana. Apabila kesemua skor item ditambah, jumlah skor akan dirujuk berdasarkan kategori berikut iaitu:

Jadual 1 : Tahap Kebimbangan Berdasarkan Jumlah Skor

Jumlah Skor	Tahap Kebimbangan
Kurang dari 17	Rendah
17 hingga 24	Sederhana
Lebih daripada 24	Tinggi

4.2 Responden Kajian

Responden dalam kajian ini ialah terdiri daripada penuntut dari pelbagai politeknik yang mewakili Pasukan Futsal Politeknik Malaysia. Jumlah responden ialah 24 orang yang kesemuanya ialah responden lelaki. Sampel dalam kajian ini pula menggunakan kaedah persampelan bertujuan untuk mengenal pasti tahap kebimbangan kesemua atlet yang didaftarkan dalam pasukan ini sahaja.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Analisis Demografi Responden

Didapati bilangan responden adalah seramai 24 orang. Kesemua responden adalah lelaki. Terdapat seramai 19 orang responden (79.2 peratus) pernah mendapat pendidikan di Sekolah Menengah Kebangsaan (SMK). Manakala 5 orang responden (20.8 peratus) pula pernah mendapat pendidikan di Sekolah Sukan.

Jadual 2 : Responden Berdasarkan Jenis Sekolah

Jenis Sekolah	Bilangan	Peratus
Sekolah Sukan	5	20.8
Sekolah Menengah Kebangsaan	19	79.2

5.2 Analisis Demografi Peringkat Penyertaan

Didapati bilangan responden yang pernah bermain di peringkat Liga Futsal Kebangsaan adalah seramai 7 orang. Manakala 17 orang responden pula hanya bermain di peringkat Liga Futsal Politeknik Malaysia (LFPM).

Jadual 3 : Responden Berdasarkan Peringkat Penyertaan

Peringkat Penyertaan	Bilangan
Liga Futsal Kebangsaan Malaysia	7
Liga Futsal Politeknik Malaysia	17

5.3 Tahap Kebimbangan Atlet Futsal Politeknik Malaysia

Menerusi kajian ini, pengkaji mendapati bahawa kesemua responden iaitu 24 orang (100 %) mempunyai jumlah skor melebihi 24 mata. Ini menunjukkan kesemua responden mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi sebelum bertanding.

Faktor demografi responden terhadap Pendidikan Menengah dan Peringkat Penyertaan didapati mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi sebelum pertandingan. Walaupun sebahagian responden pernah belajar di Sekolah Sukan, mereka masih mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi sebelum bertanding. Selain itu, Peringkat Penyertaan responden yang berbeza juga tidak menyumbang kepada pengurangan tahap kebimbangan sebelum pertandingan.

5.4 Pengaruh Faktor Demografi Terhadap Kebimbangan Atlet Dalam Pertandingan Liga IPT

Pembolehubah Jenis Sekolah (Beta= 0.561, $p<0.05$) adalah peramal terbaik yang signifikan berbanding dengan Peringkat Penyertaan (Beta=0.439, $p<0.05$) dengan keseluruhan R^2=0.945. Kesemua pembolehubah atau peramal (Jenis Sekolah dan Peringkat Penyertaan) yang mempunyai nilai B yang positif menunjukkan wujud hubungan yang positif di antara kesemua peramal dengan skor kebimbangan. Oleh itu, nilai-nilai B bagi setiap pembolehubah yang diperolehi tersebut menjelaskan bahawa:

i Jenis Sekolah (B = 13.789): nilai ini menggambarkan bahawa setiap satu unit peningkatan faktor Jenis Sekolah maka sebanyak 13.789 unit faktor skor kebimbangan akan meningkat. Interpretasi ini benar jika nilai B bagi faktor lain adalah kekal.

ii Jenis Peringkat Penyertaan (B = 10.395): nilai ini menggambarkan bahawa setiap satu unit peningkatan faktor Jenis Peringkat Penyertaan maka sebanyak 10.395 unit faktor skor kebimbangan akan meningkat. Interpretasi ini benar jika nilai B bagi faktor lain adalah kekal.

Jadual 4 : Jadual Coefficients

Coefficients[a,b]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients			Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.	Tolerance	VIF
2	Jenis_Sekolah	13.789	2.698	.561	5.112	.000	.209	4.789
	Peringkat Penyertaan	10.395	2.600	.439	3.999	.001	.209	4.789

a. Dependent Variable: Skor_kebimbangan

6.0 KESIMPULAN

Tujuan kajian ini dilakukan adalah untuk mengenal pasti tahap kebimbangan bagi atlet Futsal Politeknik Malaysia sebelum pertandingan Liga Futsal IPT dan untuk menentukan sejauh mana pengaruh faktor demografi iaitu Pendidikan Menengah dan Peringkat Penyertaan terhadap kebimbangan atlet dalam pertandingan Liga IPT. Dapatan kajian menunjukkan kesemua atlet Futsal Politeknik Malaysia mempunyai jumlah skor melebihi 24 mata. Oleh yang demikian dapat disimpulkan bahawa kesemua atlet tersebut mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi. Walaupun 7 orang atlet mempunyai pengalaman bermain di Liga Futsal Kebangsaan dan 5 orang atlet juga pernah belajar di Sekolah Sukan, perkara ini tidak membantu dalam mengurangkan tahap kebimbangan sebelum bermain. Seperti yang sedia maklum, tahap kebimbangan yang rendah sangat penting untuk membantu menghasilkan keputusan perlawanan yang baik dan kebimbangan sebelum perlawanan boleh menjejaskan prestasi atlet sukan (Burton, 1998; Dominikus et al., 2009; Jones & Swain, 1992). Kajian susulan perlu dilakukan untuk mengenal pasti sumber kebimbangan yang telah dihadapi oleh atlet Futsal Politeknik Malaysia. Pihak pengurusan pasukan perlu menggunakan penemuan ini untuk menerapkan elemen-elemen psikologi dalam program latihan pasukan bagi mengatasi masalah ini.

PENGHARGAAN

Ucapan setinggi penghargaan kepada Dr. Muzaffar bin Mat Yusof Pensyarah Jabatan Sains dan Matematik, Politeknik Sultan Haji Ahmad Shah atas sumbangan beliau dalam membantu menghasilkan kajian ini.

RUJUKAN

Burton, D. (1998). Do Anxious Swimmers Swim Slower? Re-examining the Elusive Anxiety-Performance Relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 10*, 45-61.

Dominikus D., Fauzee O.S.M., Abdullah M.C., Meesin C, Choosakul C. (2009). Relationship between mental skill and anxiety interpretation in secondary school hockey athletes. *European Journal of Social Science, 9* (4): 651-658.

Hanizah Hamzah & Mohd Sofian Omar Fauzee (2003). Pengaruh tekanan serta kebimbangan terhadap prestasi atlet: Kaedah dan cara mengatasi. Dalam Mohd Sofian Omar Fauzee, *Penyelesaian Masalah Atlet Melalui Pendekatan Psikologi* (m.s. 56-67). Selangor: Utusan Publication & Distribution Sdn. Bhd.

Jones G., Swain A. (1992). Intensity and direction as dimension of competitive state anxiety and relationship with competitiveness. *Perceptual and Motor Skills, 74*, 467-472.

Klaffs, C.E. & Arnheim D.D. (1981). *Modern Principles of Athletic Trainning.* (5th ed). St. Louis: The C.V. Mosby Company.

Loy. (2013). *Pengurusan Strategik Sukan*. Oxford Fajar Sdn. Bhd : Selangor.

Martens, R., Vealey, R. & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport.* Champaign, IL; Human Kinetics.

Mahoney, J.M., Gabriel, T.J. & Perkins, T. (1987). Psychological skill and exceptional athletic performance. *The Sport Psychologist, 1*, 81-199

Mohd Sofian Omar Fauzee. (2003). *Penyelesaian Masalah Atlet Melalui Pendekatan Psikologi*. Utusan Publication, Kuala Lumpur.

Pitts, Fielding dan Miller. (2014). *Industry Segmentation Theory and The Sport Industry: Developing A Sport Industry Segment Model*. Kinesiology Faculty Publications.

Sayder & Spreitzer. (1989). *Keberkesanan Pelaksanaan Aktiviti Fizikal Terhadap Pembangunan Diri Pelajar: Satu Tinjauan*. Universiti Teknikal Malaysia Melaka.

Vander Zwang. (2018). *Bermain Futsal*. Penerbitan Pelangi Sdn. Bhd: Kuala Lumpur.

Hubungan Antara Kemahiran Generik Dengan Aktiviti Sukarelawan Dalam Kalangan Pelajar

Norsela Binti A. Manaf[1], Intan Rahimah Binti Ahmad[2], Nurul Ilyana Binti Baharudin[3]

[1]Politeknik METrO Johor Bahru
[2,3]Politeknik Sultan Idris Shah

ABSTRAK

Sering kali kita melihat di media massa dan elektronik, pelbagai peringkat penglibatan dan pencapaian yang diperolehi oleh golongan pelajar kita di dalam aktiviti sukarelawan samada di peringkat kamsis, jabatan atau fakulti, organisasi malahan terdapat pelajar yang menyertai aktiviti sukarelawan ini sehingga ke peringkat antarabangsa. Penglibatan dan pencapaian ini, boleh dijadikan kayu pengukur kepada tahap penglibatan secara aktif para pelajar di dalam aktiviti kesukarelawanan. Aktiviti bercorak kesukarelawanan ini dilihat dapat menerapkan kemahiran generik kepada golongan pelajar. Penglibatan pelajar dalam aktiviti sukarelawan dapat membantu mengukuhkan kemahiran generik yang ada dalam diri pelajar. Kemahiran generik pada hari ini dilihat sebagai satu elemen yang harus diberi perhatian kerana ianya dapat menambah nilai dalam diri pelajar dalam mempromosikan diri semasa menempuh alam pekerjaan. Oleh yang demikian, pengkaji ingin mengkaji Hubungan Antara Kemahiran Generik Dengan Aktiviti Sukarelawan dalam Kalangan Pelajar. Sampel kajian melibatkan 194 pelajar dari pelbagai institusi pengajian tinggi (IPT). Kajian ini menumpukan kepada mengenalpasti hubungan aktiviti kesukarelawan ke atas kemahiran komunikasi, kemahiran kerja berpasukan dan kemahiran membina hubungan di dalam diri pelajar. Satu kajian tinjauan kuantitatif telah dijalankan. Instrumen soal selidik bagi kajian ini telah direka bertujuan bagi menjawab objektif utama dan persoalan kajian telah diedarkan secara rawak kepada responden yang merupakan pelajar IPT. Data yang diperolehi telah diproses menggunakan perisian SPSS (Statistical Package For Social Science) versi 22.0. Kemahiran generik yang diperkukuhkan melalui aktiviti kesukarelawan akan dapat dikenalpasti mengunakan kajian deskriptif. Hasil dapatan dari kajian ini boleh menjadi panduan kepada pihak yang berkenaan dalam usaha untuk membantu meningkatkan pengusaan kemahiran generik dikalangan pelajar di IPT melalui penyertaan dalam aktiviti kesukarelawan.

Kata Kunci: Kokurikulum, Sukarelawan dan Kemahiran Generik

1.0 PENGENALAN

1.1 Latar Belakang Kajian

Khidmat masyarakat atau aktiviti kesukarelawan semakin mendapat perhatian umum pada masa kini bukan sahaja dalam kalangan Pertubuhan Bukan Kerajaan (NGO), malah kepada IPT. Usaha murni ini merupakan platform terbaik dalam menyatukan serta merapatkan jurang di antara dua pihak iaitu universiti dan komuniti. Menurut Kamus Dewan Edisi Keempat, "sukarela" bermakna "tidak dipaksa-paksa, atas kemahuan sendiri, secara rela hati, tidak dikerah dan dengan rela hati". Manakala "kesukarelaan" pula bermaksud "sikap sukarela". Seterusnya, seseorang yang melakukan sesuatu dengan sukarela dipanggil "sukarelawan" bagi lelaki dan "sukarelawati" bagi perempuan. Sukarelawan disatukan oleh tujuan nurani yang sama iaitu mengorbankan masa dan kemahiran tanpa mengharapkan apa-apa ganjaran.

Perkembangan aktiviti sukarelawan di Malaysia semakin mendapat perhatian dalam kalangan masyarakat. Terdapat pelbagai aktiviti sukarelawan yang dilaksanakan oleh Pertubuhan Bukan Kerajaan (NGO), pihak kerajaan, swasta, dan persendirian bagi membantu masyarakat yang memerlukan. Aktiviti sukarelawan bukan hanya tertumpu kepada pemberian barang, tetapi ia juga memberi penekanan sumbangan terhadap pendidikan, keagamaan, sosial, kemudahan dan sebagainya. Menurut Berita Harian (2021) melaporkan di seluruh Pahang terdapat lebih 10,000 sukarelawan digerakkan bagi menghulurkan sumbangan berupa barangan keperluan harian serta membantu mangsa banjir ke pusat pemindahan sementara serta. Hasil usaha keras yang dilaksanakan oleh para sukarelawan

dapat meringankan beban mangsa banjir yang ditimpa musibah. Disamping itu, pada masa yang sama negara kita sedang berdepan dengan pandemik Covid-19, para sukarelawan berdepan dengan cabaran yang sangat besar dalam memberi bantuan kepada mangsa banjir. Bagi membendung penularan COVID-19, para sukarelawan wajib mematuhi prosedur operasi standard (SOP) yang ditetapkan Majlis Keselamatan Negara (MKN).

Minat dan komitmen yang tinggi terhadap kerja-kerja sukarela merupakan ciri-ciri seorang sukarelawan yang berkualiti (Noor Raha, Mohd Radzuan & Wan Syariza Wan Yadri, 2020). Ini kerana kerja yang dibuat secara ikhlas dan rela hati oleh seseorang dianggap sebagai kerja-kerja sukarela. Kebiasaannya, kejayaan sesuatu kerja sukarelawan adalah daripada usaha secara bersungguh-sungguh beserta komitmen yang tinggi.

1.2 Permasalahan Kajian

Mengikut laporan statistik siswazah 2019 seperti yang disiarkan di dalam kenyataan media yang dikeluarkan oleh Kementerian Pengajian Tinggi pada 16 Julai 2020, kadar pengangguran siswazah pada 2019 kekal sebanyak 3.9% dengan 170.3 ribu penganggur siswazah. Pada suku pertama 2019 seramai 516,600 penganggur. Pada masa sama, seramai 238,286 penganggur termasuk 174,327 siswazah, mendaftar sebagai pencari kerja aktif dengan *JobsMalaysia* di bawah Jabatan Tenaga Kerja (JTK) Semenanjung. Kurangnya kesediaan belia berhadapan dan menguruskan kehidupan bersama masyarakat di luar sana dan kegagalan graduan mempamerkan elemen-elemen kemahiran generik menjadi antara punca utama menyumbang kepada keadaan ini.

Justeru, bagi meningkatkan kemahiran generik di kalangan pelajar, kursus kokurikulum berkredit telah diperkenalkan oleh Jabatan Pengajian Tinggi di semua IPT bermula sesi pengajian 2010/2011 (Jamaludin et al., 2009). Teras kesukarelawan adalah salah satu subjek kokurikulum dalam Mata Pelajaran Pengajian Umum (MPU). Kursus ini bertujuan bagi mendidik serta melatih pelajar untuk bersama sama mempraktikkan kemahiran pengurusan masyarakat. (Wardatul Aishah Musa & Nooraini Othman, 2014).

Di dalam aktiviti kesukrelawan, didapati banyak kemahiran generik yang dapat diperolehi oleh pelajar, antaranya ialah membantu menambahkan keyakinan, kemahiran merancang dengan baik, memperbaiki kemahiran komunikasi dengan lebih berkesan, mempelajari pengurusan masa dengan baik, dan meningkatkan jaringan hubungan personal dan professional bersama orang ramai. Hubungan generic yang diperolehi dari aktiviti kesukarelawan ini dapat memberi tambah nilai kepada pelajar dan memberi impak yang baik terhadap masa depan pelajar.

Md Asrul Nasid (2019) menyatakan bahawa hasil aktiviti sukarelawan yang disertai oleh mahasiswa dapat mewujudkan jaringan professional. Jaringan sosial dapat ditingkatkan melalui penyertaan di dalam aktiviti sukarelawan. Situasi ini dapat diperolehi melalui aktiviti kesukarelawan seperti keluar bertemu masyarakat dan korporat bagi mencari bantuan dana dan tenaga. Selain itu, melalui perkongsian ilmu dan pemindahan teknologi juga boleh memberikan jaringan sosial yang lebih besar kepada pelajar.

Bagi melahirkan insan yang mempunyai ketrampilan diri dan mampu bersaing di pelbagai peringkat samada kebangsaan atau antarabangsa, kemahiran generik ini amat diperlukan dan perlu diberikan pehatian sewajarnya untuk membangunkan diri pelajar sebagaimana yang diinginkan.

Secara dasar, hasil daripada penglibatan akativiti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa dapat mewujudkan kemahiran generik dalam diri mahasiswa. Kemahiran generik adalah sangat penting sebagai nilai tambah seseorang mahasiswa dalam menempuhi alam pekerjaan. Sebelum menempuh ke alam kerjaya individu itu perlulah memantapkan diri dari pelbagai aspek. Rahazimah & Abdul Razaq

(2018) menyatakan bahawa majikan pada masa kini, tidak hanya berpandukan kepada gred penilaian yang tinggi tetapi majikan pada masa kini cenderung menilai tahap pengukuhan diri pada individu. Sebagai contoh, salah satu aspek penting dalam menonjolkan kemampuan diri ialah cara individu itu berkmonunikasi dengan baik. Semasa ditemuduga, seseorng itu haruslah mempunyai keberanian untuk tampil di khalayak dengan melontarkan idea segar yang kritis. Kesemua asas kemahiran generik ini merupakan kunci utama dalam menempuhi alam pekerjaan.

Namun sejauh mana aktiviti kesukarelawanan ini boleh meningkatkan kemahiran generik harus diperhalusi melalu kajian ini. Justeru itu, kajian yang dijalankan ini membincangkan sejauh mana hubungan di antara kemahiran generik dapat dipupuk melalui penglibatan aktiviti kesukarelawanan dalam kalangan pelajar. Kajian ini memfokuskan kepada tiga elemen kemahiran generik iaitu kemahiran berkomunikasi, kemahiran kerja berpasukan, dan kemahiran membina hubungan.

1.3 Objektif Kajian

Objektif khusus kajian ini adalah untuk

1.3.1 mengenalpasti keberkesanan kemahiran komunikasi dalam menyertai aktiviti sukarelawan

1.3.2 mengenalpasti keberkesanan kemahiran kerja berpasukan dalam menyertai aktiviti sukarelawan

1.3.3 mengenalpasti keberkesanan kemahiran membina hubungan dalam menyertai aktiviti sukarelawan

1.3.4 mengenalpasti hubungan antara kemahiran generik dengan bilangan aktiviti sukarelawan yang disertai oleh mahasiswa

1.4 Kepentingan Kajian

Mendepani cabaran 2021, semua IPT dalam negara perlu melihat kembali apakah aktiviti signifikan yang boleh dilakukan dalam memberi manfaat untuk bekalan kepada mahasiswa. Bagi terus mendepani cabaran ini, pusat kokurikulum universiti awam melalui Majlis Kokurikulum Universiti-Universiti Malaysia (UniCC) perlu bergabung dan membentuk silibus kokurikulum supaya menjadi lebih unik dan menarik walau dalam apa jua cabaran yang datang. Kepentingan aktiviti kokurikulum menjadikan mahasiswa dapat membina sahsiah dalam diri malah niat daya saing yang tinggi dalam kalangan mahasiswa akan terbentuk. (Berita Harian, 8 Januari 2021)

Hasil penglibatan aktiviti sukarelawan yang disertai oleh pelajar, pengkaji dapat mengukur keberkesanan dan impak yang terhasil dalam diri seseorang mahasiswa. Kajian ini tertumpu kepada penghasilan kemahiran generik dalam diri mahasiswa. Kemahiran generik perlu berorientasikan pelajar dan pekerjaan. Hal ini kerana, pelajar akan lebih terdorong untuk meningkatkan amalan kemahiran generik terutamanya sepanjang pengajian mereka supaya kemahiran yang mereka pelajari ini dapat diterapkan dan dipraktikkan di dalam alam pekerjaan. (Mohd Hasril, Isma Atiqah, Fathin Liyana & Norhayati, 2016).

2.0 SOROTAN KAJIAN

2.1 Aktiviti Sukarelawan

Menurut Azizan, 2002, aktiviti kesukarelawanan boleh ditafsirkan suatu tindakan dan kelakuan yang dilakukan dengan kehendak diri sendiri, mempunyai tujuan ikhlas tanpa dipaksa serta tidak mengharapkan ganjaran dalam bentuk kewangan bagi tujuan menyumbang bakti dan tenaga kepada warga komuniti, alam sekitar atau kumpulan. Ini menunjukkan bahawa untuk melibatkan seseorang untuk bersama sama bekerja di dalam komuniti setempat adalah melalui program kesukarelawanan. Aktiviti kesukarelawanan telah diberi penekanan yang penting sebagai salah satu keperluan bagi membina sebuah modal insan yang mampu dan berkeupayaan menghulurkan khidmat bakti di semua peringkat kehidupan di dalam Dasar Belia Malaysia. (Norshafawati, 2014). Bersesuaian dengan

keperluan sukarelawan pada masa kini, seharusnya sukarelawan adalah terdiri daripada generasi muda yang masih mampu untuk menjalankan tanggungjawab sebagai seorang sukarelawan. Antara jenis aktiviti kesukarelwanan utama yang disertai belia adalah aktiviti sukarela berbentuk sukan dan diikuti dengan aktiviti khidmat sosial, masyarakat dan kegamaan (Mohd Khir, Abdul Aziz & Muhammad Nizam, 2016) dan (Mohd Arshad & Hussin, 2014).

2.2 Kemahiran Komunikasi

Komunikasi berkesan di dalam kelas bagi mewujudkan perkembangan sosial sejagat di IPT sangat ditekankan. Pensyarah perlu memberi ruang kepada pelajar untuk berinteraksi, saling bantu-membantu, menjalankan tanggungjawab dan membina keyakinan diri bagi memastikan proses PdP berkesan. Proses PdP sepatutnya dijalankan dalam suasana menyeronokkan dan menarik supaya para pelajar dapat memberi idea dan pendapat serta buah fikiran secara berkesan.

Menurut Abdullah dan Ainon (2010), apabila seorang pensyarah menyampaikan pengalaman dan pengetahuannya kepada pelajar-pelajar berlakunya proses komunikasi. Kenyataan ini disokong oleh Zamri, Norasmah dan Mohammed Sani (2008), bagi menghasilkan kepimpinan bilik kuliah yang berkesan pensyarah perlu memiliki kemahiran dalam membina interaksi yang berkualiti. Aktiviti sukarelawan berhubung kait dengan interaksi dan pengawalan sosial semasa aktiviti berlangsung dan tidak terhad kepada komunikasi antara pelajar dan peserta dalam berkongsi pengetahuan atau maklumat.

2.3 Kemahiran Membina Hubungan

Menurut Noriah 2006, apabila pelajar mampu membuat jaringan sosial atau membina dan mengekalkan rangkaian informal yang luas, membina hubungan yang saling memberi faedah, serta membina dan mengekalkan persahabatan peribadi menerusi sikap saling menghargai dan bertolak ansur bermakna mereka cekap dan berupaya untuk membina hubungan. Selain itu, kelemahan dalam membina hubungan yang positif dalam persekitaran sosial seperti hubungan dengan ibu bapa, guru dan juga rakan sebaya akan menggalakkan gejala yang tidak sihat dalam kalangan pelajar.

Peningkatan kesedaran, muhasabah diri, menjadi prihatin terhadap keperluan individu lain, menjalani gaya hidup sihat, meluaskan kenalan dan meningkatkan kemahiran dapat memberikan impak yang positif kepada kehidupan pelajar apabila mereka melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawanan (Alias & Balakrishnan, 2016).

2.4 Kerja Berpasukan

Antara kepentingan kerja berpasukan ini ialah, ianya akan mendorong seseorang itu untuk membuat suatu keputusan yang rasional dan memberi manfaat kepada semua serta mampu mengelakkan dari terbitnya sifat mementingkan diri sendiri dikalangan individu. Situasi sebegini akan memperlihatkan sekiranya terdapat kekurangan pasa sesetengah ahli pasukan akan dapat di tutup dengan kelebihan yang dimiliki oleh ahli pasukan yang lain. Dengan cara ini objektif atau gerak kejra yang dihasilkan secara kerja berkumpulan tersebut akan membuahkan hasil yang terbaik kepada organisasi. Kajian oleh Mahfuz Judeh, 2011, telah membuktikan tahap pennglibatan yang aktif seseorang dalam aktiviti kerja berpasukan membantu meningkatkan keberkesanan kerja.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian yang dijalankan merupakan kajian deskriptif yang mengaplikasikan borang soal selidik bagi mengumpul data. Bagi mencapai tujuan kajian borang digunakan untuk mendapatkan maklumat yang tepat (Mohd Majid, 2000).

Pemilihan sampel bagi tujuan kajian ini mengikut Jadual Krejcie dan Morgan (1970) berdasarkan saiz populasi 380~390 orang. Sampel kajian ini merujuk kepada pelajar yang sedang mengikuti

pengajian di IPT iaitu Politeknik Metro Johor Bahru (PMJB), Politeknik Sultan Idris Shah (PSIS) dan Universiti Teknologi Mara (UiTM). Sampel kajian terdiri daripada 58 orang pelajar lelaki dan 136 orang pelajar perempuan dan kesemua mereka terdiri daripada pelbagai lapisan umur, jenis institusi dan tahap pendidikan.

Dalam menilai maklum balas responden kajian, instrumen yang digunakan diadaptasi daripada Suzanah Jumat et al (2014) dengan menggunakan Skala 'Likert' 4 mata. Instrumen mengandungi 3 bahagian utama iaitu Bahagian A (Maklumat Demografi) dan Bahagian B (Kemahiran Generik) .*Statistical Packages for Social Sciences* (SPSS) versi 22.0 digunakan bagi menganalisis data dianalisis secara statistik deskriptif dan inferensi. Analisis statistik deskriptif iaitu min, peratus dan regresi digunakan untuk melaporkan dapatan tahap penglibatan mahasiswa dalam aktiviti kesukarelawan dan kemahiran generik.

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

4.1 Demografi Responden

Taburan responden merangkumi pelajar lelaki dan pelajar perempuan. Taburan responden lelaki terdiri daripada 58 orang bersamaan 29.9%. Manakala taburan responden perempuan terdiri daripada 136 orang responden bersamaan 70.1%. Pemilihan responden adalah dipilih secara rawak.

Jadual 4.1.1 merangkumi taburan umur bagi setiap responden. Peringkat umur yang paling tinggi berusia 19 tahun seramai 106 responden dan diikuti 21 tahun seramai 36 responden. Jumlah responden yang paling rendah adalah terdiri daripada seorang yang merangkumi 27 tahun, 28 tahun, 31 tahun, 32 tahun, 35 tahun dan 40 tahun.

Jadual 4.1.1: Taburan responden mengikut umur

Umur (tahun)	18	19	20	21	22	23	24	25	27
Responden	9	106	10	36	3	7	4	5	1
Umur (tahun)	28	29	30	31	32	34	35	38	40
Responden	1	3	2	1	1	1	1	2	1

Pemilihan jenis institusi bagi responden dipilih secara rawak yang merangkumi institusi politeknik dan universiti. Jadual 4.1.2 menunjukkan seramai 159 responden bersamaan 82% terdiri daripada institusi politeknik. Manakala institusi universiti terdiri daripada 35 responden bersamaan 18%.

Jadual 4.1.2: Taburan responden mengikut jenis institusi

	Responden	**%**
Politeknik	159	82.0%
Universiti	35	18.0%

Hasil dapatan secara rawak yang telah dilaksanakan menunjukkan bahawa taraf pendidikan responden terdiri daripada peringkat Diploma, Degree dan Master. Seramai 170 responden (87.6%) berada pada peringkat Diploma. Peringkat Degree seramai 23 responden (11.9%) manakala peringkat Master seramai seorang responden (0.5%).

4.2 Kesan Aktiviti Sukarelawan Terhadap Mahasiswa

4.2.1 Kemahiran Komunikasi

Jadual 4.2.1.1 Taburan peratusan dan min kesan kemahiran komunikasi bagi penglibatan aktiviti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa

Bil	Item	Peratusan				Min
		STS	TS	S	SS	
1.	Saya berkeyakinan tinggi untuk berkomunikasi di khalayak ramai.	1.5%	11.3%	62.4%	24.7%	3.10
2.	Saya berani menyatakan pandangan dan melontarkan idea.	1.0%	13.9%	63.9%	21.1%	3.05
3.	Saya tidak mempunyai masalah berkomunikasi dengan pelbagai lapisan.	0.5%	12.4%	61.3%	25.8%	3.12
4.	Saya mendengar secara terbuka dan menyampaikan mesej dengan baik.	0.5%	7.7%	61.3%	30.4%	3.22
5.	Saya bertolak ansur dalam mendengar pandangan orang lain.	0.5%	3.1%	50.5%	45.9%	3.42
					Purata Min	**3.18**

Sangat Tidak Setuju (STS); Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS)

Jadual 4.2.1.1 menunjukkan hasil dapatan keberkesanan kemahiran komunikasi dalam penglibatan aktiviti sukarelawan mencapai purata min 3.18. Item 5 menunjukkan min yang tertinggi iaitu 3.42. Seramai 50.5% bersetuju dan 45.9% sangat bersetuju terhadap pernyataan saya bertolak ansur dalam mendengar pandangan orang lain. Min yang terendah adalah 3.05 bagi item 2 yang menyatakan saya berani menyatakan pandangan dan melontarkan idea. Seramai 63.9% responden bersetuju manakala 21.1% berpandangan sangat setuju.

4.2.2 Kemahiran Kerja Berpasukan

Jadual 4.2.2.1 Taburan peratusan dan min kesan kemahiran kerja berpasukan bagi penglibatan aktiviti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa

Bil	Item	Peratusan				Min
		STS	TS	S	SS	
1.	Saya boleh menggerakkan ahli kumpulan secara aktif dan mempunyai kecenderungan yang tinggi dalam membina identiti kumpulan	0.5%	13.4%	63.4%	22.7%	3.08
2.	Saya mempunyai komitmen kerja yang tinggi.	0.5%	3.6%	64.9%	30.9%	3.26
3.	Saya sedia membina reputasi kumpulan.	0.5%	7.2%	62.4%	29.9%	3.22
4.	Saya berkongsi penghargaan yang diberikan bersama-sama dengan ahli kumpulan lain.	0.5%	2.1%	57.2%	40.2%	3.37
5.	Saya mempunyai semangat kekitaan yang sangat tinggi	1.0%	3.1%	55.2%	40.7%	3.36
					Purata Min	**3.26**

Sangat Tidak Setuju (STS); Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS)

Jadual 4.2.1.2 menunjukkan kesan kemahiran kerja berpasukan bagi penglibatan aktiviti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa. Analisis pada bahagian ini terdiri daripada 5 item yang terdapat dalam borang soal selidik Bahagian B. Hasil analisis mendapati bahawa kadar purata min keseluruhan adalah 3.26 iaitu pada kedudukan kedua tertinggi.

Min yang tertinggi adalah pada item ke-7. Item tersebut menyatakan bahawa Saya berkongsi penghargaan yang diberikan bersama-sama dengan ahli kumpulan lain. Seramai 57.2% responden bersetuju dengan pernyataan ini, manakala seramai 40.2% berpendapat sangat bersetuju terhadap pernyataan ini.

Item pertama menunjukkan min yang terendah iaitu 3.08. Seramai 63.4% berpendapat bersetuju dan 22.7% berpendapat sangat bersetuju berkenaan pernyataan Saya boleh menggerakkan ahli kumpulan secara aktif dan mempunyai kecenderungan yang tinggi dalam membina identiti kumpulan.

4.2.3 Kemahiran Membina Hubungan

Jadual 4.2.3.1 Taburan peratusan dan min kesan kemahiran membina hubungan bagi penglibatan aktiviti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa

Bil	Item	Peratusan				Min
		STS	TS	S	SS	
1.	Saya berupaya membuat jaringan sosial yang luas.	0.5%	12.9%	62.9%	23.7%	3.10
2.	Saya membina hubungan yang saling memberi faedah.	0.5%	2.1%	69.1%	28.4%	3.25
3.	Saya mengekalkan persahababatan menerusi sikap saling menghargai dan bertolak ansur.	0.5%	2.1%	56.7%	40.7%	3.38
4.	Saya membina hubungan yang positif dalam persekitaran sosial seperti hubungan dengan ibubapa, pensyarah dan rakan sebaya.	0.5%	2.6%	56.2%	40.7%	3.37
5.	Saya membina hubungan tanpa mengira bangsa, agama, taraf hidup dan taraf pendidikan.	0.5%	1.5%	53.1%	44.8%	3.42
					Purata Min	**3.30**

Sangat Tidak Setuju (STS); Tidak Setuju (TS), Setuju (S), Sangat Setuju (SS)

Jadual 4.2.3.1 menunjukkan hasil dapatan dari segi kesan kemahiran dalam membina hubungan bagi penglibatan aktiviti sukarelawan dalam kalangan mahasiswa. Keseluruhan purata min adalah 3.30 iaitu pada kedudukan tertinggi berbanding kesan kemahiran yang lain. Ini menunjukkan bahawa hasil penglibatan di dalam aktiviti sukarelawan mahasiswa dapat membentuk kemahiran dalam membina hubungan di kalangan masyarakat.

Item ke-5 memperoleh min tertinggi iaitu 3.38. Item ini menyatakan bahawa saya membina hubungan tanpa mengira bangsa, agama, taraf hidup dan taraf pendidikan. Seramai 53.1% responden bersetuju dengan penyataan ini, manakala seramai 44.8% berpendapat sangat bersetuju terhadap pernyataan ini.

Item pertama memperoleh min terendah iaitu 3.10. Item ini menyatakan bahawa saya berupaya membuat jaringan sosial yang luas. Seramai 62.9% responden bersetuju dengan pernyataan ini, manakala seramai 23.7% berpendapat sangat bersetuju terhadap pernyataan ini.

4.3 Hubungan Antara Kemahiran Generik Dengan Bilangan Aktiviti Sukarelawan

Jadual 4.3.1 *Model Summary*

Model	*R*	*R Square*	*Adjusted R Square*	*Std. Error of the Estimate*
1	.116[a]	.013	-.002	10.14946

Jadual 4.3.1 menunjukkan nilai R Square adalah 0.013. Nilai ini menunjukkan bahawa pengaruh kemahiran hubungan (X_1), kemahiran komunikasi (X_2), dan kemahiran berpasukan (X_3), terhadap bilangan aktiviti sukarelawan yang disertai (Y) adalah 1.3%. Manakala 98.7% dipengaruhi oleh faktor yang lain.

Jadual 4.3.2 ANOVA

Model		*Sum of Squares*	*df*	*Mean Square*	*F*	*Sig.*
1	*Regression*	264.175	3	88.058	.855	.466[b]
	Residual	19469.182	189	103.012		
	Total	19733.358	192			

a. *Dependent Variable*: Bilangan aktiviti sukarelawan yang telah disertai

b. *Predictors*: (Constant), Hubungan, Komunikasi, Berpasukan

Berdasarkan analisis ANOVA yang diuji ke atas ketiga-tiga pemboleh ubah, menunjukkan bahawa hubungan kemahiran generik yang merangkumi kemahiran hubungan, kemahiran komunikasi dan kemahiran berpasukan tidak dipengaruhi oleh bilangan aktiviti sukarelawan yang disertai oleh pelajar. Jadual 4.3.2 menunjukkan nilai signifikan 0.466 iaitu melebihi 0.05.

5.0 PERBINCANGAN

Secara keseluruhan, majoriti responden mempunyai pandangan sangat setuju dan bersetuju setiap item pada kriteria kemahiran generik. Didapati bahawa kemahiran membina hubungan memperolehi kadar purata min tertinggi iaitu 3.30. Ini menunjukkan bahawa hasil penglibatan aktiviti sukarelawan, responden dapat menjalinkan hubungan dengan pelbagai lapisan masyarakat dan organisasi. Interaksi hubungan ini mungkin berlaku di antara ahli dan ahli, ahli dan penganjur serta ahli dan ahli dan komuniti. Bentuk jalinan hubungan ini bergantung kepada iklim organisasi dan juga bentuk tugasan yang dilakukan oleh seseorang sukarelawan. Aspek-aspek iklim organisasi dapat dilihat dari segi layanan, sokongan yang diberikan, kerjasama dan sikap kepunyaan yang ditanamkan oleh organisasi itu. Perkara ini disokong oleh Alias & Balakrishnan, 2016 menyatakan bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan ini dapat memberikan impak yang positif dan membawa kepada peningkatan dalam meningkatkan kesedaran, muhasabah diri, menjalani gaya hidup sihat, menjadi prihatin terhadap keperluan individu lain, meningkatkan kemahiran dan meluaskan kenalan.

Kemahiran kerja berpasukan memperoleh purata min 3.26. Ini menunjukkan bahawa hasil penglibatan aktiviti sukarelawan, kemahiran kerja berpasukan dalam kalangan ahli terbentuk dengan baik. Mahfuz Judeh, 2011, keberkesanan mahasiswa dalam kerja berpasukan dipengaruhi oleh jumlah penglibatan mahasiswa di dalam sesuatu aktiviti yang diceburi. Melalui aktiviti yang diceburi, banyak perkara baru yang dipelajari dimana ia tiada dalam bilik kuliah.

Manakala kemahiran komunikasi memperoleh kadar purata min terendah iaitu 3.18. Responden berpandangan di mana penglibatan aktiviti sukarelawan dapat mempertingkatkan tahap kemahiran komunikasi. Walaubagaimanapun, bagi mempertingkatkan lagi kemahiran komunikasi responden perlu memperbaiki kemahiran kendiri seperti mempunyai keberanian berucap di hadapan orang ramai dan mampu menyampaikan maklumat dengan jelas. Artikel Berita Harian (2019) menyatakan kebanyakan golongan pelajar kurang membaca artikel yang berbentuk bahan ilmiah. Kebanyakan mereka lebih kepada pencarian media sosial yang dimana kesahihan artikel tersebut tidak pasti. Ini menyebabkan tahap keyakinan untuk bercakap di khalayak ramai adalah sangat lemah dan pelajar gagal dalam memberikan sesuatu idea yang bernas semasa sesi perbincangan.

Kajian mendapati bahawa tiada perbezaan yang signifikan antara kemahiran generik dengan bilangan aktiviti sukarelawan yang disertai oleh mahasiswa. Ini menunjukkan semangat kesukarelawan dalam kalangan mahasiswa masih rapuh. Dimana kebanyakkan mereka tidak berminat melakukan aktiviti ditempat yang kurang menyenangkan seperti persekitaran yang kotor. (Tuan Pah Rokiah & Lilah Yasin, 2016).

6.0 KESIMPULAN

Hasil sokongan dan kolaborasi dari pelbagai pihak dalam menganjurkan aktiviti sukarelawan adalah penting bagi menghasilkan kemahiran generik dalam kalangan mahasiswa. Justeru itu, pihak IPT harus merancang satu strategi yang di mana aktiviti kurikulum yang berbentuk ilmiah atau sukarelawan haruslah mempunyai impak yang besar kepada mahasiswa. Ia bukanlah berdasarkan kepada jumlah penglibatan mahasiswa di dalam aktiviti kurikulum tetapi impak keberkesanan setiap aktiviti yang dianjurkan haruslah diberi penekanan oleh IPT. Pembentukkan kemahiran generik merupakan nadi utama dalam nilai tambah bagi seseorang mahasiswa dalam menempuhi alam pekerjaan. Ia turut menjadi kriteria yang penting dalam permintaan majikan pada masa kini.

RUJUKAN

Ainon Mohammad & Abdullah Hassan. (2010). Komunikasi berkesan. Kuala Lumpur: Penerbit Fajar Bakti.

Ahmad, Jailani & Noraini. (2004) Peranan Kokurikulum Dalam Pembangunan Kemahiran Generik. Johor: Penerbit Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Alias, A. M., & Balakrishnan, V. (2016). Impak kesukarelawanan dalam kalangan belia di Kuala Lumpur: Satu kajian. *Jurnal Kepimpinan Pendidika*n, 3(4), 25–43. Diakses daripada http://umijms.um.edu.my/filebank/published_article/10208/(page 25-43) IMPAK KESUKARELAWANAN.pdf

Anisa Saleha. 2015. *Keterlibatan, sokongan pembelajaran dan pencapaian pelajar berdasarkan gender peringkat persekolahan dan lokasi*. Tesis Dr. Fal. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Asrol Awang. (2021, Januari 5). Banjir di pahang: lebih 10,000 sukarelawan digerakkan bantu mangsa. BH Online. [Versi Elektronik]. Dimuat turun daripada https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2021/01/772305/banjir-di-pahang-lebih-10000-sukarelawan-digerakkan-bantu-mangsa

Astin & Sax. (1998). How Undergraduates Are Affected By Service Participation. *Journal of College Student Development*

Azizan Bahari. (2002). Menghayati Kerja Sukarela. Petaling Jaya: Qarya Sdn Bhd

Hanita Mohd Yusoff & Norzaini Azman. 2018. Pencapaian akademik murid lelaki dan perempuan: peranan sokongan pembelajaran dan keterlibatan murid. *Malaysian Journal of Learning and Instruction*: Vol.15(2): 257–287.

Jamaludin Haji Badusah, Rosna Awang Hashim, Mohd Majid Konting, Turiman Suandi, Maria Salih & Norhafezah Yusof. (2009). Pembangunan pelajar: Memperkasakan kokurikulum institusi pengajian tinggi. Selangor: Penerbit Universiti Putra Malaysia.

Kementerian Pendidikan Malaysia (2015). Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi). https://www.moe.gov.my

Mahfuz Judeh, "An Examination of the Effect of Employee Involvement on Teamwork Effectiveness: An Empirical Study International," Journal of Business and Management, vol. 6, No. 9; pp. 202-209, September 2011.

Md Asrul Nasid. (2019). 5 Rahsia Kelebihan Menjadi Sukarelawan Mahasiswa. [Versi Elektronik]. Di muat turun daripada https://news.uthm.edu.my/ms/2019/08/5-rahsia-kelebihan-menjadi-sukarelawan-mahasiswa/

Mohamad Aizuddin. (2017). Penglibatan Mahasiswa Secara Aktif Dalam Aktiviti Sukarelawan Dan Kesan Terhadap Pencapaian Akademik: Suatu Kajian Kes Di Fakulti Sains Sosial Gunaan (FSSG), UNISZA, Gong Badak. Terengganu: Penerbit Universiti Sultan Zainal Abidin.

Mohammad Firros Rosool Gani. 2017. Keberkesanan Kemahiran Berfikir Aras Tinggi Pelajar dalam Matematik melalui Kaedah Pembelajaran Luar Bilik Darjah.

Mohd Arshad, M. R., & Hussin, Z. (2014). *Family volunteering and youth volunteerism. Journal of Administrative Science,* 11(2). Diakses daripada http://www.myjurnal.my/filebank/published_article/33470/12.pdf

Mohd Hasri, Isma Atiqah, Fathin Liyana & Norhayati. (2016). Tahap kemahiran generik pelajar Malaysia dalam proses pengajaran dan pembelajaran: Kajian kes pelajar Institut Kemahiran Mara, Johor Baharu. *Journal of Society and Space 12 issue* 3 (111 - 121).

Mohd Khir, A., Abdul Aziz, N. A., & Muhammad Nizam, N. S. (2016). Motivasi dan tahap penglibatan belia felda dalam kesukarelawanan di Felda Bukit Rokan, Negeri Sembilan. Diakses daripada https://www.researchgate.net/publication/319482034_Motivasi_dan_Tahap_Penglibatan_Belia_Felda_ dalam_Kesukarelawanan_di_Felda_Bukit_Rokan_Negeri_Sembilan

Mohd Majid Konting (2000). "Kaedah Penyelidikan Pendidikan." Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mohd Zaki Ahmad & Mohd Raizalhilmy. (2019 Pupuk Semangat Kesukarelawanan Mahasiswa UMP. [Versi Elektronik]. Di muat turun daripada http://news.ump.edu.my/experts/pupuk-semangat-kesukarelawanan-mahasiswa-ump

Muhammad Nazli Ismail. (2020, Mac 27). Siswa perlu kuasai ilmu, isu semasa. BH Online. [Versi Elektronik]. Dimuat turun daripada https://www.bharian.com.my/rencana/surat-pembaca/2019/03/545838/siswa-perlu-kuasai-ilmu-isu-semasa

Muhamad Saufi Che Rusuli. (2021, Januari 8). Mendepani cabaran aktiviti kokurikulum alaf 21. BH Online. [Versi Elektronik]. Dimuat turun daripada https://www.bharian.com.my/rencana/komentar/2021/01/773765/mendepani-cabaran-aktiviti-kokurikulum-alaf-21

Norani & Sazalie. (2017). Penerapan Kemahiran Generik Dalam Proses Pengajaran Dan Pembelajaran Di Kolej Yayasan Sabah. Johor: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.

Norehan. (2018). Tahap Penglibatan Dalam Aktiviti Sukarela Dan Kesannya Terhadap Kesejahteraan Diri Golongan Awal Dewasa Di Kedah. Pulau Pinang: Penerbit Universiti Sains Malaysia.

Noriah (2005, 2006). M.I, Zuria, M. Siti Rahayah. A. Ramli, M., Ruhizan, m.Y., Norzaini, A., & Ruslin,

A. IRPA Exucutive Report. MOSTI.

Norshafawati Abd. Azimi. (2014). Aspirasi kepimpinan belia. Buletin Fakta, 4, 1. Statistik Pendidikan Tinggi 2019.

Rahazimah & Abdul Razaq. (2018). Pengukuhan Kemahiran Insaniah Pelajar Tahun Akhir Di IPTS: Cabaran Menempuhi Alam Kerjaya. Seminar Antarabangsa Isu-Isu Pendidikan, ISPEN2018. eISBN978-967-2122-54-8

Rosmahalil Azrol. (2017). Motivasi Penglibatan Pelajar UTHM Terhadap Aktiviti. Johor: Penerbit Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Saifuddin Abdullah (2001) *GEOGRAFIA OnlineTM Malaysian Journal of Society and Space* 12 issue 10 (183 - 194) © 2016, ISSN 2180-2491

Shahrom Md Zain, Muhammad Imran Mohd Junaidi & Noor Ezlin Ahmad Basri. (2016). Sukarelawan Alam Sekitar: Penerimaan dan Keahaman Pelajar.

Supian Hashim. 2010. *Amalan kepimpinan lestari dan hubungannya dengan prestasi kerja guru sekolah rendah yang menerima tawaran baru di daerah Segamat*. Tesis Sarjana, Universiti Teknologi Malaysia.

Tajul Arifin Muhamad, Aishah Nadirah Mohd Alauddin. (2013). Motif penglibatan sukarelawan sukan institusi pengajian tinggi terhadap tahap kepuasan diri. *Jurnal Pendidikan Malaysia*

Tuan Pah Rokiah & Lilah Yasin. (2016). Belia dan program kesukarelawan di Malaysia: Satu kajian empirikal. *Journal of Society and Space 12 issue 10* (183 - 194) 183.

Wilson, J. 2000. Volunteering. *Annual Review of Sociology* 26: 215-240.

Zamri Mahamod, Norasmah Othman & Mohammed Sani Ibrahim. (2008). *Profesionalisme guru novis: Model latihan*. Edisi Kedua. Bangi: Penerbit Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia.

Keberkesanan Penggunaan Buku Panduan Berasaskan Aktiviti Terhadap Pengajaran dan Pembelajaran Kokurikulum Radio Amatur di Politeknik Merlimau Melaka

Syamsul Bahri Mohamad[1], Shahidzwan A. Rahim[2], Md. Nazri Darlu[3]

[123]Politeknik Merlimau Melaka, 77300, Jasin Melaka

ABSTRAK

Kokurikulum merupakan aktiviti yang merujuk kepada kegiatan pengajaran dan pembelajaran yang dirancang bagi memberikan peluang kepada para pelajar untuk mengukuhkan kemahiran insaniah dengan amalan nilai-nilai positif yang baik. Kokurikulum juga didefinasikan sebagai kurikulum tambahan atau pendidikan lanjutan kepada kursus yang telah dipelajari di dalam kelas yang merangkumi aktiviti-aktiviti berpersatuan, kelab, permainan, sukan serta unit beruniform. Bagi memastikan pengajaran dan pembelajaran kokurikulum dapat dilaksanakan dengan berkesan, alat bantuan mengajar seperti buku panduan berasaskan aktiviti mampu membantu meningkatkan minat, daya kreativiti dan kefahaman para pelajar dalam memperolehi pengalaman sebenar akan sesebuah topik yang diajar. Oleh itu, dalam kertas kajian ini sebuah buku bertajuk Buku Panduan Mengelola Aktiviti Kokurikulum Radio Amatur telah dibangunkan sebagai bahan sokongan semasa pengajaran dan pembelajaran kokurikulum berkaitan Radio Amatur. Radio Amatur merujuk aktiviti hobi berbentuk pengetahuan sains radio yang melibatkan aktiviti membina, mengujikaji dan berkomunikasi melalui peralatan radio komunikasi yang bersandarkan perlesenan dibawah penyeliaan Suruhanjaya Komunikasi Multimedia Malaysia. Ianya dibangunkan sebagai salah satu usaha penyebaran ilmu berkaitan dengan Radio Amatur serta aktiviti berkaitan pengurusan organisasi atau kelab termasuk cadangan kepada pembelajaran secara kolaboratif, demonstrasi, simulasi dan permainan. Satu kajian tinjauan berbentuk soal selidik telah dilaksanakan bagi menguji keberkesanan penggunaan buku panduan ini ke atas pelajar di Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka yang mengambil kursus kokurikulum MPU24021 Kelab (Radio Amatur). Hasil daripada kajian menunjukkan bahawa buku panduan pengelolaan aktiviti kokurikulum Radio Amatur dapat membantu meningkatkan 16% kemahiran kepimpinan, 11% kemahiran kerja berpasukan dan 13% kemahiran interpersonal para pelajar berbanding pengajaran tanpa penggunaan buku panduan aktiviti. Impak daripada penghasilkan buku ini dapat juga dapat membantu tenaga pengajar dalam membuat persediaan pengajaran dan pembelajaran bagi meningkatkan pengetahuan, kemahiran, norma dan nilai dalam membantu perkembangan pelajar dari segi aspek jasmani, rohani, mental dan emosi selaras dengan matlamat Falsafah Pendidikan Kebangsaan yang bertujuan membentuk generasi masa hadapan yang seimbang.

Kata Kunci: Buku Panduan Aktiviti, Kokurikulum, Radio Amatur

1.0 PENGENALAN

Kokurikulum adalah istilah yang merujuk kepada aktiviti, program dan pengalaman belajar yang melengkapi pembelajaran yang dipelajari di dalam kelas dan mencerminkan kurikulum akademik. Kegiatan kokurikulum biasanya berlaku di luar kelas atau selepas waktu persekolahan seperti aktiviti persembahan muzik, pertandingan, pertunjukan seni, pertandingan debat dan aktiviti-aktiviti lain yang berbentuk pasukan. Perkataan kokurikulum di ambil daripada perkataan kurikulum yang berasal dari perkataan latin yang bermaksud perlumbaan atau kursus atau kerjaya (Harper, D., 2021). Istilah ini muncul dalam catatan bertulis dari University of Leiden pada tahun 1582 yang membawa maksud pendidikan yang lebih baik (Stanciu, M., 2017). Menjelang abad ketujuh belas iaitu pada tahun 1633, University of Glasgow ada menyatakan istilah "kursus" dalam pengajiannya sebagai "kurikulum" dan sejak dari itu kebanyakkkan universiti-universiti di Eropah menggunakan istilah kurikulum dalam menjelaskan kursus dan kandungan pengajian mereka (Stanciu, M., 2017). Manakala perkataan ko pada awalan kokurikulum diambil daripada istilah awalan dalam bahasa inggeris iaitu ‘co’ yang merujuk kepada tambahan atau pelengkap.

Merujuk kepada Seksyen 18 Akta Pendidikan 1996 (Akta 550), kurikulum ialah suatu program pendidikan yang termasuk kegiatan kokurikulum yang merangkumi semua pengetahuan, kemahiran, norma, nilai, unsur kebudayaan dan kepercayaan yang boleh membantu perkembangan seseorang murid dengan sepenuhnya dari segi aspek jasmani, rohani, mental dan emosi serta untuk menanam dan mempertingkatkan nilai moral yang diingini. Menurut Nor Azah (2007), kokurikulum merupakan suatu aktiviti dan pengalaman pendidikan yang dilaksanakan di luar atau di dalam kelas yang membantu melengkapkan dan memperkukuhkan proses pembelajaran di samping dapat menunjukkan perubahan tingkah laku serta mempengaruhi sahsiah pelajar. Melalui aktiviti kokurikulum ianya dapat mengukuhkan proses pengajaran dan pembelajaran di dalam kelas dan memberikan peluang kepada para pelajar untuk menambah dan mengamalkan pengetahuan, kemahiran dan nilai yang telah dipelajari di dalam kelas. Penglibatan para pelajar dalam aktiviti kokurikulum adalah sangat penting dalam membantu membekalkan pengalaman bagi perkembangan mental, bakat, sosial, jasmani, dan rohani disamping menawarkan pelbagai pengetahuan, pengalaman, kemahiran, latihan yang berteraskan pembangunan insan yang mengandungi unsur-unsur intelek, disiplin kendiri, kepimpinan, kreativiti dan inovasi.

Terdapat pelbagai kaedah pengajaran dan pembelajaran yang boleh dijalankan bagi meningkatkan kefahaman dan kemahiran serta pencapaian pelajar bagi kursus kokurikulum. Kajian oleh Razak, N. R. (2008) menunjukkan bahawa terdapat hubung kait yang signifikan antara kemahiran insaniah dan pembelajaran koperatif dalam mata pelajaran kokurikulum dan menegaskan bahawa kemahiran insaniah dan pembelajaran koperatif perlu diterapkan bersama dalam pengajaran dan pembelajaran di kalangan pelajar pada mata pelajaran kokurikulum. Sementara itu, kajian dari Halid, H. (2006) menunjukkan bahawa pengurusan pengajaran dan pembelajaran yang berkesan dalam kelas dapat meningkatkan prestasi pencapaian pelajar dan sekolah. Manakala kajian yang dilakukan oleh Basiron, I. (2012) menggunakan reka bentuk eksperimen menunjukkan bahawa kaedah pengajaran berasaskan interaktif multimedia mampu memberikan kesan positif terhadap pencapaian kokurikulum para pelajar. Menurut Basiron, I. (2012) lagi, penggabungan aplikasi budaya berfikir dan budaya teknologi khususnya dalam perkembangan bidang multimedia mampu mewujudkan senario belajar secara lebih menarik dan berkesan dan menjadikan pembelajaran murid lebih bermakna.

Pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku teks atau buku panduan merupakan salah satu kaedah pengajaran yang sinonim bagi kebanyakkan pendidik bagi tujuan pengajaran kursus kurikulum bersepadu di sekolah mahupun di institusi pendidikan tinggi tempatan. Namum bagi kursus kokurikulum, pengajaran berasaskan buku teks atau buku panduan kurang dipraktikkan yang mungkin disebabkan kurangnya bahan atau buku panduan sokongan pengajaran yang dihasilkan lebih-lebih lagi jika ianya diperlukan lebih spesifik berdasarkan silibus pengajaran yang ditetapkan oleh sesebuah institusi atau sekolah. Terdapat beberapa kajian lalu yang telah dijalankan menunjukkan bahawa pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum yang menggunakan buku panduan mampu meningkatkan kualiti pengajaran dan pembelajaran ke atas para pelajar. Kajian dari Dishon, D. dan O'leary, P. W. (1984) ada menerangkan bahawa bagi menghasilkan pengajaran dan pembelajaran yang lebih berkesan, teknik pengajaran dan pembelajaran yang berasaskan pembelajaran koperatif menggunakan buku panduan yang berteraskan lima prinsip perlu dilaksanakan iaitu kepemimpinan, pengelompokan heterogen, kebergantungan elemen positif, pemerolehan kemahiran sosial, dan autonomi kumpulan kemudian diikuti dengan perbincangan tentang bagaimana menerapkannya.

Kajian yang dilakukan oleh Bulian, J. L. J. M., dan Jambi, M. (2018) bertempat di Universiti Jambi menunjukkan bahawa penggunaan buku panduan praktikal semasa sesi pengajaran dan pembelajaran berjaya meningkatkan peratus kemahiran para pelajar dalam aspek pemerhatian, pengkelasan, pengukuran, peramalan, penyimpanan data, pembentukan graf, perancangan dan pelaksanaan amali. Kajian kes yang dijalankan oleh Bonney, K. M. (2015) pula menunjukkan bahawa pengajaran dan pembelajaran yang berasaskan perbincangan di dalam kelas dan penggunaan buku panduan mampu meningkatkan prestasi kemahiran para pelajar bidang perubatan. Kajian dari Fan, L. dan Kaeley, G. S. (2000) pula menunjukkan bahawa strategi pengajaran di sekolah-sekolah yang menggunakan buku teks khas yang dihasilkan dari School Mathematics Project di University of Chicago berjaya menghasilkan

persekitaran pengajaran yang kondusif berbanding kaedah pengajaran yang konvensional. Manakala kajian dari Ball, D. L. dan Feiman-Nemser, S. (1988) bertempat di Midwestern U.S. University menunjukkan bahawa penggunaan buku panduan pengajaran mampu membantu para pendidik yang baru dan masih kekurangan pengalaman, pengetahuan dan kemahiran semasa sesi pengajaran dan pembelajaran di kelas berdasarkan silibus kokurikulum yang diberikan. Kajian yang dilakukan oleh Mancha, S. A. dan Ahmad, A. (2016) pula memberi penekanan di mana pengajaran berasaskan aktiviti kokurikulum yang berkesan mampu mempengaruhi pencapaian positif keseluruhan para pelajar bagi kemahiran sosial, komunikasi dan keyakinan diri para pelajar. Keseluruhannya jelas menunjukkan bahawa berdasarkan kajian rintis, kebanyakkan penyelidik bersetuju di mana melalui penggunaan buku panduan pengajaran atau buku teks yang baik, ianya mampu membantu tenaga pengajar melaksanakan pengajaran dan pembelajaran dengan berkesan dan seterusnya memberi impak yang positif bagi pembangunan pengetahuan dan kemahiran pada pelajar.

Kertas penyelidikan ini dibahagikan kepada 6 bahagian. Bahagian 2 menerangkan secara terperinci latar belakang dan penyataan masalah kajian yang seterusnya membawa kepada objektif kajian. Bahagian 3 pula menjelaskan cara pembangunan buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum Radio Amatur ini dihasilkan. Bahagian 4 pula menerangkan kaedah metodologi pelaksanaan kajian tinjuan ini dijalankan. Manakala bahagian 5 membentangkan hasil dapatan kajian tinjauan ke atas para pelajar mengenai pandangan mereka terhadap pengajaran dan pembelajaran berasaskan buku panduan dan kaedah pengajaran dan pembelajaran konvensional iaitu tanpa penggunaan buku panduan aktiviti serta perbincangan kepada dapatan kajian berkenaan. Akhirnya, kesimpulan utama kertas penyelidikan ini dibincangkan secara terperinci dalam bahagian 6.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Di Malaysia, politeknik merupakan salah satu institusi yang menawarkan kursus kokurikulum yang diwajibkan kepada setiap pelajar. Politeknik merupakan institusi yang mula memperkenalkan kokurikulum berkredit seawal tahun 2000 selaras dengan pelaksanaan Modul Kokurikulum baru di semua politeknik. Aktiviti kokurikulum di politeknik dibangunkan bagi memacu, mengasah bakat dan menggarap kemahiran dalam suasana pembelajaran yang fleksibel dan menyeronokkan disamping menambah pengetahuan sedia ada serta kemahiran para pelajar di dalam bidang-bidang tertentu. Aktiviti kokurikulum di politeknik juga secara tidak langsung mendedahkan para pelajar kepada kemahiran insaniah, membantu pembentukan dan pembangunan individu yang positif serta membantu memantapkan jati diri, sikap bertanggungjawab, kualiti kepimpinan dan semangat kerja berpasukan.

Dalam pelaksanaan ini, para pelajar diberikan kebebasan untuk membuat pilihan kursus kokurikukum sama ada yang berasaskan Pasukan Beruniform, Sukan atau Kelab/Persatuan mengikut minat dan kecenderungan masing-masing. Radio Amatur merupakan salah satu kursus yang ditawarkan dalam kokurikulum politeknik dibawah kategori Kelab/Persatuan. Radio Amatur merujuk kepada sebuah hobi berlesen di bawah seliaan Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia. Aktiviti utama bagi para penggiat hobi Radio Amatur adalah menggunakan radas komunikasi bagi frekuensi-frekuensi yang diperuntukkan dan menjalankan serta membangunkan ujikaji atau penyiasatan dan pembelajaran kendiri yang banyak berkaitan dengan pengetahuan dalam bidang sains radio. Fungsi utama komunikasi dalam Radio Amatur ini amat penting terutama semasa situasi kecemasan seperti banjir, tsunami dan lain-lain yang seumpama dengannya di mana penggunaannya diperlukan apabila peralatan komunikasi utama gagal berfungsi. Di luar negara, kokurikulum Radio Amatur telah lama dipraktikkan di sekolah-sekolah termasuk di institusi pengajian tinggi dan kini kokurikulum Radio Amatur ini semakin mendapat tempat di sekolah-sekolah dan institusi pengajian tinggi di Malaysia termasuk di politeknik.

Hampir ke semua tenaga pengajar kursus kokurikulum di politeknik adalah terdiri daripada tenaga pengajar yang diambil di jabatan-jabatan induk di institusi berkenaan di mana pemilihan kursus pengajaran adalah berdasarkan kepakaran masing-masing dalam sukan, badan beruniform dan kelab atau persatuan. Cabaran utama dalam pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum ini ialah dimana bagi tenaga pengajar baru yang mengajar kursus berkenaan terutama pada tenaga

pengajar yang mempunyai kompentensi yang kurang bagi bidang berkenaan seperti Radio Amatur adalah amat sukar bagi mereka menguasai sepenuhnya sesi pengajaran dan pembelajaran yang bakal dilaksanakan oleh tenaga pengajar berkenaan. Bagi tenaga pengajar baru untuk kursus kokurikulum Radio Amatur ini, persediaan bahan pengajaran memerlukan masa yang agak lama ditambah dengan tugas hakiki dan tugas sampingan yang perlu dilaksanakan di jabatan induk masing-masing.

Oleh yang demikian dalam kajian yang dijalankan, suatu pendekatan pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti telah dilaksanakan bagi melihat keberkesannya terhadap sesi pengajaran dan pembelajaran yang dijalankan. Matlamat utama penghasilan buku panduan aktiviti berasaskan kokurikulum kursus Radio Amatur adalah bagi membantu tenaga pengajar dan pengurusan pengajaran dan pembelajaran para pelajar dan membantu tenaga pengajar baru yang ingin mengajar kursus ini. Ianya seterusnya mendorong kepada pelaksanaan kajian tinjauan ke atas para pelajar di Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka yang mengambil kursus kokurikulum kelab dan persatuan dibawah pengkhususan Radio Amatur terhadap keberkesanan penggunaan buku panduan berkenaan kepada kemahiran-kemahiran yang diperlukan berdasarkan silibus pengajaran dan pembelajaran. Terdapat dua penyataan masalah kajian yang membentuk objektif kajian yang dijalankan iaitu i) Proses pengajaran dan pembelajaran konvensional kurang membantu kefahaman pembelajaran dalam meningkatkan minat pelajar serta kemahiran khusus dan kemahiran insaniah para pelajar untuk mendalami pembelajaran kokurikulum berkaitan Radio Amatur; ii) Perlunya buku panduan pengajaran dan pembelajaran berasaskan aktiviti kokurikulum sebagai ada alat bantuan pengajaran alternatif yang berkesan bagi mendorong peningkatan kemahiran khusus berkaitan Radio Amatur dan kemahiran insaniah para pelajar. Kursus kokurikulum Radio Amatur dipilih kerana ianya mempunyai elemen pengajaran dan pembelajaran secara teori dan praktikal yang memerlukan suatu modul penyampaian yang lebih berkesan kepada para pelajar.

3.0 PEMBANGUNAN BUKU PANDUAN

Dalam kajian ini sebuah buku bertajuk Panduan Mengelola Aktiviti Kokurikulum Radio Amatur telah dihasilkan. Buku ini bersaiz B5 dan mampu dimiliki oleh pelajar dengan kos yang rendah. Ianya merupakan satu-satunya buku panduan aktiviti kokurikulum yang pertama seumpamanya diterbitkan di Malaysia dengan penggunaan bahasa Melayu sebagai bahasa pengantar. Buku ini juga dihasilkan bersama cadangan ringkas kepada kurikulum pengajaran dan amat sesuai digunakan oleh para pendidik di politeknik dan institusi-institusi pengajian tinggi, guru-guru di sekolah serta rujukan kepada orang ramai. Aktiviti yang dicadangkan adalah berbentuk kaedah pembelajaran kolaboratif dan simulasi serta boleh dilaksanakan di dalam kelas atau di luar kelas. Ianya mampu menilai aspek afektif dan psikomotor para pelajar dengan nilai tambah kepada pengetahuan kepada pembelajaran sepanjang hayat atau *longlife learning*. Kurikulum dan aktiviti yang dicadangkan juga mampu mempamerkan kemahiran Radio Amatur dan membantu meningkatkan unsur kepimpinan dan kerja berpasukan berdasarkan penguasaan kemahiran dan amalan positif.

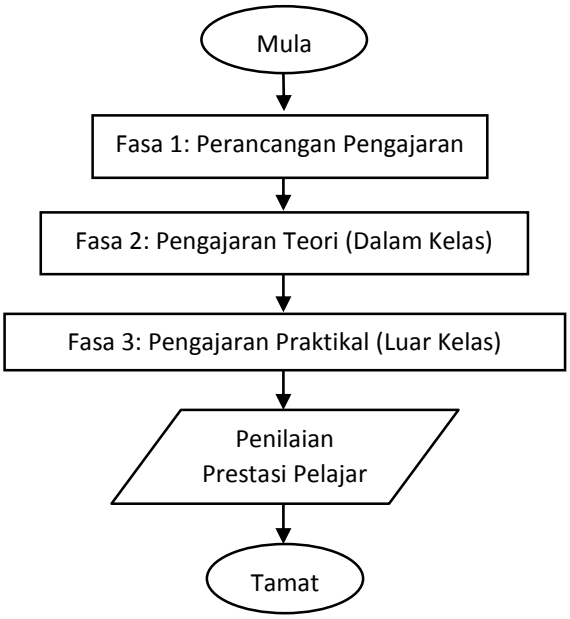
Penghasilan buku panduan bertajuk Panduan Mengelola Aktiviti Kokurikulum Radio Amatur ini dibangunkan dengan merujuk kepada tiga cadangan fasa pelaksanaannya iaitu Fasa Perancangan Pengajaran; Fasa Pengajaran Teori (Dalam Kelas) dan Fasa Pengajaran Praktikal (Luar Kelas).

Fasa 1: Perancangan Pengajaran

Sebelum melaksanakan pengajaran, suatu perancangan pengajaran perlu dilaksanakan mengikut cadangan kurikulum yang disediakan dalam buku panduan. Terdapat dua cadangan topik utama pada kurikulum yang diberikan iaitu kemahiran khusus dan kemahiran insaniah. Kemahiran khusus adalah merujuk kepada kemahiran yang berkaitan dengan pengetahuan asas dalam Radio Amatur, manakala kemahiran insaniah pula merujuk kepada kemahiran yang berkaitan dengan asas berpersatuan dan aktiviti berkumpulan. Setiap aktiviti yang dicadangkan terdapat penerangan kepada subtopik pengajaran dan pembelajaran dalam cadangan kurikulum bersama cadangan masa pelaksanaan.

Fasa 2: Pengajaran Teori (Dalam Kelas)
Selepas pelaksanaan perancangan pengajaran dan pembelajaran. Pada fasa ini, pengajaran secara teori dilaksanakan bagi memberi kefahaman dan pendedahan asas kepada para pelajar berkaitan dengan Radio Amatur dan teori-teori berkaitan dengan kemahiran insaniah dalam kumpulan iaitu seperti kemahiran komunikasi, kepimpinan, kerja berpasukan dan tanggungjawab sosial.

Fasa 3: Pengajaran Praktikal (Luar Kelas)
Pada fasa ini, pengajaran secara amali dilaksanakan bagi mempraktikkan kemahiran ilmu berkaitan dengan Radio Amatur dan kemahiran insaniah dalam kumpulan iaitu seperti kemahiran komunikasi, kepimpinan, kerja berpasukan dan tanggungjawab sosial. Terdapat juga beberapa aktiviti yang dicadangkan boleh dijadikan sebagai elemen penilaian kepada prestasi pencapaian para pelajar.



Rajah 1: Carta alir fasa utama cadangan cara pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku Panduan Mengelola Aktiviti Kokurikulum Radio Amatur.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

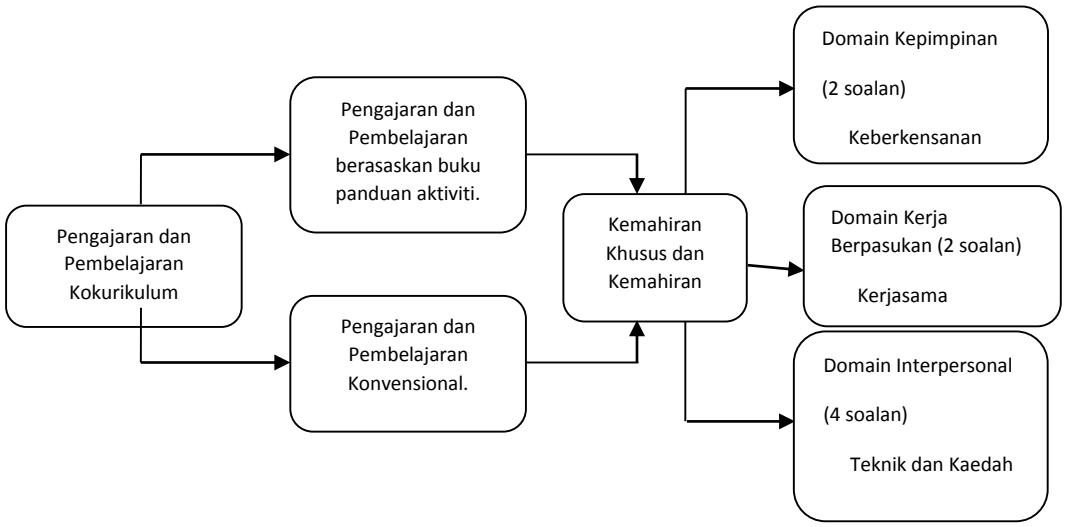
Kajian keberkesanan pengunaan buku panduan berasaskan aktiviti terhadap pengajaran dan pembelajaran kokurikulum Radio Amatur di Politeknik Merlimau Melaka ini merupakan kajian tinjauan dengan penggunaan soal selidik sebagai instrumen kajian. Populasi kajian ini terdiri daripada ke semua 83 orang pelajar semester 1 dari Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka yang mengambil kursus yang berasaskan kokurikulum Radio Amatur iaitu MPU24021 Kelab (Radio Amatur). Saiz sampel bagi kajian ini ditetapkan berdasarkan jadual Krejcie dan Morgan (1970), di mana jika populasi (N) seramai 83 orang, anggaran saiz sampel (S) adalah 68 orang. Maklumat-maklumat yang diperolehi daripada borang soal selidik diproses dan di analisis menggunakan perisian PSPP (Program For Statistical Analysis Of Sampled Data). PSPP atau program analisis statistik bagi data sampel merupakan perisian yang dipelopori oleh Ben Pfaff yang disediakan secara percuma penggunaannya dan mempunyai persamaan dan keserasian dengan bahasa perisian SPSS atau Statistical Package For The Social Science (Tomas S., 2019).

Dalam kajian ini, penyelidikan berbentuk quasi ekperimen telah dijalankan dengan membahagikan sampel kepada dua kumpulan dalam kelas pengajaran yang berlainan iaitu kumpulan yang menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti dan kumpulan yang menggunakan kaedah konvensional iaitu tanpa buku panduan berasaskan aktiviti. Penyelidikan quasi ekperimen atau separa

eksperimen merupakan suatu kajian yang melibatkan manipulasi pemboleh ubah bebas tanpa penugasan rawak kepada responden terhadap syarat-syarat tertentu seperti kajian yang melibatkan rekabentuk ujian kumpulan yang tidak sepadan, rekabentuk ujian sebelum-selepas dan rekabentuk ujian berasaskan masa yang berbeza (Lewis-Beck et al., 2003). Manakala dalam pembangunan set soal selidik, pembolehubah-pembolehubah kajian dipilih dengan merujuk kepada silibus pembelajaran kursus MPU24021 Kelab (Radio Amatur) di Politeknik Malaysia, buku Panduan Penilaian Kerja Kursus Bagi Program Pengajian Diploma, Jabatan Kejuruteraan Elektrik (Jabatan Pendidikan Politeknik, 2015), dan buku Rubrik PNGK Bersepadu: Panduan Pentaksiran Hasil Pembelajaran (Maszalida et al., 2016) yang keseluruhannya boleh dirangkumkan dalam Jadual 1.

Jadual 1: Ringkasan bagi butiran keperluan pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum bagi kelab dan persatuan di Politeknik Malaysia.

Hasil Pembelajaran Kursus	Domain pembelajaran	Kluster pembelajaran	Kaedah Pengajaran
CLO1 Mempamerkan kemahiran khusus bagi kursus berkaitan.	Psikomotor 2 (P2): Kesediaan. Kesediaan untuk bertindak. Ia merangkumi set fizikal, emosi dan mental.	CLS 4: Kemahiran Interpersonal	Pembelajaran Kolaboratif dan Simulasi
CLO2 Menunjukkan kepimpinan dan kerja berpasukan berdasarkan penguasaan kemahiran dan amalan positif.	Afektif 3 (A3): Menilai. Tunjukkan tingkah laku yang konsisten dengan satu kepercayaan atau sikap dalam situasi di mana seseorang tidak dipaksa atau diminta untuk mematuhi.	CLS 3d: Kepimpinan, Autonomi & Tanggungjawab	Aktiviti Dalam dan Luar Kuliah



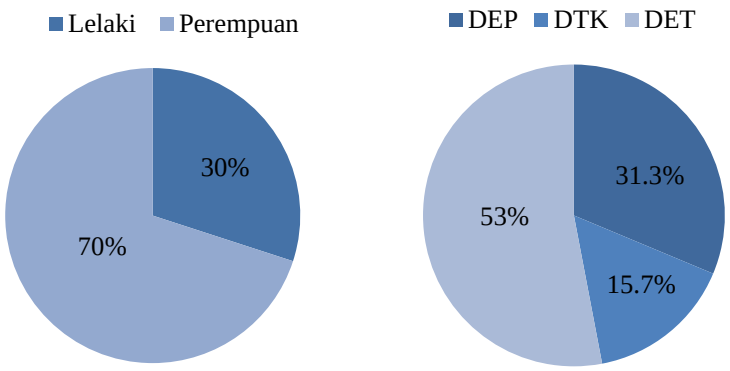
Rajah 2: Pembentukan dan pembinaan item soal selidik

Terdapat 8 soalan tinjauan yang dibangunkan yang berasaskan kepada rubrik pentaksiran kemahiran khusus dan kemahiran insaniah bagi pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum kelab dan persatuan. Kemahiran khusus adalah merujuk kepada kemahiran yang berkaitan dengan hal elwal kelab dan persatuan pilihan. Ianya merangkumi pengenalan dan latar belakang berkaitan dengan kelab berkenaan serta perkara asas yang perlu diketahui bagi memperolehi kemahiran utama dalam kelab berkenaan. Manakala kemahiran insaniah adalah merujuk kepada penguasaan kemahiran komunikasi, kemahiran kepimpinanm kemahiran kerja berpasukan, pemikiran kritis dan penyelesaian masalah. Selain itu, dalam kemahiran insaniah juga melibatkan kemahiran tanggungjawab sosial serta kemahiran perancangan dan pengelolaaan aktiviti melalui penghasilan kertas kerja, mesyuarat, penyelesaian masalah atau konflik semasa pelaksanaan aktiviti dan menjalankan kajian dan laporan pasca aktiviti.

Kemahiran khusus dan kemahiran insaniah ini kemudiannya dibahagikan kepada 3 domain utama dalam pengajaran dan pembelajaran iaitu domain kepimpinan, domain kerja berpasukan dan domain interpersonal yang membentuk kepada 8 item soal selidik. Butiran lanjut berkaitan dengan pembentukan dan pembinaan set soal selidik digambarkan dalam Rajah 2.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Dalam kajian yang dilakukan, seramai 83 orang responden yang mengambil bahagian yang dibahagikan kepada 2 sampel utama berdasarkan dua kelas kursus kokurikulum yang sama. Dapatan demografik menunjukkan 70% sampel adalah terdiri daripada jantina lelaki iaitu 58 orang manakala 30% sampel adalah terdiri daripada jantina perempuan iaitu seramai 25 orang. Ke semua sampel ini adalah terdiri daripada pelajar dari Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka yang dibahagikan kepada 3 program pengajian iaitu Diploma Kejuruteraan Elektrik atau DET, Diploma Kejuruteraan Elektronik (Komputer) atau DTK dan Diploma Kejuruteraan Elektronik (Komunikasi) atau DEP di mana ketiga-tiga program pengajian ini merupakan program yang ditawarkan di Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka. Dalam Rajah 3, dapatan menunjukkan sebanyak 53% respondan adalah terdiri daripada pelajar dari program pengajian DET iaitu seramai 44 orang diikuti dengan 31.3% respondan adalah terdiri daripada pelajar dari program pengajian DEP iaitu seramai 26 orang dan 15.7% respondan adalah terdiri daripada pelajar dari program pengajian DTK iaitu seramai 13 orang. Ini menunjukkan pelajar dari program pengajian DET terutamanya dari jantina lelaki adalah lebih menggemari kursus kokurikulum Radio Amatur berbanding program-program lain yang ditawarkan di Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau Melaka.



Rajah 3: Pecahan peratusan respondan dalam kajian tinjauan.

Merujuk kepada Jadual 2, Jadual 3 dan Jadual 4, dapatan keseluruhan kajian menunjukkan bahawa skor min bagi pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran yang menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti adalah sederhana tinggi dan tinggi iaitu dari 3.98 hingga 4.32 berbanding dengan skor min bagi pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran berasaskan kaedah konvensional adalah hanya sederhana tinggi iaitu dari 3.31 hingga 3.67. Dapatan ini secara tidak langsung menunjukkan bahawa pengunaan buku panduan berasaskan aktiviti berjaya membantu tenaga pengajar dan para pelajar dalam meningkatkan keberkesanan pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum Radio Amatur. Terdapat tiga sub-domain penilaian yang menunjukkan peningkatan peratusan yang paling tinggi iaitu sub-domain bagi bimbingan iaitu sebanyak 16.8%, diikuti dengan sub-domain bagi keberkesanan kepimpinan iaitu sebanyak 15.4% dan sub-domain praktikal iaitu sebanyak 14%. Ketiga-tiga sub-domain penilaian ini merujuk kepada kemahiran utama bagi kemahiran khusus dalam bidang Radio Amatur dan kemahiran insaniah yang diperlukan dalam pengajaran dan pembelajaran kokurikulum bagi kelab dan persatuan. Nilai keseluruhan sisihan piawai bagi kedua-dua set data pada Jadual 3 dan Jadual 4 adalah rendah iaitu menunjukkan nilainya cenderung mendekati min atau purata yang merujuk kepada nilai yang diharapkan dari set-set item yang dibina.

Jadual 2: Skala Likert tahap domain pembelajaran bagi kemahiran khusus dan kemahiran insaniah para pelajar (Albaum, G., 1997).

Bil	Julat Min	Butiran
1.	0 – 1.00	Rendah
2.	1.01 – 2.00	Sederhana Rendah
3.	2.01 – 3.00	Sederhana
4.	3.01 – 4.00	Sederhana Tinggi
5.	4.01 – 5.00	Tinggi

Jadual 3: Min dan Sisihan Piawai bagi keberkesanan pengajaran dan pembelajaran tanpa pengggunaan buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum Radio Amatur.

Bil.	Domain Pembelajaran	Kemahiran	Min	Sisihan Piawai	Tahap
C1.	Kepimpinan	Keberkesanan Kepimpinan	3.45	0.77	Sederhana Tinggi
C2.	Kepimpinan	Bimbingan	3.33	0.75	Sederhana Tinggi
C3.	Kerja Berpasukan	Kerjasama	3.48	0.77	Sederhana Tinggi
C4.	Kerja Berpasukan	Kesungguhan	3.52	0.86	Sederhana Tinggi
C5.	Interpersonal	Teknik dan Kaedah	3.67	0.90	Sederhana Tinggi
C6.	Interpersonal	Praktikal	3.62	0.82	Sederhana Tinggi
C7.	Interpersonal	Kemahiran Berfikir	3.55	0.83	Sederhana Tinggi
C8.	Interpersonal	Daya Usaha	3.31	0.78	Sederhana Tinggi

Jadual 4: Min dan Sisihan Piawai bagi keberkesanan pengajaran dan pembelajaran mengggunakan buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum Radio Amatur.

Bil.	Domain Pembelajaran	Kemahiran	Min	Sisihan Piawai	Tahap
B1.	Kepimpinan	Keberkesanan Kepimpinan	4.22	0.72	Tinggi
B2.	Kepimpinan	Bimbingan	4.17	0.67	Tinggi
B3.	Kerja Berpasukan	Kerjasama	3.98	0.72	Sederhana Tinggi
B4.	Kerja Berpasukan	Kesungguhan	4.12	0.78	Tinggi
B5.	Interpersonal	Teknik dan Kaedah	4.24	0.77	Tinggi
B6.	Interpersonal	Praktikal	4.32	0.79	Tinggi
B7.	Interpersonal	Kemahiran Berfikir	4.17	0.80	Tinggi
B8.	Interpersonal	Daya Usaha	4.00	0.77	Tinggi

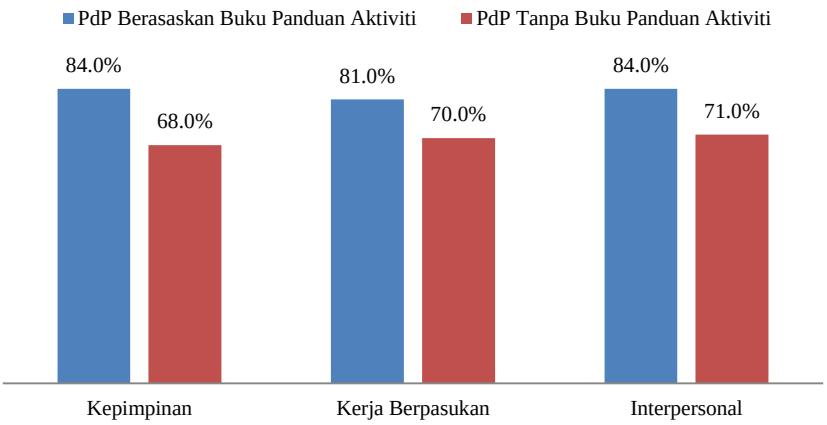
Manakala merujuk kepada dapatan kajian dalam Jadual 3 dan Jadual 4, sebanyak 8 kemahiran dinilai iaitu kemahiran keberkesanan kepimpinan, bimbingan, kerjasama, kesungguhan, teknik dan kaedah, praktikal, kemahiran berfikir dan daya usaha yang bina berasaskan soalan soal selidik yang refleksi kepada domain-domain pembelajaran iaitu kepimpinan, kerja berpasukan dan interpersonal. Bagi kaedah pengajaran dan pembelajaran konvensional iaitu dalam Jadual 3, tahap keberkesanannya adalah sederhana tinggi. Ini disebabkan pengajaran yang dilaksanakan adalah menggunakan kertas edaran yang mengandungi arahan aktiviti dengan bantuan papan putih bagi penerangan dan penjelasan bagi setiap aktiviti dan pengetahuan yang ingin disampaikan. Manakala bagi kaedah pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku panduan aktiviti dalam Jadual 4, tahap tahap keberkesanannya adalah tinggi kecuali bagi kemahiran kerjasama dalam domain kerja berpasukan yang memberikan dapatan sederhana tinggi. Secara keseluruhannya ke semua sub-domain penilaian kecuali sub-domain penilaian bagi kerjasama berjaya diperbaiki daripada skala sederhana tinggi ke skala tinggi. Ini menunjukkan bahawa pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum bagi kursus Radio Amatur mampu meningkatkan keberkesanan kemahiran khusus dan kemahiran insaniah pada pelajar. Ianya turut menyokong kajian-kajian terdahulu yang dilakukan oleh Dishon, D. dan O'leary, P. W. (1984) dan kajian yang dilakukan oleh Bonney, K. M. (2015).

Dapatan lain dalam Rajah 4 dan Jadual 5 menunjukkan keseluruhan peningkatan peratusan bagi kaedah pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti berbanding kaedah konvensional tanpa penggunaan buku panduan berasaskan aktiviti untuk domain kemahiran kepimpinan iaitu sebanyak 16% iaitu sederhana berkesan. Manakala bagi domain kemahiran kerja

berpasukan terdapat peningkatan keberkesanan sebanyak 11% iaitu sederhana berkesan dan terakhir bagi domain kemahiran interpersonal terdapat peningkatan sebanyak 13% iaitu sederhana berkesan. Ianya membuktikan bahawa kaedah pengajaran dan pembelajaran menggunakan buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum bagi kursus Radio Amatur mampu meningkatkan kemahiran khusus dan kemahiran insaniah para pelajar di Politeknik Merlimau, Melaka. Faktor yang mendorong kepada hasil sederhana berkesan ialah disebabkan kaedah pengajaran dan pembelajaran secara konvensional adalah secara puratanya adalah sederhana tinggi bagi ke semua domain pembelajaran yang diukur. Ianya menunjukkan penguasaan pengetahuan dan penyampaian pengajaran dan pembelajaran yang baik oleh tenaga pengajar semasa sesi pengajaran dan pembelajaran. Nilai keseluruhan Alpha Cronbach set soal selidik bagi kajian yang melibatkan penggunaan buku panduan berasaskan aktiviti adalah 0.62 manakala nilai Alpha Cronbach set soal selidik bagi kajian yang melibatkan kaedah konvensional adalah 0.83 di mana kedua-duanya mempunyai nilai kebolehpercayaan yang tinggi.

Jadual 5: Skala tahap keberkesanan penggunaan buku panduan berasaskan aktiviti.

Bil	Julat Peratusan	Tahap
1.	1% – 34%	Sederhana Berkesan
2.	34% – 67%	Berkesan
3.	67% – 100%	Amat Berkesan



Rajah 4: Perbandingan peratusan diantara keberkesanan pengunaan bagi buku panduan berasaskan aktiviti kokurikulum dengan pendekatan pengajaran dan pembelajaran konvensional.

6.0 KESIMPULAN

Kajian ini merupakan kajian tinjauan keberkesanan penggunaan buku panduan berasaskan aktiviti terhadapa pengajaran dan pembelajaran kokurikulum Radio Amatur di Politeknik Merlimau, Melaka. Sebuah buku bertajuk Panduan Mengeloka Aktiviti Kokurikulum Radio Amatur telah dibangunkan bagi tujuan pengajaran dan pembelajaran bagi kursus kokurikulum kelab dan persatuan iaitu MPU24021 Kelab (Radio Amatur) telah berjaya dijalankan ke atas para pelajar diploma semester 1 dari Jabatan Kejuruteraan Elektrik, Politeknik Merlimau, Melaka yang mengambil kursus berkenaan. Terdapat tiga kemahiran penting yang diukur sebagai pemboleh-ubah utama kajian iaitu kemahiran kepimpinan, kemahiran kerja berpasukan dan kemahiran interpersonal yang merujuk kemahiran khusus dan kemahiran insaniah dalam silibus pembelajaran di Politeknik dan berdasarkan pentaksiran penilaian afektif dan psikomotor yang disarankan oleh Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia. Matlamat utama kajian yang dijalankan ialah bagi memberi pilihan alternatif yang terbaik kepada para pengajar semasa pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran kursus kokurikulum berkaitan dengan Radio Amatur selain pendekatan pengajaran dan pembelajaran konvensional.

Hasil daripada kajian menunjukkan bahawa buku panduan pengelolaan aktiviti kokurikulum Radio Amatur dapat membantu meningkatkan 16% kemahiran kepimpinan, 11% kemahiran kerja berpasukan dan 13% kemahiran interpersonal para pelajar berbanding pengajaran tanpa penggunaan buku panduan

aktiviti dan seterusnya membantu meningkat kemahiran khusus dan kemahiran insaniah para pelajar. Kajian ini juga dapat menyokong beberapa kajian terdahulu yang menggunakan buku panduan serta buku teks dalam meningkatkan pencapaian pelajar dalam aspek kemahiran dan pengetahuan yang berkaitan. Pendekatan yang serupa boleh dilaksanakan bagi kursus kokurikulum lain yang berasaskan kelab dan persatuan. Bagi tujuan penambahbaikan, pengajaran dan pembelajaran secara online dan penditigalan buku boleh dihasilkan berasaskan buku panduan aktiviti ini dan kajian-kajian yang serupa dapat diteruskan dengan penambahan kepada beberapa instrumen kemahiran-kemahiran lain seperti kemahiran komunikasi dan kemahiran sosial. Dalam aspek penghasilan buku panduan berasaskan aktiviti pula, penambahan kepelbagaian aktiviti-aktiviti dalam buku panduan juga perlu dilaksanakan bagi memberi pilihan kepada para pengajar dalam penyampaian pengajaran dan pembelajaran bagi tujuan meningkatkan lagi kemahiran khusus dan kemahiran insaniah para pelajar dalam membentuk graduan yang berbakat, berkemahiran dan berilmu serta bersedia menghadapi cabaran dalam abad ke-21 selaras dengan matlamat politeknik untuk menjana modal insan yang berketerampilan bagi memenuhi keperluan tenaga kerja global. Kajian ini juga secara tidak langsung dapat membantu pihak Kementerian Pengajian Tinggi Malaysia dalam membantu perkembangan seseorang pelajar dengan sepenuhnya dari segi jasmani, rohani, mental dan emosi serta untuk menanam dan mempertingkatkan nilai moral yang diingini sejajar dengan matlamat Falsafah Pendidikan Negara (FPN).

RUJUKAN

Akta Pendidikan (1996). *Akta 550 & Peraturan-Peraturan Terpilih*. Kementerian Pendidikan Malaysia.

Albaum, G. (1997). *The Likert Scale Revisited*. Market Research Society. Journal., 39(2), 1-21.

Basiron, I. (2012). *Kesan Kaedah Pengajaran Multimedia Interaktif Dalam Pengajaran Seni Visual*. Doctoral Dissertation, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Bonney, K. M. (2015). *Case Study Teaching Method Improves Student Performance and Perceptions of Learning Gains*. Journal of Microbiology & Biology Education, 16(1), 21.

Bulian, J. L. J. M., & Jambi, M. (2018). *An Identification of Physics Pre-Service Teachers' Science Process Skills Through Science Process Skills-Based Practicum Guidebook*. Jurnal Ilmiah Pendidikan Fisika Al-Biruni, 7(2), 239-245.

Dishon, D., & O'leary, P. W. (1984). *A Guidebook for Cooperative Learning: A Technique for Creating More Effective Schools*. Publication Sales, Learning Publications, Inc., P.O Box 1326, Holmes Beach, FL 33509.

Fadzil, N. S. H., & Ahmad, J. (2010). *Kepentingan Kokurikulum Dalam Pendidikan Di Sekolah Menengah*. Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education.

Ghafar, M. N. A. (2000). *Penyelidikan Pendidikan*. Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.

Halid, H. (2006). *Pengurusan Pengajaran dan Pembelajaran Serta Kokurikulum: Satu Kajian di Sekolah Menengah Kebangsaan Abdul Jalil (SMKAJ), Hulu Langat, Selangor*. Doctoral Dissertation, Universiti Teknologi Malaysia.

Harper, D. (2021). *Curriculum: Online Etymology Dictionary*. Retrieved from https://www.etymonline.com/word/curriculum#etymonline_v_489.

Hussin, N. (2019). *Persepsi Pelajar Politeknik Port Dickson Terhadap Kursus Fotografi (MPU24021/DRK3052)*. Journal on Technical and Vocational Education, 4(3), 170-176.

Jabatan Pendidikan Politeknik (2015). *Panduan Penilaian Kerja Kursus Bagi Program Pengajian Diploma, Jabatan Kejuruteraan Elektrik*. Jabatan Pendidikan Politeknik. Kementerian Pendidikan Malaysia.

Krejie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). *Determining Sample Size For Research Activities*. Educational and Psychological Measurement, 30 (3), 607-610.

Lewis-Beck, M., Bryman, A. E., & Liao, T. F. (2003). *The Sage Encyclopedia of Social Science Research Methods*, Sage Publications.

Maszalida, Hariz, Fuad, Shahrir, Mazli, Rusllim, Adzhar, Jaafar, Mardhiah, Azni, Mashitoh, Suria, Amiza, Mariam, Maizura. (2016). *Rubrik PNGK Bersepadu: Panduan Pentaksiran Hasil Pembelajaran*. Kementerian Pengajian Tinggi, Putrajaya Malaysia.

Nor Azah Azman. (2007). *Peranan Pengetua Sebagai Pengurus Ko-kurikulum di Sekolah Menengah Daerah Mersing*. Disretasi Sarjana Pengurusan dan Pentadbiran. Fakulti Pendidikan. Universiti Teknologi Malaysia.

Razak, N. R. (2008). *Penerapan Kemahiran Insaniah Melalui Pembelajaran Koperatif Dalam Mata Pelajaran Pengurusan Kokurikulum Di Fakulti Pendidikan Teknikal*. Doctoral Dissertation, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Stanciu, M. (2017). *The Labyrinth of The Curriculum Concept*. Agronomy Series of Scientific Research/Lucrari Stiintifice Seria Agronomie, 60(1).

Syed Najmuddin, S. H., Asiah, M. P., & Aziz, Y. (2011). *Keberkesanan Kursus Kokurikulum Berkredit Dalam Memperkasakan Kemahiran Insaniah Dalam Kalangan Pelajar Institusi Pengajian Tinggi Awam*. Universiti Teknikal Malaysia Melaka.

Yusak, Y. B. M., Abdul Rahim, A. I., & Ramli, A. R. B. (2019). *Transformasi Kokurikulum Berkredit Politeknik Malaysia*. Journal on Technical and Vocational Education, 4(3), 116-128.

Motif Penglibatan Sukarelawan dalam Perkampungan Menara Gading Johor 2020

Nordin Zakariah

Politeknik Ibrahim Sultan

ABSTRAK

Kesukarelawanan merupakan satu terma global yang semakin mendapat perhatian kerana ia mampu memotivasikan penyertaan masyarakat dalam kerja-kerja amal yang membawa faedah kepada orang awam. Oleh itu, kajian ini bertujuan untuk mengkaji motif penglibatan sukarelawan dalam Perkampungan Menara Gading Johor 2020 (PMG Johor 2020). Seramai 30 responden terdiri daripada sukarelawan yang terlibat dalam penganjuran PMG Johor 2020 dalam kalangan pelajar Politeknik Ibrahim Sultan dipilih melalui kaedah pensampelan bertujuan. Kajian berbentuk tinjauan melalui pendekatan kuantitatif telah digunakan. *Volunteer Functions Inventory (VFI)* yang dibentuk oleh Clary et al. telah diubah suai untuk digunakan dalam mengukur motif penglibatan sukarelawan terhadap aktiviti kesukarelawan. Faktor motif penglibatan yang dikaji terhadap aktiviti kesukarelawan ini merujuk kepada enam dimensi iaitu nilai, pemahaman, peningkatan, kerjaya, sosial dan perlindungan. Hasil kajian menunjukkan motif utama penglibatan sukarelawan dalam aktiviti sukarelawan adalah motif pemahaman, diikuti oleh motif peningkatan dan motif nilai. Hasil kajian ini dapat memberi panduan terhadap keperluan pihak berkepentingan memahami motif penglibatan sukarelawan terhadap aktiviti kesukarelawan.

Kata Kunci: Sukarelawan, Motif penglibatan, *Volunteer Functions Inventory (VFI)*

1.0 PENGENALAN

Lonjakan 1 Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) yang diperkenalkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia ialah graduan holistik, berciri keusahawanan dan seimbang. Lonjakan ini mempunyai matlamat untuk melahirkan graduan yang mempunyai ilmu, akhlak, tingkah laku, set minda dan beradab untuk menjadi insan yang mulia. Sehubungan dengan itu, salah satu cara untuk mencapai matlamat lonjakan ini ialah dengan melibatkan pelajar-pelajar dalam program sukarelawan. Individu yang melibatkan diri dengan aktiviti kesukarelawan mempunyai sikap prihatin terhadap golongan yang memerlukan bantuan (Clary et al., 1996).

Kesukarelawan boleh didefinisikan sebagai melakukan sesuatu aktiviti atau kerja yang tidak berbayar upah dengan sokongan dan bantuan organisasi (Finkelstein dan Brannick, 2007). Manakala Ibrahim, Amin dan Sivabalan (2015) menyatakan bahawa sukarelawan merupakan segala bentuk aktiviti yang dilakukan bertujuan untuk membantu orang lain serta tidak berasaskan kepada keuntungan, ganjaran dan faedah. Sukarelawan sangat penting kerana mereka memikul tanggungjawab sosial yang memberi impak positif kepada kebajikan dan pembangunan masyarakat (Bang and Ross, 2009).

Aktiviti kemasyarakatan tidak dinafikan semakin mendapat perhatian orang ramai pada masa kini. Ia juga menjadi satu perkara yang sangat signifikan kepada institusi pengajian tinggi. Aktiviti kesukarelawan boleh menjadi platform utama dalam merapatkan jurang antara warga institusi pengajian tinggi dengan masyarakat.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Bukanlah satu usaha yang baru untuk menerapkan semangat kesukarelawan dalam kalangan belia di Malaysia. Ini dapat dilihat perkara "kesukarelawan" adalah salah satu tujuan dalam pembentukan Dasar Belia Negara dalam tahun 1970-an. Justeru terdapat banyak agensi memainkan peranan untuk menarik penyertaan belia dalam program kesukarelawan. Misalnya *1Malasia for Youth* (1M4U), Yayasan Sukarelawan Siswa (YSS), Yayasan Sukarelawan Siswa Politeknik (YES) adalah contoh usaha untuk menerapkan semangat kesukarelawan seterusnya melahirkan golongan sukarelawan yang berkualiti.

Cabaran yang paling besar dalam menganjurkan program-program kesukarelawan adalah komitmen dan penghayatan sukarelawan. Sukarelawan haruslah mempunyai komitmen yang tinggi, kekuatan tenaga, fizikal dan rohani. Ada dikalangan sukarelawan hanya bersemangat di awal aktiviti seperti hangat-hangat tahi ayam. Situasi begini akan menyebabkan kegagalan sesuatu program kesukarelawan.

Kajian terhadap sukarelawan oleh Sharififar, Jamalian, Nikbakhsh dan Ramezani (2017) menyatakan bahawa faktor motivasi merupakan salah satu elemen penting dalam memupuk minat serta dedikasi sukarelawan. Justeru, kajian terhadap faktor motivasi penting dalam pengurusan program sukarelawan bagi melahirkan individu yang melakukan sesuatu dengan kemahuan sendiri, niat yang ikhlas, tidak dipaksa atau dikerah dan tidak mengharapkan sebarang balasan untuk diri sendiri.

Dalam menentukan pengambilan, pembahagian tugas, latihan dan sebagainya, motif menjadi satu perkara yang sangat penting untuk mengatur strategi (Chacon et al., 2011). Oleh itu, jelaslah bahawa tahap penglibatan diri dalam kerja sukarela amat dipengaruhi oleh tahap motivasi diri yang tinggi dalam kesukarelawanan. Motivasi dalaman yang boleh membangkitkan, mengarah dan bertingkah laku secara berterusan mampu mendorong mereka untuk terus melakukan perkara yang cuba dilakukan oleh mereka

Tambahan pula, pelajar-pelajar di Politeknik Ibrahim Sultan sering melakukan aktiviti-aktiviti kemasyarakatan untuk mendokong semangat kesukarelawan dalam diri mereka. Ia selari dengan Plan Pembangungan Pendidikan Tinggi Malaysia (PPPTM 2015-2025) untuk melahirkan graduan holistik. Perkampungan Menara Gading Johor 2020 adalah program kesukarelawan yang dianjurkan Politeknik Ibrahim Sultan dan melibatkan ramai sukarelawan bagi menjayakannya. Justeru itu, maka lahirlah idea untuk melihat motif penglibatan sukarelawan dalam Perkampungan Menara Gading Johor 2020.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Tujuan utama kajian ini adalah untuk:

i. Menyelidik motif penglibatan sukarelawan dalam aktiviti kesukarelawanan.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Lambert (2012) menjelaskan bahawa metodologi kajian merupakan kaedah dan prosedur yang digunakan untuk menjalankan topik kajian dan mendapatkan jawapan bagi persoalan kajian. Bagi mencapai objektif yang telah dinyatakan, pemilihan kaedah kajian adalah sangat penting. Data merupakan informasi yang dikumpul daripada sampel kajian penyelidik. Lambert (2012) juga menjelaskan proses pengumpulan data akan dijalankan dengan menggunakan instrumen bagi mengumpul semua informasi yang diperlukan dalam kajian. Oleh itu, instrumen mengenai motif penglibatan sukarelawan dalam PMG Johor 2020 merupakan instrumen soal selidik yang telah diadaptasi dari Clary et al (1999). Instrumen soal selidik diedarkan secara atas talian dengan menggunakan aplikasi Google Form.

4.1 Populasi dan Sampel Kajian

Populasi ialah sekumpulan individu yang mempunyai ciri yang sama. Mohd. Najib (2003) menjelaskan bahawa populasi menentukan sejauh mana dan sebanyak mana data dan maklumat harus dikumpul dan

dianalisis. Populasi dalam kajian ini merujuk kepada sukarelawan Politeknik Ibrahim Sultan yang terlibat dalam Program Perkampungan Menara Gading seramai 43 orang. Ukuran sampel memainkan peranan yang penting dalam menentukan kejayaan kajian untuk mendapat keputusan yang tepat dan signifikan. Roscoe (1975) dalam 'rule of thumb' menyatakan ukuran sampel lebih besar dari 30 dan lebih kecil dari 500 sesuai untuk kebanyak kajian. Oleh itu, bagi tujuan kajian ini, seramai 30 orang sukarelawan Perkampungan Menara Gading Johor 2020 (PMG Johor 2020) telah dijadikan sampel. Kaedah pensampelan bertujuan (purposive sampling) dipilih kerana kaedah pensampelan ini daripada sekumpulan subjek yang mempunyai sifat atau ciri-ciri yang dikongsi. Maka, responden yang dipilih terdiri daripada sukarelawan Perkampungan Menara Gading Johor 2020 (PMG Johor 2020) dari Politeknik Ibrahim Sultan.

4.2 Pengumpulan data

Dalam kajian ini borang soal selidik digunakan sebagai alat pengukuran dalam pengumpulan maklumat. Pengkaji telah menggunakan instrumen soal selidik *Volunteer Functions Inventory (VFI)* yang dibentuk oleh Clary et. Al. (1999) dan telah diubah suai mengikut kesesuaian kajian iaitu mengenal pasti motif penglibatan sukarelawan (Jadual 1). Penilaian responden adalah berdasarkan skala Likert. *Volunteer Functions Inventory (VFI)* mengandungi 30 item yang merujuk kepada 6 motif kefungsian iaitu motif iaitu nilai, pemahaman, peningkatan, kerjaya, sosial dan perlindungan.

Jadual 1: Fungsi kesukarelawan dalam *Volunteer Functions Inventory (VFI)*

No. soalan	Motif	Definisi/konsep	Soalan
3,8,16,19,22	Nilai	Individu menjadi sukarelawan bertujuan untuk meluahkan atau bertindak terhadap nilai-nilai murni dan kemanusiaan.	Saya prihatin terhadap mereka yang kurang bernasib baik.
12,14,18,25,30	Pemahaman	Individu ingin mengetahui lebih mendalam berkaitan pengetahuan, kemahiran dan keupayaan yang sering digunakan.	Sukarelawan membolehkan saya belajar secara praktikal.
5,13,26,27,29	Peningkatan	Pembangunan serta peningkatan psikologi seseorang diperolehi melalui kesukarelawan.	Sukarelawan meningkatkan keyakinan diri saya.
1,10,15,21,28	Kerjaya	Individu mempunyai matlamat meningkatkan prospek kerjaya dengan pengalaman yang dilalui dalam aktiviti kesukarelawan.	Sukarelawan dapat membantu saya untuk bekerja di tempat kerja yang saya minati.
2,4,6,17,23	Sosial	Aktiviti kesukarelawan membantu individu memperkukuhkan hubungan sosial mereka.	Orang yang rapat dengan saya ingin saya menjadi sukarelawan.
7,9,11,20,24	Perlindungan	Melalui aktiviti kesukarelawan individu dapat mengurangkan perasaan negatif dan mengatasi masalah peribadi.	Saya dapat mengurangkan rasa sunyi jika menyertai aktiviti sukarelawan.

Sumber: Clary and Snyder (1999)

Data yang diperolehi dianalisis menggunakan ujian deskriptif. Skor yang dinyatakn oleh responden bagi setiap item merujuk skala Likert lima mata iaitu 5 mewakili Amat Sangat Bersetuju, 4 mewakili Sangat Setuju, 3 mewakili Setuju, 2 mewakili Tidak Setuju dan 1 mewakili Amat Tidak Bersetuju. Soal selidik mengandungi dua bahagian iaitu Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A untuk mendapatkan maklumat ciri-ciri demografi responden. Bahagian B mengandungi 30 item bertujuan untuk mengkaji tahap motif sukarelawan dalam aktiviti kesukarelawanan. Dapatan kajian ini menggunakan jadual interpretasi skor Nunnally, J.C. and Bernstein, I. H. (1994) berdasarkan skala seperti yang ditunjukkan dalam jadual 2.

Jadual 2: Interpretasi Skor min

Selang Skala	Min Intepretasi
1.00 - 2.00	Rendah
2.01 - 3.00	Sederhana Rendah
3.01 - 4.00	Sederhana Tinggi
4.01 – 5.00	Tinggi

Sumber: Nunnally, J.C. and Bernstein, I.H. (1994)

4.3 Kesahan dan Kebolehpercayaan

Menurut Azizi et al. 2006, kesahan dan kebolehpercayaan memainkan peranan penting dalam kaedah pengumpulan data mahupun pengukuran. Item soal selidik yang digunakan telah diubah suai mengikut kesesuaian kajian telah diakui sah. Item soal selidik ini telah disemak oleh 2 orang pensyarah Politeknik Ibrahim Sultan (PIS) yang arif dalam bidang berkenaan. Seterusnya, penyelidik menjalankan kajian rintis di Politeknik Ibrahim Sultan dengan jumlah responden sebanyak 10 orang pelajar. Data tersebut diuji menggunakan nilai alfa cronbach (α) bagi menentukan kebolehpercayaan data. Dalam konteks kajian ini, nilai alfa cronbach yang dipilih sebagai nilai penerimaan ialah melebihi nilai 0.8 iaitu kategori baik (Cronbach, 1951).

Jadual 3: Nilai Alfa Cronbach dan Konsistensi Dalaman

Nilai Alfa Cronbach (α)	Konsistensi Dalaman
$\alpha \geq 0.9$	Sangat baik
$0.8 \leq \alpha < 0.9$	Baik
$0.7 \leq \alpha < 0.8$	Diterima
$0.6 \leq \alpha < 0.7$	Diragui
$\alpha < 0.6$	Rendah

Sumber: Cronbach (1951)

Jadual 4: Nilai Kebolehpercayaan Kajian Rintis Item Bagi Keseluruhan Konstruk Instrumen

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	10	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	10	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.967	30

Jadual 4 menunjukkan nilai kebolehpercayaan kajian rintis bagi keseluruhan konstruk intrumen dimana kebolehpercayaan item adalah 0.967 Dapatan analisis kajian rintis menunjukkan set soal selidik ini mempunyai nilai alpha Cronbarch 0.967. Oleh itu, set soal selidik mempunyai ketekalan yang sangat baik (Jadual 3). Keputusan ini menunjukkan bahawa kebolehkepercayaan instrumen yang dibina mempunyai ketekalan dan boleh dipakai untuk tujuan kajian ini.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Hasil dapatan kajian ini terbahagi kepada taburan maklumat responden dan analisis data. Taburan maklumat responden terdiri daripada jantina dan bangsa. Selain itu, terdapat analisis data motif penglibatan sukarelawan dalam PMG 2020.

5.1 Profil Responden

Jadual 5: Maklumat Latar Belakang Responden

Pembolehubah	Jumlah (n)	Peratus (%)
Jantina		
Lelaki	13	43.3
Perempuan	17	56.7
Bangsa		
Melayu	30	100
Cina	0	0
India	0	0
Lain-lain	0	0

Merujuk jadual 5, kajian ini melibatkan sampel kajian seramai 30 orang responden yang terdiri daripada 13 responden lelaki mewakili sebanyak 43.3 peratus(%) dan 17 responden perempuan sebanyak 56.7 peratus(%). Terdapat 30 berbangsa Melayu (100%), 0 berbangsa Cina (0%), 0 berbangsa India (0%) dan 0 lain-lain (0%).

Dapatan kajian menunjukkan perempuan lebih ramai terlibat dalam aktiviti kesukarelawan. Kajian yang dijalankan oleh Ibrahim et. al. (2015) faktor jantina mempengaruhi penglibatan sukarelawan dalam aktiviti kesukarelawan. Ia juga disokong oleh dapatan kajian Smaith (2005), menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan tahap penglibatan sukarelawan mengikut jantina. Kajian yang dijalankan oleh beliau menunjukkan responden perempuan mempunyai tahap penglibatan yang lebih tinggi berbanding dengan responden lelaki. Namun begitu, berlainan dengan dapatan oleh Liao, Chang & Tsai (2012) mendapati tidak menunjukkan perbezaan yang signifikan dari segi tahap motivasi penglibatan dalam aktiviti kesukarelawan antara lelaki dan perempuan. Kajian Che Nawi & Asmuni (2013) mendapati tidak terdapat perbezaan signifikan terhadap motivasi sukarelawan terhadap sosio demografi yang berbeza.

Motif Penglibatan Sukarelawan dalam PMG 2020

Jadual 6: Analisis Deskriptif Motif Penglibatan Sukarelawan

Motif	n	Min
Nilai	30	4.28
Pemahaman	30	4.50
Peningkatan	30	4.46
Kerjaya	30	4.20
Sosial	30	3.94
Perlindungan	30	4.22

Jadual 6 menunjukkan rumusan analisis deskriptif berkaitan motif penglibatan sukarelawan. Secara keseluruhannya, responden sangat setuju dengan setiap motif yang diberikan di mana nilai min menunjukkan nilai yang menghampiri 4 sangat bersetuju. Hasil dapatan kajian menunjukkan nilai min yang tertinggi motif utama yang mendorong responden untuk terlibat sebagai sukarelawan dalam perkampungan MPG Johor 2020 ialah motif pemahaman (min=4.50) dan motif peningkatan dengan nilai min 4.46. Seterusnya, diikuti dengan motif nilai (min=4.28), motif perlindungan dengan nilai min 4.22 dan motif yang terendah ialah motif kerjaya (min=4.2) diikuti dengan motif sosial dengan nilai min 3.94.

Dapatan kajian ini menunjukkan bahawa motif utama penglibatan sukarelawan dalam PMG 2020 bermotifkan pemahaman yang menjadi motif terpenting. Hal ini disokong oleh kajian Wan. A. W. et al. (2020) yang mengatakan bahawa motif pemahaman merupakan salah satu motif terpenting yang menjadi pendorong kepada seseorang melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawanan. Menurut Yoshioka et al. (2017) motif pemahaman menjadi salah satu sumber inspirasi kepada seseorang individu untuk melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawanan di mana ia merupakan proses pembelajaran jangka panjang.

Selain itu, dapatan kajian mendapati motif peningkatan merupakan motif kedua terpenting dalam kalangan sukarelawan untuk mereka terlibat dalam aktiviti kesukarelawan. Melalui aktiviti kesukarelawan, dapat membangun dan meningkatkan psikologi seseorang. Menurut Maslow (1970), setiap organisasi yang ingin meningkatkan penglibatan sukarelawan, serta tahap kesetiaan sukarelawan yang tinggi, perlulah cakna kepada keperluan mojoriti ahli.

Seterusnya, kajian ini mendapati motif nilai menjadi motif terendah yang menjadi penggerak kepada sukarelawan dalam aktiviti kesukarelawan. Motif nilai ini menunjukkan bahawa individu menyertai aktiviti kesukarelawan untuk menzahirkan nilai-nilai murni dan kemanusiaan seperti sifat tolong-menolong dan menunjukkan rasa simpati sesama manusia.

KESIMPULAN

Tujuan utama kajian ini menyelidik motif utama penglibatan sukarelawan adalah berdasarkan teori fungsi. Teori fungsi yang terdiri daripada fungsi motivasi berdasarkan *Volunteer Function Inventory* (VFI) yang melibatkan nilai, pemahaman, sosial, peningkatan, kerjaya dan perlindungan. Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa motif utama penglibatan sukarelawan dalam PMG Johor 2020 ialah bermotifkan pemahaman yang menjadi motif terpenting diukuti dengan motif peningkatan.

Dapatan kajian ini, boleh memberi panduan kepada pihak penganjur yang menguruskan sesuatu aktiviti kesukarelawanan agar dapat meningkatkan kualiti sukarelawan yang sedia ada. Justeru itu, menjadi satu keutamaan kepada pihak penganjur untuk memahami aspek motif penglibatan sukarelawan dalam aktiviti kesukarelawan untuk meningkatkan penglibatan dan mendapatkan komitmen mereka.

RUJUKAN

Azizi Yahya, Shahrin Hashim, Jamaludin Ramli, Yusof Boon & Abdul Rahim Hamdan (2006). "Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan: Teori, Analisis & Intrepetasi Data".

Bang, H. & Ross, S. (2009). Volunteer Motivation and Satisfaction. *Journal of Venue and Event Management*; 1(1): 61-77.

Chacon, F., Perez, T., Flores, J. & Vecina, L.M. (2011). Motives for Volunteering: Categorization of Volunteers' Motivations using Open-ended Questions. *Psychology in Spain*; 15 (1): 48-56.

Clary, E.G. & Snyder, M. 1999. The motivations to volunteer: Theoretical and practical considerations. *Current Directions in Psychological Science* 8: 156-159.

Clary, E. G., Snyder, M., & Stukas (1996). Volunteers Motivations. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly* 25: 485–505.

Che Nawi, N. R., & Asmuni, A. (2013). *Motivasi sukarelawan terhadap penglibatan dalam kerja sukarela di Yayasan Salam Malaysia*. In Graduate Research in Education Seminar (GREduc 2013).

Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16, 297–334

Finkelstein, M. A., & Brannick, M. T. (2007). Applying theories of Institutional Helping to Informal Volunteering: Motives, Role Identity and Prosocial Personality. *Social Behavior and Personality*, 35, 101-114.

Ibrahim, F., Amin, A.S. & Sivabalan, T. (2015). The Involvement and Motivation of Volunteerism: Toward Nurturing the Spirit of Volunteerism among Students. *Journal of Social Sciences and Humanities*; 10(1): 84-96.

Khoo, S. & Engelhorn, R. 2011. Volunteer motivations at a National Special Olympics Event. *Adapted Physical Activity Quarterly* 28: 27-39.

Liao, L. C., Chang, H. M., & Tsai, T. S. (2012). Study of volunteers" participation motivation, work satisfaction, and perceived value in mega-sports event: Case of the 2009 World Games. *IPCSIT*, *36*, 315-318.

Maslow, A. H., (1970), *Motivation and Personality. (2nd ed.)* New York: HarperCollin

Mohamad Najib Abdul Ghafar (2003) *Reka Bentuk Tinjauan Soal Selidik Pendidikan*. Universiti Teknologi Malaysia.

Nunnally, J.C. and Bernstein, I.H. (1994) The Assessment of Reliability. Psychometric Theory, 3, 248-292.

Roscoe, J. T. (1975). *Fundamental research statistics for the behavioral sciences [by] John T. Roscoe.*

Sharififar, F., Jamalian, Z., Nikbakhsh, R., & Ramezani, Z.N. (2011). Influence of Social Factors and Motives on Commitment of Sport Events Volunteers. *World Academy of Science, Engineering and Technology*, 77, 1078-1082

Smith, T. J. (2005). Ethnic and gender differences in community service participation among working adults. *Journal of Extension, 43* (2).

Wan Asri Wan Aziz, Che Zuina Ismail, Mohd Faizul Idham Zulkifli & Azman Che Mat (2020). Motif Kesukarelawanan Remaja Muslimah di Terengganu. *Borneo Akademika;* 4(2): 1-11.

Yoshioka, C., Brown, W.A. & Ashcraft, R. 2007. A Functional Approach to Senior Volunteer and Non-volunteer Motivations. *International Journal of Volunteer Administration*, 24: 31-43.

Kajian keberkesanan penggunaan Sistem Kedai Jualan Buku Terpakai *Online* (SiJBuT) sebagai Alat Bantu Mengajar (ABM) dalam Pengajaran Subjek Keusahawanan MPU 1222

Nor Azura Samsudin[1], Mohd Shafie Rahaman[2] , Halijah Ismail[3]

[1,2,3]Kolej Komuniti Kuala Pilah

ABSTRAK

Sistem Jualan Buku Terpakai *Online* (SiJBuT) merupakan sistem transaksi dalam talian berasaskan web dengan bahasa pengaturcaraan dan pangkalan data yang menggunakan sumber terbuka iaitu *Wordpress*. Melalui sistem ini, pelajar *College Community Incubator Classroom* (CCIC) Kolej Komuniti Kuala Pilah dan sekolah menengah boleh memantau transaksi perniagaan mereka secara digital dengan lebih cekap dan cepat. Sistem yang mesra pengguna ini dibangunkan sejajar dengan minat pengguna yang cenderung membuat pembelian secara dalam talian iaitu hanya menggunakan telefon pintar atau komputer.

Fasa pertama kajian dimulakan dengan melakukan kajiselidik ke atas 86 orang pelajar sebuah sekolah menengah di daerah Jempol dan pelajar dari Kolej Komuniti Kuala Pilah. Kajiselidik dibahagi kepada kajian sebelum dan kajian selepas yang dilaksanakan melalui kaedah bertulis dan juga menggunakan *google form*. Data yang diperolehi kemudiannya di analisa dengan menggunakan Perisian *Statistical Package for Social Science* (SPSS) 22 bagi mendapatkan Sisihan Piawai (SD) bagi item penilaian. Hasil dapatan dari kajian ini seterusnya digunapakai untuk menjadikan SiJBuT sebagai Alat Bantu Mengajar (ABM) alternatif kepada kaedah pengajaran dan pembelajaran (P&P) bagi subjek perniagaan di sekolah menengah dan menyokong keperluan asas P&P dalam subjek keusahawanan di Kolej Komuniti. Kualiti P&P dapat dipertingkatkan dengan adanya penggunaan ABM. (Omar. Et,al, 2017).

Kertas penyelidikan ini cuba mengutarakan penggunaan SiJBuT yang dianggap releven untuk meningkatkan minat dan kefahaman pelajar dalam subjek perniagaan dan keusahawanan secara praktikal dan bukan hanya secara teori semata-mata. Dapatan kajian menunjukkan pelaksanaan ABM alternatif dalam aliran perniagaan di peringkat sekolah menengah dan subjek keusahawanan di peringkat Kolej Komuniti adalah signifikan dan boleh dicadangkan sebagai sebahagian daripada kaedah P&P subjek tersebut.

Kata Kunci: Keusahawanan, E-pembelajaran, Sistem *Online*, Alat Bantu Mengajar (ABM)

1.0 PENGENALAN

SiJBuT merupakan program alternatif P&P keusahawanan di luar kelas. Penggunaan sistem ini sebagai ABM alternatif dalam menyokong P&P di peringkat sekolah menengah hingga ke peringkat pengajian tinggi di perakui ramai pendidik. (Amiruddin, et.al, 2014). Bertepatan dengan saranan Kementerian Pendidikan Malaysia yang menekankan P&P berpusatkan pelajar berbanding P&P berpusatkan guru. Pelajar berperanan untuk mewujudkan suasana pembelajaran aktif kerana berpeluang merancang dan menggunakan pelbagai sumber pembelajaran hasil inisiatif sendiri.

Penggunaan teknologi di dalam ABM P&P dapat memberikan peluang kepada pelajar untuk menonjolkan kemampuan diri mereka dalam bidang keusahawanan dan perniagaan sejak di bangku sekolah lagi. Secara tidak langsung pembudayaan teknologi dalam P&P dijangka dapat menarik minat dan mampu mencungkil bakat pelajar itu sendiri secara semulajadi.

Penggunaan teknologi dalam P&P dilihat sebagai alat untuk membangkitkan minat pelajar dan memberi ruang kepada penambahbaikan kualiti pembelajaran. Bagi mengesahkan dakwaan ini, perlu

disokong melalui pembuktian secara empirikal berserta pengalaman pengguna. Objektif kajian ini ialah untuk membuktikan keberkesanan penggunaan SiJBuT sebagai ABM dalam subjek Asas Pemasaran dan subjek Keusahawanan di Kolej Komuniti Kuala Pilah adalah berkaitan dan memberi impak dalam usaha melahirkan lebih ramai usahawan yang berpotensi tinggi. Tidak hanya menjadi usahawan yang mementingkan keuntungan semata-mata tetapi menjadi usahawan versatil yang kreatif dan inovatif dalam mencipta peluang pekerjaan.

1.1 Latarbelakang Kajian

Kajian ini tercetus apabila didapati pelajar sekolah menengah tidak berminat dengan aliran perniagaan. Antara faktor yang dikenalpasti adalah sukar difahami Topik Aplikasi Teknologi Maklumat Dalam Perniagaan yang merangkumi e-Pemasaran dan e-Dagang seringkali menjadi rungutan dan keluhan para pelajar kerana tidak faham dengan konsep perniagaan secara teknikal. Hal yang demikian juga yang terjadi kepada pelajar kolej yang mengambil subjek Asas Pemasaran dan subjek Keusahawanan. Pelajar merasakan sukar untuk memahami topik Campuran Pemasaran yang merangkumi perniagaan secara *offline* dan juga perniagaan secara *online*. Bagi memenuhi keperluan pentaksiran subjek Keusahawanan, pelajar perlu melaksanakan simulasi perniagaan secara atas talian. Tambahan pula, mereka perlu menyediakan laporan dan *Business Pitching* bagi perniagaan yang dijalankan. Manakala suasana P&P yang sering berubah-ubah dan guru yang silih berganti menambahkan lagi kesukaran para pelajar.

1.2 Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk :

1.2.1 Mengesahkan keberkesanan SiJBuT sebagai medium interaktif meningkatkan kefahaman pelajar terhadap bidang perniagaan dan keusahawanan.

1.2.2 Menilai pengalaman dan reaksi pelajar terhadap penggunaan teknologi dalam subjek perniagaan dan keusahawanan.

1.2.3 Melihat persepsi minat dan kefahaman pelajar dalam mengendalikan perniagaan secara dalam talian.

1.3 Limitasi Kajian

Kajian ini dijalankan di Kolej Komuniti Kuala Pilah dan SMJK Chi Wen Bahau, faktor demografik tidak di ambil kira dalam mendapatkan responden bagi kajian ini.

2.0 KAJIAN LITERATUR

Pendidikan keusahawanan merupakan mekanisme penting bagi menyediakan pelajar ke arah ekonomi moden. (Abdul Rahim, et.al, 2020). E-pembelajaran atau *e-learning* merujuk kepada penggunaan teknologi sebagai medium utama dalam proses P&P. Dengan SiJBuT, pembelajaran berpusatkan pelajar diharapkan lebih berkesan kerana pelajar perlu lebih aktif dan kreatif dalam menggunakan pelbagai sumber pembelajaran yang ada. Pelajar boleh belajar mengikut tahap kebolehan diri mereka sendiri. Strategi pelaksanaan P&P menggunakan SiJBuT merupakan kaedah pembelajaran kendiri yang diharapkan dapat memberi impak yang lebih baik berbanding kaedah konvensional yang digunakan sekarang. Diharapkan inovasi dalam pendidikan ini mampu menarik minat pelajar dari peringkat sekolah menengah hingga ke pelajar kolej.

Penggunaan teknologi maklumat tidak terhad kepada suatu bidang tertentu semata-mata tetapi boleh di perluaskan kepada bidang-bidang lain juga termasuk perniagaan dan keusahawanan. Oleh kerana itu, penggunaan SiJBuT memberi kelebihan kepada pelajar dan guru sendiri mengakses dan

mengulang semula topik pelajaran pada bila-bila masa yang diingini. Selain itu ianya dapat mengurangkan bebanan guru dari segi masa dan tenaga yang boleh digunakan bagi tujuan lain.

Menurut Zanaton (2017) sistem pembelajaran tradisional mengundang kebosanan kepada pelajar. Guru dan pensyarah perlu bijak mengatur strategi P&P bagi menarik perhatian pelajar dengan gaya pembelajaran interaktif dalam bilik darjah. Disokong oleh (Harlina, et.al, 2017) berpendapat pembelajaran interaktif adalah interaksi dua hala dalam proses pembelajaran konvensional ataupun antara pelajar dengan sistem dalam pembelajaran berbantukan komputer (bahan media).

Kajian literasi ini merujuk kepada pengenalan kepada aplikasi SiJBuT, kelebihan aplikasi, fungsi secara umum dan fungsi secara khusus untuk P&P perniagaan dan keusahawanan, serta hasil pembelajaran yang mampu diperoleh daripada proses P&P setelah menggunakan aplikasi tersebut. Dapatan kajian awal menyokong aplikasi atas talian ini bukan sahaja lebih menarik minat para pelajar, bahkan amat bersesuaian untuk proses P&P berdasarkan fungsi yang disediakan di dalam aplikasi tersebut. Menerusi kajian ini, diharapkan dapat merancakkan lagi bidang keusahawanan di kalangan pelajar sekolah menengah dan juga pelajar Kolej Komuniti.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajiselidik melibatkan seramai 86 responden yang terdiri daripada murid pelajar kolej dan murid sekolah. Seramai 65 responden lelaki dan seramai 21 responden perempuan. Maklumbalas di sediakan kepada responden sebelum penggunaan SiJBuT dan maklumbalas pengalaman menggunakan SiJBuT di dalam Pengajaran perniagaan dan keusahawanan. Kaji selidik yang disediakan merangkumi kepada Kajian Sebelum dan Kajian Selepas.

Jadual 1 : Rumusan Responden

Institusi	**Pelajar**
Sek Men Jenis Kebangsaan Chi Wen, Bahau, Negeri Sembilan	30
Kolej Komuniti Kuala Pilah, Negeri Sembilan	66
Jumlah	**86**

Maklumbalas yang diperolehi di analisa menggunakan perisian *SPSS 22* bagi mendapatkan Sisihan Piawai. Analisa maklumbalas di huraikan di seksyen Dapatan dan Perbincangan.

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Dapatan kajian ini dibahagikan kepada dua bahagian iaitu ; maklumbalas kajian sebelum dan maklumbalas kajian selepas.

4.1 Dapatan maklumbalas kajian sebelum.

4.1.1 Akses kepada Komputer

Soalan yang dikemukakan dibahagian ini ialah:

a. Akses mudah kepada komputer di institusi pelajar;

56 responden YA manakala seramai 30 responden menjawab TIDAK. Sila rujuk Jadual 2 : Maklumbalas akses kepada komputer di sekolah atau kolej.

Jadual 2 : Akses Mudah Kepada Komputer

Soalan	**Ya**	**Tidak**
Adakah anda mendapat akses mudah ke komputer di institusi anda	56	30
Peratus	**65%**	**35%**

b. Penilaian Cara Penyampaian P&P Subjek Keusahawanan dan Perniagaan; 6% responden memilih cemerlang, 15% responden memilih sangat baik, 36% memilih Baik, 35% reponden memilih Biasa yang manakala baki 8% memilih Lemah.

Jadual 3 : Penilaian Cara Penyampaian P&P Subjek Keusahawanan

Soalan	**Cemerlang**	**Sangat Baik**	**Baik**	**Biasa**	**Lemah**	**Mean**	**SD**
Bagaimanakah anda menilai cara penyampaian tenaga pengajar subjek keusahawanan	5	13	31	30	7	25	25.17

4.1.2 Pengalaman melayari internet

Maklumbalas berkenaan pengalaman responden melayari internet untuk mendapatkan maklumat berkaitan keusahawanan dan perniagaan secara umum. Maklumbalas ini adalah untuk mendapatkan dapatan bagi penilaian pengalaman dan reaksi pelajar terhadap penggunaan teknologi dalam subjek perniagaan dan keusahawanan. Terdapat 4 maklumbalas di bahagian ini, iaitu;

a. Pengalaman mendapatkan informasi di laman web mendapati
5 responden merupakan *Novice* iaitu 6%, 56% iaitu 48 responden *Occasionally*, *Frequently* sebanyak 31% iaitu seramai 27 responden dan 6 responden iaitu 7% *Daily*. Ini menunjukkan pengalaman pelajar menggunakan informasi di internet dengan 56% respon *Occasionally*.

b. Apakah tahap pengalaman anda untuk menghantar mesej di ruangan forum?
20 responden *Novice* iaitu 23%, 38% iaitu 33 *Occasionally*, *Frequently* sebanyak 32% iaitu seramai 27 responden dan 6 responden iaitu 7% *Daily*. Dapat dirumuskan penggunaan yang kerap oleh pelajar.

c. Pengalaman memuatnaik fail ke laman web.
14 responden memberikan pilihan *Novice* iaitu 17%, 47% iaitu 39 responden *Occasionally*, *Frequently* sebanyak 32% iaitu seramai 27 responden dan 3 responden iaitu 4% *Daily*. Ini menunjukkan pelajar berupaya memuat naik fail ke laman web.

Jadual 4 : Pengalaman Melayari Internet

Soalan	***Novice***	***Occasionally***	***Frequently***	***Daily***	***Mean***	***SD***
Apakah tahap pengalaman anda mendapatkan informasi di laman web	5	48	27	6	31	24.80
Pengalaman anda untuk menghantar mesej di ruangan forum	20	33	27	6	31.25	24.41
Pengalaman anda dalam memuatnaik fail ke laman web?	14	39	27	3	31.25	24.41

d. Pernah menghadiri sebarang kursus berkaitan keusahawanan
66 responden menjawab YA yang mewakili 77% dan 20 responden iaitu 23% memilih TIDAK PERNAH. Majoriti pelajar mempunyai pengetahuan asas keusahawanan secara teori sahaja

Jadual 5 : Pengalaman Kursus Keusahawanan

	Ya	Tidak Pernah
Pernahkah anda mengikuti mana-mana kursus keusahawanan?	66	20

Dapat dirumuskan hasil kajian sebelum menunjukkan tahap kesediaan responden untuk menggunakan SiJBuT sebagai ABM bagi subjek perniagaan dan keusahawanan. Rata-rata responden mempunyai akses yang mudah kepada komputer dan biasa menggunakannya. Tambahan pula responden biasa melayari internet. Dapat dirumuskan responden boleh mempelajari cara penggunaan SiJBuT dengan cepat dan mudah, seterusnya menngunakan SiJBuT sebagai ABM di dalam subjek perniagaan dan keusahawanan.

4.2 Dapatan maklumbalas kajian selepas

Hasil dapatan di bahagian ini adalah untuk mendapatkan nilaian bagi persepsi dan kefahaman pelajar dalam mengendalikan perniagaan secara dalam talian.

4.2.1 Akses kepada komputer

Hasil maklumbalas dirumuskan

a. Pernah menggunakan SiJBuT di rumah
Seramai 21% responden menggunakan SiJBuT di rumah manakala selebihnya tidak pernah. Sila rujuk Jadual 6: Akses Kepada SiJBuT

b. Pernah mengalami masalah teknikal semasa mengakses SiJBuT
Seramai 11 responden memilih YA manakala selebihnya iaitu 87% memilih TIDAK. Sila rujuk Jadual 6: Akses Kepada SiJBuT

Jadual 6 : Akses kepada SiJBuT

Soalan	Ya	Tidak
Pernah menggunakan SiJBuT di rumah	18	68
Pernah menghadapi masalah teknikal semasa menggunakan SiJBuT	11	75

c. Sila nyatakan jika anda bersetuju atau tidak bersetuju dengan kenyataan: P&P yang saya terima secara *Chalk & Talk* adalah mencukupi.
36 responden memilih tidak setuju yang mewakili 42% dapatan maklumbalas, manakala sebanyak 8% memilih setuju.
Sila rujuk Jadual 7: Keberkesanan P&P Secara *Chalk & Talk*.

Jadual 7 : Keberkesanan Kaedah Pembelajaran Chalk and Talk

Soalan	Sangat Setuju	Setuju	Neutral	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
Sejauh mana anda bersetuju atau tidak bersetuju P&P secara *Chalk and Talk* adalah mencukupi	5	7	11	36	27

4.2.2 Maklumbalas pengalaman menggunakan SiJBuT

a. SiJBuT menggalakkan perkongsian idea di kalangan pelajar.
44% responden bersetuju SiJBuT menggalakkan perkongsian idea di kalangan pelajar namun dapatan ini tidak mencapai 50% daripada keseluruhan responden.

b. SiJBuT memberi peluang perbincangan dan perbahasan di luar kelas. Sebanyak 42% responden memilih sangat setuju bahawa SiJBuT memberi peluang perbincangan dan perbahasan di luar kelas. Juga tidak mencapai 50% maklumbalas daripada keseluruhan responden.

c. SiJBuT memberi ruang fleksibel kepada pelajar dari segi keperluan P&P mereka. Sebanyak 43 responden sangat bersetuju dan disokong oleh sebanyak 30 responden bersetuju bahawa SiJBuT memberi ruang fleksibel kepada pelajar dari segi keperluan P&P. Dapatan maklumbalas mencapai 50% daripada responden bersetuju.

d. SiJBuT membantu pelajar bersedia sebelum P&P bermula. Sebanyak 45% responden sangat bersetuju SiJBuT dapat membantu pelajar membuat persediaan awal. Sebanyak 34% setuju dengan kenyataan tersebut. Lebih 50% responden bersetuju bahawa SiJBuT membantu pelajar bersedia sebelum bermulanya kelas.

e. SiJBuT meningkatkan beban kerja pelajar.
Respon kepada Sangat Tidak Setuju adalah sebanyak 26% ditambah 44% dengan Tidak Setuju, membuktikan SiJBuT sebagai bukan bebanan kepada pelajar.
Terdapat segelintir kecil pelajar merasa terbeban mungkin akibat factor luaran. Hal ini akan dibincangkan pada kajian akan datang.

f. SiJBuT membenarkan akses pengajar oleh pelajar di luar kuliah.
Lebih 50% responden memilih bersetuju untuk soalan ini.

g. SiJBuT meningkatkan proses interaksi antara pengajar dan pelajar di luar kuliah. Maklumbalas menunjukkan lebih 50% responden bersetuju dengan kenyataan ini.

h. SiJBuT meningkatkan tahap interaksi sesama pelajar dalam bidang di luar kuliah. Sebanyak 29% responden Sangat Setuju dan 50% Setuju. Dapatan maklumbalas mencapai lebih 50% daripada responden bersetuju.

i. SiJBuT membolehkan guru menyediakan sumber pembelajaran yang pelbagai kepada pelajar. 45% memilih Setuju dan 37% Sangat Setuju. Hasilnya lebih 75% responden bersetuju.

j. SiJBuT membolehkan guru untuk bertindak balas terhadap keperluan P&P individu. Juga mencapai lebih 50% daripada responden bersetuju.

Hasil maklumbalas dari maklumbalas kajian selepas dirumuskan di dalam Jadual 8 : Pengalaman Menggunakan SiJBuT.

Jadual 8 : Pengalaman Menggunakan SiJBuT

Soalan	**Sangat Setuju**	**Setuju**	**Neutral**	**Tidak Setuju**	**Sangat tidak setuju**
SiJBuT menggalakkan perkongsian idea di kalangan pelajar.	8	38	23	11	6
SiJBuT memberi peluang perbincangan dan perbahasan di luar kelas.	36	18	14	11	7
SiJBuT memberi ruang fleksibel kepada pelajar dari segi keperluan P&P mereka.	43	29	7	5	2
SiJBuT membantu pelajar bersedia sebelum P&P bermula	39	29	12	5	1
SiJBuT meningkatkan beban kerja pelajar.	5	13	8	38	22

SiJBuT membenarkan akses pengajar oleh pelajar di luar kuliah.	42	30	7	5	2
SiJBuT meningkatkan proses interaksi antara pengajar dan pelajar di luar kuliah.	27	46	7	4	2
SiJBuT meningkatkan tahap interaksi sesama pelajar dalam bidang di luar kuliah.	25	43	6	7	5
SiJBuT membolehkan guru menyediakan sumber pembelajaran yang pelbagai kepada pelajar.	32	39	7	4	4
SiJBuT membolehkan guru untuk bertindak balas terhadap keperluan P&P individu.	25	38	11	7	5

4.2.3 Maklumbalas sumbangan SiJBuT dalam P&P. Maklumbalas ini adalah untuk mengetahui persepsi responden tentang penggunaan SiJBuT sebagai ABM. Hasil maklumbalas dari maklumbalas kajian selepas dirumuskan di dalam Jadual 9 :Sumbangan SiJBuT Sebagai ABM.

Jadual 9 : Sumbangan SiJBuT sebagai ABM

	Sangat Setuju	**Setuju**	**Neutral**	**Tidak Setuju**	**Sangat Tidak Setuju**
SiJBuT membantu P&P berasaskan kelas bagi subjek yang dipelajari.	27	35	9	8	7

Hasil maklumbalas kajian selepas menunjukkan responden bersetuju SiJBuT digunakan sebagai ABM kerana sangat membantu proses P&P di dalam dan diluar kelas. Dengan SiJBuT, proses interaksi diantara guru dan pelajar serta interaksi sesama pelajar dapat dipertingkatkan. Pembelajaran secara dua hala sangat membantu meningkatkan kefahaman pelajar seterusnya dapat memperolehi keputusan yang cemerlang dalam subjek berkenaan.

5.0 KESIMPULAN

Analisis dapatan daripada 76% responden lelaki mendominasi maklumbalas dan sebanyak 24% responden perempuan berkemungkinan memberikan impak kepada hasil soal selidik. Inisiatif SiJBuT sebagai ABM alternatif bagi P&P subjek keusahawanan dan perniagaan berkemungkinan akan mendapat sokongan kuat di masa akan datang memandangkan sokongan 87% responden bersetuju atas maklumbalas tidak mengalami masalah teknikal dalam menggunakan SiJBuT. Turut disokong oleh maklumbalas ,SiJBuT tidak meningkatkan beban kerja kajian pelajar dengan nisbah Sangat Tidak Setuju adalah sebanyak 26% ditambah 44% dengan Tidak Setuju, yang menjadikan SiJBuT sebagai tidak membebankan pelajar.

Kajian ini merumuskan, SiJBuT berpotensi sebagai ABM dalam meningkatkan keberkesanan P&P di luar bilik darjah. Sokongan guru dan pensyarah amat diharapkan agar SiJBuT dapat berfungsi dengan berkesan seiring dengan tujuan asal dibangunkan. Untuk itu, antara cadangan penambahbaikan dengan menyediakan akses mudah di semua lokasi P&P seperti dewan dan bilik kuliah. Boleh juga diadakan program mentor mentee dengan melibatkan lebih ramai guru dan pensyarah, tidak terhad kepada yang mengajar subjek perniagaan dan keusahawanan sahaja. Dengan ini memberi ruang kepada pelajar untuk lebih kreatif mencipta jenama dan merealisasikan perniagaan sendiri di masa akan datang.

Secara keseluruhannya, dapatan kajian memberikan impak yang memuaskan sebagai ABM alternatif bidang perniagaan dan keusahawanan. Ditambah dengan kreativiti para guru dan pensyarah, SiJBuT dilihat mampu merangsang minat dan meningkatkan keyakinan diri pelajar untuk mencabar diri dalam bidang keusahawanan. Semoga SiJBuT dapat dikembangkan fungsinya agar dapat membantu masyarakat untuk mempelajari perniagaan dalam talian. Kajian ini adalah kajian rintis kepada kajian akan datang.

RUJUKAN

Abdul Rahim, Iklima Husna & Pawan, Marry & Abdullah, Ahmad Shakani & Toh Pei Sung, Sharon. (2020). Persepsi Pelajar Terhadap Pendidikan Keusahawanan: Kajian Terhadap Pelajar Program Keusahawanan.

Che In, Faridah & Ahmad, Afham Zulhusni. (2019). Kajian Keberkesanan Pembelajaran Interaktif Berasaskan Aplikasi Kahoot : Satu Kajian Tindakan Terhadap Kursus Principles of Marketing.

Ishak, Harlina & Mat Nor, Zubaidah & Ahmad, Ainee (2017). Pembelajaran Interaktif Berasaskan Aplikasi Kahoot dalam Pengajaran Abad Ke-21. Buku Panduan Pelaksanaan Pendidikan Abad ke21. Institut Pendidikan Aminuddin Baki, Kementerian Pendidikan Malaysia.

Zanaton, H.I 2017. Mobile Learning : Innovation in teaching and Learning Using Telegram 1(1):19-26

Omar. Mohd Suhaimi & Saad. Noor Shah & Dollah. Mohd Uzi (2017). Penggunaan Bahan Bantu Mengajar Guru Matematik Sekolah Rendah

Amiruddin, Ahmad Zaki & Hassan, Ahmed & Abdul Rahman, Ahmad & Rahman, Nor & Abu Bakar, Shahriman. (2014). Penggunaan Aplikasi Atas Talian Dalam Proses Pengajaran dan Pembelajaran Bahasa Ketiga: Pengenalan Kepada Quizlet.Com.

e-Persatuan Sejarah sebagai Pendekatan Norma Baharu Dalam Pelaksanaan Aktiviti Persatuan Sejarah di SMK Bandaraya Kota Kinabalu

Hanita binti Ladjaharun[1], Suzanah binti Ahmad[2], Chin Sui Yin[3], DK. Fauzanah PG. Jaafar[4]

[1,2,3,4]SMK Bandaraya Kota Kinabalu

ABSTRAK

Penularan virus COVID-19 diikuti dengan penangguhan sesi persekolahan mendorong guru penasihat Persatuan Sejarah melaksanakan intervensi aktiviti secara maya bagi membolehkan 52 orang ahli mengumpul markah kokurikulum bagi tahun semasa. Isu yang dihadapi ialah hanya 33% aktiviti mingguan berjaya dilaksanakan. Seterusnya, ahli persatuan perlu menyiapkan lima video pembentangan kerana telah terpilih ke pusingan akhir dalam dua pertandingan inovasi peringkat antarabangsa yang diadakan secara maya ekoran pendemik COVID-19. Berikutnya, proses penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 selesai setakat 70% dan perlu disiapkan sepenuhnya. Objektif pelaksanaan intervensi ialah memastikan 100% aktiviti mingguan dilaksanakan melalui medium e-Persatuan. Berikutnya, memastikan murid menghasilkan 5 video untuk penilaian pertandingan inovasi. Seterusnya, memastikan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 diterbitkan melalui perbincangan dan tindakan secara maya. Kaedah digunakan ialah 'mix method approach' iaitu analisis pelaksanaan aktiviti mingguan dan kehadiran murid. Selain itu, pemerhatian terhadap hasil kerja murid iaitu video dan majalah. Dapatan menunjukkan 100% aktiviti mingguan berjaya dilaksanakan dengan kehadiran ahli antara 40% hingga 63%. Berikutnya, 5 video berjaya dihasilkan yang membolehkan persatuan sejarah meraih 3 Anugerah Platinum dan 2 Pingat emas dalam pertandingan inovasi peringkat antarabangsa. Kelulusan penerbitan dari Perpustakaan Negara Malaysia berjaya diperoleh dan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 berjaya dicetak. Antara cadangan penambahbaikan pada masa akan datang ialah aktiviti mingguan dipelbagaikan agar minat dan penglibatan murid ditingkatkan. Seterusnya meningkatkan kemahiran murid menghasilkan video yang kreatif dengan menjemput pihak BTPN untuk memberikan slot berkaitan video. Tuntasnya, norma baharu adalah cabaran yang menjadikan guru dan ahli persatuan kreatif dan inovatif dalam menjayakan aktiviti seterusnya meraih kejayaan.

Kata Kunci: e-Persatuan Sejarah, Kehadiran, Video, Majalah

1.0 PENGENALAN

Sistem pendidikan yang dilaksanakan di dalam sesebuah negara merupakan wadah untuk mendidik anak bangsa agar menjadi insan yang berjaya dan mengenali budaya serta mampu menyumbang kepada kesejahteraan negara. Bagi menghasilkan satu sistem pendidikan yang seimbang dan sempurna, maka penekanan kepada kedua-dua aspek iaitu aspek kurikulum dan ko-kurikulum perlu dititikberatkan. Kokurikulum adalah kegiatan berkumpulan di mana kegiatan yang dirancang lanjutan daripada proses pengajaran dan pembelajaran dalam bilik darjah yang memberi peluang untuk menambah, mengukuh dan mengamalkan pengetahuan, kemahiran dan nilai yang dipelajari di bilik darjah. Ia adalah wadah pembinaan jasmani, emosi dan rohani selaras dengan matlamat Falsafah Pendidikan Kebangsaan yang bertujuan membentuk generasi yang seimbang. Justeru, merujuk surat Pekeliling Ikhtisas Bilangan 1/1985 bertarikh 2 Januari 1985, setiap murid sama ada dari sekolah kerajaan atau bukan kerajaan diwajibkan mengambil sekurang-kurangnya satu aktiviti Pasukan Badan Beruniform, satu aktiviti persatuan atau kelab dan satu aktiviti sukan atau permainan. Matlamat utama pelaksanaan kokurikulum dalam pendidikan ialah untuk membantu merealisasikan Falsafah Pendidikan Kebangsaan dalam menyemai kesedaran kepada agama dan kepercayaan kepada tuhan; menyeimbangkan perkembangan rohani, jasmani, intelek dan emosi; mengukuhkan perhubungan dan pergaulan dalam kalangan murid; membina dan meningkatkan minat dan bakat; membina dan meningkatkan disiplin; mewujudkan

budaya sekolah yang sihat; membina dan meningkatkan kerjasama; dan mewujudkan sekolah berwatak. Kokurikulum merupakan saluran yang menggalakkan perkembangan bakat, sifat kreativiti, bakat dan potensi murid ke tahap yang maksimum. Kementerian Pendidikan Malaysia menetapkan 10% markah murid yang meneruskan pengajian selepas alam persekolahan diambil kira berdasarkan markah kokurikulum. Oleh itu, perancangaan dan pelaksanaan di peringkat sekolah sangat penting bagi memastikan murid memperolehi markah kokurikulum sebagai sokongan bagi mereka meneruskan pengajian ke peringkat institusi pengajian tinggi.

2.0 ISU KAJIAN

Penularan pendemik COVID-19 di seluruh negara menyebabkan Kementerian Pendidikan Malaysia mengumumkan penangguhan sesi persekolahan. Sehubungan itu, bermulahlah sesi Pembelajaran dan Pengajaran Dari Rumah (PDPR). Lantaran itu, perancangan dan pelaksanaan aktviti kokurikulum secara bersemuka turut tertangguh. Namun begitu, guru perlu memastikan ahli persatuan sejarah perlu mendapat markah kokurikulum. Antara isu yang dihadai oleh guru ialah:

i. Hanya 33% atau dua dari enam kali perjumpaan minggun telah dilaksanakan sebelum penangguhan sesi persekolahan.
ii. Ahli persatuan sejarah perlu menyediakan lima video pembentangan projek inovasi kerana terpilih keperingkat akhir dalam dua pertandingan inovasi peringkat antarabangsa yang diadakan mengikut norma baharu.
iii. Hanya 70% kerja penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 berjaya dilaksanakan.

Lantar isu tersebut, guru perlu memikirkan intervensi yang sesuai bagi memastikan ketiga-tiga isu tersebut diselesaikan dengan baik seterusnya membolehkan ahli Persatuan Sejarah memperolehi markah kokurikulum.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Antara objektif pelaksanaan kajian ini ialah:

i. Memastikan100% aktiviti perjumpaan minggun Persatuan sejarah berjaya dilaksanakan walaupun dalam situasi penangguhan sesi persekolahn ekoran pendemik COVID-19.
ii. Memastikan ahli Persatuan Sejarah yang terlibat menyediakan video pembentangan hasil projek inovasi dan memuat naik ke pautan yang sepatutnya mengikut ketetapan.
iii. Memastikan 100% kerja penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 dilaksanakan sehingga berjaya mendapat kelulusan dari Perpustakan Negara Malaysia (PNM).

4.0 SASARAN KAJIAN

Kajian ini melibatkan keseluruhan Persatuan Sejarah ahli seramai 52 orang. Dari jumlah berkenaan seramai 8 orang terlibat dengan pertandingan inovasi dan 6 orang terlibat sebagai Ahli Jawatankuasa Penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1.

5.0 METODOLOGI KAJIAN

Antara metodologi yang diaplikasikan semasa menjayakan kajian ini ialah *'mix method approach'* iaitu:

i. Analisis kehadiran murid dalam perjumpaan minguan secara atas talian
ii. Pemerhatian terhadap hasil kerja murid iaitu video pembentangan projek inovasi dan penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1.

6.0 PERANCANGAN PELAKSANAAN

Jadual 1: Perancangan Pelaksanaan e-Persatuan Sejarah

Bil	Tarikh	Perancangan
1	12 OKT, 2 NOV, 23 NOV 14 DIS	Guru menyediakan soalan Kuiz *Google Form*
	14 OKT, 4 NOV, 25 NOV 16 DIS	Pautan dikongsikan kepada murid selama seminggu
	Seminggu selepas pautan dikongsikan	Guru membuat analisis kehadiran murid yang telah menjawab soalan kuiz *Google Form*
2	20 MAC – 12 APRIL	Murid menyedikan video pembentangan projek inovasi bagi pertandingan INSIDE anjuran Universiti Malay.a
	2 – 20 OGOS	Murid menyedikan video pembentangan projek inovasi bagi pertandingan *Eco Green Technology Innovation Competetion* anjuran Pertubuhan Konservasi Malaysia
3	31 MAC – 31 APRIL	Murid meneruskan kerja-kerja penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 melalui perbincangan secara atas talian

7.0 PELAKSANAAN KAJIAN

7.1 Menjawab Soalan Kuiz *Google Form*

Tangkapan Skrin: Paparan Kuiz *Google Form*

Guru penasihat mengagihkan tugas menyediakan soalan kuiz *Goole Form* berdasarkan tema tertentu seperti perjuangan pemimpin tempatan, negarawan, kemerdekaan dan lambang-lambang negara. Pendekatan kuiz *Google Form* digunakan kerana tidak memerlukan data yang banyak. Pautan kuiz *Google Form* dikongsikan kepada murid melalui *group* telegram selama seminggu agar semua murid berpeluang menjawab soalan berkenaan dan dikira hadir dalam perjumpaan mingguan. Tempoh seminggu diputuskan memandangkan kebanyakan ahli Persatuan Sejarah terdiri dari latar belakang keluarga berpendapatan rendah iaitu di bahwah RM 1,000.00 dan menghadapi masalah talian internet.

Tangkapan Skrin: Pautan kuiz *Google Form* yang dikongsikan kepada murid

7.2 Menghasilkan video pembentangan

Pandemik COVID-19 yang diikuti dengan perintah kawalan pergerakan di seluruh negara telah menyebabkan pengajur pertandingan inovasi mengubah pendekatan secara bersemuka kepada pendekatan pembentangan menggunakan video. Lantaran itu, guru perlu membimbing murid yang terlibat menghasilkan video pembentangan projek inovasi. Melibatkan murid dengan kerja menghasilkan video memberikan cabaran yang besar kerana guru sendiri mempunyai pengetahuan dan kemahiran yang terhad. Tambahan pula, murid tidak pernah menghasilkan video pembentangan. Oleh itu, guru cuba membuat carian di *Channel Youtube* video yang menjelaskan cara-cara menghasilkan video. Hasil carian tersebut membolehkan guru memilih 2 video yang ringkas dan mudah difahami tentang cara menghasilkan video dengan mudah melalui aplikasi *Slide Show*. Stelah itu, guru kongsikan pautan video berkenaan dan meminta murid membuat video berdasarkan cara-cara yang dikongsikan. Dalam tempoh murid menghasilkan video berkenaan guru memberikan bimbingan secara berterusan dan mengendalikan pelbagai persoalan murid. Pada masa ini, guru uga sentiasa belajar dan meningkatkan kemahiran berkaitan menghasilkan video.

Tangkapan Skrin: Video cara-cara menghasilkan video

Gambar 1 – 4: Murid menghasilkan video pembentangan projek inovasi

7.3 Menyiapkan kerja- kerja penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1

Setiap murid yang terlibat sebagai Ahli jawatankuasa Penerbitan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 mempunyai seorang guru sebagai pembimbing agar proses kerja lebih lancar dan majalah dapat disiapkan mengikut ketetapan. Sebelum penagguhan sesi persekolahan guru dan AJK berkaitan akan mengadakan perjumpaan seminggu sekali bagi mengadakan perbincangan tentang perkembangan proses kerja. Semasa penagguhan sesi persekolahan, guru-guru telah membuat keputusan agar perbincangan secara maya perlu diadakan agar kerja-kerja penerbitan dapat diseledsaikan mengikut ketetapan. Oleh itu, satu *group* khas telah dibentuk bagi membolehkan murid dan guru berbincang secara maya dan menyiapkan tugsan. Antara perkara-perkara yang dibincangkan termasuklah kata alu-aluan, muka depan, carta organisasi dan aktiviti serta pancapaian yang dimuatkan dalam majalah. Ketua guru penasihat Persatuan Sejarah telah menguruskan permohonan kelulusan penerbitan majalah berkenaan secara atas talian.

Tangkapan Skrin: Perbincangan tentang kata alu-aluan

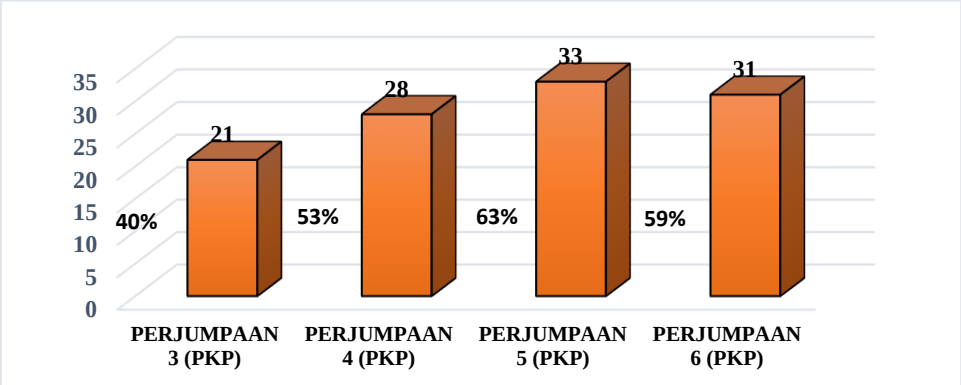
Tangkapan Skrin: Perbincangan berkaitan carta organisasi

Tangkapan Skrin: Perbincangan tentang muka depan

Tangkapan Skrin: Perbincangan berkaitan kandungan majalah

8.0 DAPATAN DAN PERBINCANGAN

i. Analisis kehadiran dalam perjumpaan mingguan



Graf 1: Peratus kehadiran murid dalam perjumpaan mingguan

Berdasarkan Graf 1, baki empat perjumpaan mingguan telah dilaksanakan membolehkan 100% aktiviti perjumpaan mingguan berjaya dilaksanakan walaupun berlaku penangguhan sesi persekolahan. Catatan kehadiran murid agak memuaskan antara 40% hingga 63% memandangkan terdapat murid yang langsung tiada kemudahan internet.

ii. Hasil kerja murid

-Video pmebentangan projek inovasi

Murid berjaya menghasilkan video pembentangan projek inovasi dan mencapai kejayaan yang membanggakan dalam pertandingan yang disertai. Dalam pertandingan *International Summit Innovation and Design Exposition* (INSIDE) anjuran Universiti Malaya Kuala Lumpur 3 penyertaan murid berjaya meraih 3 Anugerah Platinum. Seterusnya dalam pertandingan *Eco Green Technology Innovation Competition Asia Pacific Region* murid terlibat berjaya meraih 2 pingat emas. Kejayaan ini sungguh membanggakan dan membolehkan Persatuan Sejarah mendapat pengiktirafan sebagai persatuan terbaik di sekolah dengan 6 kejayaan peringkat antarabangsa. (1 kejayaan inovasi di Bangkok pada bulan Januari 2020 iaitu sebelum perintah kawalan pergerakan)

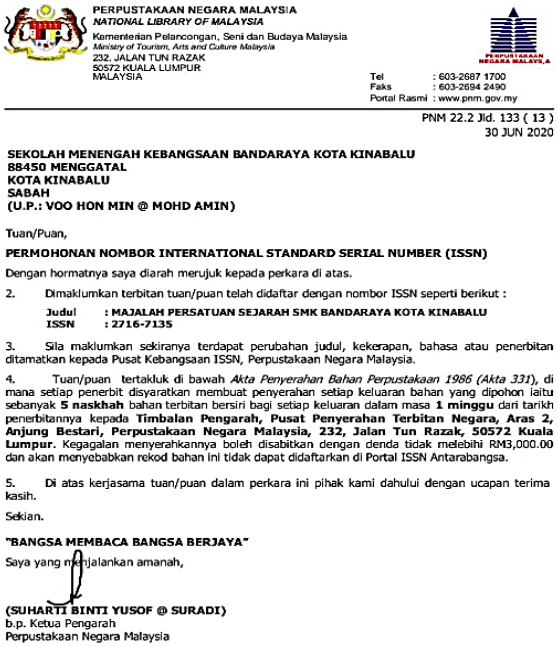
Tangkapan Skrin: Hasil video pembentangan projek inovasi murid

Gambar 5: Meraih 3 Anugerah Platinum, *International Summit On Innovation & Design Exposition,* Universiti Malaya, Kuala Lumpur.

Gambar 6: Meraih 2 Pingat Emas, *Eco Green Technology Innovation Competition, Asia Pasific Region*, Pertubuhan Konservasi Malaysia.

-Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1

Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 mendapat kelulusan penerbitan dari Perpustakaan Negara Malaysia. Seterusnya, salinan telah dihantar ke pusat percetakan. Dalam masa dua minggu Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1 berjaya dicetak dalam dua versi iaitu versi hitam putih dan berwarna.



PERPUSTAKAAN NEGARA MALAYSIA
NATIONAL LIBRARY OF MALAYSIA
Kementerian Pelancongan, Seni dan Budaya Malaysia
Ministry of Tourism, Arts and Culture Malaysia
232, JALAN TUN RAZAK
50572 KUALA LUMPUR
MALAYSIA

Tel : 603-2687 1700
Faks : 603-2694 2490
Portal Rasmi : www.pnm.gov.my

PNM 22.2 Jld. 133 (13)
30 JUN 2020

SEKOLAH MENENGAH KEBANGSAAN BANDARAYA KOTA KINABALU
88450 MENGGATAL
KOTA KINABALU
SABAH
(U.P.: VOO HON MIN @ MOHD AMIN)

Tuan/Puan,

PERMOHONAN NOMBOR INTERNATIONAL STANDARD SERIAL NUMBER (ISSN)

Dengan hormatnya saya diarah merujuk kepada perkara di atas.

2. Dimaklumkan terbitan tuan/puan telah didaftar dengan nombor ISSN seperti berikut :

Judul : MAJALAH PERSATUAN SEJARAH SMK BANDARAYA KOTA KINABALU
ISSN : 2716-7135

3. Sila maklumkan sekiranya terdapat perubahan judul, kekerapan, bahasa atau penerbitan ditamatkan kepada Pusat Kebangsaan ISSN, Perpustakaan Negara Malaysia.

4. Tuan/puan tertakluk di bawah *Akta Penyerahan Bahan Perpustakaan 1986 (Akta 331)*, di mana setiap penerbit disyaratkan membuat penyerahan setiap keluaran bahan yang dipohon iaitu sebanyak **5 naskhah** bahan terbitan bersiri bagi setiap keluaran dalam masa **1 minggu** dari tarikh penerbitannya kepada **Timbalan Pengarah, Pusat Penyerahan Terbitan Negara, Aras 2, Anjung Bestari, Perpustakaan Negara Malaysia, 232, Jalan Tun Razak, 50572 Kuala Lumpur.** Kegagalan menyerahkannya boleh disabitkan dengan denda tidak melebihi RM3,000.00 dan akan menyebabkan rekod bahan ini tidak dapat didaftarkan di Portal ISSN Antarabangsa.

5. Di atas kerjasama tuan/puan dalam perkara ini pihak kami dahului dengan ucapan terima kasih.

Sekian.

"BANGSA MEMBACA BANGSA BERJAYA"

Saya yang menjalankan amanah,

(SUHARTI BINTI YUSOF @ SURADI)
b.p. Ketua Pengarah
Perpustakaan Negara Malaysia

Gambar 7: Surat kelulusan penerbitan oleh Perpustakaan Negara Malaysia

Gambar 8 -10: Paparan Majalah Persatuan Sejarah Edisi 1

9.0 KESIMPULAN

E-Persatuan Sejarah merentas kurikulum iaitu meningkatkan penguasaan isi pelajaran sejarah, meningkatkan kemahiran bahasa dari aspek menulis laporan dan pembentangan, meningkatkan kemahiran teknologi dan komunikasi serta mengembangkan potensi murid. Perancangan dan kesanggupan bertindak, kerjasama serta disiplin yang tinggi menjadi asas setiap kejayaan. Kejayaan e-Persatuan membuktikan murid dan guru berjaya mengharungi norma baharu dalam menjayakan pelbagai aktiviti Persatuan Sejarah dan mencapai kejayaan. Sehubungan itu, bimbingan berterusan terhadap murid bagi menghasilkan video lebih kreatif dan menarik. Selain itu, usaha menjemput Bahagian Teknologi Pendidikan Negeri Sabah (BTPN) akan diadakan bagi memberi slot berkaitan penghasilan video. Kemahiran guru dan murid juga akan sentiasa ditingkatkan dalam pelbagai bidang bagi membolehkan pelbagai pendekatan dalam menjayakan aktiviti persatuan pada masa akan datang.

RUJUKAN

Syaza Binti Mohd Sabri & Asmawati Binti Suhid. (2016). *Kegiatan Ko-Kurikulum Di Sekolah Dan Kesannya Kepada Pembentukan Akhlak Murid Universiti Putra Malaysia*, Journal of Islamic and Arabic Education 8(1).

Nor Suhara Bt Haji Fadzil Dr Jamil Bin Ahmad. *Kepentingan Kokurikulum Dalam Pendidikan Di Sekolah Menengah*, Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia Bangi, Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education; Join Conference UPI & UPSI Bandung, Indonesia, 8-10 November 2010

The Compulsory Co-Curricular Activities via Online Learning Amid The Covid-19 Pandemic: Students' Perspectives

Siti Fatimatuz Zahra Binti Hussin[1] Nafissah Binti Johari[2]

[1,2]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRACT

The global crisis due to the outbreak of COVID-19 was changing the world of education in the virtual world and was done at home. Furthermore, not only causes learning and teaching to be conventionally delayed but also makes teachers' tasks more challenging when they need to adapt to new life norms and habits that require the Teaching and Learning (PdP) process to be implemented online. As well as students who must be prepared for various online learning challenges with the limitations of skills in the use of ICT tools, online learning systems or platforms provided by IPT, mental and physical readiness as well as the learning environment and so on. Therefore, the research wants to explore the student's perception towards readiness of learning via online method, then students online class accessibility and material and assignment delivery for co-curricular activities submission digitally. The findings of the study highlighted that the students are ready and prepared to learn their co-curricular activities online, the internet access is also is at a satisfactory level in which they can access the notes and submit their assignment digitally as a result of effective teaching and learning from their respective lecturers.

Keywords: online learning, online class accessibility, material, and assignment delivery

1.0 INTRODUCTION

The Malaysian government has taken important necessary action to closely observe the World Health Organization (WHO) situation report on the COVID-19 outbreak around the world since the dangerous virus was firstly identified in Wuhan, South China in November 2019, and the first case in Malaysia is started on the 25th January 2020 which traced back to 3 Chinese nationals that have traveled to Malaysia in which they previously had close contact with an infected person in Singapore. (Elengoe A. (2020). The WHO declared the outbreak a Public Health Emergency of International Concern on January 30, 2020, and two months later which is on March 11, 2020, the outbreak was declared a global pandemic. (Adil MT, Rahman R, Whitelaw D, et al,2020). Pandemic happens when an infectious disease spreads easily from humans to humans in various places throughout the world (Rusdiana et al., 2020). The epidemic of the Coronavirus Novel 2019 (2019-nCoV), which still expands without any sign for a break is the first global health crisis in the millennium era after the Spanish Flu Pandemic in 1918 (Hasanah et al., 2020).

As of the 4th February 2021, there were 231,483 COVID-19 cases including 826 deaths and 181,886 cases of recovery reported by the Ministry of Health (MOH) in Malaysia putting Malaysia in the 50th world rank ahead of Azerbaijan. The total case around the world as of now is 104,984,392 with 2,280,508 deaths and 76,733,407 has recovered as reported by coronavirus world meters. In reaction to the COVID-19, on 18 March 2020, the Malaysian authorities have officially promulgated the movement control order under the Prevention and Control of Infectious Diseases Act 1988 and the Police Act 1967. The order has included the restrictions of the Malaysian citizens and foreigner's movement including the closure of all public and private higher education institutions (IPTs) and skills training institutes nationwide. The closure of higher education institutions and schools due to the COVID-19 pandemic has affected the structure of Learning and Teaching (PdP) from the PdP method directly in the institution to the teaching and learning through the online method completely. The Special Meeting of Ministers on the Implementation of Movement Control Order (PKP) of the National Security Council (MKN) on 16 May 2020 has approved the proposal of the Ministry of Higher Education (MOHE)

regarding the conduct of academic activities at the campus of Institutions of Higher Learning (IPT) during and after PKP. MOHE through a media statement dated 27 May 2020 informed that all teaching and learning activities must be implemented online until 31 December 2020. However, since the pandemic in Malaysia is getting worse and the Malaysian healthcare system is at a breaking point as stated by Prime Minister Muhyiddin Yassin, the government has declared the extension of the Movement Control Order (MCO) until 18th February 2021 intending to flatten the rising curve. The declaration made has made a tremendous impact in all sectors including education in which not only the curricular classes have to be made online to follow the course syllabus, the co-curricular activities also needed to be changed to comply with the implementation of online learning.

1.1 Co-Curricular activities

Co-curriculum is said to complement the curriculum and can help potentially individual self-development as described by Walker (2003). Among the advantages of co-curriculum activities is the development that is emphasized through co-curriculum is skills of leadership as stated by Rohanida Ab. Manaf and Mohd. Sofian Omar Fauzee (2002) stated that co-curricular activities can provide initial training in terms of leadership, personality, and community among students. The activities could also help the student to learn the generic skills to prepare themselves as a worker that can fulfill the industrial needs in future. (Esa, A., Md Yunos, J., Kaprawi, N., & Yasak, Z. (2005).

As in Politeknik METrO Johor Bahru, for semester June 2020, the semester 1 student for Diploma In Islamic Banking is required to enroll in the course of Ping Pong whereas the students for semester 3 of Diploma in Logistics and Supply Chain and Diploma in Islamic Banking are required to take the elective course of Audio Visual, Mesra Alam, English, and Entrepreneurship. As for semester 3 students of Diploma of Entrepreneurship, they are required to enroll in the course of Entrepreneurship. An interesting fact is, all the above co-curriculum courses were taught face to face in the previous years. However, due to the pandemic, the method of teaching and learning has changed into online learning. This requires the full creativity and skills of the lecturers to make sure that not only the materials, notes, methods of teaching are fully compatible with online learning but also the types of assessments and projects that allow the students to complete it online, fulfills the course and program learning outcome (CLO & PLO) and also ensures that it follows the standard operating procedure (SOP) to prevent the spread of the COVID-19 virus.

1.2 Online Learning

The implementation of online learning is not alien to the Polytechnic system since the Malaysian Ministry of education has implemented the National eLearning Policy in 2011 and National eLearning Policy 2.0 in 2017 which combines an e-learning agenda to improve the quality of learning and teaching (PdP), promoting Malaysian educational brands as well as for settling and enhancing the prominence of local HEIs in the landscape global education as outlined in Globalised Online Learning (GOL) in 9th leap of the Malaysia Education Development Plan 2015 - 2025 (Higher Education) which also known as MEB (HE). The aim is to concentrate on access to education, improving the quality of learning and teaching (PdP) in addition to allowing learning to be customized according to the current needs of students.

The above initiative made by the government has caused the Department of Polytechnic Education and Community College (JPPKK), The Ministry of Education Malaysia (MOE) to take a serious step in providing e-Learning platform facilities that following the needs of the Malaysian Polytechnic, namely Learning Management System (LMS) known as Curriculum Information Document Online System (CIDOS) and Polytechnic Massive Open Online Courses (MOOC) to enable interaction during online teaching and learning to occur with the purpose is to produce students who are competitive and support DePAN 2.0 and the 9th Leap in MEB (HE). As for now, we have finished the first and second phases of the MEB (HE). Phase 1 for the year 2015 emphasizes aspects of blended learning or Massive Open Online Courses (MOOC) as well as developing and updating e-learning guidelines. Phase 2 aimed in

the year 2016 until 2020 is to strengthen the pedagogical approach and process online learning content development as well as intensifying the use of MOOCs among higher education institutions and improving e-learning infrastructure. While the last phase is focusing on reviewing existing initiatives as well as recommending new implementations to further improve efficiency and effectiveness. It is amazing as the end of the second phase forces all education institutes to implement online teaching and learning to the full force not just in Malaysia but all the educational organizations around the globe due to COVID-19 (Mailizar, Almanthari, Maulina, & Bruce, 2020).

Similarly, Covid-19 has compelled academic experts to reconsider and change their traditional way of face to face learning and consider the option of distance learning as a better option to fill the emptiness of the classroom for a duration of three to four months, and as such, it will reduce the risk of infection for students before conventional activities are resumed (Kaur, 2020).

As a result of the implementation of online learning worldwide, it has been considered among the best method of education due to its advantages such as cost-effective, helps compensate for scarcities of academic staff (Arkorful, V., & Abaidoo, N. (2015), its flexibility of time and place of usage (Smedley,2010), a higher degree of interactivity among lecturers and students and easier study material coverage (Wagner,2008) which affirmed by (Radovic,2010), it also increases satisfaction and decreases the stress of students because each student may study at their own pace and able to repeat the lectures uploaded online (Codone, 2001; Amer, 2007; Urdan and Weggen, 2000; Algahtani, 2011; Marc, 2002; Klein and Ware, 2003). It is important to be noted that for online learning to be effective, that internal factors of students such as positive attitude and external factors such as infrastructure greatly influence the effectiveness of e-learning (Najib, H. M., Bakar, N. R. A., & Othman, N. (2017).

2.0 PROBLEM STATEMENT

The problem statement for this research is as follows:

The sudden drastic change of PdP or teaching method from face-to-face learning to online learning especially for co-curricular activities. Are students prepared for the following changes? Do they enjoy online learning? Are the students having enough internet accessibility to perform online classes? Can they perform tasks and assessments via online learning? All of this can be specified through the research objective below.

3.0 RESEARCH OBJECTIVE

The researcher main objectives are to get the students' perception towards:
1) To explore student's perception towards the readiness of learning via online method
2) To explore students online class accessibility
3) To explore material and assignment delivery for co-curricular activities

4.0 RESEARCH METHODOLOGY

This study was analyzed using the Statistical system Package for Social Science (SPSS), version 22.0. To answer the question the researcher has used descriptive statistics to answer demographic questions which are to explain the background of the respondents, and to get the students' perspectives about co-
6.0 curricular activities via online learning using mean analysis. A set of questionnaires is an adaptation from Muhammad Adnan and Kainat Anwar (2020). The instruments are closed-ended and open-ended questionnaires. Furthermore, the analysis is using mean, frequencies, and percentage only.

5.0 DATA ANALYSIS

Findings of the study based on test results and the response were given by the respondents to the questionnaire. The results of the study submitted are to elaborate the answer to the research question is The Compulsory Co-curricular Activities Via Online Learning Amid the COVID-19 Pandemic: Students' Perspectives. The questionnaire has been distributed to the 128 students from Politeknik Metro Johor Bahru who take co-curricular courses which are from Diploma in Entrepreneurship (DEN 3), Diploma Logistics and Supply Chain Management (DLS 3), Diploma in Islamic Banking & Finance (DIB 3). Unfortunately, only 80 students answered the survey completely.

5.1 Demographic Factors

The demographic factor can be described as female is 52 students (65%) and male is 28 students (35%). All respondents in semester 3 for the program DEN 3 are 24 students (30%), DLS 3B is 23 students (28.8%), DLS 3A is 22 students (27.5%), DIB 3 is 11 students (13.8%). All of them joined five types of co-curricular courses which are DRK 3132 MESRA ALAM is 28 students (35%), DRK 3092 KEUSAHAWANAN is 24 students (30%), DRK 3032 BAHASA INGGERIS is 15 students (18.8%), DRK 3022 AUDIOVISUAL is 12 students (15%), MPU 24011 PING PONG is 1 student (1.3%).

Most of the 61 (76.3%) respondents have medium skills in technology devices that can operate computers, laptops, or smartphones, then 18 respondents which are (22.5%) have advanced skills and only 1 person is poor technology skills. For online learning, there are 76 respondents involved in class during online learning which contributes to 95%, and 72.5% preferred doing online learning at home.

5.2 Students' Perception

Most respondents mentioned that they are enthusiastic and passionate about having online learning which contributes to 72.5 %. Therefore, it has been supported by the statistic given and extracts by the table below based on the highest mean only:

Table 1
Method of Learning

ITEM	MEAN
I prefer online classes for the co-curricular course	3.6500
Online classroom learning for co-curricular courses is even more exciting	3.6000
I am more focused on online learning for co-curricular courses	3.6000

Table 2
Accessibility to Online Class

ITEM	MEAN
Device used	3.6000
Signal strength during online learning	3.5375
Sufficiency of Internet Data	3.3125

Table 3
Material and Assignment Delivery for Co-Curricular Activities

ITEM	MEAN
It is easy to complete group projects/assignments digitally	3.7375

6.0 DISCUSSION

In the new millennium that prioritizes lifelong learning skills, there is no choice but to take advantage of online educational technology and applications. The current educational context requires teachers and students to master and have communication and information technology (ICT) literacy. In terms of education, schools, and institutes of higher education (IPT) also change the method implementation of education to fully online. Most public universities have strategies and alternatives to face-to-face learning practices online which are considered the best option in dealing with situations that threaten the atmosphere of this learning (Muniroh Hamat, Siti Balqis Mahlan, Ch'ng Pei Eng, 2020).

Moreover, they mention that instructions by the Ministry of Higher Education are complied with so that they are not implemented face-to-face lectures for the safety of students and lecturers, instead of taking advantage of Open and Distance Learning (ODL). Therefore, lecturers also use all their creativity to interact with students even remotely. This is the time for the lecturer to apply only their abilities and creativity if this teaching and learning process took place successfully.

6.1 Learning Method

In this regard, researchers want to get students' perceptions of online learning for co-curricular courses which are usually implemented in groups, need to be faced to face, and is it easy to perform assignments online for this course. This study proves that students are prepared for changes in the method of learning which is online learning methods can be implemented even for co-curricular courses where they state that 'I prefer online classes for the co-curricular course', 'Online classroom learning for co-curricular courses is even more exciting' and 'I am more focused on online learning for co-curricular courses'.

Students ready for online classes and are also excited about the changes made to teaching methods where active student involvement is needed during online classes to ensure the class is attractive and indirectly abolish the chalk and talk method. Therefore, they are more focused, and all the activities done in the platform can be checked on time and corrective action can be taken immediately. Several platforms such as Microsoft Teams, CIDOS, Google Meet, Google Classroom, Zoom, Webex, WhatApps, Telegram, and many more can be used and helpful in implementation.

6.2 Online Class Accessibility

To perform online learning, internet access should also be taken into account to avoid the existence of equality gaps in access to education for certain students who have no access to technology (Antonius Setyawan Sugeng Nur Agung1, Monika Widyastuti Surtikanti, and Charito A. Quinones, OP3, 2020). Therefore, the first thing that a lecturer must confirm is students' accessibility to join the online classes. When students alert that there is no more face-to-face method or offline class, they must prepare a device to do the online class, for example, laptop, computer, or smartphone so they can access the platform. Second, student's areas must have good internet connections, especially in their homes or neighborhood because if there is no signal or low connection then disruption during online learning will drive them to stress. Students also must be prepared for the sufficiency of internet data. This is because of the prolonged use of data to join online classes, many courses are taken, and uploading all assessments online.

Based on the results of the questionnaire, 58% of students are using a laptop as a device of online learning and 85.2% opined that their device is compatible for them to learn online, 84% of students have internet access at their home and 67.9% of students have the sufficient internet data for online learning. This shows that their economic background is at a medium level allowing them to have sufficient devices and the ability to pay for internet usages. Only 54.3% of students have a stable signal strength during online learning which shows the quality of the internet provider which affirms the report of the Department of Statistics Malaysia (DOSM) where household access to the internet increased by 3.1 percent points to 90.1 percent in 2019 compared to 87.0 percent in 2018. It is hoped that internet stability will continue to increase in the coming year.

6.3 Material and Assignment Delivery for Co-Curricular Activities

Using online platforms such as CIDOS or Microsoft teams used as a PdP medium is a very good effort then students can make a discussion and group assignment online and easily submit assignments online or digitally. There is no longer the old way in which assignments should be printed and delivered to lecturers. This makes it easier for students who live far from PMJB, it saves money, is paperless, and avoids exposure to Covid 19.

Students feel not burdened and stress learning online when the lecturer provides complete information, materials such as notes, exercise, and assignments given are completely explained; it will be revised clearly. Lecturers also give examples, tutorial, or practical via video and YouTube. They also have a Q&A session before ending the class or students can have a WhatsApp group, message, or call the lecturer for more info or discussion personally. The above data can be summarized from the positive percentage of the questionnaires given in which 87.2% of students opined that it is easy to understand the material given by the lecturer, 97.5% agreed that the notes, material, and assignments given are relevant to the topic and course, 85.2% states that the instruction given by the lecturer is comprehensive and easy to understand during online lessons, 100% agreed that lecturer provided discussion and question and answer session in class, 98.8% agreed that the lecturer gives the appropriate feedback during class.

7.0 CONCLUSION

Based on the majority perspectives of the students, they welcome and fully support the new millennium education changes, PdP online, and new norms that we are implementing. As such, the platform systems developed, especially CIDOS require users to ensure improvements can be made from time to time. This is because, even if the Movement Control Order (MCO) is finally declared to end by the government, the preferred choice of effective learning by most of the students which are 55% is mixed online learning and face-to-face (blended learning). This is because 70.4% of students still preferred face-to-face contact with the instructor. After all, they deemed it is necessary for effective learning. More improvements needed to be made both from the lecturer's and students' perspectives to assist them to complete group projects or assignments digitally. The students still seem to have a vague perspective of full online class because only 45.7% of students have full confidence that complete Polytechnic Diploma courses can be completed effectively through the internet.

In the long run, as the pandemic has no sign to end amid the development and distribution of vaccines and although control over the infection's most harmful effects is expected and limiting its spread can be hoped for, it will likely be a few years before the virus can be brought under control worldwide (Marco, V. (2020). Thus, full cooperation from all top management, educators, students as well as parents is very much needed so that positive results from the new norms of online teaching and learning can be celebrated.

REFERENCE

Adil, M. T., Rahman, R., Whitelaw, D., Jain, V., Al-Taan, O., Rashid, F., ... & Jambulingam, P. (2021). *SARS-CoV-2 and the pandemic of COVID-19.* The postgraduate medical journal, 97(1144), 110-116.

Algahtani, A.F. (2011). *Evaluating the Effectiveness of the E-learning Experience in Some Universities in Saudi Arabia from Male Students' Perceptions,* Durham theses, Durham University.

Antonius Setyawan Sugeng Nur Agung, Monika Widyastuti Surtikanti, and Charito A. Quinones, OP3. *Students' Perception of Online Learning during COVID-19 Pandemic: A Case Study on the English Students of STKIP Pamane Talino SOSHUM,* Jurnal Sosial dan Humaniora [Journal of Social Sciences and Humanities] Volume 10, Number 2, 2020 p-ISSN. 2088-2262 e-ISSN. 2580-5622

Arkorful, V., & Abaidoo, N. (2015). *The role of e-learning, advantages and disadvantages of its adoption in higher education*. International Journal of Instructional Technology and Distance Learning, 12(1), 29-42.

Amer, T. (2007). *E-learning and Education*, Cairo: Dar Alshehab publication.

Corona virus cases, retrieved from https://www.worldometers.info/coronavirus/ at 15 Disember 2020

Codone, S. (2001) *An e-Learning Primer, Raytheon Interactive*. Available from: http://faculty.mercer.edu

Elengoe A. (2020). *COVID-19 Outbreak in Malaysia. Osong public health and research perspectives,* 11(3), 93–100. Retrieved from https://doi.org/10.24171/j.phrp.2020.11.3.08 at 20 Disember 2020

Esa, A., Md Yunos, J., Kaprawi, N., & Yasak, Z. (2005). *The implementation of the generic skills through co-curriculur at the polytechnics to fulfill the industrial needs in Malaysia.*

Hasanah, A., Lestari, A. S., Rahman, A. Y., & Daniel, Y. I. (2020). *Analisis aktivitas belajar daring mahasiswa pada pandemi Covid-19.*

Kaur, G. (2020). *Digital Life: Boon or bane in teaching sector on COVID-19. CLIO an Annual* Interdisciplinary Journal of History, 6(6), 416-427.

Klein, D. & Ware, M. (2003). *E-learning: new opportunities in continuing professional development*. Learned publishing, 16 (1) 34-46.

Mailizar, Almanthari, A., Maulina, S., & Bruce, S. (2020). *Secondary school mathematics teachers' views on e-learning implementation barriers during the Covid-19 pandemic: The case of Indonesia.* Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education, 16(7), em1860.

Marc, J. R. (2002). Book review: *e-learning strategies for delivering knowledge in the digital age*. Internet and Higher Education, 5, 185-188.

Marco, V. (2020). *COVID-19 vaccines: the pandemic will not end overnight.*

Muhammad Adnan and Kainat Anwar (2020), *Online learning amid the COVID-19 pandemic: Students' perspectives*. Journal of Pedagogical Sociology and Psychology Volume 2, Issue 1,2020

Muniroh Hamat, Siti Balqis Mahlan, Ch'ng Pei Eng, (2020, September). *ADAPTASI PENGAJARAN DAN PEMBELAJARAN SECARA MAYA DALAM KEBIASAAN BAHARU SEMASA PANDEMIK COVID-19,* SIG e-Learning@CS eISBN : 978-967-0841-88-5

Malaysian Communications and Multimedia Commission (MCMC). (2020). *Internet Users Survey 2020*.

Najib, H. M., Bakar, N. R. A., & Othman, N. (2017). *E-pembelajaran dalam kalangan pelajar di sebuah institusi pengajian tinggi Selangor*. Attarbawiy: Malaysia Online Journal of Education, 1.

Radović-Marković, M. (2010). *Advantages and disadvantages of e-learning in comparison to traditional forms of learning*. Annals of the University of Petroşani, Economics, 10(2), 289-298.

Rusdiana, A., Sulhan, M., Arifin, I. Z., & Kamaludin, U. A. (2020). *Penerapan model POE2WE berbasis blended learning google classroom pada pembelajaran masa WFH pandemic Covid-19.*

Smedley, J.K. (2010). *Modelling the impact of knowledge management using technology.* OR Insight (2010) 23, 233–250.

Ur T.A. & Weggen C.C. (2000). *Corporate E-Learning: Exploring a New Frontier, San Francisco,* CA: WR Hambrecht and Co. Available from: http://www.spectrainteractive.com.

Walker, V. N. (2002). *Office of Co-Curricular Life. Sweet Briar: Sweet Briar College*. http://sbc. edu/cocurricular/about/.

Wagner, N., Hassanein, K. & Head, M. (2008). *Who is responsible for E-learning in Higher Education? A Stakeholders' Analysis*. Educational Technology & Society, 11 (3), 26-36

Semangat Kesukarelawan: Kefahaman dan Penghayatan Pelajar Kolej Komuniti Ledang

Noorashikin binti Saari[1], Nur Fadhilah binti Rosidee[2], Hanim binti Abdul Rahim[3]

[1,2,3]Kolej Komuniti Ledang, Tangkak, Johor

ABSTRAK

Aktiviti sukarelawan atau khidmat masyarakat semakin berkembang dan mendapat perhatian umum pada masa kini bukan sahaja di kalangan bukan kerajaan (NGO) malahan ia menjadi perkara signifikan kepada institusi pengajian tinggi. Kajian ini penting untuk menentukan kefahaman dan penghayatan pelajar Kolej Komuniti Ledang (KKLJ) terhadap aktiviti sukarelawan yang dianjurkan oleh KKLJ mahupun pihak luar. Kajian ini menggunakan kaedah kaji selidik yang diukur melalui skala likert. Responden yang terlibat seramai 168 orang pelajar KKLJ, 54.8% lelaki dan 45.2% perempuan, terdiri daripada 42.9% dari semester satu, 3.6% semester dua dan 53.6% semester tiga. Responden merupakan pelajar bagi program Sijil Kenderaan Ringan (SKR) 23.2%, Sijil Pengoperasian Perniagaan (SPP) 17.9%, Sijil Teknologi Penyejukan dan Penyamanan Udara (SPU) 22.6% dan Sijil Pastri (SPT) 36.3%. Peratusan mengikut bangsa adalah Melayu 91.1%, Cina 2.4% dan India 6.5%. Hasil kajian menggunakan Ujian *Alpha Cronbach* menunjukkan kebolehpercayaan yang tinggi bagi pelajar KKLJ terhadap aktiviti sukarelawan iaitu 0.775 tahap kefahaman dan 0.908 tahap penghayatan. Sebanyak 36.9% pelajar pernah menyertai aktiviti sukarelawan dan mereka memahami peranan sebagai seorang sukarelawan. Manakala sebanyak 63.1% pelajar tidak pernah menyertai aktiviti sukarelawan yang dianjurkan oleh pihak KKLJ mahupun pihak luar. Oleh itu, kajian ini mencadangkan agar program sukarelawan perlu diberi pendedahan yang luas dan fokus yang mendalam kepada pelajar KKLJ di samping mengadakan program motivasi berkaitan kefahaman dan penghayatan pelajar terhadap semangat sukarelawan sedia ada dan akan datang.

Kata Kunci: Sukarelawan, kefahaman, penghayatan

1.0 PENGENALAN

Kesukarelawanan sering kali dikaitkan dengan aktiviti amal yang dijalankan terhadap golongan memerlukan. Bantuan dan khidmat sokongan diberikan amat luas, termasuklah dalam konteks pembangunan komuniti, pendidikan, kesihatan, sosioekonomi, pertanian, alam sekitar, bencana, kebajikan, perpaduan dan banyak lagi. Ia memerlukan penyertaan aktif belia dan masyarakat tanpa mengira latar belakang, agama dan bangsa. Menjadi sukarelawan tidak memerlukan sijil akademik yang tinggi. Cukuplah mempunyai ciri penting sukarelawan seperti suka, rela dan ikhlas. Perkataan sukarela, berdasarkan Kamus Dewan sendiri bermaksud dengan kehendak sendiri, tidak dipaksa-paksa, tidak dikerah dan dengan rela hati. Di dalam institusi pendidikan Tinggi khususnya Kolej Komuniti terdapat satu program yang diberi nama Briged Sukarelawan Kolej Komuniti. Maka yang demikian menjadi tanggungjawab institusi khususnya tenaga pengajar untuk memupuk semangat kesukarelawan mahasiswa Kolej Komuniti Ledang sejak dari awal lagi iaitu dari semester pertama lagi. Hal ini bertepatan dengan *Key Performance Indicator* (KPI) yang diletakkan oleh Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti yang menetapkan sasaran di dalam KPI 6 yang mahu melibatkan para pelajar Kolej Komuniti dan Politeknik di dalam aktiviti sukarelawan samada pada peringkat institusi, komuniti setempat mahupun masyarakat yang lebih besar. Aktiviti sukarelawan tersebut secara tidak langsung menjadi batu asas kepada semangat ingin membantu tanpa mengira agama, bangsa, status mahupun warna kulit. Selain dari itu melalui aktiviti sukarelawan yang disertai mampu memupuk personaliti diri yang lebih bertanggungjawab seterusnya mewujudkan jatidiri yang positif yang mampu memacu ke arah gaya hidup bersosial yang berimpak dan memberikan kesan yang baik di kalangan masyarakat. Melalui artikel yang dikeluarkan oleh Berita Harian bertarikh 10 Ogos 2017 bertajuk

Memperkasa Semangat Kesukarelawan dikalangan Mahasiswa menyatakan penyertaan penglibatan mahasiswa di universiti masih berada pada tahap yang kurang memuaskan. Melalui artikel yang dikeluarkan ini secara tidak langsung membawa pengkaji untuk mengkaji sejauhmana Pelajar Kolej Komuniti Ledang memahami dan menghayati semangat kesukarelawan melalui program sukarelawan yang dilaksanakan samada dari pihak institusi mahupun luar institusi.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Kajian berkaitan belia dan program kesukarelawan di Malaysia: Satu Kajian Empirikal yang telah dilaksanakan oleh Tuan Pah Rokiah Syed Hussain dan Lilah Yasin (2016). Di dalam kajian ini pengkaji mengkaji berkaitan dua perkara iaitu berkaitan kefahaman dan juga penghayatan belia. Kajian ini mendapati responden sememangnya mempunyai kefahaman yang baik tentang semangat kesukarelawan tetapi penghayatan mengenai semangat kesukarelawan masih lagi rapuh berdasarkan beberapa item kajian yang mengukur kekangan belia melibatkan diri di dalam aktiviti sukarelawan seperti berhadapan masalah kewangan membantu masyarakat, berdepan dengan penyakit, berdepan dengan suasana kotor, diri yang tidak terurus dan kekurangan kemudahan asas akibat dari kejadian yang tidak diingini.

Kekangan tersebut telah mengundang perasaan tidak gembira atau seronok dan menyebabkan program sukarelawan yang sepatutnya dilaksanakan dengan perasaan rela bertukar menjadi terpaksa melakukannya di mana perasaan ikhlas itu tidak lagi wujud di dalam jiwa belia. Kesimpulan dari kajian yang dilakukan diatas mendapati bahawa isu penghayatan semangat kesukarelawan yang lemah dikalangan belia wajar diberikan perhatian khusus dan kajian lebih mendalam perlu dilaksanakan.

Sebelum Briged Sukarelawan Kolej Komuniti diperkenalkan kepada para pelajar Kolej Komuniti, pihak institusi sangat menggalakkan pelajar terlibat dengan program *One Malaysian For Youth* (IM4U) dimana ianya boleh menyemai semangat kesukarelawan dikalangan remaja belia atau Generasi Y (Utusan Malaysia, 2012). Melalui pelan tindakan yang terkandung di dalam Dasar Belia Negara adalah untuk meningkatkan semangat kesukarelawan dan patriotisme melalui kerja amal, kebajikan dan masyarakat. Walaupun banyak program sukarelawan telah dianjurkan samada dari dalam institusi mahupun luar institusi tetapi penghayatan masih lagi rapuh.

Berdasarkan rencana Berita Harian bertarikh 3 Januari 2021 bertajuk “Pupuk Kesukarelawanan, Subur Nilai Kemanusiaan” menyatakan minda kesukarelawanan negatif akan memberi kesan kurang baik terhadap masyarakat di mana sikap mereka akan semakin menjauh, menjadi semakin tinggi sifat keakuan walaupun tinggal bersama dalam satu komuniti. Masyarakat perlu sedar, tanpa tenaga sukarelawan, kemungkinan dasar dan agenda pembangunan negara tidak tercapai. Aktiviti pembangunan yang memerlukan penyertaan belia juga sukar dilaksana jika semangat kesukarelawanan dalam kalangan golongan ini pudar. Oleh itu, pentingnya di sini Institusi Pengajian Tinggi khususnya Kolej Komuniti menjadi wadah ke arah pengembangan semangat kesukarelawan ini memandangkan populasi umur pelajar dalam lingkungan 18 hingga 25 tahun sangat sesuai dan menjadi golongan sasaran mengaktifkan semangat kesukarelawan di dalam diri.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

i. Mengenalpasti tahap kefahaman dan penghayatan pelajar di Kolej Komuniti Ledang terhadap aktiviti kesukarelawan.
ii. Membantu pihak pengurusan merancang aktiviti/program kesukarelawan yang lebih bersesuaian dengan kefahaman pelajar bagi mencapai KPI 6 yang ditetapkan dalam Kamus KPI JPPKK.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kaedah bagi menjalankan kajian adalah melalui tinjauan berbentuk deskriptif dengan menggunakan kaedah kuantitatif. Penggunaan borang soal selidik yang dibangunkan secara atas talian adalah melalui platform *google form* dan pautan borang soal selidik dikongsi dengan pelajar KKLJ.

Kajian rintis telah dijalan bagi memperolehi nilai alpha Cronbach di mana nilai kebolehpercayaan instrumen yang diperolehi adalah 0.775 bagi item kefahaman manakala 0.908 bagi item penghayatan.

Item bagi instrumen soal selidik yang digunakan adalah telah diadaptasi dan diubahsuai mengikut keperluan terhadap kajian berdasarkan kajian terdahulu oleh Tuan Pah Rokiah Syed Hussain (2016) dan Shahrom Md Zain (2015). Skala likert di Jadual 1 digunakan bagi pilihan jawapan pada responden terhadap soalan yang dikemukakan.

Jadual 1: Pengkelasan Skala Likert

Skala Likert	Pengkelasan
1	Sangat tidak setuju (STS)
2	Tidak setuju (TS)
3	Kurang setuju (KS)
4	Setuju (S)
5	Sangat setuju (SS)

Borang soal selidik terdiri daripada tiga bahagian utama seperti di Jadual 2 dan responden dikehendaki menjawab semua soalan.

Jadual 2: Bahagian borang soal selidik

Bahagian	Tajuk
1	Maklumat pelajar
2	Kefahaman pelajar terhadap sukarelawan
3	Penghayatan pelajar terhadap semangat kesukarelawan

Data yang diperolehi melalui soal selidik akan dinilai dengan menggunakan analisis statistik dan berpandukan interpretasi skor min seperti di Jadual 3.

Jadual 3: Interpretasi Skor Min

Skor min	Interpretasi / Tahap
1.00 – 1.89	Sangat rendah
1.90 – 2.69	Rendah
2.70 – 3.49	Sederhana
3.50 – 4.29	Tinggi
4.30 – 5.00	Sangat tinggi

Sumber: Baharuzaini, Muhammad Hisham dan Mohd Hanif (2018)

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Analisis data bahagian satu adalah merujuk pada maklumat pelajar seperti di Jadual 4 dan jumlah keseluruhan pelajar yang menjawab soal selidik adalah seramai 168 orang.

Jadual 4: Analisis data maklumat pelajar

Bil.	Item	Maklumat	Peratus (%)
1	Program	Sijil Pastri (SPT)	36.3
		Sijil Servis Kenderaan Ringan (SKR)	23.2
		Sijil Pengoperasian Perniagaan (SPP)	17.9
		Sijil Teknologi Penyejukan & Penyamanan Udara (SPU)	22.6
2	Semester	Satu	42.9
		Dua	3.6
		Tiga	53.6
3	Jantina	Lelaki	54.8
		Perempuan	45.2
4	Bangsa	Melayu	91.1
		Cina	2.4
		India	6.5
		Lain-lain	0.0

5.2 Analisis data bahagian dua pada Jadual 5 adalah merujuk pada kefahaman pelajar terhadap kesukarelawan yang tidak menggunakan skala likert manakala lapan item soalan yang menggunakan pilihan jawapan berdasarkan skala likert adalah seperti di Jadual 6.

Jadual 5: Analisis data kefahaman pelajar berdasarkan jawapan yang diberikan

Bil	Item	Maklumat	Jawapan
1	Adakah anda pernah menyertai aktiviti/ program sukarelawan yang dianjurkan oleh pihak kolej atau agensi luar	Ya	36.9 %
		Tidak	63.1 %
2	Nyatakan nama aktiviti / program sukarelawan yang pernah disertai. (sekiranya berkaitan)	Nama program	Bantuan makanan pada gelandangan
			Kelab Rakan Muda Pagoh
			Program sumbangan Aidilfitri anak yatim SK Penghulu Salleh, Batu Pahat , Johor
			Iktikaf Ramadhan Sahabat YADIM Negeri Melaka
			Sukarelawan membersih zoo
			Sukarelawan membersih Gunung Ledang
			Misi bantuan banjir
			Lawatan Amal di Gunung Ledang Resort
			Sukarelawan membersihkan masjid

Jadual 6 : Analisis data kefahaman pelajar terhadap kesukarelawan

Bil	Item ujian	Min	SD	Kekerapan (%)					Interpretasi Min
				1	2	3	4	5	
1	Aktiviti sukarelawan adalah aktiviti yang dibuat tanpa paksaan.	4.47	0.568	0.0	0.6	1.8	47.6	50.0	Sangat tinggi
2	Aktiviti sukarelawan dapat mendidik seseorang menjadi lebih bertanggungjawab, prihatin dan penyayang.	4.55	0.510	0.0	0.0	0.6	43.4	56.0	Sangat tinggi
3	Aktiviti sukarelawan dapat membangunkan kemahiran komunikasi	4.48	0.524	0.0	0.0	1.8	50.0	48.2	Sangat tinggi
4	Aktiviti sukarelawan merupakan aktiviti yang membantu kesejahteraan manusia.	4.46	0.588	0.0	0.0	1.2	51.2	47.6	Sangat tinggi
5	Aktiviti kesukarelawan dapat meningkatkan keyakinan diri.	4.46	0.524	0.6	0.0	1.2	48.8	49.4	Sangat tinggi
6	Aktiviti kesukarelawan sesuai untuk orang yang berkemampuan sahaja.	2.93	1.221	13.1	26.2	29.8	19.6	11.3	Sederhana
7	Aktiviti sukarelawan penting di Institusi Pengajian Tinggi bagi mewujudkan perasaan terhadap penghayatan kesukarelawan.	4.27	0.663	0.6	0.6	6.5	54.8	37.5	Tinggi
8	Sukarelawan adalah seorang yang mempunyai keikhlasan hati tanpa mengharapkan sebarang ganjaran.	4.40	0.561	0.0	0.6	1.8	53.6	44.0	Sangat tinggi
Purata:		4.3	0.6	1.8	3.5	5.6	46.1	43.0	Sangat tinggi

Merujuk kepada jadual 6, terdapat lapan item soalan pada bahagian kefahaman pelajar dan tujuh daripadanya menunjukkan skor min yang sangat tinggi dan tinggi kecuali item enam menunjukkan skor min sederhana. Oleh itu, majoriti pelajar KKLJ mempunyai kefahaman yang sangat tinggi terhadap kesukarelawan. Ini juga memudahkan pihak Kelab Briged Sukarelawan KKLJ dalam merancang aktiviti/ program berkaitan sukarelawan yang lebih bersesuaian dengan kefahaman pelajar.

Jadual 7 : Analisis data penghayatan pelajar terhadap semangat kesukarelawan

Bil	Item ujian	Min	SD	Kekerapan (%)					Interpretasi Min
				1	2	3	4	5	
1	Pelaksanaan aktiviti sukarelawan melalui subjek seperti Kemahiran Insaniah atau program kolej dapat meningkatkan semangat kesukarelawan di kalangan pelajar.	4.31	0.524	0.0	0.0	3.0	63.1	33.9	Sangat tinggi
2	Aktiviti sukarelawan dapat memberi peluang kepada anda untuk berbakti kepada masyarakat	4.43	0.542	0.0	0.0	2.4	52.4	45.2	Sangat tinggi
3	Aktiviti sukarelawan dapat membantu anda memahami dengan lebih dekat permasalahan/ situasi sebenar di kalangan masyarakat	4.38	0.556	0.0	0.0	3.5	54.8	41.7	Sangat tinggi
4	Aktiviti sukarelawan dapat memberi manfaat dan pengalaman terhadap pembentukan sahsiah dan pembangunan diri anda	4.36	0.539	0.0	0.0	3.0	58.3	38.7	Sangat tinggi
5	Aktiviti sukarelawan dapat menjadikan anda lebih menghargai kehidupan	4.42	0.530	0.0	0.0	1.8	54.7	43.5	Sangat tinggi
6	Anda sedia membantu masyarakat yang berada dalam keadaan tidak terurus.	4.04	0.721	1.2	2.4	9.5	64.3	22.6	Tinggi
7	Anda sedia menghadapi kekangan kewangan dalam membantu masyarakat.	3.91	0.725	0.6	3.0	18.5	60.1	17.8	Tinggi
8	Anda sedia berhadapan dengan penyakit dan suasana kotor dalam membantu aktiviti sukarelawan.	4.08	0.738	0.6	3.0	10.7	58.9	26.8	Tinggi
9	Anda sedia mematuhi semua SOP akibat pandemik Covid-19 dalam menyertai aktiviti sukarelawan.	4.36	0.668	1.2	0.6	1.7	54.2	42.3	Sangat tinggi
10	Anda sedia membantu masyarakat secara ikhlas walaupun diri sendiri menghadapi masalah.	4.20	0.720	0.6	1.8	8.9	54.8	33.9	Tinggi
11	Penghayatan dalam konteks semangat kesukarelawan perlu terbentuk dari aspek kefahaman dan tanggapan yang baik terhadap masalah masyarakat	4.30	0.522	0.0	0.0	3.0	63.7	33.3	Sangat tinggi

12	Penghayatan dalam konteks semangat kesukarelawan perlu terbentuk melalui motivasi dan dorongan dari pihak seperti masyarakat, kerajaan, media massa dan badan bukan kerajaan (NGO)	4.24	0.614	0.0	2.4	2.4	63.7	31.5	Tinggi
Purata:		4.3	0.6	0.4	1.1	5.7	58.6	34.3	Sangat tinggi

Berdasarkan jadual 7, purata bagi interpretasi min adalah sangat tinggi dengan skor min 4.3. Item 2 menunjukkan skor min paling tinggi dengan nilai 4.43 di mana responden ingin mengambil peluang berbakti kepada masyarakat melalui aktiviti sukarelawan. Namun begitu, responden masih belum bersedia menghadapi kekangan kewangan dalam membantu masyarakat dalam aktiviti sukarelawan dengan skor min paling rendah iaitu sebanyak 3.91. Ini kerana responden merupakan pelajar yang masih di bawah tanggungan dan sebahagian dari mereka merupakan penerima Bantuan Kewangan Pelajar Kolej Komuniti (BKPKK) dengan jumlah pendapatan bulanan keluarga sebanyak RM3000.00 ke bawah.

6.0 KESIMPULAN

Secara keseluruhan, kajian ini melihat secara khusus tahap kefahaman dan penghayatan pelajar di KKLJ terhadap sukarelawan. Memandangkan kefahaman dan penghayatan pelajar di dalam sukarelawan ini berada di tahap yang sangat tinggi maka institusi dapat melibatkan pelajar dengan situasi semasa negara seperti sukarelawan banjir dan membantu komuniti yang terkesan akibat pandemik Covid-19. Kajian ini diharap dapat membantu pihak pengurusan KKLJ dalam penganjuran aktiviti kesukarelawan melalui Briged Sukarelawan Kolej Komuniti (BrisK) seterusnya mencapai sasaran KPI 6 yang ditetapkan oleh Kamus KPI JPPKK. Di samping itu, pihak pengurusan KKLJ perlu memperkasakan promosi berkaitan aktiviti Briged Sukarelawan supaya lebih ramai pelajar berpeluang melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawan. Cadangan kajian berikutnya mengenai faktor motivasi bagi menarik minat dan komitmen pelajar KKLJ mempengaruhi penglibatan mereka dalam aspek kualiti kesukarelawan.

RUJUKAN

Tuan Pah Rokiah Syed Hussain & Lilah Yasin (2016). *Belia dan program Kesukarelawan di Malaysia: Satu kajian empirikal*, Malaysian Journal of Society and Space 12 issue 10 (183 - 194) 183© 2016, ISSN 2180-2491.

Shahrom Md Zain, Muhammad Imran Mohd Junaidi & Noor Elin Ahmad Basri (2015). *Sukarelawan Alam Sekitar: Penerimaan dan Kefahaman Pelajar*, Jurnal Personalia Pelajar 18 (75-84).

Arina Malin Alias & Vishalache Balakrishnan (2016). *Impak Kesukarelawan Dalam Kalangan Belia di Kuala Lumpur: Satu Kajian*, Jurnal Kepimpinan Pendidikan Oktober 2016 Bil. 3 Isu 4.

Normah Awang Noh, Lukman Z.M & Fazil Ahmad (2020). *Motivasi Penglibatan Sukarelawan dalam Aktiviti Kesukarelawanan Mahasiswa Universiti Awam*, Asian Journal of Civilization StudiesVolume 2, Issue 4, 2020, e-ISSN 2682-8022

Nawi, N. R. C. & Asumi, A. (2013). *Motivasi Sukarelawan Terhadap Penglibatan Dalam Kerja Sukarela di Yayasan Salam Malaysia.* Seminar Pasca Siswazah Dalam Pendidikan (GREDUC 2013) 88-92.

Zain, S. M, Mahmood N. A, Basri, N. E. A, Zawawi, M. A, Mamat, L. F. & Saad N. F. M. (2014), Februari 11-12. *Ekorelawan Kejuruteraan dan Pendidikan Kelestarian*. *Kongress Pengajaran dan Pembelajaran UKM* 1-12.

Tajul, A. M, Aishah, N. M. A. (2013). *Motif Penglibatan Sukarelawan Sukan Institusi Pengajian Tinggi Terhadap Tahap Kepuasan Diri*. *Jurnal Pendidikan Malaysia* 38 (2): 51-59.

Malaysia, Bahagian Pembangunan Belia. (1997). *Dasar Pembangunan Belia Negara.* Jabatan Belia dan Sukan Negara, Kementerian Belia dan Sukan Negara.

Berita Harian (2021 Januari 3). *Pupuk kesukarelawanan, subur nilai kemanusiaan.* https://www.bharian.com.my/rencana/komentar/2021/01/771477/pupuk-kesukarelawanan-subur-nilai-kemanusiaan

Berita Harian (2017 Februari 13). *Kesukarelawan harus jadi identiti mahasiswa*. https://www.bharian.com.my/taxonomy/term/61/2017/02/247572/kesukarelawan-harus-jadi-identiti-mahasiswa

Mengenalpasti Kekangan Dan Faedah Aktiviti Sosial Di Peringkat Komuniti Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Mohd Ghadafi Bin Shari [1], Noor Farris Aqmal Bin Kamarunzaman[2], Nur Asikin binti Aziz @ Abd Aziz[3]

[1,2,3] Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian dijalankan adalah mengkaji dan mengenalpasti kekangan dan faedah aktiviti sosial di peringkat komuniti dalam kalangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru. Kajian ini akan menentukan tiga min tertinggi dan satu min terendah bagi mencapai objektif kajian. Soal selidik diubahsuai yang merangkumi demografi iaitu jantina, umur, dan bangsa. Selain demografi, kajian ini telah dibahagikan kepada dua bahagian iaitu Bahagian B (faktor kekangan, dan faktor faedah yang menarik pelajar untuk terlibat dalam aktiviti sosial dalam komuniti). Responden terdiri daripada 237 pelajar Politeknik METrO Johor Bahru. Analisa kajian menggunakan "*Statistical Package for the Social Science"* (SPSS25). Kajian ini mendapati nilai *Alpha Croanbach* untuk semua Bahagian B melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6, membuktikan kesahihan soal selidik dan difahami oleh responden. Kajian telah mendapati Faktor Kekangan adalah 'Kekangan Masa' dan bagi Faktor Faedah adalah 'Membentuk Semangat Berkumpulan'. Implikasi kajian ini membantu pihak-pihak berkaitan di dalam merangka strategi sehingga dapat menarik ramai pelajar PMJB untuk menyertai aktiviti sosial komuniti. Kesimpulan, kajian ini telah berjaya mencapai objektif kajian.

Kata Kunci: aktiviti sosial, peringkat komuniti, pelajar

1.0 PENGENALAN

Setiap manusia mempunyai masa senggang untuk melakukan aktiviti yang mereka kehendaki sama ada aktiviti yang bermanfaat atau tidak. Masa senggang bermaksud masa terluang yang digunakan untuk melakukan aktiviti yang menyeronokkan dan memberikan kepuasan. Waktu senggang sebagai masa lapang dimana waktu tersebut tidak melibatkan apa-apa aktiviti perkuliahan atau program politeknik, dimana waktu tersebut untuk melakukan apa yang disukai dan masa untuk berehat. Aktiviti masa senggang dibahagikan kepada riadah iaitu secara aktif atau santai iaitu pasif. Aktiviti masa senggang berbentuk aktif contohnya melakukan aktiviti bersukan dan rekreasi, manakala aktiviti masa senggang yang pasif adalah seperti bermain permainan video, menontot televisyen atau filem, melayari internet dan media sosial. Penglibatan pelajar membawa maksud kekerapan seseorang melibatkan diri dalam pelbagai aktiviti. Rusimah dan Zakiyah (2002) menjelaskan bahawa masa senggang adalah masa yang bebas daripada sebarang rutin kerja atau belajar yang digunakan untuk aktiviti yang menyeronokkan seperti bersukan, bersama komuniti, sukarelawan, bersama keluarga, dan sebagainya. Menjadi satu indikator penggunaan masa untuk melakukan aktiviti mengikut minat serta kesempatan masa atau peluang untuk melapangkan fikiran dan merehatkan diri. Institusi Pengajian Tinggi dilihat menjadi satu tempat yang mendedahkan pelajar kepada kemahiran insaniah melalui kokurikulum dan aktiviti sosial dalam komuniti. Kemahiran insaniah adalah penting bagi melahirkan pelajar yang berkualiti dari aspek jasmani, emosi, rohani, intelektual, dan sahsiah. Menurut Montelongo (2002), penglibatan aktif pelajar dalam aktiviti menggalakkan perubahan afektif dan kognitif, menyumbang kepada perkembangan intelektual, sosial dan emosi.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Azizan (2016) menjelaskan aktiviti sosial dibahagikan kepada dua jenis iaitu aktiviti sosial jangka masa pendek (hanya berbentuk secara sekala – *one off*) dan aktiviti sosial jangka masa panjang (dijalankan secara konsisten). Penglibatan pelajar dalam aktiviti social dalam komuniti memberikan impak positif daripada aspek pembentukan keperibadian, personaliti, nilai, jati diri, dan kepercayaan serta motivasi. Hasilnya menjadikan pelajar sebagai ikon, model, atau contoh yang terbaik kepada golongan belia yang

lain. Suzanah et.al (2014) menjelaskan aktiviti sosial dalam komuniti merupakan satu aktiviti yang mampu membentuk perubahan serta membangunkan jati diri pelajar. Di peringkat Politeknik Malaysia, Briged Yayasan Sukarelawan Politeknik atau dikenali sebagai YES! Politeknik telah diwujudkan bagi menyokong Yayasan Sukarelawan Siswa (YSS IPT) bertujuan menggalakkan penglibatan pelajar di dalam aktiviti sosial dalam komuniti. YYS IPT ditubuhkan di bawah Akta Syarikat 1965 pada 24 Ogos 2011 dengan menetapkan aktiviti-aktiviti kesukarelawanan dan komuniti khusus bagi pelajar di IPT. Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) telah mewujudkan YES! PMJB selaras dengan pembentukan Briged Yayasan Sukarelawan Politeknik. Selain itu, terdapat juga penglibatan sosial pelajar dalam komuniti melalui bidang kursus yang diambil dan juga secara sukarelawan diluar waktu politeknik. Walaupun aktiviti sosial di peringkat komuniti mendatangkan banyak manfaat kepada diri individu dan masyarakat, tetapi penglibatan pelajar secara keseluruhannya masih belum mencapai peringkat yang menyeluruh. Dzuhailmi et.al (2014) menyatakan mengenai penglibatan golongan belia adalah pada tahap yang rendah. Aktiviti sosial dilihat semakin berkurangan disebabkan oleh perubahan teknologi dimana kebanyakkan golongan belia menghabiskan masa di rumah dengan permainan video. Selain itu, Suzanah et.al (2014) menyatakan dalam penyataan masalah kajian mereka mendapati ramai pelajar terpengaruh dengan berpendapat bahawa penyertaan aktiviti sosial tidak mendatangkan faedah dan membazirkan masa serta wang ringgit. Oleh itu bukan sesuatu yang mustahil sekiranya hanya sebilangan kecil pelajar yang bergiat cergas dalam aktiviti sosial dalam komuniti berbanding dengan bilangan sebenar pelajar politeknik.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Berdasarkan isu permasalahan pada latar belakang kajian, pengkaji mengkaji dan menetapkan objektif kajian mengenai aktiviti-aktiviti yang kerap pelajar melibatkan diri dalam aktiviti komuniti sosial, mencari masalah yang menyebabkan pelajar tidak terlibat, dan faedah yang menarik pelajar untuk terlibat dalam aktiviti sosial dalam komuniti pada waktu senggang.

4.0 METODOLOGI

Kaedah kajian adalah kuantitatif deskriptif. Sampel kajian daripada 237 orang responden yang terdiri daripada pelajar Politeknik METrO Johor Bahru pada sesi semester Disember 2019 yang berada di kampus iaitu belum menjalani Pembelajaran Berasaskan Kerja (WBL). Jadual 1 menunjukkan bilangan populasi pelajar PMJB mengikut kelas.

Jadual 1: Bilangan Pelajar PMJB Mengikut Kelas Bagi Sesi Disember 2019

NO	KELAS	BILANGAN PELAJAR
01	DEN1	5
02	DEN2	29
03	DEN3	7
04	DIB1	12
05	DIB2	31
06	DIB3	12
07	DIB4	32
08	DLS1A	22
09	DLS1B	21
10	DLS2A	30
11	DLS2B	29
12	DLS3A	21
13	DLS3B	25
	JUMLAH KESELURUHAN	**276**

Berdasarkan kepada Jadual 1 mendapati jumlah keseluruhan pelajar PMJB bagi semester Disember 2019 adalah seramai 276 orang. Untuk melihat sama ada sampel kajian mewakili populasi, kajian ini telah merujuk jadual penetapan sampel dari Krejcie dan Morgan (1970), seperti pada Jadual 2.

Jadual 2: Jadual Penetapan Sampel

N	S	N	S	N	S	N	S	N	S
10	10	50	44	90	73	160	113	240	148
15	14	55	48	95	76	170	118	250	152
20	19	60	52	100	80	180	123	260	155
25	24	65	56	110	86	190	127	***270***	***159***
30	28	70	59	120	92	200	132	***280***	***162***
35	32	75	63	130	97	210	136	290	165
40	36	80	66	140	103	220	140	300	169
45	40	85	70	150	108	230	144	320	175

Nota: N mewakili populasi; S mewakili sampel. Sumber: Krejcie dan Morgan (1970)

Merujuk Jadual 2, jelaslah bahawa sampel kajian mewakili populasi pelajar PMJB dalam kampus bagi sesi Disember 2019 berdasarkan Krejcie dan Morgan (1970). Soal selidik telah diolah daripada kajian (Suzanah et al 2014). Soal selidik terdiri daripada empat bahagian iaitu Bahagian A (Maklumat Demografi Pelajar), Bahagian B (Aktiviti-Aktiviti Yang Kerap Pelajar Melibatkan Diri Dalam Aktiviti Komuniti Sosial Pada Waktu Senggang), Bahagian C (Kekangan Penglibatan Pelajar), dan Bahagian D (Faedah Yang Pelajar Perolehi). Bahagian A merangkumi tiga maklumat iaitu jantina, umur, dan bangsa. Bahagian B mengandungi sepuluh soalan item yang bertujuan melihat aktiviti yang paling kerap dilakukan dalam komuniti sosial pada waktu senggang dengan menggunakan empat skala likert (1:Tidak Pernah, 2:Kadang-kadang, 3:Kerap, dan 4:Sangat Kerap). Bagi Bahagian C mengandungi 11 item soalan dan Bahagian D mengandungi sepuluh item soalan. Setiap item soalan bagi Bahagian C dan Bahagian D menggunakan Lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006) yang mengandungi pilihan keputusan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju". Jadual 3 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 3:Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap dimensi Bahagian B dan Bahagian C

FAKTOR	***JUMLAH ITEM***	***RELIABILITI***
Bahagian B (AKTIVITI YANG KERAP DILAKUKAN)	10	0.847
Bahagian C (KEKANGAN)	11	0.920
Bahagian D (FAEDAH)	10	0.927

Daripada dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua setiap dimensi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Dari dapatan tersebut, ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan responden memahami setiap item soalan. Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriktif bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan "Statistics Package of the Social Science" (SPSS23). Satu titik potong (*cut-off point*) digunakan bagi memudahkan perbincangan dapatan kajian berdasarkan nilai min yang diperolehi. Jadual 4 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 4: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 5: Demografi Responden

No	Demografi	Pengelasan	Kekerapan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	84	35.4
		Perempuan	153	64.6
02	Umur	18 – 22 tahun	224	94.5
		23 – 27 tahun	10	4.2
		> 27 tahun	3	1.3

03	Bangsa	Melayu	213	89.9
		Cina	1	0.4
		India	22	9.3
		Lain-lain	1	0.4

Responden kajian terdiri daripada pelajar lelaki (35.4%) dan pelajar perempuan (64.6%). Bagi kategori umur, sebahagian besar pelajar berusia dalam lingkungan 18 hingga 22 tahun dengan 224 orang (94.5%), 10 orang di kalangan usia 23 hingga 27 tahun (4.2%) dan selebihnya 3 orang (1.3%) berusia melebihi 27 tahun. Responden berbangsa Melayu melibatkan 213 pelajar (89.9%), diikuti 22 orang berbangsa India (22%), dan 1 orang (0.4%) bagi setiap bangsa Cina dan Lain-lain.

Jadual 6: Aktiviti Yang Kerap Dilakukan Pelajar Pada Waktu Senggang

	Mean	**Sd**
AKTIVITI DI PUSAT IBADAT	2.4388	0.8396
GOTONG-ROYONG	2.3671	0.8662
SUKAN	2.8776	0.7520
REKREASI	2.8608	0.7983
RUKUN TETANGGA / KEJIRANAN	2.3713	0.8668
PERSATUAN BELIA	2.1519	0.9490
SAMBUTAN PERAYAAN	2.8523	0.8178
KENDURI	2.7215	0.8120
KEMATIAN	2.1392	0.8743
BENCANA ALAM	1.9620	0.8941

Tiada nilai min yang mencatatkan nilai yang tinggi pada Jadual 6. Namun dapatan yang menunjukkan tiga min tertinggi bagi aktiviti penglibatan pelajar ialah Sukan (2.8776), Rekreasi (2.8608) dan Sambutan Perayaan (2.8523). Suzanah et.al (2014) menyatakan sukan merupakan kegiatan yang memerlukan ketangkasan atau kemahiran serta tenaga dan kebiasaan dilakukan sebagai acara hiburan sama ada untuk tujuan pertandingan mahupun aktiviti untuk menyihatkan badan. Keterlibatan pelajar dalam aktiviti fizikal menjurus kepada faktor intrinsik berbanding ektrinsik, berfokuskan faktor kesihatan dan kecergasan (Abd Aziz et al, 2018). Kepelbagaian bangsa di Malaysia pula menggalakkan budaya kerja berpasukan dalam pelbagai etnik dan bangsa, antaranya adalah melalui penganjuran acara sambutan perayaan (Ab Rahman et al, 2018).

Persatuan belia dilihat mencatatkan ketiga min paling rendah. Ini ada dinyatakan melalui kajian Rosmahalil (2017) yang memetik kenyataan dari Presiden Majlis Belia Malaysia (MBM) yang menyatakan bahawa aktiviti sosial dalam komuniti lebih dilihat sebagai untuk mengisi masa lapang semata-mata dan keterlibatan pelajar bergantung kepada peristiwa dan motif tertentu sahaja. Min terendah adalah aktiviti Bencana Alam iaitu 1.9620. Kurangnya keterlibatan dalam aktiviti berkaitan bencana alam adalah kerana faktor Malaysia sebagai negara beriklim khatulistiwa. Pada tahun 2019, Malaysia hanya ditimpa bencana alam seperti banjir, ribut dan tanah runtuh berskala kecil. Persatuan belia dilihat mencatatkan ketiga min paling rendah.

Jadual 7: Kekangan Pelajar Tidak Terlibat Dalam Aktiviti Sosial Di Peringkat Komuniti

	Mean	**Sd**
KELUARGA	2.7764	1.2641
KURANG MINAT	3.1983	1.1997
KEKANGAN MASA	3.4135	1.1339
MALU	3.3080	1.1654
TIDAK DIBERI PELUANG	3.3460	1.1078
MAKLUMAT AKTIVITI PERSATUAN TIDAK DISEBAR LUAS	3.4135	1.0843
PEMIMPIN KOMUNITI KURANG AKTIF	3.3418	1.0682
MPP KURANG AKTIF	3.1646	1.1398
TIDAK GEMAR BERSOSIAL	3.1350	1.1566
AKTIVITI YANG KURANG MENARIK	3.3080	1.1284
KETIADAAN PERSATUAN KOMUNITI DI KAWASAN SETEMPAT	3.2911	1.0675

Kesemua dapatan penyataan pada Jadual 7 menunjukkan nilai min yang sederhana. Dapatan menunjukkan faktor-faktor pelajar tidak terlibat dalam aktiviti sosial di peringkat komuniti. Tiga faktor utama dengan min tertinggi ialah Kekangan Masa (3.4135), Maklumat Aktiviti Persatuan Tidak Disebar Luas (3.4135) dan Tidak Diberi Peluang (3.3460). Ini menunjukkan pelajar PMJB mengalami isu dan masalah dalam melibatkan diri dalam aktiviti sosial di peringkat komuniti disebabkan oleh kekangan masa, maklumat tidak disebarkan secara efektif, dan tidak diberikan peluang untuk menyertai.
Pelajar PMJB menghadapi kekangan dari aspek masa disebabkan kebanyakkan pelajar banyak menghabiskan masa di rumah atau keluar berjalan-jalan bersama rakan-rakan. Selain itu, terdapat juga pelajar yang melakukan pekerjaan bagi mendapatkan sumber kewangan. Maklumat berkenaan aktiviti sosial di peringkat komuniti juga tidak disebarkan secara meluas dan efektif. Kebanyakan maklumat aktiviti sosial yang bukan dari PMJB tidak dapat sampai kepada pelajar mahupun pihak Hal Ehwal Pelajar PMJB. Ini menyebabkan pelajar tidak menyertai sebab kekurangan maklumat mengenai aktiviti yang dijalankan. Selain itu, daripada dapatan menunjukkan terdapat pelajar yang tidak diberikan peluang untuk menyertai aktiviti sosial. Ini berpunca daripada kebanyakkan program atau aktiviti sosial hanya melibatkan kumpulan atau kelas tertentu sahaja. Pihak Hal Ehwal Pelajar PMJB terpaksa menentukan kumpulan atau kelas dan menghadkan penyertaan untuk menjalankan aktiviti sosial berdasarkan keperluan penyertaan dan budget peruntukkan.

Jadual 8: Faedah Daripada Penyertaan Dalam Aktiviti Sosial Di Peringkat Komuniti

	Mean	**Sd**
MENINGKATKAN PENGARUH DALAM KOMUNITI	3.9916	0.8437
MENINGKATKAN MOTIVASI KEPIMPINAN	4.1392	0.6901
MENAMBAHKAN RAMAI KENALAN	4.1603	0.7128
MENAMBAHKAN SUMBER PENDAPATAN	3.8228	0.8843
MENGURANGKAN TEKANAN (STRESS)	4.0549	0.7873
MENAMBAH ILMU KEAGAMAAN	4.1814	0.7047
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI	4.1477	0.7185
MENINGKATKAN KEMAHIRAN KOMUNIKASI	4.1983	0.6940
MENGERATKAN HUBUNGAN PERSAUDARAAN	4.1857	0.7417
MEMBENTUK SEMANGAT BERKUMPULAN	4.2278	0.7298

Setiap penyataan pada Jadual 8 mencatatkan nilai min yang tinggi. Ini menunjukkan pelajar PMJB sedia maklum mengenai manfaat dan faedah yang mereka perolehi apabila melibatkan diri dalam aktiviti sosial dalam komuniti. Faedah-faedah penyertaan pelajar PMJB dalam aktiviti sosial peringkat komuniti ditunjukkan di dalam Jadual 8, min tertinggi ialah Membentuk Semangat Berkumpulan (4.2278), Meningkatkan Kemahiran Komunikasi (4.1983) dan Mengeratkan Hubungan Persaudaraan (4.1857). Aktiviti sosial melibatkan kegiatan dan aktiviti diperlukan bagi melengkapi kursus pembelajaran dan pengajaran (PdP) di PMJB dalam membentuk kemahiran insaniah pelajar. Aktiviti sosial bersama komuniti mewujudkan kemahiran komunikasi melalui interaksi dan tindak balas sosial melalui aktiviti berkumpulan membentuk pelajar menjadi modal insan yang berkualiti bagi mengisi keperluan pekerjaan.

6.0 KESIMPULAN

`Pengisian masa senggang melalui aktiviti-aktiviti yang bersesuaian seperti aktiviti sosial membantu untuk membentuk kesejahteraan sosial pelajar yang baik dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, dan seterusnya memberi kesan positif kepada diri pelajar, keluarga, masyarakat, dan negara. Kajian keseluruhannya mendapati pelajar sedia maklum mengenai faedah yang mereka perolehi apabila melibatkan diri dalam aktiviti sosial, tetapi atas sebab kekangan seperti masa, kekurangan maklumat aktiviti, dan tidak diberikan peluang menyebabkan pelajar tidak mengikuti aktiviti tersebut. Oleh itu, pihak yang berkaitan perlu melihat perkara berkenaan bagi meningkatkan penglibatan pelajar dalam aktiviti sosial dalam komuniti.

Pengkaji mencadangkan bagi kajian akan datang untuk menjalankan beberapa kajian memfokuskan kepada faktor penglibatan pelajar dan corak pilihan aktiviti sosial dikalangan pelajar. Faktor-faktor ini

diperlukan bagi perancangan pembangunan komuniti melalui program pendidikan, latihan kemahiran, vokasional dan lain-lain yang berkaitan bagi memberi ruang dan akses kepada individu menceburkan diri yang seterusnya membantu memajukan diri dan komuniti. Secara keseluruhannya, kajian telah berjaya mencapai objektif kajian yang telah dinyatakan oleh pengkaji.

RUJUKAN

Ab Rahman, H., Jaafar, H., dan Mohaed Nasiruddin, B. N. (2018), "*Keterlibatan Mahasiswa Dalam Aktiviti Kersukarelawan dan Hubungannya Dengan Kemahiran Sosial*", 4th International Conference on Information Technology and Society

Abu Bakar, S., Omar, N., Zakaria, A., dan Abd Wahab, H. (2016), "*Intervensi Sosial Untuk Komuniti Tersisih: ke Arah Pembangunan Ummah*", Jurnal Hadhari: An International Journal

Abd Aziz, Z. F., dan Salamuddin, N. (2018), "*Motivasi intrinsik dan Ektrinsik Yang Mempengaruhi Penglibatan Pelajar UKM Untuk Melakukan Aktiviti Fizikal*", Jurnal Sosial Sains dan Kemanusiaan Politeknik & Kolej Komuniti

Azizan Bahari. (2016), "*Kesukarelawanan*", Kangar: Pustaka Qarya.

Dzuhailmi, D., Steven Eric, K., Azimi, H., & Abd. Hadi, S. (2014), "*Pegangan agama dalam kalangan belia pelbagai kaum di Malaysia*", Journal of Social Sciences and Humanities

Esa, A., Md Yunos, J. & Noraini. (2004), "*Peranan Kokurikulum Dalam Pembangunan Kemahiran Generik*", Jurnal Sains Sosial

Jumat, Suzanah and Andi Maddukelleng, Andi Muhammad Yusuf and Omar, Muhamad Roslan and Awang, Mohd Mahzan and Ahmad, Anuar. (2014), "*Penglibatan Pelajar Universiti Terhadap Aktiviti Sosial Dalam Komuniti Pada Waktu Senggang: Kajian Perbandingan di Malaysia dan China*", International Social Development Conference 2014

Montelongo, R. (2002), "*Student Participation in College Student Organizations: A Review of Literature*", Journal of the Indiana University Student Personnel Association

Robert V. Krejcie dan Daryle W. Morgan (1970), "*Determining Sample Size for Research Activities*", Educational and Psychological Measurement.

Rosmahalil Azrol bin Abdullah (2017), "*Motivasi Penglibatan Pelajar UTHM Terhadap Aktiviti Kesukarelawan*", Fakulti Pendidikan Teknikal Dan Vokasional, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia

Rusimah Sayuti Dan Zakiyah Jamaluddin (2002), "*Hubungan Antara Keaktifan Dalam Aktiviti Waktu Lapang Dan Kepuasan Pengisian Waktu Lapang Dengan Kesejahteraan Hidup*", Tesis Sarjana Pendidikan UUM, Sintok.

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Wiersma W (1995), "Research Methods in Education: An Introduction", Boston: Allyn an Bacon

Kesediaan Pelajar Untuk Melibatkan Diri Dalam Aktiviti Kokurikulum Tanpa Mata Kredit Di Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah

Mohamad Norizham Hamzah[1], Noor Azalina Khalil[2], Mohd Faizal Jamaludin[3]

[1,2,3]Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah, Kulim, Kedah

ABSTRAK

Penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum dijangka berupaya membina kemahiran generik seperti etika kerja yang positif, kemahiran berkomunikasi, kerja berpasukan dan kepimpinan kepada pelajar. Set kemahiran sebegini seterusnya mampu melahirkan graduan yang berketrampilan dan berdedikasi untuk mempromosikan diri di alam pekerjaan kelak. Kajian ini bertujuan untuk menilai faktor-faktor penyumbang yang mendorong penglibatan pelajar dalam kelab, persatuan atau sukan tanpa mata kredit. Instrumen kajian merupakan set soal selidik dengan tahap kebolehpercayaan 0.965 melalui kajian rintis sebanyak 30 orang. Data dikumpul dan dianalisis menggunakan SPSS untuk mendapatkan peratus dan min. Sampel kajian dijalankan terhadap 511 orang dari keseluruhan populasi pelajar PTSB. Dapatan kajian menunjukkan responden memberi maklum balas positif terhadap penglibatan pelajar terhadap aktiviti di PTSB, pelaksanaan aktiviti kokurikulum, sahsiah dan peribadi pelajar, sikap pelajar dalam kerja berkumpulan atau pasukan dan kepimpinan pelajar dengan skor keseluruhan adalah 4.142. Keseluruhannya, kajian ini menunjukkan pelajar berpendapat bahawa mereka bersedia untuk melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum tanpa kredit yang ditawarkan oleh pihak PTSB.

Kata Kunci: Kokurikulum tanpa mata kredit, penglibatan pelajar

1.0 PENGENALAN

Kokurikulum adalah satu aktiviti pengajaran dan pembelajaran selain dari proses pembelajaran yang formal dalam kelas. Biasanya kokurikulum ini banyak melibatkan aktiviti seperti persatuan, kelab, dan sukan. Aktiviti kokurikulum seperti ini biasanya memberi kesan terhadap selain dari akademik dalam bilik kuliah seperti ciri kepimpinan, sosial, jati diri dan lain-lain. Kenyataan ini disokong oleh Abdullah Sani Yahaya (2005) yang menyatakan bahawa kokurikulum ialah segala aktiviti kurikulum yang dilakukan di luar bilik darjah dan di luar waktu pelajaran formal.

Selain pelajar mempunyai kemahiran formal yang didapati melalui kuliah-kuliah akademik, pelajar seharusnya memiliki sifat-sifat profesional yang lain agar dapat mempergunakan bakatnya dalam bidang pekerjaan kelak. Sifat bekerjasama, kepimpinan, pembuat keputusan adalah antara elemen-elemen yang terpenting bilamana mereka bergelar sebagai seorang pekerja. Kekurangan kemahiran seperti etika kerja yang positif, kemahiran berkomunikasi, kerja berpasukan dan kepimpinan dilihat sebagai kayu pengukur kepada kebolehpasaran graduan Malaysia.

Menurut Esa (2004), antara kemahiran- kemahiran yang cuba diterapkan didalam aktiviti kokurikulum ialah kemahiran generik. Kemahiran generik ialah kemahiran umum yang penting dikuasai oleh individu untuk melaksanakan sesuatu pekerjaan, pendidikan dan kehidupan (Kearns,P., 2001). Sehubungan dengan itu jenis kemahiran generik yang ditinjau dalam kajian ini adalah kemahiran komunikasi (Communication Skills), bekerja dalam kumpulan (Teamwork), penyelesaian masalah (Problem Solving), keyakinan diri (Self-Esteem) dan fleksibel.

Objektif utama kajian dijalankan bagi mengenalpasti tahap kesediaan pelajar Politeknik Tuanku Sultanah Bahiyah (PTSB) dalam menyertai aktiviti kokurikulum yang tidak mempunyai mata kredit. Hasil kajian juga akan memberi jawapan kepada soal-selidik yang diedarkan bagi mengenalpasti faktor-faktor atau dorongan yang ada untuk kesediaan pelajar dalam menyertai bidang kokurikulum ini.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Penglibatan dalam kegiatan kokurikulum juga mampu membentuk peribadi seseorang individu. Antara perkembangan individu yang diharapkan melalui kegiatan kokurikulum adalah seperti membentuk sahsiah yang positif dan seterusnya dapat membentuk generasi yang berketrampilan. Ini disokong oleh Nurul Ainshah Bt Hj. Awang Kechik (2006), yang menyatakan bahawa kegiatan kokurikulum mampu membentuk watak dan peribadi seseorang pelajar.

Selain itu, kokurikulum juga dapat memberi peluang untuk mempraktiskan pengetahuan pelajar dalam situasi yang ada kaitan dengannya. Pengalaman- pengalaman seperti ini akan meluaskan lagi pandangan dan pengetahuan pelajar, seterusnya menghasilkan perkembangan dan kematangan fizikal, mental, sosial dan emosi pelajar dalam keadaan yang lebih bermakna, riang dan menyeronokkan. Dalam satu kajian yang dijalankan di Universiti Teknologi Malaysia mendapati 254 orang responden dari Fakulti Pendidikan UTM sebagai sampel mendapati bahawa faktor rakan sebaya memainkan peranan yang penting serta dapat mempengaruhi pelajar melibatkan diri dalam aktiviti (Yahya dan Noor Atiqah,2009).

Menurut E., Pei Sze (2007), beliau mengenalpasti bahawa faktor dorongan ibubapa, rakan sebaya dan guru juga memainkan peranan penting dalam memupuk minat pelajar dalam menyertai kokurikulum di peringkat sekolah. Kajian yang telah dijalankan di sekolah menengah daerah Johor Bahru yang melibatkan 100 orang pelajar tingkatan 4. Menurut Hassan dan Junaidah (2010), dalam kajiannya di Universiti Teknologi Malaysia mendapati daripada 333 orang responden merasakan penyertaan aktif dalam bidang kokurikulum akan menjejaskan pencapaian akademik mereka.

Disamping cemerlang dalam bidang akademik, pelajar-pelajar juga berpotensi untuk meningkatkan pengetahuan seperti menjadi usahawan. Melalui kajian terhadap 333 orang responden dari kalangan pelajar Jabatan Sukan, Kokurikulum dan Kebudayaan Politeknik Kota Bharu menyatakan bahawa mereka bermotivasi untuk menceburi bidang perniagaan da menjadi seorang usahawan (Mohamad Anuar dan Azmi (2018). Menurut Tengku Azmie, Nur Amalina dan Rosnani (2018) mendapati bahawa tidak terdapat perbezaan yang ketara dari segi pencapaian akademik pelajar sebelum dan selepas menyertai aktiviti kokurikulum seperti menyertai sukan dan kelab. Hal ini melibatkan responden seramai 104 orang pelajar pelajar di Politeknik Kota Bharu. Namun begitu, bagi para pelajar yang menyukai gaya hidup aktif di kampus seharusnya bijak dalam menguruskan masa agar dapat mengimbangi antara akademik dan kokurikulum.

3.0 METODOLOGI KAJIAN

Teknik pengumpulan data yang terlibat dalam kajian ini ialah teknik pengumpulan data primer. Kajian rintis telah dijalankan terhadap 30 orang responden dan mendapati nilai alpha cronbanch adalah sebanyak 0.965. Sehubungan itu, nilai kebolehpercayaan terhadap soalan dalam soal selidik ini adalah tinggi. Ini menunjukkan set instrumen ini boleh digunapakai bagi pelaksanaan kutipan data daripada responden yang telah dikenalpasti. Kajian ini, menggunapakai data primer yang digunakan adalah data yang diperolehi dari responden yang ditetapkan melalui borang soal selidik *Google Form.*

Seramai 511 orang responden telah dipilih untuk mejawab borang soal selidik ini dari keseluruhan pelajar 3501 orang sehingga sesi Jun 2020. Berdasarkan kepada Krejcie dan Morgan (1970), seramai 346 orang pelajar sudah memadai untuk bilangan pelajar keseluruhan. Set soal selidik yang digunakan dalam kajian ini terdiri daripada beberapa bahagian iaitu aspek demografi, penglibatan pelajar terhadap aktiviti di PTSB, pelaksanaan aktiviti kokurikulum, sahsiah dan peribadi pelajar, sikap pelajar dalam kerja berkumpulan atau pasukan dan kepimpinan pelajar.

3.1 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Dapatan kajian diperolehi melalui edaran borang soal selidik secara atas talian yang diedarkan kepada 511 responden. Secara keseluruhannya, kesemua data yang diperolehi dianalisis menggunakan perisian *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 23 dan Microsoft Excel 2016. Analisis data menggunakan analisis kuantitatif bagi mencari nilai min.

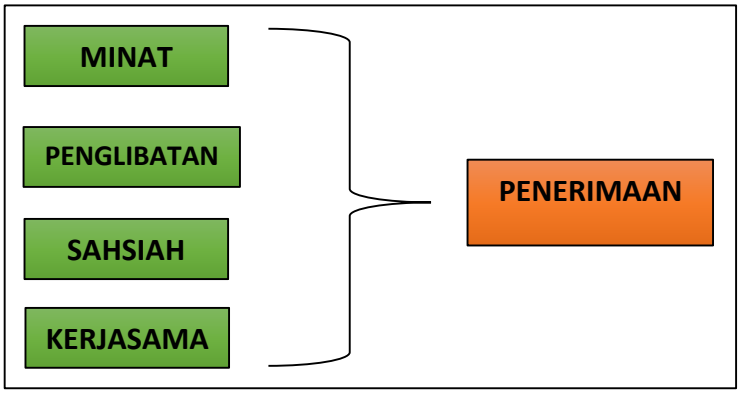
3.2 ANALISIS SKOR MIN

Analisis skor min digunakan bagi menjawab soalan kajian melalui skala Likert. Kajian ini mengelaskan bahagian-bahagian soalan kepada beberapa skop tumpuan yang diwakili oleh bahagian soalan C, D, E, F dan G soal selidik seperti dalam jadual 1 berikut. Data yang diperolehi dianalisis untuk mendapatkan nilai min bagi setiap bahagian.

Jadual 1: Pembahagian Soalan dan Skop Tumpuan

Bahagian	Skop Tumpuan	Kecenderungan
C	Penglibatan Pelajar Terhadap Aktiviti Di PTSB	Minat
D	Pelaksanaan Aktiviti Kokurikulum	Penglibatan
E	Sahsiah dan Peribadi Pelajar	Sahsiah
F	Sikap Pelajar dalam Kerja Berkumpulan/Pasukan	Kerjasama
G	Kepimpinan Pelajar	Penerimaan

Rajah 1 menunjukkan bahawa skop tumpuan minat, penglibatan, sahsiah dan kerjasama yang menjurus atau mendorong seseorang pelajar itu melibatkan diri (penerimaan) dalam aktiviti seperti kelab, persatuan atau sukan (seperti yang dinyatakan dalam soalan bahagian G).



Rajah 1: Skop Tumpuan

Melalui analisis menggunakan perisian SPSS, didapati bahawa tahap kecenderungan Rendah, Sederhana dan Tinggi mewakili nilai-nilai seperti yang dinyatakan dalam jadual 2.

Jadual 2: Tahap Kecenderungan Bahagian C

Tahap Kecenderungan	Nilai
Rendah	1.00 – 3.67
Sederhana	3.68 – 4.33
Tinggi	4.34 – 5.00

Jadual 3: Penglibatan Pelajar Terhadap Aktiviti Di PTSB

No	Item	Tahap Kekuatan	Tahap Kecenderungan
C1	Saya selalu menyertai aktiviti sukan yang dianjurkan oleh Institusi	3.90	Sederhana
C2	Saya menyertai aktiviti sukan di institusi dengan rela hati dan kerana minat	4.00	Sederhana
C3	Aktiviti sukan yang saya sertai mampu menyemai nilai dan etika positif terhadap diri saya	4.20	Sederhana
C4	Minat, bakat serta kemahiran yang saya ada dapat disalurkan melalui aktiviti sukan	4.10	Sederhana
C5	Saya bersedia untuk menyertai jenis sukan/kelab/persatuan tambahan selain dari sukan/kelab/persatuan yang diwajibkan institusi.	4.0	Sederhana
C6	Saya sanggup meluangkan masa untuk sukan/kelab/persatuan tambahan yang saya sertai.	3.9	Sederhana
Purata Min		**4.01**	**Sederhana**

Merujuk kepada jadual 3, purata min secara keseluruhannya berada pada tahap kekuatan 4.01 iaitu tahap **sederhana**. Didapati bahawa dapatan untuk penyertaan pelajar dalam sesuatu bidang sukan dengan rela hati dan kerana minat berada pada tahap yang **sederhana** iaitu 4.00 (soalan C2). Ini menunjukkan bahawa disamping penglibatan aktiviti kokurikulum atas dasar minat, bakat serta kemahiran para responden dapat dibentuk.

Seterusnya, melalui analisis menggunakan perisian SPSS, didapati bahawa tahap kecenderungan Rendah, Sederhana dan Tinggi mewakili nilai-nilai seperti yang dinyatakan dalam jadual 4.

Jadual 4: Tahap Kecenderungan Bahagian D

Tahap Kecenderungan	Nilai
Rendah	1.00 – 4.00
Sederhana	4.01 – 4.50
Tinggi	4.51 – 5.00

Jadual 5: Pelaksanaan Aktiviti Kokurikulum

No	Item	Tahap Kekuatan	Tahap Kecenderungan
D1	Aktiviti kelab/persatuan mampu memberi kecerdasan jasmani serta fizikal terhadap diri saya	4.30	Sederhana
D2	Saya menyertai aktiviti kelab/persatuan di institusi dengan RELA HATI dan kerana minat	4.10	Sederhana
D3	Aktiviti kelab/persatuan mampu membina emosi yang positif melalui semangat bekerjasama dalam pasukan	4.20	Sederhana
D4	Pengalaman yang saya lalui mampu menjadikan saya bersikap progresif dan berdaya saing	4.30	Sederhana
Purata Min		**4.23**	**Sederhana**

Jadual 5 menunjukkan hasil dapatan bagi pelaksanaan aktiviti kokurikulum. Berdasarkan Item D1 dan D4 iaitu aktiviti kelab atau persatuan mampu memberi kecerdasan jasmani serta fizikal dan bersikap lebih progresif dan berdaya saing terhadap diri responden mencatatkan skor min antara paling tinggi iaitu 4.30. Hal ini menunjukkan bahawa aktiviti luar kelas dapat memberi ketahanan mental dan fizikal serta memberi peluang kepada mereka untuk mengamalkan gaya hidup aktif dan sihat. Purata min juga mencatatkan nilai tahap kekuatan dalam julat yang **sederhana** iaitu 4.23.

Melalui analisis menggunakan perisian SPSS, didapati bahawa tahap kecenderungan Rendah, Sederhana dan Tinggi mewakili nilai-nilai seperti yang dinyatakan dalam jadual 6.

Jadual 6: Tahap Kecenderungan Bahagian E

Tahap Kecenderungan	Nilai
Rendah	1.00 – 4.00
Sederhana	4.01 – 4.50
Tinggi	4.51 – 5.00

Jadual 7: Sahsiah dan Peribadi Pelajar

No	Item	Tahap Kekuatan	Tahap Kecenderungan
E1	Aktiviti ini berupaya memperkembangkan kecerdasan emosi saya ke tahap yang lebih matang	4.20	Sederhana
E2	Aktiviti ini mampu memberi tumpuan kepada daya berfikir secara kritis dan kreatif	4.20	Sederhana
Purata Min		**4.20**	**Sederhana**

Jadual 7 memperlihatkan item yang berfokuskan kepada menjadikan anggota badan yang sihat dan cerdas. Kecerdasan emosi juga akan baik di dorong oleh kecerdasan fizikal yang dipraktikkan. Bahagian ini memperolehi julat min yang **sederhana** iaitu 4.20. Ini kerana responden sedar akan pengamalan hidup sihat yang akan membawa kepada kecerdasan mental dan fizikal.

Jadual 8 menunjukkan tahap kecenderungan Rendah, Sederhana dan Tinggi mewakili bahagian F. Nilai-nilai adalah seperti yang dinyatakan dalam jadual 8.

Jadual 8: Tahap Kecenderungan Bahagian F

Tahap Kecenderungan	Nilai
Rendah	1.00 – 4.00
Sederhana	4.01 – 4.33
Tinggi	4.34 – 5.00

Jadual 9: Sikap Pelajar dalam Kerja Berkumpulan/Pasukan

No	Item	Tahap Kekuatan	Tahap Kecenderungan
F1	Aktiviti ini memberi peluang berbincang secara terbuka dengan ahli kumpulan	4.20	Sederhana
F2	Aktiviti ini membuatkan saya berinteraksi dengan ahli kumpulan dengan baik	4.20	Sederhana
F3	Aktiviti ini membentuk saya mempelbagaikan kekuatan dalam kalangan ahli kumpulan sebagai kekuatan diri	4.20	Sederhana
F4	Saya mampu memimpin kumpulan jika diperlukan	3.90	Rendah
F5	Aktiviti ini mampu menjadikan matlamat kumpulan sebagai matlamat diri	4.10	Sederhana
F6	Saya rasa bangga jika ahli kumpulan mencapai kejayaan	4.40	Tinggi
Purata Min		**4.16**	**Sederhana**

Secara puratanya, skor min bagi jadual 9 berada pada tahap kekuatan yang **sederhana** iaitu dengan nilai 4.16. Ini mengambarkan bahawa, penglibatan pelajar dalam sesuatu aktiviti seperti sukan, kelab dan persatuan mampu melahirkan individu yang mampu berkomunikasi, bekerjasama, membuat keputusan dan bersikap terbuka. Antara 6 soalan yang diajukan, didapati bahawa untuk seseorang pelajar itu bertindak sebagai seorang pemimpin, perlu di garap lagi. Didapati bahawa pada bahagian ini, skor min adalah 3.90 sahaja jika dibandingkan dengan soalan-soalan lain yang mencatatkan lebih dari nilai min 4.10.

Melalui analisis menggunakan perisian SPSS, didapati bahawa tahap kecenderungan Rendah, Sederhana dan Tinggi mewakili nilai-nilai seperti yang dinyatakan dalam jadual 10.

Jadual 10: Tahap Kecenderungan Bahagian G

Tahap Kecenderungan	Nilai
Rendah	1.00 – 3.96
Sederhana	3.97 – 4.38
Tinggi	4.39 – 5.00

Jadual 11: Kepimpinan Pelajar

No	Item	Tahap Kekuatan	Tahap Kecenderungan
G1	Saya mampu menilai dan menerima pendapat orang lain	4.20	Sederhana
G2	Saya mampu menentukan perkara mana yang utama	4.10	Sederhana
G3	Saya berusaha melakukan yang terbaik untuk menyelesaikan tugas dan tanggungjawab	4.30	Sederhana
G4	Saya mampu menilai kekuatan dan kelemahan diri	4.10	Sederhana
G5	Saya berupaya menilai kesan daripada setiap tindakan dan keputusan yang dibuat	4.10	Sederhana
G6	Saya mempunyai kemahiran mengawal tekanan dengan baik	4.0	Sederhana
G7	Saya boleh bertoleransi dengan ahli kumpulan yang berbeza pandangan	4.10	Sederhana
G8	Saya berupaya menilai diri dan orang lain dengan baik	4.0	Sederhana
Purata Min		**4.11**	**Sederhana**

Menurut skor min dalam jadual 11, item pada G3 iaitu berusaha melakukan yang terbaik untuk menyelesaikan tugas dan tanggungjawab mempunyai julat min tertinggi iaitu sebanyak 4.30. Ini menunjukkan bahawa kebanyakkan responden mampu melakukan tugas yang diberikan/diarahkan dengan baik. Jika dibandingkan dengan soalan pada bahagian F4 iaitu sebanyak 3.90. Ini mungkin boleh dikatakan bahawa pelajar PTSB lebih selesa sebagai orang yang menerima arahan tugas daripada menjadi seorang yang bertindak sebagai orang yang mengarahkan sesutu tugas. Secara keseluruhan, untuk bahagian G, tahap kekuatan min adalah sebanyak 4.11.

Jadual 12: Korelasi

	Minat	Penglibatan	Sahsiah	Kerjasama	Penerimaan
Minat	1.00				
Penglibatan	***0.73*****	1.00			
Sahsiah	***0.73*****	***0.75*****	1.00		
Kerjasama	***0.70*****	***0.71*****	***0.75*****	1.00	
Penerimaan	***0.62*****	***0.60*****	***0.64*****	***0.66*****	1.00

**. Korelasi adalah signifikan pada tahap 0.01 (2 arah)

Berdasarkan kepada jadual 12, merupakan korelasi *Pearson* di antara kesemua faktor kajian ini iaitu minat, penglibatan, sahsiah, kerjasama dan penerimaan. Secara keseluruhannya, kesemua faktor mempunyai perkaitan yang positif dan signifikan. Sebagai contoh, terdapat perkaitan yang signifikan dan positif di antara faktor kerjasama dengan tahap penerimaan pelajar melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum tanpa mata kredit dengan nilai korelasi 0.70. Ia menunjukkan bahawa semakin tinggi tahap kerjasama yang diperolehi oleh pelajar sewaktu melibatkan diri dalam aktiviti kokurikulum tanpa mata kredit, tahap penerimaan mereka untuk melibatkan diri dengan aktiviti berkenaan turut meningkat.

Berdasarkan kepada jadual 13, menunjukkan dapatan analisis multivariat yang mengukur secara serentak, tahap perkaitan di antara kesemua faktor yang berkaitan dengan tahap penerimaan pelajar ke atas penyertaan dalam aktiviti kokurikulum tanpa mata kredit iaitu minat, penglibatan, sahsiah dan kerjasama. Secara ringkasnya, kajian ini mendapati hanya tiga faktor sahaja mempunyai perkaitan signifikan dan positif dengan tahap penerimaan pelajar iaitu faktor minat, sahsiah dan kerjasama.

Jadual 13: Koefisien

	Beta	Std. Error	t	Sig.
C	***0.56***	0.07	7.97	0.00
Minat	***0.17***	0.05	3.59	0.00
Penglibatan	0.09	0.05	1.68	0.09
Sahsiah	***0.22***	0.06	3.78	0.00
Kerjasama	***0.30***	0.05	6.22	0.00

R^2 terselaras = 0.507

Faktor penglibatan didapati tidak mempunyai perkaitan yang signifikan dengan tahap penerimaan pelajar dalam aktiviti kokurikulum tanpa mata kredit. Nilai R^2 (*Adjusted* R^2) kajian ini adalah 0.507 menunjukkan secara relatifnya sebanyak 50.7 peratus daripada kesemua faktor- faktor yang dikaji berupaya menerangkan perkaitan dengan tahap penerimaan pelajar dalam penyertaan aktiviti kokurikulum tanpa mata kredit. Keseluruhannya, kajian ini telah mengenalpasti bahawa faktor kerjasama mempunyai perkaitan positif dan signifikan yang paling tinggi dengan nilai (0.30) diikuti oleh faktor sahsiah (0.22) dan minat (0.17).

4.0 KESIMPULAN

Secara amnya, jika dilihat purata bagi setiap bahagian skop tumpuan seperti dalam jadual 13, dapat digambarkan bahawa persepsi pelajar terhadap keberkesanan membentuk kemahiran generik melalui aktiviti kokurikulum berada pada tahap kekuatan yang **sederhana** iaitu nilai min antara 4.01 hingga 4.23. Didapati bahawa nilai purata yang didapati untuk menjawab persoalan kajian yang utama iaitu "Saya menyertai aktiviti kelab/persatuan/sukan (tanpa mata kredit) di institusi dengan rela hati, minat dan sanggup meluangkan masa adalah sebanyak 4.0 (soalan C2,C5,C6 dan D2). Ini menunjukkan bahawa kesediaan pelajar untuk menyertai aktiviti seperti sukan, kelab dan persatuan (tanpa mata kredit) amat memberansangkan atau berada pada tahap **sederhana.**

Jadual 14: Purata min yang mewakili setiap bahagian

Bahagian	Item	Purata Min	Tahap Kecenderungan
C	Penglibatan Pelajar Terhadap Aktiviti Di PTSB	4.01	Sederhana
D	Pelaksanaan aktiviti kokurikulum	4.23	Sederhana
E	Sahsiah dan peribadi pelajar	4.20	Sederhana
F	Sikap pelajar dalam kerja berkumpulan atau pasukan	4.16	Sederhana
G	Kepimpinan Pelajar	4.11	Sederhana

Didapati purata min untuk setiap bahagian adalah tinggi iaitu melebihi 4.00. Item bahagian D adalah yang paling tinggi iaitu penyumbang sebanyak 4.23. Ini menunjukkan pelajar berminat dengan aktiviti kokurikulum yang di tawarkan oleh kelab tersebut. Aktiviti yang ditawarkan dapat membantu mereka melepaskan tekanan dan memberi emosi yang positif semasa berada di PTSB. Manakala item bahagian C pula memberi nilai purata min yang paling rendah iaitu sebanyak 4.01.

Ini menunjukkan pelajar menyertai kelab atau persatuan bukan semata-mata untuk mengasah sifat kepimpinan. Mereka menjadikan kelab atau persatuan ini sebagai satu platform untuk membesarkan jaringan sosial mereka di PTSB.

RUJUKAN

Boon, Y. (2007). *Persepsi, Minat dan Faktor-faktor Penglibatan Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum di Sebuah Sekolah Menengah di Daerah Johor Bahru* (Doctoral dissertation, Universiti Teknologi Malaysia).

Esa, A. (2007). *Penerapan kemahiran generik menerusi kokurikulum di politeknik bagi memenuhi keperluan industri di Malaysia* (Doctoral dissertation, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia).

Esa, A., Md Yunos, J., & Kaprawi, N. (2005). Membangun kemahiran generik menerusi persatuan dan kelab di Politeknik Malaysia. *Jurnal Personia Pelajar*, (9), 59-76.

Haji Awang Kechik, N. A., & Ismail, S. (2006). *Persepsi Pelajar-pelajar Terhadap Faktor-faktor Yang mempengaruhi Kegagalan Dalam Pencapaian Matlamat kokurikulum Di Sekolah Menengah Sekitar Daerah Maran, pahang. Satu Tinjauan* (Doctoral dissertation, Universiti Teknologi Malaysia).

Kearns, P. (2001). Generic skills for the new economy: A review of research relating to generic

Krejcie, R. V., & Morgan. D.W (1970). Determining sample size for research activities, Education and Psychological Measurement. *Educational & Psychological Measurement, 607-610.*

Mohamad Anuar Seman & Azmi Mat Rais (2018). Niat Menceburi Bidang Keusahawanan Dalam Kalangan Pelajar Jabatan Sukan, Kokurikulum Dan Kebudayaan Politeknik Kota Bharu. *Jurnal Penyelidikan dan Kajian, Vol. 5, 2018*

Salleh, J. M. (2009). *Penglibatan pelajar tahun satu dalam aktiviti kolej kediaman di Universiti Teknologi Malaysia, Skudai, Johor Darul Takzim* (Doctoral dissertation, Universiti Teknologi Malaysia).
skills. *National Center for Vocational Education Research, Adelaide*.

Tengku Azmie bin Raja Hassan, Nur Amalina Binti Mohd Nazri & Rosnani Binti Hassan (2018). Hubungan Penglibatan Pelajar Dalam Bidang Sukan Dengan Pencapaian Purata Nilai Mata (PNM). Jabatan Kejuruteraan Mekanikal dan Unit Latihan dan Pendidikan Lanjutan Politeknik Kota Bharu. *Jurnal Penyelidikan dan Kajian, Vol. 5, 2018 National Conference on Co-Curriculum and Entrepreneurship Development (NCCED'18).*

Yahaya, A. S. (2005). *Mengurus hal elwal pelajar*. PTS Professional.

Yahya Buntat & Noor Atiqah Sulaiman (2009). Kesediaan Pelajar Wanita Melibatkan Diri Dalam Aktiviti Kolej Kediaman.

Penglibatan Pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim Johor Bahru Dalam Program Kesukarelawan

Mohd Zairi bin Husain, PhD[1] & Julia binti Jantan[2]

[1]IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru
[2]Politeknik METrO Johor Baharu

ABSTRAK

Salah satu daripada Watak Temenggong ialah budaya kesukarelawan. Selain daripada itu, 4K (kemahiran, kejurulatihan, kepegawaian dan kepengelolaan) dalam pembangunan insaniah pelajar-pelajar IPGM salah satu daripadanya ialah kesukarelawanan. Kesukarelawanan ini seakan sinonim dengan budaya IPGM ke arah kemenjadian pelajar sebagai persediaan untuk menjadi seorang guru permulaan yang *multi-tasking.* Justeru itu, penghayatan dan amalan budaya kesukarelawanan perlu diberikan perhatian kerana aktiviti sukarelawan yang dilaksanakan tanpa penghayatan pastinya tidak memberikan faedah kepada pesertanya. Objektif kajian ini adalah menentukan tahap penghayatan pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim (IPGKTI) berdasarkan tiga konstruk penghayatan iaitu tahap penglibatan, persepsi dan amalan. Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan dilakukan di IPGKTI yang melibatkan populasi seramai 825 responden berumur antara 18 hingga 23 tahun. Responden diberikan soal selidik untuk menjawab persoalan kajian ini. Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan. Hasil kajian menunjukkan tahap penglibatan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan sebelum memasuki institusi ini pada tahap sederhana. Walau pun dapatan penglibatan mereka sederhana, dapatan persepsi dan amalan adalah pada tahap yang tinggi. Ini memberi gambaran bahawa pelajar tidak diberikan pendedahan dan peluang untuk terlibat dalam aktiviti kesukarelawanan semasa di sekolah. Responden sangat teruja dengan program kesukarelawanan sekiranya mereka diberi peluang untuk terlibat secara langsung. Oleh itu, berdasarkan hasil kajian dapat disimpulkan bahawa ruang dan peluang perlu diberikan seluas-luasnya kepada para pelajar agar mereka lebih matang dan secara tidak langsung dapat meningkakan keyakinan serta jati diri sebagai seorang guru permulaan yang berdaya saing. Cadangan hasil daripada kajian ini ialah semua pelajar di bawah Kementerian Pelajaran Malaysia perlu diberikan pendedahan terhadap aktiviti kesukarelawanan yang berimpak tinggi pada skala yang besar.

Kata Kunci: Tahap penglibatan, persepsi, amalan, semangat kesukarelawan

1.0 PENGENALAN

Institusi Pendidikan Guru Malaysia adalah satu institusi yang khusus diujudkan bagi melahirkan golongan yang berpendidikan tinggi terlatih (siswa guru) untuk menjadi seorang guru sekaligus menjadi teladan kepada anak murid. Sebagai seorang yang memberi teladan, bakal guru harus menjadi contoh terbaik kepada pelajar serta masyarakat setempat. Kendall & Associates, 1990 menyatakan penglibatan siswa guru dalam aktiviti kesukarelawan boleh memupuk sikap tanggungjawab terhadap isu-isu sosial di dalam masyarakat. Melalui aktiviti kesukarelawanan ini siswa guru akan terlibat secara langsung dalam proses membantu menyelesaikan masalah ketidakseimbangan di dalam masyarakat yang berkaitan. Aspek nilai sosial dalam diri mahasiswa berubah dengan ketara kesan dari penglibatan dalam aktiviti kesukarelawan (Mabry, 1998). Perubahan nilai sosial ini adalah hasil dari pengalaman mereka berkomunikasi dengan pelbagai lapisan masyarakat semasa menjalankan aktiviti sukarelawan berbanding dengan mahasiswa yan tidak pernah melibatkan diri dengan sebarang aktiviti sukarelawan. Ini disokong oleh Astin & Sax (1998), di mana selain daripada rasa tanggungjawab membantu masyarakat yang memerlukan, penglibatan dalam aktiviti sukarelawan memberi impak yang positif terhadap pencapai mahasiswa dalam kurikulum dan juga ko-kurikulum. Selain dari itu, mahasiswa juga mempunyai displin diri yang tinggi, berkeyakinan dan bijak mengurus masa hasil dari penglibatan mereka dalam aktiviti kesukarelawan (Haski-Leventhal et. al., 2008).

Sukarelawan boleh didefinisikan sebagai pekerjaan tanpa upah (Shweiki & Mauck, 1993). Kemp (2002) dan Finkelstein et.al. (2007) juga memberi definisi yang hampir sama iaitu sukarelawan

adalah individu yang melakukan aktiviti amal tanpa mengharapkan apa jua bentuk ganjaran. Sukarelawan adalah individu yang meluangkan masa lapang mereka dengan melakukan aktiviti kemasyarakatan tanpa mengharapkan mana-mana pihak atau organisasi untuk memberikan sebarang ganjaran (Cnaan et.el., 1996). Penglibatan dalam aktiviti kesukarelawan memberikan banyak impak yang positif, antaranya adalah tahap keperibadian berada pada tingkat yang lebih tinggi berbanding dari mereka yang tidak pernah melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawan (Mellor et.al, 2009).

Sukarelawan adalah individu yang melibatkan diri dalam sesuatu aktiviti secara sukarela. Kebanyakan sukarelawan melakukan aktiviti sukarela ini pada waktu lapang mereka bagi membantu golongan masyarakat yang memerlukan samada secara berkumpulan atau secara individu. Aktivit sukarelawan boleh dilakukan dalam berbagai bentuk dan kaedah yang sesuai dengan keperluan masyarakat/individu yang dibantu. Antara kaeadah yag boleh digunakan adalah khidmat nasihat, bimbingan, kaunseling, motivasi, gotong royong, kerja berkumpulan, penggunaan pelbagai kemahiran, terapi dan proses pemulihan dan penggunaan teknologi (Bahari, 2006). Kaedah yang pelbagai ini digunakan dalam aktiviti sukarelawan di dalam pelbagai bidang pula. Ini kerana keperluan masyarakat adalah perbeza mengikut situasi mereka. Oleh yang demikian sebaran aktiviti sukarelawan ini boleh mencakupi bidang-bidang seperti pendidikan, ekonomi, ketatanegaraan, keagamaan, hak asasi manusia, alam sekitar, kepenggunaan, kepekaan gender, kebajikan dan lain-lain bidang yang diperlukan. Latarbelakang individu yag terlibat dalam kesukarelawan juga adalah berbeza. Perbezaan ini dapat dilihat dari segi bangsa, agama, usia, latarbelakang pendidikan, status perkahwinan, kerjaya dan jantina. Menurut kajian yang dijalankan oleh Rahman, 2018 golongan yang cenderung menyertai aktiviti sukarelawan adalah golongan lelaki dewasa, manakala dari status perkahwinan, kebanyakkan mereka yang bujang gemar menyertai kesukarelawan. Selain dari itu, Rahman, 2018 juga mendapati mereka yang berpendidikan tinggi dan mempunyai status kerjaya yang bagus selalunya lebih ramai yang menyertai aktiviti sukarelawan.

Sifat sukarelawan yang melakukan aktiviti tanpa mengharapkan balasan dipercayai didorong oleh beberapa faktor. Antara faktornya adalah sukarelawan ingin memberikan sumbangan dan manfaat kepada masyarakat yang terlibat di samping membina sikap suka membantu orang lain serta memupuk kasih sayang antara sesama manusia. Sering dilihat faktor ini adalah faktor positif yang ada dalam diri seorang sukarelawan, walaubagaimana pun, terdapat juga segelintir sukarelawan yang melibatkan diri dalam aktiviti sukarelawan kerana faktor kepentingan peribadi seperti mahukan kedudukan yang tertinggi dalam masyarakt, dipandang hebat oleh orang sekeliling, inginkan pangkat dan status yang tinggi dan lain-lain kepentingan peribadi. Oleh yang demikian, segelintir sukarelawan yang berkepentingan peribadi ini dikategorikan sebagai sukarelawan yang tidak sejati dan tidak memahami dan menghayati tujuan utama melakukan aktiviti sukarelawan. Penghayatan dan pemahaman terhadap tujuan utama aktiviti sukarelawan ini penting kerana ia memberikan roh kepada kerja sukarela agar mereka ini dapat melakukan aktiviti sukarela dengan penuh keikhlasan dan sifat ihsan (Bahari, 2006).

Sebagai kesimpulannya, aktiviti sukarela adalah aktiviti yang dilakukan bagi membantu masyarakat dari segi kebajikan, berkhidmat ke arah kebaikan, memberi kesejahteraan dan membantu golongan yang memerlukan samada dilakukan secara individu, berkumpulan, organisasi dan sebagainya. Bantuan dan sumbangan yang diberikan tidak sahaja tertakluk kepada bantuan kewangan atau harta benda semata-mata, sumbangan juga boleh diberikan dalam bentuk masa, tenaga, dan sokongan dari segi mental, fizikal dan juga spiritual.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Pastinya penglibatan seseorang dalam kegiatan kesukarelaan mempunyai matlamat atau tujuan tertentu. Kebiasaannya faktor keterlibatan ini berkaitan dengan pengalaman hidup atau kronologi hidup seseorang (Abdullah, S., 2001). Robert Coles (2004), dalam kajiannya cuba meneroka alam idealisme kesukarelaan di Amerika Syarikat, iaitu tentang apa-apa yang menggerakkan dan mempertahankannya, tentang bagaimana ia diutarakan dan diungkapkan, dan tentang kepentingannya terhadap individu serta masyarakat. Meskipun latar belakang sejarah dan budayanya berbeza, tetapi ternyata, justeru

kesukarelaan adalah nilai yang sejagat, ia juga relevan dengan sejarah dan budaya masyarakat-masyarakat di wilayah-wilayah yang lain.

Coles menggariskan lapan faktor mengapa seseorang itu terlibat dengan kesukarelawanan. Faktor pertama ialah perjuangan sosial dan politik untuk menuntut kemerdekaan atau memperbaiki nasib bangsa dan negara. Faktor yang kedua, ialah rasa prihatin yang timbul dalam diri untuk menaburkan bakti dan khidmat kepada masyarakat dengan berbuat sesuatu. Faktor ketiga, ialah akibat pengalaman peribadi atau tragedi yang berlaku terhadap diri sendiri atau orang yang terdekat dan tersayang. Faktor keempat, ialah keinginan berbuat amal dengan memberikan sumbangan dalam bentuk wang atau barangan. Faktor kelima, ialah untuk mendapatkan keredhaan Tuhan, iaitu mengikut ajaran agama. Faktor keenam, ialah menyertai kerja-kerja dan program-program kesukarelaan yang didokong oleh kerajaan atau bukan kerajaan. Faktor ketujuh, ialah sebagai khidmat kepada negara dan faktor yang kelapan, ialah bagi memenuhi keperluan psikologi.

Justeru itu, pengkaji merasakan kajian ini perlu dijalankan dalam kalangan pelajar-pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru kerana data yang tepat berkaitan penglibatan mereka dalam aktiviti kesukarelawanan tiada. Pengkaji juga tidak mengkaji lapan faktor yang dinyatakan oleh Coles. Apa yang akan dikaji dinyatakan dalam objektif kajian.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah untuk;

1. mengenalpasti latar belakang dan penglibatan pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim Johor dalam dengan kegiatan kesukarelawanan;
2. mengetahui persepsi pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim Johor dalam dengan kegiatan kesukarelawanan; dan
3. mengenalpasti amalan kesukarelawanan yang diceburi oleh pelajar IPG Kampus Temenggong Ibrahim Johor.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini merupakan kajian berbentuk tinjauan dengan menggunakan reka bentuk tinjauan keratan lintang *(cross-sectional survey)* secara kuantitatif dan dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif. Menurut Malhotra, Sham, & Crsip (1996), reka bentuk keratan-lintang melibatkan kaedah pengumpulan data terhadap satu jenis sampel daripada populasi yang dikaji secara sekali sahaja berdasarkan kepada atribut responden yang sedia ada. Manakala, analisis deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menghuraikan ciri-ciri variable (Chua, 2006). Analisis deskriptif seperti frekuensi, min, mod, median, peratusan dan sisihan piawai digunakan untuk mencapai objektif kajian yang pertama.

4.1 Instrumen Kajian

Kajian ini menggunakan soal selidik dan ujian signifikan untuk mengukur objektif kajian. Berikut adalah instrumen yang digunakan dalam penyelidikan.

4.1.1 Bahagian A: Demografi responden.

4.1.2 Bahagian B: Penglibatan dengan aktiviti kesukarelawanan. Diukur dengan menggunakan soal selidik yang mengandungi 6 soalan yang menanyakan tentang penglibatan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan sebelum memasuki dan semasa belajar di IPGKTI.

4.1.3 Bahagian C: Persepsi terhadap aktiviti kesukarelawanan. Diukur dengan menggunakan soalan yang mengandungi 17 item soalan dengan menggunakan skala likert 4 mata bagi kategori jawapan (1) Sangat tidak setuju; (2) Tidak setuju; (3) Setuju; dan (4) Sangat setuju. Nilai kebolehpercayaan untuk kajian ini adalah tinggi iaitu 0.737.

4.1.4 Bahagian D: Amalan terhadap aktiviti kesukarelawanan. Diukur dengan menggunakan soal

selidik yang mengandungi 5 soalan yang menanyakan tentang amalan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan semasa belajar di IPGKTI.

4.2 Populasi dan Sampel Kajian

Dalam kajian ini populasi kajian merujuk kepada pelajar atau siswa guru yang sedang mengikuti pengajian di IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru, Johor. Sampel kajian adalah terdiri daripada 825 orang pelajar yang sedang mengikuti pengajian mereka di IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru, Johor dan kesemua mereka terdiri daripada pelbagai bangsa, jabatan dan tahun pengajian.

4.3 Penganalisaan Data

Data kajian dianalisis dengan menggunakan *IBM SPSS for Windows version 16.0*. Statistik deskriptif digunakan untuk mencapai objektif kajian sepertimana yang dinyatakan.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Demografi

Seramai 825 orang responden telah menyertai kajian ini. Daripada jumlah tersebut seramai 263 orang atau 32% responden adalah lelaki dan 562 orang atau 68% responden adalah perempuan. Jumlah opsyen yang terlibat ialah sebanyak 9 opsyen iaitu Bahasa Melayu, Bahasa Cina, Bimbingan dan Kaunseling, Matematik, Pendidikan Agama Islam, Pendidikan Jasmani, Sains, Reka bentuk dan Teknologi dan TESL.

5.2 Penglibatan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan

Bahagian ini mengandungi 6 soalan yang mengunakan ujian signifikan untuk menjawabnya. Dapatan kajian ditunjukkan dalam jadual 1 di bawah:-

BAHAGIAN B: PENGALAMAN KESUKARELAWANAN			**N**	**%**
1	Adakah anda pernah terlibat dengan program kesukarelaan di peringkat sekolah?	Ya	615	75
		Tidak	210	25
2	Apakah yang anda faham berkenaan dengan kesukarelaan?	Kerja kemasyarakatan	233	28
		Kerja tanpa ganjaran / bayaran	78	9
		Kerja yang dilakukan dengan sukarela	514	62
3	Apakah tahap penglibatan tertinggi anda dalam program kesukarelaan?	Antarabangsa	1	0
		Nasional	123	15
		Kolej	150	18
		Persatuan	50	6
		Kelab	301	36
		Rakan	200	24
4	Siapakah dan apakah pendorong anda terlibat dengan kesukarelaan?	Rakan	200	24
		Diri sendiri	55	7
		Ibu bapa	51	6
		Pensyarah	100	12
		Adik beradik	0	0
		Media	0	0
		Diwajibkan oleh IPG	199	24
		Merit kolej kediaman	211	26
		Lain-lain	9	1
		Tidak berkenaan	0	0

5	Apakah faktor pendorong untuk menyertai aktiviti sukarela?	Minat	211	26
		Kepuasan hidup	55	7
		Kesedaran diri	50	6
		Pengiktirafan (mendapatkan sijil)	395	48
		Membantu keterampilan diri	105	13
		Keusahawanan	9	1
6	Apakah faktor yang difikirkan oleh anda yang menyebabkan pelajar IPG tidak terlibat dengan badan sukarela?	Tiada maklumat	12	1
		Tidak berminat	15	2
		Tiada masa	195	24
		Beban akademik yang padat	603	73

5.3 Persepsi terhadap aktiviti kesukarelawanan

Bahagian ini mengandungi 17 soalan yang mengunakan skala likert 4 mata. Dapatan kajian ditunjukkan dalam jadual 2 di bawah:-

ITEM	SOALAN	SKALA							
		1		2		3		4	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1	Lebih bertanggungjawab	0	0	0	0	75	9	750	91
2	Tingkatkan keyakinan diri	0	0	0	0	25	3	800	97
3	Tingkakan kemahiran komunikasi	0	0	0	0	10	1	815	99
4	Tingkatkan keprihatinan kepada orang lain	0	0	0	0	155	19	670	81
5	Tingkatkan peluang pekerjaan	0	0	0	0	506	61	319	39
6	Meluaskan pergaulan sosial dan kenalan	0	0	0	0	15	2	810	98
7	Tingkatkan motivasi diri	0	0	0	0	26	3	799	97
8	Menambah ilmu pengetahuan	0	0	0	0	20	2	805	98
9	Kesukarelawanan sebagai subjek kokurikulum	0	0	0	0	60	7	765	93
10	Aktiviti sukarela di IPGM	0	0	32	4	361	44	432	52
11	Galakan keluarga ceburi kesukarelawanan	0	0	111	13	355	43	359	44
12	Galakan kawan ceburi kesukarelawanan	0	0	0	0	350	42	475	58
13	Terus melibatkan diri selepas pengajian	0	0	234	28	312	38	279	34
14	Lakukan aktiviti kesukarelawanan tanpa ganjaran	0	0	0	0	344	42	481	58
15	Sedia menyertai aktiviti kesukarelawanan	0	0	212	26	513	62	100	12
16	Kesukarelawanan patut diwajibkan	56	7	421	51	233	28	115	14
17	Memberi pendedahan kepada keusahawanan	0	0	224	27	345	42	256	31

5.4 Amalan terhadap aktiviti kesukarelawanan

Bahagian ini mengandungi 5 soalan yang mengunakan ujian signifikan untuk menjawabnya. Dapatan kajian ditunjukkan dalam jadual 3 di bawah:-

BAHAGIAN D: AMALAN KESUKARELAWANAN			N	%
1	Pada pendapat anda, apakah sumber yang paling berkesan untuk menyampaikan maklumat tentang aktiviti sukarela?	Rakan / saudara-mara	85	10
		Organisasi / IPTA	315	38
		Televisyen	125	15
		Media sosial	300	36
		Risalah	0	0
		Surat khabar	0	0
		Lain-lain	0	0
2	Pada pendapat anda, siapakah peranan utama dalam usaha memupuk semangat sukarela?	Kerajaan	55	7
		Pemimpin pelajar	125	15
		Kepimpinan IPG	340	41
		Keluarga	58	7
		Pemimpin setempat	25	3
		Diri sendiri	222	27
		Lain-lain	0	0
3	Apakah aktiviti sukarela yang anda minati?	Sukan dan rekreasi	135	16
		Alam sekitar	212	26
		Sosial dan kebudayaan	27	3
		Pusat Jagaan / Rumah Kebajikan / Rumah Perlindungan	58	7
		Bencana alam	112	14
		Agama	150	18
		Pendidikan dan latihan	45	5
		Penyelidikan	6	1
		Keusahawan	80	10
		Lain-lain	0	0
4	Apakah kumpulan sasaran yang anda minati untuk didekati dan bekerja secara sukarela?	Remaja / Belia	267	32
		Kanak-kanak / Anak yatim	156	19
		Orang kurang upaya	186	23
		Warga emas	98	12
		Wanita / Ibu tunggal	118	14
		Lain-lain	0	0
5	Adakah anda bersedia untuk menjadi sukarelawan?	Ya	715	87
		Tidak	110	13

5.5 Perbincangan

Individu yang banyak melibatkan diri dalam aktiviti sukarela dilihat lebih baik dalam membuat keputusan dan penyelesaian masalah. Mereka juga boleh menjadi pemimpin yang cemerlang di masa hadapan (Brennan et.al, 2007). Sifat insaniah ini dapat dipertajamkan kerana pelajar-pelajar yang melakukan akriviti sukarela ini terdedah kepada pelbagai masalah semasa menjadi sukarelawan, dan mereka dilatih untuk membuat keputusan dan ini sekaligus mengasah bakat mereka untuk menjadi pemimpin yang cemerlang, peka dan prihatin. Pelajar-pelajar ini dapat digilap bakat mereka kerana keterlibatan dalam aktiviti sukarela memberikan impak yang positif berbanding jika mereka hanya

duduk membuang masa seperti bermain permainan internet dan melayan media sosial sahaja. Pelajar-pelajar juga mendapat pengalaman yang luas, dapat berinteraksi dengan golongan yang dewasa dan menjadikan mereka lebih matang dan berketrampilan. Pernyataan ini disokong oleh Jufitri, 2010, di mana dalam kajian beliau mendapati belia yang menyertai aktiviti sukarela mendapat banyak impak positif terutamanya dari segi pengalaman, kematangan, pemikiran dan kemandirian. Menurut kajian yang dijalankan oleh StreetGames, 2014, dapatan menunjukkan peningkatan dalam kemahiran organisasi, sikap tanggungjawab, kemahiran interpersonal, kepimpinan, bertoleransi serta displin yang tinggi dapat dilahirkan dalam diri belia yang menjalankan aktiviti sukarela.

Selaras dengan amalan demokrasi di Malaysia, aktiviti sukarela menjadikan belia lebih peka untuk menjaga keharmonian dan kepentingan segenap masyarakat dalam pelbagai sektor dan komuniti (Bahari, 2016). Semangat patriotisme juga dapat dipupuk melalui aktiviti sukarela seperti amalan hidup sihat, pemuliharaan alam sekitar, banuan kepada mangsa bencana alam, pembangunan komuniti luar bandar dan lain-lain aktiviti sukarela.

Melalui kajian ini, dapatan bagi persoalan kajian pertama menunjukkan 75% dari keseluruhan pelajar IPGKTI telah terlibat dalam aktiviti sukarela sebelum mereka mendaftar diri sebagai pelajar IPGKTI lagi. 36% melibatkan diri dalam aktiviti sukarela melalui penyertaan kelab samada di sekolah dan juga di IPGKTI. Sementara 26% responden pula menyatakan merit kolej kediaman menjadi pendorong utama untuk mereka melibatkandiri dalam aktiviti sukarela. 24% responden pula menyertai aktiviti sukarela kerana telah diwajibkan oleh pihak IPGKTI. Hanya 7% sahaja responden yang boleh dikira sebagai sukarelawan sejati kerana penglibatan mereka dalam aktiviti sukare adalah kerana mereka betul-betul sukarela untuk melakukan kerja-kerja amal kepada golongan yang memerlukan. Peratusan ini memperlihatkan sesuatu yang perlu diambil berat kerana untuk menjadi seorang guru yang baik jiwa pendidik haruslah tinggi di mana ianya dapat dipupuk melalui aktiviti sukarela dan peratusan ini menunjukkan jiwa kesukeralawan di kalangan siswa guru di IPGKTI adalah masih rendah. Sementelah pula kesukarelawan adalah salah satu daripada watak Temenggong, justeru Jabatan Hal ehwal Pelajar IPGKTI perlu memandang serius perkara ini dan mencari jalan yang terbaik untuk meningkatkan peratusan tersebut. Isu konsep penglibatan dalam aktiviti kesukarelawanan perlu diperbetulkan kerana sebanyak 48% responden menyatakan mereka menjadi sukarelawan hanya kerana untuk mendapatkan pengiktirafan (mendapatkan sijil) sahaja. Terdapat juga faktor lain yang menjadi penyebab kenapa pelajar IPGKTI kurang melibatkan diri dalam aktiviti sukarela. Dapatan menunjukkan faktor tersebut adalah beban akademik yang padat dan banyak (73%) dan tiada masa (24%). Faktor-faktor penyebab ini perlu diberi perhatian yang serius agar kemenjadian insan guru berjiwa pendidik dapat dilahirkan dengan cemerlang di IPGKTI.

Kesimpulan bagi persoalan kajian yang kedua menunjukkan kebanyakkan dari pelajar IPGKTI masih tidak mempunyai kesedaran tentang kebaikan dalam melibatkan diri dalam aktiviti sukarela. Ini dibuktikan dengan 51% responden rata-rata menyatakan mereka tidak bersetuju program kesukarelawan diwajibkan ke atas pelajar. Penolakan mereka ini adalah kerana faktor beban akademik yang padat dan kekurangan masa untuk melibatkan diri dalam aktiviti sukarela. Namun begitu 95% responden bersetuju bahawa mereka akan menjadi lebih bertanggungjawab dengan menyertai aktiviti sukarela, 97% responden pula bersetuju mereka dapat meningkatkan keyakinan diri hasil dari penglibatan dalam aktiviti sukarela dan 81% responden bersetuju sifat empati seperti peka dan prihatin kepada orang lain dapat dipupuk dengan melakukan aktiviti sukarela.

Akhir sekali, bagi persoalan kajian ketiga yang menyentuh tentang amalan penglibatan dalam aktiviti kesukarelawan, didapati 38% responden bersetuju institusi di mana mereka belajar adalah merupakan sumber utama dalam menyampaikan maklumat kepada mereka tentang aktiviti sukarela yang boleh mereka sertai. Manakala 41% responden pula menyatakan IPGM memainkan peranan besar untuk mengatur apa jua aktiviti kesukarelawan untuk disertai oleh pelajar IPGM. Seperti yang dinyatakan sebelum ini, aktiviti sukarela melibatkan pelbagai aktiviti dalam pelbagai bidang. Dapatan menunjukkan 26% responden gemar melibatkan diri dalam akiviti sukarela berdasarkan bidang alam sekitar, 18% berdasarkan bidang keagamaan, 16% berdasarkan bidang sukan dan rekreasi, 14% berdasarkan bidang bencana alam, 20% berdasarkan bidang keusahawanan, 7% berdasarkan bidang

kebajikan kanak-kanak/orang tua/rumah perlindungan, 5% berdasarkan bidang pendidikan dan latihan, 3% berdasarkan bidang sosial dan kebudayaan dan 1% berdasarkan bidang penyelidikan. Sebanyak 32% responden menyatakan penglibatan dalam aktiviti sukarela perlu dari golongan remaja dan belia, supaya remaja dan belia dapat menjadi insan yang bersifat empati terhadap persekitaran seterusnya menjadikan mereka bakal pemimpin yang lebih baik dan cemerlang. Sebagai kesimpulan daripada kajian yang dijalankan ini, 87% responden dari IPGKTI menyatakan mereka bersedia untuk menjadi seorang sukarelawan pada bila-bila masa yang diperlukan.

6.0 KESIMPULAN

Kesukarelawan adalah platform yang boleh menghubungkan antara satu individu dengan individu yang lain dengan memberikan manfaat kepada golongan tertentu dalam sesebuah masyarakat/komuniti. Individu yang mempunyai pemikiran dan matlamat yang sama berkaitan kesukarelawan boleh menubuhkan sebuah organisasi yang bermatlamat untuk membantu, memulih, membangun dan memperkasakan golongan yang memerlukan dan kurang bernasib baik. Bagi memastikan kesukarelawan menjadi amalan dan budaya warga sesebuah organisasi, komuniti dan negara, sokongan yang tidak berbelah bagi dari pihak tertentu seperti orang persorangan, kerajaan, badan bukan kerajaan adalah amat diperlukan. Aktiviti-aktiviti keusahawanan sosial atau tanggungjawab sosial perlu diperluaskan dan menjadi amalan supaya sumbangan belia dapat dioptimakan dalam menjana ekonomi dan pemantapan sosial keseluruhan masyarakat di Malaysia tanpa ada yang terpinggir. Dengan makmurnya aktiviti sukarelawan, diharapkan jiwa mereka yang terlibat akan lebih terdidik dengan sifat empati dan ihsan yang mendalam bagi memastikan keharmonian dan merealisasikan pembangunan masyarakat yang mampan.

Dapat disimpulkan di sini, 87% responden bersedia menjadi sukarelawan berdasarkan dapatan di mana 80% -97% responden mengakui bahawa penglibatan dalam aktiviti kesukarelawan dapat memupuk dan meningkatkan sikap tanggungjawab, keyakinan diri dan keperihatinan terhadap orang lain. Peratusan ini merupakan petanda yang baik bahawa kesediaan pelajar IPGKTI untuk melakukan kerja amal menjadi keutamaan dan membawa impak yang positif. Kekangan seperti bebanan akademik yang padat dan kekurangan waktu boleh diselaraskan dan dirancang dengan teliti supaya matlamat mendidik insan guru berjiwa pendidik dapat direalisasikan. Secara keseluruhan, nilai-nilai kesukarelawan perlu lebih kerap ditanam dan dibajai dalam diri setiap pelajar IPGKTI bagi meningkatkan rasa tanggungjawab, cinta dan sayang terhadap watak Temenggong yang dinobatkan sebagai sebahagian tonggak kemenjadian guru yang berjiwa pendidik.

Impak dari kajian ini dapat dilihat daripada pelaporan pencapaian pelajar pada semester akhir pengajian mereka melalui sistem MySMP yang dibangunkan oleh Pusat Hal Ehwal Pelajar Institut Pendidikan Guru Malaysia. Dari situ kita dapat melihat sama ada pelajar-pelajar ini memenuhi kriteria 4K (kemahiran, kejurulatihan, kepegawaian dan kepengelolaan) yang dinyataka di atas. Selain itu, ada 4K lagi kriteria yang ditetapkan menjurus kepada pembangunan insaniah iaitu kepimpinan, kerohanian, kesukarelawanan dan ketatanegaraan. Kriteria ini juga dapat dilihat dalam sistem yang dibangunkan. Jika kesemua komponen yang dinyatakan dapat dipenuhi, bermakna para pelajar boleh bergraduasi. Cadangan kepada kajian lanjutan mungkin pengkaji seterusnya boleh melihat keberhasilan konponen 4K pertama (kemahiran, kejurulatihan, kepegawaian dan kepengelolaan) yang menguji penglibatan kokurikulum pelajar dan 4K kedua (kepimpinan, kerohanian, kesukarelawanan dan ketatanegaraan) yang menguji komponen pembangunan insaniah pelajar. Di harap kajian ini memberi manafaat kepada semua pihak untuk merintis perancangan akan datang yang melibatkan kemenjadian pelajar-pelajar IPG Malaysia.

RUJUKAN

Abdullah, S. (2001). *Gerakan kesukarelaan: menjana perubahan bermakna*. Kuala Lumpur: Majlis Belia Malaysia.

Astin & Sax. (1998). *How Undergraduates Are Affected By Service Participation*. Journal of College Student Development, 39: 251-263.

Bahari, A. (2004). *Menghayati kerja sukarela*. Qarya.

Bahari, A. (2006). *Menjadi sukarelawan*. Petaling Jaya: Qarya.

Bahari, A. (2016). *Kesukarelawanan*. Kangar: Pustaka Qarya.

Benson, A. M., & Wise, N. (Eds.). (2017). *International sports volunteering*. Taylor & Francis.

Brennan, M. A., Barnett, R. V., & Lesmeister, M. (2007). *Enhancing local capacity and youth involvement in the community development process.* Journal of Community Development, 38(4), 13-27.

Chua Yan Piaw. (2006). *Kaedah dan Statistik Penyelidikan: Kaedah Pendidikan*. Kuala Lumpur: McGraw Hill.

Cnaan, R. A., Handy, F. Wadsworth, M. (1996). *Defining Who Is A Volunteer: Conceptual and Empirical Considerations, Nonprofit and Voluntary*. Sector Quarterly 3: 364–383.

Coles, R. (2004). *The call of service*. Houghton Mifflin Harcourt.

Din, W. M., Idris, F., & Tajuddin, M. (2020). *Adapting Kolb's Experiential Learning Cycle in Enhancing Attitude and Skills Among Undergraduates through Volunteerism*. Asean Journal of Teaching and Learning in Higher Education (AJTLHE), 12(2), 122-139.

Finkelstein, M. A., & Brannick, M. T. (2007). *Applying theories of institutional helping to informal volunteering: Motives, role identity and prosocial personality*. Social Behavior and Personality, 35, 101-114.

Haski-Leventhal, D., Cnaan, R., Handy, F., Brudney, J. L., Holmes, K., & Hustinx, L., (2008). *Students' vocational choices and voluntary action*: *A 12 nation study*. Vol.19(1), 1-21.

Holmes, K., & Smith, K. (2012). *Managing volunteers in tourism. Routledge*.

Jufitri Joha. (2010, Ogos 12). *Agenda transformasi belia melalui Hari Belia Antarabangsa*. Utusan Online. Dimuat turun daripada http://ww1.utusan.com.my/utusan/info.asp?y=2010&dt=0812&pub=Utusan_Malaysia&sec=Rencana&pg=re_05.htm

Kemp, S. (2002). *Volunteers Learning in the Olympics*. Journal of European Industrial Training, 26: 109-116.

Kendall, J. C., & Associates. (1990). *Combining Service and Learning*: *A Resource Book for Community and Public Service*. National Society for Internships and Experiential Education.

Kragt, D., & Holtrop, D. (2019). *Volunteering research in Australia*: *A narrative review*. Australian Journal of Psychology, 71(4), 342-360.

Mabry, J.B. (1998). *Pedagogical variations in service-learning and student outcomes: How time,*

contact and reflection matter. Michigan Journal of Community Service Learning, 5(1), 32-47

Malhotra, N.K., Hall, J., Sham, M & Crsip, M. (1996). *Marketing Research: Applied Orientation (1st Edition)*. Sydney: Prentice Hall.

Mamat, M. (2018). *Volunteering Among Students of Introduction to Management*, UKM. International Journal of Civil Engineering and Technology (IJCIET), 9(7), 448-456.

Mellor, Hayashi, Stokes. (2009). *Volunteering and Its Relationship with Personal And Neighborhood Well-Being, Nonprofit And Voluntary*. Sector Quarterly: 144–159.

Rahman, N. A. (2018). *Tahap Penglibatan Dalam Aktiviti Sukarela Dan Kesannya Terhadap Kesejahteraan Diri Golongan Awal Dewasa Di Kedah.*

Rochester, C., Paine, A. E., Howlett, S., Zimmeck, M., & Paine, A. E. (2016). *Volunteering and Society in the 21st Century*. Springer.

Shweiki & Mauck. (1993). *Volunteering In Cross-National Perspective: Initial Comparisons.* Civil Society Working Paper 10. London: London School Of Economics, Centre For Civil Society.

StreetGames (2014) *The Impact of CSYV programme – evaluation report for year six, 2012 – 2013,* [Electronic Version]. Retrieved on 7 September 2016 from http://www.streetgames.org/www/sites/default/files/streetgames%20briefing%20paper%20-%20eval%20report%202014.pdf

Kesukarelawanan Alam Sekitar: Motif Penglibatan Pelajar TVET

Nazra Binti Ismail[1], Surayah Binti Ab Rahmad[2], Nurul As'shikin Binti Ramli[3]

[1,2,3]Kolej Komuniti Bandar Penawar

ABSTRAK

Sejajar dengan teras strategik pertama Pelan Strategik Politeknik dan Kolej Komuniti 2018 – 2025, yang memberi fokus kepada menghasilkan graduan latihan pendidikan teknikal dan vokasional (TVET) berkualiti, aktiviti kesukarelawanan kini telah menjadi antara indikator utama untuk mengukur kecemerlangan sesebuah institusi. Program sukarelawan ini bukanlah sesuatu yang baru bagi mana-mana institusi TVET terutama kolej komuniti, namun pelaksanaan program sukarelawan yang melibatkan alam sekitar jarang dilaksanakan berbanding khidmat masyarakat. Justeru, kajian ini dijalankan supaya dapat mengenal pasti motif yang mendorong penglibatan pelajar kolej komuniti dalam aktiviti kesukarelawanan alam sekitar. Kajian ini mengguna pakai instrumen *Volunteer Inventory Functions* (VFI) untuk menguji motif individu yang terlibat dalam aktiviti sukarelawan. Seramai 28 orang sukarelawan pelajar yang terlibat dalam program sukarelawan alam sekitar anjuran Kolej Komuniti Bandar Penawar di Taman Negara Pulau Kukup telah menjadi responden dalam kajian ini. Data yang diperoleh telah dianalisis menggunakan perisian Microsoft Excel 2019 dan dihuraikan secara deskriptif. Hasil dapatan menunjukkan fungsi pemahaman merupakan motif yang paling signifikan berbanding fungsi lain dalam VFI dalam mendorong pelajar terlibat dalam aktiviti kesukarelawanan alam sekitar. Oleh itu, tenaga pengajar TVET disarankan lebih giat menganjurkan program sukarelawan melibatkan alam sekitar supaya pelajar bukan sahaja mendapat lebih pendedahan dan penghayatan berhubung isu global ini, malah aktiviti ini mampu membentuk individu dengan keperibadian yang cemerlang.

Kata Kunci: *kesukarelawanan, Volunteer Inventory Functions, alam sekitar, kolej komuniti*

1.0 PENGENALAN

Saban tahun di seluruh dunia, berjuta-juta orang menyumbang masa dan tenaga dalam sesuatu organisasi untuk menghulurkan bantuan kepada individu atau kumpulan yang memerlukan, sama ada dalam bentuk sokongan sosial, bantuan fizikal, konsultansi dan sebagainya, bagi memastikan mereka meneruskan kehidupan dengan lebih baik, bertindak dengan pergerakan yang telah dirancang dan menambahbaik kualiti kehidupan semasa (Stukas, Snyder dan Clary, 2016). Aktiviti ini yang lebih dikenali sebagai kesukarelawanan merupakan salah satu aktiviti penting dalam sesebuah negara walaupun tidak memberikan pulangan keuntungan sepertimana sektor ekonomi lain. Kesukarelawan di Malaysia juga tidak asing kerana pelbagai sektor dan organisasi dewasa ini sentiasa aktif menyumbang tenaga dan wang ringgit dalam usaha menjayakan sesuatu aktiviti sukarelawan.

Antara golongan yang sentiasa dikaitkan dengan aktiviti kesukarelawanan ini adalah golongan pelajar atau belia. Menurut M. Ridzuan, Nazariah dan M. Faisol (2020), dalam aspek negara Malaysia, semangat kesukarelawanan amat signifikan memandangkan negara kita mempunyai rencaman etnik. Justeru, penerapan nilai positif dalam setiap belia sangat penting supaya golongan ini tidak bersikap individualis dan mementingkan kebendaan. Kementerian Pengajian Tinggi juga mengambil berat penglibatan pelajar dalam aktiviti kesukarelawanan, dimana aktiviti ini turut menjadi petunjuk prestasi utama institusi terutama Kolej Komuniti dan Politeknik. Program kesukarelawanan merupakan antara aktiviti luar kuliah yang sering dilaksanakan oleh pelajar kolej komuniti dalam usaha melahirkan graduan Pendidikan Teknikal dan Latihan Vokasional (TVET) yang berkualiti.

Namun begitu, kebanyakan program sukarelawan yang dilaksanakan oleh institusi TVET adalah berbentuk khidmat masyarakat dan bercirikan teknikal. Aspek kelestarian alam sekitar jarang

diketengahkan dalam kalangan pelajar kolej komuniti menyebabkan amalan mesra alam sekitar kurang dipraktikkan oleh pelajar. Isu ini telah dibuktikan berdasarkan kajian oleh Hafizah et al (2013) dimana pelajar Universiti Putra Malaysia didapati kurang melakukan tingkah laku mesra alam seperti tidak mengamalkan amalan kitar semula. Penganjuran aktiviti kesedaran alam sekitar diperlukan untuk meningkatkan tahap kesedaran alam sekitar dalam kalangan masyarakat (Jamilah et al., 2011). Walaupun kempen dan informasi berkaitan isu alam sekitar banyak diperkatakan dalam media tradisional dan media baharu, namun hasilnya kurang memberi impak sebagaimana yang diharapkan.

Masalah pencemaran alam sekitar diberitakan semakin serius dari hari ke hari (M. Fazli dan Teoh, 2006). Hal ini dipengaruhi dengan sikap manusia yang kurang prihatin dalam memelihara alam sekitar sehingga memberi kesan negatif kepada alam semulajadi (Siti Rohani, 2013). Sikap masyarakat tidak bertanggungjawab terhadap alam sekitar (Jamilah et al., 2011) juga menyumbang kepada peningkatan isu alam sekitar. Walaupun kerajaan melaksanakan kempen teknologi hijau sekian lama, namun isu ini masih dipandang sepi. Amalan hijau telah lama berkembang di negara Barat, tapi masih asing dengan rakyat di Malaysia (M. Fazli dan Teoh, 2006). Justeru, pengetahuan dan tingkah laku terhadap pemuliharaan alam sekitar merupakan salah satu kriteria yang penting dalam usaha untuk memelihara alam sekitar. Peranan pelajar tidak kurangnya dalam menangani isu ini kerana golongan ini merupakan pewaris pemimpin akan datang. Pengajar dalam bidang pendidikan perlu memainkan peranan dalam membantu memberi kesedaran kelestarian alam sekitar kepada pelajar. Ini kerana tahap pendidikan yang lebih tinggi didapati mempunyai pengaruh kepada tahap pengetahuan berkaitan masalah alam sekitar (Jamilah et al., 2011)

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Berdasarkan kajian oleh Rosmahalil Azrol (2017), penganjuran aktiviti kesukarelawanan di Malaysia tidak dilaksanakan secara berterusan. Biasanya individu yang terlibat didorong oleh sesuatu kejadian yang berlaku atau motif tertentu yang perlu dicapai pada satu-satu masa. Hal ini selari dengan dapatan kajian lepas dimana keputusan sukarelawan untuk memulakan kerja sukarelawan atau menjadi sukarelawan tetap dipengaruhi oleh sama ada aktiviti tersebut bersesuaian atau memenuhi keperluan dan objektif sukarelawan tersebut (Clary et.al, 1999). Dalam kajian lain juga menyatakan motivasi mendorong minat sukarelawan terhadap aktiviti yang mereka lakukan dan mempengaruhi keputusan mereka pada masa akan datang untuk terus melibatkan diri dalam kesukarelawanan (Stukas, Snyder dan Clary, 2016). Penyataan ini disokong oleh kajian dari Jamilah, Hasrina dan Juliana (2011) yang menyatakan penganjur aktiviti kesukarelawanan perlu mendalami faktor motif penglibatan sukarelawan agar dapat meningkatkan minat mereka dan lebih komited.

Dalam kebanyakan situasi, banyak aktiviti teras kehidupan atau pergerakan sesuatu pertubuhan akan terganggu sekiranya sukarelawan tiada untuk membantu melancarkan operasi. Mengambil iktibar situasi semasa dunia hari ini, pandemik disebabkan virus korona yang melanda menyebabkan semua negara memerlukan sejumlah besar sukarelawan bagi membantu kerajaan masing-masing menangani pelbagai situasi yang berlaku disebabkan wabak ini. Dari barisan hadapan, hospital, kesihatan, psikologi, pendidikan, sosial sehinggalah sektor ekonomi, penglibatan sukarelawan dilihat memberi sumbangan yang sangat besar kepada setiap kerajaan dalam membendung penularan pandemik ini. Ini menunjukkan sukarelawan memainkan peranan yang sangat penting untuk sesebuah negara. Namun begitu, sebelum berlakunya pandemik Covid-19 ini, aktiviti kesukarelawanan hanya popular dalam beberapa bidang tumpuan sahaja. Berdasarkan Hapsah et al., (2018), golongan belia kebanyakannya menyertai aktiviti sukarelawan yang melibatkan sukan, kemasyarakatan dan badan beruniform.

Golongan belia terutama pelajar mempunyai banyak peluang untuk terlibat dalam kerja-kerja sukarelawan, terutama anjuran institusi pengajian tinggi masing-masing. Ini kerana kebanyakan tenaga pengajar terutama bidang teknikal pada masa kini banyak mempraktikkan kaedah pembelajaran berdasarkan kerja lapangan sebenar. Ini termasuklah dengan mengadakan kerja kesukarelawanan seperti sukarelawan alam sekitar dan khidmat komuniti. Martin, Slavish dan Gellock (2019) menyatakan sukarelawan dalam kalangan pelajar mempunyai peluang untuk mengaplikasikan apa yang

mereka pelajari semasa kuliah semasa kerja-kerja kesukarelawanan. Justeru, oleh kerana aktiviti kesukarelawanan sangat ditekankan dimana-mana institut pengajian tinggi, adalah penting untuk pengajar TVET mengenal pasti faktor motivasi yang mempengaruhi keinginan pelajar untuk menjadi sukarelawan. Kajian mengenai sukarelawan dan penglibatannya dari perspektif psikologi menjadi tumpuan penyelidik sejak berdekad lalu (Stukas, Snyder, & Clary, 2014). Definisi dan karakteristik kesukarelawanan sebagai sukarela kekal, pertolongan berterusan dijangkakan hanya akan produktif sekiranya diadaptasi dengan perspektif motivasi. Hal ini amat penting untuk mencari sukarelawan yang komited dalam kerja-kerja sukarelawan dengan penglibatan yang berterusan dalam jangka masa yang panjang (Clary et.al, 1999)

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah mengenal pasti motif yang mendorong penglibatan pelajar kolej komuniti dalam aktiviti kesukarelawanan alam sekitar.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini dijalankan secara kaedah tinjauan, dengan mengguna pakai instrumen Volunteer Inventory Functions (VFI). VFI yang diperkenalkan oleh Clary et al. pada tahun 1998 merupakan satu instrumen yang mengukur motif yang menyebabkan seseorang itu terlibat dalam aktiviti kesukarelawanan. Cetusan motif tercipta apabila terdapat kecenderungan yang menggesa seseorang itu bertindak dalam usaha mencapai objektifnya (Rosmahalil, 2017). Tujuan penggunaan instrumen VFI ini adalah untuk menilai faktor motivasi yang mendorong penglibatan sukarelawan. Menurut perspektif Fernando et al. dalam kajiannya pada tahun 2017, walaupun secara dasarnya aktiviti sukarelawan dilihat sama untuk semua yang terlibat, namun kemungkinan motif untuk melaksanakannya berbeza untuk setiap individu. Ironinya, seseorang sukarelawan boleh jadi didorong oleh motivasi yang berbeza dalam masa yang sama, dan motivasi ini boleh berubah mengikut masa. Clary et al., 1998 dalam kajiannya telah mengenal pasti enam fungsi motivasi yang dinilai dengan mengguna pakai *Volunteer Functions Inventory* (VFI). Namun begitu, untuk kajian kali ini, penyelidik hanya memfokuskan kepada empat nilai sahaja yang relevan dengan situasi semasa responden.

VFI untuk kajian kali ini dikonfigurasikan sebagai soal selidik 20 item, dimana lima item digunakan untuk menilai empat motif. Instrumen VFI ini mengekalkan skor asal instrumen menggunakan jenis Likert tujuh mata skala (dimana 1 mata adalah *tidak tepat sama sekali* dan 7 adalah *amat sangat tepat*). Empat motivasi yang dinilai adalah:

Kerjaya : Motivasi untuk meningkatkan pengetahuan dalam bidang tertentu berkaitan dengan perkembangan profesional dan akademik.

Sosial : Motivasi yang berkaitan dengan fungsi penyesuaian dan adaptasi

Peningkatan : Motivasi yang berfokuskan pengetahuan diri, pengembangan diri dan secara umumnya merasa lebih baik tentang diri sendiri.

Pemahaman : Motivasi yang berorientasikan untuk memperoleh dan / atau meningkatkan pengetahuan, kemahiran, pengalaman, dan sebagainya

(*Sumber: Fernando et al., 2017*)

Seramai 28 orang pelajar dipilih sebagai sampel kajian dengan merujuk kepada penentuan saiz sampel untuk aktiviti penyelidikan oleh Krejcie dan Morgan berdasarkan saiz populasi kajian (Krejcie & Morgan, 1970). Responden merupakan kumpulan pelajar yang telah menyertai aktiviti kesukarelawanan alam sekitar anjuran Kolej Komuniti Bandar Penawar di Taman Negara Pulau Kukup, Pontian, Johor. Responden terdiri daripada 39% sukarelawan lelaki dan 61% lagi merupakan

sukarelawan perempuan. Responden terdiri daripada pelajar program Sijil Teknologi Pembinaan Bangunan dan Sijil Pengoperasian Perniagaan. Soal selidik telah diedarkan secara atas talian. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan perisian Microsoft Excel 2019. Kajian ini dilaporkan secara deskriptif analisis.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Seramai 28 orang pelajar dari dua program pengajian telah menjawab soal selidik kajian ini. Jadual 1 menunjukkan pecahan responden berdasarkan program pengajian dan jantina. Sebanyak 39% responden terdiri daripada lelaki dan dari program Sijil Teknologi Pembinaan Bangunan, manakala 61% responden adalah perempuan. Sejumlah 46% darinya merupakan pelajar Sijil Pengoperasian Perniagaan manakala selebihnya 15% adalah pelajar perempuan dari Sijil Teknologi Pembinaan Bangunan.

Jadual 1: Pecahan responden mengikut program pengajian dan jantina

Program Pengajian	**Lelaki**	**Perempuan**
Sijil Teknologi Pembinaan Bangunan	11	4
Sijil Pengoperasian Perniagaan		13
	Jumlah (n)	28

Kajian kali ini hanya memberi fokus kepada empat fungsi iaitu kerjaya, sosial, peningkatan dan pemahaman sahaja. Setiap kategori fungsi mempunyai lima item dengan skala pilihan sebanyak tujuh mata iaitu Tidak Tepat Sama Sekali (TTSS), Sangat Tidak Tepat (STT), Tidak Tepat (TT), Kurang Pasti (KP), Tepat (T), Sangat Tepat (ST) dan Amat Sangat Tepat (AST). Jadual 1 di bawah merupakan analisis motif bagi kategori Kerjaya.

Jadual 2: Analisis Motif Penglibatan Sukarelawan Kategori Kerjaya (n=28)

Fungsi VFI	**Item**	**TTSS**	**STT**	**TT**	**KP**	**T**	**ST**	**AST**
Kerjaya	Sukarelawan boleh membantu saya untuk mendapatkan tempat di mana saya ingin bekerja	0.0	3.7	7.4	14.8	25.9	29.6	18.5
	Sukarelawan membolehkan saya membuat kenalan baru yang mungkin membantu pembelajaran, perniagaan atau kerjaya saya.	0.0	3.7	3.7	14.8	22.2	25.9	29.6
	Sukarelawan membolehkan saya untuk meneroka pilihan kerjaya yang berbeza	0.0	3.7	0.0	18.5	33.3	18.5	25.9
	Sukarelawan akan membantu saya untuk berjaya dalam kerjaya pilihan saya	0.0	3.7	14.8	14.8	22.2	18.5	25.9
	Pengalaman dalam kerja sukarelawan akan memberi gambaran baik dalam resume saya	0.0	3.7	0.0	11.1	11.1	37.0	37.0

Berdasarkan keputusan analisis, peratusan tertinggi direkodkan adalah pada item kerja sukarelawan memberi gambaran baik dalam resume, dimana 37% direkodkan AST dan ST. Manakala 33.3% responden menjawab T bagi item kerja sukarelawan membolehkan mereka meneroka kerjaya berbeza. Peratusan responden yang bersetuju dengan item sukarelawan boleh membantu mendapatkan tempat untuk bekerja agak rendah dimana hanya 18.5% responden yang menjawab AST.

Jadual 3: Analisis Motif Penglibatan Sukarelawan Kategori Sosial (n=28)

Fungsi VFI	Item	TTSS	STT	TT	KP	T	ST	AST
Sosial	Kawan-kawan merupakan sukarelawan	0.0	11.1	14.8	18.5	18.5	14.8	22.2
	Orang yang dekat dengan saya mahu saya menjadi sukarelawan	7.4	0.0	7.4	44.4	11.1	7.4	22.2
	Orang yang saya kenali berkongsi minat dalam melakukan khidmat komuniti	3.7	0.0	3.7	22.2	11.1	25.9	33.3
	Orang yang rapat dengan saya meletakkan nilai yang tinggi kepada khidmat komuniti	0.0	3.7	3.7	22.2	22.2	29.6	18.5
	Sukarelawan adalah satu aktiviti penting kepada orang yang rapat dengan saya	0.0	3.7	7.4	14.8	33.3	18.5	22.2

Jadual 3 pula merupakan analisis motif bagi kategori Sosial. Bagi kategori Sosial, item orang yang dekat mahu saya menjadi sukarelawan mencatatkan peratusan tertinggi bgi KP iaitu 44.4%. Manakala 33.3% responden menjawab AST bagi item orang yang dikenali berkongsi minat dalam khidmat komuniti. Item sukarelawan adalah aktiviti penting orang yang rapat dengan saya juga mencatatkan 33.3% bagi T. Bagi item orang yang rapat meletakkan nilai tinggi kepada khidmat komuniti pula hanya mencatatkan 18.5% bagi AST.

Jadual 4: Analisis Motif Penglibatan Sukarelawan Kategori Peningkatan (n=28)

Fungsi VFI	Item	TTSS	STT	TT	KP	T	ST	AST
Peningkatan	Sukarelawan membuat saya berasa amat berharga	0.0	3.7	7.4	14.8	22.2	29.8	22.2
	Sukarelawan meningkatkan harga diri (self-esteem) saya	0.0	3.7	0.0	22.2	22.2	29.6	22.2
	Aktiviti sukarelawan membuat saya rasa diperlukan	0.0	3.7	3.7	7.4	25.9	22.2	37.0
	Sukarelawan membuat saya rasa lebih baik tentang diri saya	0.0	3.7	3.7	14.8	18.5	18.5	40.7
	Sukarelawan adalah salah satu cara untuk mencari rakan baru	0.0	7.4	3.7	7.4	14.8	33.3	33.3

Jadual 4 adalah kategori Peningkatan bagi motif penglibatan sukarelawan. Responden memberi maklum balas yang tinggi bagi item sukarelawan membuat saya lebih baik tentang diri dimana 40.7% memilih AST. Manakala 33.3% memilih AST dan ST bagi item sukarelawan salah satu cara mencari rakan baru.

Jadual 5: Analisis Motif Penglibatan Sukarelawan Kategori Pemahaman (n=28)

Fungsi VFI	Item	TTSS	STT	TT	KP	T	ST	AST
Pemahaman	Saya boleh belajar banyak perkara sepanjang menjalankan khidmat komuniti.	0.0	3.7	0.0	22.2	11.1	22.2	40.7
	Sukarelawan membolehkan saya mendapat perspektif baru mengenai banyak perkara	0.0	3.7	0.0	18.5	11.1	29.6	37.0
	Sukarelawan membolehkan saya belajar secara langsung, praktikal berdasarkan pengalaman	0.0	3.7	0.0	11.1	22.2	22.2	40.7
	Saya boleh belajar bagaimana untuk berurusan dengan pelbagai jenis individu	0.0	3.7	0.0	14.8	14.8	29.6	37.0
	Saya boleh meneroka kekuatan saya sendiri melalui aktiviti sukarelawan	0.0	3.7	0.0	7.4	18.5	33.3	37.0

Jadual 5 merupakan motif penglibatan sukarelawan bagi kategori Pemahaman. Seramai 40.7% responden menjawab AST bagi item belajar banyak perkara sepanjang khidmat komuniti dan item sukarelawan membolehkan pembelajaran secara langsung dan praktikal berdasarkan pengalaman. Manakala 37% responden menjawab AST bagi item sukarelawan memberi perspektif baru, belajar berurusan dengan pelbagai individu dan meneroka kekuatan sendiri melalui sukarelawan. Ini menunjukkan kerja-kerja sukarelawan yang dijalankan oleh responden memberi impak yang tinggi kepada pemahaman kendiri.

Secara keseluruhan, kategori Pemahaman menunjukkan signifikan kepada motif keterlibatan dalam sukarelawan kerana peratus responden menjawab AST dan ST agak tinggi berbanding kategori lain. Kajian oleh Tajul dan Aishah (2013) menyokong dapatan ini dengan menyatakan motif pemahaman antara motivasi yang menyumbang kepada penglibatan sukarelawan. Manakala kategori Sosial pula peratusan menjawab AST dan ST agak rendah berbanding item lain. Ulasan Pearl dan Christensen dalam kajian mereka pada tahun 2017 juga selari dengan dapatan ini yang menyatakan fungsi sosial merupakan tarikan yang paling lemah daripada fungsi-fungsi lain dalam VFI.

Hasil dapatan dapat disimpulkan bahawa sememangnya terdapat beberapa motif yang signifikan dalam mendorong keterlibatan sukarelawan dalam kalangan pelajar kolej komuniti yang menyertai kesukarelawanan alam sekitar. Hal ini berpadanan dengan dapatan kajian oleh Clary et al., 1998 dan kajian lepas yang lain yang menekankan kesinambungan keterlibatan sukarelawan adalah bergantung kepada situasi individu, sama ada aktiviti itu bertepatan atau sebaliknya dengan motivasi mereka. Martin, Slavish dan Gellock (2019) juga membuat kesimpulan kepentingan penilaian motivasi dalam memahami kepuasan pelajar yang terlibat dalam kesukarelawanan.

6.0 KESIMPULAN

Secara kesimpulannya, penggunaan instrumen VFI berjaya memberi gambaran secara dasar mengenai motif utama yang mendorong pelajar kolej komuniti dalam aktiviti kesukarelawanan alam sekitar. Dengan mengenal pasti motif utama penglibatan sukarelawan melibatkan diri dalam aktiviti kesukarelawanan, pengajar TVET pada masa akan datang disarankan dapat mencipta aktiviti kesukarelawan yang berpadanan dan memenuhi kehendak sukarelawanan agar sukarelawan mendapat kepuasan yang lebih tinggi apabila mengikuti aktiviti kesukarelawanan dan mendorong mereka untuk terus terlibat dalam aktiviti sebegini. Kemahiran psikomotor yang ada pada pelajar TVET perlu dimanfaatkan sepenuhnya agar mereka dapat mengaplikasikan kelebihan masing-masing dalam kerja lapangan yang lebih realistik agar peningkatan kemahiran insaniah mereka dapat dikembangkan lagi sebelum melangkah ke alam pekerjaan sebenar. Penyelidik berharap pada masa akan datang, lebih banyak kajian kesukarelawanan berfokuskan TVET dapat dihasilkan dengan aspek dan dimensi yang lebih luas menggunakan teori fungsi dan model konsepsual yang berbeza.

RUJUKAN

Clary, E. G., & Snyder, M. (1999). *The Motivations To Volunteer: Theoretical And Practical Considerations*. Current Directions in Psychological Science, 8, 156-159.

Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R., Copeland, J., Stukas, A., Haugen, J. and Miene P. (1998). *Understanding and Assessing the Motivation of Volunteers: A Functional Approach*. Journal of Personality and Social Psychology, 74 (6): 1516–1530.

Hapsah Md Yusof, Nur Afifah Baharum, Nurul Ain Mohd Daud, Norazani Ahmad & Fauziah Mohd Saad (2018). *Penglibatan Belia dalam Aktiviti Sukarelawan Malaysia*. Malaysian Journal Of Youth Studies, 18, 81-92.

Jamilah H. A., Hasrina M., Hamidah A. H., & Juliana A. W. (2011). *Pengetahuan, Sikap dan Amalan Masyarakat Terhadap Isu Alam Sekitar*. Akademika 81 (3), 103-115.

Krejcie, R.V., & Morgan, D.W. (1970). *Determining Sample Size for Research Activities. Educational and Psychological Measurement, 30,* 607-610.

Martin, Tiesha R., Slavich, Mark, and Gellock, Jennifer L. (2019). *Volunteer Motivations, Satisfaction, and Future Intent: A Comparative Analysis Between Student-Athletes and Service-Learning Students*. Journal of Athlete Development and Experience, 1(3), 113-129.

Mohamad Fazli Sabri dan Teoh Yong Yong (2006). *Tahap Keprihatinan Alam Sekitar dan Amalan Kepenggunaan Hijau Pengguna di Petaling Jaya, Selangor*: Universiti Putra Malaysia Press. Vol. 14 (2), 95-109.

Muhamad Ridzuan Bin Hashim, Nazariah Osman, Mohamad Faisol Keling (2020). *Analisa Konsep Pertahanan Menyeluruh (HANRUH) dalam Program Latihan Khidmat Negara (PLKN)*. Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities, 5 (12), 207 – 216.

Muhamad, T. A., & Mohd Alauddin, A. N. (2013). *Motif Penglibatan Sukarelawan Sukan Institusi Pengajian Tinggi Terhadap Tahap Kepuasan Diri*. Jurnal Pendidikan Malaysia, 38(2), 51–59.

Pearl, A. J., & Christensen, R. K. (2017). *First-Year Student Motivations for Service-Learning: An Application of the Volunteer Functions Inventory*. Michigan Journal of Community Service Learning, 23(2), 66–82.

Rosmahalil Azrol Abdullah (2017). *Motivasi Penglibatan Pelajar UTHM Terhadap Aktiviti Kesukarelawan*. Master Tesis, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia.

Siti Rohani Johar (2013). *Kesedaran Teknologi Hijau Dalam Kalangan Universiti Tun Hussein Onn Malaysia*. Tesis Sarjana Pendidikan Teknikal dan Vokasional.

Stukas, A. A., Snyder, M., & Clary, E. G. (2014). *Volunteerism and Community Involvement: Antecedents, Experiences, and Consequences for the Person and the Situation. The Oxford Handbook of Prosocial Behavior* (459- 493). New York: Oxford University Press.

Stukas, A. A., Snyder, M., & Clary, E. G. (2016). *Understanding and Encouraging Volunteerism and Community Involvement*. The Journal of Social Psychology, 156, 243-255.

Pusat Kecemerlangan Bakat Atlet (PKBAT) Kolej Komuniti Malaysia : Isu Dan Cabaran

Mohd Azuan Bin Ali[1], Mohd Daniel Wahab[2], Nur Khairanie Ramli[3]

[1]Kolej Komuniti Jasin
[2]Kolej Komuniti Jempol
[3]Jabatan Pendidikan Politeknik & Kolej Komuniti

ABSTRAK
Pembangunan sukan dalam kalangan Majlis Sukan institusi pendidikan semakin mendapat perhatian serius termasuklah Majlis Sukan Kolej Komuniti (MASKOM). Hasilnya tertubuhlah Jawatankuasa Pusat Kecemerlangan Atlet Kolej Komuniti yang bermatlamat untuk memartabatkan pencapaian atlet Kolej Komuniti agar mampu bersaing dengan atlet Majlis Sukan yang lain .Salah satu fokus yang telah dikenalpasti ialah pembangunan sukan secara bersepadu di peringkat kolej melalui pengwujudan Pusat Sukan Tumpuan bagi beberapa acara sukan utama berdasarkan kepakaran dalaman yang dimiliki. Fokus Pusat Kecemerlangan Bakat Atelt (PKBAT) ini merupakan tanggungjawab utama di setiap PKBAT. Dalam usaha merealisasikan hasrat Pengerusi MASKOM, PKBAT menghadapi pelbagai cabaran seperti ketandusan pelajar berlatarbelakangkan sukan prestasi tinggi, kekurangan prasarana, kekangan jadual kuliah serta tanggapan negatif terhadap pencapaian atlet yang aktif bersukan. Sehubungan itu, kertas ini akan membincangkan pelbagai cabaran serta strategi yang telah dan akan dilaksanakan oleh PKBAT dalam usaha meningkatkan pencapaian atlet MASKOM dan Kolej Komuniti dalam mana-mana pertandingan dan kejohanan sukan.
Kata kunci : Pusat Kecemerlangan , Kolej Komuniti

1.0 PENGENALAN

Sukan ini telah menjadi sebahagian besar kehidupan masyarakat pada masa ini di mana banyak orang yang terlibat dalam pelbagai sukan sama ada secara profesional sebagai kerjaya atau hanya untuk kecergasan fizikal dan kesihatan. Di beberapa institusi pembelajaran, sukan adalah salah satu dari kursus pengajian. Sama seperti dalam pendidikan seorang pakar yang mempunyai pemahaman yang lebih baik mengenai sukan diperlukan untuk membantu memberikan arah,memberi arahan dan latihan individu.

Terdapat 21 Pusat Kecemerlangan Atlet (PKBAT) Kolej Komuniti seluruh Malaysia yang berperanan mengenalpasti atlet-atlet berbakat, membangun dan membudayakan sukan kepada pelajar kolej komuniti melalui pengelolaan aktiviti sukan yang berkaitan. Merancang dan melaksanakan program pembangunan sukan yang terpilih secara sistematik dan berterusan melalui program yang telah dirancang menerusi PKBAT. Oleh yang demikian,pasti terdapat banyak isu dan cabaran dalam usaha Kolej komuniti menerusi program PKBAT ini melaksanakan program dan hasrat yang ingin dicapai. Antara isu yang paling popular dalam kalangan PKBAT adalah masalah kekurangan pelapis baru, menyediakan infrastruktur sukan yang baik, menyediakan jurulatih atau tenaga pakar dalam bidang sukan berkaitan dan melaksanakan program persediaan atlet.

PKBAT (Objektif PKBAT seperti dalam Rajah 1) berperanan utama dalam pencaraian bakat atlet dalam kalangan pelajar kolej komuniti dan pembangunan kendiri atlet melalui program mobiliti sukan, kepimpinan sukan, kesukarelawanan, kelab penyokong, pembangunan kelab-kelab sukan, Terapi Sukan dan pendidikan pengembangan sukan selaras dengan usaha pihak Majlis Sukan Kolej Komuniti Malaysia yang telah melaksanakan pelbagai usaha untuk membangunkan bidang sukan kolej komuniti. Namun begitu, terdapat beberapa isu dan cabran yang boleh menjejaskan pencapaian atlet dalam bidang sukan ini. Antara usaha yang dilaksanakan pihak Majlis Sukan Kolej Komuniti (MASKOM) untuk membangunkan bidang sukan dalamk alangan pelajar kolej Komuniti ialah membangunkan laman web PKBAT, memberi pengiktirafan insentif kepada para atlet yang berjaya mengharumkan nama kolej komuniti di peringkat kebangsaan mahupun antarabangsa. Misalnya, pemberian wang tunai, Sijil penghargaan dan bantuan kewangan. Pemberian pengiktirafan insentif ini mampu menaikkan semangat

para atlet untuk terus bersaing secara sihat bagi merebut gelaran pemenang dalam apa jua acara yang dipertandingkan.

Selain itu, menyediakan tempat latihan atau infrastruktur sukan yang berkualiti. PKBAT telah berusaha dengan keupayaan yang ada untuk menyediakan atau menyewa infrastruktur sukan yang berkualiti serta mengikut piawaian semasa. Perkara ini bertepatan dengan hasrat kerajaan untuk melahirkan lebih ramai atlet negara yang mampu bersaing di mata dunia. Masalah kekurangan pelajar baru yang berbakat dalam sukan, pelapis baru atau muda dalam sukan tertentu akan mempengaruhi pencapaian setiap PKBAt yang dilantik.. Menyedari hal ini, maka MASKOM melalui PKBAT perlu melaksanakan program-program pencarian bakat dan latihan sukan agar lebih ramai atlet-atlet berbakat belajar di Kolej Komuniti.

Tujuan utama penghasilan kertas kerja ini adalah mengenal pasti isu-isu utama dan cabaran dalam pembangunan sukan di kolej komuniti. Objektifnya adalah untuk mencari dan mendapatkan cadangan penyelesaian yang sesuai untuk mengurangkan isu yang berkaitan.

Rajah 1 : Objektif PKBAT Kolej Komuniti

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Bakat adalah istilah yang biasa digunakan dalam masyarakat dan dapat diterapkan di beberapa domain termasuk pendidikan, muzik, dan sukan. Walaupun biasa digunakan, definisi bakat tidak konsisten dan tidak jelas, yang membawa kepada percanggahan dalam masyarakat dan sains. Sebagai contoh, penyelidik sering membincangkan bakat sebagai ‘kemampuan bawaan’ (Baker et al., 2018b) tetapi istilah tersebut mungkin mempunyai makna yang berlainan dalam konteks yang berbeza. Sebagai contoh, bakat dapat digunakan untuk menggambarkan kecenderungan biologi (mis., Bakat untuk bola sepak), kualiti yang dikembangkan (mis. Memupuk bakat pemain) dan juga pemain itu sendiri (mis., Bakat bola sepak). Dalam persekitaran sukan, bakat telah didefinisikan sebagai 'kehadiran atau ketiadaan kemahiran atau kualiti tertentu yang dikenal pasti pada titik waktu yang lebih awal yang berkorelasi dengan atau meramalkan prestasi masa depan ahli' (Cobley et al., 2012, p3).

2.1 Isu dan Cabaran

2.11 Jadual kuliah yang agak padat.

Faktor fokus kursus yang pelbagai berserta isu kekurangan tenaga pengajar dan prasarana akademik lantas mewujudkan senario kepadatan jadual kuliah pelajar.Akibatnya pelajar hanya memiliki masa yang terhad untuk mengulangkaji pelajarandan bergiat aktif dalam bidang sukan. Kebanyakan masa, pelajar berstatus atlet terpaksa mengabaikan kelas formal kerana pertindihan masa kelas dengan latihan sukan. Latihan sukan yang diadakan pula adalah tertakluk kepada tarikh kejohanan luar sama ada di peringkat kebangsaan atau IPT yang berbeza-beza. Ini kerana latihan sukan yang diadakan merupakan persediaan menyertai pertandingan (Issurin, 2008) di samping meningkatkan kecekapan murid atlet (Milišić, 2007).

2.12 Kekurangan pelajar cemerlang sukan.

Ramai pelajar cemerlang sukan tidak berminat untuk menjadi guru ataupun memiliki tanggapan negatif terhadap bidang sebagai pendidik.

2.2 Cabaran Dalam Akademik

2.2.1 Kekangan Pusat Sukan IPT di Malaysia.

Pembangunan sukan pelajar di IPTdipertanggungjawabkan sepenuhnya kepadaPusat Sukan. Malangnya pusat ini tidak dapatmemainkan peranan optimumnya akibatkekurangan staf, peruntukan kewangan yangterhad serta bidang tugas yang agak luas.Senario ini diburukkan lagi dengan faktorkekurangan jurulatih sukan berpengalaman untukmembimbing dan mempertingkatkan mutu sukandi Malaysia.

2.2.2 Kemudahan dan prasarana sukan yang terhad.

Kemudahan sukan dan permainan seperti padang dan gelanggang di kolej Komuniti masa kini tidak dapat menampung keperluan sukan dan riadah pelajar yang semakin bertambah. Kerapkali berlaku pertindihan penggunaan padang dan gelanggang diantara program akademik, program pembangunan pelajar dan aktiviti sukan dan riadah staf. Senario ini sedikit sebanyak menghadkan peluang pelajar untuk bersukan semaksima mungkin

2.2.3 Cabaran-cabaran lain

Kekurangan hubungan yang wujud antara persatuan sukan dengan pengurusan kolej. Perbincangan mengenai sukan yang wujud adalah terbatas Persatuan sukan hanya menerima bantuan dan sokongan kewangan yang sedikit daripada pengurusan atasan untuk kegiatan sukan
Badan-badan sukan dan pihak pengurusan kolej kurang peka terhadap keperluan masing-masing
Kurangnya kerjasama antara Unit sukan dengan pihak pengurusan tertinggi.

3. OBJEKTIF KAJIAN

1. Mengenalpasti isu-isu yang berkaitan dengan sukan yang terdapat di PKBAT Kolej Komuniti
2. Mengenalpasti cabaran-cabaran yang dihadapi oleh PKBAT Kolej Komuniti

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Penyelidikan eksperimental ini melibatkan 22 Pusat Kecemerlangan Atlet Kolej Komuniti seluruh negarayang dipilih berdasarkan lantikan yang dibuat, pelbagai pasukan di bawah jurulatih yang berlainan, dan beberapa wilayah geografi. Reka bentuk kajian yang digunakan dalam penyelidikan ini adalah kajian analitik yang melibatkan usaha untuk melihat isu serta cabatran yang dihadapi oleh PKBAT. Instrumen yang digunakan dalam kajian ini merangkumi soal selidik ringkas, borang pemerhatian, Salah satu manifestasi yang paling biasa adalah konsep pembangunan dalam sukan berlaku apabila penilaian potensi di suatu acara dikurangkan menjadi tahap prestasi semasa (Neelands, Band, Freakley, & Lind-katakan, 2005). Sudah jelas mengapa pengurangan ini berlaku, sebagai prestasi

semasa nampaknya merupakan petunjuk yang paling jelas potensi yang berpotensi (Bailey, Tan, & Morley, 2004).

Walau bagaimanapun,sebilangan besar penyelidik telah mencadangkan bahawa ini adalah kesalahan asas (Abbott, Collins, Martindale etal., 2002; Bailey & Morley, 2006; Vaeyens et al., 2008. Perjalanan dari permulaan ke golongan elit prestasi biasanya memakan masa bertahun-tahun, dan ada banyak cabaran dan rintangan di sepanjang proses menghasilkan dan menguruskan atlet yang berbakat. Untuk mencapai kejayaan dalam sukan, PKBAT harus menumpukan perhatian kepada beberapa bidang teras yang melibatkan latihan. Hasil yang diperoleh dari maklumbalas menerusi Google Docs yang dibina adalah seperti Jadual 1 :

Pusat Kecemerlangan Bakat Atlet (PKBAT) Kolej Komuniti Malaysia : Isu Dan Cabaran

Bil	Sukan	Isu	Cabaran	Catatan/CADANGAN	PKBAT
1	Badminton				KK Selandar
2	Sofball				KK Selandar
3	BolaSepak				KK Bandar Darul Aman
4	Futsal	Gelanggang yang ada di Kolej komuniti kurang memuaskan untuk membuat latihan dan pertandingan sukan Futsal, terpaksa menyewa gelanggang luar yang mengenakan bayaran sewaan. Kebanyakan pemain terdiri daripada pelajar Kolej komuniti dan tidak dapat mengadakan latihan akibat wabak Covied 19 dan PKP / PKPB / PKPP.	Tempoh pengajian yang singkat dan terikat dengan jadual pembelajaran membataskan proses untuk menjalankan latihan berterusan atlet futsal.	Membaikpulih gelanggang Futsal di Kolej Komuniti Bentong untuk tujuan latihan pusat dan kejohanan menempatkan semua pemain Futsal disatu tempat khusunya di KK BENTONG untuk menyenangkan proses latihan berterusan	KK Bentong
5	Golf	Latihan di lapangan golf sebenar sekurang-kurangnya 3 kali sebulan.	Yuran padang yang tinggi kecuali menjadi ahli kelab.	Peruntukkan yuran padang kepada pelajar.	KK Grik
6	Hoki Lelaki	Sukan hoki tidak seperti sukan lain yg boleh dimainkan di mana sahaja. Perlu padang yg khusus serta peralatan. Bakat hoki kebanyakan berada di sekolah yg memiliki kemudahan sukan ini seperti sekolah sukan dan beberapa sekolah yg mempunyai padang.	1) -Tempoh masa singkat d kolej komuniti cabaran utama membentuk pasukan yg mantap. 2) -Tidak semua bakat hoki berminat sambung pelajaran d KK.	Perlu wujudkan kerjasama dgn sekolah sukan dan sekolah yang memiliki kemudahakn sukan hoki dan perlu latihan secara berterusan sepanjang tahun.	KK Selayang
7	Hoki Wanita	Pencarian bakat agak sukar di kalangan pelajar kolej komuniti sediada. Perlu mencari bakat sukan dari sekolah sukan (bakat sediada) kerana tempoh pembelajaran yang singkat menyukarkan untuk menggilap bakat baru	Atlet di sekolah sukan kurang berminat menyambung pelajaran di kolej komuniti	Bekerjasama dengan sekolah sukan dan MSN untuk mencari atlet yang telah mempunyai bakat dan pernah bermain dan terlatih	KK Kepala Batas
8	Olahraga	fasiliti yang terhad untuk latihan.	perlu menyewa tempat latihan. kelengkapan tidak mencukupi	optimumkan fasiliti untuk latihan serta kelengkapannya.	KK Tambunan
9	Petanque				KK Kuala Langat
10	Silat	LATIHAN CARDIOVASCULAR (S&C): MEMERLUKAN TREADMILL e.g CYBEX	MODAL YANG AGAK TINGGI (TELAH MEMOHON ASET TREADMILL SEJAK 2017)	MENDAPATKAN "SPONSOR"	KK Rompin
11	Woodball				KK Paya Besar
12	Berbasikal Lasak	Tidak semua atlet mempunyai kelengkapan berbasikal sendiri dan kolej pula tiada kelengkapan berbasikal yang sesuai.	kelengkapan berbasikal yang agak mahal dan diluar kemampuan pelajar.	1. menambah kelengkapan asas seperti basikal yang sesuai dan helmet.	KK Kluang
13	Bola Jaring	1. Sukar untuk mendapatkan kemudahan fasiliti yang baik dan lengkap secara berpusat untuk latihan pusat (court, gym) 2. Pencarian bakat yang agak sukar dalam kalangan pelajar KK 3. Tidak dapat menjalankan latihan secara terancang atas kekangan masalah Covid19	1. Mendapatka tempat atau kemudahan untuk latihan pusat (kos tinggi) 2. Atlet bukan dikalangan yang benar-benar terlatih atau berada dalam sukan bola jaring.	1. Kenalpasti KK yang boleh dijadikan pusat latihan atlet bola jaring dengan menyediakan kemudahan fasiliti latihan. 2. Bekerjasama dengan persatuan bola jaring negeri mengadakan program bersepadu untuk mencari bakat atlet.	KK Ledang
14	Renang	Tiada isu	Mendapatkan atlet renang yang benar-benar berpotensi	Mengadakan satu perjumpaan dgn Sekolah Sukan Negeri dan Kelab Renang utk satu kolaborasi atlet renang	KK Bukit Beruang
15	Bola Tampar	1. Memerlukan persediaan yang lama bagi menyediakan atlet yang betul-betul dapat menguasai kemahiran yang sepatutnya	Jaringan kolaborasi yang masih belum kukuh dengan pihak yang berkaitan	Mengadakan perjumpaan dan perbincangan bersama persatuan bola tampar dan pihak lain yang berkaitan	KK Jempol
16	Dodgeball				KK Teluk Intan

Jadual 1 : Isu dan Cabaran PKBAT

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Apakah Cara Paling Berkesan untuk Mengenal, Memilih dan Membangunkan Bakat Sukan? Dalam apa juga acara sukan, tidak banyak persetujuan terkini mengenai pendekatan terbaik. Dua faktor yang menjadi pusat proses pengenalan bakat adalah masa (iaitu, usia) ketika pengenalan berlaku dan jumlah peluang (iaitu, tempat dalam program) tersedia. Sebagai contoh, pertimbangkan perbezaan antara dua sukan berpasukan (iaitu bola sepak, Noon et al., 2015; dan kesatuan ragbi, Till et al., 2020) di United Kingdom. Soccer memilih kira-kira 15 pemain untuk akademi kelab profesional dari usia 7-8 tahun sementara kesatuan ragbi mengenal pasti kira-kira 120 pemain pada 14-15 tahun untuk program Akademi Wilayah. Walau bagaimanapun, program pembangunan dalam Sistem Pengenalpastian dan Pengembangan Bakat (TIDS- Talent identification and development systems) ini juga berbeza, antara 3 hingga 4 sesi latihan dan 1 pertandingan setiap minggu dalam bola sepak, hingga 1 sesi bulanan dan 2-3 peluang pertandingan tahunan dalam ragbi. TIDS organisasi dan sukan yang berbeza ini mempengaruhi pendekatan untuk pengenalpastian bakat, dan mempunyai implikasi terhadap ketepatan pemilihan, kesan terhadap pengekalan pemain, dan hasil lain (misalnya, sumber TIDS dan falsafah). Pada bahagian di bawah, kami menyoroti beberapa isu yang mempengaruhi keberkesanan pelaksanaan PKBAT di Kolej Komuniti.

i. Gelanggang yang ada di Kolej komuniti kurang memuaskan untuk membuat latihan dan pertandingan sukan Futsal, terpaksa menyewa gelanggang luar yang mengenakan bayaran

sewaan. Kebanyakan pemain terdiri daripada pelajar Kolej komuniti dan tidak dapat mengadakan latihan akibat wabak Covied 19 dan PKP / PKPB / PKPP.

ii. Sukan hoki tidak seperti sukan lain yg boleh dimainkan di mana sahaja. Perlu padang yg khusus serta peralatan. Bakat hoki kebanyakan berada di sekolah yg memiliki kemudahan sukan ini seperti sekolah sukan dan beberapa sekolah yg mempunyai padang.

iii. Pencarian bakat agak sukar di kalangan pelajar kolej komuniti sediada. Perlu mencari bakat sukan dari sekolah sukan (bakat sediada) kerana tempoh pembelajaran yang singkat menyukarkan untuk menggilap bakat baru

iv. Tidak semua atlet mempunyai kelengkapan berbasikal sendiri dan kolej pula tiada kelengkapan berbasikal yang sesuai.

v. Jangka Masa yang pendek pelajar berada di Kolej Komuniti menyukarkan bakat pelajar dalam sukan ini digilap

vi. Sukar untuk mendapatkan kemudahan fasiliti yang baik dan lengkap secara berpusat untuk latihan pusat (court, gym)

vii. Pencarian bakat yang agak sukar dalam kalangan pelajar Kolej Komuniti

viii. Tidak dapat menjalankan latihan secara terancang atas kekangan masalah Covid19

Antara Cabaran besar yang dihadapi oleh PKBAT Kolej Komuniti adalah;

i. Tempoh pengajian yang singkat dan terikat dengan jadual pembelajaran membataskan proses untuk menjalankan latihan berterusan atlet futsal.

ii. Mendapatka tempat atau kemudahan untuk latihan pusat (kos tinggi) Atlet bukan dikalangan yang benar-benar terlatih atau berada dalam sukan bola jaring.

iii. Pelajar yang berpotensi telah di sambar oleh Politeknik & IPT lain.

iv. Kebiasaannya pelajar yang berstatus negeri akan di sambar oleh Politeknik atau IPT lain yang menawarkan Diploma dan ke atas ,

v. Tempoh masa singkat d kolej komuniti cabaran utama membentuk pasukan yg mantap.

vi. Kurangnya berminat sambung pelajaran kerana Kolej Komuniti hanya menawarkan program sijil

Isu Berkaitan Pembangunan Laman Web PKBAT Kolej Komuniti

Antara komen / cadangan penambahbaikan oleh responden:

i Penambahan "Column/Shortcut" untuk Kalendar Sukan atau Takwim Sukan yang melibatkan IPT atau kolej komuniti. Pastikan ianya sentiasa dikemaskini agar mudah bagi pelajar dan pegawai merancang latihan dan logistik.

ii Logo MASKOM kecil dan tidak jelas pada muka hadapan web PKBAT 2020 (MASKOM)

iii Sertakan gambar atau berita aktiviti PKBAT.

iv Permulaan yang baik untuk kecemerlangan MASKOM di masa hadapan.

v Sangat membantu pegawai dalam mencari maklumat.

vi Maklumat yang terdapat dalam web sangat lengkap.

vii Mudah dan ringkas.

6.0 KESIMPULAN

Adalah disarankan agar ada keperluan pemilihan bakat pada peringkat awal semasa mengikuti norma tertentu acara atau permainan. Atlet dikalangan pelajar baru harus didedahkan dengan semua teknik moden dalam sukan yang akan menjadi asas bagi puncak prestasi mereka hingga ke peringkat pemenang pingat di peringkat kebangsaan mahupun antarabangsa. Semua tonggak kecemerlangan sukan iaitu pengenalan dan pemilihan bakat, bimbingan dan pertandingan yang berkualiti perlu dititikberatkan. Pendedahan, infrastruktur standard dan bantuan sokongan, biasiswa dan bantuan kewangan, program penyelidikan yang sistematik mesti diberi perhatian yang sewajarnya untuk pencapaian kecemerlangan sukan kerana kesemuanya mempunyai sumbangan unik untuk prestasi sukan elit.

Walaupun perkongsian kami ini bertujuan untuk mengartikulasikan cabaran dan penyelesaian untuk PKBAT, kami mengakui bahawa artikel ini didasarkan pada pengalaman penyelaras PKBAT yang berkaitan selama mereka menguruskan pasukan masing-masing. Kami berharap artikel ini memberikan rangsangan untuk perbahasan lanjutan, karya masa depan dan refleksi dari semua yang terlibat dalam pengenalpastian dan pengembangan bakat sukan terutama dalam kalangan penggiat sukan di Kolej Komuniti dan seterusnya dapat membantu pihak MASKOM untuk mencapai kegemilangan pencapaian sukan.

7.0 CADANGAN

Pertama, PKBAT mungkin bertanya kepada diri mereka sendiri dua pertanyaan mengenai proses identifikasi bakat mereka, (1) Bila pengenalan bakat harus dimulakan? dan (2) mengapa (iaitu, apa alasan di sebalik usaha untuk mengenal pasti bakat pada ketika ini)? Menjawab soalan sedemikian akan membolehkan Penyelaras PKBAT sama ada program pengenalan bakat awal sesuai dan perlu (Baker et al., 2018a). Sementara menjawab pertanyaan-pertanyaan ini mungkin masih menghasilkan pendekatan identifikasi awal, maka disarankan agar para Penyelaras PKBAT dan MASKOM, (1) menerapkan Sistem Pengenalpastian dan Pengembangan Bakat (TIDS- Talent identification and development systems) yang memungkinkan atlet masuk dan keluar (idealnya dengan cara yang lancar), dan (2) menilai ketepatan jangka panjang keputusan pengenalan bakat mereka.

Kedua, organisasi sukan mungkin mengembangkan alat pengenalpastian bakat objektif dan subjektif multi-disiplin (iaitu fizikal, teknikal, taktikal, psikologi, dan sosial) yang dapat digunakan untuk memantau prestasi dan perkembangan atlet dari masa ke masa (lihat juga Cobley dan Till, 2017) . Alat sedemikian akan dimaklumkan oleh model prestasi yang jelas yang memahami atribut yang diperlukan untuk pembangunan atlet yang berjaya dan dikembangkan oleh pelbagai pihak yang berkepentingan dalam organisasi. Pandangan bahawa jurulatih dapat bertindak sebagai saintis terapan adalah kunci di sini kerana, walaupun pelatih mungkin tidak mengetahuinya, mereka adalah sumber yang kaya dengan maklumat berkaitan atlet. Oleh itu, pengembangan sistem yang menggunakan,

merekod, memantau dan menilai banyak jenis data mungkin menjadi kunci untuk memberitahu keputusan pengenalpastian bakat yang berkesan.

Argumen baru-baru ini menggunakan pertimbangan jenis aktuari (iaitu, peraturan keputusan eksplisit multidisiplin; Den Hartigh et al., 2018), boleh berguna untuk kedua-duanya untuk merancang kajian dan meningkatkan proses pengenalan bakat. Kajian ini adalah berkaitan cabaran utama PKBAT dalam usaha pengembangan bakat atlet dan mencadangkan pelbagai [kemungkinan] penyelesaian yang boleh dipertimbangkan oleh penyelidik dan pengamal untuk mengoptimumkan TIDS. Cabaran termasuk;

i. Memahami apa yang kita cari (iaitu apa itu bakat; memahami prestasi sukan dan meramalkan masa depan),
ii. Menentukan cara yang paling berkesan untuk mengenal pasti, memilih dan mengembangkan bakat (iaitu, mengenal pasti bakat; memahami pengembangan biologi-psikologi-sosial; sumber semula sistem) dan
iii. Adakah pengkhususan awal diperlukan.

Untuk mengatasi cabaran ini, kami mencadangkan banyak penambahbaikan untuk setiap cabaran. Walaupun asas bukti penyelidikan tidak berapa kuat untuk menyokong penyelesaian ini, kami berharap ini memberikan pertimbangan kepada penyelaras PKBAT dan penyelidik untuk dipertimbangkan ketika melaksanakan pengenalpastian dan pengembangan bakat. Pembuat dasar dalam sukan mesti mempertimbangkan asas bukti bagi mereka untuk mewujudkan sistem yang beretika dan berkesan. Ini boleh merangkumi masa dan peluang yang ada dalam PKBAT, struktur badan sukan, pendidikan pelatih dan faktor-faktor lain yang berkaitan dengan sumber (contohnya, penyelidikan). Profesional dan jurulatih organisasi sukan dalam PKBAT harus mempertimbangkan pemahaman mereka tentang bakat dan perkembangan atlet (biologi, psikologi, dan sosial), mengembangkan model prestasi yang jelas melalui pemahaman menyeluruh (semasa dan masa depan) mengenai sukan mereka, dan menyampaikan dan memantau program yang memberi tumpuan kepada kesihatan atlet dan kesejahteraan di samping prestasi sukan. Akhirnya, penyelidik seterusnya perlu melakukan kajian multi-dimensi bagi melihat keberkesanan PKBAT untuk membantu pihak MASKOM dan Kolej Komuniti bagi pemahaman yang lebih jelas mengenai apa itu bakat dan bagaimana ia dapat dikembangkan. Bagi strategi meminimakan cabaran sukan, langkah-langkah yang diambil dalam meminimakan isu dan cabaran yang dihadapi. Isu kekurangan pensyarah sukan di Kolej Komuniti ditangani dengan strategi seperti perlantikan Pegawai Belia Dan Sukan dari Kementerian Belia & Sukan dan melantik wakil dikalangan pelajar muda yang memiliki pencapaian akademik cemerlang dan berbakat dalam sukan. Manakala isu jadual waktu kuliah yang padat dicadangkan tugasan bercorak amali kepada pelajar seperti penganjuran kejohanan dan kejurulatihan serta pengendalian sesi pengajaran mikro.Strategi ini bukan sahaja dapat mengurangkan beban jadual kuliah malah dapat memberikan peluang dan pengalaman kepada pelajar untuk berlatih dan bersukan di waktu pilihan mereka.Dan isu yang paling sukar adalah isu kekurangan pelajar cemerlang sukan. PKBAT pelu merancang strategi untuk menambahkan lagi bilangan pelajar ini melalui penawaran program Diploma khas pelajar sukan serta mengadakan syarat kemasukan khas kepada atlet sukan bertaraf negeri dan negara.

RUJUKAN

Abbott, A., Collins, D., Martindale, R., & Sowerby, K. (2002). "*Talent Identification And Development: An Academic Review",* Edinburgh: Sport Scotland.

Abbott, A., & Easson, B. (2002). "*The Mental ProLe",* In B.D. Hale & D. Collins (Eds.), Rugby tough (pp. 17–33). Champaign, IL: Human Kinetics

Ahmadi, A., & Laei, S. (2012). Public Education: Compulsory and Free A Paradox. "*Procedia - Social and Behavioral Sciences", 47,* 868–873. http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.749

B. Davis, R. Bull, J. Roscoe, D. Roscoe, M. Saiz, R. Curran, and R. Dean, "*Physical Education And The Study Of Sport".* Mosby London, 2000.

Barrow, J. C. (1977) '*The Variables of Leadership: A review and conceptual framework. Academy of Management Review", 2, p. 233–251.* Bloomfield, C. J., & Barber, B. L. (2011) Developmental Experiences During Extracurricular.

Bergeron M, Mountjoy M, Armstrong N, Chia M, Côté J, Emery C, et al. "*International Olympic Committee Consensus Statement On Youth Athletic Development".* Br J Sports Med. 2015;49:843–851. doi: 10.1136/bjsports-2015-094962.

C. Heritage, *"Sports Excellence Strategy,"* Government of Canada, vol. 11, 2005.

M. Kamlesh, "*Methodology Of Research In Physical Education And Sport*". Metropolitan Book Co.New Delhi, 1988.

Orlick T. & Partington J. (1988). "*Mental links to excellence. The Sport Psychologist". 2, 10.*
Patterson, Carron & Loughead (2005) "*The Influence Of Team Norms On The Cohesion–Selfreported Performance Relationship: A Multi-Level Analysis". Psychology of Sport and Exercise Volume 6, Issues 4, Pages 479–493.*

R. Fisher and R. Baily, *"Talent Identification and Development-The Search for Sporting Excellence,"* International Council of Sports Science and Physical Education, 2008.

S. Fairly, M. Lizandra, and J. Gladden, *"International Sport, Principles And Practice Of Sport"*, 2004.

T. Orlick, "*In Pursuit Of Excellence".* Human Kinetics, 2008.

"Talent Identification And Development Programmes In Sport - Current Models And Future Directions" Vaeyens et al., 2008; Baker, 2017;Weissensteiner, 2017

Vaeyens R, Güllich A, Warr C, Philippaerts R. "*Talent Identification And Promotion Programmes Of Olympic Athletes".* J Sport Sci. 2009;27:1367–1380. doi: 10.1080/02640410903110974. - DOI - PubMed

Pengaruh *E-Games* Terhadap Solat Dalam Kalangan Pelajar Kolej Komuniti Sabah

Muhammad Afiq Basiron[1], Dicky Wiwittan Toto Ngadiman[2] , Rizuan Bin Zainal[3]

[1,3]Kolej Komuniti Sandakan
[2]Politeknik Kota Kinabalu

ABSTRAK

Fenomena sukan elektronik atau atas talian atau *e-Games* dilihat mendapat perhatian banyak pihak termasuk Kementerian Belia & Sukan yang mengiktiraf e-sukan sebagai satu sukan kompetitif di peringkat global. Hal ini berikutan kerajaan mahu golongan berkenaan dipupuk dan diberi bimbingan bagi mengetengahkan bakat dan kesungguhan di peringkat kebangsaan dan antarabangsa. Namun begitu, disebabkan *e-Games* juga merupakan elemen hiburan, perhatian dari sudut agama perlu dilihat. Justeru itu kajian ini dijalankan untuk melihat tahap ketagihan pelajar terhadap *e-Games* dan gelagat mereka bermain *e-Games* apabila masuknya waktu solat. Sampel kajian yang dipilih adalah pelajar Muslim Kolej Komuniti, Sabah. Seramai 174 pelajar telah menjawab soal selidik yang diedarkan secara rawak. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif. Hasil kajian mendapati masih terdapat segelintir pelajar tidak dapat menjaga solat disebabkan oleh *e-Games*. Kajian ini sangat penting bagi semua pihak merangka dasar untuk membendung isu ketagihan bermain *e-Games* sehingga merosakkan sebahagian amalan dalam agama.

Kata kunci: *e-Games*, gelagat, solat, Kolej Komuniti

1.0 PENGENALAN

e-Games adalah satu permainan internet yang menjadi alat untuk keseronokan di waktu ini. Ia menjadi satu hiburan di masa lapang malah ada di antara pemain yang menjadikan ia sebagai satu kerjaya. Perkembangan aplikasi ini sangat pantas dan menjadi satu keperluan kepada pemilik telefon pintar untuk mempunyai sekurang-kurangnya satu aplikasi permainan di dalam telefon pintar mereka malah sehingga mempunyai komputer permainan sendiri. Sehubungan dengan itu, keasyikan permainan ini nampaknya memberi kesan akibat daripada kelalaian yang akhirnya akan meninggalkan rutin harian. Sehingga akhirnya memberi kesan kepada kesihatan. Terdapat kajian yang menunjukkan kesan negatif akibat ketagihan *e-Games* ini iaitu pemain cenderung melakukan tingkah laku negatif iaitu kekurangan empati dan cenderung dengan tindakan ganas. Tidak dinafikan terdapat kesan yang baik *e-Games* ini kepada pemain iaitu antaranya melambatkan proses penuaan, menajamkan penglihatan mata, melegakan sakit kronik, meningkatkan kebolehan bersosial dan mengurangkan tekanan perasaan. Akan tetapi keasyikan dan kelalaian bermain permainan ini memberi gambaran kebarangkalian boleh mengganggu rutin ibadah solat seorang muslim. Sehubungan dengan itu pengaruh dari teknologi *e-Games* ini sedikit sebanyak boleh mempengaruhi solat sebagai satu amalan wajib pelajar muslim. Justeru itu, satu kajian untuk dijalankan bagi melihat tahap ketagihan pelajar Kolej Komuniti Sabah terhadap e-Games dan kesannya terhadap solat.

2.0 SOROTAN KAJIAN

2.1 e-Games

e-Games adalah sistem permainan di mana pemain yang mempunyai telefon pintar atau komputer akan melayari aplikasi permainan internet yang di muat turun di pelayar-pelayar terbuka secara percuma atau berbayar. Pembuat aplikasi menawarkan dengan pekej permainan yang sangat kreatif yang juga dibangunkan dengan grafik dan bunyi yang baik bagi menambahkan keasyikan dalam sesuatu aplikasi permainan. Ia juga dibangunkan dengan inovasi dengan mengintergrasi aplikasi tersebut kepada aplikasi-aplikasi yang lain yang tersedia di dalam telefon pintar dan komputer membuatkan pemain dapat berkomunikasi dan bersosial dengan pemain-pemain yang lain yang juga bermain bersama atau sebagai penonton. Terdapat pelbagai aplikasi permainan *e-Games* yang disukai ramai iaitu *Mobile Lagend, Dota,* PUBG dan sebagainya. Sehinggakan banyak dari syarikat-syarikat besar menaja pertandingan yang menawarkan hadiah sehingga jutaan ringgit dan dolar. Ini membuatkan pemain-pemain yang sudah mula mahir dalam aplikasi *e-Games* ini menyimpan impian untuk memenangi hadiah tersebut. Aplikasi *e-Games* ini kebanyakannya menawarkan pelbagai tahap permainan yang membuatkan pemain akan berusaha mencapai tahap permainan yang paling tinggi disamping bantuan dari pemain-pemain yang lain (Basher, 2017).

e-Games juga adalah sebuah game online atau permainan video atas talian yang dimainkan dalam beberapa bentuk jaringan telefon pintar, komputer, komputer peribadi atau konsol video game. Jaringan ini biasanya memerlukan keupayaan internet berkelajuan tinggi dan teknologi permainan grafik yang tinggi atau rendah mengikut minat pemain. Terdapat pelbagai aplikasi permainan *e-Games* di dalam pelayar umum yang mudah didapatkan secara percuma dan berbayar. Inovasi pembuatan *e-Games* pada masa kini dapat menggabungkan seorang pemain kepada pemain-pemain serata dunia secara dalam talian *(Online).* Permainan *e-Games* ini akan menjadi lebih menarik apabila pemain boleh berkomunikasi antara satu sama lain untuk membincangkan strategi untuk memenangi perlawanan dan bersosial antara pemain-pemain dalam masa yang sama (Surbakti, 2017).

2.2 Kesan ketagihan terhadap *e-Games*

Permainan *e-Games* merupakan permainan yang menjadikan pemain ketagih apabila menghadapi kemenangan malah kekalahan. Justeru ketagihan ini semakin teruk apabila tahap ketagihan mengganggu komitmen harian. Pemain akan bermalas-malasan mengerjakan tanggung jawab sebagai seorang pelajar sehingga berlanjutan kepada risiko kesihatan diri (Fauzi, 2019).

Pemain akan cenderung kepada kekurangan waktu tidur kerana ketagihan *e-Games* akibat dari puas atas kemenangan dan tidak berpuas hati akibat kekalahan menjadikan pemain akan mengulang perlawanan sehingga melupakan masa. Pemain juga cenderung dengan sifat agresif apabila diganggu ketika asyik dalam perlawanan. Pemain *e-Games* juga terdedah dengan amalan pembaziran wang kerana tertarik dengan tawaran-tawaran pemilik aplikasi *e-Games* untuk menaik taraf permainan mereka agar lebih cepat kadar *upgrade* berbanding mereka yang hanya mengumpul mata mengikut perlawanan untuk di *upgrade* dan ditambah lagi dengan kemudahan pembayaran internet yang pantas (Indriasari, 2019).

3. 0 OBJEKTIF KAJIAN

1. Menilai tahap ketagihan pelajar terhadap *e-Games*.
2. Menilai gelagat pelajar bermain *e-Games* ketika masuknya waktu Solat.

4.0 METODOLOGI

Kajian ini merupakan satu kajian kuantitatif yang dijalankan dalam bentuk tinjauan. Sampel kajian adalah daripada pelajar Kolej Komuniti di Negeri Sabah iaitu Sandakan, Semporna, Beaufort dan Tawau. Bilangan sampel yang terlibat adalah terdiri daripada Pelajar Kolej Komuniti Sabah 174. Lokasi kajian adalah di seluruh Kolej Komuniti Negeri Sabah. Instrumen kajian yang untuk pungutan data adalah borang soal selidik dengan menggunakan teknik pensempelan rawak mudah. Item-item kajian adalah seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 1.

Jadual 1: Item Kajian

Bil.	Item
	Tahap ketagihan bermain e-Games
G1	Apabila ada masa terluang, saya akan bermain *e-Games*
G2	Saya banyak habiskan masa denga bermain *e-Games*.
G3	Saya sering marah apabila ada orang mengganggu semasa saya bermain *e-Games*.
G4	Apabila ada masalah, saya menenangkan diri dengan bermain *e-Games*.
G5	Saya selalu bermain *e-Games* di awal pagi.
G6	Saya selalu bermain *e-Games* ketika berada di luar rumah.
G7	Saya pernah terlambat atau ponteng kuliah disebabkan oleh *e-Games*.
G8	Saya pernah bergaduh/ berbalahan dengan kawan kerana bermain *e-Games*.
G9	Saya selalu mendapat nasihat supaya mengurangkan masa bermain *e-Games*.
G10	Saya mempunyai banyak rangkaian sosial untuk bermain *e-Games*.
	Gelagat mereka bermain e-Games apabila masuknya waktu Solat
PG1	Saya sering bermain *e-Games* walaupun mendengar azan.
PG2	Saya sering terlupa untuk menunaikan solat disebabkan bermain *e-Games*.
PG3	Saya sering tertinggal solat ketika bermain *e-Games* bersama rakan-rakan.
PG4	Saya tidak dapat beri tumpuan terhadap Solat sekiranya permainan *e-Games* saya belum selesai.
PG5	Saya sering lambat bangun pagi disebabkan bermain *e-Games* pada waktu malam.
PG6	Semenjak bermain *e-Games* saya tidak dapat menjaga Solat saya tepat waktunya.

Data akan dianalisis secara deskriptif menggunakan perisian SPSS v.22 . Semua item diukur pada skala Likert 5-poin di mana 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = neutral, 4 = setuju dan 5 = sangat setuju. Penentuan tahap-tahap dalam analisis adalah diukur berdasarkan nilai skor min sebagaimana ditunjukkan dalam Jadual 1.

Jadual 2: Penentuan Tahap Berdasarkan Skor Min

Skor min	Tafsiran
1.00– 1.99	Lemah
2.00– 2.99	Rendah
3.00– 3.99	Sederhana
4.00– 5.00	Tinggi

Sumber: Syed Najmuddin et al. (2009)

5.0 HASIL KAJIAN

5.1 Analisis demografi

Jadual 3: Latar belakang responden

Item		n	%
Jantina	Lelaki	81	46.6
	Perempuan	93	53.4
Kediaman Pelajar	Asrama / Kolej Kedi	28	16.1
	Menyewa Di Luar	45	25.9
	Tinggal Bersama Keluarga	101	58.0
Jenis Langganan Data	Postpaid	20	11.5
	Prepaid	141	81.0
	Prepaid dan Postpaid	13	7.5
Kuota Data Internet	RM 30 ≤	3	1.7
	RM 31 hingga RM 50	95	54.6
	RM 50 hingga RM 100	62	35.6
	RM101 ≥	14	8.0
Sumber Kewangan Semasa Belajar	Pinjaman Pelajaran	14	8
	Biasiswa / Dermasiswa	20	11.5
	Bergantung Kepada Ibu Bapa	127	73
	Pendapatan Sendiri	13	7.5

5.2 Analisis deskriptif item kajian

Jadual 4: Tahap ketagihan terhadap *e-Games* dan pengaruh terhadap solat

Item kajian	Tahap persetujuan					Min	s.p
	1	2	3	4	5		
Tahap ketagihan bermain e-Games							
G1	12	26	47	53	36	3.43[1]	1.17
	6.9	*14.9*	*27.0*	*30.5*	*20.7*		
G2	54	50	47	14	9	2.28	1.14

	31.0	*28.7*	*27.0*	*8.0*	*5.2*		
G3	62	55	29	22	6	2.17	1.15
	35.6	*31.6*	*16.7*	*12.6*	*3.4*		
G4	29	32	47	32	34	3.06	1.35
	16.7	*18.4*	*27.0*	*18.4*	*19.5*		
G5	91	41	24	9	9	1.87	1.15
	52.3	*23.6*	*13.8*	*5.2*	*5.2*		
G6	66	43	36	16	13	2.24	1.26
	37.9	*24.7*	*20.7*	*9.2*	*7.5*		
G7	135	18	15	3	3	1.40[3]	0.85
	77.6	*10.3*	*8.6*	*1.7*	*1.7*		
G8	114	30	14	10	6	1.64	1.07
	65.5	*17.2*	*8.0*	*5.7*	*3.4*		
G9	35	23	40	39	37	3.11[2]	1.42
	20.1	*13.2*	*23.0*	*22.4*	*21.3*		
G10	50	40	50	20	14	2.47	1.24
	28.7	*23.0*	*28.7*	*11.5*	*8.0*		
Gelagat pelajar bermain e-Games apabila masuknya waktu solat							
PG1	111	39	14	6	4	1.58	0.94
	63.8	*22.4*	*8.0*	*3.4*	*2.3*		
PG2	95	34	28	12	5	1.84	1.11
	54.6	*19.5*	*16.1*	*6.9*	*2.9*		
PG3	90	43	24	12	5	1.84	1.08
	51.7	*24.7*	*13.8*	*6.9*	*2.9*		
PG4	113	30	19	8	4	1.62	1.01
	64.9	*17.2*	*10.9*	*4.6*	*2.3*		
PG5	88	40	19	21	6	1.95	1.19
	50.6	*23.0*	*10.9*	*12.1*	*3.4*		
PG6	88	40	27	14	5	1.90	1.11
	50.6	*23.0*	*15.5*	*8.0*	*2.9*		

**nilai yang dicondongkan adalah merujuk kepada nilai dalam peratus*
***purata min = ketagihan terhadap e-Games (2.37), = pengaruh terhadap solat (1.79)*
[1]min tertinggi, [2]min kedua tertinggi, [3]min terendah

Jadual 3 menunjukkan tahap ketagihan *e-Games* dan pengaruhnya terhadap solat dalam kalangan pelajar Politeknik Kota Kinabalu. Item yang memperoleh skor tertinggi adalah item G1 (3.43) yang menunjukkan pelajar akan menghabiskan masa dengan bermain *e-Games* pabila ada masa terluang. Secara puratanya ketagihan pelajar terhadap pelajar terhadap *e-Games* adalah pada tahap rendah iaitu skor min 2.37. Sementara itu bagi gelagat pelajar bermain *e-Games* ketika masuknya waktu solat, secara puratanya memperolehi nilai skor min 1.97. Dapatan ini menunjukkan bahawa hanya segelintir sahaja yang mempunyai ketagihan yang tinggi terhadap *e-Games.* Dapatan ini juga menunjukkan menunjukkan bahawa hanya segelintir sahaja mempunyai gelagat negatif bermain *e-games* apabila masuknya waktu Solat. Soal selidik yang diajukan merupakan soal selidik berbentuk negatif di mana majoriti responden menjawab tidak puas hati (iaitu skala 1 dan 2) terhadap soal selidik kajian.

6.0 PERBINCANGAN DAN KESIMPULAN

Kajian ini menunjukkan bahawa tahap ketagihan pelajar terhadap *e-Games* di kalangan pelajar Kolej Komuniti Sabah adalah di tahap rendah. Data internet yang mahal juga menjadi penyebab kepada lemahnya tahap pengaruh pelajar terhadap *e-Games*. Ini memberikan gambaran bahawa pelajar hanya menumpukan kepada keperluan kelas atas talian semata-mata atau media sosial seperti youtube, tiktok, facebook dan lain-lain. Antara yang lain menjadi penyebab kepada lemahnya pengaruh *e-Games* kepada pelajar di Kolej Komuniti Sabah adalah liputan internet dikawasan-kawasan pedalaman yang sangat rendah. Terdapat beberapa permasalahan internet dipedalaman seperti di negeri Sabah. Ia melibatkan pelajar dalam situasi pengajaran dan pembelajaran dimusim Covid-19 ini. Jaringan internet yang bermasalah menjadi punca dari penyampaian pdp ini tidak dapat terlaksana dengan baik. Sehubungan dengan itu tahap ketagihan *e-Games* ini mungkin hanya dapat memberi kesan kepada pelajar yang tinggal dibandar-bandar dan kawasan liputan internet yang baik. (Minah Sintian, 2021)

Perbincangan seterusnya adalah berkaitan dengan gelagat pelajar bermain *e-Games* ketika waktu solat. Dapatan menunjukkan bahawa gelagat pelajar terhadap *e-Games* ketika waktu solat adalah agak baik, ini kerana hanya segelintir sahaja yang tidak mengambil berat terhadap solat apabila masuk waktu kerana sepatutnya pada waktu solat seseorang perlu memberi perhatian kepada solat yang dituntut Islam. Allah s.w.t menciptakan manusia dan jin semata-mata untuk mengabdikan kehidupannya kepada Allah s.w.t sebagai ibadah. Pada masa sama, Allah s.w.t tidak menghalang manusia untuk berhibur atau bersuka ria asalkan menjaga batas-batas syarak (Mustafar Mohd Suki, 2021). Banyak riwayat yang sahih menunjukkan Nabi Muhammad SAW pernah bergurau atau berjenaka kepada isteri-isteri dan sahabat baginda Radiyallahu anhum ajmaien (Hariyati Ariffin, 2013). Namun, permainan yang di minati tidak mempunyai unsur maksiat, berdusta, merendahkan orang lain, mempersendakan agama atau melalaikan daripada melakukan perintah Allah s.w.t. Dapatan ini juga mungkin disebabkan pelajar yang tinggal bersama keluarga menyebabkan mereka sepenuhnya oleh ibubapa dan penjaga. Pelajar yang duduk menyewa sendiri mempunyai tahap penggunaan data internet yang terhad yang hanya digunakan untuk kelas atas talian yang mewajibkan pelajar untuk hadir. Begitu juga yang terjadi kepada pelajar yang tinggal di asrama (Johan Johnes, 2020).

Secara kesimpulannya, pelajar perlu memberi tumpuan sepenuhnya kepada pembelajaran agar mereka memperolehi keputusan yang cemerlang. Penggunaan kemudahan internet sepatutnya tidak disalah guna seperti hiburan dan permainan atas talian yang melampau. Pelajar juga perlu sentiasa sedar bahawa wang perbelanjaan yang diberikan oleh ibu bapa mahupun pinjaman pendidikan yang diperolehi perlu dibelanjakan dengan berhemah dan bukannya untuk membeli data internet tambahan atau kuota internet bagi membolehkan permainan atas talian. Justeru semua pihak sama ada institusi pengajian, masyarakat dan ibu bapa perlu sentiasa menasihati pelajar dalam perkara ini. Dari segi pendidikan agama, peranan ustaz atau ustazah di IPTA adalah sangat penting bagi mendidik pelajar (Abdul Rahman et al., 2017). Hampir setiap minggu program kesedaran agama seperti ceramah mingguan diadakan bagi memantapkan lagi rohani pelajar agar tidak terpengaruh dengan unsur negatif dan permainan yang melekakan.

RUJUKAN

Basher, S. A. O. & El Din, M. K. E. S. (2017). "*The Effectiveness Of Using E-Games On Academic Achievment And Learning Outcomes Acording To Solo Assessment".* Asian Journal of Social Sciences & Humanities Vol, 6, 3.

Fauzi, A. (2019). "*Pengaruh Game Online Pubg (Player Unknown's Battle Ground) Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik"*. ScienceEdu, 61-66.

Indriasari, P. (2019). "*Pengaruh Game Online Untuk Manajemen Waktu Siswa".* Skripsi Jurusan Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan-Fakultas Ilmu Sosial UM.

Johnes, J., & Mapjabil, J. (2020). "*Ciri Tingkah Laku Pelancongan Kembara di Kota Kinabalu",* Sabah. Journal of Advanced Research in Social and Behavioural Sciences, *21*(1), 75-89.

https://muftiwp.gov.my/artikel/bayan-linnas/3992-bayan-linnas-siri-220-pubg-pandangan-dari-sudut-syarak-syarak

Sintian, M., & Kiting, R. (2021). "*Sikap murid terhadap kemahiran literasi digital dalam pembelajaran bahasa Kadazandusun di sekolah menengah Sabah, Malaysia [Students attitude towards digital literacy skill in learning Kadazandusun language at secondary school, Sabah, Malaysia]"*. Muallim Journal of Social Sciences and Humanities, 19-27.

Surbakti, K. (2017). "*Pengaruh Game Online terhadap Remaja"*. Jurnal Curere, 1(1).

Syed Najmuddin et al. 2009. "*Kajian Persepsi Pelajar Terhadap Tahap Profesionalisme Guru Pendidikan Islam MRSM".* JIAE: Journal of Islamic And Arabic Education, 1(2), 31-50.

Mustafar Mohd Suki. (2021). "*Hukum Main 'Game' Di Telefon Pintar"*. Berita Harian. https://www.sinarharian.com.my/article/59533/LIFESTYLE/Sinar-Islam/Hukum-main-game-di-telefon-pintar

Hariyati Ariffin (2013). "*Strategi Pujuk Rayu Dalam Perkahwinan: Tanggapan Dan Pengalaman Lelaki Melayu Dalam Konteks Komunikasi Interpersonal. In: Prosiding Seminar Penyelidikan Pemikiran Dan Kepimpinan Melayu 2013"*. Institut Pemikiran dan Kepimpinan Melayu (IMPAK), Shah Alam, pp. 107-118. ISBN 978-967-11172

Abdul Rahman, Raihana Farahiyah and Mohd Noor, Sulaiman Shakib and Kadir, Mohd Nazir (2017) "*Peranan IPTA Dan IPTS Dalam Menerapkan Pendidikan Al-Quran Di Dalam Kurikulum Sebagai Kursus Teras Bagi Semua Pelajar Islam Di Malaysia: Kajian Awal Di Beberapa Buah IPT Di Malaysia". Nor Ashiqeen Jamaluddin ... [et al.]*. In: 2nd International Islamic Heritage Conference (ISHEC 2017), 14-15 November 2017, Avillion Hotel Melaka.

Kesahan Dan Kebolehpercayaan Instrumen Penilaian Pengetahuan, Sikap Dan Amalan Terhadap Pandemik Covid-19 Dalam Kalangan Pelajar Institut Pendidikan Guru

Khairul Sham Hanapiah[1], Hishamuddin Hassan[2], Sallehudin Ibrahim[3], Abdul Halim Abdul Wahab[4]

[1,2,3,4]Jabatan Pendidikan Jasmani dan Kesihatan, Institut Pendidikan Guru Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru, Johor, Malaysia

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan untuk mendapatkan kesahan dan kebolehpercayaan instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru. Tiga subskala yang digunakan ialah pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19. Kajian ini menggunakan reka bentuk kajian tinjauan. Seramai 348 orang pelajar Institut Pendidikan Guru Kampus Zon Selatan dipilih sebagai sampel kajian. Formula oleh Sidek Mohd Noah dan Jamaludin Ahmad (2005) digunakan untuk mendapatkan kesahan kandungan item soal selidik. Kebolehpercayaan item soal selidik diperoleh melalui analisis *Cronbach alpha*. Analisis faktor digunakan untuk mendapatkan kesahan konstruk item soal selidik. Keputusan analisis menunjukkan nilai kesahan kandungan item soal selidik ialah r = .83 dan kebolehpercayaan item soal selidik ialah α = .91 di mana koefisien ketekalan dalaman untuk subskala pengetahuan ialah α = .82, sikap (α = .81) dan amalan (α = .84). Kesahan konstruk menunjukkan sebanyak 28 daripada 35 item diterima sah sebagai item soal selidik. Instrumen penilaian ini mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang tinggi untuk mengukur pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru.

Kata Kunci: Kesahan, Kebolehpercayaan, Instrumen, COVID-19

1.0 PENGENALAN

Penyakit coronavirus 2019 (COVID-19) mula dikesan di Wuhan, China pada 2019. Menurut Emma Mohamad dan Arina Anis Azlan (2020), pada 11 Mac 2020, COVID-19 diisytiharkan sebagai pandemik global oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO). Masalah ini bermula sebagai penularan haiwan ke manusia tunggal di Wuhan dan diikuti dengan penyebaran humanto-manusia yang berterusan (Kasemy et al., 2020). Penyebaran penyakit tempatan yang berterusan di seluruh dunia menyebabkan WHO mengisytiharkan COVID-19 sebagai wabak. Tempoh inkubasi COVID-19 adalah sekitar satu hingga 14 hari dan tempoh dari permulaan gejala hingga kematian dianggarkan berkisar antara enam hingga 41 hari. Zhong et al., (2020) mendapati bahawa COVID-19 berkembang ke tahap yang teruk, yang dicirikan oleh sindrom gangguan pernafasan akut, kejutan septik, asidosis metabolik yang sukar ditangani dan disfungsi pendarahan dan pembekuan.

Kes COVID-19 direkodkan dengan sekurang-kurangnya 150,000 kematian di seluruh dunia. Pada 25 Januari 2020, kes pertama COVID-19 di Malaysia dikesan melibatkan tiga orang pelancong dari China. Jumlah kes terus meningkat sebelum dua kematian pertama negara dicatatkan pada 17 Mac 2020. Sehingga 20 April 2020, Malaysia telah mencatatkan lebih daripada 5300 kes positif yang melibatkan 89 kematian. Oleh hal yang demikian, kerajaan telah mengisytiharkan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) pada 16 Mac 2020, Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) pada 4 Mei 2020, Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan (PKPP) pada 10 Jun 2020 dan Perintah Kawalan Pergerakan Diperketatkan (PKPD) Bersasar di kawasan zon merah untuk memutuskan rantaian jangkitan COVID-19. Langkah-langkah yang belum pernah terjadi sebelumnya telah diambil untuk menangani penyebaran wabak COVID-19 yang menunjukkan peningkatan kes positif yang agresif di

Malaysia. Kepatuhan orang ramai terhadap langkah kawalan dan pencegahan dipengaruhi oleh tahap pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah mengeluarkan amaran bahawa jumlah kes positif COVID-19 akan meningkat dari semasa ke semasa di seluruh dunia. Kesan daripada peningkatan jumlah kes positif COVID-19 di Malaysia maka kerajaan melalui Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) dan Majlis Keselamatan Negara (MKN) telah mengambil pendekatan dengan melaksanakan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) di bawah Seksyen 15(1) Akta Pencegahan dan Pengawalan Penyakit Berjangkit 1988 (Akta 342). KKM dan MKN turut menekankan pembudayaan norma baharu melalui pendekatan Cegah, Amalkan, Patuhi dan Pantau (CAPP) dalam kalangan individu, keluarga dan komuniti (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2020).

Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) sentiasa mengikuti dan memantau perkembangan kes COVID-19 berdasarkan laporan yang dikeluarkan oleh KKM dan MKN. Sebagai langkah awal, satu *Standard Operating Procedure* (SOP) COVID-19 telah dikeluarkan oleh KPM sebagai garis panduan pencegahan dan pengawalan dalam kalangan institusi pendidikan di bawah KPM (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2020). Selari dengan *SOP* COVID-19 yang disediakan oleh KKM, MKN dan KPM, maka penyelidik membina konstruk soal selidik instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru (IPG). Konstruk soal selidik instrumen ini adalah cara untuk pelajar-pelajar IPG membuat penilaian kendiri tentang pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19. Seseorang pelajar IPG yang mengamalkan norma baharu seharusnya mempunyai tahap pengetahuan, sikap dan amalan yang tinggi terhadap pencegahan dan pengawalan COVID-19.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah untuk mendapatkan kesahan dan kebolehpercayaan instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Metodologi kajian ini merangkumi aspek reka bentuk kajian, sampel kajian, variabel kajian, instrumen kajian dan prosedur analisis data.

4.1 Reka Bentuk Kajian

Kajian ini menggunakan reka bentuk kajian tinjauan *cross-sectional*. Kajian ini dibahagikan kepada tiga fasa. Fasa pertama adalah membina item soal selidik dan mendapatkan kesahan kandungan pakar. Fasa kedua adalah menentukan kebolehanpercayaan item soal selidik. Fasa ketiga adalah mengukur kesahan konstruk item soal selidik.

4.2 Sampel Kajian

Sampel kajian ini terdiri daripada pelajar Program Persediaan Ijazah Sarjana Muda Perguruan (PPISMP) Semester 2, Persediaan Ijazah Sarjana Muda Perguruan (PISMP) Semester 2, PISMP Semester 4, PISMP Semester 6 dan PISMP Semester 8 di salah sebuah IPG Kampus Zon Selatan. Taburan sampel kajian ditunjukkan dalam Jadual 1 di bawah.

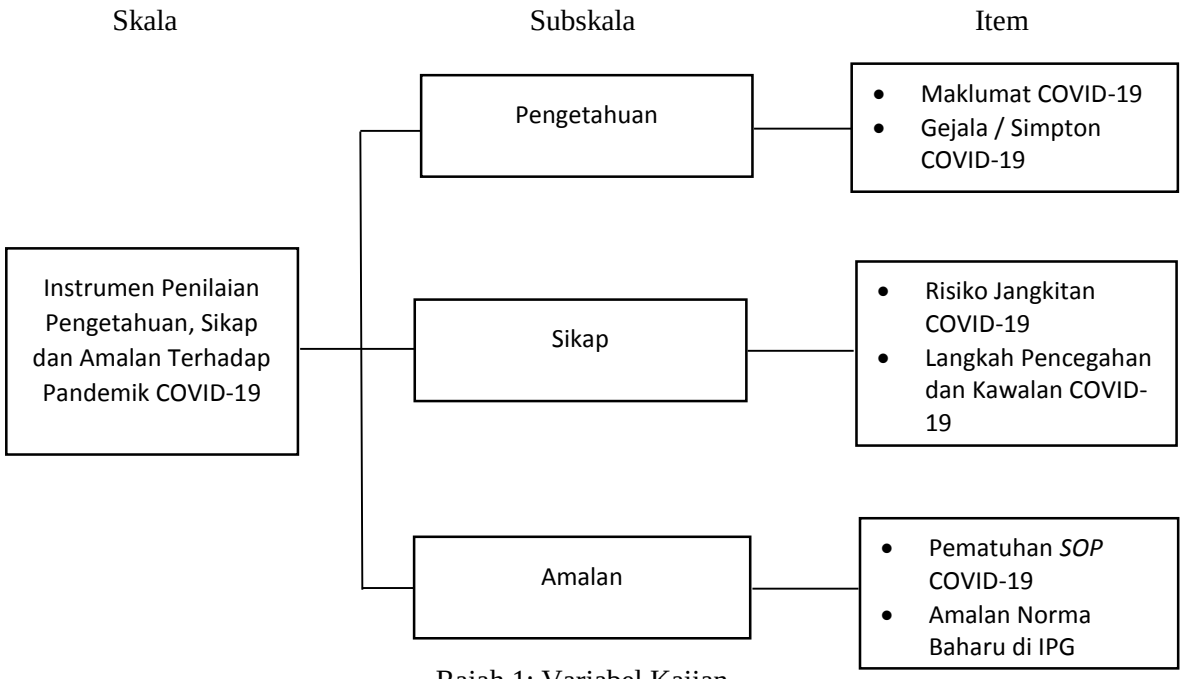
Jadual 1: Taburan Sampel Kajian

Bil	Semester	Ambilan	Jumlah Kelas	Jumlah Pelajar
1	PPISMP Semester 2	Jun 2019	16	320
2	PISMP Semester 2	Jun 2019	5	100
3	PISMP Semester 4	Jun 2018	5	93
4	PISMP Semester 6	Jun 2017	2	40
5	PISMP Semester 8	Jun 2016	10	161
Jumlah Pelajar			**38**	**714**

Jumlah keseluruhan pelajar di salah sebuah IPG Kampus Zon Selatan ialah 714 orang. Daripada jumlah tersebut, hanya 348 orang pelajar dijadikan sebagai sampel kajian selepas mengambil kira faktor saiz sampel yang paling ideal atau mencukupi adalah 150 orang dan ke atas untuk menggunakan analisis faktor (Ahmad Hashim, 2014).

4.3 Variabel Kajian

Dalam kajian ini, variabel bersandar adalah skor keseluruhan item soal selidik. Sementara variabel bebas adalah skor subskala item soal selidik pengetahuan, sikap dan amalan. Rajah satu di bawah menunjukkan variabel kajian.



Rajah 1: Variabel Kajian

4.4 Instrumen Kajian

Soal selidik ini mengandungi dua bahagian. Bahagian A ialah bahagian latar belakang responden. Bahagian B ialah soal selidik pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19. Soal selidik pengetahuan terhadap Pandemik COVID-19 mempunyai 10 item dengan menggunakan soalan-soalan tertutup sama ada "Betul", "Salah" atau "Tidak Pasti". Soal selidik sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 masing-masing mempunyai 10 dan 15 item dengan menggunakan skala Likert lima pilihan jawapan iaitu Selalu (1), Kerap Kali (2), Sekali Sekala (3), Jarang (4) dan Tidak Pernah (5).

4.5 Prosedur Analisis Data

Sistem perisian *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 21.0 telah digunakan untuk menganalisis dapatan soal selidik instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19. Formula oleh Sidek Mohd Noah dan Jamaludin Ahmad (2005) digunakan untuk mendapatkan nilai kesahan kandungan berdasarkan persetujuan tiga orang panel pakar. Analisis *Cronbach alpha* digunakan untuk mendapatkan nilai pekali kebolehpercayaan dan konsistensi dalaman item soal selidik. Analisis faktor digunakan untuk mengurangkan item-item soal selidik yang banyak kepada hanya sebilangan item-item ke dalam faktor atau komponen yang diukur (Ahmad Hashim, 2014).

5.0 DAPATAN KAJIAN

Berpandukan kepada formula oleh Sidek Mohd Noah dan Jamaludin Ahmad (2005) untuk penilaian panel pakar dengan menggunakan 10 item soal selidik yang berskala Likert lima mata (1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Tidak Pasti, 4 = Setuju dan 5 = Sangat Setuju), maka nilai kesahan kandungan pakar yang diperolehi adalah r = .83. Soal selidik yang dibina oleh penyelidik mengandungi 35 item dengan tiga subskala iaitu pengetahuan, sikap dan amalan. Berdasarkan keputusan analisis faktor, hanya 28 item sahaja diterima sah sebagai item soal selidik. Analisis *Cronbach alpha* menunjukkan nilai pekali kebolehpercayaan item soal selidik adalah α = .91 di mana koefisien ketekalan dalaman untuk setiap subskala ialah pengetahuan (α = .82), sikap (α = .81) dan amalan (α = .84). Jadual 2, 3 dan 4 di bawah menunjukkan keputusan analisis faktor.

Jadual 2: *KMO and Bartlett's Test*

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy.		.948
Bartlett's Test of Sphericity	Approx. Chi-Square	11240.639
	df	595
	Sig.	.000

Teknik *Kaiser's criterion* digunakan untuk menentukan bilangan komponen. Komponen yang mempunyai eigenvalue melebihi satu sahaja dipilih dalam analisis ini. Terdapat tiga komponen yang mempunyai eigenvalue melebihi satu. Jadual 3 di bawah menunjukkan keputusan hasil daripada tiga komponen dengan jumlah keseluruhan varians adalah sebanyak 61.32 peratus. *Rotated component matrix* menunjukkan *loading* setiap item ke atas tiga komponen yang dipilih.

Jadual 3: *Total Variance Explained*

Component	**Rotation Sums of Squared Loadings**		
	Total	**% of Variance**	**Cumulative %**
1	7.683	21.093	21.093
2	6.924	20.213	41.306
3	6.854	20.011	61.317

Extraction Method: Principal Component Analysis.

Bagi mengekalkan tiga komponen untuk analisis seterusnya, penyelidik menggunakan kaedah *varimax rotation* untuk meminimumkan bilangan item soal selidik yang mempunyai korelasi yang tinggi ke atas setiap satu faktor. Menurut Tabachnick dan Fidell (2007), keputusan berdasarkan rotasi *orthogonal* adalah lebih mudah diterjemah dan dilaporkan. Jadual 3 di atas menunjukkan keputusan hasil daripada rotasi tiga komponen menggunakan kaedah *varimax rotation*. Keputusan menunjukkan komponen satu menerangkan 21.09 peratus varians, komponen dua menerangkan 20.21 peratus varians dan komponen tiga menerangkan 20.01 peratus varians. Jumlah keseluruhan varians yang dapat diterangkan oleh ketiga-tiga komponen ini adalah sebanyak 61.32 peratus.

Jadual empat di bawah menunjukkan *loading factor* melebihi r = .60 untuk tiga komponen item soal selidik. Nilai matrik pekali korelasi yang tinggi digunakan untuk mendapatkan item yang mempunyai nilai korelasi yang tinggi ke atas setiap satu komponen yang dipilih (Tabachnick & Fidell,

2007). Berdasarkan *Principal Component Analysis*, sebanyak 28 daripada 35 item soal selidik menunjukkan skor *communality* yang tinggi. Lajur komponen satu mewakili sub skala pengetahuan, lajur komponen dua mewakili sikap dan lajur komponen tiga mewakili amalan terhadap pandemik COVID-19. Menurut Pallant (2010), berdasarkan keputusan yang signifikan ($r \geq .60$), hanya 28 item sahaja diterima sah sebagai item soal selidik instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru.

Jadual 4: *Construct Validity for Rotated Component Matrix Component*

Rotated Component Matrix[a]

Item	Component		
	1	2	3
5	.905		
9	.903		
7	.894		
4	.799		
8	.774		
10	.733		
6	.688		
1	.681		
3	.655		
2	.647		
19		.904	
14		.877	
15		.838	
13		.827	
12		.775	
11		.736	
17		.672	
16		.652	
20		.643	
32			.813
22			.812
31			.803
27			.783
25			.739
26			.734
33			.729
28			.729
30			.712

Extraction Method: Principal Component Analysis.
Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.
a. Rotation converged in 5 iterations.

6.0 PERBINCANGAN

Analisis faktor dijalankan mengikut tiga langkah utama iaitu pertama, menilai data yang bersesuaian untuk analisis faktor, kedua, faktor pencabutan dan ketiga faktor rotasi dan interprestasi (Pallant, 2010). Menurut Ahmad Hashim (2014), tujuan analisis faktor adalah untuk mendapatkan maklumat mengenai perkaitan di antara item-item soal selidik dengan setiap satu komponen yang diuji. Sebanyak 28 daripada 35 item soal selidik mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang tinggi untuk mengukur tahap pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru.

7..0 KESIMPULAN

Kajian ini membuktikan bahawa instrumen penilaian pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang tinggi. Instrumen penilaian ini boleh digunakan oleh staf dan pensyarah untuk mengukur tahap pengetahuan, sikap dan amalan terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar Institut Pendidikan Guru (IPG). Penilaian berkala dapat meningkatkan tahap pengetahuan yang tinggi, sikap positif dan amalan baik terhadap pandemik COVID-19 dalam kalangan pelajar IPG. Instrumen penilaian yang sah dan boleh dipercayai ini adalah sejajar dengan konsep pembudayaan norma baharu di IPG melalui pendekatan Cegah, Amalkan, Patuhi dan Pantau (CAPP).

RUJUKAN

Ahmad Hashim. (2014). "*Panduan analisis data secara efisien: Panduan lengkap berajah untuk menganalisis data"*. Bandar Baru Bangi: Dubook Press Sdn Bhd.

Emma Mohamad, & Arina Anis Azlan. (2020). "*COVID-19 and Communication Planning. Malaysian Journal of Communication", 36*(1), 1–2.

Kasemy, Z. A., Babah, W. A., Zewain, S. K., Haggag, M. G., Alkalash, S. H., Zahran, E., & Desouky, D. E. (2020). *"Knowledge, attitude and practice toward COVID-19 among Egyptians*". Journal of Epidemiology and Global Health, 45(5), 881–890.

Kementerian Kesihatan Malaysia. (2020). "*Pembudayaan norma baharu dalam komuniti bagi mencegah penularan COVID-19"*. Retrieved from http://www.myhealth.gov.my/wp-content/uploads/Pembudayaan-Norma-Baharu-dalam-Komuniti-03082020.pdf

Kementerian Pendidikan Malaysia. (2020). "*Standard Operating Procedure (SOP) Pencegahan Penularan Jangkitan Penyakit Covid19 Di Sekolah"*. Retrieved from https://www.moe.gov.my/en/pemberitahuan/announcement/sop-covid-19.

Pallant, J. (2010). "*SPSS survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS"* (4th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Companies.

Sidek Mohd Noah, & Jamaludin Ahmad. (2005). "*Pembinaan Modul: Bagaimana Membina Modul Latihan Dan Modul Akademik*". Serdang: Penerbit Universiti Putra Malaysia.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). *Using multivariate statistics* (4th ed.). Bosrom: Pearson Educational, Inc.

Zhong, B. L., Luo, W., Li, H. M., Zhang, Q. Q., Liu, X. G., Li, W. T., & Li, Y. (2020). *"Knowledge, Attitudes, And Practices Towards COVID-19 Among Chinese Residents During The Rapid Rise Period Of The COVID-19 Outbreak:"* A Quick Online Cross-Sectional Survey. International Journal Of Biological Sciences, 16(10), 1745–1752.

Status Indeks Jisim Badan Pelajar Pendidikan Jasmani Institut Pendidikan Guru

Norfadlin Mohd Nor[1], Syed Muhd Kamal S.A Bakar[2], Kamalularifin Muhamed[3], Bisshukri Matrop[4], Shaireena Ja'afar5

[1,2,3,4,5]IPG Kampus Temenggong Ibrahim, Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan mengenalpasti status Indeks Jisim badan (BMI) ke atas 39 orang pelajar Institut Pendidikan Guru Zon Selatan bagi pengkhususan Pendidikan Jasmani. Pengiraan Indeks Jisim Badan ini berkait rapat dengan ketinggian dan berat badan individu. Menurut Butcher, (1999) ramai guru pendidikan jasmnai di sekolah mempunyai masalah berat badan yang berlebihan. Masalah ini juga turut memberi impak yang besar proses pengajaran dan pembelajaran yang banyak melibatkan aktiviti fizikal khususnya dalam kalangan guru opsyen Pendidikan Jasmani. Guru pendidikan jasmani perlu mengawal dan memanatau berat badan supaya tidak akan membataskan pergerakan dalam proses pengajaran dan pembelajaran. Bagi memastikan keberkesanan mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah, masalah lebihan berat dan obesiti dalam kalangan guru pelatih perlu dikenal pasti dari awal sebelum mereka mendapat penempatan di sekolah. Oleh itu, seramai 39 orang pelajar IPG bagi pengkhususan pendidikan jasmani telah ditimbang untuk mengenalpasti status Indeks Jisim Badan (BMI). Dapatan kajian menunjukkan 25.6% pelajar berada dalam kategori kurang berat badan, 10.3% orang mempunyai lebihan berat badan dan 7.7% pelajar dalam kategori obes. Seramai 56.7% orang mempunyai berat badan yang unggul. Pelajar yang melebihi berat ideal atau normal akan diberikan program intervensi yang akan dirancang pada masa akan datang.

Kata Kunci : Lebihan berat badan, guru pelatih, obesiti ,BMI

1.0 PENGENALAN

Kesihatan ialah satu bentuk homeostasis bagi mana-mana organisma yang bernyawa. Kesihatan sesuatu yang amat penting dalam kehidupan manusia. Kesihatan ialah asas hidup yang sempurna. Kesihatan juga membawa erti kemampuan seseorang untuk meneruskan hidup dengan prospek positif. Menurut Pertubuhan Kesihatan Dunia (WHO), sihat ditakrifkan sebagai keadaan sempurna fizikal, mental dan sosial dan tidak hanya ketika ketiadaan sakit. Sebagai individu yang mementingkan kesihatan, adalah penting untuk mengelakkan diri daripada terkena penyakit kronik yang boleh mengancam nyawa. Justeru itu, individu perlu mempunyai keadaan yang sihat dan sempurna dari segi imej tubuh badan, sihat mental serta menjalani aktiviti bersosial dengan bahagia. Pelbagai langkah dan strategi usaha yang disediakan oleh pihak Kementerian Kesihatan Malaysia (2011) yang sentiasa berusaha untuk meningkatkan kesihatan orang ramai bermula daripada akar umbi kanakkanak hingga ke generasi warga emas. Penyakit-penyakit yang sering berpunca daripada masalah obesiti dan kegemukan termasuklah penyakit kencing manis, penyakit jantung iskemik, penyakit hipertensi, penyakit paru-paru dan masalah tulang serta otot badan. Namun begitu, terdapat juga individu yang mempunyai masalah endokrin, kekurangan hormon tiroid atau hipertiroid sehingga mengalami masalah obesiti. Jika hormon steroid berlebihan dalam badan akan menyebabkan masalah sindrom cushing sehingga berlaku kegemukan. Obesiti adalah masalah penyakit yang melanda Malaysia dan isu ini telah menjadi isu global yang hangat dibincangkan pada masa kini.

Setiap individu harus memastikan bilangan kalori yang diambil setiap hari. Pengambilan makanan seimbang digalakkan dalam pengambilan makanan mengikut waktu yang telah ditetapkan. Jika seseorang tidak mengambil tahu bilangan kalori dalam sehari semasa makanan maka pembentukan lemak yang berlebihan serta ketidakseimbangan pemakanan akan berlaku. Individu juga tidak

melakukan aktiviti fizikal dalam kehidupan seharian. Hal ini dikenali sebagai perubahan lemak badan yang bergantung kepada ketidakseimbangan antara tenaga yang diambil dan yang digunakan. Apabila hal ini berlaku kerana ketidakseimbangan tenaga antara kalori yang dimakan dan digunakan disebabkan oleh peningkatan dalam pengambilan makanan tepu-tenaga yang tinggi dengan kandungan lemak, garam, gula (Abdulwahab Naser al Isa et al., 2013). Lemak kolestrol penting untuk tubuh tetapi bukan dalam jumlah yang banyak. Lemak mula menjadi ancaman apabila keperluannya melebihi had. Kolestrol yang berlebihan inilah yang menempel pada salur arteri yang kecil. (Lily haslina Nasir, 2004).

Menurut WHO, 1990 faktor risiko yang banyak berkaitan dengan masalah kesihatan berkait rapat dengan lebihan berat badan dan obesiti. Gaya hidup yang pasif masa kini menjadikan individu kurang mementingkan kesihatan serta faktor utama yang menyumbang kepada penyakit hipokinetik. Kajian yang telah dibuat telah mencadangkan lebihan berat badan dan obesiti dalam kalangan kanak-kanak lebih kepada kurangnya aktiviti fizikal dan lebihan makanan .

Untuk menentukan bacaan obesiti ia boleh diukur dengan menggunakan Indeks Jisim Tubuh (BMI) yang merupakan formula untuk menilai berat badan. Nilai yang diperolehi daripada formula kemudiannya boleh merujuk jadual 1 untuk mengetahui status Indeks Jisim Tubuh.

Jadual 1 : Klasifikasi berat badan dengan BMI

Klasifikasi Berat Badan	BMI (KG/M^2)
Kurang berat badan	<18.50
Normal	18.50 – 24.99
Lebih berat badan	25.00 – 29.99
Obes	≥30.00

Sumber KKM (2011): Modul Intervensi Obesiti di Tempat kerja

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/ MASALAH KAJIAN

Fenomena masalah peratusan dengan berat badan berlebihan dan masalah obesiti tertinggi berbanding negara lain di Asia turut melibatkan Malaysia sebagai negara yang maju. Ini juga menunjukkan bahawa potensi obesiti di Malaysia perlu diambil serius sekiranya tidak dikawal serta mengambil langkah-langkah selanjutnya. Sekali gus, isu ini membawa masalah yang besar dan kesan yang buruk kepada negara. Negara memelukan rakyat yang sihat tubuh badan tanpa sebarang penyakit untuk menyumbang kepada pembangunan dan kemajuan dalam pelbagai sektor pekerjaan.

Jika kita menyusuri kehidupan budaya masyarakat kini, kita sering mendengar masalah-masalah obesiti dan gaya hidup yang kurang sihat diterapkan dalam masyarakat. Di sini sangat penting peranan senaman dan aktiviti fizikal yang dapat membantu mengurangkan gejala yang sedang menular dalam masyarakat kini. Terdapat tiga domain utama dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani iaitu domain psikomotor, domain kognitif dan afektif. Dalam Pendidikan Jasmani beberapa aspek juga perlu diberi tumpuan iaitu kemahiran motor. Aspek tersebut ialah penjagaan kesihatan melalui aktiviti kecergasan di samping penerapan nilai-nilai murni melalui pengenalan aktiviti fizikal yang dipertanggungjawabkan kepada guru-guru pendidikan jasmani dan kesihatan. Menurut Tang Peng Jeng (2006), Pendidikan Jasmani di sekolah juga merupakan aktiviti pengalaman di sekolah yang melibatkan aktiviti fizikal dan amalan kecergasan. Menerusi pembelajaran fizikal dalam kelas Pendidikan Jasmani, pelajar berpeluang melakukan aktiviti senaman dan ini dapat meningkatkan kesihatan dan kecergasan murid. Menurut Amirulhadi & Mohd Radzani (2018), amalan melakukan aktiviti fizikal adalah antara faktor yang signifikan dalam mengawal lebihan berat badan dan obesiti. Salah satu penyebab utama lebihan berat badan dan obesiti adalah kekurangan melakukan aktiviti fizikal. Berat badah haruslah diturunkan melalui aktiviti latihan jasmani dan kawalan diet adalah yang paling berkesan untuk lebihan berat badan

dan obesiti. Latihan fizikal turut mempengaruhi pengurangan berat badan. Individu akan kehilangan lemak adalah antara 47-49% dalam kajian yang telah dijalankan.

Golongan guru merupakan aset yang terpenting bagi negara Malaysia untuk membentuk generasi bermaklumat dan seimbang dari segi jasmani, rohani, emosi, sosial dan intelektual seiring dengan Falsafah Pendidikan Negara. Guru perlu lebih komited dan bersedia mencapai objektif ini. Oleh yang demikian, guru pelatih perlu berada dalam kedaan sihat dan mencapai tahap maksimum bagi menjalankan tanggungjawab yang diamanahkan apabila diberi penempatan kelak. Hal ini sangat penting bagi guru pelatih opsyen pendidikan jasmani dan kesihatan yang akan sentiasa bergerak aktif dan cergas selari dengan bidang yang dipilih. Sebagai bakal guru pendidikan jasmani yang akan diberi penempatan di sekolah perlu memastikan imej badan serta penampilan sesuai dan mengambil berat tentang bacaan BMI.

Guru yang mempunyai penampilan yang baik akan berperanan penting untuk mempengaruhi sikap dan pelajar (Melville dan cardinal, 1997). Pelajar selalu menjadikan guru Pendidikan Jasmani dan Kesihatan adalah *role model* yang boleh menjadi ikutan. Hal ini di sokong oleh Hafidzah et al (2007), yang menyatakan guru-guru Pendidikan Jasmani kebiasaannya adalah seorang guru guru yang sihat, aktif, cergas dan agresif. Guru-guru Pendidikan Jasmani juga digambarkan sebagai guru yang mempunyai bentuk badan yang ideal dan menarik memandangkan mereka sentiasa bergerak aktif semasa menjalankan pengajaran dan pembelajaran di luar bilik darjah semasa di sekolah.

Hasil kajian yang dilakukan oleh Poh, Sia, Norimah & Mohd Ismail (2006) mengenai tahap pengetahuan pengurusan berat badan dalam kalangan wanita yang berkerja terdiri daripada 131 orang guru sekolah dan 122 orang kakitangan awam. Hasil kajian menunjukkan wanita berkerja mempunyai pengetahuan yang sederhana dalam mengambil berat pegurusan berat badan. Juteru dalam hal ini, golongan yang tidak berkecuali iaitu guru yang mempunyai berat badan atau obes akan menghadapi masalah dalam menjalani kehidupan harian terutama secara tidak langsung juga akan menganggu proses pengajaran dan pembelajaran. Tinjauan yang dibuat ke atas pelajar IPG pengkhususan Pendidikan Jasmani di Institut Pendidikan Guru di Johor juga menunjukkan terdapat pelajar-pelajar yang gemuk atau mempunyai berat badan yang melebihi kategori normal.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk menentukan status Indeks Jisim Tubuh (BMI) pelajar IPG pengkhususan pendidikan jasmani. Status ini penting sebagai motivasi untuk mereka mengekalkan berat badan yang normal dan ideal sebelum mereka ditempatkan di sekolah. Secara khususnya, kajian ini bertujuan untuk :

1. Menentukan status indeks jisim badan (BMI) pelajar pengkhususan pendidikan jasmani di Institut Pendidikan Guru di Zon Selatan.

4.0 SOALAN KAJIAN

1. Sejauh mana status Indeks Jisim Badan (BMI) pelajar pengkhususan pendidikan jasmani di Institut Pendidikan Guru Zon Selatan?

5.0 METODOLOGI KAJIAN

5.1 Reka Bentuk Kajian

Reka bentuk yang digunakan dalam kajian ini ialah kaedah tinjauan. Kaedah tinjauan yang digunakan adalah untuk mengenalpasti status Indeks Jisim Tubuh pelajar. Semua reponden di timbang

menggunakan alat penimbang dan alat ukur tinggi. Data yang diperolehi direkodkan ke dalam borang yang disediakan.

5.2 Lokasi dan Populasi Kajian

Kajian ini telah dijalankan di Institut Pendidikan Guru Kampus Zon Selatan. Faktor-faktor pemilihan lokasi ini dibuat kerana memenuhi syarat keperluan kajian. Seramai 39 orang responden yang terdiri dalam kalangan pelajar IPG pengkhususan Pendidikan Jasmani berumur antara 21-25 tahun.

5.3 Instrumen Kajian

Instrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini ialah dengan menggunakan kaedah merujuk kepada Indeks Jisim Tubuh (BMI) yang merupakan satu kaedah untuk mengelaskan berat badan normal, kurang berat dan untuk mengenalpasti status lebihan berat badan dan obesiti.

5.4 Indeks Jisim Tubuh (BMI)

Data dan tinggi berat responden digunakan dalam pengiraan nilai BMI responden tersebut. Data BMI diperolehi dengan membahagikan berat badan responden (dalam kilogram) dengan ketinggian (dalam meter) masing-masing yang diganda dua. Seterusnya timbangan berat di dalam kilogram (kg) dan ukuran tinggi dan meter (m) serta pengiraan BMI responden diambil menggunakan alat pengukuran yang berada di Jabatan Pendidikan Jasmani dan Kesihatan, kampus zon selatan. Status lebihan adalah menggunakan indeks jisim tubuh (Body mass index, BMI). Kriteria yang digunakan adalah berdasarkan kriteria modifikasi daripada Garrow 1981 dan 'Health Welfare Canada 1988'. Nilai yang digunakan adalah dengan merujuk jadual 2 :

Jadual 2 : Indeks Jisim Tubuh

Kurang berat badan	BMI >19.0
Berat badan unggul	BMI 19.0 – 24.9
Lebihan berat badan	BMI 25.0 – 29.
Obes	BMI ≥30.00

Sumber Health Welfare Canada 1988: Kriteria Modifikasi Garrow 1981

Paras BMI ≥25.00 diguna sebagai titik potong di dalam kajian ini untuk menunjukkan lebihan berat dan obes sedangkan BMI <25.00 adalah sebaliknya.

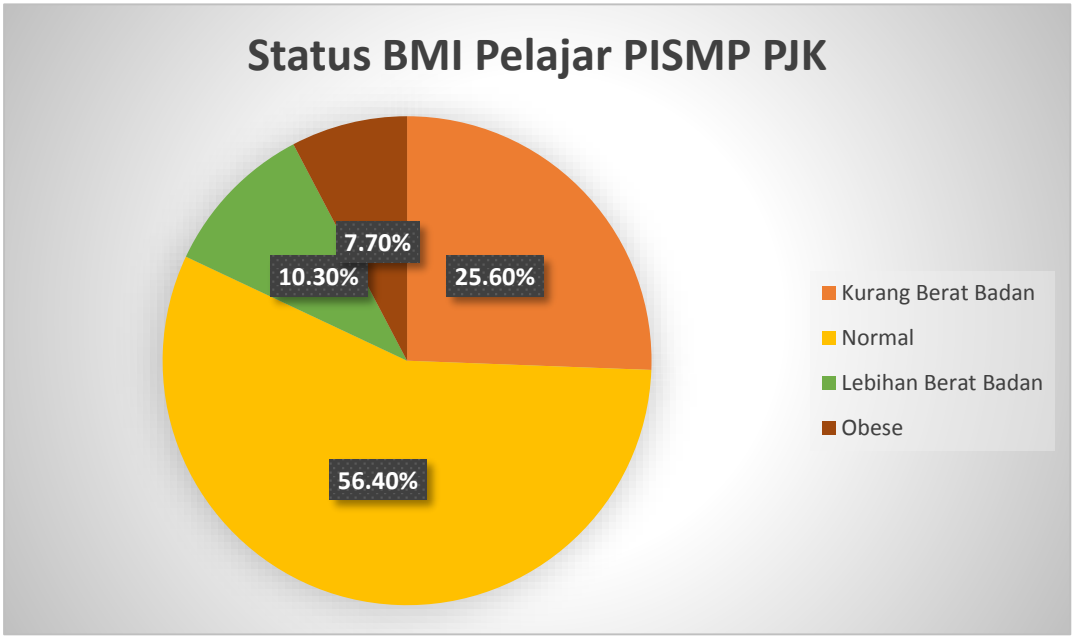
5.5 Analisis Data

Data yang dikumpul dalam kajian ini dianalisis menggunakan rumus BMI. Kemudian, nilai – nilai yang diperolehi diklasifikasikan berdasarkan jadual Indeks secara deskriptif untuk mendapatkan status bacaan BMI.

6.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Prevalens lebihan berat badan dan obesiti

Status berat badan yang telah dikumpulkan dan dianalisis. Seramai Hasil kajian secara keseluruhannya, mendapati daripada 39 orang responden. Dapatan kajian menunjukkan bahawa 25.6 % (10 orang) adalah kurus atau kurang berat badan. Sebanyak 56.4% (22 orang) mempunyai berat badan yang unggul manakala 10.3% (4 orang) mempunyai lebihan berat badan dan 7.7% (3 orang) berada dalam kategori obes boleh dilihat pada gambar rajah tersebut.



Rajah 1 : Status BMI pelajar PISMP PJK Semester 5

Menurut Fauziah Hanim (2014), kajian berkenaan perhubungan antara keobesan dan aktiviti fizikal dalam kalangan guru sekolah rendah di Negeri Perak telah menunjukkan terdapat perhubungan yang signifikan antara keduanya. Implikasi ini sangat membimbangkan jika ia berterusan jika tidak diatasi. Sesuatu perlu dilakukan untuk memastikan guru sekolah rendah di Negeri Perak menyedari tentang bahaya obesiti serta melakukan aktiviti fizikal seperti yang dicadangkan. Hal ini juga akan lebih memberikan masalah dan kesan negatif kepada guru pendidikan jasmani memandangkan proses pengajaran dan pembelajaran yang melibatkan aktiviti fizikal sememangnya memerlukan ketahanan dan kekuatan dari pelbagai aspek fizikal dan mental. Hal ini turut disokong oleh Bucher (1999), yang menyatakan guru yang mempunyai lebihan berat badan akan memberi kesan yang negatif kepada proses pengajaran dan pembelajaran pendidikan jasmani yang melibatkan aktiviti fizikal di luar bilik darjah. Guru yang mempunyai berat badan akan menghadapi masalah kerana akan membataskan pergerakan. Pemerhatian ke atas guru pelatih ini juga menunjukkan yang kegemukan itu berlaku. Hasil kajian yang telah dijalankan menunjukkan 10.3% pelajar mempunyai lebihan berat dan 7.7% orang obes.

Kekurangan dalam melakukan aktiviti fizikal telah terbukti dapat memberi kesan terhadap kesihatan seperti masalah obesiti yang kian membimbangkan di Malaysia. Justeru itu, diharapkan kajian akan datang lebih menekankan kepentingan mengetahui bacaan BMI serta menyediakan cadangan intervensi sebagai cara untuk mengatasi masalah lebihan berat badan ini. Skop kajian juga boleh diperluaskan kepada semua pelajar di IPG seluruh Malaysia. Pihak IPG juga boleh menganjurkan aktiviti seperti kempen, karnival atau peertandingan yang boleh membantu guru pelatih lebih bermotivasi mengambil berat bacaan BMI serta menyedari kepentingan kesihatan diri yang sangat bernilai dalam kehidupan. Cadangan untuk kajian masa hadapan, pengkaji boleh menggunakan ukuran lilit pinggang sebagai penunujuk indikator untuk menilai kesihatan individu selain kaedah biasa yang digunakan iaitu ukuran berat dan tinggi yang digunakan oleh pihak pengamal perubatan untuk meramal masalah obesiti. Ukuran lilitan pinggang sangat jelas untuk mencerminkan tahap kesihatan seseorang dengan segera berbanding BMI yang perlu diukur dahulu untuk mengetahui tahap obesiti. Oleh itu, dalam kajian akan datang, ukuran lilitan pinggang ini mungkin merupakan tanda antropometri penting yang boleh digunakan selain BMI.

7.0 KESIMPULAN

Secara kesimpulannya, kajian ini menunjukkan pola Indeks Jisim Badan (BMI) 56.4% responden tertumpu kepada kelas BMI normal iaitu 18.5-24.9. 7.7 % responden dikategorikan sebagai obes dan 25.6% daripada mereka berada di bawah paras BMI normal (12.5 kurang 18.5).

Rumusannya, kajian ini dapat memberikan status indeks yang tepat mengenai tahap bacaan tubuh badan pelajar IPG Zon Selatan opsyen Pendidikan Jasmani. Walaupun data hanya melibatkan pelajar 39 orang pelajar sahaja. Implikasi kajian ini menunjukkan betapa pentingnya pelajar mengambil berat tahap indeks bacaan BMI secara peribadi bagi menjamin kehidupan yang kekal sihat sepanjang hidup. Bacaan BMI akan menjadi pendorong kepada pelajar yang menjadikannya sebagai panduan hidup dan mengelakkan diri daripada pendapat penyakit-penyakit yang kronik dan mengamalkan gaya hidup sihat.

RUJUKAN

Al-Isa AN. (2004). "*Factors associated with overweight and obesity among Kuwaiti kindergarten female Teachers".* Nutrition Health. 18 (1), pp 67-71

Azimah Ahmad (2007). "*Faktor Utama Obesiti Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Luar Bandar Laporan Penulisan Ilmiah dikemukakan bagi Memenuhi Sebahagian daripada Syarat untuk Memperolehi Ijazah Sarjana Muda Pendidikan Dengan Kepujian (Sains)".* Fakulti Sains dan Teknologi. Universiti Pendidikan Sultan Idris

Butcher, C. A. (1999). "*Foundation of physical education" (13th ed.)*. St Louis: C.V Mosby. Faridah Hanim Md. Yusof (2014). "*Hubungan obesiti dan aktiviti fizikal dalam kalangan guru sekolah rendah"*.

https://www.academia.edu/35563412/"*Hubungan_Obesiti_Dan_Aktiviti_Fizikal_Dalam_Kalangan_ Guru_Sekolah_Rendah"*

Hafidzah Abd. Khafidz, Munira Mohsin, Rozila Mohd Isa & Eleanor A. T. L. N. (2007). "*Kegemukan di*
Kalangan Pelajar – Pelajar KPLI Opsyen Pendidikan Jasmani Institut Perguruan Ilmu Khas". Seminar Penyelidikan Institut Perguruan Batu Lintang.

Haslina Kamis, Azman Ahmad Tajri, Erwan Ismail, Mohd Radzani Abdul Razak. (2017). "*Corak Aktiviti*
Fizikal dan Hubungannya Dengan Obesiti dalam Kalangan Murid Sekolah Menengah di Felda". Journal of Education and Sosial Sciences, Vol. 6, Issue 2

Hill, J. O. & Donahoo, W. T. (2002). "*Environmental Contributions To Obesity"*.

Jamilah Ahmad. (2012). "*Indeks Jisim Tubuh"*. Retrieved from http://www.myhealth.gov.my/indeks-jisim-tubuh-ijt/

Kementerian Kesihatan Malaysia. (2011). "*Modul intervensi obesiti di tempat kerja"*. Retrieved from https://www.moh.gov.my/index.php/file_manager/dl_item/554756755a584a69615852686269394859584a70637942515957356b645746754c31426c626d6431636e567a595734675330567a61576868644746754943596761324633595778686269427765577470644339455958 4a70494556754c6c7068615735315a476c7549454a4c5543387a636d51765457396b64577866535735305a584a325a57357a61563950596d567a615852704c6e426b5a673d3d

Lily Haslina Nasir (2004). "*Penyakit Jantung"*. Associated Educational Distributors (M) Sdn. Bhd.

Lily Haslina Nasir (2004). "*Gemuk atau Obesiti"*. Associated Educational Distributors (M) Sdn. Bhd.

Melville, D. S., & Cardinal, B. J. (1997). "*Are overweight physical educators at a disadvantage in labor market? A random surey of hiring personnel. The Physical Educator", 54, 216-221*

Metra Syahril Mohamaed. (2007). "*Tumpu Akademik Punca Obesiti"*. Utusan Malaysia Online.

Poh, B.K. , Sia, P. H., Norimah A. Karim & Mohd Ismail Noor (2006). "*Pengetahuan Pengurusan Berat Badan Di Kalangan Wanita Berkerja Di Kuala Lumpur"*. Jurnal Sains Kesihatan 4(1): 71-84

Rabiatul Adawiyah Koh Abdullah (2007). "*Kawal Kegemukan Cara Mudah Dan Murah"*. Utusan Malaysia Online.

Tan Peng Jeng (2006*). "Hubungan antara Indeks Jisim Badan, Kecegasan Fizikal dan Pencapaian Akademik Dalam Kalangan Pelajar Elektif Sains Sukan. Sekolah Pendidikan dan Pembangunan Sosial".* Universiti Sabah Malaysia.

Swallen, K. C., Reither, E. N., Haas, S. A. & Meier, A. M. (2005). "*Overweight, Obesity, And Health Related Quality Of Life Among Adolescents"*: The National Longitudinal Study of Adolescent Health. Pediatrics. 15(2), pp 304-347.

WHO (2003). "*Diet, Nutrition, And The Prevention Of Chronic Disease"*. Report of a WHO study Group. Geneval1990.

Pengaruh Tanggapan Manfaat Aktiviti Sukan Terhadap Prestasi Akademik Pelajar TVET

Irwanbudiana Bin Amsah[1] , Jusdy Bin Juwait[2]

[1,2] Kolej Komuniti Tawau

ABSTRAK

Kajian menunjukkan rakyat Malaysia yang tidak melakukan aktiviti sukan terdedah kepada risiko penyakit seperti kemurungan, tekanan emosi, kencing manis, kegemukan dan darah tinggi. Sebaliknya, penyertaan aktif dalam aktiviti sukan diyakini mampu untuk meningkatkan motivasi diri, mendisiplinkan diri menepati masa, mengurangkan tekanan emosi, menjamin kesihatan diri dan memupuk amalan kerja berpasukan. Kajian ini bertujuan untuk menentukan sama ada terdapat pengaruh tanggapan manfaat aktiviti sukan terhadap prestasi akademik pelajar-pelajar TVET. Responden terdiri daripada 168 orang pelajar sijil pelbagai bidang TVET di Kolej Komuniti Tawau. Analisis melalui Perisian Statistik Sains Sosial (SPSSV22) mendapati nilai signifikan, P adalah melebihi nilai 0.05. Ianya menunjukkan responden berpendapat bahawa tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara tanggapan manfaat aktiviti sukan yang dikemukakan terhadap prestasi akademik. Kajian ini mencadangkan agar pihak institusi merangka program lebih terancang untuk menerangkan manfaat aktiviti sukan dalam kalangan pelajar.

Kata Kunci: tanggapan, manfaat aktiviti sukan, prestasi akademik

1.0 PENGENALAN

Aktiviti sukan memainkan peranan yang amat penting dalam memastikan kesejahteraan hidup dari segi kesihatan dan kualiti kehidupan. Dilaporkan ketidakaktifan dalam aktiviti sukan menyumbang kepada 6% punca kematian di Malaysia (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2017). Menurut Malaysia Adults Nutrition (MANS) dalam kajiannya pada Oktober 2013 mendapati bahawa hanya 14 % sahaja rakyat Malaysia yang melibatkan diri dengan aktiviti sukan. Dapatan ini menunjukkan kesedaran terhadap manfaat aktiviti bersukan dalam kalangan rakyat Malaysia masih berada pada tahap yang rendah. Sedangkan menurut Kushariyadi (2013) dari aktiviti bersukan mampu untuk meningkatkan fungsi kognitif dan kekuatan ingatan khususnya kepada golongan pelajar.

Fungsi kognitif dan tahap ingatan yang tinggi sangat diperlukan oleh seorang pelajar. Kecemerlangan seseorang pelajar lazimnya dikaitkan dengan pencapaian akademik yang cemerlang. Masyarakat jarang melihat kecemerlangan dari kacamata aspek personaliti dan pengurusan diri. Sebab itu seringkali dilihat usaha untuk mencapai kecemerlangan hanya tertumpu kepada usaha bersifat ilmiah semata. Penglibatan dalam aktiviti lain dianggap sebagai punca hilang tumpuan dalam pembelajaran dan menjadi tembok untuk berjaya. Ada yang merumuskan pelajar yang aktif bersukan tidak mempunyai masa yang cukup untuk mengulangkaji pelajaran. Namun stigma ini berkontrakdiksi dengan dapatan Santana (2017) melalui kajiannya terhadap dapatan 45 artikel saintifik berkaitan yang telah diterbitkan sekitar tahun 1996 sehingga 2016 yang mendapati bahawa terhadap hubungan positif diantara penglibatan aktif dalam aktiviti sukan dan fizikal dengan pencapaian akademik.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Usaha melahirkan pelajar yang cemerlang perlu dilaksanakan secara berterusan dengan mengambil kira pencapaian dalam bidang akademik dan bukan akademik. Antara keutamaan yang perlu diberi tumpuan dalam bidang bukan akademik ialah pembangunan diri melalui penglibatan dalam aktiviti sukan. Pelbagai penyelidikan terdahulu menunjukkan terdapat hubungan di antara penglibatan pelajar dalam aktiviti sukan, fizikal dan rekreasi terhadap peningkatan prestasi akademik (Donnelly, 2016).

Tomporowski (2008) mendapati bahawa peningkatan aktiviti sukan mampu meningkatkan fungsi kognitif dan ingatan seseorang. Ini kerana kecenderungan aktif dalam sukan akan meningkatkan ketepuan oksigen dan angiogenesis di kawasan otak manusia (Kleim et al., 2002). Aktiviti bersukan juga dapat merangsang peningkatan aktiviti serotonim dan norepinefrin yang akan memudahkan urusan pemprosesan maklumat di dalam otak (Winter et al., 2007). Selain itu, aktiviti sukan juga akan membuatkan seseorang merasa tenang kerana dapat mengurangkan kemurungan atau kesedihan serta dapat memperbaiki *mood* (Chida & Hamer, 2008). Angevaran (2008) turut berkongsi pandangan yang sama bahawa aktiviti sukan dipercayai boleh dijadikan rawatan awal terhadap masalah kemurungan orang dewasa. Alves Martins et al. (2010) percaya bahawa dapatan kajiannya yang menunjukkan terdapat perkaitan diantara aktiviti sukan dengan tahap kemurungan dan peningkatan keyakinan diri sebenarnya secara langsung akan menyumbang kepada peningkatan prestasi akademik seseorang.

Berdasarkan dapatan kajian-kajian inilah, didapati bahawa terdapat hubungan di antara penglibatan aktif dalam aktiviti sukan dengan prestasi akademik seseorang pelajar. Maka timbul persoalan, adakah tanggapan terhadap manfaat-manfaat aktiviti sukan akan turut mempengaruhi prestasi akademik khususnya kepada pelajar-pelajar TVET di Kolej Komuniti Tawau.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini adalah untuk mengenal pasti ;

i. Prestasi akademik responden
ii. Kebolehan responden menyelesaikan penilaian berterusan (PB)
iii. Tanggapan terhadap manfaat aktiviti sukan

4.0 PERSOALAN KAJIAN

i. Pengaruh tanggapan manfaat aktiviti sukan terhadap prestasi akademik

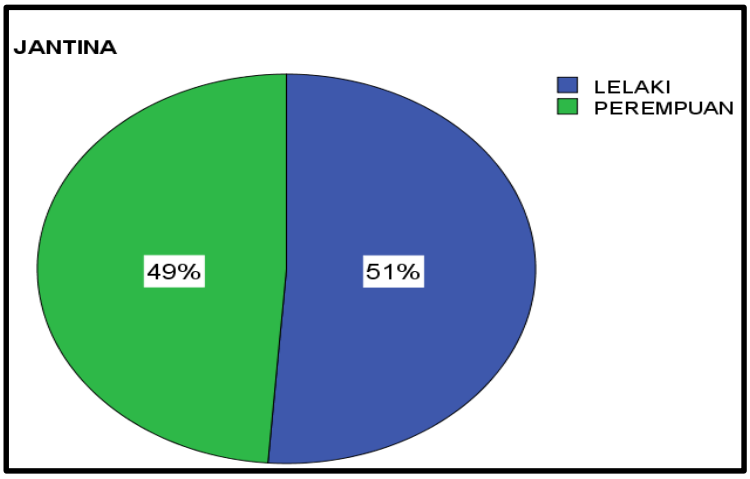
5.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini merupakan kajian kuantitatif berbentuk tinjauan. Kajian ini dijalankan di Kolej Komuniti Tawau. Seramai 168 respondan terlibat dalam kajian ini. Kaedah pungutan data adalah menggunakan teknik pensampelan random. Instrumen yang digunakan adalah borang soal selidik. Kajian ini menggunakan Perisian SPSS untuk menjalankan analisis deskriptif dan Ujian Anova.

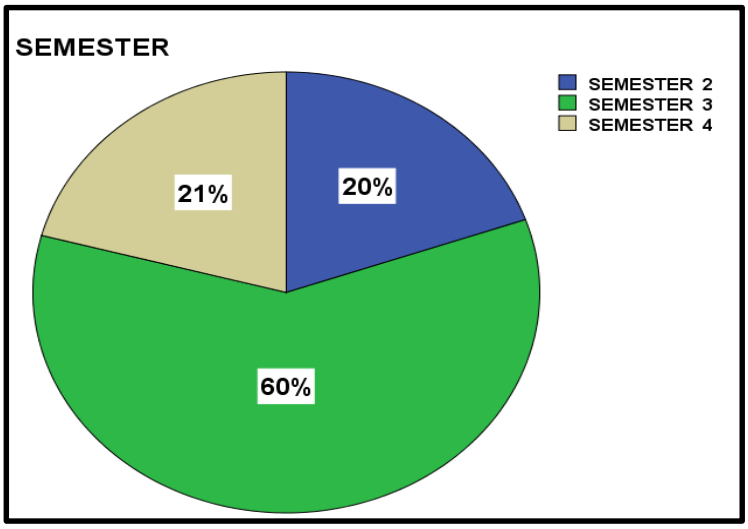
Instrumen kajian dibahagikan kepada 3 bahagian. Bahagian A mengenai data demografi responden yang melibatkan 3 item soalan. Bahagian B mengemukakan 5 item soalan mengenai tanggapan responden terhadap manfaat aktiviti sukan dengan menggunakan Skala Likert 4 iaitu 1:Tidak Setuju, 2:Kurang Setuju, 3:Setuju dan 4:Sangat Setuju. Sementara Bahagian C pula mengemukakan 3 item soalan berkaitan komitmen dan kepuasan terhadap prestasi akademik terkini.

6.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

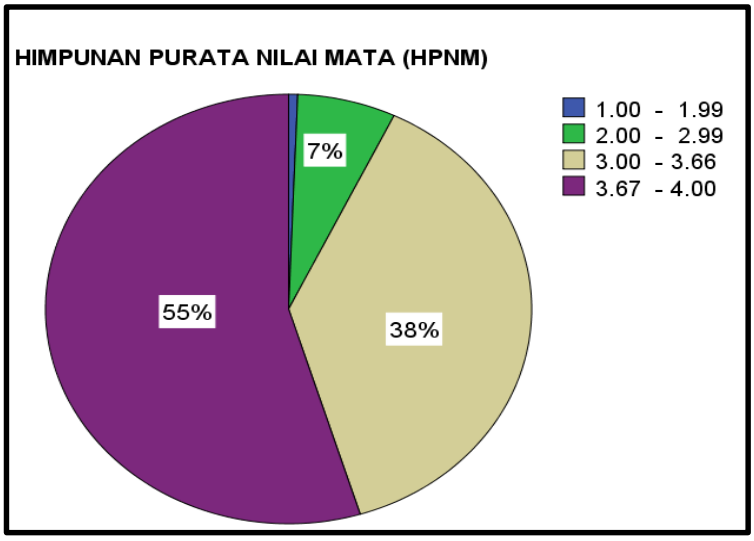
Analisis Demografi



Rajah 1 : Jantina Respondan



Rajah 2 : Semester Pengajian Respondan



Rajah 3 : HPNM Respondan

Ujian Kenormalan Data

Jadual 1 : Ujian Kenormalan Data

Item	N	Mean	Skewness	Kurtosis
B1	168	2.72	-.649	.238
B2	168	2.71	-.616	.567
B3	168	2.25	.844	.938
B4	168	2.85	-.055	-.679
B5	168	2.70	-.465	.439
Min	168	2.65	.260	.946

Berdasarkan ujian kenormalan menggunakan nilai Skewness dan Kurtosis seperti yang ditunjukkan dalam Jadual 1, semua nilai adalah normal. Julat normal dikira jika nilai Kurtosis dan Skewness berada di dalam julat ± 3.00, maka item tersebut berada di dalam taburan normal (Kline, 2005).

Ujian Anova

a) Keputusan Ujian Anova tanggapan aktiviti sukan boleh **meningkatkan motivasi diri** berdasarkan prestasi akademik HPNM responden.

Jadual 2 : Keputusan Ujian Anova Item B1

HPNM

	Sum ^{2}	df	Mean ^{2}	Nilai F	Signifikan
Antara Kumpulan	2.763	3	.921	2.252	**.084**
Dalam Kumpulan	67.088	164	.409		
Jumlah	69.851	167			

Berdasarkan kepada Jadual 2, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan skor min tanggapan aktiviti sukan boleh meningkatkan motivasi diri berdasarkan prestasi akademik HPNM responden ($F(3, 164) = 2.252$; $p>0.05$).

b) Keputusan Ujian Anova tanggapan aktiviti sukan boleh **mendisiplinkan diri** memanfaatkan masa dengan perkara yang berfaedah berdasarkan prestasi akademik HPNM responden.

Jadual 3 : Keputusan Ujian Anova Item B2

HPNM

	Sum ^{2}	df	Mean ^{2}	Nilai F	Signifikan
Antara Kumpulan	1.222	3	.407	.973	**.407**
Dalam Kumpulan	68.629	164	.418		
Jumlah	69.851	167			

Berdasarkan kepada Jadual 3, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan skor min tanggapan aktiviti sukan boleh mendisiplinkan diri memanfaatkan masa dengan perkara yang berfaedah berdasarkan prestasi akademik HPNM responden ($F(3, 164) = 0.973$; $p>0.05$).

c) Keputusan Ujian Anova tanggapan aktiviti sukan mampu **mengurangkan tekanan** berdasarkan prestasi akademik HPNM responden.

Jadual 4 *:* Keputusan Ujian Anova Item B3

HPNM

	Sum ^{2}	df	Mean ^{2}	F	Signifikan
Antara Kumpulan	1.878	3	.626	1.510	**.214**
Dalam Kumpulan	67.974	164	.414		
Jumllah	69.851	167			

Berdasarkan kepada Jadual 4, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan skor min tanggapan aktiviti sukan mampu mengurangkan tekanan berdasarkan prestasi akademik HPNM responden (F(3, 164) = 1.510 ; p>0.05).

d) Keputusan Ujian Anova tanggapan aktiviti sukan **menjamin kesihatan diri** berdasarkan prestasi akademik HPNM responden.

Jadual 5 *:* Keputusan Ujian Anova Item B4

HPNM

	Sum ^{2}	df	Mean ^{2}	F	Sig.
Antara Kumpulan	.887	3	.296	.703	**.551**
Dalam Kumpulan	68.964	164	.421		
Jumlah	69.851	167			

Berdasarkan kepada Jadual 5, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan skor min tanggapan aktiviti sukan menjamin kesihatan diri berdasarkan prestasi akademik HPNM responden (F(3, 164) = 0.703 ; p>0.05).

e) Keputusan Ujian Anova tanggapan aktiviti sukan mampu memupuk **amalan kerja berpasukan** berdasarkan prestasi akademik HPNM respondan.

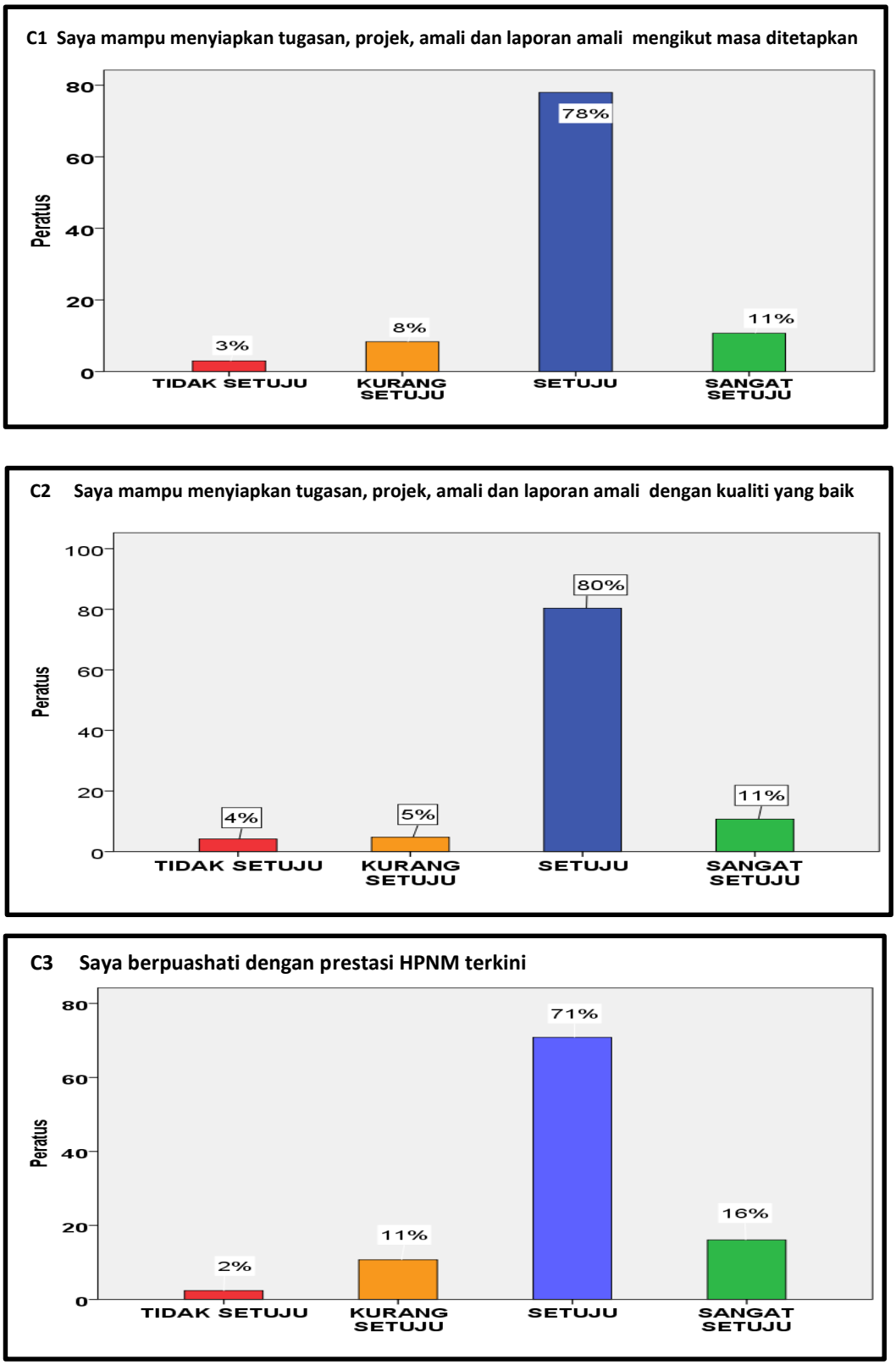
Jadual 6 *:* Keputusan Ujian Anova Item B5

HPNM

	Sum^2	df	Mean ^{2}	F	Sig.
Antara Kumpulan	1.273	3	.318	.757	**.555**
Dalam Kumpulan	68.578	164	.421		
Jumlah	69.851	167			

Berdasarkan kepada Jadual 6, didapati tidak terdapat perbezaan yang signifikan skor min tanggapan aktiviti sukan mampu memupuk amalan kerja berpasukan berdasarkan prestasi akademik HPNM responden (F(4, 163) = 0.757 ; p>0.05).

Analisis Deskriptif



Rajah 6 : Kepuasan terhadap prestasi HPNM terkini

KESIMPULAN

Hasil kajian mendapati tidak terdapat pengaruh yang signifikan di antara tanggapan manfaat aktiviti sukan terhadap pencapaian akademik responden. Dapatan ini melibatkan semua persoalan item manfaat aktiviti bersukan yang dikemukakan dalam soal selidik. Senario ini berlaku kerana didapati lebih 90% responden dapat menyiapkan dan melaksanakan penilaian berterusan (PB) yang dijalankan di institusi mengikut tempoh dan kualiti yang ditetapkan, walaupun mereka mempunyai tanggapan yang berbeza terhadap manfaat-manfaat aktiviti sukan yang diutarakan. Dapatan kajian juga menunjukkan 87% responden berpuashati dengan pencapaian HPNM terkini mereka, di mana 156 orang dalam kalangan responden mempunyai HPNM melebihi nilai 3.00 .

RUJUKAN

Alves, M., Peixoto, F., Gouveia, M., Amaral, V. & Pedro, I. (2010). "*Self- Esteem And Academic Achievement Among Adolescents"*. Lisbon : Carpax Publishing.

Angevaren, M., Aufdemkampe, G.,Verhaar, H., Aleman, A. & Vanhees, L.(2008). "*Physical Activity And Enhanced Fitness To Improve Cognitive Function In Older People Without Known Cognitive Impairment"*. Betesda : National Library of Medicine.

Chida, Y & Hamer, M.(2008). "*Chronic Psychosocial Factors And Acute Physiological Responses To Laboratory-Induced Stress In Healthy Populations: A Quantitative Review Of 30 Years Of Investigations"*. Betesda : National Library of Medicine.

Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P. & Szabo-Reed, A. N. (2016). "*Physical Activity, Fitness, Cognitive Function, and Academic Achievement in Children: A Systematic Review".* Medicine & Science in Sports & Exercise.

Hillman, C.H., Erickson, K.I. & Kramer, A.F.(2008). "*Be Smart, Exercise Your Heart: Exercise Effects On Brain And Cognition"*. Macmillan Publishers Ltd.

Kleim, J., Freeman Jr., Bruneau, & Nolan, B.C. (2002). "*Synapse Formation Is Associated With Memory Storage In The Cerebellum".*Los Angelas : University of Southern California.

Kubesch, S., Breitcheineider,V., Freudenmann, R. & Lehmann, M. (2003). "*Aerobic Endurance Exercise Improves Executive Functions in Depressed Patients".* Physicians Postgraduate Press Inc.

Kushariyadi (2013). "(*Memory Stimulation) Intervention Increase Elderly Cognitive Function".* Surabaya : Universitas Airlangga.

Nurul Atiqah, M & Mohd Radzaini, A (2018). "*Tahap Aktiviti Fizikal Dan Hubungannya Dengan Faktor Sosial Dalam Kalangan Wanita Bekerjaya"*.

Sonstroem, R.J. & Morgan,W.P. (1989*). "Exercise And Self-Esteem: Rationale And Model."* Washington : American Psychological Association.

Tomporowski, P.D.,Davis, C.L., Miller, P.H. & Naglieri, J.A.(2008). "*Exercise And Children's Intelligence, Cognition, And Academic Achievement"*. Georgia : University Augusta.

PROJump : Portable, Reliable, Collapsible Hurdle for Training

Nazirah binti Mat Zain[1], Azmerizal bin Azeman [2]

[1,2]Politeknik Ibrahim Sultan

ABSTRAK

Sukan lompat pagar di Malaysia telah berjaya melakar pelbagai jenis kecemerlangan daripada pelbagai jenis kejohanan yang disertai oleh para atlet di peringkat sekolah mahupun IPT di persada tempatan mahupun antarabangsa. Detik kecemerlangan para atlet ini dipengaruhi oleh pelbagai jenis faktor antaranya latihan yang konsisten serta efektif dengan menggunakan peralatan sukan yang khusus serta menepati piawai dan verifikasi daripada pihak yang tertentu. Justeru, kajian ini dilaksanakan adalah untuk membangunkan sebuah alat bantu latihan sukan lompat berpagar yang dilengkapi dengan alat pengesan ketinggian digital, mudah dilipat untuk tujuan penyimpanan serta mudah dibawa kemana-mana. Penggunaan bahan yang tahan kepada cuaca seperti polyetylene dan aluminium juga berupaya meningkatkan jangkahayat produk ini. Hasil analisa melalui kajian lapangan yang telah dijalankan telah menunjukkan para atlet pelajar di Politeknik Ibrahim Sultan yang menggunakannya mencatatkan peningkatan dalam rekod lompatan pada ketinggian pagar 0.838m untuk jarak 100m bagi wanita manakala 1.067m untuk jarak 110m bagi lelaki. Berbanding alat penghadang yang sedia ada, PROJump merekodkan kadar ketinggian lompatan atlet sekaligus mampu meningkatkan kemahiran dan motivasi untuk mencapai prestasi yang lebih cemerlang.

Kata Kunci: Sukan lompat berpagar, alat bantu latihan , alat pengesan ketinggian digital.

1.0 PENGENALAN

Sukan lompat pagar merupakan salah satu acara dalam kategori olahraga yang merupakan induk kepada semua jenis sukan. Olahraga boleh dibahagikan kepada acara balapan dan acara padang. Acara lompat pagar yang dipertandingkan boleh dibahagikan kepada kategori lompat berpagar wanita (100 m), lari berpagar lelaki (110 m) dan lompat berpagar lelaki dan wanita (400 m). Kejohanan olahraga di peringkat institusi pengajian tinggi merupakan aspek yang penting dalam membudayakan sukan sebagai medium yang berfungsi mengembangkan personaliti pelajar secara seimbang daripada sudut intelek, rohani, jasmani serta emosi. Justeru pendidikan sukan melalui penghasilan rekabentuk alat bantu latihan berupaya memberi pendedahan serta galakan kepada para atlet mahupun generasi muda yang mempunyai minat serta bakat dalam bidang sukan terutamanya sukan lompat berpagar. Selain daripada atlet yang mempunyai bakat serta komitmen yang jitu, peranan jurulatih juga memainkan peranan yang berupaya mempengaruhi prestasi seseoarang atlet. Menurut Steven McGill (2020), jurulatih bukan sahaja mempunyai peranan yang serupa seperti seorang guru malahan turut sama menjalankan aktiviti yang sama diajar kepada para atletnya. Ini menunjukkan jurulatih tersebut turut sama ingin mempunyai pengalaman yang serupa seperti para atletnya terutamanya dalam sesi latihan yang mana jurulatih bersifat lebih terbuka dengan pendapat para atlet mengenai pengalaman serta penambahbaikan bagi tujuan melonjakkan prestasi setiap daripada mereka. Namun begitu, pembangunan inovasi daripada sudut teknikal juga merupakan faktor yang berupaya membuka minda para atlet dalam pendekatan baharu untuk merancakkan sesi latihan yang lebih berfokus serta bercorak lebih profesional (Steven McGill, 2020). Penghasilan alat bantu latihan sukan yang efektif dan berupaya menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh atlet juga merupakan tunjang kepada eksperimentasi kearah menghasilkan alat bantu latihan yang mampu mengoptimakan prestasi para atlet walaupun ianya hanya menggunakan asas dalam rekabentuk yang asal (Steven McGill, 2020).

1.2 Latarbelakang Masalah

Pembangunan inovasi rekabentuk alat bantu latihan khusus bagi sukan lompat berpagar ini bertitik tolak daripada hasil kajian penyelidikan dalam kalangan atlet-atlet sukan lompat berpagar di

Politeknik Ibrahim Sultan. Antara permasalahan yang dikenalpasti ialah atlet pelajar berkenaan sukar menelah tahap konsistensi lompatan untuk menentukan tahap prestasi dalam rekod pencapaian. Menurut Iskra J, Walaszczyk A (2007), perbezaan yang ketara yang mempengaruhi prestasi setiap atlet sukan lompat berpagar adalah kemantapan larian pecut, ketahanan, latihan lompatan, serta kekuatan yang dinamik. Justeru, latihan lompatan merupakan suatu kriteria yang amat penting dalam kalangan atlet sukan lompat berpagar. Mereka melakukan latihan tersebut, namun tidak mengetahui tahap ketinggiannya untuk menentukan prestasi mereka secara berterusan. Begitu juga dengan pengurusan fasiliti sukan Institut Pengajian Tinggi (IPT) yang baik menggalakkan penglibatan pelajar dalam sukan (Zulfadli et al. 2018). Menurut Harun et al. (2013), fasiliti yang disediakan perlu dikekalkan dengan baik agar dapat dimanfaatkan dan tidak menghalang usaha kerajaan untuk menggalakkan masyarakat bersukan dan melakukan aktiviti fizikal akibat fasiliti sukan yang tidak selamat dan rosak.

1.3 Objektif

Menghasilkan sebuah alat bantu latihan bagi sukan lompat berpagar yang boleh dilipat serta mudah dibawa kemana-mana.

i. Menghasilkan sebuah alat bantu latihan bagi sukan lompat berpagar yang menggunakan bahan yang ringan serta tahan kepada perubahan cuaca.

ii. Menghasilkan sebuah sebuah alat bantu latihan untuk sukan lompat berpagar yang dilengkapi dengan alat pengesan ketinggian lompatan secara digital.

1.4 Skop Projek

i. PROJump dihasilkan adalah berfungsi sebagai sebuah alat bantu latihan khusus untuk sukan lompat berpagar.

ii. Penggunaan prinsip mekanisme bolehlipat memberikan pembaharuan dalam pendekatan inovasi penghasilan alat bantu latihan sukan yang berupaya meminimakan penggunaan ruang daripada sudut penyimpanannya.

iii. Kaedah pengesanan ketinggian lompatan secara digital diadaptasikan dalam inovasi alat bantu latihan sukan lompat berpagar ini untuk mengenalpasti tahap konsistensi serta keupayaan atlet pelajar bagi menjamin mutu prestasi serta pencapaian mereka.

iv. Kajian ini mengambil sasaran populasi daripada kalangan atlet pelajar lelaki dan perempuan sukan lompat berpagar Politeknik Ibrahim Sultan (PIS).

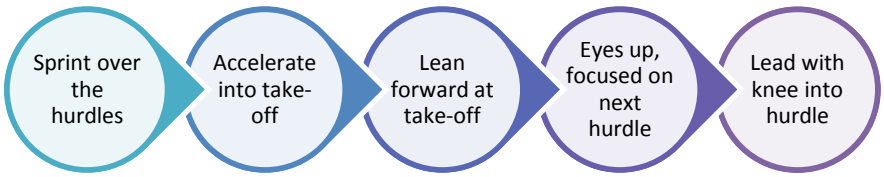
2.0 KAJIAN LITERATUR

Menyorot sejarah sukan lompat berpagar atau ada juga yang menggelarnya sebagai suka lari berpagar, ia dipercayai bermula di England pada abad ke-19 dimana sukan ini berlangsung di kolej Eaton pada tahun 1837. Pada peringkat awalnya, sukan ini berlangsung pada jarak 120 ela, 200 ela dan 440 ela dengan meletakkan sebanyak 10 buah pagar pada acara itu. Namun, dengan pertukaran kepada sistem metrik kepada semua acara, maka sukan lompat berpagar juga turut terlibat. Kini, terdapat acara 100 meter, 110 meter dan 400 meter. Berikut merupakan rajah perbezaan bagi kategori lelaki dan wanita serta perbezaan ketinggian serta jaraknya.

Jadual 1 : Rujukan perbezaan bagi kategori lelaki dan wanita

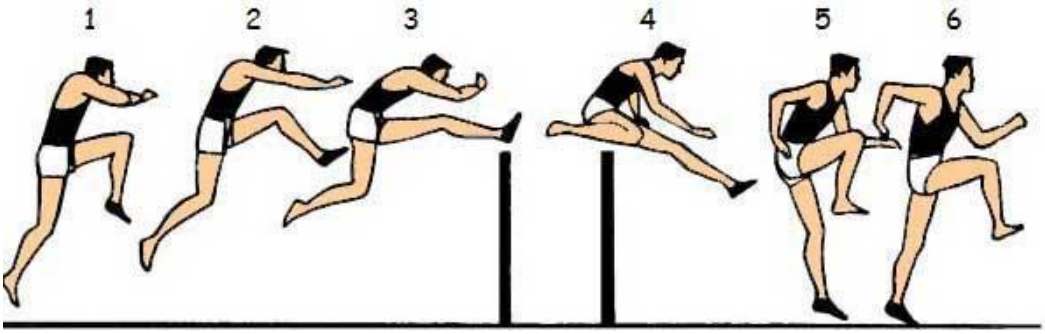
ACARA (meter)	Kategori	Tinggi Pagar (meter)	Jarak Antara Garisan Permulaan Dengan Pagar Pertama (meter)	Jarak Antara Pagar (meter)	Jarak Antara Pagar Akhir Dengan Garisan Penamat (meter)
100	Wanita	84	13	8.5	10.5
110	Lelaki	1.076	13.72	9.14	14.02
400	Wanita	76	45	36	40
400	Lelaki	91.4	45	35	40

Menurut Silvey, Steve (2012), langkah-langkah gerakan lompatan yang baik dalam sukan lompat berpagar ialah seperti dalam gambarajah dibawah;



Rajah 2 :
(Sumber daripada buku Secrets To Becoming A Successful Hurdler, Silvey dan Steve 2012)

Selain fokus, atlet juga hendaklah sentiasa mengekalkan kelajuan dalam berlari disamping keupayaan melompat pagar (Silvey, Steve 2012). Kemahiran berlari dengan pantas juga merupakan faktor yang menentukan pencapaian atlet pelajar selain keupayaan lompatan yang melepasi pagar yang diletakkan di lorong lariannya. Matlamat pelari adalah untuk menamatkan larian pada suatu jarak yang ditetapkan dengan melompat melepasi setiap pagar atau halangan yang dipasang atau diletakkan di sepanjang jarak tersebut. Dalam melakukan lompatan, pelari hanyalah dibenarkan untuk menjatuhkan tidak lebih daripada dua pagar. Namun, sekiranya lebih daripada itu, maka lariannya dibatalkan. Larian seseorang pelari berhak dibatalkan sekiranya dia membuat lompatan dengan sebelah kakinya berada diluar pagar atau halangan tersebut.



Rajah 3 :Teknik lari berpagar
(sumber oleh laman web Editors of Encyclopaedia Britannica, T. Editors, 2019)

2.1. Kajian Rekebentuk Menggunakan Prinsip Mekanisma Boleh Lipat

Collapsible atau bolehlipat merupakan prinsip rekabentuk yang memberi inspirasi dalam kaedah penyimpanan sesuatu objek pada masa yang sama mempunyai ciri-ciri elegen serta mempunyai fungsi yang optimum (Per Mollerup, 2001). Secara asasnya, mekanisme bolehlipat ini diklasifikasikan kepada 12 seperti dalam rajah 4;

Rajah 4 : Klasifikasi prinsip mekanisme collapsible
(Sumber daripada buku Collapsible, Per Mollerup 2001)

Walaubagaimanapun, penghasilan PROJump ini hanyalah menggunakan dua klasifikasi sahaja iaitu penyambungan dan penggunaan engsel (Per Mollerup, 2001). Rekabentuk PROJump mempunyai dua bahagian yang utama iaitu penghadang yang diperbuat daripada polyetylene dan juga strukturnya yang diperbuat daripada aluminium. Berbanding rekabentuk pagar penghadang
yang asal, ia diperbuat daripada kayu manakala struktur pagarnya adalah daripada besi. Menurut garisapanduan yang dikeluarkan oleh IAAFF*(International Association of Athletics Federations)* atau Persatuan Persekutuan Olahraga Antarabangsa, pagar untuk sukan lompat berpagar mestilah mempunyai struktur yang diperbuat daripada logam serta bar penghadang yang diperbuat daripada kayu, *Polyvinylchloride* (PVC) atau bahan lain yang bersesuaian. Namun, kesemua bucu bar berkenaan mestilah berbentuk bulat supaya apabila ianya terjatuh, bar penghadang tersebut masih tetap di kedudukannya dan mengurangkan risiko kepada atlet yang lain. Menurut IAAFF lagi, bar penghadang tersebut juga hendaklah diwarnakan dengan warna yang kontra seperti hitam dan putih ataupun warna-warna lain yang difikirkan mempunyai ciri-ciri kontra yang nyata (pemilihan warna –warna kontra tersebut juga mesti mempunyai perbezaan yang ketara dengan faktor sekeliling).

Jadual 2 : spesifikasi alat lompat pagar
(Sumber oleh:IAAF Track and Field Facilities Manual)

Hurdle Specifications:			
Weight:	Minimum 10kg		
Width:	1.18m-1.20m		
Base Length:	Maximum 0.70m		
Top Bar:			
Height:	0.07m ± 0.005m		
Length:	1.18-1.20m		
Thickness:	Between 0.01m and 0.025m		
Competition Heights:			
	Women / Junior:	400m	0.762m ± 0.003m
		100m	0.838m ± 0.003m
	Men / Junior:	400m	0.914m ± 0.003m
	Men:	110m	1.067m ± 0.003m
	Junior Men	110m	0.991m ± 0.003m
	Youth Girls:	400m	0.762m ± 0.003m
		100m	0.762m ± 0.003m
	Youth Boys:	400m	0.838m ± 0.003m
		110m	0.914m ± 0.003m

Pembangunan rekabentuk PROJump mengambilkira kesemua faktor diatas. Ianya turut ditambahbaik dengan ciri-ciri struktur yang boleh dilipat dan boleh disimpan dalam ruang yang minima. Justeru itu, pendekatan adaptasi prinsip mekanisma bolehlipat iaitu penggunaan engsel turut diaplikasikan dalam rekabentuk PROJump ini. Manakala kaedah penyambungan pula merupakan mekanisma yang diaplikasikan untuk menghubungkan serta menyambungkan bahagian bar penghadang dengan strukturnya. Maka, itulah perkaitan konsep bolehlipat yang merupakan asas dalam rekabentuk pROJump ini.

Rajah 5 : Rekabentuk PROJump yang bolehlipat

Prinsip rekabentuk kompak dalam penghasilan PROJump sebagai alat bantu latihan ini bukan sahaja boleh disimpan dalam keadaan ruang penyimpanan yang minima (Zhou,J., & Chen, X., 2018) malah boleh juga dibawa kemana-mana sesuai dengan rekabentuknya yang didatangkan dengan beg khas bagi tujuan tersebut.

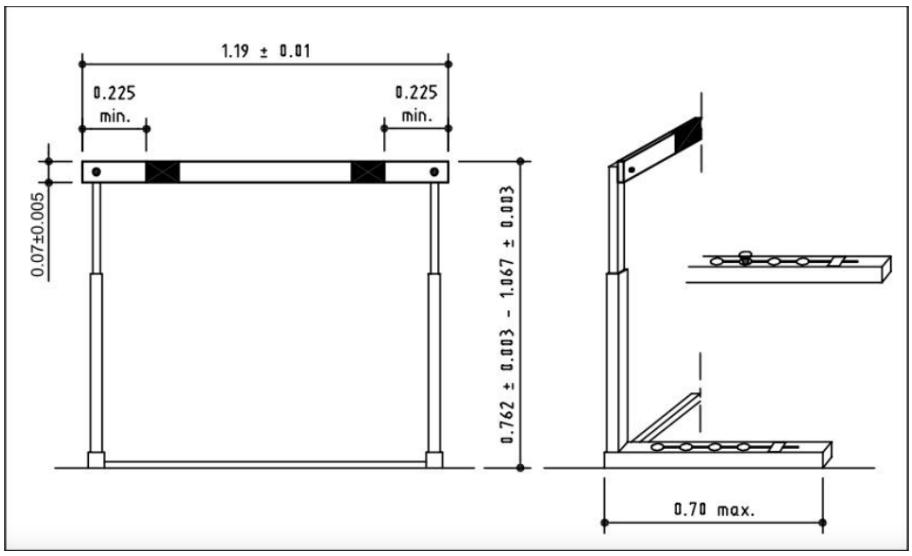
Rajah 6 : Rekabentuk PROJump yang turut didatankan dengan beg yang diperbuat daripada bahan gentian kulit iaitu PU

2.2 Perbandingan Rekebentuk Alat Sedia Ada

Perbandingan spesifikasi rekabentuk alat lompat pagar yang sedia ada dan PROJump ditunjukkan dalam jadual dibawah ;

Jadual 2 : Jadual perbezaan produk sedia ada dan PROJump
(sumber oleh www.flickr.com dan koleksi penyelidik)

Produk / **Kriteria Penilaian**	**Produk sedia ada**	**PROJump**
Mekanisme	Tidak boleh dilipat	Boleh dilipat & boleh dibawa kemana-mana
Bahan/material	logam dan kayu	Aluminium dan *polyethylene*
Keboleharapan Fungsi	Manual	digital
Kaedah Penyimpanan	Ruang maksima	Boleh dilipat dan disimpan didalam beg khas
Jangkahayat	Tidak	Ya



Rajah 7 : Spesifikasi alat lompat berpagar
(Sumber oleh : IAAF (Track and Field Facilities manual)

Rajah 8 : Proses penghasilan alat bantu latihan *PROJump*

3.0 METODOLOGI KAJIAN

3.2 Persampelan

Bagi membuktikan kebolehpercayaan kepada praktikaliti serta keboleharapan produk ini, seramai 5 orang atlet serta seorang jurulatih daripada Politeknik Ibrahim Sultan telah terlibat dalam kajian persampelan ini. Kesemua atlet yang terdiri daripada 3 lelaki dan 2 wanita telah mencuba alat bantu latihan ProJump ini. Rekod yang telah diperolehi menunjukkan perbandingan daripada rekod ketinggian lompatan yang diperolehi kesemua atlet tersebut. Selain daripada itu, atlet pelajar berkenaan turut mempunyai perasaan motivasi yang tinggi dalam meningkatkan keupayaan dalam setiap lompatan mereka kerana mereka mengetahui serta boleh merekodkannya. Berbanding alat bantu latihan manual, setiap lompatan ketika sesi lompatan tidak boleh direkodkan dan hanya menerima maklumbalas daripada jurulatih atau rakan atlet sepasukan sahaja.

Kesemua atlet pelajar tersebut juga terlibat dalam sesi kajian soal selidik secara dalam talian. Sementara itu, jurulatih terlibat dalam sesi temuramah. Penyelidik juga telah menjalankan proses pembangunan rekabentuk berdasarkan garispanduan perincian proses rekabentuk produk dibawah ;

Jadual 2 : Perincian proses rekabentuk produk
(sumber daripada buku The Industrial Design The Industrial Design Reference + Specification Book, Cuffaro, Blackman, Covert, Paige, Nehez-Cuffaro, Laituri, Sears., 2013)

	Overall project blueprint		Creation of product design		Manufacturing of product	
STAGE	Planning		Development		Production	
ACTIVITY	Identify Opportunity	Research/Project Definition	Conceptualization	Refinement	Tooling	Ramp-up
TASKS	Tasks in the early stages of a project: -Identify need/opportunity -Define target market -Set project goals	-Conduct market research -Identify user -Validate need/opportunity, target market, etc. -Understand user -Create product specification	-Explore aesthetic, ergonomic, functionality, and manufacturing options. -Create concepts in the context of research (rationale of solution/ selection) -Build prototypes -Develop concept feasibility -Explore patentability -Evaluate design/ engineering -Estimate preliminary costs	Early activities (development stage): -Refine design concepts -Conduct preliminary manufacturing analysis -Estimate manufacturing costs -Create preliminary database(s) -Build and test prototypes -Conduct user testing Later activities: -Handoff from industrial design to engineering team	Engineering activities: -Design tooling -Procure tooling -Debug tooling -Test beta prototype Marketing activities: -Finalize marketing plan -Develop marketing materials -Develop packaging, graphics and instructions.	Early production: -Set up assembly line Ongoing activities: -Adjust production /inventory relative to demand -Monitor customer feedback -Evaluate design improvement

3.3 Instrumen Kajian

Instrumen kajian yang digunakan dalam melaksanakan kajian pembangunan rekabentuk alat bantu latihan sukan lompat berpagar ini adalah dengan kaedah soal selidik melalui edaran borang secara talian, temuramah serta pemerhatian. Komponen analisa ini dibangunkan oleh penyelidik dengan merujuk kepada objektif serta permasalahan kajian yang perlu dipenuhi.

Borang soal selidik secara atas talian berkenaan telah dibahagikan kepada tiga komponen iaitu penilaian iaitu;

Jadual 3 : Komponen soalan penilaian yang dibangunkan oleh penyelidik

BAHAGIAN	KOMPONEN PENILAIAN
A	Demografi (Latarbelakang Responden)
B	Maklumat sesi latihan
C	Produk sedia ada
D	Penambahbaikan produk

4.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Analisa bahagian A: Penialain Demografi / latarbelakang responden

Jadual 4 : Profil penilaian demografi responden

	Profil Responden		Peratus %
Hasil analisa	Jantina	Lelaki	70
		Wanita	30
	Umur	18-20	40
		21-22	30
		23-25	30
		25 dan keatas	N/R
	Pengalaman (sebagai atlet lompat berpagar)	1	20
		2	50
		3	30
		4 dan keatas	N/R

menunjukkan bahagian ini berkaitan dengan pengumpulan maklumat berkenaan dengan jantina, umur serta pengalaman sebagai atlet pelajar dalam sukan lompat berpagar. Majoriti responden terdiri daripada kalangan atlet pelajar lelaki dengan peratusan 70% manakala selebihnya adalah atlet pelajar wanita. Majoriti umur pula adalah dalam lingkungan 18-20 tahun manakala tiada yang melebihi usia 25 tahun dan keatas. Peratusan 50% pula dicatatkan daripada atlet pelajar berkenaan yang mempunyai pengalaman dua tahun dalam sukan lompat berpagar.

Analisa bahagian B : Penilaian sesi latihan responden

Jadual 5 : Profil penilaian maklumat sesi latihan

Penilaian	Maklumbalas	Peratus %
Penyediaan alat semasa latihan	Ya	90
	Tidak	10
Kekerapan latihan	1 kali	N/R

		2 kali	60
		3 kali	30
		>3 kali	10
	Masa untuk satu sesi latihan	1 jam	N/R
		2 jam	N/R
		3 jam	60
		>4 jam	40

Hasil analisa bagi bahagian B menunjukkan majoriti iaitu 90% atlet pelajar sukan lompat berpagar PIS menyediakan sendiri alat lompat berpagar sebelum berlangsungnya sesi latihan. Kekerapan latihan pula mencatatkan majoriti sebanyak 60% iaitu dua kali dalam seminggu. Seterusnya, masa untuk satu-satu sesi latihan pula adalah 3 jam.

Analisa bahagian C : Penilaian rekabentuk sedia ada

Jadual 6 : Profil penilaian rekabentuk produk sedia ada

Penilaian	Maklumbalas	Peratus %
Keselamatan	Ya	40
	Tidak	60
Berat	Ya	80
	Tidak	20
Mudah Digunapakai	Ya	40
	Tidak	60
Mudah Diselenggara	Ya	10
	Tidak	90
Jangkahayat	Ya	10
	Tidak	90
Penyimpanan	Ya	20
	Tidak	80

Berdasarkan kepada hasil dapatan bagi penilaian bahagian C, iaitu penilaian rekabentuk sedia ada sebanyak lima soalan yang berkaitan dengan rekabentuk diberikan kepada responden. Ia merangkumi kajian rekabentuk penampilan fizikal, faktor keselamatan, penggunaan bahan, kapasiti(berat), penyelenggaraan, fungsi jangkahayat dan penyimpanan. Secara kesimpulannya, kesemua responden memberi maklumbalas produk sedia ada adalah berat, rumit dari segi penggunaan dan penyelenggaraannya serta bar penghadang daripada kayu yang mudah mereput. Selain daripada itu, kaedah penyimpanan yang menggunakan ruang yang maksima juga merupakan faktor produk sedia ada direkabentuk dalam kaedah yang boleh dilipat. Oleh kerana atlet pelajar berkenaan yang melakukan persiapan sebelum latihan, maka mereka memerlukan sebuah alat bantu latihan yang boleh dilipat, ringan serta mudah dibawa sekaligus pada kuantiti yang banyak.

Analisa bahagian D : Penilaian penambahbaikan rekabentuk sedia ada

Jadual 7 : Profil penilaian penambahbaikan rekabentuk sedia ada

Penilaian	Maklumbalas	Peratus %
Mudahalih	Ya	100
	Tidak	N/R
Tahan cuaca	Ya	90
	Tidak	10
Boleh dilipat	Ya	80
	Tidak	20
Pengesan ketinggian *digital*	Ya	90
	Tidak	10

Merujuk kepada jadual 7, 100% responden telah memilih untuk ciri-ciri alat lompat berpagar yang mudahalih untuk memudahkan mobilitinya. 90% memilih untuk penggunaan bahan yang tahan kepada perubahan cuaca. Selain daripada itu, majoriti daripada responden juga telah bersetuju alat lompat pagar yang boleh dilipat dan 90% responden juga turut menyokong inovasi alat lompat berpagar yang dilengkapi dengan alat pengesan ketinggian secara digital.

Selain daripada kajian dapatan daripada kaedah soalselidik, atlet pelajar juga telah mencuba PROJump untuk menguji keberkesanan alat pengesan ketinggian digital.

Jadual 8 : Rekod tahap ketinggian lompatan oleh atlet pelajar wanita PIS pada ketinggian 0.838m untuk jarak 100m

Responden	1	2
Percubaan Pertama (m)	108.54	110.19
Percubaan Kedua (m)	110.62	112.23

Jadual 9: Rekod tahap ketinggian lompatan oleh atlet pelajar lelaki PIS pada ketinggian 1.067m untuk jarak 110m

Responden	1	2	3
Percubaan Pertama (m)	1.225	1.213	1.250
Percubaan Kedua (m)	1.237	1.223	1.241

Berdasarkan analisa diatas, secara keseluruhannya atlet pelajar memberikan maklumbalas yang positif penggunaan PROJump sebagai alat bantu latihan mereka. Kajian lapangan ini melibatkan seramai 5 orang responden iaitu 3 adalah lelaki dan selebihnya adalah wanita. Sebanyak 2 kali percubaan direkodkan untuk melihat keupayaan PROJump daripada sudut kebolehpercyaan dan praktikalitinya. Perbezaan hasil daripada catatan setiap percubaan adalah seperti rekod diatas. Rekod yang diperolehi semasa kedua-dua percubaan tersebut meningkatkan motivasi mereka untuk menambahbaik keupayaan lompatan mereka selain kemahiran larian yang pantas. Kombinasi hasil rekod lompatan yang konsisten serta larian yang pantas secara tidak langsung akan meningkatkan prestasi atlet pelajar PIS untuk meningkatkan mutu pencapaian dalam sukan lompat berpagar selain kerjasama sesama ahli sepasukan dan kecerdasan fizikal dan mental setiap atlet pelajar tersebut.

Rajah 9 : Sesi kajian lapangan bersama jurulatih dan atlet pelajar PIS.
(Perhatian : sesi kajian lapangan ini berlangsung sebelum situasi wabak Covid-19)

5.0 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penyelidikan yang telah dijalankan, PROjump merupakan sebuah alat bantu latihan yang sangat praktikal untuk digunapakai semasa latihan oleh para atlet pelajar di Politeknik Ibrahim Sultan. Ciri-ciri alat bantu latihan pada PROJump ini dipercayai berupaya melonjakkan prestasi para atlet pelajar yang menggunakanannya. Dilengkapi dengan sistem digital untuk mengesan ketinggian lompatan akan membantu meningkatkan keboleharapan alat bantu latihan ini. Pengaruh teknologi kreatif dalam penghasilan alatan sukan, kreativiti atlet serta peranan jurulatih yang berkesan terhadap atlet pelajar juga dilihat mampu meningkatkan prestasi atlet pelajar serta kumpulannya turut diperakui dalam kajian oleh Wu, Chao-Sen; Lee, Cheng-Jong; Tsai, Li- Fen (2012). Selain daripada itu, PROJump juga dilihat mampu menjimatkan masa terutamanya ketika persiapan sebelum bermulanya latihan. Dengan adanya ciri-ciri mudah dibawa, ia juga merupakan faktor yang boleh mempengaruhi lokasi latihan diadakan dengan tidak terikat di dalam kampus sahaja. Justeru, ciri mudah dilipat ini juga secara tidak langsung memberikan impak suasana yang teratur yang membolehkan ia disusun serta disimpan dalam keadaan ruang yang minima. Selain daripada itu, penggunaan bahan seperti polyetylene dan aluminium yang lebih tahan kepada perubahan cuaca turut menyumbang kepada jangkahayat serta ketahanan PROJump sebagai alat bantu latihan sukan lompat berpagar yang sesuai digunapakai dibawah pengaruh perubahan cuaca.

RUJUKAN

Cuffaro, Blackman, Covert, Paige, Nehez-Cuffaro, Laitutri, Sears. (2013) "*The Industrial Design Reference + Specification Book"*, Rockport Publishing

Ghazali Darusalam. (2018). "*Metodologi Penyelidikan Dalam Pendidikan. Kuala Lumpur"*:Penerbit Universiti Malaya.

Harun, M. T., Salamudin, N., & Hushin, H. F. (2013). "*Appraisal Of The Sport Facilities Maintenance Management Practices Of Malaysian Stadium Corporations"*. Asian Social Science *9 (12 SPL ISSUE): 93-98.*

Iskra J, Walaszczyk A. (2007). "*Somatic Build Type and 110-m Male Hurdler Training Specificity"*, Research Yearbook, 117-120 13(1).

Per Mollerup. (2001) Collapsible: "*The Genius of Space Saving Design"*, Chronicle Books

Silvey, Steve. (2012) *"Secrets To Becoming A Successful Hurdler",* CreateSpace Independent Publishing Platform

Steven McGill. (2020) "*The Art OF Hurdling : A Manual for Hurdle Coaches"*, Independently Published

Wu, Choa-Sen; Lee, Chen-Jong; Tsai, Li-Fen. (2012). "*Influence of Creativity and Knowledge Sharing on Performance",* Journal of Technology Management in China

Zhou, J., & Chen, X. (2018). "*Convertible furniture design. Computers and Graphics (Pergamon)"*, 70, 165–175. https://doi.org/10.1016/j.cag.2017.07.033

Zulfadli, M.R, Saifullizam, P., Amin F.A, Thariq Khan, Aziziddin Khan. (2018) "*Academic Enhancement Support for Student-Athlete in Malaysia Public Universities".*

Britannica, T. Editors of Encyclopaedia (2019). "*Hurdling. Encyclopedia Britannica. Retrived"* : https://www.britannica.com/sports/hurdling

OLAHRAGA, "*Pengetahuan dan Maklumat Sukan Olahraga (Balapan dan Padang)*". (2011). Retrived: https://sukan-olahraga.blogspot.com/2011/06/lari berpagar-1.html

IAAF Track and Field Facilities Manual. (2008). Retrived: http://issuu.com/rfea-cnj/docs/facilities_manual/225

Majlis Sukan Sekolah Daerah Kulaijaya. Retrived: https://www.flickr.com/photos/mssdkulaijaya/4442092609/in/photostream/

Responden 1, Politeknik Ibrahim Sultan, Padang besar di Politeknik Ibrahim Sultan, 16 Februari 2018.

Responden 2, Politeknik Ibrahim Sultan, Padang besar di Politeknik Ibrahim Sultan, 16 Februari 2018.

Responden 3, Politeknik Ibrahim Sultan, Padang besar di Politeknik Ibrahim Sultan, 16 Februari 2018.

Responden 4, Politeknik Ibrahim Sultan, Padang besar di Politeknik Ibrahim Sultan, 16 Februari 2018.

Responden 5, Politeknik Ibrahim Sultan, Padang besar di Politeknik Ibrahim Sultan, 16 Februari 2018.

Penawaran e-Sukan Sebagai Salah Satu Pilihan Kursus Sukan di Politeknik Malaysia: Manfaat Dan Cabaran

Noor Afizah Binti Atan[1], Maria Binti Mohd Yatim[2], Wido Mes Wati Binti Sukadi[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Penularan pandemik COVID-19 dan ledakan kemajuan teknologi telah banyak mengubah pelaksanaan proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) khususnya dalam kursus sukan di Politeknik. Ini dapat dilihat apabila pelaksanaan PdP sukan yang biasanya dilaksanakan secara bersemuka dan melibatkan pergerakan fizikal telah bertukar kepada kaedah pengajaran dan pembelajaran secara dalam talian (PdPDT) berikutan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan bagi memutuskan rantaian penularan wabak Covid-19. Medium pengajaran dan pembelajaran paradigma baru ini telah menyebabkan warga pendidik seluruh negara mula merasakan situasi yang sukar dalam memastikan silibus pengajaran dapat disampaikan dengan berkesan, sesi pembelajaran tidak tertangguh dan penilaian dapat dilaksanakan sebaik mungkin. Dalam satu kajiselidik yang dijalankan oleh Unit Pengajian Umum, Bahagian Kurikulum Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti (JPPKK) berkenaan status pelaksanaan kursus sukan dan ko-kurikulum di semua politeknik bagi Sesi Jun 2020 mendapati, 28 daripada 31 politeknik telah menangguhkan penawaran kursus sukan bagi sesi Jun 2020 kepada pelajar berikutan penularan pandemik COVID-19. Sehubungan dengan itu penawaran *Electronic Sport* atau lebih dikenali sebagai e-sukan boleh dilihat sebagai satu alternatif kursus yang boleh ditawarkan kepada pelajar untuk masa hadapan. Sehubungan itu artikel ini membincangkan manfaat dan cabaran pelaksanaan e-sukan sebagai salah satu kursus pilihan dikalangan pelajar politeknik bagi memastikan kelangsungan pelaksanaan kursus sukan.

Kata Kunci: Covid-19, e-sukan, kursus, manfaat dan cabaran.

1.0 PENGENALAN

Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2025 (Pendidikan Tinggi) (PPPM-PT) telah menetapkan 10 lonjakan utama bagi menghasilkan graduan yang seimbang dan holistik serta mewujudkan pengalaman pembelajaran yang lebih intim dan dinamik. Sejajar dengan ledakan Revolusi IR 4.0, Pelan Pembangunan ini telah menetapkan "Pembelajaran Dalam Talian Tahap Global' sebagai lonjakan ke- 9 bagi meluaskan akses pendidikan, meningkatkan kualiti pengajaran dan pembelajaran serta menyediakan kaedah pembelajaran mengikut kesesuaian dan keperluan pelajar . Ini selaras dengan kebangkitan generasi "warga asli digital" iaitu generasi yang membesar dalam persekitaran teknologi digital, memiliki peranti digital dan segala urusan berada dihujung jari. Pelaksanaan lonjakan ke- 9 ini amat bermakna apabila kehadiran pertama Pandemik Covid-19 ke Malaysia pada 23 Januari 2020. Bermula dari tarikh tersebut berlakunya peningkatan kes dari hari ke sehari sehinggakan kerajaan telah mengumumkan Perintah Kawalan Pergerakan (Fasa 1) selama 14 hari bermula 18 Mac hingga 31 Mac 2020 bagi memutuskan rantaian penularan wabak Covid-19. Mesyuarat Khas Menteri-Menteri mengenai pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) pada 16 Mei 2020 telah meluluskan cadangan Kementerian Pengajian Tinggi (KPT) bahawa semua aktiviti Pengajaran dan Pembelajaran (PdP) hendaklah dilaksanakan secara atas talian sehingga 31Disember 2020. Semua aktiviti PdP secara bersemuka adalah tidak dibenarkan kecuali beberapa kategori pelajar yang berkeperluan untuk pulang ke kampus secara berperingkat bagi melaksanakan PdP secara bersemuka dengan mengikuti Prosedur Operasi Standard (SOP) yang ketat.

Senario ini telah membuka lembaran baru dalam dunia pendidikan, dimana proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) yang biasanya dilaksanakan secara bersemuka telah bertukar kepada keadah pengajaran dan pembelajaran secara dalam talian (PdPDT). Medium pengajaran dan pembelajaran paradigma baru ini telah menyebabkan warga pendidik seluruh negara mula merasakan situasi yang sukar dalam memastikan silibus pengajaran dapat disampaikan dengan sebaik mungkin dan sesi pembelajaran tidak tertangguh.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Implikasi pandemik COVID-19 kepada kaedah pengajaran dan pembelajaran (PdP) di seluruh dunia amat terkesan khususnya dalam kursus sukan yang ditawarkan di Politeknik seluruh Malaysia. Ini dapat dilihat apabila pelaksanaan PdP sukan yang biasanya dilaksanakan secara bersemuka dan melibatkan pergerakan fizikal telah bertukar kepada pengajaran dan pembelajaran secara dalam talian (PdPDT) berikutan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan. Dalam satu kajian yang dijalankan oleh Unit Pengajian Umum, Bahagian Kurikulum Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti (JPPKK) berkenaan status pelaksanaan kursus sukan dan ko-kurikulum di semua politeknik bagi Sesi Jun 2020 mendapati, 28 daripada 31 politeknik telah menangguhkan penawaran kursus sukan pada sesi Jun 2020 kepada pelajar berikutan penularan pandemik COVID-19. Penangguhan ini adalah disebabkan ketidaksuaian kaedah PdPDT bagi kebanyakan kursus sukan yang ditawarkan kepada pelajar.

Justeru itu, selaras dengan 2 prinsip utama lonjakan 9 iaitu pembelajaran yang disokong ICT membolehkan ianya memenuhi keperluan peribadi dan mewujudkan persekitaran pembelajaran yang menarik, penawaran kursus e-sukan sebagai salah satu pilihan kursus sukan dilihat sebagai satu pendekatan yang boleh diperhalusi oleh pihak JPPKK. Ini disokong dengan cadangan 9 daripada 31 orang Pegawai Sukan dan Kokurikulum Politeknik seluruh Malaysia supaya kursus e-sukan ditawarkan sebagai alternatif kursus kepada pelajar. Ini kerana kebarangkalian untuk hidup dengan suasana COVID-19 dalam jangkamasa yang lama adalah tinggi.

Revolusi Industri 4.0 dan kemajuan teknologi juga telah mengembangkan konsep sukan yang dulunya melibatkan perlawanan bersemuka dan memerlukan sentuhan fizikal kepada perlawanan secara *virtual sport*. *Virtual sport* juga dikenali sebagai *e-sport* telah berjaya menarik minat golongan muda untuk mengangkat permainan video sebagai satu sukan yang mempunyai potensi yang sangat besar, dan diiktiraf oleh masyarakat di seluruh dunia. E*lektronik sport* atau *e-sport* merupakan satu jenis sukan yang berasaskan permainan komputer atau telefon pintar yang dimainkan oleh *gamer* yang professional dalam satu bentuk persaingan atau pertandingan rasmi yang dilengkapi dengan sistem elektronik (Edward,2013). Ianya diminati oleh golongan mudah kerana konsep permaianan video ini membenarkan seorang permain bermain dengan permain yang lain dalam satu-satu masa. Namun adakah penawaran kursus e-sukan mampu memenuhi kehendak kurikulum yang telah ditetapkan oleh Agensi Kelayakan Malaysia (MQA) serta sejaunmanakah ianya memberi manfaat kepada pelajar serta cabaran yang bakal dihadapi dalam melaksanakannya.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kertas penyelidikan ini adalah berbentuk kertas konsep dimana objektif perbincangan adalah untuk:

i) mengenalpasti syarat pelaksanaan e-sukan selaras dengan pengiktirafan Agensi Kelayakan Malaysia (MQA) dan domain penilaian.
ii) mengenalpasti manfaat e-sukan sebagai pilihan kursus sukan kepada pelajar.
iii) mengenalpasti cabaran dalam melaksanakan e-sukan.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kaedah yang digunakan dalam kajian ini adalah kaedah kualitatif iaitu kajian perpustakaan. Ini kerana penulis ingin mengkaji dapatan pengkaji yang lepas, penulisan di dalam jurnal atau e-jurnal, garis panduan serta bahan yang bersesuaian berkenaan e-sport yang boleh digunapakai untuk mencapai objektif kajian yang dijalankan. Ini kerana menurut Bryman (2008) kaedah ini adalah sesuai kerana ianya merupakan satu strategi kajian yang menekankan kepada perkataan berbanding pengiraan data yang dikumpul dan dianalisis. Seterusnya pengumpulan data melalui analisis dokumen dan kajian lepas juga dapat memberikan maklumat yang relevan kepada isu dan masalah yang dikaji.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

5.1 Senario e-sukan di Malaysia

E-sport atau e-sukan merupakan cabang baru kesukanan yang ada pada hari ini dan berkonsep 'professional'. Ini kerana e-sukan merupakan satu permainan video berkomputer di mana permainnya dikategorikan sebagai professional, sukan ini didaftarkan di bawah kelab professional dan pertandingannya dianjurkan dengan baik sama ada di dalam negara atau di arena antarabangsa (Juho Hamari,2016). Selain itu, Wanger (2006) dalam satu kajian yang bertajuk "*On the Scientific Relevance of eSports*" mentafsir e-sukan sebagai satu bidang kegiatan sukan di mana pemainnya mampu mengembangkan dan melatih mental dan fizikal di dalam medium komunikasi dan teknologi maklumat. Ianya mencabar ketahanan fizikal dan mental pemain kerana perlu bertahan dalam satu-satu permainan. Ini terbukti apabila kebanyakan permainan e-sukan berkonsep merangka strategi dan tempur seperti *Multiplayer Online Battle Arena (MOBA), First person shooter (FPS)* dan *Strategy Base Game.* Manakala permaianan e-sport yang paling digemari di Malaysia adalah *Defense of the Ancient 2* (DOTA 2), *Player Unknown's Battleground* (PUBG) dan *League of Legends* (LOL) (Nur hafizah et al.,2020).

Selaras dengan revolusi teknologi permainan digital yang bersifat interaktif dan professional ini, sebuah Persatuan Sukan Elektronik Malaysia (ESM) telah ditubuhkan pada 1 Mei 2015. Ianya didaftarkan di bawah Suruhanjaya Sukan Malaysia dengan memfokuskan kepada lima perkara utama, iaitu menjaga kebajikan pemain, memantau dan menetapkan piawaian, mendidik mengenai sukan elektronik, mempromosikan pembangunan permainan, dan mendapatkan pengenalan dan pencapaian pada peringkat antarabangsa. Selaras dengan penubuhan ini telah membolehkan Malaysia menyertai badan *International e-Sports Federation*. Selain itu, bagi mengukuhkan lagi kerancakan sukan e-sukan di Malaysia, satu *Esport Academy* telah ditubuhkan dengan kerjasama Persatuan Sukan Elektronik Malaysia (ESM). Penubuhan ini bertujuan untuk melahirkan lebih ramai pemain e-sukan negara disamping melatih peserta dalam pengurusan acara, pengurus pasukan, kejurulatihan, *shoutcasting* dan juga pengadilan (Nicolas,2017). Astro Arena juga telah turut serta dalam memajukan sukan maya ini dengan menerbitkan majalah sukan elektronik pertama di Malaysia berjudul 'Arena' pada tahun 2014. Ditambah lagi dengan penganjuran Liga Sukan Elektronik (e-sukan) "Dota 2" kompetitif pertama negara pada tahun 2017 dilihat sebagai tepat pada waktunya kerana sukan ini telah mendapat pengiktirafan badan sukan dunia.

Seiring dengan pertumbuhan pesat e-sukan di negara ini, sebanyak RM 15 juta telah diperuntukan dalam Belanjawan 2021 bagi pembangunan e-sukan. Walaupun peruntukan ini kurang RM 5 juta berbanding Belanjawan 2020, ianya cukup memaidai dengan keprihatinan kerajaan terhadap pembangunan e-sukan sebagai salah satu sukan berpretasi tinggi.

5.2 Pengiktirafan Agensi Kelayakan Malaysia (MQA) dan Domain Penilaian

Malaysian Qualification Agency atau singkatannya MQA merupakan satu pertubuhan yang berperanan untuk menyelia dan menyelaras jaminan kualiti dan akreditasi pendidikan tinggi negara. Berikutan pandemik COVID-19 di negara ini, pada tahun 2020 pihak MQA telah mengeluarkan 5 *Advisory Note* sebagai panduan pengendalian program pendidikan tinggi semasa dan pasca perintah kawalan pergerakan, serta panduan kaedah *alternative* penyampaian program dan penilaian pembelajaran pelajar dalam standard program. Berdasarkan bilangan 3 *Advisory Note* 4/2020, pihak MQA telah mengambil maklum bahawa terdapat kursus-kursus yang sukar digantikan dengan *online* atau *remote learning.* Sehubungan itu, Pemberi Pendidikan Tinggi (PPT) dinasihatkan untuk sentiasa kreatif dan berinovasi dalam sesi pengajaran dan pembelajaran (PdP) bagi membolehkan hasil pembelajaran tercapai. Antara pendekatan yang dicadangkan bagi kursus-kursus yang melibatkan aktiviti praktikal dan amali adalah dengan menggunakan *virtual simulation*, *animation*, *gamification* dan lain-lain kaedah yang bersesuaian.

Seterusnya bagi sebarang perubahan dan pengubahsuaian kepada PdP, aspek utama yang perlu diambil perhatian adalah pencapaian hasil pembelajaran program. Hasil pembelajaran program perlulah meliputi 5 kluster iaitu *knowledge & understanding, cognitive skills, functional work skills, personal & entreprenuerial skills* dan *ethics & professionalism* (*Advisory Note* 4/2020 bilangan 8). Selaras dengan itu, Pemberi Pendidikan Tinggi (PPT) boleh mempertimbangkan untuk membuat pengubahsuaian dan pelarasan semula kepada aspek penilaian dan kaedah pengajaran sejajar dengan hasil pembelajaran yang telah ditetapkan (*Advisory Note* 4/2020 bilangan 10).

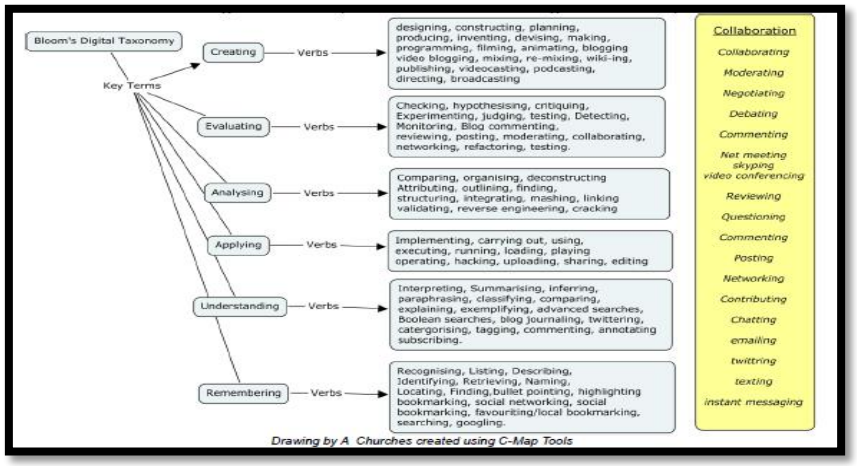
Hasil pembelajaran boleh dinilai menerusi pencapaian pelajar dalam pelbagai aspek. Menurut Benjamin Bloom (1956), aras penilaian boleh dijelaskan dengan mengklasifikasikan aras tingkahlaku dan keinteletualan dalam pembelajaran kepada tiga domain iaitu, domain kognitif, domain afektif dan domain psikomotor. Namun dengan kepesatan perubahan teknologi dan kebangkitan generasi digital asli, para pendidik perlulah memainkan peranan dalam menjalankan aktiviti yang sesuai supaya objektif pembelajaran dapat disampaikan dengan baik dan berkesan. Permainan digital dalam pembelajaran atau *Game-based Learning* merupakan pendekatan yang sesuai diaplikasikan dalam PdP kerana ianya mampu meningkatkan penyelesaian masalah secara kreatif dan dapat menarik minat pelajar (Hwang et al.,2014). Signifikan permainan digital di dalam pendidikan diperkukuhkan lagi dengan dapatan kajian Smaldino et al. (2005) yang menyatakan pengaplikasian permainan digital dalam pendidikan adalah sangat fleksibel.

Menurut Overmars (2007), terdapat lima corak permainan digital yang telah gunapakai dalam dunia pendidikan. Ia terdiri daripada :

a) *Arcade games*: permainan jenis ini berdasarkan tindak balas kepantasan. Pelajar perlu menyelesaikan masalah yang dihadapi di dalam ruang masa yang telah ditetapkan.
b) *Puzzle games*: permainan jenis ini mementingkan aspek kebijaksanaan berfikir kerana konsep permainan ini adalah lebih menekankan kepada penyelesaian teka teki.
c) *Management games*: permainan yang menitikberatkan terhadap konsep pengurusan yang memerlukan pelajar merancang pembangunan seperti membina empayar dan Bandar.
d) *Adventure games*: permainan jenis ini mementingkan jalan cerita iaitu pemain perlu mengikuti dan melaksanakan kehendak jalan cerita seperti yang telah ditetapkan.
e) *Role playing games*: permainan jenis ini menjadikan pelajar memegang watak utama yang diletakkan dalam situasi berbahaya. Watak utama diberi pengetahuan asas tentang karektor, mesti mempelajari kemahiran baru, menjadi lebih berkuasa dan berupaya mencari penawar/senjata yang lebih baik untuk berdepan dengan musuh.

Berdasarkan corak permainan digital di atas, e-sukan boleh dikategorikan sebagai *role playing games*. Ini kerana kebanyakan permainan dalam e-sukan adalah permainan berkonsepkan tempur dan strategi seperti *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA), *First person shooter* (FPS) dan *Strategy Base Game, Defense of the Ancient 2* (DOTA 2), *Player Unknown's Battleground* (PUBG) dan *League of Legends* (LOL). Sukan digital ini paling digemari oleh golongan muda kerana generasi ini merupakan kelompok pelajar yang lebih cenderung untuk mencuba sesuatu yang baru, gemarkan pembelajaran yang lebih kreatif, interaktif, menyeronokkan serta berfikir di luar kotak selari dengan perkembangan teknologi (Posnick-Goodwin, 2010).

Seiring dengan pendekatan permainan digital dalam pendidikan, Churches (2008) telah membangunkan *Bloom's Digital Taxonomy* bagi memenuhi pembelajaran alaf baru yang berkonsepkan teknologi digital. Ringkasan *Bloom's Digital Taxonomy* adalah seperti rajah di bawah:



Rajah 1 : Bloom's Digital Taxanomy

Tuntasnya, keprihatinan pihak MQA terhadap kekangan pelaksanaan PdP secara atas talian dan kemudahan terhadap perubahan dan pengubahsuaian PdP berikutan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan dilihat sebagai satu *green light* bagi penawaran kursus e-sukan sebagai salah satu kursus pilihan bagi sukan dan kokurikulum di Politeknik Malaysia. Seterusnya dengan adanya aras penilaian *Bloom's Digital Taxonomy* yang dibangunkan oleh Churches (2008), ianya mampu menjadi panduan dalam memastikan objektif pengajaran digital dapat dicapai dan seterusnya meningkatkan pencapaian pelajar ke tahap yang lebih baik.

5.3 Manfaat e-Sukan Sebagai Pilihan Kursus Sukan Kepada Pelajar.

Rentetan perkembangan pesat dalam teknologi maklumat, permainan digital telah mendapat permintaan yang tinggi sehingga menjadikan industri permainan digital sebagai industri yang bernilai berbilion dolar (Malaysian Investment Development Industry, 2020). Elemen hiburan dan kepuasan menerusi permainan digital telah menyumbang kepada peningkatan permintaan yang memberangsangkan terhadap permainan tersebut kerana ianya mampu menarik perhatian, menggalakan keterlibatan serta berupaya mencetus penghayatan yang tinggi kepada pemainnya (Kirriemuir & McFarlene, 2004). Melihat kepada keupayaan permainan digital dalam era digitalisasi, kaedah ini dilihat sebagai satu pendekatan yang amat sesuai dalam pelaksanaan PdP kerana ianya menggalakkan keterlibatan aktif pelajar dalam pembelajaran. Malahan melalui unsur-unsur hiburan dan keseronokan yang tersedia di dalam pakej permainan digital ia sebenarnya turut merangsang pemikiran pelajar untuk mengaplikasikan beberapa konsep dan kemahiran yang telah dipelajari (Siti Fatimah, 2001).

E-sukan merupakan satu konsep permainan digital yang boleh memberi manfaat kepada pengamalnya. Ini dapat dilihat apabila sukan digital ini mampu mencetuskan interaksi sosial secara maya dan memberi keseronokan kepada pemainnya (Martoncik, 2018). Keaktifan interaktif sosial dalam e-sukan juga mampu membantu pelajar dalam meningkatkan kemahiran Bahasa Inggeris. Ini kerana kebanyakan rekabentuk e-sukan dan pertandingan yang dianjurkan adalah diperingkat antarabangsa (Nur hafizah et al.,2020). Pandangan ini disokong oleh (Griffiths, 2017) dimana setiap permain e-sukan perlu memiliki kemahiran berbahasa Inggeris bagi memastikan mereka dapat membina jaringan dan berkomunikasi dengan berkesan. Selain itu, interaksi sosial dalam e-sukan juga dapat menambah kenalan baru pemain yang mempunyai minat yang sama (Karl, Siutila & Karhulathi, 2019). Menerusi e-sukan, pemain dapat meningkatkan kemahiran berkomunikasi menerusi interaksi sesama ahli sukan dan mengasah kreativiti dengan merancang taktikal yang baik bagi mengalahkan pihak lawan (Nur hafizah et al.,2020)

Interaktif grafik dari segi rekabentuk permainan yang menarik dalam e-sukan mampu memberi kepuasan kepada pemain (Funk, Pizzo & Baker 2018). Secara tidak langsung, ianya dapat memberi keseronokan, kegembiraan dan meningkatkan keyakinan dalam diri serta menghilangkan tekanan stress (Young, 2004). Menurut Hutchins (2008), walaupun e-sukan tidak banyak menggunakan pergerakan

fizikal, namun ia mampu memupuk sikap kerjasama berpasukan, membina kekuatan dalam menangani tekanan serta memerlukan kekuatan mental untuk mengharungi setiap perlawanan. Borders (2012) dalam kajian yang dijalankan mendapati proses kognitif sesaorang pemain dapat diransang ketika bermain video. Ini kerana grafik yang menarik dapat merangsang proses kognitif sesaorang. Pendapat ini disokong oleh Ahnantha & Adnan (2019) dimana permain yang bermain *Mobile Legends* dapat mempengaruhi perkembangan motorik otak. Ditambah pula dengan laporan *American Pain Society* (2010) iaitu, permainan digital berkesan dalam mengurangkan kecemasan atau kesakitan yang disebabkan oleh penyakit kronik atau prosedur keselamatan. Funk (2018) juga menegaskan bahawa permainan digital dapat membantu perkembangan permain seperti menyelesaikan masalah dan membantu perkembangan sosial pemain. Permainan digital juga berpotensi meningkatkan pencapaian akademik pelajar kerana kaedah pembelajaran ini berupaya menyediakan pengalaman pembelajaran yang menarik, mencabar keupayaan, menggalak keterlibatan serta mencetus motivasi yang akan meningkatkan minat pelajar dan seterusnya meningkatkan prestasi akademik (Chang et al., 2012).

Salah satu faktor dorongan permainan e-sukan adalah tawaran hadiah lumayan kepada pemenang dalam setiap pertandingan yang disertai (Martoncik, 2018). Ianya dilihat sebagai satu medium untuk menjanan pendapatan hasil daripada gaji dan hadiah kemenangan yang diperolehi. Disamping itu, permainan ini mampu membina kerjaya seseorang, bukan sahaja sebagai permain professional, malahan sebagai jurulatih, pengurus pasukan dan menjadi individu penting di belakang tabir (Nur hafizah et al.,2020). E-sukan juga boleh menambahkan kepelbagaian aktiviti sukan yang ada dalam negara. Situasi ini membuka lebih banyak ruang kepada pelajar untuk terlibat aktif dalam arena kesukanan (Nur hafizah et al.,2020).

5.3 Cabaran Dalam Melaksanakan e-Sukan.

Disebalik kebaikan pastinya ada cabaran yang bakal ditempuhi. Dapatan kajian yang dilaksanakan oleh Vasnarekha et al (2011) mendapati 89% permainan digital mengandungi elemen ganas di mana pemain perlu membunuh pihak lawan sama ada dengan menggunakan senapang atau pedang. Selain itu komunikasi yang digunakan oleh pemain adakalanya menggunakan bahasa pasar, mengeluarkan kata-kata yang kesat dan tidak bermoral. Pendapat ini disokong oleh Jenny et al. (2016) dimana permainan seperti ini boleh mengganggu dan mempengaruhi personaliti, tingkah laku, disiplin, etika dan tatatertib. Seterusnya permainan digital ini juga mampu menjejaskan prestasi akademik pelajar (Norasihkin, 2010). Ini terbukti apabila nilai pekali korelasi bagi hubungan kecenderungan bermain permainan digital dengan pretasi akademik pelajar adalah sangat rendah dan songsang iaitu 0.009. Kebanyakan permainan e-sukan juga hanya mementingkan nilai komersial berbanding aspek pembangunan kognitif sesaorang pelajar. Ini kerana terdapatnya hiburan yang berlebihan dan hanya menekankan elemen bermain sahaja (Ruvalcaba et al., 2018). Keadaan ini menyukarkan proses pengajaran dan membantutkan proses pembelajaran.

Selain itu, e-sukan juga sering dikatkan dengan isu *sexism*. Ini kerana imej wanita di dalam sesuatu permainan seperti *PUBG* dan *Dead or Alive* memaparkan wanita dengan pakaian yang kurang sopan (Ruvalcaba et al., 2018). Kesan streotaip gender ini memberi kesan terhadap emosi, perasaan merendah diri, marah dan kecewa kepada pemain wanita. Seterusnya kandungan permainan e-sukan yang bersifat terlalu terbuka, tidak menepati adab dan kesopanan masyarakat timur juga dilihat sebagai satu cabaran yang perlu difikirkan.

Ketagihan terhadap permainan e-sukan juga dilihat sebagai satu keburukan dalam aplikasi permainan digital di dalam pendidikan (Chulhwan et al., 2018). Kesan daripada ketagihan ini akan menyebabkan pelajar kurang aktiviti di luar, terlalu leka dengan dunia digital, wujudnya sikap malas, kurang budaya membaca, keciciran dalam pelajaran (Lebenbauer et Al., 2015) dan boleh mengakibatkan masalah kesihatan terutama obesiti (Young, 2004). Kajian yang dijalankan oleh Akan (2020) bertajuk *Do e-athletes move? A study on physical activity level and body composition in elite e-sports* menunjukkan sukan e-sport memberi kesan negative kepada kesihatan fizikal. Dapatan menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan di antara masa bermain e-sukan dengan peningkatan bacaan *Body Mass Indexn (BMI)* pemain.

6.0 KESIMPULAN

Seiring kebangkitan generasi digital dan ledakan teknologi, permainan digital e-sukan dalam pendidikan sukan khususnya di Politeknik Malaysia dilihat sebagai satu paradigma baru arena kesukanan. Faktor Pelaksanaan Kawalan Pergerakan akibat pandemik COVID-19 dan pelaksanaan PdP secara dalam talian juga telah memberi kesan terhadap pelaksanaan kursus sukan yang ditawarkan kepada pelajar. Disamping itu, keprihatinan kerajaan dalam Benjawan 2021 dengan peruntukan sebanyak 15 juta bagi pembangunan e-sukan sebagai sukan yang berpretasi tinggi juga mampu merancakkan lagi industri e-sukan di Malaysia. Keprihatinan pihak MQA terhadap kekangan pelaksanaan PdP secara atas talian dan kemudahan terhadap perubahan dan pengubahsuaian PdP berikutan pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan boleh diperhalusi oleh Bahagian Kurikulum JKKPP dalam meluluskan penawaran kursus e-sukan. Pelbagai manfaat boleh diperolehi menerusi permainan e-sukan antaranya mencetuskan interaksi sosial, meningkatkan kemahiran berbahasa Inggeris, mengasah kreativiti dengan perancang taktikal dan mampu membina kerjaya pelajar. Namun kesan pelaksanaan e-sukan kepada pelajar juga perlu dipertimbangkan bagi memastikan generasi digital ini tidak terlalu alpa dengan gajet sehinggakan hilangnya pembentukan akhlak dan peradaban yang baik serta membahayakan kesihatan sendiri.

RUJUKAN

American Pain Society (2010). "*Video games and virtual reality provenhHelpful as pain relievers"*. https://cacm.acm.org/news/89918.

"

Akan Bayrakdar, Yağmur Yıldız, Işık Bayraktar (2020). "*Do e-athletes move? A study on physical activity level and body composition in elite e-sports".* Physical Education of Student (pp. 259-264).

Benjamin Bloom (1956). "*Taxonomy Of Educational Objectives The Classification of Educational Goals"* https://www.uky.edu

Bryman, A. (2008). "*Social research methods"* (3rd ed.). Oxford: Oxford University Press.

Chang, K. E., Wu, L. J., Weng, S. E., & Sung, Y. T. (2012). *Embedding game-based problem-solving phase into problem-posing system for mathematics learning*. Computers & Education, 58(2), 775-786.

Churches, A (2008). *Bloom's Digital Taxamony. Teah & Learning 1*. https://www.researchgate.net/publication/228381038.

Edwards, T. F. (2013). *ESports: A brief history*. Adanai. http://adanai.com/esports/

Funk, D. C. & Baker, B. J. (2018). *Esport management: Embracing eSport education and research opportunities.* Sport Management Review 21 (1) :7 -13.

Griffiths, M. D. (2017). *The psychosocial impact professional gambling, professional video gaming & esport.*

Hamari, Juho; Sjöblom, Max (2016). *"What is eSports and why do people watch it?".* doi:10.1108/IntR-04-2016-0085. SSRN 2686182

Hwang, G.-J., Chiu, L.-Y. & Chen, C.-H. (2015). *A contextual game-based learning approach to improving students' inquiry-based learning performance in social studies courses*. Computers & Education, 81, 13 – 25.

Hutchins, B.(2008). Signs of meta-change in second modernity: The growth of e-sport and the World Cyber Games. *New Media & Society* 10 (6): 851-869.

Kirriemuir, J. & McFarlane, A. (2004). *Report 8: Literature review in games and learning. NESTA Future lab series*. http://www.futurelab.org.uk/ pada 8 Mei 2020.

Lee,D. (2015). *Comparison of eSport and Traditional Sport Consumption Motives.*

Martoncik, M. (2015). E-sport: Playing just for fun or playing to satisfy life goals? *Computer in Human Behavior* 48: 208 -211.

Malaysian Investment Development Industry. (2020).The Gaming Industry: A New Game of Growth. https://www.mida.gov.my

Maizatul, H.M.Y & Masuch, M. (2007). *Educating Children through Games Making Activity*. http://www.learnit.org.gu.se/digitalAssets/862/862887

Nicolas, B. (2017). Comparison between sports and esports through the lens of the sociology of sport. *Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance* 715(1): 1-10.

Nur Hafizah Yusoff, Novel Lyndon, Yuza Haiqal Mohd Yusof, Zurinah Tahir & Norhafizah Abu Hasan (2020). Faedah Keterlibatan Belia di Dalam E-Sukan. *Akademika 90 (Isu Khas)* : 175-185.

Othman Mohamed (2001). *Penulisan Tesis dalam bidang Sains Sosial Terapan* (Serdang : Penerbit Universiti Pertanian Malaysia.

Overmars, M., (2007), "Designing Good Games". *web.cs.wpi.edu/ ~imgd1001/a08/readings/Overmars_GoodGames.pdf*

Posnick-Goodwin, S. (2010). Meet Genetaion Z. *CTA Magazine*, 14(5).

Siti Fatimah Mohd Yassin (2001). *Pengajaran Pembelajaran Bantuan Komputer*. Bangi:UKM

Smaldino S. E, Russel J. D, Heinich R & Molenda M. (2005*) Instructional Technology and Media for Learning. New Jersey.* Pearson Prentice Hall.

Vashnarekha, K., Pangiras, G., Sinnapan, S. & Sivan, K. (2011). A study of the relationship between violent video game playing and aggression among adolescents in the Klang Valley, Malaysia. *International Humanities, Society and Culture* 20(1): 74-78.

Wagner. M. G. (2006) On the Scientific Relevance of e-Sports. *Proceedings of the 2006 International Conference on Internet Computing and Conference on Computer Game Development*. Las Vegas: CSREA Press, 2006: 437-440.

Young. (2004) Internet Addiction : A new clinical phenomenon and its consequences. *The American Behavior Scientist* 48(4) : 402 -416.

Mengenalpasti Faktor Halangan Sukan Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Mohd Ezry Bin Muhammad Rizal Tan[1], Mohd Ghadafi Bin Shari[2], Mohd Yusof Bin Tawang[3]

[1, 2, 3] Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian bertujuan untuk mengkaji faktor-faktor yang dominan bagi halangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) di dalam melibatkan diri dalam sukan. Soal selidik diubahsuai dari kajian lepas yang merangkumi tiga maklumat demografi dan dimensi bagi faktor halangan telah dibahagikan kepada tiga iaitu dimensi struktur, dimensi interpersonal, dan dimensi intrapersonal. Sampel terdiri daripada 100 orang pelajar PMJB yang dipilih secara rawak. Analisa bagi kajian menggunakan SPSS25. Dapatan kajian mendapati dimensi faktor struktur adalah tertinggi (M=3.341), diikuti dimensi faktor intrapersonal (M=2.813), dan yang paling rendah adalah dimensi faktor interpersonal (M=2.423). Kesimpulan, kajian berjaya mencapai objektif kajian dan implikasinya dapat membantu pihak berkaitan bagi meningkatkan penglibatan pelajar di dalam sukan.

Kata Kunci: Halangan Sukan, Dimensi Struktur, Dimensi Interpersonal, Dimensi Intrapersonal

1.0 PENGENALAN

Pengertian sukan menurut Kamus Bahasa Melayu adalah segala jenis latihan gerak badan dan permainan yang memerlukan tenaga dan ketangkasan. Sukan dibahagikan kepada tiga jenis iaitu sukan dalaman, sukan luar, dan sukan lasak. Sukan dalaman adalah seperti catur, futsal, bowling, ping pong, dan e-sukan. Sukan luar adalah seperti bola sepak, tenis, hoki, dan olahraga. Manakala sukan lasak merupakan sukan seperti Go-Kart, Terjun Bungee, dan Paintball.

Sukan adalah satu kategori dalam kokurikulum politeknik merupakan kursus penting dalam pendidikan tidak formal dan menjadi salah satu kegiatan yang memberikan impak positif dalam membentuk sahsiah, bakat, ilmu pengetahuan, dan pengalaman bagi seseorang insan. Faizullah (2014) menyatakan kokurikulum yang dibangunkan di peringkat pengajian tinggi mampu meningkatkan kemahiran insaniah pelajar seperti kemahiran memimpin, kemahiran berkomunikasi, dan kemahiran menyelesaikan masalah. Kemahiran-kemahiran ini adalah amat diperlukan oleh sektor pekerjaan. Zaid et.al (2008) mendapati majikan kini memerlukan pelajar yang mempunyai kemahiran insaniah.

Sukan dapat meningkatkan keupayaan pelajar untuk melaksanakan tindakan teknikal secara betul, berfikiran secara rasional, pengurusan kewangan, dan ketahanan dalam menghadapi pelbagai situasi. Selain itu, dari aspek psikologi, sukan berkeupayaan meningkatkan disiplin, ketekunan, tekad, keyakinan, dan keberanian. Sukan juga dapat meningkatkan kerjasama dalam pasukan dari segi meningkatkan perasaan kekitaan, bersatu dalam tindakan, dan spesifikasi peranan dalam setiap individu. Sukan juga dilihat mampu membina kesihatan dari segi mental dan fizikal pelajar. Suzanah et al (2014) menjelaskan sukan adalah aktiviti yang memerlukan ketangkasan atau kemahiran serta tenaga dan kebiasaan dilakukan sebagai acara hiburan sama ada untuk tujuan pertandingan atau aktiviti menyihatkan mental dan fizikal. Keterlibatan pelajar dalam aktiviti sukan menjurus kepada faktor intrinsik berbanding ektrinsik, yang mengkhusus kepada faktor kesihatan dan kecergasan (Abd Aziz et al 2018).

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Menurut Al-Ansari (2016), perancangan dan pengurusan aktiviti yang sistematik merangkumi

pilihan pelajar dan alasan penyertaan diperlukan bagi menggalakkan keterlibatan pelajar dalam aktiviti sukan. Aktiviti sukan yang bersesuaian dengan kehendak pelajar meningkatkan penglibatan, malah memastikan keterlibatan mereka dalam aktiviti sukan secara berterusan (Md. Yusof et al, 2018). Pihak pengajian berperanan penting dalam memotivasi dan menerbit kesedaran pelajar terhadap kepentingan aktiviti fizikal (Chiu et al, 2015) dan minat bersukan ini dipupuk secara tidak langsung melalui proses pengajaran dan pembelajaran (PdP) (Adibah Abdul Latif et al, 2016). Namun, kebanyakan penglibatan aktiviti dilihat hanya disertai oleh pelajar semester dua, atas alasan kerana sukan dijadikan salah satu kursus kokurikulum yang wajib diambil oleh pelajar PMJB semester dua. Banyak usaha yang dijalankan oleh pihak PMJB seperti mengadakan Minggu Sukan dan Senaman Pagi, namun penyertaan adalah ditahap minimum. Kajian yang dibuat oleh Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IPPBM) mendapati golongan belia di Malaysia tidak aktif dalam aktiviti di masa lapang yang mana mereka kurang bersukan dan kurang bersenam, dan kebanyakan melakukan aktiviti lepak. Selain itu, perkembangan permainan video dan kewujudan sukan elektronik (e-sukan) dilihat antara penyumbang kepada pelajar tidak menglibatkan diri dengan aktiviti sukan. Sewajarnya satu kajian tentang halangan penglibatan dalam sukan ini perlu dijalankan dan diterokai bagi mengenal pasti punca sebenarnya permasalahan.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Tujuan utama kajian ini adalah untuk mengenalpasti faktor penghalang penglibatan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) dalam sukan. Melalui kajian ini diharapkan dapat memberikan gambaran sebenar dan faktor utama yang manakah menghalang pelajar PMJB dalam penglibatan aktiviti sukan. Objektif kajian akan menfokuskan mengenalpasti tahap halangan penglibatan dalam intrapersonal, interpersonal dan struktur aktiviti sukan dalam kalangan pelajar PMJB.

4.0 METODOLOGI

Kajian tinjauan ini adalah merupakan kajian tinjauan kuantitatif dan deskriptif. Sampel kajian adalah 100 responden pelajar dipilih secara rawak berkelompok di Politeknik METrO Johor Bahru bagi sesi pengajian Disember 2019. Instrumen soal selidik diperolehi dan diubahsuai daripada kajian Siqi Cai (2015). *Leisure Constraints Models* (Crawford & Godbey, 1987; Crawford et al., 1991) dibincangkan dan dijadikan sebagai rangka kajian ini kerana instrumen diadaptasi daripada model ini. Siqi Cai (2015) membangunkan soal selidik berdasarkan kajian Liang dan Walker (2011) yang diadopsi dari Crawford et al. (1993) dinamakan '*Leisure Constraints Questionnaire*' (LCQ). Model Faktor Penghalang Kesenggangan (*Leisure Constraints Models*) adalah proses bagaimana individu tertentu membincangkan halangan sepanjang penyertaan dan seterusnya kepada sesuatu aktiviti. Melalui model ini, pilihan aktiviti dibentuk pada awalnya dan dipengaruhi oleh halangan atau kekangan intrapersonal. Pada peringkat seterusnya, individu itu mungkin mengalami halangan atau kekangan interpersonal bergantung kepada jenis aktiviti. Ia hanya apabila kekangan jenis ini telah diatasi, kekangan struktur mula berlaku. Soal selidik terdiri daripada dua bahagian iaitu Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A merangkumi tiga maklumat demografi iaitu jantina, bangsa, dan status. Bahagian B terdiri daripada 34 item soalan bertujuan melihat kepada faktor halangan sukan dalam kalangan pelajar PMJB. 34 item ini dibahagikan kepada tiga dimensi faktor iaitu "Faktor Struktur (sembilan item)", "Faktor Interpersonal (14 item)" dan "Faktor Intrapersonal (11 item)".

Setiap soalan dibina menggunakan penilaian pengukuran lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006). Skala likert bagi Bahagian B mengandungi pilihan jawapan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju". Ujian *reliability analysis* dilakukan menilai tahap reliabiliti kajian. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 1:Ujian *Reliability Analysis* bagi Bahagian B

BAHAGIAN B	***JUMLAH ITEM SOALAN***	***RELIABILITI***
Faktor struktur	*9*	*0.794*
Faktor interpersonal	*14*	*0.895*
Faktor intrapersonal	*11*	*0.725*
Reliabiliti bagi keseluruhan faktor	***34***	***0.890***

Dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua dimensi adalah melebihi 0.6. Ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan mudah difahami oleh responden. Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriktif bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan *"Statistics Package for the Social Sciences"* (SPSS23). Satu titik potong (*cut-off point*) digunakan bagi memudahkan perbincangan dapatan kajian berdasarkan nilai min yang diperolehi. Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	**TAHAP KEKUATAN**
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No	**Demografi**	**Pengelasan**	**Peratusan (%)**
01	Jantina	Lelaki	33
		Perempuan	67
02	Bangsa	Melayu	90
		Cina	1
		India	9
03	Status	Bujang	98
		Berkahwin	1
		Bercerai	1

Responden kajian terdiri daripada pelajar lelaki (33%) dan pelajar perempuan (67%). Responden berbangsa Melayu melibatkan 90 pelajar (90%), diikuti 9 orang berbangsa India (9%), dan seorang bagi bangsa Cina. Sebahagian responden adalah berstatus bujang iaitu 98 orang, seorang telah berkahwin, dan seorang dengan status bercerai.

Jadual 4: Faktor Struktur bagi Halangan Sukan dalam kalangan Pelajar PMJB

FAKTOR STRUKTUR	
PENYATAAN	**Mean**
Alatan sukan boleh digunakan waktu tertentu sahaja	3.40
Peralatan sukan tidak mencukupi	3.55
Kemudahan sukan tidak dapat menampung pelajar yang ramai	3.62
Masalah pengangkutan	3.18
Tidak menyediakan jadual penggunaan kemudahan sukan	3.30
Penyimpanan alatan sukan tidak dibuka setiap hari dan menyukarkan mendapat alatan	3.43
Sukar menggunakan peralatan sukan	3.38
Kemudahan sukan di PMJB tidak mencukupi	3.46
Kemudahan sukan tidak dijaga	2.75

Jadual 4 membincangkan data berkaitan faktor struktur bagi halangan sukan dalam kalangan pelajar PMJB. Daripada data yang diperolehi selepas dianalisa menggunakan SPSS23, mendapati tiada nilai min yang mencatatkan nilai tinggi. Namun kesemua nilai min mencatatkan nilai yang sederhana. Walaupun nilai min adalah sederhana, namun jika tidak diambil perhatian, permasalahan ini akan menjadi isu penting. Apabila melihat kepada nilai min, mendapati dua penyataan mencatatkan nilai min melebihi 3.5 iaitu "Kemudahan sukan tidak dapat menampung pelajar yang ramai" (Min = 3.62), dan "Peralatan sukan tidak mencukupi" (Min = 3.55). Berdasarkan kajian Dicken dan Arifin (2017) melalui kajian Ismail dan Muhamad (2016) menyatakan kekurangan kemudahan sukan dan gelanggang sukan menjadi halangan penting kepada aktiviti bersukan. Dicken dan Arifin (2017) juga ada merujuk dua lagi kajian iaitu Rahim (2004) dan Ali et.al (2014). Kajian Rahim (2004) menjelaskan melalui kajiannya mendapati 34.2% halangan sukan di sekolah bandar adalah mempunyai kawasan yang kecil, manakala kajian Ali et.al (2014) menyatakan aktiviti sukan akan menjadi sukar apabila padang sempit dan tidak selamat, peralatan yang kurang, dan keadaan peralatan yang rosak. Halangan yang berkaitan kepada kemudahan dan peralatan yang tidak mencukupi adalah isu yang perlu difikirkan oleh PMJB, memandangkan PMJB hanya mempunyai atau beroperasi di bangunan kedai. Namun, dapatan kajian juga menunjukkan PMJB sentiasa membaikpulih dan menjaga kemudahan yang ada. Ini berdasarkan nilai min bagi penyataan "Kemudahan sukan tidak dijaga" mencatatkan nilai paling rendah iaitu 2.72. PMJB sentiasa memastikan peralatan yang sedia ada dapat berfungsi dalam keadaan baik dan selamat, bagi memastikan aktiviti sukan berjalan lancar.

Jadual 5: Faktor Interpersonal bagi Halangan Sukan dalam kalangan Pelajar PMJB

FAKTOR INTERPERSONAL	
PENYATAAN	**Mean**
Pengetahuan tentang aktiviti sukan tidak mencukupi	2.95
Tidak memahami matlamat dalam melibatkan diri dalam sukan	2.69
Masalah kewangan dalam mengikuti aktiviti sukan diri	2.92
Takut gagal dalam peperiksaan apabila melibatkan diri dalam sukan	2.38
Tidak mempunyai masa dalam melibatkan diri dalam aktiviti sukan	2.66
Sering gagal apabila melibatkan diri dalam aktiviti sukan	2.33
Tidak mempunyai kemahiran untuk melibatkan diri dalam sukan	2.51
Takut cedera apabila melibatkan diri dalam sukan	2.46
Tidak selesa untuk melibatkan diri dalam sukan	2.29
Tidak berminat dalam melibatkan diri dalam sukan	2.17
Sering menghadapi masalah kesihatan	2.18
Aktiviti sukan membosankan	2.03
Malu melibatkan diri dalam aktiviti sukan	2.49
Aktiviti sukan bertentangan dengan kepercayaan agama	1.86

Bagi faktor interpersonal bagi halangan sukan dalam kalangan pelajar PMJB mendapati sembilan penyataan mencatatkan nilai min sederhana, manakala lima penyataan mencatatkan nilai min yang rendah. Dua penyataan yang mencatatkan nilai min menghampiri 3.00 adalah "Pengetahuan tentang aktiviti sukan tidak mencukupi" (Min=2.95) dan "Masalah kewangan dalam mengikuti aktiviti sukan diri" (Min=2.92). Di dalam menjalankan aktiviti sukan, adalah penting seseorang itu mempunyai ilmu dan pengetahuan mengenai sukan tertentu. Jika pelajar tidak mempunyai pengetahuan terhadap sukan tersebut, menyebabkan pelajar tidak berminat untuk melakukannya.

Masalah kewangan dilihat menjadi faktor halangan kepada penglibatan sukan. Ini disebabkan bagi mendapatkan peralatan sukan yang berkualiti, pelajar terpaksa mengeluarkan perbelanjaan yang besar. Selain itu, kekerapan membeli kelengkapan bersukan seperti bulu tangkis atau bola ping pong juga membebankan pelajar. Disebabkan masalah halangan kewangan menyumbang kepada kurangnya penglibatan pelajar dalam aktiviti sukan.

Jadual 6: Faktor Intrapersonal bagi Halangan Sukan dalam kalangan Pelajar PMJB

FAKTOR INTRAPERSONAL	
PENYATAAN	**Mean**
Dibebankan dengan kerja penilaian kursus (PB) yang banyak	3.31
Pegawai PMJB atau pensyarah hanya memberi perhatian kepada pelajar yang berkebolehan sahaja	3.21
Bilangan pegawai PMJB atau pensyarah yang melibatkan diri dalam sukan tidak mencukupi	3.08
Pegawai PMJB atau pensyarah tidak memilih walaupun berminat dalam sukan	3.07
PMJB sentiasa mengutamakan program akademik	3.32
Tidak mempunyai rakan yang berminat untuk bersukan	2.57
Tidak mempunyai kawan untuk sama-sama bersukan	2.54
Keluarga tidak memberi galakan	2.01
PMJB tidak memberi peluang untuk melibatkan diri dalam sukan	2.48
Tertarik untuk melepak bersama kawan-kawan	2.82
PMJB tidak memberi pengiktirafan jika berjaya dalam sukan	2.53

Bagi Jadual 6, hampir keseluruhan penyataan mencatatkan nilai min yang sederhana, kecuali penyataan "Keluarga tidak memberi galakan" (Min = 2.01). Ini menggambarkan bahawa, keluarga pelajar terutama ibu bapa sentiasa memberikan dorongan kepada pelajar untuk melakukan aktiviti sukan. Penyataan mengenai dibebankan dengan kerja penilaian kursus (PB) yang banyak mencatatkan nilai min tertinggi iaitu 3.31 pada faktor intrapersonal. Pelajar PMJB merasakan dengan tugasan PB yang banyak telah menyebabkan mereka tidak dapat menjalani aktiviti sukan.

Kajian mendapati dimensi faktor struktur adalah tertinggi (M=3.341), kemudian dimensi faktor intrapersonal (M=2.813), dan yang paling rendah adalah dimensi faktor interpersonal (M=2.423). Dapatan kajian menunjukkan bahawa faktor utama yang menjadi penghalang penglibatan pelajar PMJB dalam aktiviti sukan adalah struktur. Jika melihat kepada Model Faktor Penghalang Kesenggangan (*Leisure Constraints Models*), faktor penghalang struktur adalah paling kuat di antara ketiga-tiga kategori ini (Crawford, Jakson dan Godbey 1991). Ini menggambarkan bahawa faktor struktur perlu diambil perhatian bagi menggalakan pelajar untuk terlibat secara aktif dalam aktiviti sukan.

6.0 KESIMPULAN

Hasil keseluruhan nilai min menunjukkan kesemua item penyataan dan faktor mencatatkan nilai min pada tahap yang sederhana. Ini menunjukkan pihak PMJB sentiasa proaktif dalam memastikan warga pelajarnya terlibat dalam sukan. Ini kerana, PMJB akan cuba mengatasi halangan seperti menyewa gelanggang, menyediakan kemudahan bagi sukan dalaman, dan menyediakan beberapa kelengkapan seperti bola futsal, bola jaring, bola tampar, raket badminton, dan sebagainya. Namun PMJB perlu juga mengambil perhatian kepada beberapa dapatan yang menunjukkan nilai min melebihi 3.00. Ini bagi memastikan jumlah pelajar yang menyertai dan terlibat dalam aktiviti sukan meningkat. Kesimpulan, kajian berjaya mencapai objektif kajian dan implikasinya dapat membantu pihak berkaitan bagi meningkatkan penglibatan pelajar di dalam sukan. Pengkaji berharap pengkaji akan datang dapat mengembangkan lagi item penyataan bagi setiap tiga faktor iaitu Faktor Struktur, Faktor Interpersonal, dan Faktor Intrapersonal supaya dapat mengenalpasti halangan yang sebenar terhadap aktiviti sukan. Memandangkan kajian dijalankan tidak mengambil keseluruhan penyataan Model Faktor Penghalang Kesenggangan.

RUJUKAN

Abd Aziz, Z. F., dan Salamuddin, N. (2018), "*Motivasi Intrinsik dan Ektrinsik yang Mempengaruhi Penglibatan Pelajar UKM Untuk Melakukan Aktiviti Fizikal*", Jurnal Sosial Sains dan Kemanusiaan Politeknik & Kolej Komuniti.

Abdul Latif, A., Mohd Rahim, M. ., Mohd Amin, N. F., & Peter, C. J. (2016), "*Kesedaran Sosial dan Penglibatan Mahasiswa Dalam Program Khidmat Masyarakat*", Jurnal Pemikir Pendidikan.

Al-Ansari, A., Al-Harbi, F., Abdelaziz, W., AbdelSalam, M., ElTantawi, M. M., & ElRefae, I. (2016), "*Factors Affecting Student Participation in Extra-Curricular Activities: a Comparison Between Two Middle Eastern Dental Schools*", The Saudi Dental Journal.

Chiu, L. K., Hua, K. P., & Radzuwan, R. (2015), "*Pengenalpastian Faktor Psikologi Yang Menentukan Penglibatan Pelajar Universiti Awam Tempatan Dalam Aktiviti Fizikal Masa Senggang*", https://www.researchgate.net/publication/332290769

Crawford, D. & Godbey, G. (1987), "*Conceptualizing Barriers to Family Recreation*", Leisure Sciences 9.

Crawford, D.W., Jackson, E.L. & Godbey,G. (1991), "*A Hierarchical Model of Leisure Constarints*", Lesisure Sciences 13.

Dicken Kilue dan Tajul Arifin Muhamad (2017), "*Cabaran Pengajaran Subjek Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah di Malaysia*" Journal of Nusantara Studies 2017.

Jumat, Suzanah, Andi Maddukelleng, Andi Muhammad Yusuf, Omar, Muhamad Roslan, Awang, Mohd Mahzan, Ahmad, Anuar (2014) "*Penglibatan Pelajar Universiti Terhadap Aktiviti Sosial Dalam Komuniti Pada Waktu Senggang: Kajian Perbandingan di Malaysia dan China*", International Social Development Conference 2014 (ISDC 2014).

Mohd Faizullah Bin Mohamed (2014), "*Penerapan Kemahiran Insaniah Dalam Konteks Membina Insan Berkepimpinan di Kalangan Pelajar Melalui Aktiviti Kokurikulum di Universiti*", https://www.researchgate.net/publication/269405582

Mohamad Zaid Mustafa, Ali Suradin, Badaruddin Ibrahim, Sufian Mastor, Kahirol Mohd Salleh, Ahmad Rizal Madar dan Nor Lisa Sulaiman (2008), "Penguasaan Kemahiran Berpasukan Menerusi Penyertaan di Dalam Kokurikulum: Satu Tinjauan di Universiti Tun Hussein Onn Malaysia", Persidangan Pembangunan Pelajar Peringkat Kebangsaan 2008.

Md. Yusof, H., Bahaum, N. A., Mohd Daud, N. A., Ahmad, N., & Mohd Saad, F (2018), "*Penglibatan Belia Dalam Aktiviti Sukarelawan Malaysia*", Malaysian Journal of Youth Studies

Siqi Cai (2015), "*Leisure Patterns and Constraints Reported by Selected Chinese University Students*", University of Waterloo, Ontario, Canada.

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Wiersma W (1995), "*Research Methods in Education: An Introduction*", Boston: Allyn an Bacon

Amalan Gaya Hidup Sihat Pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru Semasa Pandemik COVID-19

Fitriyah Binti Mirojono[1], Nurul Hana binti Ab Nasir[2]

[1,2]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian ini bertujuan meninjau pengamalan gaya hidup sihat oleh pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru semasa pandemik COVID-19. Amalan pemakanan, senaman dan kesedaran penyakit serius yang dihadapi diselidik bagi melihat secara deskriptif perspektif pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru tentang gaya hidup sihat dalam norma baru, bekerja dari rumah. Objektif kajian ini ialah mengenalpasti amalan pemakanan pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru di samping amalan senaman dan melihat implikasi antara amalan pemakanan dan senaman ini dengan sebarang penyakit serius yang dihidapi. Kajian juga meninjau faktor-faktor yang menghalang pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru untuk mengamalkan gaya hidup sihat. Jumlah responden yang terlibat dalam kajian ini adalah seramai 32 orang pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru. Penyelidik menggunakan kaedah soal selidik sebagai instrumen kajian. Data yang diperolehi daripada instrumen tersebut dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Dapatan kajian mendapati bahawa sebanyak 53.6% responden adalah dalam kategori berat berlebihan dan obesiti. Walaubagaimanapun berdasarkan data amalan pemakanan dan amalan senaman, kajian menunjukkan pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru mengamalkan pemakanan yang sihat dan bersenam seperti yang dianjurkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia. Dapatan kajian juga mendapati sebanyak 75% respon diterima untuk faktor yang menghalang pensyarah Politeknik Metro Johor Bahru untuk mengamalkan gaya hidup sihat adalah disebabkan oleh sibuk dan kerja yang banyak. Diharapkan dapatan kajian ini dapat membantu kumpulan pengurusan Politeknik Metro Johor Bahru dalam merangka aktiviti-aktivti yang boleh dilaksanakan untuk meningkatkan tahap kesihatan pensyarah mereka terutamanya dalam situasi pandemik COVID-19 di mana kebanyakan masa pensyarah bekerja dari rumah.

Kata Kunci: Gaya Hidup Sihat, Amalan Pemakanan, Amalan Senaman

1.0 PENGENALAN

Dunia telah diancam dengan penularan tragik penyakit berjangkit yang merupakan penyakit dalam kumpulan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS CoV)* dan diberi nama sebagai *Severe Acute Respiratory Syndrome Conovirus 2 (SARS-CoV 2)* atau COVID-19 yang mula dilaporkan pada Disember 2019. COVID-19 tidak asing lagi dalam kalangan rakyat Malaysia. Sehingga 31 Disember 2020, Malaysia telah mencatatkan sebanyak 113, 010 kes positif dengan jumlah kematian sebanyak 471 orang. Kerajaan Malaysia sentiasa mengambil inisiatif untuk memastikan penularan pandemic ini dapat diperlahankan dengan melaksanakan kawalan pergerakan dari dalam dan luar negara. Sepanjang Perintah Kawalan Pergerakan (PKP), Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB), Perintah Kawalan Pergerakan Diperketatkan (PKPD) dan Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan (PKPP) dilaksanakan, pelbagai Standard Operasi Prosedur (SOP) telah dikeluarkan oleh Majlis Keselamatan Negara (MKN) selepas mendapat persetujuan daripada Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM).

Pelaksanaan SOP yang telah disediakan adalah untuk memberi kelonggaran kepada masyarakat menjalani kehidupan secara normal baharu untuk memerangi wabak virus COVID-19. Setiap individu bertanggungjawab untuk mematuhi setiap arahan dan peraturan yang telah ditetapkan. Perintah kawalan ini telah membataskan aktiviti luar termasuklah melakukan aktiviti sukan atau riadah. Namun, ia tidak seharusnya menjadi penghalang kepada pengamalan gaya hidup sihat dari segi pemakanan dan aktiviti fizikal demi memastikan kesihatan terjamin sepanjang masa ketika dunia diserang virus ataupun tidak.

Gaya hidup sihat termasuklah melakukan aktiviti yang boleh mengekalkan, merawat serta memastikan tubuh badan sentiasa berada dalam keadaan sihat dan berupaya untuk melakukan rutin aktiviti dengan selesa. Oleh itu, pengetahuan dari segi amalan gaya hidup sihat amat penting bagi meningkatkan kesedaran untuk mengamalkan gaya hidup sihat demi mengekalkan kesihatan diri sendiri. Kesihatan adalah perkara utama yang menyumbang kepada kesejahteraan manusia. Pertubuhan kesihatan Sedunia (WHO, 1946) telah menggariskan bahawa definisi kesihatan adalah suatu keadaan fizikal, cergas, cerdas, mempunyai minda dan sosial yang sihat serta bebas dari sebarang penyakit. Gaya hidup sihat pula ditakrifkan sebagai suatu amalan dalam kehidupan yang membawa impak positif pada seseorang individu, keluarga dan masyarakat secara amnya.

Konsep dan matlamat gaya hidup sihat adalah universal dan matlamat utama gaya hidup yang sihat adalah untuk menjadikan setiap individu sihat dari aspek jasmani, mental dan rohani serta bebas daripada pelbagai penyakit. Pengamalan gaya hidup sihat akan melahirkan sebuah masyarakat yang cergas dan aktif tanpa mengira peringkat umur dan taraf hidup sama ada tua atau muda, kaya atau miskin. Konsep gaya hidup sihat boleh dikategorikan sebagai satu kehidupan yang seimbang di mana seseorang membuat satu pilihan dengan bijak (Lyons dan Langille, 2001). Terdapat beberapa komponen utama dalam gaya hidup sihat termasuklah; (i) Mental yang merujuk kepada kebolehan untuk mengenal pasti realiti kehidupan serta menangani masalah dengan bijak; (ii) Sosial yang merujuk kepada kualiti sesuatu perhubungan sama ada di antara ahli keluarga, rakan, guru dan lain-lain; (iii) Emosi iaitu yang mempamerkan emosi yang stabil dan positif melalui cara yang betul dan bukannya konstruktif; (iv) Fizikal yang merujuk kepada kemampuan tubuh melakukan sesuatu aktiviti serta menghindari diri daripada penyalahgunaan dadah dan alkohol; (v) Persekitaran iaitu memastikan persekitaran yang bersih untuk kesejahteraan Bersama; dan (vi) Spiritual iaitu memastikan keharmonian hubungan antara satu sama lain serta mempunyai tujuan dan hala tuju. Di samping itu, etika dan nilai, moral juga perlu dititikberatkan.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Pelan Strategik Kementerian Kesihatan Malaysia 2016-2020 telah menggariskan peningkatan amalan gaya hidup sihat sebagai salah satu objektif yang perlu dipenuhi. Walaupun pandemik COVID-19 melanda, amalan gaya hidup sihat seharusnya dijadikan normal baharu dalam kehidupan harian bagi melahirkan insan yang sihat fizikal, mental, rohani dan jasmani,

Kementerian Kesihatan Malaysia (2011) menerangkan pengamalan gaya hidup yang sihat dapat di tingkatkan dengan pemakanan yang seimbang dan seharusnya dijadikan budaya hidup setiap hari. Seseorang akan mudah terdedah kepada penyakit bahaya seperti tekanan darah tinggi, penyakit kencing manis dan penyakit jantung sekiranya tidak mengamalkan makanan yang seimbang. Piramid makanan seharusnya dijadikan panduan untuk memilih diet yang seimbang. Pemilihan makanan harus mengikut bahagian yang dinyatakan dalam panduan piramid makanan disamping mengamalkan tatacara senaman yang betul dan selamat serta saranan senaman yang efektif (KKM, 2011). Pengamalan gaya hidup sihat dapat meningkatkan keyakinan diri untuk berhadapan dengan orang ramai dan memberikan keselesaan untuk berkomunikasi dengan orang lain (Kilit Gantit, 2014).

Berdasarkan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi 2019 yang dijalankan oleh Institut Kesihatan Umum Kementerian Kesihatan Malaysia, 50.1 peratus dewasa berlebihan berat badan atau obes dan 52.6 peratus dewasa mempunyai obesiti abdomen. Tren berlebihan berat badan, obesiti dan obesiti abdomen mencatatkan peningkatan berbanding dapatan tinjauan pada tahun 2011 dan 2015. Dari segi pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan pula, 94.9 peratus dewasa tidak mengambil buah-buahan dan sayuran yang disyorkan iaitu 5 hidangan sehari dan ini menunjukkan peningkatan dari 92.5 peratus (2011) dan 94.0 peratus (2015). Laporan ini menunjukkan tren yang tidak memberangsangkan dan mungkin pengetahuan dan amalan gaya hidup sihat tidak diamalkan sepenuhnya oleh rakyat Malaysia. Pengabaian mengamalkan gaya hidup sihat boleh menyebabkan jangkitan penyakit merbahaya dan kebanyakan penyakit merbahaya berlaku akibat daripada amalan gaya hidup yang tidak sihat (Chan Sin Yie, 2010).

Menurut Mourey dan McGinnis (2003) yang menjalankan kajian terhadap kempen Wheeling Walks Health Education and Media Campaign telah mendapati 90 peratus masyarakat telah melibatkan diri secara aktif dalam aktiviti sukan dan rekreasi khusus untuk penjagaan kesihatan tetapi hanya 14 peratus sahaja yang mempraktikkannya dalam kehidupan harian. Amalan gaya hidup sihat semakin ditinggalkan menyebabkan tahap kesihatan rakyat berada pada paras yang membimbangkan (Syafiqah Iqlima, 2020). Lebih membimbangkan apabila rata-rata masyarakat Malaysia lebih mudah terpengaruh dengan resepi 'viral' yang tular di media sosial.

Pelbagai kempen kesihatan dan kempen amalan gaya hidup sihat telah dijalankan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia, Masyarakat seharusnya memberikan penekanan terhadap gaya hidup sihat yang sebenar. Kerajaan Malaysia telah melancarkan Kempen Gaya Hidup Sihat semenjak tahun 1991 yang bermatlamat mempertingkatkan kesedaran tentang penyakit- penyakit yang berkaitan dengan gaya hidup untuk menggalakkan amalan gaya hidup sihat. Namun adakah masyarakat mempunyai pemahaman yang betul dan amalan yang tepat? Oleh itu, fokus kajian ini adalah untuk mengenal pasti secara am amalan gaya hidup sihat dari segi pemakanan dan senaman semasa pandemik COVID-19.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti;

3.1 Tahap pengetahuan serta amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP dilaksanakan.

3.2 Implikasi antara amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru dengan sebarang penyakit serius yang dihidapi.

3.3 Faktor-faktor yang penghalang kepada pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru untuk mengamalkan gaya hidup sihat sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP dilaksanakan.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini merupakan satu kajian yang menggunakan kaedah kuantitatif berbentuk deskriptif tinjauan dengan menggunapakai instrumen borang soal selidik. Melalui kaedah ini, data dapat dikumpul dan menurut Wiersma (1995) data boleh diperolehi dalam masa yang singkat dan sesuai untuk mengukur sikap, pendapat atau pencapaian dengan semua pembolehubah dalam keadaan yang semulajadi. Kaedah yang digunakan adalah bertujuan melihat secara umum dan mengumpul maklumat dengan terperinci serta memberi gambaran dengan jelas mengenai pengetahuan dan amalan gaya hidup sihat pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru.

Populasi kajian ini merangkumi semua pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru yang terdiri daripada 36. Teknik persampelan secara rawak digunakan dengan merujuk kepada jadual Krejcie dan Morgan (1970). Jumlah sampel yang mewakili keseluruhan populasi adalah sebanyak 32 orang. Soal selidik telah dibangunkan dan mempunyai 5 bahagian dengan jumlah soalan sebanyak 30 item. Perincian item-item soal selidik kajian adalah seperti dalam jadual 4.1.

Jadual 4.1 Perincian item soal selidik

Bahagian	***Aspek***	***Bil. Item***
A	*Demografi*	*4*
B	*Pengiraan Asas BMI*	*3*
C	*Pengetahuan dan amalan pemakanan*	*10*
D	*Pengetahuan dan amalan senaman fizikal*	*8*
E	*Penilaian berkaitan penyakit serius*	*4*
F	*Faktor penghalang gaya hidup sihat*	*1*

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Seramai 21 pensyarah perempuan dan 11 pensyarah lelaki telah terlibat dalam kajian ini. 28 peratus responden berumur 41 tahun ke atas manakala selebihnya berusia sekitar 20 ke 40 tahun. Ini menunjukkan pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru terdiri kebanyakannya di kalangan umur belia.

Jadual 5.1 memaparkan data Body Mass Index (BMI) responden. 43.8 peratus responden adalah tergolong dalam kategori lebih berat dan 12.5 peratus responden tergolong dalam kategori obesiti. Ini menjadikan jumlah responden yang mempunyai BMI tidak ideal sebanyak 56.3 peratus responden. Berdasarkan dapatan ini, kumpulan pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru diharap dapat mengambil langkah memberi kesedaran mendapatkan BMI ideal kepada pensyarahnya. Kurangnya aktiviti aktif semasa tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP juga menyebabkan pensyarah mengalami pertambahan berat badan. Pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran secara atas talian juga menyebabkan kebanyakan masa pensyarah mengajar dalam keadaan duduk berbanding sekiranya pengajaran dan pembelajaran berlaku di bilik kuliah di mana pensyarah bebas bergerak.

Jadual 5.1 BMI responden kajian.

BMI	***Kategori***	***Peratus***	***Bilangan pensyarah***
< 18.5	*Kurang berat*	*3.1*	*1*
18.6 - 24.9	*Normal*	*40.6*	*13*
25.0 - 29.9	*Lebih berat*	*43.8*	*14*
> 30.0	*Obesiti*	*12.5*	*4*

Bagi memperincikan dapatan kajian item bahgaian C dan D, skala pengukuran skor min berikut dirujuk berdasarkan intrepretasi skor min bagi Skala Likert, Landell (1977).

Jadual 5.2 Tahap kecenderungan skor min

Skor min	***Tahap kecenderungan***
1.00 - 2.33	*Rendah*
2.34 - 3.67	*Sederhana*
3.68 - 5.00	*Tinggi*

5.1 Tahap pengetahuan serta amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP dilaksanakan.

Min tertinggi bagi item bahagian C dicatatkan untuk item sentiasa mengutamakan penyediaan makanan yang bersih dengan nilai 4.81. Item mengamalkan pengambilan buah-buahan dan sayuran juga adalah di tahap tinggi dengan nilai 4.47. Dapatan ini membuktikan pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru adalah sedar dan mengambil berat tentang amalan pemakanan yang sihat. Bagi item samaada responden mengutamakan makanan seimbang setiap kali waktu makan (suku-suku separuh) ianya berada di tahap tinggi yang minima, iaitu dengan nilai min 3.69. Walaupun responden sedar dan mengamalkan pengambilan buah-buahan dan sayuran tetapi dapatan kajian menggambarkan yang responden kurang pasti akan kuantiti yang sepatutnya diambil. Waktu makan juga didapati bagi item makan pada waktu yang tetap, nilai min adalah tinggi dengan 3.97 berbanding dengan item pengambilan snek mengikut masa yang betul iaitu mencatatkan nilai min sederhana, 3.09. Ini menunjukkan responden peka kepada 3 kali waktu makan yang utama tetapi kurang mengambil berat tentang pengamalan snek dalam amalan pemakanan mereka. Hal ini boleh disebabkan oleh kesibukan dalam menjalankan tugas dan kurangnya waktu penyediaan makanan disebabkan oleh situasi bekerja dari rumah. Jika dilihat situasi bekerja di pejabat, kebanyakan masa, responden makan tengahhari dengan membeli sahaja makanan, tetapi disebabkan oleh situasi PKP, PKPB, PKPD dan PKPP ada pensyarah yang perlu memasak untuk keluarga masing-masing dan ini menyebabkan mereka kesuntukan masa dalam melakukan penyediaan makanan.

Jadual 5.3 Pengetahuan dan amalan pemakanan

Item	*Min*
Makan pada waktu yang tetap (sarapan, tengah hari dan malam)	*3.97*
Mengutamakan makanan seimbang setiap kali waktu makan (suku-suku separuh)	*3.69*
Pengambilan karbohidrat yang tinggi	*3.25*
Mengamalkan pengambilan buah-buahan dan sayuran.	*4.47*
Mengamalkan pengambilan makanan berserat tinggi	*4.00*
Pengambilan snek mengikut masa yang betul	*3.09*
Kerap makan lewat malam	*1.97*
Kerap memilih atau memesan makanan segera	*2.44*
Sentiasa mengutamakan penyediaan makanan yang bersih	*4.81*
Lebih mengutamakan penyediaan makanan sendiri di rumah	*4.31*

Item kerap makan lewat malam mencatatkan nilai min rendah dengan 1.97 dan item kerap memilih atau memesan makanan segera berada di tahap sederhana dengan nilai min 2.44. Kedua- dua item menunjukkan bahawa pengamalan pemakanan responden adalah sihat dengan hanya 12.6 peratus responden sahaja yang kerap makan lewat malam. Ini sekali lagi membuktikan bahawa amalan pemakanan pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru secara keseluruhannya adalah baik. Cuma nasihat dan bimbingan dari segi kuantiti dan kekerapan makan boleh diberikan dari masa ke masa.

Berdasarkan jadual 5.4 responden dilihat peka dengan amalan senaman fizikal, di mana bagi item melakukan senaman sebagai salah satu aktiviti fizikal yang menyihatkan badan didapati nilai min adalah tinggi iaitu 4.34. Secara keseluruhannya kesemua item skala likert dalam bahagian D adalah di tahap tinggi dengan yang terendah bagi item lebih suka melakukan senaman di rumah berbanding di kawasan terbuka mencatatkan nilai min 3.75. Ini membuktikan bahawa pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru telah mengamalkan amalan senaman fizikal yang baik dengan sekurang-kurangnya bersenam 20 minit 3 kali seminggu.

Jadual 5.4 Pengetahuan dan amalan senaman fizikal

Item	*Min*
Melakukan senaman sebagai salah satu aktiviti fizikal yang menyihatkan badan	*4.34*
Menggunakan senaman sebagai satu cara untuk mengurangkan stress di rumah	*4.31*
Membuat kerja seperti mengemas rumah dan menyapu lantai sebagai pengganti senaman di rumah	*4.34*
Melakukan senaman sekurang-kurangnya 20 minit 3 kali seminggu	*3.88*
Lebih suka melakukan senaman di rumah berbanding di kawasan terbuka	*3.75*
Mengamalkan kaedah senaman mengikut panduan yang betul.	*4.00*

Bagi jenis-jenis aktiviti senaman yang dilakukan oleh responden, 75 peratus pensyarah memilih berjalan kaki sebagai aktiviti yang paling digemari diikuti jogging dengan 62.5 peratus pensyarah. Hanya 6.3 peratus responden sahaja memilih melakukan aktiviti futsal. Sepanjang pelaksanaan PKP, PKPB, PKPD dan PKPP adanya larangan tertentu untuk aktiviti sosial dan riadah dan ini secara tidak langsung menyebabkan dua aktiviti yang boleh dilakukan secara bersendirian iaitu berjalan kaki dan jogging menjadi pilihan untuk diamalkan oleh responden. Sebanyak 78.1 peratus responden juga menyatakan bahawa kebanyakan masa mereka memang bersenam secara sendirian. Senaman secara sendirian ini terhad kepada aktiviti yang tidak memerlukan kepada peralatan sukan seperti basikal, raket dan sebagainya yang mana secara tidak langsung adalah lebih mudah dilakukan. Pada masa kini juga, wujudnya peranti elektronik mudah alih yang dapat mengukur aktiviti senaman yang dilakukan dan perkongsian pengetahuan penggunaan alat peranti ini dilihat sebagai satu langkah proaktif yang boleh dilakukan oleh pihak pengurusan Politeknik MEtrO Johor Bahru dalam membantu pensyarah mereka menambahbaik amalan senaman fizikal mereka.

5.2 Implikasi antara amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru dengan sebarang penyakit serius yang dihidapi.

Berdasarkan kajian tiada pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru yang menghidapi tiga penyakit utama di Malaysia iaitu sakit jantung, kencing manis dan darah tinggi. Oleh itu boleh disifatkan bahawa amalan pemakanan dan amalan senaman semasa yang dilakukan oleh responden adalah baik. Walaubagaimanapun kekerapan rutin pemeriksaan di kalangan responden adalah rendah dengan hanya 84.4 peratus responden sahaja yang melakukan pemeriksaan kesihatan setiap 3 bulan. Meskipun begitu kesukaran untuk ke hospital atau klinik kesihatan sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP haruslah diambilkira. Pihak pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru diharapkan dapat memberi kesedaran kepada pensyarahnya untuk melakukan pemeriksaan kesihatan secara rutin sekurang-kurangnya setahun sekali. Ini kerana penjagaan kesihatan dengan melakukan pemeriksaan kesihatan secara berkala amat perlu bagi mencegah penyakit yang tidak diingini. Individu juga dinasihatkan melakukan pemeriksaan kesihatan sebelum melakukan senaman terutama kepada yang berumur 35 tahun ke atas, tidak pernah bersenam, mempunyai berat badan berlebihan, baru pulih dari sakit dan mempunyai masalah kesihatan.

5.3 Faktor-faktor yang penghalang kepada pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru untuk mengamalkan gaya hidup sihat sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP dilaksanakan.

Faktor-faktor yang menghalang pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru untuk mengamalkan amalan gaya hidup sihat antaranya ialah sibuk atau kerja yang banyak, tiada masa dan malas. Sebanyak 75 peratus pensyarah mengatakan mereka sibuk atau ada kerja yang banyak manakala 43.8 peratus pensyarah pula mengatakan mereka tiada masa. Ketiadaan masa ini mungkin disebabkan oleh kesibukan kerja atau juga disebabkan oleh situasi bekerja dari rumah yang memerlukan mereka melakukan kerja rumah seperti memasak, mengemas, mengurus kediaman, mengurus anak-anak dan sebagainya. Adalah memeranjatkan apabila 43.8 peratus pensyarah mengatakan bahawa mereka malas untuk mengamalkan gaya hidup sihat. Ini sangat-sangat perlu diberi perhatian memandangkan kita masih lagi berperang dengan pandemik COVID-19. Sifat malas ini timbul mungkin dipengaruhi oleh persekitaran di rumah seperti, tiada ruang di rumah untuk melakukan aktiviti senaman.

Pihak pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru digalakkan untuk menganjurkan aktiviti seperti larian maya di mana pensyarah perlu menghantar rekod masa larian mereka. Larian boleh bersifat setempat dan alat peranti masih dapat merekod pergerakan kaki responden. Pelbagai insentif boleh diberikan sebagai cabaran untuk pensyarah menyahut seruan memupuk semangat untuk melakukan senaman di rumah meskipun kekurangan fasiliti. Terdapat 3.1 peratus responden yang mengatakan mereka tidak mengamalkan gaya hidup sihat disebabkan oleh malu dan 6.3 peratus masing-masing untuk tidak suka atau tidak berminat. Bagi yang malu mungkin kerana mereka merasakan bahawa mereka tidak yakin dengan kebolehan mereka memandangkan mereka bersaiz besar dan sebagainya. Manakala bagi yang tidak suka atau tidak berminat adalah kerana bersenam adalah aktiviti fizikal yang panas dan menyebabkan badan berpeluh serta mendatangkan bau yang mungkin kurang menyenangkan. Dapatan kajian bagaimanapun menyifatkan faktor-faktor penghalang kecil ini boleh diatasi dengan adanya insentif daripada pihak pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru. Salah satu input dalam Key Performance Index (KPI) pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru adalah penglibatan mereka dalam sekurang-kurangnya satu jenis sukan dalam satu semester dan ini juga adalah bentuk pendorong yang baik kepada semua pensyarah.

6.0 KESIMPULAN

Tahap pengetahuan serta amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru sepanjang tempoh PKP, PKPB, PKPD dan PKPP dilaksanakan adalah baik dan wajar diteruskan dengan fokus boleh diberikan untuk penambahan ilmu tentang kuantiti dan kekerapan makan dan juga perkongsian pengetahuan penggunaan alat peranti mudah alih yang dapat mengukur aktiviti senaman mahupun fizikal.

Bagi aspek implikasi antara amalan pemakanan dan senaman pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru dengan sebarang penyakit serius yang dihidapi buat masa ini, impilkasinya baik dan berkesan memandangkan tiada pensyarah yang menghidapi penyakit serius. Walaubagaimanapun adalah baik sekiranya pihak pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru dapat memastikan setiap pensyarah mereka melakukan rutin pemeriksaan kesihatan yang kerap. Kerjasama dengan mana-mana klinik atau hospital boleh dijalankan dalam memastikan sekurang-kurangnya pemeriksaan minima dijalankan setiap 3 bulan. Pemeriksaan minima ini merangkumi pemeriksaan tekanan darah, kadar gula, kadar kolesterol, kadar stress dan pemeriksaan fizikal.

Insentif juga perlu diberikan oleh pihak pengurusan Politeknik METrO Johor Bahru kepada pensyarah yang aktif dalam mengamalkan gaya hidup sihat. Ini kerana mereka berjaya menyeimbangkan antara kesibukan kerja dan menjaga kesihatan mereka. Selain daripada aktiviti larian maya, untuk pemantauan amalan pemakanan sihat, rekod kalori makanan harian boleh dijadikan sebagai satu bentuk pertandingan. Diharapkan dengan pengamalan gaya hidup sihat yang diamalkan oleh pensyarah Politeknik METrO Johor Bahru, kecerdasan mental mereka juga berada di tahap optimum supaya pelaksanaan kerja adalah lebih baik meskipun dalam situasi bekerja dari rumah.

RUJUKAN

Chan Sin Yie (2010). "*Punca masalah kesihatan adalah gaya hidup yang tidak sihat".*

Calla R. (2013), "*Penjelasan Mengenai Waktu Makan Yang Sesuai Dan Digalakan Dalam Kehidupan Harian"* Pautan: http://www.panduanmalaysia.com/2013/02/5-waktu-paling-sesuai-untuk-makan.html

Dr. Dzulkefly Ahmad (2019), "*Malaysia Negara Obesiti",* Sinar Harian Pautan: https://www.sinarharian.com.my/article/24891/LIFESTYLE/Sinar-Aktif/Isu-obesiti-Malaysia

Guglielmo M. T. (2012*), "Amalan Gaya Hidup Sihat Dari Aspek Pemakanan Dan Pengambilan Nutrian".*

Institut Kesihatan Negara (2019), "*Tinjauan Kebangsaan Kesihatan Dan Morbiditi: Penyakit Berjangkit, Permintaan Jagaan Kesihatan Dan Literasi Kesihatan"*, Kementerian Kesihatan Malaysia, Pautan: http://www.iku.gov.my/nhms-2019

Institut Sukan Negara (2015), "*Amalan Pemakanan Sihat Yang Baik Dan Mampu Mengubah Hidup Anda Menjadi Lebih Sihat*." Pautan: http://isn.gov.my/10-amalan-pemakanan-sihat-yang-akan-mengubah-hidup-anda/

Krejcie, R.V., & Morgan, D.W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities."*Educational and Psychological Measurement", 30,* 607-610

Lyons and Langille (2001), "*Healthy Lifestyle: Strengthening the Effectiveness of Lifestyle Approaches to Improve Health"*

Maslehan M. K, Portal Rasmi Pendidikan Pesakit (2015), "*Pengamalan Gaya Hidupsihat Dari Aspek Senaman Dan Bersukan".* Pautan: http://pendidikanpesakit.myhealth.gov.my/gaya-hidup-sihat-senaman/

"Obesiti Masalah Besar Malaysia". (23 Januari, 2018). Pautan: http://www.imedik.org/obesiti-masalah-besar-malaysia/

"Pelan Strategik KKM 2016-2020". (2016). In B. P. KKM. Pautan: http://www.moh.gov.my/moh/resources/Penerbitan/Pelan%20Strategik%20/2016-2020/Pelan_Strategik_KKM.pdf

Raihan Irwan (2020), "*Atur Masa Makan Mengikut Masa Dan Jam Badan*", Pautan: https://www.sinarharian.com.my/article/70668/LIFESTYLE/Sinar-Aktif/panduan-makan-ikut-jam-badan-pemilihan-makanan

Salleh, S. (2013). "*Kesedaran Terhadap Amalan Pemakanan Seimbang Dalam Kalangan Pelajar Politeknik Merlimau,Melaka"*. Universiti Tun Hussien Onn Malaysia: Tesis Sarjana Muda

"Sistem Penjagaan Kesihatan Malaysia Terbaik Di Dunia". (11 Februari, 2014), Pautan: Astroawani: http://www.astroawani.com/berita-malaysia/sistem-penjagaan kesihatanmalaysia-ketiga-terbaik-di-dunia-29895

Syafiqa Iqlima (2020), "*Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat: Latih Masyarakat Jalani Gaya Hidup Sihat",* Terengganu Strategic & Integrity Institute (TSIS)

Wiersma, W. (1995). "*Research Methods In Education: An Introduction"*. Boston: Allyn & Bacon.

World Health Organization. (2002). "*World Health Report: Reducing Risks, Promoting Healthy Life*. "Geneva: World Health Organization.

Tahap Amalan Penjagaan Kebersihan Dan Gaya Hidup Sihat Dalam Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Nur Asikin binti Aziz @ Abd Aziz[1], Faizah Binti Sahbudin[2], Mohd Ghadafi Bin Shari[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Amalan kebersihan yang tinggi dan gaya hidup sihat yang baik menjadi aspek penting bagi setiap individu terutamanya semasa negara dilanda Pandemik Novel Corona Virus (COVID-19). Umum mengetahui amalan kebersihan yang lemah menjadi sebab utama dalam peningkatan penyakit berjangkit, yang kerap berlaku di negara-negara membangun. Begitu juga aspek amalan gaya hidup sihat yang kurang menyebabkan peningkatan masalah berkaitan kesihatan fizikal dan kesihatan mental. Justeru itu, setiap individu perlu memahami dan mengamalkan asas kebersihan dan gaya hidup sihat dengan cara yang betul. Kajian ini dijalankan bagi mengkaji tahap amalan penjagaan kebersihan dan amalan gaya hidup sihat dalam kalangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru. 100 reponden diperlukan dalam menjalankan kajian tinjauan dan dilakukan secara rawak. Soal selidik diedarkan kepada pelajar menggunakan *Google Form*. Soal selidik dibahagikan kepada dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi) dan Bahagian B (Pengetahuan, Amalan Penjagaan Kebersihan, dan Amalan Gaya Hidup Sihat). Data yang diperolehi daripada kajian ini dianalisa menggunakan Perisian SPSS23. Dapatan menunjukkan aspek pengetahuan, amalan penjagaan kebersihan, dan amalan gaya hidup sihat telah mencatatkan nilai min yang tinggi iaitu diantara Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00. Diharap, hasil kajian ini dapat meningkatkan kesedaran pelajar Politeknik METrO Johor Bahru terhadap pentingnya menjaga kebersihan dan mengamalkan gaya hidup sihat terutamanya ketika negara dilanda COVID-19.

Kata Kunci: Penjagaan Kebersihan, Gaya Hidup Sihat, Pelajar

1.0 PENGENALAN

Menjalani kehidupan dalam suasana pandemik COVID-19 memerlukan setiap individu untuk memakai alat penutup hidung dan mulut serta penjagaan jarak sosial selamat sekurang-kurangnya satu meter, dalam usaha memutuskan rantaian penularan virus COVID-19. Amalan kebersihan yang tinggi juga menjadi keperluan terutamanya penggunaan *hand sanitizer*. Umum mengetahui amalan kebersihan yang lemah menjadi sebab utama dalam peningkatan penyakit berjangkit, yang kerap berlaku di negara-negara membangun. Justeru itu, adalah penting untuk setiap individu memahami dan mengamalkan asas kebersihan yang betul. Antara asas-asas kebersihan tersebut ialah mencuci tangan secara berkala menggunakan sabun dan air, elakkan menyentuh mata, hidung dan mulut, sentiasa menutup mulut dan hidung semasa batuk atau bersin, dan menyah-kuman permukaan dengan kerap bagi kawasan atau barang yang kerap disentuh. Tidak terhad kepada amalan kebersihan, amalan gaya hidup sihat juga perlu bagi mengelakkan penyakit kronik. Ia boleh diamalkan dengan pengambilan diet seimbang, melakukan aktiviti fizikal secara berkala, mempunyai rehat dan tidur dengan cukup dan banyak lagi. Walaubagaimanapun, asas dan pengetahuan tidak mencukupi jika amalan tersebut tidak diamalkan atau dibudayakan di kalangan masyarakat itu sendiri. Oleh itu, kajian ini dijalankan untuk melihat amalan penjagaan kebersihan dan amalan gaya hidup sihat di kalangan pelajar PMJB dari segi pengetahuan, amalan pelaksanaan dan kekangan. Ia seterusnya boleh menjadi asas untuk intervensi perubatan pencegahan pada masa akan datang bagi sasaran pelajar PMJB atau mana-mana institusi pendidikan tinggi, dan golongan muda secara amnya.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) telah menubuhkan *Cluster for Communicable Diseases* (CDS) dalam usaha membendung penyakit berjangkit seperti HIV, tuberkulosis, malaria dan hepatitis,

yang telah menyebabkan lebih empat juta kematian setahun di seluruh dunia. Ini cenderung berlaku di negara-negara membangun seperti Afrika dan Asia Tenggara yang melibatkan akut pernafasan dan jangkitan usus, terutamanya dikalangan kanak-kanak. Keadaan kebersihan yang tidak mencukupi dan amalan kebersihan yang buruk berperanan dalam peningkatan kes penyakit berjangkit. WHO memperkenalkan alternatif seperti *Save Lives: Clean Your Hands* sebagai langkah awal kepada amalan kebersihan mudah dan berkesan. Bagi membendung penularan virus pandemik COVID-19 di seluruh dunia kini pula, WHO telah bekerjasama dengan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) bagi menggerakkan kempen *Hand Hygience for All Initiative*. Amalan kebersihan sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap pelajar terhadap kebersihan, selain mempunyai sumber dan kemahiran yang betul. Menurut Odonkor et. Al (2019) kekurangan pendidikan menjadi penghalang utama kebersihan diri dan sebilangan besar pelajar tidak aktif mempraktikkan amalan kebersihan yang baik. Ini didorong oleh kurangnya ketersediaan sabun dan bekalan air dalam persekitaran institusi, dan kurangnya program seperti pendidikan kesihatan awam dilaksanakan (Sultana M. et al 2015).

Gaya hidup sihat juga sangat penting, bertepatan dengan definisi kesihatan oleh WHO iaitu keadaan kesejahteraan fizikal, mental dan sosial yang lengkap, dan bukan sekadar ketiadaan penyakit. Pilihan pemakanan sihat adalah penting kerana corak makan berstruktur membantu meningkatkan prestasi akademik pelajar (Trockel, 2002). Aktiviti fizikal juga penting bagi mencegah penyakit kronik utama seperti masalah jantung, diabetes dan tekanan darah tinggi (Huang et al 2003), dan baik untuk fungsi normal tulang dan perlindungan terhadap osteoporosis (Anding et al 2001). Sebilangan pakar membuat kesimpulan tidur yang berkualiti sangat penting bagi kesihatan dan kesejahteraan seseorang, seperti pemakanan dan senaman (Hanaa dan Nedaa 2015). Populasi pelajar kolej adalah antara yang tertinggi tidak mendapat tidur yang cukup di kalangan usia dewasa (Buboltz et al 2001), yang boleh mengurangkan perhatian mereka di dalam kelas serta mempengaruhi kemampuan mereka untuk menduduki peperiksaan (Pilcher dan Walters 2007. Menurut Anis dan Zaidatul (2014), amalan gaya hidup sihat adalah lemah di kalangan pelajar universiti dan antara halangannya ialah masa, beban kerja dan kesedaran pelajar itu sendiri. Tabiat makan yang baik juga mempengaruhi tingkah laku sihat pelajar, tetapi sering menjadi halangan disebabkan faktor kekangan masa, gemar makan makanan ringan dan berkalori tinggi, harga makanan sihat yang tinggi dan akses mudah mendapatkan makanan ringan (Giovanni et.al 2018). Peningkatan tekanan boleh menyumbang kepada pengurangan kualiti kehidupan seseorang pelajar, yang seterusnya menjejaskan kesihatan fizikal dan mental (Icaro et.al 2018).

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Berdasarkan kepada latar belakang kajian, pengkaji menetapkan objektif kajian dijalankan dengan tujuan mengenal pasti aspek penjagaan kebersihan dan gaya hidup sihat dari sudut pengetahuan dan amalan dalam kalangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru.

4.0 METODOLOGI

Sampel kajian terdiri daripada 100 responden yang dipilih secara rawak yang terdiri daripada pelajar Politeknik METrO Johor Bahru. Soal selidik diedarkan kepada pelajar menggunakan *Google Form*. Soal selidik dibahagikan kepada dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi) dan Bahagian B (Pengetahuan, Amalan Penjagaan Kebersihan, dan Amalan Gaya Hidup Sihat). Menggunakan Lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006). Mengandungi pilihan keputusan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju".

Ujian *reliability analysis* dilakukan bagi menilai tahap reliabiliti bagi set soal selidik dan sesebuah kajian dijaga. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 1:Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap Bahagian B

FAKTOR	***JUMLAH ITEM SOALAN***	***RELIABILITI***
Pengetahuan	6	0.925
Amalan Penjagaan Kebersihan	6	0.992
Amalan Gaya Hidup Sihat	6	0.993

Daripada dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua setiap dimensi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Dari dapatan tersebut, ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan responden memahami setiap item soalan. Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Titik Potong (*Cut-off Point*)

JULAT MIN	TAHAP KEKUATAN
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No	Demografi	Pengelasan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	25
		Perempuan	75
02	Umur	17 tahun - 18 tahun	8
		19 tahun - 20 tahun	80
		21 tahun - 22 tahun	12
03	Bangsa	Melayu	96
		Cina	2
		India	2

Dapatan mengenai demografi responden pelajar PMJB menunjukkan pelajar perempuan sebanyak 75% diikuti pelajar lelaki 25%. Majoriti julat umur pelajar PMJB adalah diantara 19 tahun hingga 20 tahun sebanyak 80%. Majoriti pelajar PMJB adalah berbangsa melayu mencatatkan peratusan sebanyak 96%, diikuti India dan Cina (2%).

Jadual 4: Pengetahuan Mengenai Amalan Penjagaan Kebersihan dan Gaya Hidup Sihat

	Min
Kebersihan tapak tangan adalah penting bagi memastikan tiada kuman atau bakteria	4.66
Pemakaian penutup topeng separa muka adalah penting bagi mengawal penyebaran COVID-19	4.70
Pengambilan permakanan yang betul memberikan kesihatan yang baik pada tubuh badan	4.75
Sentiasa berfikiran positif dan bersyukur membantu mengurangkan tekanan mental	4.69
Penjagaan kesihatan yang baik dapat menjaminkan kualiti kesihatan fizikal dan mental	4.64
Menjaga kebersihan alam sekitar merupakan tanggungjawab bersama	4.83

Dapatan kajian bagi setiap penyataan pada Jadual 4 menunjukkan kesemua mencatatkan nilai min tinggi dan melebihi 4.50. Ini menunjukkan pengetahuan responden selaku pelajar Politeknik METrO Johor Bahru mempunyai pengetahuan yang baik berkenaan amalan penjagaan kebersihan dan gaya hidup sihat.

Jadual 5: Amalan Penjagaan Kebersihan

	Min
Saya sentiasa membawa pembersih tangan (hand sanitizer)	3.80
Saya sentiasa membasuh tangan dengan betul sebelum makan dan minum	4.18
Saya akan memastikan pakaian saya sentiasa dibasuh	4.14

Saya akan menutup hidung dan mulut atau memalingkan muka kearah lain apabila bersin atau batuk	4.02
Saya akan membuang sampah ditempat yang disediakan atau di tong sampah	3.94
Saya akan membersihkan dan mengemas ruangan tempat tidur selepas saya menggunakannya	4.02

Jadual 5 menunjukkan dapatan dari setiap item penyataan mencatatkan nilai min tinggi. Penyataan yang menunjukkan nilai min tertinggi adalah "Saya sentiasa membasuh tangan dengan betul sebelum makan dan minum" (min=4.18). Nukilan dari Dr A'aisah dan Norrani (19 April 2020) dalam Portal Rasmi MyHEALTH Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) menjelaskan basuh tangan dengan sempurna menggunakan sabun dan air apabila sebelum dan selepas mengendalikan makanan, selepas menggunakan tandas, selepas mengendalikan sisa makanan, selepas bersin, dan selepas mengendalikan bahan yang beracun dan merbahaya. Tabiat membersihkan tangan dilihat penting bagi membersihkan tangan dari kotoran dan kuman. Dr A'aisah dan Norrani (19 April 2020) juga telah memberikan panduan atau kaedah yang betul untuk membasuh tangan. Terdapat tujuh langkah bagi membasuh tangan dengan betul, iaitu; Basuh tangan dengan sabun dan air yang bersih secukupnya, Gosok tapak tangan, Gosok setiap jari dan celah-celah jari, Gosok kuku pada tapak tangan, Gosok belakang tangan, Bilas dengan air bersih yang mencukupi dengan sempurna, dan Keringkan tangan dengan tuala yang kering dan bersih atau alat pengering tangan. Responden juga menjaga kebersihan pakaian mereka dengan sentiasa membasuh pakaian. Responden juga menjaga kebersihan dari aspek membersihkan dan mengemas ruangan tempat tidur dan menutup atau memalingkan muka kearah lain apabila bersin atau batuk. Kekemasan dan kebersihan ruangan tempat tidur selepas menggunakannya adalah penting. Ini kerana, bilik tidur yang kemas memberikan suasana yang selesa dan kondusif bagi merehatkan pemikiran dan otot. Jikalau, bilik tidur tidak disusun dan dikemas dengan baik, ia akan menyumbang kepada tekanan.

Jadual 6: Amalan Gaya Hidup Sihat

	Min
Saya akan memastikan tidur saya mencukupi dan berkualiti	3.75
Saya akan mengambil makanan yang bernutrisi dan mengurangkan pengambilan makanan segera	3.80
Saya akan melakukan senaman bagi mengekalkan kecergasan	4.18
Saya sentiasa berfikiran positif dan bersyukur dengan apa yang diperolehi	3.94
Saya akan memastikan masa saya di isi dengan perkara yang berfaedah	4.25
Saya akan memastikan mendapatkan rawatan doktor jika saya tidak sihat	4.51

Jadual 6 menunjukkan dapatan dari setiap item mencatatkan nilai min tinggi. Min paling tinggi adalah pada penyataan "Saya akan memastikan mendapatkan rawatan doktor jika saya tidak sihat" (min=4.51). Selain itu, responden juga mengisi masa mereka dengan perkara berfaedah. Responden mengisi masa mereka dengan melakukan perkara yang memberikan manfaat seperti mengulangkaji, menyiapkan tugasan, beriadah, melakukan senaman, dan ada yang mencari sumber kewangan dengan bekerja.

Min yang paling rendah pada Jadual 6 adalah pada penyataan "Saya akan memastikan tidur saya mencukupi dan berkualiti" (min=3.75). Ini disebabkan pelajar datau masyarakat kini banyak menghabiskan masa dengan alat mudah alih seperti telefon pintar, ketagihan internet, dan tuntutan serta tanggungjawab kerja, peribadi, atau tugasan. Ini menyebabkan masa tidur mereka terganggu. Kesannya akan membawa kepada hilang fokus di dalam kelas dan lewat menghadiri kelas. Dari aspek kesihatan, tidur yang tidak mencukupi akan memberi kesan kepada kesihatan mental dan juga kesihatan fizikal.

6.0 KESIMPULAN

Amalan kebersihan dan gaya hidup yang sihat adalah penting bagi setiap orang terutamanya pelajar. Pengkaji ingin berkongsi tips mengenai cara mengamalkan kehidupan sihat. Tips tersebut adalah:

1. Pemakanan yang seimbang. Pengambilan pelbagai jenis makanan perlulah mengikuti piramid makanan yang disyorkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia.
2. Senaman dan aktiviti riadah. Senaman dan riadah merupakan aktiviti yang banyak faedah terhadap tubuh badan dan mental. Senaman dan riadah boleh dilakukan sekurang-kurangnya tiga kali seminggu.
3. Mengelakkan diri daripada tekanan. Adalah penting bagi pelajar untuk mengetahui cara mengendalikan stres. Tekanan yang dapat diurus dengan baik dapat memberikan kehidupan yang bahagia.
4. Menjaga kebersihan persekitaran dan tempat tinggal. Kebersihan persekitaran dan tempat tinggal adalah penting bagi mengelak gejala berkaitan denggi. Selain itu, dengan keindahan persekitaran dan kebersihan tempat tinggal dapat memberikan ketenangan.
5. Mendapatkan pemeriksaan kesihatan. Pemeriksaan tidak semestinya dilakukan semasa sakit sahaja. Pemeriksaan kesihatan adalah penting bagi seseorang itu untuk mengetahui tahap kesihatan tubuh badan. Ini sebagai langkah pencegahan dan mengurangkan risiko masalah kesihatan seperti kanser, diabetes, dan sebagainya.

Dapatan yang diperolehi pada kajian ini menunjukkan pelajar mengamalkan kebersihan dan gaya hidup sihat dengan baik. Pengetahuan pelajar mengenainya mencatatkan nilai pada tahap tinggi. Pengkaji mencadangkan kajian akan datang melakukan kajian secara menyeluruh merangkumi nilai sampel yang sebenar (nilai mewakili populasi) dan mengkaji dalam aspek kekangan menjaga kebersihan dan amalan gaya hidup sihat dikalangan pelajar. Secara keseluruhannya, kajian ini berjaya mencapai objektif yang dikehendaki oleh pengkaji.

RUJUKAN

Anding JD, Suminiski RR, Boss L (2001), "*Dietary intake, body mass index, exercise, and alcohol: Are college women following the dietary lines for Americans*", Journal of American College Health

Anis Zakaria & Zaidatul Syahirah Zainal Abidin, 2014. "*Knowledge and Practice of Healthy Lifestyle Among Higher Institution Student*," Proceedings of International Academic Conferences 0100729, International Institute of Social and Economic Sciences.

Buboltz WC, Brown F, Soper B (2001), "*Sleep habits and patterns of college students: A preliminary study*", Journal of American College Health

Dr. A'aisah binti Senin dan Norrani binti Eksan (19 April 2012), "*Cara Membasuh Tangan yang Betul*", http://www.myhealth.gov.my

Giovanni Sogari, Catalina Velez-Argumedo, Miguel I. Gómez, dan Cristina Mora (2018), "*College Students and Eating Habits: A Study Using An Ecological Model for Healthy Behavior*", https://doi.org/10.3390/nu10121823

Hanaa Ghaleb Al-Amari dan Nedaa Al-Khamees (2015), "*The Perception of College Students about a Healthy Lifestyle and its Effect on their Health*", Journal of Nutrition & Food Sciences

Huang TT, Harris KJ, Lee RE, Nasir N, Born W, et al. (2003), "*Assessing overweight, obesity, and physical activity in college students*", Journal of American College Health

Icaro J.S. Ribeiro, Rafael Pereira, Ivna V. Freire, Bruno G.de Oliveira, Cezar A.Casotti, dan Eduardo N.Boery (2018), "*Stress and Quality of Life Among University Students: A Systematic Literature Review*", Health Professions Education, https://doi.org/10.1016/j.hpe.2017.03.002

Marufa Sultana, Rashidul Alam Mahumud, Abdur Razzaque Sarker, Sarder Mahmud Hossain (2016), "*Hand hygiene knowledge and practice among university students: evidence from Private Universities of Bangladesh*", Risk Management and Healthcare Policy, https://doi.org/10.2147/RMHP.S98311

Mickey T. Trockel,Michael D. Barnes, and Dennis L. Egget (2000), "*Health-Related Variables and Academic Performance Among First-Year College Students: Implications for Sleep and Other Behaviors*", Journal of American College Health

Stephen T. Odonkor, Jones Kitcher, Mavis Okyere, and Tahiru Mahami (2019), "*Self-Assessment of Hygiene Practices towards Predictive and Preventive Medicine Intervention: A Case Study of University Students in Ghana*", BioMed Research International

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

WHO webpage https://www.who.int/about/structure/organigram/htm/en/

The e-Sports Revolution: Developing the English Skills Among PMJB Students

Nurzarimah binti Jamil[1], Noraina binti Wahid[2]

[1,2]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRACT

Electronic Sports or e-Sports is an organized competitive video gaming played widely all across the world. It is clearly a new kind of sport, and massively popular among the new generation. However, despite the e-Sports popularity, scholars debate whether this e-Sports could help in improving the new generations' academic performances, including the English Skills. The researchers are aware that the medium of e-Sports is English and the players come from a different language background. This study focuses on the e-Sports revolution and how this revolution helps developing the 4 integrated English skills (speaking, listening, writing and reading) of the students who are pursuing diploma in Polytechnic METrO Johor Bahru (PMJB). Questionnaire and interview were used as the methods of gaining data for this study. The data indicated that the students who play e-Sports are usually vis-a-vis have good English skills. They are capable and confident in carrying out their integrated English skills. It is hoped that the findings of this study could be of benefit for developing teaching and learning of English among PMJB students.

Keywords: e-Sports, English skills.

1.0 INTRODUCTION

English is a tremendous language in Malaysia and knowing this language increases the chances to have a very adequate prospects in the world of today. Not only being expert in English language has been something influential, but also the revolution of e-sports that is seen as a contributor in developing the English skills is considered to discourse. How far does this claim is true? After all, despite the question whether e-sports contributes in developing the skills, and for us to be able to strive at the international platform including competing e-sports globally, English skills are vital for success.

Therefore, students are contemplated to be able to do well in applying their English skills since they have been taught about the skills especially the students of Polytechnic METrO Johor Bahru (PMJB) who are the main focus for this study. The English skills learnt are speaking, writing, listening and reading. However, it was discovered that not all English skills were successfully applied by the students. One thing we know for sure, is the desire of most of the PMJB students to play e-Sports during their free time. Some of them are really serious e-Sports players and have been participated in international competitions. Thus, this study is bring off to identify the development of English skills via the contribution of e-sports.

2.0 BACKGROUND OF THE STUDY

At the level of polytechnic in Malaysia, presenting English skills is essential and without any reasons, students have to present the skills as they are part of the coursework assessment, especially the speaking skill where they are required to do oral presentations. Hence, students are anticipated to be able to do well since they have learnt the skills during their lessons. But how far can we expect this? Is it enough with just learning the English skills during formal classes? Therefore, the researchers are also looking at the development of English skills by playing e-sports, the sport that the students of PMJB played most of the time especially during the Movement Control Order (MCO).

In equipping the students for their future careers, Malaysian polytechnics need to construct them with English skills that are aligned with the needs of the demanding industries. Nonetheless, the English instructors of polytechnics do not have substantial information on what English skills do the industries need from the graduates. In a survey conducted by Maes (1997), English skills have been pinpointed as the ultimate essential skills in the workplace. In addition, to being one of the quintessential skills for future professions, Huckins & Olsen (1984) state that employees who do not display good English skills are rarely given executive responsibility. With the current situation of the importance of English skills and a revolution of students passion in playing e-sports, the researchers are trying to identify the connection between this sport and the development of English skills among the students.

However, there is a lack of similar researches about the e-sports revolution: developing English skills within the context of Malaysian. It remains as a matter of concern for the researchers that there is yet no research that look into the PMJB students' English skills.

Thus, this study is conducted to identify whether e-Sports encourages the development of English skills among PMJB students. Polytechnic English instructors are conscious of the vital of using English skills among the students, but as previously mentioned, they have not been able to firmly identify, on which skills do the students develop most by playing the games of e-sports. Malaysian polytechnics English instructors are concern about this because the students will be the graduates who are the outcomes of the institutions, thus, it is the duty of the English instructors to produce outstanding graduates with good English skills, perhaps with the benefaction from e-sports.

3.0 OBJECTIVES

The main objectives of this study are:

(1) To determine the English skills developed by the PMJB students from e-sports games performances.
(2) To investigate the factors of English skills development encourages by e-sports games.

4.0 RESEARCH QUESTIONS

The research questions of this study are:

(1) What are the English skills the students of PMJB use the most when they are playing e-sports games?
(2) How aware are the students of PMJB in using English skills when they are playing e-sports games?
(3) How does the development of English skills via e-sports helps the students of PMJB in fulfilling their future career needs?

5.0 METHODOLOGY

For this study, the researchers focused on the diploma students from the Commerce Department of PMJB majoring in Logistics and Supply Chain Management, Islamic Banking and Finance and Entrepreneurship. These are the three courses offered by PMJB.

The researchers looked into the tasks that the students have to perform during their e-sports games. The researchers also looked into the students' awareness and conciousness towards English skills developed during the games. The researchers use a diverse research procedures. According to Cohen, Manion and Morrison (2000), believing that a single approach to analyzing the needs of students in any context only yields limited data. Since this study is focusing on the developing of English skills by-way-of e-sports games, the researchers collected the data through the interviews and distribution

of questionnaires through the application of google form. According to Hutchinson and Waters (1987), the analysis of target needs involves far more than simply identifying the linguistic features of the target situation.

The set of questionnaires were to distributed to all the PMJB from semester 1 to semester 5. Approximately there are about 450 students took part in this study as the respondents. The interview sessions were also carried out to 10 students. The interviews were to be taken into consideration to be analysed and to be a part of the results of this study.

5.1 Questionnaire

Questionnaires were distributed to 447 students of PMJB. Questionnaire is very cost effective especially for studies involving large sample sizes (Cresswell, 2008). Moreover, it is also familiar to many people. Almost everyone has had some experience in filling up questionnaires and surveys. To avoid bias, questionnaire is the best method to be used. Since this study was conducted during MCO, the set of questionnaire was constructed through google form and were distributed online to all the students of PMJB.

5.2 Interview

The researchers interviewed 10 students who are a serious e-Sports players. These students are the students who have participated in e-Sports competition either locally or internationally. The interview took place after class hours in order not to distract their work during class hours. The researchers had to arrange appointments with the students to fix the time for the interviews to make sure they were most readily available. For this study, semi structured questions were asked during the interview through telephone call. According to Cresswell (2008), semi-structured interviews are conducted with a fairly open framework which allow for focused, conversational, two-way communication.

6.0 DISCUSSION ON FINDINGS

6.1 Answering the Research Questions.

6.1.1 What are the English skills the students of PMJB use the most when they are playing e-sports games?

Data gathered from the questionnaire were arranged and tabulated using percentages to find out the most English skills used during the e-sports games. All the respondents indicated that, the entire English skills components: Speaking, Reading, Writing and Listening are used and applied by the players. From the analysis of these methods, the questionnaire and the interviews, the researchers came across with the findings. Below is the list of the English skills used and applied by the e-sports players during the games performances in order of the most used English skills:

i. Speaking
ii. Listening
iii. Reading
iv. Writing

6.1.2 How aware are the students of PMJB in using English skills when they are playing e-sports games?

All the respondents from the interviews claimed that they are aware of using English skills during e-sports. Elicited from the responses from the respondents during the interview, the researchers found out that most of the students ranged themselves as low proficient and a beginner of English. One of the reasons that might be attributed to this, is the fact that they are still in their diploma studies and some of them feel that they are still new in e-sports although they have been participated in either local or international competition of e-sports games. They compared themselves with the others competitors

especially international players who are the native speakers of English, when the interviews were carried out. Although the students felt as such, they think they are still a beginner, they are actually aware of using the English skills and aware of the cruciality of acquiring the skills in the field e-sports games. The English skill they claimed as the most important to be used during the performance of e-sports is speaking skill.

In general, all respondents from the questionnaire and the interview revealed their positive awareness towards using English skills and realized the importance of developing the skills in order to be a serious player of e-sports games.

6.1.3 How does the development of English skills via e-sports helps the students of PMJB in fulfilling their future career needs?

In order to produce a wholesome graduates of polytechnic, especially graduates of PMJB, the researchers had to gain data from the questionnaire and the interviews as guidance. The respondents scaled the skills according to the most importance developed English skills of each component and some of them even proposed new skills to be included as they see those skills are somehow as well important in their future career needs. They realized these skills during their e-sports games performances.

Interestingly, the students claimed that e-sports helps them in developing their English skills especially speaking skill. This is because they are require to speak verbally to the other players and they have to speak English to the international players of e-sports. In the earlier statement, the students labelled themselves as a low proficiency and beginners of English, but due to their passion in e-Sports, they have to force themselves speaking English and this is seen as the biggest contribution factor in developing English skills. The respondents rated their English skills development via e-sports from "very good" to "fair". None of the respondents rated "unsatisfactory" and 'poor" on the development of English skills.

Briefly, the researchers found that e-sports games do help the students to improve their English skills, especially speaking skill and thus supported the industry to align with their needs on English skills among the graduates of PMJB.

7.0 SIGNIFICANCE OF THE STUDY

From the findings of this study, the researchers hope the students of PMJB become more aware of what is expected in English skills and the appropriateness of the skills for their future career. If the students are already aware of the skills, it is important for them to use the skills in their workplaces. If they are not aware, they should be taught on how crucial the English skills are in order to be employed in the industry. The passion and interest of playing e-Sports games is meaningless if they do not take the opportunity to grab the chances in developing their English skills while playing the games.

Other than the students, this study will help the English instructors in their teaching. If the result of the study shows that students are not aware of the importance of developing English skills, the instructors should provide more language learning input to help them increase their awareness and become effective students. If the students are already aware of the importance of English skills, the instructors could use the time to enhance the students' skills. In addition, new teaching approaches align with the students' interest in e-Sports can be proposed. The instructors can become more creative and innovative in creating new teaching approaches related to e-sports and at the same time developing the students' English skills while performing the games. This will help enable the instructors to expose students to varieties of relevant situations. Through this way, students will be able to master the English skills tailored to suit the demands in the industry for their future career.

8.0 CONCLUSION

The value of English skills especially among the students of PMJB is highlighted in this study. As a student of the new generation, being exposed to e-sports is a revolution of a learning. Developing English skills via e-sports is seen as a revolution in learning.

It would be a wide discussion to be discussed on e-Sports and English skills. Furthermore, it would be a wider researches to be implemented in the future on these two. As for the academic development, similar context searches could be done by other scholars to the other group of respondents from different courses of studies.

Not many similar researches are done locally, in Malaysia, so, the researchers think it would be a wise recommendation for Malaysians scholars to do any researches on the relationship between e-Sports and English skills.

This study involves the knowledge and information in understanding the e-Sports revolution: developing English skills among PMJB students. This study is hoped to assist the students, the e-sports creators and the institution to have a splendid collaboration with each other to fulfil the nation needs.

REFERENCES

Aitken, J.E and Neer, M. (1992). *"A Faculty Program Of Assessment For A College Level Competency-Based Communication Core Curriculum".* Communication Education, 41, 70-86.

Alshahwan Abdulaziz. (1998). "*Communication Competency and Communication Courses".* Saxon House: Farnborough

Backlund, P. (2000). "*Communication Competence and its Impact on Public Education"*. San Francisco: Jossey-Bass

Bednar, A.S. and Olney, R.J. (1987). "*Communication Needs of the Recent Graduates. San Francisco*": Jossey-Bass

Bernstein, D.A. and Penner, L.A. (2003). "*Communication Psychology. Boston: Houghton Mifflin*" Company.

Blundel, R. (2004). **"***Effective Organisational Communication".* ***Essex***: Prentice Hall

Booher, D. (1994). **"***Communicate With Confidence*!". New York: McGraw Hill Inc.

Boyer. E.L. (1987). College: "*The Undergraduate Experience*." New York: Harper and Row

Chishimba, C.P. (2001). "*Content based Teacher Education Approach versus Competence based Teacher Education Approach".* Buckingham: Open University Press

DiSanza, J.R. & Legge, N.J. (2000). "*Business and Professional Communication: Plans, Processes and Performance"*. USA: Allyn & Bacon.

Ellis, R. (2005). "*Instructed Second Language Acquisition. Wellington: Ministry of Education"*, New Zealand

Evans D.T (1994). "*Developments in English for Specific Purposes"*. Essex: Prentice Hall

Geddes, D.S. (1995). "*Keys to Communication: A Handbook for School Success"*. California: Carwin Press

Huckins, J.C. & Olsen, L.A. (1984). "*The need for professionally oriented ESL instruction in the United States"*. TESOL Quarterly,18 (2): 273-294.

Hugenberg, L.W. and Yoder, D.D. (1994). *Communication Competence: A Reaction to the"Competent Speaker Speech Evaluation Form".* Ohio: Geographic Source

Krashen, S. (1982). "*Principles and practices of second language acquisition"*. New York: Pergamon.

Lee, A. (2003). "*Quality teaching for diverse students in schooling: Best evidence Synthesis*".Wellington: Ministry of Education.

Lee, D. & Schoenstedt, L. J. (2011) "*Comparison of eSports and traditional sports consumption motives".* ICHPER-SD Journal of Research, 6(2), pp. 39-44.

Luka, I. (2007). "*Development of Students' English for Special Purposes Competence in Tourism Studies at Tertiary Level. Latvia e-Journal of Language"*. Retrieved March 17, 2009 from http://www.dpu.dk

Macmillan English Dictionary. (2002). Oxford: Macmillan Publisher

Maes, S.H (1997). Developing English Skills. Buckingham: Open University Press

Marsha, T. (2009, September 11). "*Good Communication Skills To Be Expected From Graduates"*. New Straits Times, p23.

Minah Harun and Kadir Din. (2002). "*The Practice of Welcome and Goodbye: Understanding Students' Difficulties in Learning English for Hospitality Purposes".* Retrieved on December 22, 2008 from http://apps.emoe.gov.my

Naughton, D. (2006). **"***Cooperative Strategy Training and Oral Interaction***.** *The Modern Journal"*. 90(ii), 164-166

Nielsen, R. K. L., & Karhulahti, V. M. (2017) "*The problematic coexistence of internet gaming disorder and esports. In Proceedings of the 12th International Conference on the Foundations of Digital Games"* (p. 52). ACM.

Richards, J. (2006). "*Communicative Language Teaching Today"*. New York: Cambridge University Press.

Salbiah Seliman and Dubois, B.L. (2002). "*A Handbook on Oral Presentations for Speakers in Engineering"***.** Skudai: UTM Press

Sethi, R and Michigan, E.A. (2001*). "Communicating Effectively"*. New Delhi: Infinity Books.

Shimizu Akira. (1991). "*The Teaching of English Oral Communication. Electronic Library Service".*

Turk, C. (1985). **"***Effective Speaking, Communicating in Speech***"** London: Chapman & Hall

Vorderer, P., Hartmann, T., & Klimmt, C. (2003) "*Explaining the enjoyment of playing video games: the role of competition. Proceedings of the Second International Conference on Entertainment Computing"*, Pittsburgh, Pennsylvania, USA, May 8-10. DOI: 10.1145/958720.958735, pp. 1-9

Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: "*The Development Of Higher Psychological Processes".* Cambridge, MA: Harvard University Press. **.**

Willmington, S.C. (1989). "*Oral Communication for a Career in Business"*. Denver: Education Commission of the States

Yee, N. (2006) "*Motivations for play in online games. CyberPsychology & Behavior"*, Volume 9, Number 6, pp. 772-775 from http://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772

Kajian Pelaksanaan Kursus DRS 2001 (Kokurikulum Sukan) di Politeknik METrO Johor Bahru

Nurul Hana binti Ab Nasir[1], Rafidah binti Jusoh[2]

[1,2]Politeknik Metro Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian bertujuan mengenalpasti persepsi pelajar terhadap kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001) bagi pelajar di Politeknik Metro Johor Bahru (PMJB). Terdapat empat kursus sukan yang ditawarkan di bawah kerangka kursus DRS 2001 di PMJB iaitu ping pong, bola jaring, futsal dan catur. Empat kursus sukan ini ditawarkan berdasarkan keberadaan pensyarah yang bertindak sebagai jurulatih bagi kursus berkenaan. Pelajar diberikan peluang menyertai kursus sukan pilihan masing-masing berdasarkan kekosongan jumlah pelajar dalam setiap kursus yang ditawarkan. Objektif kajian ialah mengenalpasti persepsi pelajar terhadap pelaksanaan kursus DRS 2001 di PMJB yang mana terdapat kekurangan dari aspek fasiliti sukan berbanding politeknik lain kerana politeknik ini terletak di unit rumah kedai. Kajian juga bertujuan mengenalpasti persepsi pelajar terhadap hasil kursus berkenaan dalam memantapkan kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi. Jumlah responden yang terlibat dalam kajian adalah seramai 153 orang yang terdiri daripada pelajar Politeknik Metro Johor Bahru yang telah mengambil kursus berkenaan pada sesi pengajian Disember 2018, Jun 2019 dan Disember 2019. Penyelidik menggunakan kaedah soal selidik sebagai instrumen kajian. Data yang diperolehi daripada instrumen dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Dapatan kajian menunjukkan skor min 4.12 dengan peratusan 75.2% pelajar suka dengan tawaran kursus kokurikulum sukan di PMJB. 68% pelajar menyifatkan bahawa fasiliti untuk pengajaran dan pembelajaran kursus DRS 2001 di PMJB adalah baik dengan nilai skor min di tahap tinggi, 3.94 walaupun tidak adanya kemudahan gelanggang futsal dan bola jaring. Terdapat 72.6% pelajar, skor min 4.07 menyatakan keyakinan mereka untuk menguruskan pertandingan sukan selepas mereka mengikuti kursus. Dalam aspek peningkatan kemahiran komunikasi, dapatan menunjukkan lebih 50% pelajar dapat melakukan setiap sub kemahiran yang disenaraikan dengan kemahiran bertolak ansur dalam mendengar pandangan mencatatkan dapatan melebihi 75% pelajar. Berdasarkan kajian, adalah tidak menjadi keperluan bagi sesebuah institusi pengajian tinggi untuk dilengkapkan dengan fasiliti sukan kerana pelajar dapat mengadaptasikan diri dengan pelbagai bentuk persekitaran pembelajaran.

Kata Kunci: Kokurikulum Sukan, Fasiliti Sukan, Kemahiran Kepimpinan, Kemahiran Komunikasi

1.0 PENGENALAN

Politeknik METrO diwujudkan dengan konsep berbeza berbanding Politeknik Premier mahupun Politeknik Konvensional iaitu ianya berkonsepkan ‘boutique’ atau bertempat di bangunan rumah kedai. Politeknik METrO tidak disediakan dengan fasiliti asrama pelajar mahupun fasiliti sukan dan rekreasi kecuali yang berbentuk mudah alih. Hal ini sedemikian kerana penubuhannya bertempat di kawasan-kawasan bandar dan pelajar kebanyakkannya terdiri daripada kalangan penduduk tempatan yang berulang alik setiap hari. Walaubagaimanapun struktur pengajian yang digunapakai mewajibkan pelajar untuk menduduki sekurang-kurangnya satu kursus kokurikulum sukan. Di Politeknik METrO Johor Bahru khususnya kursus kokurikulum sukan yang ditawarkan ialah ping pong, bola jaring, futsal dan catur. Bagi kursus bola jaring, kemudahan jaring mudah alih digunakan dan pelajar menjalani kursus di kawasan belakang bangunan di atas jalan raya bertar. Kursus futsal pula menggunakan tempahan gelanggang futsal berdekatan, manakala bagi kursus ping pong, meja ping pong mudah alih ditempatkan di sebuah bilik yang dipanggil pusat pelajar dan kursus catur dijalankan di dalam salah sebuah bilik kuliah. Bagi tujuan pertandingan pula, tempahan dewan dan gelanggang di Kementerian Belia dan Sukan Negeri Johor dilakukan.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Memetik Ang (1998) dalam kajiannya, seorang jurulatih atau guru sukan bertanggungjawab untuk memastikan persekitaran kawasan aktiviti yang selamat dan bebas daripada segala ancaman yang boleh mencederakan. Antaranya jurulatih perlu memastikan kebersihan lantai dan tempat aktiviti terletak jauh dari jalan raya yang sibuk dan benda tajam seperti pagar duri. Hal ini adalah bertentangan dengan cara penggendalian kursus DRS 2001 Sukan Bola Jaring di PMJB yang mana dijalankan di atas jalanraya bertar. Kajian Ang juga menekankan bahawa peralatan sukan yang digunakan semasa berlatih atau bersukan hendaklah selamat, bebas daripada kerosakan serta diselenggarakan dengan baik, sesuai dan betul penggunaannya. Oleh itu, pelaksanaan kursus kokurikulum sukan DRS 2001 di Politeknik METrO Johor Bahru yang kekurangan fasiliti sukan dan rekreasi menjadi persoalan. Perspektif pelajar juga diambilkira terutamanya darihal aspek keselamatan. Pelajar perlu melakukan perjalanan ke gelanggang futsal yang ditempah secara sendiri, maka wujud risiko perjalanan dari politeknik ke gelanggang yang digunakan. Selain daripada itu penawaran kursus juga adalah terhad. Terdapat pelajar yang dipilih untuk menyertai sukan politeknik dan pelajar terpaksa menjalani latihan di politeknik lain yang berdekatan kerana ketiadaan jurulatih dan kekurangan fasiliti. Sebagai contoh pelajar yang mewakili pasukan bola sepak bagi politeknik negeri Johor yang diberi pelepasan kuliah selama dua minggu ke sebulan untuk menjalani latihan di Politeknik Ibrahim Sultan. Bagi pelajar yang memiliki kemahiran sukan seperti ragbi, memanah, bola keranjang dan lain-lain lagi sesama di sekolah menengah dan aktif mewakili sekolah, aktiviti ini tidak dapat diteruskan lagi. Ini secara tidak langsung menyebabkan pelajar kurang berminat untuk serius dalam aktiviti sukan kecuali bagi kursus yang diwajibkan seperti dalam struktur pengajian.

Kajian yang dijalankan oleh Norlena, Muhd Taib dan Nur Asmara (2013) seperti dipetik dalam Wei (2018) pula menunjukkan bahawa dalam pengurusan kokurikulum, guru-guru mempunyai kelemahan untuk merancang aktiviti kokurikulum di sekolah. Kajian sama turut mencatatkan dapatan kajian Wan Shamsudin dan Saufi (2007) bahawa aktiviti kokurikulum yang dijalankan di sekolah adalah bersifat tradisional tanpa sebarang pembaharuan dan penambahbaikan untuk memenuhi keperluan masa kini. Dapatan ini penting dalam memperlihatkan bagaimana keterlibatan pelajar dalam pengurusan sukan seperti mengadakan Minggu Sukan dan pertandingan sukan dapat meningkatkan kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi pelajar. Kesukaran melibatkan pelajar secara langsung dalam mengurus aktiviti kokurikulum di peringkat sekolah adalah difahami kerana wujudnya jumlah pelajar yang ramai. Maka di peringkat pendidikan tinggi, keterlibatan ini haruslah tidak menjadi hak eksklusif pelajar di bawah Majlis Perwakilan Pelajar sahaja dan perlu melibatkan setiap individu pelajar yang mendaftar kursus berkenaan dan cara terbaik adalah dilakukan penilaian ke atas kemahiran tersebut seperti pengamalan di politeknik pada masa kini.

2.1 Kursus Kokurikulum dalam struktur pengajian di Politeknik Malaysia

Kursus kokurikulum yang ditawarkan di Politeknik Malaysia mempunyai objektif untuk membantu pencapaian Falsafah Pendidikan Kebangsaan iaitu membentuk insan yang seimbang dan penerapan nilai-nilai murni menerusi pelbagai aktiviti disamping menjana daya pemikiran yang kreatif, inovatif, kritis dan berdaya saing. Ia juga antara lain dilaksanakan untuk melahirkan individu yang berkeyakinan, mempunyai ketahanan mental dan fizikal, bersikap tolak ansur serta berupaya menyesuaikan diri dalam pelbagai situasi. Hal ini adalah selari dengan lapan teras kemahiran generik yang dicadangkan oleh Kementerian Pengajian Tinggi sebagaimana diterangkan oleh Safiah Ahmad. Antara kemahiran-kemahiran generik yang terlibat ialah kemahiran komunikasi, pemikiran kritis, kerja berpasukan, pembelajaran sepanjang hayat, kemahiran keusahawanan, etika keprofesionalan, dan kemahiran kepimpinan. Kajian ini secara spesifiknya memfokuskan kepada dua jenis kemahiran iaitu kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi.

2.2 Sukan sebagai aktiviti kokurikulum

Sukan sebagai kursus kokurikulum meliputi pelbagai jenis aktiviti sukan dan permainan yang dijalankan di luar atau di dalam bangunan seperti bola sepak, bola jaring, bola tampar, boling padang, memanah dan juga permainan berpapan seperti catur. Melalui kursus ini pelajar akan memiliki kemahiran generik seperti kerja berkumpulan, pemikiran kritis, kepimpinan, kemahiran menyelesaikan masalah dan kemahiran komunikasi. Kursus dijalankan secara teori dan praktikal selama 2 jam setiap minggu untuk jangka masa 15 minggu. Kokurikulum sukan di peringkat pengajian tinggi adalah dinilai dari aspek afektif dan psikomotor pelajar. Selain daripada dilatih teknik-teknik bermain, para pelajar juga perlu terlibat dalam satu kejohanan Minggu Sukan yang juga dijadikan sebagai platform penilaian berterusan pelajar. Pelajar yang mengambil kursus kokurikulum sukan dibantu oleh Unit Sukan Majlis Perwakilan Pelajar dalam menganjurkan pertandingan dan ada sebahagian daripada pelajar sendiri menjadi peserta bagi pertandingan tertentu. Penganjuran pertandingan sukan di peringkat politeknik ini walaupun di bawah seliaan Unit Sukan Hal Ehwal Pelajar, turut mengasah kemahiran komunikasi, kemahiran kerja berpasukan dan kemahiran kepimpinan di kalangan pelajar.

2.3 Fasiliti sukan di institusi pendidikan

Azizi Yahya (et. al) memetik Kamarudin Ahmad (1998) menyatakan, kekurangan peralatan berlaku di sekolah-sekolah sukan dan ini lebih-lebih lagi akan berlaku di Sekolah Menengah Teknik dalam kajiannya, Keberkesanan Aktiviti Ko-Kurikulum (Sukan) : Perbandingan di antara Sekolah Menengah Teknik dan Sekolah Menengah Akademik Harian. Adalah ditekankan dalam kajian tersebut menjadi tanggungjawab pengetua sekolah untuk memastikan segala kelengkapan yang diperlukan disediakan. Turut disentuh, kelengkapan peralatan yang mencukupi adalah antara faktor menyumbang kepada keberkesanan kursus kokurikulum sukan di sekolah. Ini dilihat berlawanan dengan konsep Politeknik METrO yang menyediakan fasiliti sukan paling minimal. Maka kajian perlu dijalankan untuk melihat samaada keperluan fasiliti sukan di peringkat institusi pengajian tinggi adalah sama dengan keperluannya di peringkat institusi pengajian sekolah menengah.

M. Sheila dan Abdul Said Ambotang (2019) dalam kajian bertajuk Hubungan Pengurusan Kokurikulum dengan Penglibatan Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum Sekolah Menengah menyatakan terdapatnya penetapan yang disarankan oleh pihak kementerian pendidikan di mana pengurusan kokurikulum dan sukan yang melibatkan aktiviti perlu dijalankan dengan cekap dan berkesan bagi memastikan sekolah berfungsi sebagai institusi pembelajaran dalam melahirkan murid yang seimbang dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani. Maka pengurusan kokurikulum di sekolah haruslah menguruskan aktiviti kokurikulum sukan di sekolah sebagaimana berikut:

i. Ketetapan bagi memastikan kepatuhan dan keselarasan pelaksanaan kokurikulum dan sukan.
ii. Program Sukan untuk semua diurus untuk memastikan penglibatan pelajar secara menyeluruh dan sebagai pengukuhan terhadap pengetahuan, kemahiran dan pembangunan sahsiah pelajar.
iii. Program Sukan untuk kecemerlangan sekolah diurus untuk mengesan dan memperkembangkan bakat serta potensi pelajar ke arah peningkatan pencapaian sukan sekolah.

Tanpa fasiliti sukan yang lengkap di sesebuah institusi pendidikan, pengesanan dan perkembangan bakat serta potensi pelajar adalah kurang atau tidak dapat dilaksanakan semasa pengajian mereka di politeknik. Walaubagaimanapun kursus kokurikulum sukan di politeknik hanyalah dijalankan untuk tempoh satu semester dan penilaiannya lebih tertumpu kepada penilaian afektif dan psikomotor pelajar dan kemahiran generik tertentu seperti kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi. Oleh itu, penetapan yang digariskan kementerian pendidikan untuk pengesanan dan perkembangan bakat serta potensi pelajar terutamanya dalam kokurikulum sukan bukanlah menjadi keutaamaan kursus tersebut dilaksanakan di peringkat pengajian tinggi.

Meskipun begitu penilaian risiko keselamatan untuk kursus kokurikulum sukan perlu dijalankan oleh pihak pengurusan Politeknik Metro Johor Bahru. Sebagai contoh, sukan bola jaring dijalankan di atas jalan raya bertar dan perjalanan pelajar dari politeknik ke gelanggang futsal. K,

Dicken dan Tajul Arifin Muhamad (2017) dalam kajian bertajuk Cabaran Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah di Malaysia, melihat, faktor persekitaran sekolah dan kemudahan fizikal pelaksanaan mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang berkesan, lancar dan selamat banyak dipengaruhi oleh persekitaran sekolah dan juga kemudahan fizikal yang mencukupi. Dalam kajian sama didapati berlakunya kekurangan peralatan kerana tidak dikembalikan selepas dipinjam oleh pelajar. Menurut K, Dicken dan Tajul Arifin Muhamad, penguasaan optimum sesuatu kemahiran yang diajar oleh guru juga bergantung kepada kebolehcapaian ke atas kemudahan fizikal dan bilangan peralatan. Pelaksanaan pengajaran Pendidikan Jasmani dan sebahagian besar isi kandungan serta kemahiran yang diajar bagi sesuatu permainan juga dilihat perlu dilaksanakan di kawasan padang dan gelanggang yang terbuka untuk mendedahkan pelajar kepada situasi permainan sebenar.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Kajian dijalankan bertujuan untuk;

i. Mengenalpasti persepsi pelajar terhadap kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001) bagi pelajar di Politeknik Metro Johor Bahru
ii. Mengenalpasti persepsi pelajar terhadap hasil kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001) dalam memantapkan kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi pelajar

4.0 METODOLOGI KAJIAN

4.1 Rekabentuk Kajian

Rekabentuk kajian adalah menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisa secara deskriptif untuk mengenalpasti persepsi pelajar terhadap kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001). Data deskriptif dikumpulkan dengan cara atas talian, di mana penyelidik menyediakan soal selidik dan menyebarkan pautan borang soal selidik kepada responden yang telah mengambil kursus berkenaan pada sesi pengajian Disember 2018, Jun 2019 dan Disember 2019. Untuk makluman kursus kokurikulum sukan bagi sesi Jun 2020 hanya ditawarkan kepada 10 orang pelajar sahaja yang mengikuti kursus ping pong kerana berlakunya penyebaran wabak COVID 19 di Malaysia.

4.2 Populasi dan Sampel Kajian

Mengikut jadual penentuan sampel Krijcie & Morgan (1970) untuk populasi kajian 250 orang sebanyak 152 orang diperlukan sebagai sampel. Mereka terdiri daripada pelajar dari 3 sesi pengajian berbeza yang telah mengikuti kursus kokurikulum sukan semasa di semester 2 pengajian. Kesemua sampel terlibat adalah pelajar Jabatan Perdagangan.

4.3 Instrumen Kajian

Soal selidik atas talian digunakan kerana pada ketika ini berlakunya penularan wabak COVID - 19. Maka penyebaran borang soal selidik atas talian adalah bersesuaian dengan prosedur standard operasi norma baharu yang telah ditetapkan oleh kerajaan. Pembinaan set soalan kajian adalah berdasarkan kajian set-set soalan yang terdahulu. Penggunaan skala likert dalam soal selidik adalah bertujuan untuk mengetahui persepsi responden terhadap perkara yang dikemukakan. Terdapat 25 soalan yang terbahagi kepada aspek demografi, persepsi terhadap pengajaran dan pembelajaran kursus DRS 2001 dan penilaian kendiri kemahiran kepimpinan serta kemahiran komunikasi pelajar selepas mengikuti kursus DRS 2001.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Bagi memperincikan dapatan kajian skala pengukuran skor min berikut dirujuk berdasarkan intrepretasi skor min bagi Skala Likert, Landell (1977) yang digunapakai oleh A.H. Abdullah (et. al) (2017).

Skor min	Tahap kecenderungan
1.00 - 2.33	*Rendah*
2.34 - 3.67	*Sederhana*
3.68 - 5.00	*Tinggi*

Jadual 1: Tahap kecenderungan skor min

i. Mengenalpasti persepsi pelajar terhadap kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001) bagi pelajar di Politeknik Metro Johor Bahru

Berdasarkan kajian, dapatan menunjukkan 80.4% pelajar memberi sebab mereka memilih mendaftar untuk kursus kokurikulum sukan berdasarkan minat. Seramai lebih 90 orang pelajar mencatatkan keputusan A+ dan A bagi kursus DRS 2001.

Jadual 2 : Item persepsi pelajar terhadap kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001)

Item borang soal selidik	Nilai Min
Saya mendapat makluman berkenaan pemilihan Kursus DRS 2001 (Kokurikulum Sukan) yang dilakukan menerusi sistem i-KOKO daripada pensyarah.	*4.24*
Saya suka dengan pilihan kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) yang ditawarkan di Politeknik Metro Johor Bahru.	*4.12*
Saya dapat memilih kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) yang saya minat.	*4.23*
Saya sudah ada kemahiran asas dalam kursus sukan yang saya pilih.	*4.25*
Kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) ini merupakan kursus yang menarik untuk dipelajari	*4.34*
Kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) ini merupakan kursus yang sukar untuk dipelajari	*2.86*
Fasiliti untuk pengajaran dan pembelajaran kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) di Politeknik Metro Johor Bahru adalah baik.	*3.94*
Pergerakan pelajar ke tempat kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) adalah diuruskan dengan baik	*4.15*

Merujuk jadual di atas, 75.2% pelajar suka dengan tawaran kursus kokurikulum sukan yang dilaksanakan di PMJB meskipun terhad kepada empat jenis sukan sahaja dengan skor min 4.12. Nilai skor min tinggi, 4.25, dicatatkan bagi item 11 di mana pelajar mengatakan mereka sudah memiliki kemahiran asas dalam kursus sukan yang didaftarkan iaitu sebanyak 82.3% pelajar. Ini turut menjadi faktor yang menyumbang kepada pemilihan kursus oleh pelajar. Hanya 30.7% pelajar merasakan kursus DRS 2001 merupakan kursus yang sukar untuk dipelajari dengan nilai skor min 2.86 iaitu tahap sederhana. Ini mungkin melibatkan pelajar yang mendaftar lambat kursus dan tiada pilihan yang tinggal, maka pelajar tidak dapat memilih kursus kokurikulum sukan yang mereka minati. Peratusan ini juga mungkin dipengaruhi oleh pelajar yang kurang gemar melakukan aktiviti kecergasan dan lebih berminat mengikuti kelas teori.

Dapatan kajian juga menunjukkan 68% pelajar menyifatkan bahawa fasiliti untuk pengajaran dan pembelajaran kursus DRS 2001 di PMJB adalah baik walaupun tidak adanya kemudahan gelanggang futsal dan bola jaring dengan skor min tinggi, 3.94. Ini membuktikan bahawa tidak wujud keperluan untuk PMJB menyediakan fasiliti sukan secara menyeluruh. Pengamalan teknik dan strategi

pengajaran dan pembelajaran yang dilaksanakan bagi kursus DRS 2001 sepanjang sesi Disember 2018, Jun 2019 dan Disember 2019 boleh diteruskan bagi sesi-sesi pengajian yang mendatang.

Kajian John W Orchard dan Caroline F Finch (2002) dipetik daripada Ahmad bin Esa dan Hisham bin Jamaludin menyatakan bahawa kemudahan infrastruktur yang baik dapat menarik penglibatan pelajar dalam aktiviti sukan. Turut ditegaskan, kemudahan yang baik serta selamat sebenarnya mampu mengelakkan kecederaan yang boleh menimpa pelajar serta memastikan segala aktiviti yang dijalankan berlaku dengan lancar dan sempurna. Perkara ini didapati adalah sedikit bertentangan dengan dapatan kajian yang dilaksanakan di PMJB. Seperti yang telah dinyatakan di atas, 68% pelajar menyifatkan bahawa fasiliti untuk pengajaran dan pembelajran kursus DRS 2001 di PMJB adalah baik. Walaupun PMJB tidak dapat menawarkan kursus sukan yang memerlukan kemudahan gelanggang seperti bola sepak, ragbi, badminton, bola tampar dan sebagainya, pelajar berpuas hati dengan penawaran kursus sedia ada.

Secara keseluruhannya, persepsi pelajar untuk kursus kokurikulum sukan DRS 2001 di PMJB adalah baik dengan 85% pelajar mengatakan bahawa kursus DRS 2001 adalah kursus yang menarik untuk dipelajari dengan skor min tertinggi, 4.34. Penganjuran kejohanan Minggu Sukan contohnya, sebagai salah satu platform penilaian berterusan memberi peluang kepada pelajar untuk mengelola dan mengurus satu acara yang mana pengalaman ini tidak ada semasa zaman persekolahan menengah pelajar. 77.8% pelajar bersetuju bahawa pergerakan pelajar ke tempat kursus DRS 2001 adalah diuruskan dengan baik dengan skor min 4.15, dan ini secara tidak langsung menggambarkan pelajar tidak merasa terbeban dengan kos perjalanan dan juga tidak melihat wujudnya risiko keselamatan semasa mereka melakukan pergerakan. Walaubagaimanapun adalah digalakkan untuk pihak PMJB melakukan penilaian risiko keselamatan sebagai langkah berjaga-jaga.

ii. Mengenalpasti persepsi pelajar terhadap hasil kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001) dalam memantapkan kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi pelajar

Jadual 3: Item persepsi pelajar terhadap hasil kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001)

Item borang soal selidik	Nilai Min
Adakah anda yakin untuk menyertai pertandingan selepas anda menghadiri kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan)?	*3.97*
Kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan) ini memberi tambahan ilmu dalam pengurusan sukan	*4.34*
Adakah anda boleh menguruskan pertandingan selepas anda menghadiri kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan)	*4.07*
Adakah anda boleh menguruskan perbelanjaan pertandingan selepas anda menghadiri kursus DRS 2001 (Kokurikulum sukan)	*3.78*

64.1% pelajar bersetuju yang mereka merasa yakin untuk menyertai pertandingan sukan selepas menghadiri kursus DRS 2001, dengan skor min 3.97. Ini menunjukkan pelajar berpersepsi baik akan kemahiran sukan yang mereka telah pelajari sepanjang 15 minggu sesi pengajian. Terdapat 72.6% pelajar menyatakan keyakinan mereka untuk menguruskan pertandingan sukan selepas mereka mengikuti kursus dengan skor min 4.07. Ini disokong dengan skor min tertinggi, 4.34 bagi item pelajar bersetuju bahawa kursus DRS 2001 memberi tambahan ilmu dalam pengurusan sukan, yang merangkumi sebanyak 84.3% pelajar. Sebagai contoh, dalam menyertai sesuatu pertandingan sukan, pelajar perlu mencari ahli kumpulan sendiri dan menguruskan pendaftaran. Aktiviti membentuk satu kumpulan, melakukan latihan bersama, berbincang tentang strategi permainan untuk pertandingan, mengurus logistik ahli kumpulan untuk ke tempat pertandingan, ini semua secara tidak langsung menerapkan aspek kemahiran kepimpinan kepada pelajar. Bagi pelajar yang menjadi ketua, mereka berpeluang untuk memahami kemahiran memberi arahan dan mendengar, manakala yang bertindak sebagai pemain, mendapat peluang memahami kemahiran mendengar arahan dan kerjasama dalam kumpulan.

Dapatan ini adalah selari dengan kajian Ahmad bin Esa, Dr Jailani dan Dr Noraini (2005) terhadap pelajar Politeknik di Malaysia yang menunjukkan bahawa menerusi kegiatan sukan, pelajar bukan sahaja mendapat faedah dari segi kecergasan fizikal, malah pelajar turut membina beberapa kemahiran generik, seperti kemahiran berkomunikasi, kemahiran menyelesaikan masalah, membuat keputusan, kepimpinan, pengurusan, interpersonal dan bekerja dalam kumpulan. Oleh itu, pensyarah yang ditugaskan untuk mengajar seharusnya mempunyai inisiatif dalam mempelbagai perancangan untuk kursus DRS 2001 supaya ia memberi peluang saksama untuk kesemua pelajar dalam memastikan kemahiran generik seperti kemahiran kepimpinan dan kemahiran komunikasi diperoleh di akhir pembelajaran. Sebagai cabaran, pandemik COVID-19 yang wujud kini menyebabkan aktiviti pertandingan dan Minggu Sukan tidak dapat dikelolakan secara fizikal, maka pensyarah dan pelajar perlu bekerjasama menterjemah kemahiran yang sama dalam bentuk acara yang dikelola secara maya.

Jadual 4: Item sub kemahiran kepimpinan hasil kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001)

Sub kemahiran kepimpinan	**Peratus pelajar**
Yakin diri	*66.7%*
Tanggungjawab menjalankan tugas	*68%*
Keupayaan membuat keputusan	*37.3%*
Kebolehan menyelesaikan masalah	*46.4%*
Kepuasan menjalankan tugas	*40.5%*
Komunikasi berkesan	*52.9%*

Berdasarkan Jadual 4, untuk sub kemahiran kepimpinan keupayaan membuat keputusan adalah mencatatkan peratusan kemahiran terendah dimiliki pelajar iaitu hanya 37.3% pelajar sahaja. Pensyarah yang bertindak mengajar kursus DRS 2001 perlu memberikan lebih banyak peluang untuk pelajar membuat keputusan seperti contoh memberi mereka ruang untuk melatih kumpulan masing- masing sebelum kejohanan berlangsung. Semakin tiada atau kurang campurtangan pensyarah akan memberi lebih ruang untuk pelajar belajar menilai pilihan untuk mereka membuat keputusan. Dalam kajian Abdul Hamid (2002), dinyatakan bahawa ilmu kepimpinan dan pengurusan dipelajari melalui satu sistem pendidikan yang harus dirasai dan dialami sendiri oleh pelajar tersebut kerana memimpin dan mengurus berkait rapat dengan kehidupan seharian manusia. Abdul Hamid juga menjelaskan jika pelajar diberikan kesempatan dan peluang untuk mengurus persatuan atau kelab maka secara tidak langsung pelajar akan memiliki kemampuan mengurus serta memimpin dengan menggunakan kemahiran berkomunikasi, kaedah psikologi yang baik, kebijaksanaan dan strategi yang tertentu. Kajian secara tidak langsung menunjukkan bahawa perlaksanaan kokurikulum sukan DRS 2001 di PMJB berjaya membina kemahiran kepimpinan yang penting untuk membantu pelajar semasa bekerja kelak.

Jadual 5: Item sub kemahiran komunikasi hasil kursus Kokurikulum Sukan (DRS 2001)

Sub Kemahiran Komunikasi	**Peratus pelajar**
Berkeyakinan tinggi untuk berkomunikasi di khalayak ramai	*51%*
Berani menyatakan pandangan dan melontarkan idea	*45.1%*
Boleh berkomunikasi dengan pelbagai lapisan	*51%*
Mendengar secara terbuka dan menyampaikan mesej dengan baik	*60.1%*
Bertolak ansur dalam mendengar pandangan orang lain	*75.2%*

Dalam aspek peningkatan kemahiran komunikasi pula, dapatan menunjukkan lebih 50% pelajar dapat melakukan setiap sub kemahiran yang disenaraikan dengan kemahiran bertolak ansur dalam mendengar pandangan mencatatkan dapatan melebihi 75% pelajar. Sub kemahiran komunikasi berani menyatakan pandangan dan melontarkan idea mencatatkan peratusan terendah, 45.1% pelajar. Hal ini berkemungkinan disebabkan oleh pelajar berada dalam satu kumpulan yang besar yang menyukarkan mereka untuk menyuarakan pendapat. Pensyarah yang mengajar boleh membahagikan pelajar dalam kumpulan yang lebih kecil untuk memastikan setiap pelajar dapat berkongsi pandangan. Peluang untuk berinteraksi dengan rakan dan juga pensyarah dalam menjalankan aktiviti kokurikulum samaada semasa mengurus atau semasa mereka bermain membolehkan pelajar mempelajari kemahiran berkomunikasi

dan mendengar maklumat yang disampaikan dengan baik. Pendapat ini disokong oleh Ahmad et. al (2005), yang mengatakan kegiatan kokurikulum dapat membina kemahiran komunikasi dalam kalangan pelajar yang mengikutinya dan kemahiran tersebut berpotensi membantu mereka apabila mereka bekerja kelak.

6.0 KESIMPULAN

Berdasarkan dapatan kajian, dapat disimpulkan adalah tidak menjadi keperluan bagi sesebuah institusi pengajian tinggi untuk dilengkapkan dengan fasiliti sukan kerana pelajar dapat mengadaptasikan diri dengan pelbagai bentuk persekitaran pembelajaran. Walaubagaimanapun, adalah dicadangkan pihak Politeknik Metro Johor Bahru terutamanya untuk mencari dana dan memohon sumbangan untuk pembelian peralatan sukan yang baru serta penyelenggaraan fasiliti sukan sedia ada. Pihak PMJB juga perlu memantau keadaan fizikal peralatan serta fasiliti sukan sedia ada agar dalam keadaan yang selamat digunakan untuk mengelakkan kecederaan dan mengurangkan risiko kemalangan di kalangan pelajar semasa penggunaannya.

Rentetan kekangan prosedur operasi standard kerana penularan wabak COVID-19, adalah dicadangkan untuk Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti menawarkan kursus kokurikulum sukan berbentuk kursus e-sukan yang mana sama sekali tidak memerlukan kepada penggunaan fasiliti sukan di institusi pengajian. Selain itu, kursus e-sukan juga mudah dikendalikan sebagai kursus atas talian berbanding kursus sukan seperti bola jaring dan futsal. Wujud persepsi bahawa kursus e-sukan tidak dapat memberi kemahiran kepimpinan mahupun kemahiran komunikasi kepada pelajar, namun ini hanyalah anggapan semata- mata dan kajian perlu dilakukan untuk melihat samaada berlaku seperti anggapan atau sebaliknya. Implikasi kajian ini diharap dapat membantu Jabatan Pendidikan Politeknik dan Kolej Komuniti dalam memperkemaskan kerangka kursus DRS 2001 Kokurikulum sukan agar ianya lebih bersesuaian dengan kepelbagaian jenis sukan pada masa kini dan juga untuk perancangan kewangan mahupun pembangunan politeknik dan kolej komuniti yang baru. Walaupun berlaku pengurangan kos kerana ketidakperluan fasiliti dan kemudahan sukan dan rekreasi, peruntukan boleh disalurkan kepada memperbanyakkan aktiviti pelajar yang mana ia membuka peluang lebih banyak kepada pelajar untuk mahir dalam pelbagai kemahiran generik/insaniah terutamanya kemahiran kepimpinan dan komunikasi.

RUJUKAN

A.H. Abdullah (et. al) (2017). "*Teachers' Readiness in Implementing Science, Technology, Engineering and Mathematics (STEM) Education from the Cognitive, Affective and Behavioural Aspect"*. IEEE 6th International Conference on Teaching, Assessment, and Learning for Engineering.

Abdullah Sani Yahaya (2005). "*Mengurus Sekolah"*. Kuala Lumpur : Penerbit PTS Professional.

Ahmad bin Esa, Hisham B Jamaludin. "*Peranan Kokurikulum di Universiti Dalam Membentuk Keterampilan Mahasiswa"*. Fakulti Pendidikan Teknikal, Universiti Tun Hussein Onn Malaysia

Ahmad bin Esa, Dr Jailani bin Mohd. Yunus dan Dr. Noraini bt Kaprawi (2005). "*Membina Kemahiran Generik Menerusi Sukan di Politeknik Malaysia"*. 1st Asia Pacific Sports Science Conference. Kota Kinabalu

Ang Kean Koo (1998). "*Persepsi Jurulatih dan Guru Sukan Terhadap Aspek Keselamatan Dalam Program Sukan"*. Fakulti Pengajian Pendidikan. Universiti Putra Malaysia, Kuala Lumpur.

Azizi Yahaya (et. al), "*Keberkesanan Aktiviti Ko-Kurikulum (Sukan) : Perbandingan di antara Sekolah Menengah Teknik dan Sekolah Menengah Akademik Harian".* Fakulti Pendidikan, UTM Skudai, Johor.

Chua Yan Piaw. (2006). "*Kaedah dan Statistik Penyelidikan. Malaysia"* : MCGraw- Hill Sdn Bhd.

Dr Jailani bin Mohd. Yunus, Dr. Noraini bt Kaprawi dan Ahmad bin Esa (2007). "*Penerapan Kemahiran Kepimpinan Menerusi Kokurikulum di Politeknik"*. Fakulti Pendidikan Teknikal, Kolej Universiti Teknologi Tun Hussein Onn, Johor.

Dr. Syed Ismail Syed Mustapa & Ahmad Subki Miskon (2015). "*Asas Kepimpinan Perkembangan Profesional".* Selangor Darul Ehsan : Sasbadi Sdn Bhd.

K, Dicken & Tajul Arifin Muhamad (2017). "*Cabaran Pengajaran Subjek Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah di Malaysia. Journal of Nusantara Studies, Vol 2 (2)"*. Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, 43600 Bangi, Selangor.

Krejcie, Robert V, & Morgan, Daryle W. (1970). "*Determining sample size for research activities. Educational and Psychological Measurement"*, 30, 607-610

Louis Cohen, Lawrence Manion, & Keith Morrison. (2011). "*Research Methods In Education"* (7th Edition ed.). New York: Routledge Taylor & Francis Group.

M. Sheila dan Abdul Said Ambotang (2019). "*Hubungan Pengurusan Kokurikulum dengan Penglibatan Pelajar dalam Aktiviti Kokurikulum Sekolah Menengah. Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities", Vol 4 No 7.* Fakulti Psikologi dan Pendidikan, Universiti Malaysia Sabah, Sabah.

Mhd Radzi Hussain. "*Akauntabiliti Pengurusan Sukan dan Kokurikulum".*

Mohd Faizullah bin Mohamed. "P*enerapan Kemahiran Insaniah Dalam Konteks Membina Insan Berkepimpinan Di Kalangan Pelajar Melalui Aktiviti Kokurikulum Di Universiti".* Fakulti Pendidikan Teknikal dan Vokasional. Universiti Tun Hussein Onn Malaysia

Mohd Zulfadli Rozali dan Saifullizam Puteh (2014). "*Keterlibatan Pelajar Secara Aktif Dalam Kokurikulum (Sukan) Terhadap Peningkatan Kemahiran Generik"*. CiE-TVET 2014.

"Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2015-2020 (Pendidikan Tinggi)" (2015). Kementerian Pendidikan Malaysia

Rosli Saadan (et. al) (2011). "*Keberkesanan Kursus Kokurikulum Berkredit Dalam Memperkasakan Kemahiran Insaniah Dalam Kalangan Pelajar Institusi Pengajian Tinggi Awam"*. Journal of Human Capital Development. Vol 4 No 1

Safiah Ahmad, "*Bagaimana Aktiviti Kokurikulum yang dijalankan di Politeknik dan Kolej Komuniti Dapat Mengasah Kemahiran Generik Pelajar Dan Cadangan Pendekatan Lain Yang Boleh Dilaksanakan Untuk Meningkatkan Kemahiran Genetik Pelajar Bagi Menghadapi alam Pekerjaan"*. Jabatan Pengajian Am, Politeknik Merlimau, Melaka.

"Student Handbook Politeknik METrO Johor Bahru (2019)". Politeknik METrO Johor Bahru.

Wei Boon Quah (et. al) (2018). "*Penerapan Kemahiran Insaniah Menerusi Sukan Petanque Dalam Kalangan Pemain di IPTA dan IPTS"*. Jurnal Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani Vol 7 No2

Hubungan Antara Sikap Pelajar Dan Ketagihan Bermain E-Games Di Kalangan Pelajar Politeknik METrO Johor Bahru

Noraindah Binti Abdullah Fahim[1], Julia Binti Jantan[2], Malisa Binti Othman[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Kajian yang dijalankan adalah bertujuan untuk menganalisa tahap ketagihan bermain permainan secara atas talian (e-Games) di kalangan pelajar Politeknik METrO Johor Bahru (PMJB) dengan melihat kepada pemboleh ubah sikap pelajar iaitu sikap kognitif, afektif dan tingkah laku. Selain itu, kajian ini ingin mendapatkan respon dari pelajar berkenaan pengalaman yang diperolehi selepas bermain e-Games. Kajian secara kuantitatif ini turut disokong dengan dapatan kualitatif menggunapakai sampel kajian pelajar di Politeknik METrO Johor Bahru dari program Diploma Perbankan Islam (40.1%), Diploma Logistik dan Rangkaian Bekalan (37.9%) dan Diploma Keusahawanan (22%). Responden telah menjawab secara sukarela melalui borang soal selidik yang diedarkan menggunakan *Google Form* secara atas talian. Instrumen yang digunakan dalam kajian mengguna pakai lima skala *Likert* yang dibangunkan oleh Rensis Likert sebagai alat pengumpulan dan pengukuran data dengan 25 item keseluruhan dan satu item soalan terbuka. Bagi menganalisa data, pendekatan statistik secara deskriptif telah digunakan. Hasil dari analisa data, menunjukkan terdapat kolerasi yang signifikan dan positif di antara pemboleh ubah sikap kognitif, afektif dan tingkah laku terhadap ketagihan bermain e-Games. Manakala faedah yang pelajar boleh perolehi dari e-Games adalah mengurangkan tekanan, mengisi masa lapang, membuat keputusan dan tindakan dengan pantas, berupaya merancang strategi, meningkatkan kemahiran berkomunikasi, mengeratkan hubungan dan menjana pendapatan.

Kata Kunci: Sikap kognitif, afektif, tingkah laku, ketagihan, e-games

1.0 PENGENALAN

Permainan tradisional yang dahulu pernah menjadi keseronokan kepada semua golongan usia telah diganti dengan permainan yang berasaskan permainan secara atas talian. Semua jenis permainan yang dahulunya dimainkan di padang bola dan taman permainan, adalah sekarang diganti oleh permainan digital yang dimainkan di rumah, pejabat, kafe internet, *Play Station* dan lain-lain yang membawa kepada ketagihan skrin (Sapsaglam, 2013). Media digital dan komunikasi dalam talian juga telah menjadi sebahagian rutin kehidupan pengguna. Analisis yang dijalankan oleh Newzoo, iaitu pakar statistik berkaitan permainan secara atas talian atau e-Games, menunjukkan seramai 20.1 juta pemain e-Games telah membelanjakan sebanyak RM2.7 juta dalam permainan secara atas talian pada tahun 2019, 75% bermain menggunakan telefon bimbit, 66% menggunakan komputer dan 55% bermain di Kafe Siber/penyedia perkhidmatan digital. Permainan yang paling diminati adalah Candy Crush Saga dan Mobile Legend. Ini membuktikan fenomena permainan e-Games telah menjadi kegilaan di Malaysia dan dilihat semakin berkembang pesat seiring dengan kebangkitan bidang teknologi maklumat dan komunikasi (ICT).

Kajian lepas membuktikan penggunaan komputer dan bermain permainan e-Games boleh memberi implikasi terhadap pemain dari aspek psikologi (contoh: kemurungan atau kegelisahan) atau fizikal (contoh: kurang tidur atau bunuh diri) kesan dari bermain e-Games yang berterusan (Bonnaire & Baptista, 2019; King & Delfabbro, 2018). Aktiviti ini boleh menimbulkan tindak balas neurologi yang memberikan perasaan gembira dan mendorong pemain untuk bermain secara berterusan. Selain itu, sistem ganjaran yang menawarkan item maya seperti senjata dan perisai atau hadiah sebenar seperti langganan *video streaming* menjadikan permainan sukar dihentikan. Malahan, Organisasi Kesihatan Sedunia (WHO) mengklasifikasikan ketagihan bermain video adalah sebagai masalah mental. Selain itu, implikasi negatif dilihat memberi kesan kepada kesihatan pelajar sekiranya dilakukan secara berlebihan dan dikategorikan sebagai ketagihan dan memberi kesan kepada pencapaian akademik pelajar (Lemmens *et al.*, 2009; Bondoc, 2020). Berikutan dari dapatan kajian lepas, kajian ini ingin

mengkaji sikap pelajar dari aspek kognitif, afektif dan tingkah laku terhadap tahap ketagihan permainan e-Games mereka.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN/MASALAH KAJIAN

Permainan dalam talian atau dikenali sebagai e-Games menjadi aliran utama di masa sekarang dan ianya menjadi sumber hiburan kepada kebanyakan orang di zaman ini terutamanya kepada pelajar. E-games lebih diminati oleh golongan remaja berbanding golongan dewasa, dan peratus ketagihan adalah lebih tinggi di kalangan lelaki berbanding wanita (Bondoc, 2020). Tsai et.al. (2020) juga membincangkan bermain e-games akan memberi kesan negatif secara fizikal dan mental serta tingkah laku dalam pembelajaran. Menurut Bondoc (2020), tanpa disedari, e-Games ini boleh memberi ketagihan dan impak kepada pelajar. Impak ini boleh dikenalpasti melalui sikap afektif, kognitif dan tingkah laku pelajar. Menurut Abbasi et al. (2020), penglibatan seseorang terhadap permainan video e-games boleh ditonjolkan melalui sikap kognitif yang dilihat melalui proses berfikir, iaitu kemampuan dan aktiviti otak untuk merangsang kemampuan rasional. Manakala sikap afektif adalah dilihat melalui emosi seseorang seperti dedikasi, semangat, minat, dan penghargaan terhadap sesuatu hal. Manakala tingkah laku pula adalah berkaitan sikap yang boleh dilihat dan ditunjukkan melalui perbuatan, masa dan tenaga yang dihabiskan untuk bermain permainan e-games.

Boleh dilihat secara menyeluruh bahawa pemain e-Games memperuntukkan kebanyakan masa mereka dengan bermain e-Games dan mendapatkan kepuasan dan ganjaran sebagai elemen sosial dalam persekitaran permainan berbanding elemen sosial dalam dunia sebenar. Menurut Namlı (2020) bilangan remaja yang berminat dan menghabiskan masa bermain e-Games semakin meningkat dari sehari ke sehari, dan keinginan untuk bermain tidak dapat dikawal dan menjurus kepada perubahan emosi dan pemikiran. Ketagihan bermain e-Games juga akan menimbulkan masalah-masalah lain seperti mempunyai harga diri yang rendah, kesunyian, sangat pemalu, kadar denyutan jantung yang tinggi, agresif, masalah psikologi yang impulsif seperti tekanan, kecenderungan membunuh diri, kurang perhatian dan hiperaktif (Tsai et.al., 2020). Selain dari itu, bermain e-Games juga akan mengakibatkan penggunaan yang tinggi dari segi masa, kewangan dan juga tenaga dari pemainnya (Jeong et al., 2017).

Nurullah et. al. (2017), menyatakan kesan utama dalam ketagihan bermain e-Games adalah kehilangan masa kerana terlalu banyak meluangkan masa ke atas satu aktiviti sahaja. Kekerapan yang tinggi bermain e-Games dan untuk waktu yang lama akan menjejaskan kesihatan dari segi fizikal, sosial dan psikologi. Individu akan mencari sesuatu aktiviti yang membolehkan mereka melupakan masalah dalam kehidupan mereka. Oleh yang demikian, sesetengah individu akan cuba mengalihkan perhatian mereka daripada masalah yang dihadapi dengan bermain e-Games untuk jangkamasa yang lama. e-Games menawarkan strategi yang unik dalam mengalihkan tenaga dan perhatian individu terhadap masalah dan tekanan dalam kehidupan harian.

Menurut Hazar (2018) pula, permainan e-Games telah menjadi satu fenomena masa kini dan telah mempengaruhi semua peringkat umur pada tahap ketagihan. Fenomena ini telah menjadi perhatian para penyelidik dalam mengkaji manfaat dan kesan negatif permainan e-Games ini. Sebilangan penyelidik berpendapat faedah e-Games adalah terhadap membuat keputusan (Ferguson & Olson, 2014) dan mengatasi masalah mental (Hagström & Kaldo. 2014). Manakala kesan negatif permainan e-Games yang semakin ketara adalah masalah psikologi, gangguan tidur (Wolfe et al., 2014), tidak aktif bersosial, kegemukan (Bozkurt et. al., 2018) dan ketagihan (Hazar & Hazar, 2017).

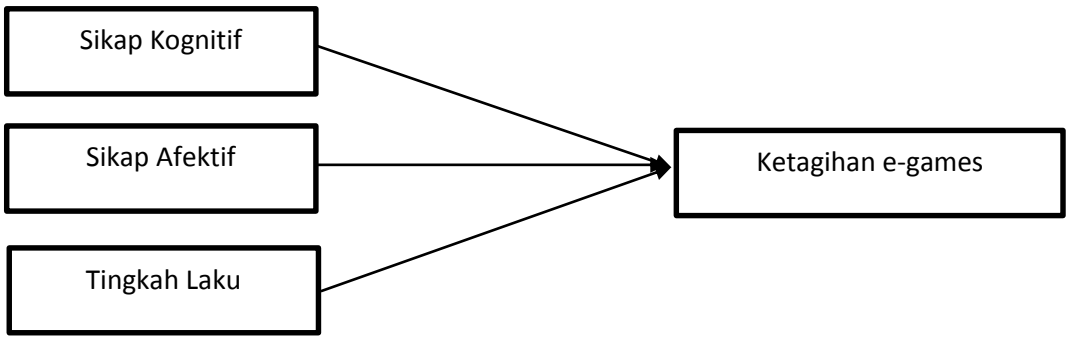
Oleh yang demikian, kajian ini dijalankan bagi melihat hubungan antara sikap pelajar dan ketagihan bermain e-Games yang boleh dilihat dari sikap pelajar melalui elemen afektif, kognitif dan tingkah laku. Walaupun kesan negatif dilihat ketara, kajian ini ingin juga mendapatkan perkongsian pengalaman dari pemain e-Games berkenaan kebaikan yang mereka perolehi dari bermain e-Games. Di akhir kajian ini, pengkaji ingin melihat bagaimana bermain e-Games boleh di manipulasi untuk mengelakkan ketagihan bermain e-Games di mana pelajar boleh mengawal diri dari sikap afektif, kognitif dan tingkah laku dan bermain e-Games hanya untuk mengurangkan tekanan dan mengisi masa lapang sahaja.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian adalah seperti berikut:

i) Mengkaji hubungan di antara sikap kognitif, afektif dan tingkah laku terhadap ketagihan pelajar dalam permainan e-Games.
ii) Mengenalpasti elemen kebaikan kesan dari permainan e-Games.

Kerangka Teori Permodelan



Rajah 3.1 Kerangka kajian

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan di antara sikap pelajar dari segi elemen afektif, kognitif dan tingkah laku terhadap ketagihan bermain permainan e-Games. Selain itu, kajian ini juga ingin mendapatkan perkongsian pengalaman pelajar ketika bermain e-Games. Kedua-dua objektif kajian ini akan menggunakan penyelidikan berbentuk kuantitatif deduktif untuk mengukur elemen sikap dan ketagihan dan penyelidikan berbentuk kualitatif digunakan bagi perkongsian pengalaman dari pelajar terhadap permainan e-Games.

4.1 Populasi dan Sampel Kajian

Populasi kajian adalah pelajar yang berstatus aktif di PMJB. Pelajar ini adalah terdiri dari mereka yang mengikuti Program Diploma Perbankan Islam (DIB), Diploma Logistik dan Rangkaian Bekalan (DLS) dan Diploma Keusahawanan (DEN). Kajian ini mengguna pakai kaedah persampelan bukan kebarangkalian (*non-probability sampling method*) iaitu persampelan mudah *(convenience sampling)* berdasarkan sampel yang mudah didapati dan diperolehi dari populasi yang dinyatakan dengan jumlah pelajar adalah seramai 444 orang.

4.2 Kaedah Pengumpulan Data

Borang soal selidik yang bangunkan adalah terdiri dari tiga (3) bahagian iaitu Bahagian A (Profil Responden), Bahagian B (Sikap Pelajar - Kognitif, Afektif dan Tingkah Laku) dan Bahagian C (Pengalaman e-Games). Bahagian A merangkumi lima maklumat responden iaitu jantina, program pengajian, masa di peruntukan dan kos yang dibelanjakan. Pada Bahagian B pula, 36 item soalan disediakan bagi melihat sikap kognitif dengan 10 item, afektif dengan 11 item dan tingkah laku sebanyak 8 item berdasarkan alat pengukuran oleh Abbasi et al. (2019). Manakala alat pengukuran bagi faktor ketagihan terhadap permainan e-Games diadaptasi sebanyak tujuh item yang dibina oleh Hazar & Hazar (2017). Semua pemboleh ubah dalam kajian ini diukur menggunakan skala lima mata dengan pilihan jawapan dari sangat bersetuju kepada sangat tidak bersetuju. Bahagian C mengandungi satu item soalan terbuka bagi mengenal pasti pengalaman yang diperolehi dari e-Games.
Untuk mengukur tahap kebolehpercayan gabungan indikator-indikator bagi tujuan pengukuran

pemboleh ubah, analisa kebolehpercayan Cronbach's Alpha digunakan dalam kajian ini. Menurut Field (2009), nilai Cronbach's Alpha yang melebihi 0.7 boleh dianggap optimal bagi bagi sesuatu gabungan indikator itu untuk mengukur sesuatu pemboleh ubah. Walaubagaimanapun, nilai Cronbach's Alpha yang kurang dari 0.7 tetapi melebihi 0.6, masih boleh dianggap optimal menurut Hair et. al. (2010).

Jadual 4.1: Ringkasan Keputusan Ujian Kebolehpercayaan Cronbach's Alpha

Pemboleh ubah	***Cronbach's Alpha***	***Bilangan Indikator***
Kognitif	0.845	10
Afektif	0.938	11
Tingkah Laku	0.969	8
Ketagihan	0.936	7

Jadual 2 menunjukkan ringkasan ujian kebolehpercayaan dengan menggunakan teori analisa Cronbach's Alpha. Daripada dapatan tersebut, dapatlah dirumuskan bahawa kesemua gabungan indikator yang digunakan untuk mengukur pembolehubah-pembolehubah dalam kajian ini, mempunyai tahap kebolehpercayan yang optimal kerana nilainya yang lebih besar daripada 0.70 (Julat nilai: 0.845 – 0.969).

4.3 Pengumpulan Data dan Analisis

Borang soal selidik telah diserahkan kepada semua pelajar secara *Google Form* dengan merujuk kepada sistem penasihatan akademik PMJB. Melalui sistem ini, penyerahan borang adalah terus kepada Penasihat Akademik atau ketua kelas bagi semua kelas PMJB. Seramai 225 pelajar telah menjawab secara sukarela dan melepasi kriteria kesahan dan kebolehpercayaan. Data yang diperolehi dianalisa menggunakan SPSS, analisa deskriptif dan korelasi.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Untuk kajian ini, seramai 225 orang pelajar telah pun menjawab soalan soal-selidik yang diedarkan dengan menggunakan platform media sosial. Didapati, seramai 58.2% daripada keseluruhan responden adalah perempuan, dan selebihnya (41.8%) adalah responden berjantina lelaki. Dari segi umur, didapati majoriti responden adalah berada dalam lingkungan umur 18 tahun ke 20 tahun (60%) dan hanya 2.2% responden adalah berumur dalam lingkungan 24 tahun ke 26 tahun. Selain itu, kebanyakan responden adalah dari program Diploma Perbankan Islam (DIB) sebanyak 90 (40.1%), dan mereka menyatakan hanya bermain e-Games kurang dari 3 jam sehari (64.9%) dan 65.3% dari bilangan responden bersetuju bahawa mereka bermain e-Games ini secara percuma.

Analisis seterusnya adalah untuk menjawab objektif kajian yang pertama; mengkaji hubungan antara pemboleh ubah tidak bersandar (i.e. Kognitif, Afektif dan Tingkah Laku) dan pemboleh ubah bersandar (i.e. Ketagihan) dengan menggunapakai ujian kolerasi (Pallant, 2010; Field, 2009). Hasil dapatan ujian kolerasi ini yang dilampirkan di Jadual 3, ianya dapat dirumuskan bahawa, Kognitif ($r(225) = 0.736$, $p < .05$), Afektif ($r(225) = 0.706$, $p < .05$) dan tingkah laku ($r(225) = 0.718$, $p < .05$) mempunyai hubungan yang positif dan juga signifikan dengan ketagihan. Oleh itu, sekiranya tahap kognitif seseorang itu tinggi, maka tahap ketagihan juga akan tinggi. Interpretasi ini dapat dirumuskan pada pembolehubah tahap afektif dan juga tingkah laku. Di mana, sekiranya tahap afektif dan juga tingkah laku seseorang itu tinggi, maka tahap ketagihan juga akan tinggi.

Jadual 5.2: Ringkasan Keputusan Ujian Kolerasi

Hubungan	***Nilai Kolerasi***
Kognitif	0.736*
Afektif	0.706*
Tingkah Laku	0.718*

Nota: n = 225; *p <.05

Manakala bagi menjawab objektif kajian yang kedua; mengenalpasti elemen kebaikan kesan dari permainan e-Games, satu soalan terbuka diletakkan dalam instrumen kajian. Hasil dari jawapan responden telah dirumuskan . Hasil dari perkongsian pengalaman responden, majoriti menyatakan bahawa dengan bermain e-Games, mereka dapat mengurangkan tekanan dan mengisi masa lapang. Antara respon mereka adalah:

"Bila main game, hilang stress", "kadang-kadang kena jugak main game, lagi-lagi lepas siap semua assignment, main sampai pagi", "seronok main game ni sebab dapat hilangkan tension"

Selain itu, bermain e-Games mampu meningkatkan kemahiran kognitif mereka dimana mereka berusaha belajar untuk bermain e-Games tersebut atau bermain sambil belajar mengenalpasti strategi dalam permainan e-Games. Malah bermain e-Games membantu pelajar membuat keputusan dengan segera. Antara respon pelajar adalah:

"Kena fikir dan rancang strategi dalam tournament"; "bila kalah, kita bangkit dengan taktik yang betul"; "Saya berusaha untuk mencari solution dalam permainan"; "Boleh meningkatkan daya saing dan kesabaran dan cuba hingga berjaya (tak berjaya dalam sesuatu level akan cuba lagi sehingga berjaya pergi ke level yang seterusnya)"

Pelajar menyatakan bahawa bermain e-Games melatih tindakan refleks anggota mereka menjadi lebih baik dimana setiap permainan memerlukan pemain membuat tindakan lebih pantas dan tepat. Mereka menunjukkan mereka mampu untuk mengawal koordinasi di antara anggota tangan dan mata.

"Saya alert dengan pergerakan musuh"; "Bermain e-Games membuatkan saya lebih teliti dengan memerhatikan situasi games itu"; "Bermain e-Games membantu merangsang otak kiri dan kanan"

Bermain e-Games mampu meningkatkan kemahiran berkomunikasi dan mengeratkan hubungan persahabatan diantara pasukan.

"Pengalaman yang diperolehi ialah saya dan rakan-rakan sentiasa bersama-sama berbincang tentang strategi games kami"; "Bila bermain games bersama kumpulan, kena pandai bagi arahan dengan jelas dan cepat supaya team tidak kalah"; "Saya dan rakan jadi lebih rapat bila bermain e-Games".

Malahan, terdapat diantara pelajar yang menyatakan bermain e-Games juga membantu pelajar untuk mendapatkan sumber pendapatan.

"Kalau berani join tournament, kadang boleh dapat income"; "Kalau buat streaming boleh dapat duit dari reviewer".

6.0 KESIMPULAN

Keputusan analisis dan rumusan dari kajian yang dijalankan menunjukkan hubungan kolerasi yang signifikan dan positif di antara pemboleh ubah sikap terhadap ketagihan bermain e-Games. Ini bermaksud, ketagihan terhadap permainan e-Games adalah dipengaruhi oleh sikap kognitif, afektif dan tingkah laku. Ini selari dengan dapatan yang diperolehi oleh Abbasi et al. (2019) yang menyatakan sikap kognitif, afektif dan tingkah laku secara positif mempengaruhi tindakan seseorang. Sikap kognitif yang ditunjukkan dari bermain e-Games adalah dari segi proses dan sikap pelajar dalam membuat pemerhatian, menganalisa dan membuat keputusan serta menyelesaikan masalah. Selain itu, sikap afektif pelajar ditunjukkan dari perasaan empati, keseronokan, kegembiraan dan terlibat dengan sepenuh hati *(engaging)* dalam permainan e-Games. Manakala tingkah laku pula melibatkan tindakan dan kemahuan pelajar sendiri untuk terlibat dalam e-Games. Mereka sentiasa memperuntukan masa, mencari pelbagai peluang, membuat eksplorasi dan mendapatkan maklumat berkaitan e-Games. Ketiga-tiga sikap ini membawa kepada ketagihan pelajar terhadap e-Games. Ketiga-tiga sikap pelajar yang ditonjolkan dalam analisis ini membuktikan bahawa pelajar berada pada tahap ketagihan terhadap permainan e-games.

Walaupun kesan ketagihan dilihat sebagai sesuatu yang negatif, e-Games juga mempunyai sisi yang baik seperti boleh menambah kenalan baru, meningkatkan kemahiran psikomotor, mengurangkan tekanan perasaan terhadap masalah harian yang dihadapi, dapat berfikir dengan cepat dan membuat keputusan malahan boleh menjana pendapatan. Ini dapat dilihat daripada profil kebanyakan responden memperuntukan masa kurang dari tiga jam sehari untuk bermain e-Games. Kesimpulannya, bermain e-Games dapat menyumbang kepada peningkatan diri pelajar dari pelbagai aspek walaupun membawa kesan kepada ketagihan. Jika dilihat dari analisis diatas, ketagihan yang tidak dikawal oleh individu bukan hanya dapat dilihat dari bermain permainan e-Games sahaja, malahan boleh sahaja berlaku ketagihan terhadap penggunaan media sosial seperti Facebook, Instagram, Tik Tok, malahan aplikasi Whatapp. Apa yang penting adalah pelajar perlu menguruskan masa dan meletakkan limitasi dalam tempoh bermain e-games bagi mengelakkan berlakunya ketagihan yang melampau.

Kajian ini memberi implikasi signifikan kepada corak pendidikan dan pembentukan diri dan sahsiah pelajar. Dari dapatan ini membantu corak pengajaran kepada pelajar perlu lebih ditekankan ke arah pendidikan berasaskan permainan (*gaming)* agar lebih menarik minat pelajar agar pembelajaran dapat dilaksanakan dengan lebih berkesan.

RUJUKAN

Abbasi, A. Z., Asif, M., Hollebeek, L. D., Islam, J. U., Ting, D. H., & Rehman, U. (2020). "*The Effects Of Consumer Esports Video Game Engagement On Consumption Behaviors*". Journal of Product & Brand Management.

Bonnaire, C., & Baptista, D. (2019). "*Internet Gaming Disorder In Male And Female Young Adults: The Role Of Alexithymia, Depression, Anxiety And Gaming Type"*. Psychiatry Research, 272, 521–530

Bondoc, C. Bren (2020). "*Relationship Of Online Gaming Addiction And Study Skills And Habits Of College Students"*. International Journal of English, Literature and Social Sciences. Vol - 5, Issue-2, March - April 2020.

Bozkurt, H., Özer, S., Şahin, S. & Sönmezgöz, E. (2018). "*Internet Use Patterns and Internet Addiction in Children and Adolescents with Obesity".* Pediatric Obesity, 13, 301-306

Demir, G. T., & Bozkurt, T. M. (2019). "*Digital Game Playing Attitude Scale (Dootö): Validity and Reliability Study".* Sportive View: Journal of Sport and Educational Sciences, 6 (1), 1-18.

Ferguson, C. J., & Olson, C. K. (2014). "*Video Game Violence Use Among "Vulnerable" Populations: The İmpact of Violent Games On Delinquency and Bullying Among Children With Clinically Elevated Depression or Attention Deficit Symptoms"*. Journal of Youth and Adolescence, 43(1), 127-136

Field, A. (2009). "*Discovering Statistics Using SPSS (3rd Edition*)". London: SAGE Publications.

Hagström, D., & Kaldo, V. (2014). "*Escapism Among Players of Mmorpgs-Conceptual Clarification, Its Relation to Mental Health Factors, and Development of A New Measure. Cyberpsychology",* Behavior, and Social Networking, 17(1), 19-25

Hair, J.F, Black, W.C., Babin, B.J., & Anderson, R.E. (2010). "*Multivariate Data Analysis (7th ed.)".* Upper Saddle River, NJ: Prentice-Hall.

Hazar, Z., (2019*). "An Analysis Of The Relationship Between Digital Game Playing Motivation And Digital Game Addiction Among Children"*. Asian Journal of Education and Training, 5(1): 31-38.

Hazar, Z., & Hazar, M. (2017). "*Digital Game Addiction Scale for Children<p>Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. Journal of Human Sciences"*, 14(1), 203-216.

Jeong, E. J., Kim, D. J., & Lee, D. M. (2017). "*Why Do Some People Become Addicted to Digital Games More Easily? A Study of Digital Game Addiction from a Psychosocial Health Perspective".* International Journal of Human–Computer Interaction, 33(3), 199-214.

King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). "*Internet Gaming Disorder: Theory, Assessment, Treatment, And Prevention"*. London, UK: Elsevier.

Lemmens, J.S., P.M. Valkenburg and J. Peter, 2009. "*Development and validation of a game addiction scale for adolescents. Media Psychology",* 12(1): 77-95.

Namlı, S. (2020). "*The Relationship between Attitudes towards Digital Gaming and Sports. The Turkish Online Journal of Educational Technology"* – January 2020, Volume 19, Issue 1.

Nurullah Emir Ekinci, İlimdar Yalçın, Ömer Özer, Tayfun Kara. (2017). "*An Investigation Of The Digital Game Addiction Between High School Students"*. International Journal of Human Sciences,Volume 14 Issue 4. ISSN:2458-9489

Pallant, J. (2010). "*SPSS Survival Manual (4th Edition)".* New York: McGraw-Hill Publications.

Sapsaglam, O., 2018. "*Changing Game Preferences Of Preschool Children".* Ahi Evran University Kirsehir Education Faculty Journal, 7(1): 1-28.

Tsai, S.M., Wang, Y.Y., Weng, C.M. (2020). "*A Study on Digital Games Internet Addiction, Peer Relationships and Learning Attitude of Senior Grade of Children in Elementary School of Chiayi County"*, Journal of Education and Learning; Vol. 9, No. 3. ISSN 1927-5250 E-ISSN 1927-5269

Wolfe, J., Kar, K., Perry, A., Reynolds, C., Gradisar, M., & Short, M. A. (2014). "*Single Night Video-Game Use Leads to Sleep Loss and Attention Deficits in Older Adolescents".* Journal of Adolescence, 37,1003-1009

Ar Hockey Pro Sebagai Pendekatan Norma Baharu Dalam Meningkatkan Kemahiran Asas Hoki Dalam Kalangan Murid SM Agama Repah, Tampin, Negeri Sembilan

Azmie Bin Ahmad[1], Muhammad Mustaqim Bin Razalli[2], Muhamad Aidil Bin Daud[3], Muhammad Ikram Bin Omar Bakhi[4]

[1,2,3,4]Sekolah Menengah Agama Repah, Tampin, Negeri Sembilan

1.0 ABSTRAK

Kajian ini dijalankan untuk menangani masalah yang dihadapi oleh para guru dan pelajar dalam menguasai kemahiran asas hoki di sekolah sama ada di peringkat sekolah rendah mahupun di peringkat sekolah menengah. Terdapat juga sebahagian guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesihatan (PJK) bagi topik hoki di tingkatan 3, menghadapi masalah untuk mengajar kemahiran hoki kepada para pelajar disebabkan tidak ada kaedah yang mudah untuk dipelajari dan dikuasai sama ada bagi guru tersebut mahupun bagi para pelajar itu sendiri. Lebih membimbangkan pada hari ini tidak ramai pelajar sama ada di sekolah rendah mahupun di sekolah menengah yang berminat untuk menceburi sukan hoki kerana menghadapi kekangan di peringkat sekolah iaitu kekurangan bilangan guru yang mempunyai sijil asas kejurulatihan hoki ataupun tidak memiliki sebarang pengetahuan dan pengalaman dalam sukan hoki.

Kajian ini dilakukan terhadap para pelajar tingkatan 3 Umar Sekolah Menengah Agama Repah, Tampin, Negeri Sembilan. Seramai 5 orang pelajar lelaki dan 5 orang pelajar perempuan telah dipilih daripada kalangan pelajar yang tidak memiliki latar belakang pengetahuan dan pengalaman dalam sukan hoki. Seorang guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani & Kesihatan (PJK) bagi tingkatan 3 turut dipilih sebagai responden dalam kajian ini. Kajian awal telah dijalankan berdasarkan pengalaman guru berkenaan semasa mengajar topik hoki kepada para pelajar. Para pelajar didapati agak sukar untuk menguasai konsep asas hoki dengan baik malah terdapat beberapa kesalahan dalam sesi demonstrasi oleh guru. Masalah ini dilihat memberi kesan negatif kepada para pelajar malah jika ianya tidak diajar dengan kaedah yang betul, besar kemungkinan para pelajar boleh menghadapi kecederaan semasa latihan di padang. Pada mulanya guru mengajar topik atau kemahiran hoki menggunakan kaedah biasa iaitu kaedah demonstrasi secara langsung kepada para pelajar. Selepas itu, para pelajar akan membuat amali bersama rakan dengan dipantau oleh guru. Pada sesi berikutnya, guru mengajar topik atau kemahiran hoki yang sama sekali lagi. Kali ini menggunakan kaedah **AR Hockey Pro**.

Selepas beberapa sesi amali dijalankan, para pelajar diberikan ujian kemahiran secara praktikal. Perbandingan penguasaan kemahiran pelajar sebelum dan selepas penggunaan inovasi **AR Hockey Pro** menunjukkan perbezaan yang amat ketara. 100 % daripada pelajar yang diuji telah menunjukkan peningkatan dari segi kemahiran hoki mereka .Kajian tindakan ini memfokuskan kepada kaedah untuk meningkatkan pemahaman pelajar seterusnya dapat mengaplikasikan pengetahuan dan kemahiran mereka melalui kaedah **AR Hockey Pro**. Satu inovasi bertemakan IR 4.0 yang dibangunkan menggunakan teknologi Augmented Reality (AR). Kaedah ini juga dilihat berjaya mewujudkan suasana pembelajaran yang menyeronokkan disamping guru-guru juga dapat mengajar dengan alat bantuan mengajar yang efektif dan releven dengan perkembangan teknologi terkini.

Kata Kunci : AR Hockey Pro, Hoki, Augmented Reality

2.0 PENGENALAN

Sebenarnya di Malaysia, sukan hoki masih belum dapat diperkasakan sepenuhnya di semua sekolah dalam Negara kita. Antara faktor yang menyebabkan ianya berlaku adalah disebabkan sebahagian besar sekolah-sekolah tidak mampu untuk menyediakan kemudahan

untuk sukan hoki seperti peralatan, padang sintetik dan gawang gol hoki kerana kos perbelanjaan yang agak tinggi. Terdapat juga beberapa sekolah yang telah memiliki peralatan untuk sukan hoki tetapi masih tidak dapat menubuhkan pasukan di peringkat sekolah kerana kekurangan guru atau jurulatih yang berkemahiran.

Meskipun topik kemahiran hoki terkandung dalam Dokumen Standard Kurikulum dan Pentaksiran (DSKP) mata pelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesihatan (PJK) Tingkatan 3 bagi Kurikulum Standard Sekolah Menengah (KSSM), namun bagi guru yang tidak mempunyai latar belakang, pengetahuan, kemahiran dan pengalaman dalam sukan hoki tentunya menghadapi kesukaran untuk menyampaikan pengetahuan kepada para pelajarnya di sekolah. Tambahan pula, jika teknik dan kemahiran yang diajar itu tidak betul dan sempurna, dibimbangi para pelajar mungkin akan salah memahami konsep dan berkemungkinan juga para pelajar boleh mengalami kecederaan semasa melakukan latihan kemahiran.

Selaras dengan hasrat Konfederasi Hoki Malaysia (KHM) yang mahu penekanan aspek pembangunan sukan hoki di peringkat akar umbi, maka tercetusnya idea untuk membangunkan perisian aplikasi android yang pertama di dunia khusus untuk membantu para guru atau jurulatih mahupun para pelajar itu sendiri untuk mempelajari teknik dan kemahiran hoki dengan mudah, betul dan berkesan. Hal ini selaras dengan tema Revolusi Industri 4.0 yang kini kian rancak diperkatakan dalam Negara. Menyedari hakikat bahawa para guru perlu mendepani cabaran pendekatan PdPC Abad Ke-21, maka teknologi *Augmented Reality* (AR) yang diterapkan dalam inovasi **AR Hockey Pro** ini dijangka mampu untuk memberikan pendekatan pengajaran dan pembelajaran yang berbeza dan menarik.

3.0 LATAR BELAKANG KAJIAN / MASALAH KAJIAN

Inovasi AR Hockey Pro ini dibangunkan khusus bagi membantu dari aspek pembangunan pemain di peringkat akar umbi disamping memudahkan para guru atau jurulatih yang baru menceburi bidang hoki ini untuk mengajar dan melatih dengan kaedah yang betul dan mudah. Matlamat utama inovasi ini adalah untuk menggalakkan serta membudayakan sukan hoki sama ada di peringkat sekolah rendah mahu pun di peringkat sekolah menengah. Hal ini selari dengan hasrat Konfederasi Hoki Malaysia (KHM) yang mahu melihat sukan hoki ini mendapat tempat dalam hati kalangan masyarakat khususnya bagi pencinta sukan di tanah air.

Inovasi **AR Hockey Pro** ini tercetus apabila kami melihat para guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesihatan (PJK) tingkatan 3 di sekolah kami mengalami kesukaran untuk mengajar topik sukan hoki ini. Ternyata sekali betapa pengetahuan dan pengalaman sememangnya diperlukan bagi seorang guru untuk mengajar sesuatu topik dengan berkesan. Melalui pemerhatian kami di sekolah, guru yang mengajar topik sukan hoki ini hanya berpandukan nota yang terdapat dalam buku teks semata-mata. Namun ada juga guru yang mengakses pautan video di *You Tube* untuk mendapat gambaran sebenar bagi setiap satu kemahiran hoki. Masalah yang timbul adalah kebanyakan teknik atau kemahiran yang diajar terdapat banyak kesalahan dan pada pandangan kami sekiranya kesalahan-kesalahan tersebut tidak diatasi segera, kami bimbang para pelajar mungkin akan memahami konsep secara salah dan mungkin juga para pemain akan mudah mengalami kecederaan. Begitu juga jika guru itu berbantukan video di *You Tube*, kita hanya akan dapat melihat pergerakan yang ditunjukkan dalam video tersebut pada pandangan hadapan sahaja dan ianya tidak menyeluruh.

Menyedari hakikat bahawa perkara ini tidak seharusnya dibiarkan berterusan, maka kami telah membangunkan inovasi yang memudahkan guru dan pelajar untuk menguasai kemahiran hoki dengan betul, mudah dan berkesan.

4.0 OBJEKTIF KAJIAN

4.1 Objektif Am

a) Mengkaji keberkesanan kaedah inovasi **AR Hockey Pro** dalam meningkatkan kefahaman dan aplikasi pelajar terhadap sukan hoki.
b) Membantu pelajar untuk mendapat kaedah yang betul untuk bermain hoki.

4.2 Objektif Khusus

a) Pelajar dapat menguasai kemahiran asas hoki dengan baik.
b) Menarik minat pelajar terhadap sukan hoki seterusnya dapat membentuk satu pasukan hoki di peringkat sekolah untuk bertanding di peringkat MSSD, MSSNS mahupun MSSM.

5.0 METODOLOGI KAJIAN

Pengkaji telah menggunakan beberapa reka bentuk kajian untuk mendapatkan maklumat yang diperlukan dalam kajian ini. Metodologi kajian merupakan kaedah dan teknik merekabentuk, mengumpul dan menganalis data supaya dapat menghasilkan bukti yang boleh menyokong sesuatu kajian (merumuskan apa yang dikaji). Metodologi menerangkan cara sesuatu masalah yang dikaji dan sebab sesuatu kaedah dan teknik tertentu digunakan.

Tujuan penyediaan reka bentuk kajian adalah untuk menghubungkaitkan persoalan dan objektif kajian dengan hasil kajian. Reka bentuk kajian dalam penyelidikan ini adalah menggunakan kaedah persampelan. Tujuan kajian ini adalah untuk mengenal pasti keberkesanan penggunaan inovasi **AR Hockey Pro** sebagai satu aplikasi yang boleh membantu meningkatkan kefahaman dan kemahiran asas hoki dalam kalangan murid Tingkatan 3 Umar, Sekolah Menengah Agama Repah, Tampin, Negeri Sembilan.

Seramai 10 orang responden dipilih secara rawak dalam kalangan murid daripada kelas Tingkatan 3 Umar. Daripada jumlah itu, 5 orang murid adalah terdiri daripada murid lelaki manakala selebihnya adalah murid perempuan. Seorang guru yang mengajar mata pelajaran Pendidikan Jasmani Dan Kesihatan (PJK) tingkatan 3 turut dipilih sebagai responden.

Kaedah persampelan digunakan dalam proses ini untuk mendapatkan maklumat tepat dan mudah serta relevan dengan objektif kajian yang telah ditetapkan. Kaedah ini menggunakan instrumen borang soal-selidik yang mana ianya adalah mudah untuk mendapatkan maklumat daripada responden. Selain itu, kaedah temu bual dan kaedah pemerhatian juga digunakan untuk mendapatkan persepsi responden serta gambaran sebenar berkenaan kajian yang dijalankan.

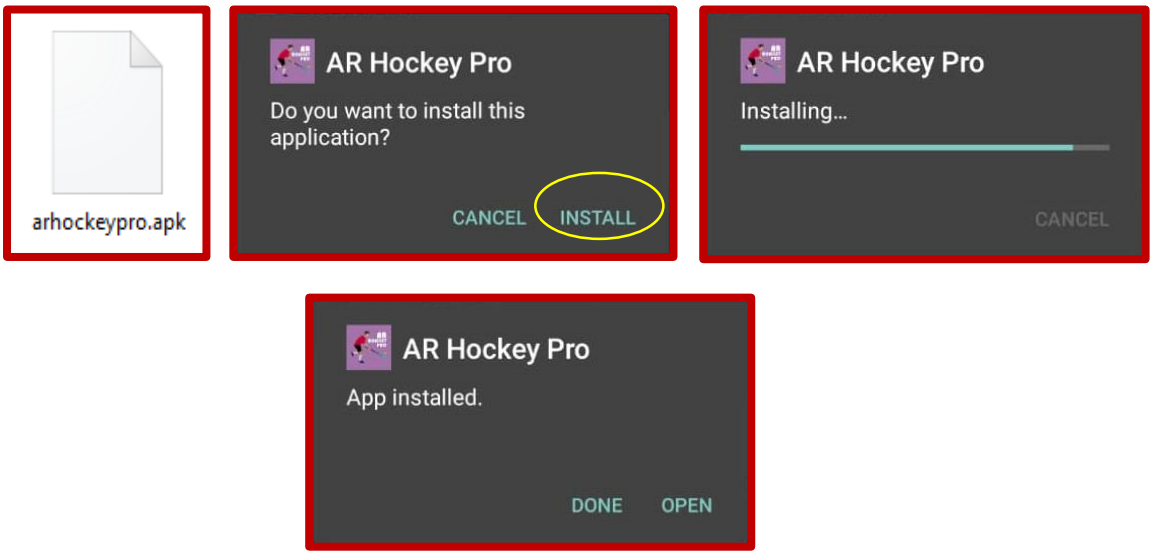
Bahan-bahan yang digunakan untuk menghasilkan inovasi **AR Hockey Pro** adalah seperti berikut;

a) Aplikasi android **AR Hockey Pro**
b) Kad keras bersaiz A4
c) Comb binding
d) Plastic cover (transparent)
e) Imej AR

Langkah-langkah untuk memulakan penggunaan inovasi **AR Hockey Pro** adalah seperti berikut;

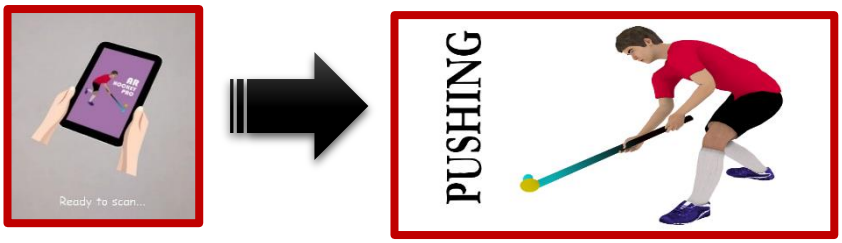
a). Sediakan modul **AR Hockey Pro**

b). *Install* aplikasi **AR Hockey Pro** dalam *Smart Phone*

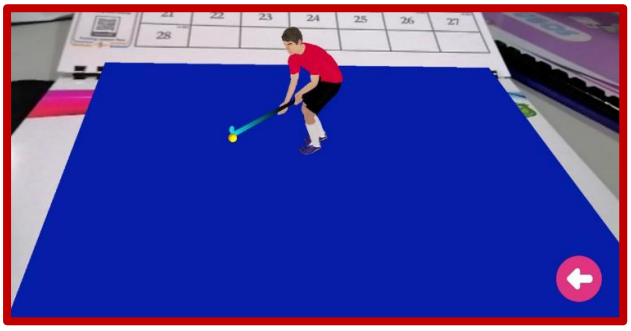


c). Buka aplikasi **AR Hockey Pro** dalam *Smart Phone* dan klik *scan*

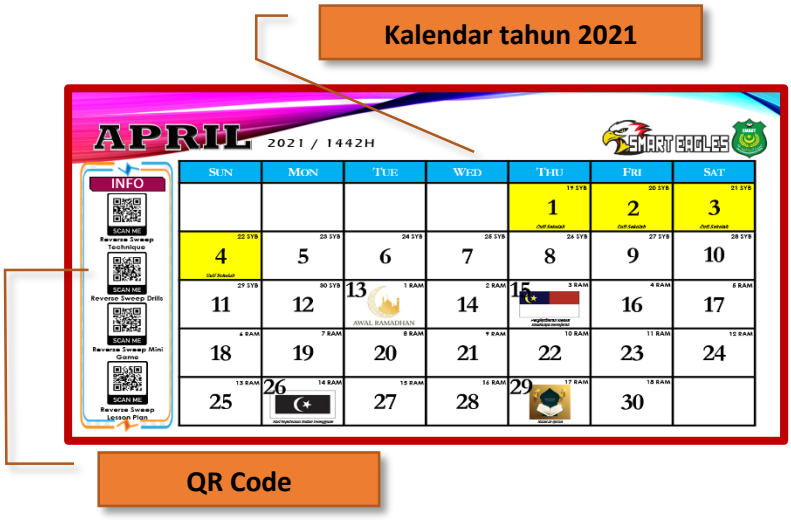
d). Halakan kamera pada *smart phone* ke arah imej **AR Hockey Pro**



e). Imej **AR Hockey Pro** akan kelihatan. Pastikan kedudukan kamera berada tetap dan stabil pada arah mengufuk. Imej yang terhasil boleh dilihat sebanyak 360^0. Pengguna hanya perlu memusingkan modul **AR Hockey Pro** untuk melihat posisi imej dari pelbagai arah termasuk dari arah atas.



f). Pengguna juga boleh merujuk pautan video yang disediakan bagi membantu mengukuhkan kefahaman terhadap sesuatu kemahiran yang dipelajari. Selain itu, di dalam modul **AR Hockey Pro** ini juga turut disediakan kalendar bagi tahun 2021. Hal ini dijangka akan memberi memberi kemudahan kepada para guru atau jurulatih untuk membuat perancangan latihan bagi tahun 2021.



6.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Maklum balas daripada **10 orang** pelajar tingkatan 3 umar Sekolah Menengah Agama Repah, Tampin, N. Sembilan

SEBELUM PENGGUNAAN AR HOCKEY PRO

NO	KENYATAAN	SANGAT SETUJU	TIDAK PASTI	TIDAK SETUJU
1.	Saya langsung tidak tahu tentang sukan hoki.	3	4	3
2.	Saya langsung tidak berminat untuk bermain hoki.	2	7	1

3.	Pada pandangan saya, kemahiran hoki ini sangat sukar untuk dikuasai.	3	7	0
4.	Saya tidak pernah mencuba sukan hoki di sekolah	2	4	4
5.	Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada sebarang aplikasi yang memudahkan pembelajaran kemahiran hoki di sekolah.	5	4	1

SELEPAS PENGGUNAAN AR HOCKEY PRO

NO	KENYATAAN	SANGAT SETUJU	TIDAK PASTI	TIDAK SETUJU
1.	Saya berpuas hati dengan produk ini.	10	0	0
2.	Saya faham cara untuk menggunakan produk ini.	10	0	0
3.	Produk ini dapat membantu meningkatkan kemahiran pelajar dan guru untuk bermain dalam sukan hoki.	10	0	0
4.	Proses pembelajaran dan pengajaran sukan hoki ini lebih efektif dan menarik.	5	5	0
5.	Produk ini sesuai diguna pakai sebagai kaedah pengukuhan dan pemantapan kemahiran dalam latihan hoki.	9	1	0

7.0 KESIMPULAN

Melalui kajian ini, pengkaji mendapati bahawa inovasi **AR Hockey Pro** yang memperkenalkan 10 kemahiran asas hoki melalui penggunaan aplikasi telefon pintar boleh dijadikan panduan oleh semua penggiat sukan hoki terutama bagi mereka yang baru menceburi sukan ini. Bahkan, penggunaan inovasi ini dilihat meluas meliputi pelbagai lapisan masyarakat kerana ianya adalah bersifat mesra pengguna. Namun, pengkaji bercadang untuk membuat penambahbaikan dalam inovasi seterusnya iaitu dengan menambah beberapa lagi kemahiran hoki yang boleh dipelajari dan dikuasai oleh semua lapisan masyarakat khususnya bagi para pelajar di sekolah.

8.0 PENGHARGAAN

a). Konfederasi Hoki Malaysia (KHM)
b). Jabatan Pendidikan Negeri Sembilan (JPNS)
c). Pengetua, SMA Repah, Tampin, Negeri Sembilan

RUJUKAN

Amran Lee Abdullah, (2007), "*Hoki Dan Ping Pong"*, 1st Edition, Sutrapadu.

Azuma, Ronald T. Aug. (1997), *"A Survey of Augmented Reality".* In Presence: Teleoperators and Virtual Environments 6, 4, 355-385.

Bala, Kiran., Sharma, Sumit., Kaur, Gurpreet. (2015), *"A Study on Smartphone based Operating System"*. International Journal of Computer Applications (0975 – 8887).

Dokumen Standard Kurikulum Dan Pentaksiran Pendidikan Jasmani Dan Kesihatan Tingkatan 3 KSSM

Radu, I. (2012), "*Why should my students use AR? A comparative review of the educational impacts of augmented-reality".* Mixed and Augmented Reality (ISMAR), IEEE International Symposium (pp.313-314).

Siltanen, S. (2012), "*Theory and applications of marker-based augmented reality"*, Finland. 42Rizki, Yoze, (2012), *Markerless Augmented Reality Pada Perangkat Android*, Jurnal Teknik Elektro. Institut Teknologi Surabaya.

Yuen, S. C.-Y., Yaoyuneyong, G., & Johnson, E. (2011). *"Augmented Reality: An Overview and Five Directions for AR in Education"*. Journal of Educational Technology Development and Exchange, 119-140.

Kesan Pandemik Terhadap Aktiviti-aktiviti Riadah Dan Senaman Di Taman Merdeka Johor Bahru

Faizah Binti Sahbudin[1], Malisa Binti Othman[2], Mohd Ghadafi Bin Shari[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Aktiviti- aktiviti riadah adalah penting bagi mewujudkan masyarakat yang sihat dari segi mental dan fizikal. Kebiasaannya, bagi penduduk bandar seperti Johor Bahru menjalankan aktiviti-aktiviti riadah di taman-taman rekreasi seperti Taman Merdeka Johor Bahru. Namun sejak Perintah Kawalan Pergerakan dilaksanakan bagi menghadapi ancaman Pandemik Novel Corona Virus (COVID-19), telah menyebabkan pihak berkuasa seperti Majlis Bandaraya Johor Bahru (MBJB) menutup Taman Merdeka dari segala aktiviti. Disebabkan permasalahan ini, pengkaji menjalankan kajian bagi mengetahui kesan Pandemik COVID-19 terhadap aktiviti-aktiviti riadah dan senaman di Taman Merdeka Johor Bahru. Kajian dilakukan dilokasi Taman Merdeka Johor Bahru menggunakan kaedah soal selidik. 100 reponden yang terdiri daripada pengunjung Taman Merdeka Johor Bahru. Kajian yang dilaksanakan berbentuk kajian tinjauan dan dilakukan secara rawak. Dibahagikan kepada dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi), Bahagian B (Kesan Pandemik dan Amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti). Data yang diperolehi daripada kajian ini dianalisa menggunakan Perisian SPSS23. Dapatan kajian mendapati responden menyatakan perasaan bosan berada dirumah (Min = 4.19) kerana tidak dapat melakukan riadah. Disamping itu bagi amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti-aktiviti riadah, responden tidak berkumpul dikhalayak ramai (Min = 4.46) dan tidak bersalaman diantara satu sama lain (Min = 4.25). Kajian ini telah berjaya membantu pengkaji dalam melihat sejauh mana kesan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) kepada aktiviti-aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru. Diharap, hasil kajian ini dapat meningkatkan kesedaran masyarakat terhadap pentingnya menjalankan aktiviti-aktiviti riadah disamping menjaga keselamatan diri dengan mengamalkan langkah-langkah pencegahan COVID-19.

Kata Kunci: Pandemik, Riadah, Senaman

1.0 PENGENALAN

Johor Bahru adalah salah satu dari sepuluh daerah di Johor yang terletak di Selatan Semenanjung Malaysia. Berdasarkan maklumat yang diperolehi dari Jabatan Pengairan Dan Saliran (JPS) Daerah Johor Bahru, anggaran populasi penduduk di Johor Bahru adalah seramai 1,183,347 orang. Johor Bahru merupakan sebuah daerah yang berkembang pesat yang memiliki beberapa taman yang menarik untuk menjalankan pelbagai aktiviti riadah, senaman, dan santai. Antara taman-taman yang terdapat di Johor Bahru adalah Taman Bunga Raya, Taman Rekreasi Adda Height, Taman Rekreasi Bukit Indah, Setia Indah Park, Mutiara Rini Recreation Park, Bukit Layang-Layang, Hutan Bandar Johor Bahru, dan Taman Merdeka Johor Bahru. Dalam kajian ini akan tertumpu kepada aktiviti riadah semasa pandemik di Taman Merdeka Johor Bahru. Taman Merdeka Johor Bahru merupakan sebuah taman yang berkonsepkan memperingati perjuangan bangsa bagi mencapai kemerdekaan. Terdapat sembilan rumput melambangkan bab tertentu dalam sejarah perjuangan kemerdekaan. Taman Merdeka terletak di Tasek Utara kira-kira tiga kilometer dari Pusat Bandaraya Johor Bahru. Seluas 31 ekar yang mempunyai tasik buatan manusia, kawasan taman yang rimbun dipenuhi dengan struktur buatan manusia. Taman Merdeka Johor Bahru adalah tempat yang sesuai untuk berjalan kaki atau berjoging pada awal pagi atau petang, bersenam, dan riadah menikmati udara yang segar.

Taman Merdeka Johor Bahru merupakan satu kawasan yang bersesuaian untuk menjalankan riadah, mempunyai kemudahan-kemudahan untuk masyarakat berehat dan melakukan aktiviti dengan selesa dan menyeronokan. Gambarajah 1 menunjukkan peta Taman Merdeka Johor Bahru yang diambil melalui *Google Maps*.

Gambarajah 1:Peta Taman Merdeka Johor Bahru

Sumber : *Google Maps*

Taman Merdeka Johor Bahru memainkan peranan penting untuk mewujudkan suasana kelestarian bandar dan menggalakan masyarakat di sekitar bandar Johor Bahru untuk menjalankan aktiviti yang sihat. Menjadi satu kawasan yang amat sesuai menjadi tempat berkumpul bagi mengeratkan hubungan masyarakat setempat. Taman Merdeka Johor Bahru mampu menjadi lokasi bagi individu merehatkan minda dan melepaskan lelah penat setelah bekerja. Stres ditempat kerja memerlukan satu taman rekreasi yang dapat memberikan ketenangan tanpa mengeluarkan perbelanjaan. Selain daripada aktiviti berkaitan riadah dan senaman, kawasan sekitar Taman Merdeka Johor Bahru boleh dijadikan lokasi bagi aktiviti sosial seperti majlis perkahwinan, sambutan hari jadi, dan sebagainya. Kawasan bandar yang pesat memerlukan taman rekreasi seperti Taman Merdeka yang berfungsi sebagai mewujudkan kawasan hijau. Kawasan hijau ini perlu untuk mengindahkan, memberikan kesegaran, dan suasana yang nyaman bagi kawasan bandar. Menurut Hafiz (3 Oktober 2020), setiap bandar hendaklah mempunyai taman bandar bagi tujuan pemuliharaan alam sekitar. Mahazan (2008) menjelaskan bahawa pembangunan lestari tertumpu kepada tiga aspek utama iaitu alam semulajadi, ekonomi dan sosial dalam pembangunan sesebuah kawasan atau bandar. Aktiviti-aktiviti riadah yang dijalankan sekitar Taman Merdeka Johor Bahru amat signifikan kepada aktiviti yang meningkatkan tahap kesihatan. Amalan senaman seperti berjalan kaki atau berjoging mampu meningkatkan mutu kesihatan masyarakat di bandar Johor Bahru.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Pada awal Februari 2020, Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) mengesahkan bahawa jumlah pesakit COVID-19 meningkat dari hari ke hari. Kerajaan Malaysia mengumumkan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) selama dua minggu dan dipanjangkan lagi dengan mewujudkan Perintah Kawalan Pergerakan Diperketatkan (PKPD), Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB), Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan (PKPP), Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat Diubahsuai (PKPBD), Perintah Kawalan Pergerakan Diperketatkan Bersasar (PKPDB), dan Perintah Kawalan Pergerakan Secara Pentadbiran (PKPDP). Berdasarkan Eikhwan dan Mahirah (5 April 2020) dalam Perspektif terbitan Terengganu Strategic and Integrity Institute (TSIS), pelaksanaan PKP adalah bermula pada 18 Mac 2020 dan kes semakin meningkat secara mendadak.

Oleh itu, banyak aktiviti telah disekat seperti sukan, pendidikan sosial dan sebagainya. Menurut Zaiton (2020) menyatakan PKP adalah larangan pergerakan kepada masyarakat daripada aktiviti sukan, sosial, keagamaan, dan budaya. Sekatan juga termasuk aktiviti-aktiviti riadah di taman rekreasi. Nik Muhammad (2018) telah mendefinasikan aktiviti riadah sebagai satu aktiviti yang memberikan kepuasan kepada pelakunya, dilakukan secara sukarela merangkumi senaman, aktiviti santai, dan

sebagainya. Dengan adanya PKP, telah menghadkan aktiviti-aktiviti riadah yang biasa dilakukan oleh pengunjung Taman Merdeka Johor Bahru terutamanya pada hari Sabtu dan Ahad.

Kesan daripada sekatan pergerakan menjalani aktiviti-aktiviti riadah akan membawa kepada peningkatan masalah stres dan masalah kesihatan. Ini disebabkan semasa PKP, seseorang tidak dapat bergerak bebas dan banyak menghabiskan dirumah. Tekanan pelbagai masalah akan menyebabkan seseorang itu menghadapi tekanan sehingga mengakibatkan stres. Selain itu, kesan sekatan pergerakan menjalani aktiviti-aktiviti riadah juga memberi kesan kepada kesihatan fizikal. Ini kerana apabila seseorang melakukan aktiviti riadah, peluh yang mengandungi toksik yang tidak diperlukan serta kadar lemak dalam tubuh badan dapat dikurangkan. Namun, aktiviti yang banyak memberikan faedah ini terpaksa diberhentikan seketika disebabkan PKP. Ketika PKPB, aktiviti berkaitan riadah di taman rekreasi telah dibenarkan, namun kebenaran ini memerlukan individu itu mematuhi standard prosedur menghindari COVID-19. Selain itu, kebenaran yang diberikan bergantung kepada keadaan peningkatan kes setempat dan arahan daripada pihak berwajib tempatan. Disebabkan arahan-arahan PKP berkaitan aktiviti-aktiviti riadah telah menarik pengkaji untuk melakukan kajian tinjauan bagi melihat kesan Pandemik dan amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti-aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Berdasarkan kepada latar belakang kajian, pengkaji melakukan kajian bagi melihat dan mengetahui kesan Pandemik COVID-19 terhadap aktiviti-aktiviti riadah dan senaman di Taman Merdeka Johor Bahru. Kajian akan memfokuskan kepada kesan Pandemik dan amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti-aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru. Oleh itu, objektif kajian akan memfokuskan kepada mengenal pasti kesan pandemik dan amalan pencegahan COVID 19 semasa menjalankan aktiviti-aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru.

4.0 METODOLOGI

Sampel kajian terdiri daripada 100 responden yang dipilih secara rawak yang terdiri daripada pengunjung yang melakukan aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru. Soal selidik terdiri daripada dua bahagian iaitu Bahagian A (Demografi), Bahagian B (Kesan Pandemik dan Amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti). Bahagian A merangkumi dua maklumat responden iaitu jantina dan bangsa. Bahagian B mengandungi 13 soalan item yang dibahagikan kepada dua pecahan iaitu enam item pada Kesan Pandemik dan tujuh item pada Amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti. Menggunakan Lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert melalui buku rujukan Sekaran (2006). Mengandungi pilihan keputusan dari "Amat Tidak Bersetuju" sehingga "Amat Sangat Bersetuju". Ujian *reliability analysis* dilakukan bagi menilai tahap reliabiliti bagi set soal selidik dan sesebuah kajian dijaga. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Jadual 1:Ujian *Reliability Analysis* bagi setiap Bahagian B

FAKTOR	***JUMLAH ITEM SOALAN***	***RELIABILITI***
Bahagian B1 (Kesan Pandemik)	6	0.832
Bahagian B2 (Amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti riadah)	7	0.863

Daripada dapatan ujian *reliability analysis* menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua setiap dimensi adalah melebihi tanda aras yang telah ditetapkan iaitu 0.6. Dari dapatan tersebut, ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan responden memahami setiap item soalan. Jadual 2 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 2: Titik Potong (*Cut-off Point*) Nilai Min Mengikut Wiersma (1995)

JULAT MIN	**TAHAP KEKUATAN**
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Jadual 3: Demografi Responden

No	Demografi	Pengelasan	Kekerapan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	63	63%
		Perempuan	37	37%
03	Bangsa	Melayu	91	91%
		Cina	4	4%
		India	5	5%

Jadual 3 menunjukkan dapatan berkaitan demografi atau maklumat berkaitan responden. Kajian hanya memilih dua kategori demografi sahaja iaitu pada jantina dan bangsa. Bilangan responden lelaki adalah seramai 63 orang dan bilangan responden perempuan seramai 37 orang. Melayu adalah majoriti responden dengan 91 orang diikuti India (5 orang) dan Cina (4 orang).

Jadual 4: Kesan Pandemik

	Min
Saya tidak dapat menjalani aktiviti-aktiviti riadah.	3.59
Saya terpaksa melakukan senaman dan aktiviti riadah di kawasan berhampiran kediaman.	3.90
Saya mengalami sedikit tekanan atau minor stres disebabkan tidak dapat melakukan aktiviti riadah.	2.94
Saya tidak dapat merasa gembira apabila tidak melakukan aktiviti riadah.	3.59
Saya merasakan berat badan saya terdapat peningkatan.	4.06
Saya merasa bosan berada dirumah.	4.19

Dapatan kajian bagi setiap penyataan pada Jadual 4 menunjukkan tiga penyataan mencatatkan nilai min tinggi iaitu “Saya merasa bosan berada dirumah” (min=4.19), “Saya merasakan berat badan saya terdapat peningkatan” (min=4.06), dan “Saya terpaksa melakukan senaman dan aktiviti riadah di kawasan berhampiran kediaman” (min=3.90). Nukilan Datuk Abd Jalil Ali (9 April 2020) memberitahu bahawa di China, PKP telah memberikan kesan negatif keluarga dimana tahap kebosanan berada dirumah telah meningkatkan kes penceraian. Remaja dan kanak-kanak juga antara terkesan dengan perasaan bosan yang melampau selain daripada golongan dewasa. Emosi bosan ini menyebabkan masyarakat lebih banyak menghabiskan masa dengan penggunaan media elektronik dan permainan video berlebihan sehingga boleh mengganggu perkembangan emosi dan kesihatan mental. Perasaan bosan ini juga menyebabkan kitaran keseimbangan aktiviti terganggu dimana jumlah dan waktu tidur, makan, dan sebagainya tidak mengikut seperti norma biasa. Ini akan menyebabkan berlakunya peningkatan berat badan secara tidak ketara atau ketara. Peningkatan berat badan berpunca daripada kurangnya aktiviti fizikal dan peningkatan corak permakanan.

Berdasarkan Terjemahan Sinar Harian (17 Jun 2020), di Wuhan terdapat kes dimana seorang lelaki berusia 26 tahun telah mengalami peningkatan berat badan sebanyak 100 kilogram. Antara punca kepada peningkatan berat badan adalah disebabkan makanan ringan, perasaan bosan melampau, stres, makan sebelum tidur, malas bersukan, dan kurang bergerak. Akibatnya, responden terpaksa mengambil ikhtiar untuk melakukan aktiviti riadah dan senaman di rumah atau kawasan yang berhampiran. Razis (30 Mac 2020) menyatakan walaupun PKP dan berada dirumah, senaman tetap boleh dilakukan. Terdapat banyak tips senaman dirumah yang boleh dilakukan. Selain senaman, aktiviti riadah seperti menanam pokok juga boleh dilakukan. Disebabkan itu, terdapat catatan nilai min yang sederhana iaitu 3.59. Penyataan tersebut adalah “Saya tidak dapat menjalani aktiviti-aktiviti riadah” dan “Saya tidak dapat merasa gembira apabila tidak melakukan aktiviti riadah”. Ini menunjukkan responden masih dapat mengawal impak PKP.

Penyataan yang mencatatkan nilai min terendah adalah “Saya mengalami sedikit tekanan atau minor stres disebabkan tidak dapat melakukan aktiviti riadah” (min=2.94). Emosi negatif yang wujud semasa PKP boleh menyebabkan berlakunya sedikit tekanan atau minor stres. Antara emosi negatif yang muncul disebabkan pemikiran negatif berkaitan diri sendiri, tidak dapat melakukan rutin harian seperti

biasa, dan juga tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain seperti biasa. Responden dapat mengimbangi tekanan daripada emosi yang negatif dengan melakukan aktiviti yang sesuai untuk dilakukan di dalam rumah atau kawasan rumah yang dapat memberikan pelbagai faedah yang baik.

Jadual 5: Amalan Pencegahan COVID-19 Semasa Melakukan Aktiviti-Aktiviti Riadah

	Min
Saya sentiasa membawa pembersih tangan (hand sanitizer)	3.75
Saya sentiasa menjaga jarak 2 meter dari orang lain	3.94
Saya sentiasa mengikut arahan yang dikeluarkan oleh pihak berkuasa dari masa ke semasa	3.80
Selepas melakukan aktiviti riadah, saya akan pastikan saya mandi terlebih dahulu sebelum bersama keluarga	3.29
Saya tidak bersalaman dengan orang yang saya kenali	4.25
Saya tidak berkumpul di khalayak ramai	4.46
Saya akan mengimbas bacaan suhu badan sebelum memasuki taman	2.88

Jadual 5 menunjukkan dapatan dari setiap item bagi amalan pencegahan COVID-19 semasa melakukan aktiviti-aktiviti riadah di Taman Merdeka Johor Bahru. Terdapat lima penyataan yang mencatatkan nilai min tinggi iaitu min atas 3.68. Amalan pencegahan COVID-19 semasa berada di Taman Merdeka Johor Bahru adalah "Saya tidak berkumpul di khalayak ramai" (min=4.46), diikuti dengan penyataan "Saya tidak bersalaman dengan orang yang saya kenali" (min=4.25). Berdasarkan nasihat daripada Ketua Pengarah Kesihatan, Datuk Dr Noor Hisham Abdullah berkata orang ramai perlu mengamalkan norma baru dan pendekatan 3W dan 3C. 3W merujuk kepada kerap mencuci tangan (*wash*), memakai pelitup separuh muka (*wear*), dan mengingat amaran Kementerian Kesihatan Malaysia (*warn*). Manakala 3C adalah menjauhi kawasan yang sesak (*crowded place*), menjauhi kawasan yang sempit (*confined space*), dan elakkan bersembang dengan jarak dekat (*close conversation*). Ini menunjukkan responden mematuhi pendekatan 3W dan 3C semasa berada di Taman Merdeka Johor Bahru.
Terdapat dua penyataan yang mencatatkan nilai min sederhana. Penyataan-penyataan tersebut adalah "Selepas melakukan aktiviti riadah, saya akan pastikan saya mandi terlebih dahulu sebelum bersama keluarga" (min=3.29) dan "Saya akan mengimbas bacaan suhu badan sebelum memasuki taman" (min=2.88). Ini menunjukkan tahap kesedaran dikalangan responden untuk membersihkan diri selepas pulang dari melakukan riadah sebelum bersama keluarga masih ditahap sederhana. Selain itu, responden sebagai pengunjung Taman Merdeka Johor Bahru juga kurang peka didalam pentingnya mangambil suhu badan. Adalah suatu kemestian dan norma baru yang penting dengan mengambil bacaan suhu. Dengan kaedah pengambilan suhu badan dapat memastikan sama ada seseorang itu boleh memasuki taman rekreasi atau tidak.

Seharusnya responden sedar, jika suhu badan mencecah 37.5 darjah celcius, maka mereka tidak boleh memasuki kawasan taman. Ini bagi mengawal penyebaran COVID-19. Selain pengambilan suhu badan, pengunjung taman rekreasi juga perlu mengimbas Kod QR MySejahtera. Ini penting bagi merekod perjalanan responden bagi penentuan cluster jika berlakunya jangkitan di kawasan tertentu.

6.0 KESIMPULAN

Berdasarkan kajian yang dijalankan mendapati setiap responden sedar dan bersedia mengamalkan norma baru dalam kehidupan seharian mereka. Namun dari pemantauan pengkaji, hakikatnya masih terdapat juga pengunjung Taman Merdeka Johor Bahru yang masih kurang peka. Secara keseluruhannya, kajian yang dijalankan telah berjaya mencapai objektif kajian yang dikehendaki oleh pengkaji. Diharap hasil kajian ini dapat meningkatkan kesedaran masyarakat terhadap pentingnya menjalankan aktiviti-aktiviti riadah disamping menjaga keselamatan diri dengan mengamalkan langkah-langkah pencegahan COVID-19.

RUJUKAN

Abd Jalil Ali (9 April 2020), "*Kesan Sampingan Perintah Berkurung di Rumah*", https://www.sinarharian.com.my

Eikhwan Ali dan Mahirah A Rashid (5 April 2020), "*Pandemik COVID-19: Mendepani Impak Psikososial*", Perspektif, Terengganu Strategic and Integrity Institute (TSIS)

Hafiz Ithnin (3 Oktober 2020), "*Taman Bandar Pulihara Alam*", https://www.hmetro.com.my

Mohd Mahazan Mohd Hamin (2008), "*Identifikasi elemen-elemen lestari untuk pengelasan bangunan –rumah kediaman*", Projek Sarjana Muda. Universiti Teknologi Malaysia

Muhamaad Razis Ismail (30 Mac 2020), "*Senaman di Rumah*", https://www.hmetro.com.my

Nik Muhammad Lokhman bin Hashim (2018), "*Tanggapan Masyarakat Kota Bharu Terhadap Aktiviti Riadah di Gua Ikan, Dabong*", Fakulti Seni Gunaan dan Kreatif, Universiti Malaysia Sarawak

Terjemahan Sinar Harian (17 Jun 2020), "*Berat Badan Naik 100kg Semasa Perintah Berkurung*", https://www.sinarharian.com.my

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Zaiton Nur Aqilah binti Zainal (2020), "*Tahap Kesejahteraan Psikologi dan Kawalan Diri Pelajar yang Tinggal di dalam Kampus dan Luar Kampus Universiti Malaysia Sabah Semasa Tempoh Perintah Kawalan Pergerakan*", Fakulti Psikologi dan Pendidikan, Universiti Malaysia Sabah

Pengaruh *Self-talk* dalam Prestasi Sukan yang Kompetitif Dalam Kalangan Pemain Bola Sepak *Kelantan United*

Sazami Shafi'i[1], Ruzila Mat Ghani[2]

[1,2]Politeknik Kota Bharu

ABSTRAK

Self-talk ataupun dialog dalaman sering kali digunakan untuk mempengaruhi pemikiran, perasaan, dan tingkah laku seseorang termasuklah atlet sukan. Beberapa penyelidikan tentang kesan *self-talk* telah dijalankan dalam kalangan atlet sukan dimana *self-talk* telah dibuktikan memberikan kesan yang positif kepada atlet sukan. Oleh yang demikian, kajian ini telah dijalankan untuk memberi tumpuan kepada kesan *self-talk* yang positif terhadap prestasi pemain bola sepak Kelantan United. Secara kasarnya, pemain-pemain bola sepak (n=22) daripada *Kelantan United* telah dibahagikan kepada dua pasukan iaitu pasukan A dan B. Kajian ini melibatkan tujuh kali perlawanan bola sepak diantara dua pasukan tersebut. Pasukan A telah diberikan senarai *self-talk* positif sebelum memulakan perlawanan manakala Pasukan B tidak diberikan sebarang *self-talk* positif menjadikan pasukan ini sebagai kumpulan kawalan. Hasil kajian menunjukkan bahawa pasukan A mempunyai prestasi yang lebih tinggi iaitu telah memenangi perlawanan sebanyak 71.4% berbanding pasukan B (kumpulan kawalan) iaitu 28.6%. Kesimpulannya, hasil kajian menunjukkan bahawa selain latihan yang mencukupi, faktor *self-talk* positif juga memainkan peranan penting dalam prestasi seseorang pemain.

Kata Kunci: *Self-talk*, positif, prestasi, sukan bola sepak

1.0 PENGENALAN

Self-talk didefinisikan sebagai "kognisi yang ditunjukkan sebagai dialog dalaman seseorang individu yang mentafsirkan perasaan dan persepsi mereka, mengatur dan mengubah penilaian serta memberi nasihat dan sokongan kepada diri sendiri terhadap tingkah laku dan struktur kognitif mereka" (Latinjak et al., 2014). Dolcos & Albarracin (2014) telah mendefinisikan *self-talk* sebagai percakapan (kata-kata) terhadap dirinya sendiri dan berlaku pada bila-bila masa apabila seseorang itu memikirkan tentang sesuatu perkara.

Self-talk sangat penting untuk kesejahteraan individu dimana ia dapat memberikan impak terhadap perasaan dan kelakuan seseorang individu tersebut. Seseorang individu perlulah berhati-hati dalam pemilihan perkataan untuk bercakap dengan diri sendiri dimana ia dapat membantu memberikan kesejahteraan kepada kesihatan mental individu tersebut (Kahrović et al., 2014). *Self-talk* merupakan buah fikiran yang mengandungi ayat-ayat berfaedah yang keluar daripada minda dan akan memberikan arahan dan motivasi terhadap diri seseorang (Theodorakis et al., 2000). Terdapat dua bentuk buah fikiran iaitu positif dan negatif. Johnson et al., (2004) menyatakan bahawa apa yang difikirkan diminda akan dilakukan oleh fizikal seseorang. Oleh yang demikian, pemikiran positif memberikan prestasi yang memberangsangkan dimana pemikiran positif dapat memberikan kuasa dan semangat baru kepada individu tersebut, manakala pemikiran yang negatif menyebabkan prestasi seseorang individu merudum (Hamilton et al., 2007)

Selain itu juga, *self-talk* boleh digunakan untuk meningkatkan tahap psikologi seseorang atlet dimana ia dapat mempengaruhi keyakinan, semangat, ketekunan, konsentrasi, kekuatan dan mengurangkan kebimbangan atlet tersebut (Thelwell et al., 2009; Hamilton et al., 2007; Hatzigeorgiadis et al., 2009). Seseorang individu boleh menggunakan *self-talk* secara lisan atau bukan lisan (Theodorakis et al., 2000). Atlet yang bercakap pada diri sendiri sebanyak 200 patah perkataan setiap minit dapat meningkatkan keyakinan diri dan mengurangkan kebimbangan kerana perkataan yang keluar pada diri sendiri sangat berkuasa dan seterusnya meningkatkan prestasi atlet itu secara tidak langsung (Hatzigeorgiadis et al., 2009). Sekiranya seseorang atlet berfikiran negatif seperti "pihak lawan terlalu kuat, saya tidak boleh menewaskannya" maka sudah pasti ia akan menjatuhkan prestasi dan besar kemungkinan atlet tersebut akan kalah. Jika atlet tersebut berfikiran positif seperti "saya boleh

menewaskan lawan" maka ia akan membantu atlet untuk berkerja lebih keras untuk menang. Dengan adanya *self-talk* positif, prestasi seseorang pemain bola sepak tersebut akan semakin meningkat.

Penggunaan *self-talk* dalam kalangan pemain bola sepak di Malaysia ini tidak dapat dipastikan kesahihannya. Kajian lepas menyatakan bahawa *self-talk* dapat meningkatkan prestasi seseorang atlet (Hamilton et al., 2007). Oleh itu, tujuan kajian kualitatif ini adalah untuk melihat kesan penggunaan *self-talk* positif dalam kalangan pemain bola sepak di Malaysia. Keberkesanan strategi *self-talk* dalam sukan telah mendapat perhatian penyelidikan yang semakin meningkat dalam beberapa tahun terakhir. Strategi *self-talk* berdasarkan penggunaan isyarat yang bertujuan untuk memudahkan pembelajaran dan meningkatkan prestasi, melalui pengaktifan respons yang sesuai.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Penggunaan *self-talk* telah dikenal pasti efektif dalam pelbagai jenis sukan seperti bola keranjang, kriket, hoki ais, golf, tenis dan sukan dart (Mamassis & Doganis, 2004; Miles & Neil, 2013; Perkos et al., 2002; Rogerson & Hrycaiko, 2002). Menurut Hardy, 2009, *self-talk* telah digunakan untuk menaikkan semangat seseorang atlet. Walaupun setiap atlet menggunakan *self-talk* dalam pelbagai jenis sukan, namun masih sukar untuk membuat kesimpulan sejauh mana aplikasi dan kesan *self-talk* tersebut bagi seseorang pemain terutamanya dalam sukan bola sepak ini. Oleh itu, kami membuat hipotesis bahawa, walaupun *self-talk* jarang digunakan atau bertujuan peribadi, ianya sukar menghasilkan hasil yang lebih baik.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Tujuan kajian ini adalah memberi tumpuan kepada kesan *self-talk* positif terhadap prestasi pemain bola sepak *Kelantan United*.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Subjek kajian ini merupakan pemain bola sepak *Kelantan United* (n = 22) dimana pemain-pemain *Kelantan United* telah diberikan latihan yang sama dan mempunyai kekuatan fizikal seorang atlet. Pemain-pemain ini dibahagikan secara rawak kepada dua pasukan iaitu pasukan A dan pasukan B. Pasukan A merupakan pasukan yang diberikan senarai *self-talk* untuk mereka hadam dan fahami sebelum perlawanan di jalankan, manakala pasukan B merupakan pasukan kawalan di mana mereka tidak diberikan sebarang senarai *self-talk* untuk di fahami. Subjek kajian tidak mengetahui bahawa mereka diuji dan semua subjek mengambil bahagian secara sukarela.

Perlawanan bola sepak dijalankan sebanyak tujuh kali di antara pasukan A dan pasukan B dimana perlawanan ini memakan masa selama tujuh minggu. Perlawanan bola sepak diadakan setiap seminggu untuk setiap perlawanan bagi memastikan subjek dalam keadaan mental dan fizikal yang baik. Kajian ini dijalankan pada bulan September dan Oktober 2020 yang lalu ketika negara Malaysia dalam fasa "Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan (PKPP)" akibat pandemik *Covid-19*.

Jadual 1: Senarai *self-talk* positif

Saya boleh melakukannya.
Saya cukup stamina.
Jika saya mahu, saya boleh.
Tiada masalah jika saya melakukan kesilapan.
Saya boleh pertahankan/jaringkan gol.
Saya dapat mengaal permainan ini
Ini adalah peluang untuk belajar sesuatu yang baru.
Saya akan mengatasinya dari sudut yang berbeza.

Saya percaya pada rakan sepasukan saya
Saya boleh berusaha untuk menang.
Saya akan ambil setiap peluang di depan mata
Saya akan melihat sama ada saya dapat membuka saluran komunikasi.
Saya akan mencubanya lagi.
Saya boleh lakukan benda ini
Saya boleh bantu pasukan saya untuk menang
Jangan hilang fokus dalam permainan ini
Jangan memandang rendah terhadap pasukan lawan
Saya akan sentiasa tenang

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Semua subjek dilihat, dengan usia antara 23 hingga 28 tahun (M = 25.5 tahun). Hasil kajian mendapati Pasukan A memenangi semua perlawanan sebanyak 71.4% (Jadual 2).

Jadual 2: Keputusan perlawanan bola sepak

Perlawanan	
1	Menang
2	Kalah
3	Menang
4	Menang
5	Kalah
6	Menang
7	Menang

Melalui kajian ini, terdapat hubungan antara *self-talk* yang positif dalam prestasi pemain-pemain bola sepak *Kelantan United*. *Self-talk* positif dipercayai dapat meningkatkan kemahiran seperti lebih fokus serta membantu membina keyakinan untuk mewujudkan suasana positif (Theodorakis et al., 2000). Hal ini dapat dilihat dalam kajian ini yang membuktikan subjek yang diberi kata-kata *self-talk* positif, meningkatkan mutu permainan mereka dalam pasukan.

Kajian daripada Jakiwa et al., (2015), menyatakan sumbangan penggunaan *self-talk* positif dalam kalangan pemain futsal dikelaskan kepada tiga tema utama iaitu motivasi, prestasi dan juga mengawal kebimbangan. Ketiga-tiga tema ini dapat dilihat dalam diri pemain-pemain Pasukan A seterusnya memberi kemenangan dalam kebanyakan perlawanan. Hasil kajian yang dilakukan oleh Gammage et al., (2001) berkenaan penggunaan *self-talk* dalam latihan sukan di mana ia mampu meningkatkan kemahiran, meningkatkan strategi dan prestasi dan juga untuk meningkatkan motivasi. Selain itu, dapatan kajian ini juga menyokong kajian yang dilakukan oleh Hardy et al., (2009), iaitu *self-talk* positif mampu meningkatkan prestasi melalui peningkatan keyakinan dan juga pengawalan kebimbangan.

Berkenaan dengan perbezaan antara *self-talk* positif dan negatif, beberapa kajian telah dilakukan memberikan bukti bahawa *self-talk* positif meningkatkan prestasi, sementara *self-talk* negatif membawa kepada prestasi yang tidak berkualiti. Kajian terdahulu menunjukkan bahawa (a) *self-talk* lebih berkesan untuk tugas yang memerlukan kemahiran yang baik, seperti ketepatan dan ketepatan, daripada tugas yang memerlukan kemahiran kasar, seperti kekuatan dan ketahanan; (b) *self-talk* lebih berkesan dalam novel daripada tugas yang dipelajari dengan baik; (c) intervensi termasuk latihan *self-talk* lebih berkesan daripada intervensi di mana tidak ada latihan yang dilaksanakan (Hardy et al., 2005).

Limitasi kajian ini adalah bilangan perlawanan yang kecil menyebabkan data yang diperolehi kurang sahih. Selain itu, setiap pemain mempunyai kebolehan dan bakat tersendiri. Jadi, pembentukan pasukan mungkin agak bias walaupun pembentukan pasukan adalah secara rawak. Pemahaman seseorang pemain tentang *self-talk* juga memainkan peranan penting dalam merangka sesebuah kajian.

6.0 KESIMPULAN

Kesimpulannya, *self-talk* ataupun dialog dalaman boleh mempengaruhi prestasi permainan seseorang atlet pemain bola sepak. *Self-talk* positif mempengaruhi pemain dalam memberikan semangat dan kekuatan fizikal dan mental yang luar biasa yang boleh memberikan kemenangan di dalam sesebuah perlawanan bola sepak. Hal ini demikian kerana, *self-talk* dapat meningkatkan kekuatan mental seterusnya meningkatkan kekuatan fizikal seseorang pemain menyebabkan pemain tersebut menunjukkan prestasi yang amat memberangsangkan.

RUJUKAN

Dolcos, S., & Albarracin, D. (2014). The inner speech of behavioral regulation: Intentions and task performance strengthen when you talk to yourself as a You. *European Journal of Social Psychology, 44*(6), 636-642.

Gammage, K. L., Hardy, J., & Hall, C. R. (2001). A description of self-talk in exercise. *Psychology of Sport and Exercise, 2*(4), 233-247.

Hamilton, R. A., Scott, D., & MacDougall, M. P. (2007). Assessing the effectiveness of self-talk interventions on endurance performance. *Journal of Applied Sport Psychology, 19*(2), 226-239.

Hardy, J., Hall, C. R., & Hardy, L. (2005). Quantifying athlete self-talk. *Journal of Sports Sciences,* 23(9), 905-917.

Hardy, J., Oliver, E., & Tod, D. (2009). A framework for the study and application of self-talk within sport. *Advances in applied sport psychology: A review*, 37-74.

Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Mpoumpaki, S., & Theodorakis, Y. (2009). Mechanisms underlying the self-talk–performance relationship: The effects of motivational self-talk on self-confidence and anxiety. *Psychology of Sport and Exercise, 10*(1), 186-192.

Jakiwa, J., Geok, S. K., & Fauzee, M. S. O. (2015). Impact of self-talk among university futsal player in University of Putra Malaysia: a qualitative approach. *SIPATAHOENAN, 1*(1).

Johnson, J. J., Hrycaiko, D. W., Johnson, G. V., & Halas, J. M. (2004). Self-talk and female youth soccer performance. *The Sport Psychologist, 18*(1), 44-59.

Kahrović, I., Radenković, O., Mavrić, F., & Murić, B. (2014). Effects of self-talk strategy in mental training of athletes. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport, 12*(1), 51-58.

Latinjak, A. T., Zourbanos, N., López-Ros, V., & Hatzigeorgiadis, A. (2014). Goal-directed and undirected self-talk: Exploring a new perspective for the study of athletes' self-talk. *Psychology of Sport and Exercise, 15*(5), 548-558.

Mamassis, G., & Doganis, G. (2004). The effects of a mental training program on juniors pre-competitive anxiety, self-confidence, and tennis performance. *Journal of Applied Sport Psychology, 16*(2), 118-137.

Miles, A., & Neil, R. (2013). The use of self-talk during elite cricket batting performance. *Psychology of Sport and Exercise, 14*(6), 874-881.

Perkos, S., Theodorakis, Y., & Chroni, S. (2002). Enhancing performance and skill acquisition in novice basketball players with instructional self-talk. *The Sport Psychologist, 16*(4), 368-383.

Rogerson, L. J., & Hrycaiko, D. W. (2002). Enhancing competitive performance of ice hockey goaltenders using centering and self-talk. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(1), 14-26.

Thelwell, R. C., Greenlees, I. A., & Weston, N. J. (2009). The influence of game location and level of experience on psychological skill usage. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 7*(2), 203-211.

Theodorakis, Y., Weinberg, R., Natsis, P., Douma, I., & Kazakas, P. (2000). The effects of motivational versus instructional self-talk on improving motor performance. *The Sport Psychologist, 14*(3), 253-271.

Trend Berbasikal Di Malaysia: Kajian Motivasi Dan Faedah

Nur Asikin Aziz @ Abd Aziz[1], Mohd Ghadafi Shari[2], Noor Farris Aqmal Kamarunzaman[3]

[1,2,3]Politeknik METrO Johor Bahru

ABSTRAK

Pada kebiasaannya, sukan berbasikal adalah antara pilihan sebagai latihan silang (*cross training*) di kalangan pelari untuk meningkatkan kecergasan dan prestasi larian mereka di samping menyertai *duathlon*, yang juga menjadi persediaan sebahagian daripada mereka yang mahu mencabar diri menyertai *Ironman triathlon*. Walaubagaimanapun, fenomena sukan berbasikal di Malaysia menjadi bualan apabila semakin ramai mula memiliki dan menyertai kumpulan berbasikal. Sukan yang semakin digemari ini terbukti menjadi trend apabila semakin ramai penunggang basikal dapat dilihat di lalu lintas dan taman rekreasi, serta perkongsian media sosial baik dari kalangan artis hinggalah ahli politik. Kajian ini dilaksanakan bagi mengenalpasti apakah penyebab dari aspek motivasi dan aspek faedah kepada peningkatan trend berbasikal di Malaysia. Kaji selidik ini dijalankan secara kuantitatif dan kualitatif dengan mengambil kira pandangan, cadangan, dan pengalaman responden. Sampel kajian melibatkan 1077 responden di serata Malaysia yang mempunyai basikal dan aktif berbasikal. Menggunakan instrumen sumber primer, soal selidik dibangunkan dan dibahagikan kepada Bahagian A (Demografi – maklumat diri), Bahagian B (Motivasi), Bahagian C (Pengetahuan mengenai latihan silang), dan Bahagian D (Faedah). Sebagai tambahan, terdapat soalan terbuka untuk responden mengutarakan komen atau pandangan mengenai aktiviti berbasikal. Soal selidik diedarkan menggunakan *Google Form* dan dianalisa menggunakan SPSS23. Kajian telah berjaya mencapai objektif yang dikehendaki oleh pengkaji dan diharap dengan kajian ini dapat membantu pihak yang berkaitan dalam membuat sesuatu keputusan, serta membantu pengkaji akan datang dalam mengembangkan skop kajian.

Kata Kunci: trend, berbasikal, motivasi, faedah

1.0 PENGENALAN

Muktahir ini, aktiviti berbasikal dilihat menjadi trend dan merupakan aktiviti riadah dan sukan pilihan. Dahulu, aktiviti berbasikal ini kebiasaannya tertumpu kepada latihan silang (*cross training*) di kalangan pelari bagi meningkatkan kecergasan dan prestasi larian mereka (Chan et. al, 2018), selain bertujuan menyertai *duathlon* dan *triathlon* (Cipriani et al, 1998). Namun kini, fenomena sukan berbasikal di Malaysia menjadi bualan apabila semakin ramai mula memiliki basikal dan menyertai kumpulan berbasikal. Sukan yang semakin digemari ini terbukti menjadi trend apabila semakin ramai penunggang basikal dapat dilihat di lalu lintas dan taman rekreasi, serta perkongsian media sosial baik dari kalangan artis hinggalah ahli politik. Antaranya ialah Dato' Sri Siti Nurhaliza, Alif Satar, dan Syed Saddiq. Ramai yang sanggup menghabiskan wang ringgit bagi memiliki basikal sendiri. Terdapat banyak faedah yang boleh diperolehi daripada aktiviti berbasikal, bukan saja untuk kesihatan mental dan fizikal tetapi juga aktiviti ini sangat baik untuk bersosial. Disebalik faedah tersebut, pasti terdapat faktor lain yang mendorong keterlibatan rakyat Malaysia dalam aktiviti ini, sekaligus menjadi trend dan acapkali menjadi sebutan di ruangan media sosial. Justeru, kajian ini dilaksanakan bagi mengkaji faktor motivasi dan faedah penglibatan aktiviti berbasikal yang menjurus kepada sukan rekreasi, dan melihat kepentingan aktiviti berbasikal sebagai sukan latihan silang.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Nukilan dari Rusnani (7 September 2020) dalam bharian.com.my menyatakan trend berbasikal semakin menjadi sambutan dan perhatian rakyat Malaysia, terutamanya sejak kerajaan mengizinkan aktiviti sukan dilaksanakan semasa Perintah Kawalan Pergerakan Bersyarat (PKPB) pada 4 Mei 2020.

Hamka Rosli (17 September 2020) menjelaskan beberapa sebab aktiviti berbasikal semakin diminati, antaranya adalah dari segi kesihatan, dimana berbasikal mampu membakar kalori, membaiki sendi kaki, memanfaatkan jantung, dan membantu individu untuk tidur lebih lena. Aktiviti berbasikal juga dilihat dapat memberikan ketenangan dan menambahkan kesihatan mental, dan memberikan kenikmatan kepada penunggang basikal menikmati pemandangan dan keindahan alam. Berbasikal juga adalah satu senaman aerobik dan kadang-kala boleh menjadi senaman anaerobik (Chan et al, 2017). Senaman aerobik merujuk kepada senaman kardio yang memerlukan aktiviti dijalankan secara berterusan dalam jangka masa tertentu melibatkan penggunaan otot dan memaksa tubuh badan menggunakan lebih oksigen. Berlari dan berbasikal jarak jauh adalah antara contoh senaman aerobik (Patel et al, 2017) yang dapat merangsang otot, memperbaiki jantung dan paru-paru, memberikan kesan penurunan kandungan lipid dalam darah, penurunan tekanan darah dan juga kandungan gula dalam darah. Menurut Patel lagi, senaman anaerobik pula merangkumi latihan intensiti tinggi yang memerlukan penunggang basikal melakukan pecutan kayuhan. Senaman anaerobik mampu membina otot yang membantu penunggang basikal meningkatkan kelajuan dan kekuatan. Senaman aerobik dan senaman anaerobik melalui aktiviti berbasikal sangat baik dan bersesuaian kepada golongan yang menjadikan aktiviti ini sebagai satu latihan silang. Melihat kepada keperluan pergerakan aktif, kelengkapan sukan berbasikal memerlukan kos yang tinggi berbanding sukan lain, tetapi masih menjadi sukan pilihan masa kini. Disebabkan trend berbasikal semakin berkembang di Malaysia, pengkaji mahu mengkaji faktor motivasi yang boleh mendorong seseorang menyertai aktiviti sukan ini secara aktif dan berterusan (Robert & Treasure, 2001)(Clancy et al., 2017).

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Tujuan utama kajian ini adalah untuk mengkaji dan mengenalpasti aspek motivasi penunggang basikal sehingga aktiviti berbasikal menjadi satu trend terbaru di Malaysia. Aspek motivasi dalam kajian adalah berpandukan kepada model Skala Motivasi Sukan atau *Sport Motivation Scale* (SMS). Selain itu, kajian ini juga bertujuan untuk melihat tahap pengetahuan penunggang basikal terhadap latihan silang dan juga faedah yang diperolehi daripada aktiviti berbasikal.

4.0 METODOLOGI

Kajian ini merupakan kajian kuantitatif deskriptif dan kualitatif dengan mengambil kira pandangan, cadangan, dan pengalaman responden. Soal selidik dibangunkan kepada beberapa bahagian iaitu Bahagian A (demografi – maklumat diri), Bahagian B (Motivasi), Bahagian C (Pengetahuan mengenai latihan silang), Bahagian D (Faedah) dan bahagian pandangan mengenai aktiviti dan pengalaman berbasikal. Bahagian A merangkumi lima maklumat demografi iaitu jantina, umur, jenis basikal yang dimiliki, penglibatan dalam acara berbasikal, dan berapa lama responden terlibat dalam aktiviti berbasikal. Bahagian B terdiri daripada 17 item soalan bertujuan melihat kepada aspek motivasi responden untuk terlibat dalam aktiviti berbasikal. Soal selidik pada Bahagian B telah diolah daripada kajian Pelletier et.al (2013) dimana kajian mereka menggunakan model Skala Motivasi Sukan atau *Sport Motivation Scale* (SMS). Menurut Clancy R. N. et al (2017), model SMS sering digunakan dalam kajian-kajian lepas kerana multidimensi soal-selidik berbentuk psikometrik, ringkas dan meluas dalam sukan. Bahagian C mengandungi 6 item bagi melihat pengetahuan responden mengenai latihan silang. Bahagian D bertujuan untuk melihat faedah yang diperolehi dengan berbasikal. Bahagian D dipecahkan kepada dua bahagian iaitu faedah kepada responden berbasikal bagi tujuan latihan silang dan faedah kepada responden berbasikal bukan tujuan latihan silang.

Setiap soalan dibina menggunakan penilaian pengukuran lima Skala Likert yang diperkenalkan oleh Rensis Likert (Sekaran 2006). Skala likert bagi Bahagian B (Motivasi), Bahagian C (Pengetahuan mengenai latihan silang), dan Bahagian D (Faedah) mengandungi pilihan jawapan dari "Sangat Tidak Setuju" sehingga "Sangat Setuju". Ujian *reliability analysis* dilakukan untuk menilai tahap reliabiliti kajian. Jadual 1 menunjukkan dapatan dari ujian *reliability analysis*.

Dapatan Jadual 1 menunjukkan *Alpha Croanbach* kesemua dimensi adalah melebihi 0.6. Ini bermaksud soalan-soalan yang dikemukakan terbukti kesahihan dan mudah difahami oleh responden. Pengkaji mengandaikan populasi adalah keseluruhan penduduk Malaysia. Jumlah penduduk Malaysia berdasarkan Jabatan Perangkaan Malaysia adalah seperti Jadual 2.

Jadual 1: Ujian *Reliability Analysis* bagi Bahagian B, C, D(a), dan D(b)

BAHAGIAN	***JUMLAH ITEM***	***RELIABILITI***
B) MOTIVASI	*17*	*0.924*
C) PENGETAHUAN MENGENAI LATIHAN SILANG	*6*	*0.832*
Da) FAEDAH KEPADA RESPONDEN BERBASIKAL BAGI TUJUAN LATIHAN SILANG	*7*	*0.863*
Db) FAEDAH KEPADA RESPONDEN BERBASIKAL BUKAN TUJUAN LATIHAN SILANG	*7*	*0.864*

Jadual 2: Anggaran Penduduk Semasa Malaysia Bagi Tahun 2017 Hingga Tahun 2020

TAHUN	**WARGANEGARA**	**BUKAN WARGANEGARA**	**JUMLAH**
2020	29.7 juta	3.0 juta	**32.7 juta**
2019	29.4 juta	3.1 juta	**32.5 juta**
2018	29.1 juta	3.3 juta	**32.4 juta**
2017	28.74 juta	3.29 juta	**32.03 juta**

Sumber: Jabatan Perangkaan Malaysia. https://www.dosm.gov.my

Jumlah responden yang memberikan maklum balas adalah seramai 1077 orang. Pengkaji telah menggunakan kiraan sampel daripada https://goodcalculators.com/sample-size-calculator/, bagi mendapatkan tahap keyakinan sampel mewakili populasi. Pengkaji membuat perbandingan pengiraan bagi menentukan tahap peratusan keyakinan iaitu 96%, dan 97% dengan mengandaikan jumlah keseluruhan populasi Malaysia adalah seramai 32.7 juta orang. Pengiraan sampel adalah seperti berikut:

Saiz sampel (n) dikira menggunakan formula:

n = [z2 * p * (1 - p) / e2] / [1 + (z2 * p * (1 - p) / (e2 * N))]

Perbandingan pertama, tahap peratusan keyakinan 96%;

Di mana: z = 2.05 untuk tahap keyakinan (α) 96%, p = perkadaran (dinyatakan sebagai perpuluhan), N = ukuran populasi, e = margin kesalahan.

z = 2.05, p = 0.5, N = 32700000, e = 0.04

n = [2.052 * 0.5 * (1 - 0.5) / 0.042] / [1 + (2.052 * 0.5 * (1 - 0.5) / (0.042 * 32700000))]

n = 656.6406 / 1 = 656.627

$n \approx 657$

Perbandingan kedua, tahap peratusan keyakinan 97%;

Di mana: z = 2.17 untuk tahap keyakinan (α) 97%, p = perkadaran (dinyatakan sebagai perpuluhan), N = ukuran populasi, e = margin kesalahan.

z = 2.17, p = 0.5, N = 32700000, e = 0.03

n = [2.172 * 0.5 * (1 - 0.5) / 0.032] / [1 + (2.172 * 0.5 * (1 - 0.5) / (0.032 * 32700000))]

n = 1308.0278 / 1 = 1307.975

$n \approx 1308$

Berdasarkan perbandingan pengiraan diatas, sampel kajian ini telah melebihi tahap peratusan keyakinan sebanyak 96%. Ini menunjukkan bahawa, sampel kajian adalah mewakili jumlah anggaran populasi Malaysia bagi tahun 2020. Secara keseluruhannya, analisis data menggunakan analisis deskriptif bagi mencari min. Analisa min bagi kajian menggunakan *Statistics Package of the Social Science* (SPSS23). Satu titik potong (*cut-off point*) digunakan bagi memudahkan perbincangan dapatan kajian berdasarkan nilai min yang diperolehi. Jadual 3 digunakan bagi mentafsir nilai min berdasarkan skala likert sebagai menjawab setiap persoalan kajian yang telah diadaptasi daripada Wiersma (1995).

Jadual 3: Titik Potong (*Cut-off Point*)

JULAT NILAI MIN	**TAHAP KEKUATAN**
Nilai Min 1.00 – Nilai Min 2.33	Tahap Rendah
Nilai Min 2.34 – Nilai Min 3.67	Tahap Sederhana
Nilai Min 3.68 – Nilai Min 5.00	Tahap Tinggi

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Taburan demografi responden ditunjukkan pada Jadual 4, di mana responden terdiri daripada 932 orang lelaki (86.5%) dan 145 orang perempuan (13.5%). Berdasarkan kajian dari Mohamad Fadil (2019) menjelaskan lelaki lebih aktif dalam melibatkan diri dan melakukan aktiviti fizikal atau bersukan berbanding perempuan.

Jadual 4: Demografi Responden

No	Demografi	Pengelasan	Bilangan	Peratusan (%)
01	Jantina	Lelaki	932	86.5
		Perempuan	145	13.5
02	Umur	Bawah 18 Tahun	11	1.0
		18-30 Tahun	121	11.2
		31-40 Tahun	409	38.0
		41-50 Tahun	393	36.5
		Atas 50 Tahun	143	13.3
03	Jenis basikal	*Road Bike*	675	62.7
		Folding Bike	59	5.5
		Mountain Bike	300	27.9
		Fat Bike	4	0.4
		BMX	19	1.8
		Lain-Lain	20	1.9
04	Adakah anda pernah terlibat dalam acara berbasikal?	Ya	810	75.2
		Tidak	267	24.8
05	Berapa lama anda terlibat dalam aktiviti berbasikal?	Kurang dari setahun	189	17.5
		Setahun	86	8.0
		Dua Tahun	96	8.9
		3 tahun dan lebih	706	65.6

Dari aspek umur, kajian ini berjaya mencapai sasaran iaitu meliputi pelbagai umur. Kajian mendapati penunggang basikal berumur di antara 31 tahun hingga 40 tahun mencatatkan bilangan tertinggi iaitu seramai 409 orang (38%) diikuti oleh penunggang basikal berumur 41 tahun hingga 50 tahun (36.5%) dan 50 tahun keatas (13.3%). Ini menunjukkan aktiviti berbasikal menjadi trend tidak mengira kepada golongan muda mahupun golongan warga emas. Berkenaan pengalaman responden dalam penglibatan acara berbasikal, majoriti mengatakan pernah melibatkan diri. Menurut Jenkin et al (2017), faktor kesihatan dan pengalaman menyertai sukan ketika usia muda mendorong golongan berusia untuk bersukan. Ini dapat dilihat melalui dapatan kajian, dimana 810 orang (75.2%) menyatakan ya apabila ditanya adakah responden pernah terlibat dalam acara berbasikal. Majoriti penunggang basikal telah terlibat dalam aktiviti berbasikal selama 3 tahun dan lebih (706 orang), diikuti penglibatan kurang dari setahun (189 orang).

Selain itu, terdapat juga penunggang yang melibatkan diri dalam aktiviti berbasikal selama setahun (86 orang) dan dua tahun (96 orang). Ini menunjukkan aktiviti berbasikal telah menjadi satu aktiviti yang telah menjadi kegemaran sebelum aktiviti ini menjadi trend. Berbasikal bukanlah aktiviti yang baharu, malah telah menjadi satu aktiviti sejak beberapa tahun lalu dimana aktiviti jambori berbasikal sering diadakan. Jenis basikal yang paling diminati oleh responden adalah *Road Bike* (62.7%) dan *Mountain Bike* (27.9%).

Jadual 5: Motivasi Untuk Berbasikal

MOTIVASI		
No	**FAKTOR DALAMAN**	**MIN**
01	*Untuk rasa keseronokan apabila terlibat dalam sukan berbasikal.*	4.56
02	*Kerana ini adalah sebahagian dari cara saya memilih untuk menjalani hidup saya.*	4.48
03	*Kerana ia adalah cara yang baik untuk belajar pelbagai perkara bermanfaat yang berbeza dalam hidup saya.*	4.42
04	*Kerana saya merasa kepuasan diri sambil menguasai teknik latihan sukar tertentu.*	4.38

05	*Kerana ia adalah salah satu cara terbaik yang saya pilih untuk mengembangkan aspek lain dalam hidup saya.*	4.38
06	*Kerana saya mesti bersukan untuk berasa selesa dengan diri saya.*	4.62
07	*Kerana penyertaan dalam sukan berbasikal selaras dengan prinsip penting diri saya.*	3.89
08	*Untuk kepuasan yang saya alami semasa menyempurnakan kemampuan diri.*	4.38
09	*Kerana saya akan berasa tidak selesa jika tidak meluangkan masa untuk melakukannya.*	3.84
10	*Untuk memudahkan mengenalpasti strategi prestasi baru.*	3.93
11	*Kerana latihan bersungguh-sungguh akan meningkatkan prestasi saya.*	4.36
12	*Kerana penyertaan dalam sukan berbasikal adalah bahagian penting dalam hidup saya.*	3.65
13	*Kerana saya mesti kerap bersukan.*	4.38
No	**FAKTOR LUARAN**	**MIN**
01	*Kerana ia membolehkan saya dipandang baik oleh kenalan saya.*	2.96
02	*Kerana sangat penting untuk bersukan jika seseorang ingin kekalkan bentuk badan.*	4.78
03	*Kerana ia adalah salah satu kaedah terbaik untuk menjaga hubungan baik dengan rakan-rakan saya.*	3.92
04	*Untuk menunjukkan kepada orang lain betapa bagusnya saya dalam sukan yang saya ceburi.*	2.46

Jadual 5 merupakan dapatan kajian bagi melihat aspek motivasi penunggang basikal untuk berbasikal. Dapatan dibahagikan kepada dua bahagian iaitu faktor motivasi dalaman dan faktor motivasi luaran. Dapatan bagi faktor motivasi dalaman menunjukkan kesemua nilai min mencatatkan nilai tinggi kecuali penyataan "Kerana penyertaan dalam sukan berbasikal adalah bahagian penting dalam hidup saya" (min=3.65). Majoriti responden bermotivasi untuk berbasikal kerana ingin mengecapi rasa keseronokan melakukan aktiviti tersebut (Loidl et al, 2019). Ini merujuk kepada dua dapatan tertinggi pada penyataan faktor motivasi dalaman iaitu "Kerana saya mesti bersukan untuk berasa selesa dengan diri saya" dan "Untuk rasa keseronokan apabila terlibat dalam sukan berbasikal".

"Aktiviti berbasikal memberi keseronokan yang berbeza bagi saya berbanding aktiviti larian dan badminton yg saya biasa lakukan."

Selain itu, responden memilih untuk melibatkan diri dalam aktiviti berbasikal adalah kerana mahu mendapatkan teknik atau ilmu berbasikal, disamping untuk mengetahui kemampuan diri dan meningkatkan prestasi diri dalam bersukan.

"Hampir 10 tahun saya berada dalam bidang berbasikal, (Mountain Bike, Roadbike) banyak diberi pededahan asas asas berbasikal dan keselamatan dalam berbasikal."

"Akiviti berbasikal sangat memberikan impak besar dalam kehidupan harian saya kerana ia membuatkan saya untuk lebih yakin dalam menyahut cabaran. Banyak halangan di jalan raya tetapi keyakinan dan keberanian yang menjadikan aktiviti ini lebih menarik dan mencabar dan saya mampu menguji ketahanan diri saya. Dan aktiviti ini juga memberikan pengetahuan baharu kepada saya tentang "part basikal" dan seterusnya mengeratkan hubungan antara keluarga dan sesama."

Bagi faktor motivasi luaran, responden memilih aktiviti berbasikal bertujuan untuk memastikan mereka sentiasa berada dalam keadaan sihat dan mendapat kenalan atau rakan baru. Responden kurang bersetuju jika aktiviti berbasikal dikaitkan dengan perasaan ingin menunjukkan kemampuan diri pada orang lain. Ini dapat dilihat pada dua penyataan yang mencatatkan nilai min dibawah 3.00 iaitu "Kerana ia membolehkan saya dipandang baik oleh kenalan saya" (min=2.96) dan "Untuk menunjukkan kepada orang lain betapa bagusnya saya dalam sukan yang saya ceburi" (min=2.46). Antara penyataan responden kajian adalah:

"Berbasikal adalah salah satu cara untuk sentiasa berada di tahap kecergasan yang baik dan melaksanakan aktiviti hobi dalam masa yang sama. Bukan untuk menunjuk-nunjuk basikal yang mahal tetapi kepada kepuasan pencapaian kesihatan diri sendiri dalam jangka masa panjang."

"Saya berbasikal bukan sebab trend dan bukan sebab nak orang tengok kita. Tapi sebab ni sukan yang saya suka. Kita ni kalau buat sesuatu sebab nak orang tengok kita, puji kita sampai bila-bila pun kita takkan bahagia. Hentikanlah buat sesuatu untuk orang tengok."

Jadual 6: Pengetahuan Mengenai Latihan Silang

PENGETAHUAN	
PENYATAAN	**MIN**
Saya tahu tujuan latihan silang.	3.65
Berbasikal adalah salah satu senaman terbaik untuk membina otot peha.	4.42
Saya tahu betapa pentingnya latihan aerobik dan ketahanan terhadap kecergasan saya.	4.27
Berbasikal mampu mencapai pembakaran kalori tambahan dan kehilangan berat yang tidak diingini.	4.45
Latihan silang menjadi sebahagian dari pelan kecergasan kerana ia membantu mengurangkan risiko kecederaan otot yang berlebihan dan membantu dalam pemulihan otot.	4.21
Berbasikal mensasarkan otot kuadrisep dan shin, yang lebih perlahan penumbuhannya pada pelari dan membantu menguatkan tisu penghubung lutut, pinggul dan pergelangan kaki, yang boleh mengurangkan risiko kecederaan.	4.31

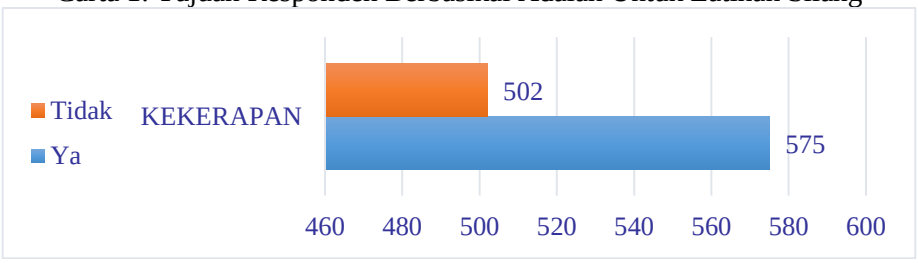
Mengenai pengetahuan responden berkenaan latihan silang, kesemua dapatan menunjukkan nilai min berada pada tahap tinggi, kecuali penyataan berkaitan "Saya tahu tujuan latihan silang" (min=3.65). Daripada dapatan yang diperolehi dalam Jadual 6, responden mengetahui mengenai kebaikan yang diperolehi dengan menjadikan senaman berbasikal sebagai kaedah untuk latihan silang.

Kebaikan latihan silang melalui kaedah senaman berbasikal yang dinyatakan oleh penyataan pada soal selidik adalah membina otot peha, ketahanan terhadap kecergasan, mampu mencapai pembakaran kalori tambahan dan kehilangan berat yang tidak diingini, mengurangkan risiko kecederaan otot yang berlebihan dan membantu dalam pemulihan otot, dan membantu menguatkan tisu penghubung lutut, pinggul dan pergelangan kaki. Ini dinyatakan oleh Yoon et al (2017) bahawa latihan basikal membawa perubahan positif dalam komposisi badan dan kecergasan fizikal.

"Berbasikal membolehkan saya meningkatkan keupayaan diri sebaik mungkin dari segi 'fitness' dan ketahanan otot bagi menyertai beberapa acara tahunan lain seperti mendaki gunung, berenang, berkayak, bike touring dan berlari. Aktiviti berbasikal sangat mudah dilakukan dan masa yang lebih 'fleksibel' sementara menunggu tarikh menyertai beberapa acara atau aktiviti 'endurance sport' yang lain seperti mendaki gunung (G7), berbasikal Touring (>400 - 500 km), open water swimming (1-5 km), atau ekspedisi kayak > 50-120 km."

Carta 1 menunjukkan dapatan mengenai tujuan responden berbasikal sama ada untuk tujuan latihan silang atau tidak. Dapatan menunjukkan bahawa 575 orang responden mengatakan "Ya", manakala 502 orang responden mengatakan "Tidak".

Carta 1: Tujuan Responden Berbasikal Adalah Untuk Latihan Silang



Jadual 7: Faedah Berbasikal Bagi Responden Bertujuan Latihan Silang

PENYATAAN	**Min**
Membantu membina otot – terutamanya di sekitar gluteus, hamstring, kuadrisep dan betis.	4.63
Berbasikal membantu menyihatkan otot dan sendi pada kaki dimana gerakannya berupaya untuk menguatkan tulang rawan.	4.69
Berbasikal secara rutin membantu menguatkan tulang di bahagian atas anggota badan dan tulang belakang.	4.57

Responden yang berbasikal bagi tujuan latihan silang menyatakan faedah berbasikal yang didapati merujuk kepada pembinaan otot, menyihatkan sendi, menguatkan tulang rawan, dan membantu menguatkan tulang di bahagian atas anggota badan dan tulang belakang. Ini berdasarkan kepada dapatan kajian pada Jadual 7 yang menunjukkan kesemua nilai min berada pada nilai tinggi.

"*Saya bermain basikal kerana ingin mempulihkan otot peha kerana saya mengalami 'fracture femur' sejak 2 tahun lalu. Senaman ini sangat bagus untuk orang yang mengalami sakit macam saya dan hendak meningkatkan stamina dan kecergasan minda."*

Dengan kecergasan dan pembentukan otot, sendi, rawan, dan menguatkan tulang mampu membantu responden untuk memastikan mereka berada pada tahap yang baik untuk melakukan aktiviti sukan yang lain terutamanya bagi yang melakukan latihan silang untuk persediaan pertandingan larian, menyertai *duathlon* atau *triathlon*.

Jadual 8: Faedah Berbasikal Bagi Responden Bukan Bertujuan Latihan Silang

PENYATAAN	**Min**
Berbasikal juga dapat memperbaiki tahap kesihatan diri.	4.73
Berbasikal mampu mengeratkan ikatan kekeluargaan dan rakan-rakan.	4.34
Berbasikal dapat meningkatkan kesihatan mental.	4.62

Bagi responden yang menjadikan senaman berbasikal bukan bertujuan latihan silang, mereka memperolehi manfaat berbentuk memperbaiki tahap kesihatan diri, mengeratkan ikatan kekeluargaan, hubungan baik bersama rakan-rakan, dan meningkatkan mutu kesihatan mental. Ini dapat dilihat pada nilai min dapatan kajian bagi setiap penyataan berada pada nilai yang tinggi. Selain faktor kecergasan dan rekreasi, berbasikal merupakan antara sukan yang menjadi pilihan bagi mereka yang lebih berusia untuk meningkatkan kualiti hidup dan kesihatan fizikal (Zender et al, 2013). Antara pandangan responden yang menyokong dapatan kajian adalah:

"Banyak pengalaman yang dapat daripada sukan basikal iaitu cita rasa untuk menguji ketahanan mengayuh lebih jauh dan menikmati alam serta sedikit menikmati kesoronokkan selain itu juga dapat mengurangkan stress dan dapat memelihara kesihatan dengan seimbang."

"Dapat membantu mempertingkatkan kekuatan mental dan ianya sangat bagus untuk 'release' dari beban kerja dan harian dalam menempuh perjalanan hidup. Kekal sihat dengan bersukan keutamaan saya."

Selain itu, melalui komen dan pandangan responden tentang aspek manfaat yang boleh didapati selain daripada penyataan pada Jadual 8 adalah aktiviti berbasikal dapat meningkatkan pengetahuan mengenai tempat-tempat yang menarik di Malaysia. Dengan aktiviti berbasikal, responden dapat melihat flora dan fauna, serta adat resam penduduk setempat, di mana sukar diperolehi jika menaiki kenderaan bermotor.

"Meluaskan pengetahuan geografi kawasan setempat malah mengeratkan silaturrahim sesama penduduk."

"Aktiviti 'touring' berbasikal juga merupakan satu terapi minda yang baik bagi melapangkan fikiran dan menyegarkan kembali kekuatan. Selain itu dgn ber 'touring' juga dapat menjelajah ke tempat yang menarik di sekitar Malaysia ini."

Jadual 9: Faedah Berbasikal Bagi Kedua Jenis Responden Bertujuan Latihan Silang dan Bukan Bertujuan Latihan Silang

PENYATAAN	**Responden Bertujuan Latihan Silang**	**Responden Bukan Bertujuan Latihan Silang**
Berbasikal merupakan satu cara yang murah, selamat dan	Min = 4.4174	Min = 4.1594

efektif menurunkan berat badan berbanding pil-pil diet.		
Kalori yang mampu dibakar adalah sekitar 200 – 500 kalori.	Min = 4.5670	Min = 4.2968
Meningkatkan kesihatan paru-paru dengan lebih baik.	Min = 4.7096	Min = 4.5837
Berbasikal meningkatkan kadar degupan jantung dan pengaliran darah ke seluruh tubuh.	Min = 4.7600	Min = 4.6255

Merujuk kepada Jadual 9, kedua-dua responden berbasikal bertujuan latihan silang dan responden berbasikal bukan bertujuan latihan silang bersetuju bahawa berbasikal merupakan satu cara yang murah, selamat dan efektif menurunkan berat badan berbanding pil-pil diet. Catatan pada nilai min bagi penyataan tersebut adalah pada nilai min tinggi. Berdasarkan kepada pandangan dan komen daripada responden di bawah menunjukkan aktiviti berbasikal adalah satu kaedah yang terbaik daripada pergantungan kepada ubat-ubatan atau pil-pil diet.

"Aktiviti berbasikal merupakan satu aktiviti yang sihat. Menurut beberapa pakar kesihatan, aktiviti berbasikal membuatkan seseorang hilang kemurungan, stres, dan awet muda serta umur lebih panjang berbanding orang yang tidak bergiat dalam sukan berbasikal kecuali seseorang itu mengambil pil atau ubat yang terlarang yang boleh mengancam kesihatan."

"Asal saya ceburi bidang basikal adalah nasihat doktor kerana ketika umur saya masuk 40an hasil 'medical checkup' saya gagal kerana terdapat penyakit darah tinggi. Panel doktor saya nasihatkan supaya berbasikal dari bergantung dgn makan ubat. Alhamdulillah hasilnya saya tiada lagi penyakit darah tinggi dengan aktif berbasikal."

Selain itu, aktiviti berbasikal mampu untuk dijadikan satu senaman yang baik bagi membakar kalori berlebihan dalam tubuh badan. Dengan ini, kesihatan tubuh badan dapat dikekalkan, stamina bertambah, disamping menurunkan berat badan. Dari dapatan pada Jadual 9 menunjukkan penyataan "Kalori yang mampu dibakar adalah sekitar 200-500 kalori" mencatatkan nilai min tinggi.

"Kalori yang dibakar bukan hanya di antara 200 hingga 500 kalori bagi jarak kayuhan 10 - 25km. Secara purata setiap sesi berbasikal saya 40km yang membakar sekitar 800 kalori."

"Pengalaman saya dari 7 tahun yang lalu, setelah berkahwin dalam 2 tahun berat badan saya terus naik sehingga pada tahap 90kg, tetapi pada tahun itu pejabat kami ada melakukan rutin Medical Checkup dan saya di 'diagnose' mempunyai 'fatty liver' tahap 2 dan menpunyai kadar keupayaan jantung yang tidak cekap dan mempunyai risiko darah tinggi serta diabetes. Doktor menasihatkan saya untuk menurunkan berat badan dan cuba untuk mulakan dengan bersukan. Pada mulanya saya hanya berjogging namun dengan berat badan saya itu, sendi-sendi dan lutut sering sakit ketika berjogging dan membuatkan saya hanya dapat berjogging 1 kali seminggu dan selebihnya berehat untuk menyembuhkan sakit-sakit sendi dan kesannya saya berat badan tetap tidak berubah. Kemudian saya beralih kepada berbasikal. Dengan berbasikal, saya tidak lagi sering merasa sakit sendi mungkin kerana tiada tekanan berat badan ke lutut atau sendi-sendi dan jarak yang saya berbasikal boleh sehingga 10-15km mengikut kemampuan badan dan jantung ketika itu. Hari demi hari saya berbasikal, saya mampu menurunkan berat badan saya. Sehingga sekarang dari pengalaman saya 7 tahun berbasikal, saya dapat menyimpulkan bahawa sukan berbasikal telah mengubah cara hidup saya kearah lebih sihat dan terus aktif."

Aktiviti berbasikal juga dapat meningkatkan kesihatan paru-paru. Berdasarkan penyataan "Meningkatkan kesihatan paru-paru dengan lebih baik" mencatatkan nilai min tinggi. British Medical Association mendapati aktiviti berbasikal sesuai diamalkan oleh penghidap bronkitis dan asma kerana keupayaannya dalam meningkatkan dan memperbaiki fungsi paru-paru (Ismadi, 26 Oktober 2020).

"Aktiviti berbasikal secara konsisten dapat menguatkan paru-paru saya lebih lagi saya mengalami Athma sejak 17 Tahun yang lalu."

Responden juga bersetuju dengan penyataan "Berbasikal meningkatkan kadar degupan jantung dan pengaliran darah ke seluruh tubuh" dimana telah mencatatkan nilai min tinggi melebihi 4.50.

Aktiviti berbasikal mempunyai hubungan positif dengan kesihatan kardiovaskular (Oja et al, 2011)(Flint et al, 2014) kerana semasa berbasikal pengaliran darah ke jantung bagi penunggang basikal akan meningkat. Peningkatan aliran darah membuatkan jantung memiliki oksigen mencukupi dan membantunya berdegup dengan lebih baik. Secara tidak langsung dengan melakukan aktiviti berbasikal akan mengurangkan risiko serangan jantung.

"Meningkatkan tahap kesihatan terutama jantung serta menurunkan berat badan tanpa risiko lain."

Secara keseluruhannya, banyak lagi faedah dan manfaat yang tidak disenaraikan oleh pengkaji melalui penyataan soal selidik. Dengan dapatan yang sedia ada, dapat dirumuskan bahawa aktiviti berbasikal sangat bermanfaat kepada sesiapa yang melibatkan diri dalam aktiviti ini. Memandangkan dunia dan Malaysia sedang menghadapi isu pandemik, berbasikal dilihat sebagai langkah terbaik untuk mengekalkan kesihatan, dan disebabkan itu aktiviti ini telah menjadi trend pada masa kini.

"Berbasikal memang satu aktiviti yang baik dan bagus untuk kesihatan, di mana dengan berbasikal kita dapat menurunkan berat badan, kolesterol, tekanan darah dan dapat memulihkan sakit otot pada lutut dan pinggang.berbasikal ini juga kita dapat mengenali kawan baru dan menambah pengetahuan, pengalaman dan kerjasama dalam pasukan."

6.0 KESIMPULAN

Dapatan kajian telah menjawab objektif kajian dan hasil dapatan menunjukkan responden bermotivasi untuk melaksanakan sukan berbasikal kerana faktor keseronokan melakukan aktiviti tersebut, disamping mengekalkan kesihatan diri dan bersosial bersama rakan-rakan dan kenalan baru. Berbasikal untuk sukan dan rekreasi, responden memilih melakukannya untuk manfaat kesihatan. Berdasarkan kepada tujuan latihan silang, majoriti responden berpengetahuan tentang kelebihan serta faedah melakukan latihan silang tetapi hampir separuh penunggang basikal menyertai sukan ini bukan bertujuan untuk latihan silang. Kajian juga mendapat pelbagai maklum balas penting dari responden dalam ruangan soalan terbuka, mengenai pengalaman, cadangan dan komen penunggang basikal di Malaysia.

Nukilan dari Mustakim (10 Disember 2020) dalam kosmo.com.my menyatakan trend akan tiba masanya menjadi surut, namun semasa kemuncaknya trend berbasikal, seharusnya penunggang basikal yang baru perlu belajar dari penunggang basikal yang berpengalaman supaya etika, adab dan peraturan berbasikal tidak dilanggar. Terdapat responden yang memberikan maklum balas seperti berikut:

"Saya berbasikal dah lebih 10 tahun dan pada pengamatan saya, 'newbie' dan mereka yang terikut-ikut dengan trend ini haruslah lebih memahami dan menguasai teknik-teknik kayuhan yang betul semasa di jalanraya. Sebelum ini, tiada permasalahan yang timbul antara pengguna jalanraya yang lain dengan penunggang basikal namun sejak akhir-akhir ini dilihat mereka-mereka yang boleh dikatakan baru berjinak-jinak dengan sukan ini tidak mengutamakan keselamatan diri dan pengguna lain dan dilihat lebih kepada terikut-ikut dengan trend semasa. Kesimpulannya saya berharap sangat agar 'newbie' ini lebih mengutamakan keselamatan di jalanraya demi kebaikan semua."

"Sejak PKP terlalu banyak pengayuh basikal baru yang tidak berdisiplin. Golongan baru hanya mementingkan keseronokan dan kemegahan tanpa memikir perasaan pengguna jalanraya yang lain. Akibatnya pengguna jalanraya hilang hormat kepada pengayuh basikal malah dianggap menyusahkan orang. Akibatnya pihak polis mula bertindak."

Bernama (11 Disember 2020) dengan merujuk Polis Diraja Malaysia (PDRM) telah merekodkan 56 kematian, 18 lagi cedera dan 63 cedera ringan daripada 137 kes kemalangan melibatkan penunggang basikal di negara ini bagi tempoh awal Januari 2020 hingga Oktober 2020. Penunggang basikal hendaklah sedar bahawa mereka boleh dikenakan tindakan mengikut Akta Pengangkutan Jalan (APJ) 1987 dan Kaedah-kaedah Lalu Lintas Jalan 1959.

"Pelbagai pihak harus berganding bahu untuk bersama-sama mencapai kata sepakat dari segi penggunaan dan keselamatan di jalanraya untuk manfaat bersama. Kesedaran sivik kepada semua pihak bahawasanya jalanraya bukan hanya untuk kenderaan bermotor sahaja. Lihat sahaja negara jiran seperti Thailand, Vietnam di mana pengguna basikal bebas berada di jalanraya seperti kenderaan bermotor yang lain."

Pendidikan mengenai keselamatan dalam menjalankan aktiviti sukan berbasikal adalah penting bagi menjamin keselamatan penunggang basikal (Amnan 13 Disember 2020). Berbasikal juga perlu dilakukan secara berperingkat mengikut kepada kemampuan badan. Terdapat responden yang memberikan nasihat seperti:

"Aktiviti berbasikal perlu mula dari asas terlebih dahulu. Baru ke peringkat seterusnya. Setiap orang yang hendak berbasikal amat perlu tahu asas berbasikal. Dari asas berbasikal, kita akan berasa seronok semasa berkayuh dan juga tidak cepat penat."

"Peningkatan trend berbasikal amatlah positif namun ianya harus selaras dengan peningkatan pengetahuan berbasikal untuk memastikan aktiviti ini tidak memudaratkan."

Pengkaji ingin berkongsi satu tips bagi mengetahui tahap kemampuan badan bagi melibatkan diri dalam aktiviti berbasikal. Tips mudah adalah dengan menggunakan kaedah yang dikenali sebagai *Talk Test*. Kaedah *Talk Test* memerlukan seseorang individu tersebut melihat lenggok ketika mereka bercakap. Jika seseorang itu mampu bercakap seperti biasa selepas menjalani aktiviti, itu menandakan mereka perlu meningkatkan lagi cara kayuhan mereka dan masa. Sekiranya sedikit mencungap, itu menandakan mereka pada kemampuan badan yang sebenar. Namun, jika percakapan menjadi sukar untuk bercakap dan terlalu tercungap, mereka perlu memperlahankan aktiviti berbasikal supaya tidak membebankan dan memberikan stres kepada anggota badan.

Bagi golongan lelaki, aktiviti berbasikal yang berlebihan juga mampu mengakibatkan masalah kesuburan. Berdasarkan penulisan dari Asyikin (27 Disember 2020) melalui hmetro.com.my menyatakan lelaki terdedah dan berisiko menghadapi masalah ketidaksuburan disebabkan oleh haba dari cuaca yang panas, tempat duduk basikal, dan seluar berbasikal yang ketat. Oleh itu, walaupun berbasikal dianggap trend terutamanya ketika musim pandemik COVID-19, seharusnya penunggang berbasikal mengambil langkah-langkah keselamatan dan kesihatan bagi mengurangkan impak dari aktiviti berbasikal.

"Berbasikal di pelbagai trek sangat baik untuk membina kekuatan otot, koordinasi keseimbangan badan dan kekuatan mental. Namun berhati-hatilah ketika berbasikal untuk mengurangkan risiko kecederaan."

Jadual 10 merupakan pandangan dan beberapa cadangan yang telah diterima daripada responden. Dengan pandangan dan cadangan yang diberikan diharap dapat membantu pihak yang berkenaan dalam membuat keputusan.

Jadual 10: Pandangan dan Cadangan Responden Mengenai Aktiviti Berbasikal

No	PANDANGAN DAN CADANGAN
01	*Buat kempen kesedaran pada pengguna jalanraya, menyediakan laluan khas berbasikal atau menutup laluan motorsikal pada hujung minggu untuk kegunaan penunggang basikal tidak menyelesaikan masalah yg dihadapi sekarang. Laluan khas berbasikal sesuai untuk 'recreational cyclist' yang kayuhannya sekitar 15km hingga 30km. Bagi peminat tegar berbasikal, mereka memilih untuk berkayuh sekitar 100-200km pada setiap kali kayuhan. Mereka juga memilih untuk menuju ke satu-satu destinasi, saya anggarkan tempat permulaaan bermula sekitar lembah klang, mereka menuju Teluk Intan, Port Dikson, Fraser Hill dan lain-lain. Disini kesedaran pada pengguna jalan raya lebih utama, baik pada pemandu kenderaan seperti lori, kereta, motorsikal dan juga penunggang basikal. Jika semua pihak ada sikap toleransi pada pengguna jalanraya, saya rasa tidak ada masalah untuk penunggang basikal berkayuh menggunakan jalanraya.*
02	*Sediakan laluan khas untuk basikal seluruh negara.*
03	*Saya berharap pada masa hadapan lebih banyak penyertaan dari pihak kerajaan, swasta, badan*

	koperat, institusi pengajian, badan sukan dan NGO serta rakyat sebagai individu berkerjasama dalam memastikan kebaikkan aktiviti berbasikal dapat memberi manafaat kepada semua.
04	*Perlukan lagi tahap kesedaran kepada rakyat tentang kebaikan berbasikal.*
05	*Aktiviti berbasikal perlu mendapat sokongan ramai pihak kerana ia mendatang banyak manfaat. Masyarakat perlu dididik supaya saling memahami antara penunggang dan masyarakat seperti di negara-negara maju, Jepun, China dan Eropah.*
06	*Minta pihak berwajib mengurangkan cukai basikal serta alat ganti basikal.*
07	*Perlu lebih pendedahan berkaitan undang-undang berbasikal dari segi keselamatan khususnya kepada yang baru menceburi bidang berbasikal.*
08	*Berharap agar kerajaan dapat membina litar khas untuk basikal seperti yang ada di Korea dan Thailand.*

Diharap kajian ini dapat memberikan satu kefahaman mengenai motivasi penunggang basikal dan faedah daripada aktiviti berbasikal sebagai rekreasi, yang membawa kepada trend berbasikal. Pengkaji mencadangkan agar pengkaji akan datang menjalankan kajian berkaitan dengan faedah berbasikal sebagai pengangkutan, kemudahan fasiliti berbasikal di Malaysia dan pandangan penunggang basikal terhadap pelaksanaan undang-undang baru yang ditetapkan. Secara keseluruhannya, kajian ini mencapai objektif yang telah ditetapkan oleh pengkaji.

RUJUKAN

Ahmad Ismadi Ismail (26 Oktober 2020), "*Had Kemampuan Hobi Berbasikal*", https://www.sinarharian.com.my

Ahmad Mustakim Zulkifli (10 Disember 2020), "*Trend Berbasikal Usah Sampai Dikecam*", kosmo.com.my.

Bernama (11 Disember 2020), "*Aktiviti berbasikal jadi trend baharu, 56 maut dalam kemalangan - Bukit Aman*", https://www.astroawani.com

Chan, H. C., Ho, W. K. & Yung, P. S. (2018), "*Sprint Cycling Training Improves Intermittent Run Performance*". Asia-Pacific Journal of Sports Medicine, Artroscopy, Rehabiliation and Technology 11, httpss://doi.org/10.1016/j.asmart.2017.11.001

Clancy R. B., Herring M. P., & Campbell M.J. (2017), "*Motivation Measures in Sport: A Critical Review and Bibliometric Analysis*". Frontier in Psychology 8:348, https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00348

Daniel J. Cipriani, Jeff D. Swartz, & Cynthia M. Hodgson. (1998). "*Triathlon and the Multisport Athlete*". Journal of Orthopedic & Sports Physical Theraphy 27 (1):42-50.

Flint, E., Cummins, S., & Sacker, A. (2014). "*Associations between Active Commuting, Body Fat, and Body Mass Index: Population based, Cross Sectional Study in United Kingdom*". BMJ 2014:349 https://doi.org/10.1136/bmj.g4887

Hamka Rosli (17 September 2020), "*Kayuh Basikal Jadi Trend, Ini Kelebihan Yang Ramai Tak Tahu*", https://www.koolfm.com.my

Jenkin, C. R., Eime, R. M., Westerbeek, H., O'Sullivan, G. & van Uffelen, J. G. Z. (2017). "*Sport and Ageing: A Systematic Review of the Determinants and Trends of Participation in Sport for Older Adults*". BMC Public Health 17:976

Loidl, M., Werner, C., Heym, L., Kofler, P., & Innerebner, G. (2019). "*Lifestyles and Cycling Behaviour – Data from a Cross-Sectional Study*". Data 4(140). https://doi.org/10.3390/data4040140

Luc G. Pelletier, Meredith A. Rocchi, Robert J. Vallerand, Edward L. Deci, dan Richard M. Ryan, "*Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II)*", Psychology of Sport and Exercise 14, https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002

Mohamad Fadil Bin Ibrahim (2019), "*Minat dan Penglibatan Pelajar Perempuan Terhadap Aktiviti Fizikal dan Permainan di Institut Pendidikan Guru*", Jurnal penglibatan wanita dalam sukan, https://www.researchgate.net/publication/335569308

Muhammad Amnan Hibrahim (13 Disember 2020), "*Persatuan basikal ajak semua peka keselamatan jalan raya*", https://www.sinarharian.com.my

Nor 'Asyikin Mat Hayin (27 Disember 2020), "*Waspada lelaki berbasikal!*", https://www.hmetro.com.my

Oja, P., Titze, S., Bauman, A., Geus, B., Krenn, P., Reger-Nash, B., & Kohlberger, T. (2011). "*Health Benefits of Cycling: A Systematic Review*". Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2011.01299.x

Patel, H., Alkhawam, H., Madanieh, R., Shah, N., Kosmas, C. E., & Vittorio, T. J. (2017). "*Aerobic vs Anaerobic Exercise Training Effects on the Cardiovascular Syste*,". World Journal of Cardiology 9(2):134-138 https://dx.doi.org/10.4330/wjc.v9.i2.134

Roberts, G. C., dan Treasure, D. C. (2011). "*Advances in Motivation in Sport and Exercise*". Champaign, IL: Human Kinetics.

Rusnani Mohamad Khalid (7 September 2020), "*Berbasikal mula tambat hati rakyat*", https://www.bharian.com.my

Uma Sekaran (2006), "*Research Methods For Business: A Skill Building Approach, 4th Edition*", Wiley India Pvt. Limited.

Wiersma W (1995), "*Research Methods in Education: An Introduction*", Boston: Allyn an Bacon

Yoon, J. G., Kim, S. H., & Rhyu, H. S. (2017). "*Effects of 16-week Spinning and Bicycle Exercise on Body Composition, Physical Fitness and Blood Variables of Middle School Students*". Journal of Exercise Rehabilitation, 13(4) :400-404, https://doi.org/10.12965/jer.1735052.526

Zender, A., Passmore, E., Mason, C., & Rissel, C. (2013). "Joy, Exercise, Enjoyment, Getting out: A Qualitative Study of Older People's Experience of Cycling in Sydney, Australia". Journal of Environmental and Public Health https://dx.doi.org/10.1155/2013/547453

“Football Conditioning” – Latihan Untuk Stamina Pemain Bola Sepak

Mohamed Yusup Bin Mohamad Yackub

Politeknik Kuching Sarawak

ABSTRAK

Sukan bola sepak adalah sukan yang mempunyai peminat yang ramai. Sukan ini telah dipertandingkan dari pelbagai peringkat umur bermula sejak seumur 5 tahun sehinggalah usia veteran. Bola sepak ialah sukan berpasukan yang paling banyak dimainkan dan ditonton di dunia. Badan pentadbiran dunia bola sepak iaitu Persekutuan Bola Sepak Antarabangsa (FIFA) atau Persekutuan Bola Sepak Antarabangsa menyatakan popularity sukan bola sepak telah meningkat terutamanya pada abad ke-20. Dalam bola sepak moden dengan corak permainan yang pantas, seseorang pemain bola sepak bukan sekadar memahami aspek teknikal dan tektikal bola sepak. Tetapi juga perlu mempunyai ketahanan fizikal iaitu stamina yang tinggi bagi mengharungi perlawanan bola sepak selama 90 minit. Mempunyai stamina yang tinggi bermaksud pemain tersebut boleh mengekalkan larian, pergerakan dan fokus yang sama sepanjang 90 minit perlawanan. Pemain yang mempunyai stamina yang bagus adalah pilihan jurulatih kerana dapat membantu pasukan mengekalkan tempo sepanjang perlawanan. Sebagai seorang jurulatih adalah amat penting menyediakan latihan bagi meningkatkan stamina pemain pasukan beliau. Salah satu kaedah bagi meningkat stamina pemain adalah melalui kaedah conditioning. Kajian ini adalah bagi melihat bagaimana kaedah conditioning boleh membantu meningkatkan stamina pemain bolasepak.

Kata Kunci*:* bola sepak, stamina, conditioning.

1.0 PENGENALAN

Bola sepak ialah sukan berpasukan yang paling banyak dimainkan dan juga ditontonkan di seluruh dunia pada masa kini, sukan ini dimainkan oleh dua pasukan yang mana setiap pasukan terdiri daripada 11 orang pemain. Sebelum abad ke-21, sukan ini telah dimainkan lebih daripada 250 juta orang di lebih buah 200 negara, yang menjadikannya sebagai sukan paling terkenal dan ia juga merupakan sukan rasmi di dunia.

Menurut Persekutuan Bola Sepak Antarabangsa (FIFA), permainan yang mempunyai ciri-ciri bola sepak telah wujud di negeri China sejak abad ke-3 sebelum masihi lagi. Berbagai-bagai jenis permainan bola juga telah diperkenalkan pada Zaman Pertengahan Eropah.

Popularity bola sepak telah meningkat terutamanya pada abad ke-21. Kini, bola sepak menjadi satu industri yang lumayan melalui pendapatan hak siaran televisyen dan penjualan tiket di stadium-stadium. Permainan ini dimainkan pada peringkat profesional di seluruh dunia. Berjuta-juta peminat biasanya pergi ke stadium bola sepak untuk mengikuti pasukan pilihan mereka, manakala berbilion-bilion yang lain pula melihat perlawanan bola sepak di televisyen. Sebilangan besar pemain juga bermain bola sepak pada peringkat amatur.

Permainan bola sepak moden telah mengalami banyak perubahan terutamanya rentak dan taktik permainan serta kemahiran individu pemain termasuk mengawal bola, membuat hantaran, mengelecek, merebut bola, menanduk dan menjaringkan gol. Paling penting dalam permainan ini ialah permainan berpasukan. Satu ciri penting permainan berpasukan ialah larian tanpa bola di mana pemain yang tidak mendapat bola mencari posisi supaya mudah bagi rakan sepasukan membuat hantaran atau untuk menarik pemain pertahanan lawan keluar dari posisi mereka. Pergerakan taktikal ini melibatkan pemain pertahanan, tengah ataupun penyerang bergantung kepada masa permainan semula atau dalam keadaan bola mati seperti tendangan percuma, tendangan penjuru dan lontaran ke dalam. Ini secara tidak langsung menjadikan pemain bola sepak era moden kini mesti mempunyai daya stamina yang tinggi bagi tempoh permainan selama 90 minit.

Dalam era bola sepak moden semua pemain bermain secara berpasukan. Penjaga gol, pertahanan, pemain tengah dan penyerang akan berkerja dalam satu unit dan sentiasa sokong antara satu sama lain. Ini boleh dilihat dalam 4 momen dalam struktur bola sepak iaitu Penguasaan Bola (BP), Penguasaan Pasukan Lawan (BPO), Peralihan dari BP ke BPO dan Peralihan dari BPO ke BP. Hal ini berbeza dengan situasi cara permainan bola sepak dulu yang hanya mempunyai 2 keadaan sahaja iaitu menyerang dan diserang. Justeru itu maka bola sepak adalah permainan yang memerlukan tahap kecergasan fizikal yang tinggi. Bola sepak memerlukan anda berjalan kaki, berlari dan berjoging untuk jarak jauh sepanjang tempoh masa yang lama.

Tahap stamina yang tinggi diperlukan untuk menjadi pemain bola sepak yang baik. Pada masa kini, kesedaran untuk mempertingkatkan tahap stamina dan kecergasan pemain telah mula mendapat perhatian di kalangan pasukan. Perkara ini dapat kita lihat melalui pelbagai usaha yang dijalankan setiap pengurusan pasukan apabila mewujudkan jawatan jurulatih kecergasan yang bertauliah dalam barisan jurulatih pasukan yang bertanggungjawab menilai dan memantau tahap kecergasan pemain dalam pasukan.

2.0 LATAR BELAKANG KAJIAN

Satu kajian pada bulan Julai 2018, yang diterbitkan dalam *Penyelidikan Jurnal Kekuatan dan Penyaman*, menggunakan teknologi GPS untuk mengukur prestasi elit pemain bola sepak Yunani semasa perlawanan liga profesional divisyen kedua. Berdasarkan data sumber GPS, penyelidik mendapati bahawa pada separuh pertama pertandingan, pemain mencapai jarak yang lebih besar pada setiap tahap kelajuan tetapi berjalan. Khususnya, pemain melepasi 2940.4 meter (1.83 batu) pada separuh pertama berbanding 2581.5 meter (1.60 batu) pada separuh kedua perlawanan. Kelajuan termasuk jogging, pelbagai kelajuan berlari dan berlari. Pemain tengah secara kolektif menutup ruang pemainan dalam padang lebih jauh daripada pemain penyerang dan pemain pertahanan.

Di sini adalah amat penting bagi seorang jurulatih merangka cara ataupun corak latihan. Jika dulu kebanyakkan jurulatih hanya lebih banyak menekan aspek taktikal sahaja. Manakala bagi latihan kecergasan hanya akan dibuat sebelum sesi latihan taktikal dibuat. Kajian ini lebih membincangkan bagaimana cara latihan *conditioning* mampu meningkatkan stamina pemain berbanding dengan kaedah tradisi.

3.0 OBJEKTIF KAJIAN

Objektif kajian ini adalah seperti berikut:

i. Untuk mengenalpasti cara atau kaedah latihan Football Conditioning untuk meningkatan kecergasan dan stamina pemain bola sepak.
ii. Untuk membanding antara kebaikkan latihan Football Conditioning dengan kaeadah tradisi.

4.0 METODOLOGI KAJIAN

Kajian ini dijalankan dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan kaedah pemerhatian melalui penglibatan secara aktif dalam aktiviti dan temu bual secara terus dengan jurulatih bola sepak yang bertauliah.

5.0 DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

Permainan bolas sepak memerlukan tahap stamina yang tinggi bagi mengharungi tempoh 90 minit permainan. Berdasarkan pada analisis saintifik permainan bola sepak oleh Raymond Verheijen, Ph.D. Sports Science yang terkenal dalam kajian berkenaan “Football Conditioning” dan “Periodisation Model” pada tahun 2017 menjelaskan, seseorang pemain bola sepak berada di keadaan baik untuk permainan bola sepak apabila apabila pemain tersebut mendapat membuat aksi yang lebih berkualiti,

mengekalkan kualiti sepanjang permainan bola sepak, akan pulih dengan lebih pantas antara dua aksi perlawanan bola sepak dan serta akan dapat mengekalkan pemulihan antara dua perlawanan bola sepak. Beliau juga menyatakan bahawa bola sepak semakin padat, oleh kerana itu jumlah aksi bola sepak yang intersiti tingi (pecut) dalam bola sepak profesional telah meningkat sebanyak 40% dalam tempoh 8 hingga 10 tahun kebelakangan serta jumlah jarak larian bukanlah faktor penentu bahawa seseorang itu mempunyai daya stamina yang tinggi.

Apa yang kita dapat lihat sekarang ini adalah kebanyakkan pemain bola sepak semakin lama tempoh permainan maka semakin perlahan tahap stamina pemain tersebut. Hal ini sepatutnya tidak berlaku kerana setiap pemain akan dikawal dan dipantau oleh jurulatih kecergasan pasukan. Kebanyakkan jurulatih kecergasan hanya lebih banyak membuat kaedah sesi latihan kaedah tradisi iaitu seperti larian, gym dan sebagaikan. Dalam kaedah tradisi kita akan melihat bola sepak dengan cara pespektif seperti berikut iaitu Position adalah (Starting block), Moment (Start signal), Direction (Sprint lane), Speed (Maximum sprinting) dan Movement. Sepatutnya dalam pendekatan kecergasan dalam permainan bola sepak adalah seperti berikut :-

i. Tidak ada blok permulaan
ii. Tidak ada saat yang ditentukan untuk memulakan tindakan
iii. Tidak ada arah yang ditentukan (tidak ada jalur pecut, tidak ada set arah, kon ke kon)
iv. Terdapat pergerakan berterusan
v. Kelajuan adalah satu-satunya pemboleh ubah.

Oleh itu jurulatih mesti dapat menganalisis bola sepak dengan baik, menentukan 'masalah bola sepak' pasukan atau pemain individu dan mesti ada perancangan dan melaksanakan latihan untuk merealisasikan tujuan latihan.

Menurut Anthony N. Turner and Perry F. Stewart melalui buku yang bertajuk *"Strength and Conditioning for Soccer Players"* pada tahun 2014, berdasarkan kajian yang beliau buat didapati bahawa sebagai tambahan selain teknikal dan kemahiran taktikal, pemain bola sepak mesti berkembang dan mengekalkan tahap tinggi tahap atletisme untuk berjaya. Penyelidikan sebelumnya telah mengenal pasti bahawa daya tahan aerobik , keupayaan untuk melakukan intensiti tinggi berulang kali tindakan, kelajuan, ketangkasan, dan kekuatan dan kekuatan semua penentu prestasi unggul. Walau bagaimanapun, perlu diperhatikan bahawa ciri fisiologi dan fizikal berbeza antara kedudukan yang berbeza. Berdasarkan bukti yang dinilai secara kritikal untuk pemain bola sepak. Tahap penyesuaian metabolik pemain bola sepak sangat penting dalam menentukan sumbangan mereka dalam permainan. Telah ditunjukkan berulang kali bahawa kapasiti aerobik maksimum berkaitan dengan parameter prestasi bola sepak seperti itu sebagai jarak yang dilalui, masa di bola, dan bilangan pecut semasa perlawanan.

Manakala Helgerud melaporkan bahawa menggunakan khusus latihan selang aerobik dengan 4 kali selama 4 minit akan membawa 90–95% maksimum degupan jantung, HRmax, sama dengan masa 3 minit berjoging di antara iaitu dua kali seminggu selama 8 minggu dengan pemain bola sepak lelaki boleh dicapai: Kapasiti aerobik yang dipertingkatkan, V̇O2max, dari 58.1 6 4.5 hingga 64.3 6 3.9 mL /kg / min. Meningkatkan jarak yang dilalui oleh 20%. Keamatan kerja purata meningkat dari 82.7 6 3.4% hingga 85.6 6 3.1% . Menambah bilangan pecut dengan 100%. Ambang laktat meningkat dari 47.8 6 5.3 hingga 55.4 6 4.1 mL / kg / min. Berjalan yang meningkat sebanyak 6.7%. Peningkatan jumlah penglibatan dengan bola sebanyak 24%. Kapasiti aerobik juga sesuai dengan kedudukan liga yang lebih tinggi, tahap persaingan dan lebih banyak pemain permulaan berbanding dengan bukan permulaan pemain. Oleh itu, keupayaan aerobik pemain bola sepak mesti dikembangkan.
Biasa bagi kaedah tradisi jurulatih kecergasan untuk membolehkan pemain membuat persembahan 100% pecut dalam bola sepak akan mengunakan kaedah seperti berikut untuk melatih kelajuan atau pecutan bagi meningkatkan prestasi pemain :-

i. Lari pecut 6 hingga 10 kali untuk 5 meter dengan 30 saat rehat dengan selang rehat (rehat maksimum)
ii. 4 hingga 8 kali larian bagi jarak 15 meter dengan 45 rehat saat selang rehat
iii. Lari pecut 2 hingga 6 kali bagi jarak 25 meter dengan 60 rehat saat selang rehat.

Bola sepak adalah sukan yang berdaya tahan tinggi, yang mana memerlukan oksigen untuk menukar apa yang kita makan (tenaga) hingga ATP (tenaga otot). Oksigen (pernafasan) hanya mengembalikan tenaga (ATP) untuk tindakan. Oleh itu apabila ada pemain kelihatan letih ianya bukan letih tetapi kerana mereka tidak sesuai secara aerobik, ini kerana mereka tidak dapat menghasilkan semula tindakan yang berkualiti. Larian dalam jangka masa yang lama tidak akan membetulkannya, sepatutnya mesti berlebihan untuk larian pendek dan pecut serta dimasukan sekali dengan aksi bola sepak seperti tendang, hantaran dan kawalan. Ini lama-kelamaan badan pemian akan dapat menyesuaikan diri.

Dalam kaedah Football Conditioning lebih banyak aksi latihan kecergasan atau stamina pemain dengan mengunakan bola ini termasuk aksi tendangan, hantaran, kawalan serta larian dan pecutan. Antara ciri utama kaedah latihan kaedah *conditioning* ini ialah lebih banyak aksi dan mengekalkan dengan bola serta dapat pulih dengan cepat. Kaedah yang digunakan untuk membuat sesi latihan conditioning ini ialah Small game, Medium game dan Big game. Jadual 1 dibawah menerangkan cara latihan dengan kaedah *Conditioning* untuk pemain bola sepak.

Jadual 1 : Format Latihan Conditioning

Bilangan pemain	**Saiz grid (m)**	**Masa**	**Catatan**
3v3/4v4 (Small game)	30 x 20/35 x 25 dengan 2 grid kecil dengan saiz 5 x 5	Main 1 minit dengan 3 minit rehat. Ulang 6 kali untuk 1 siri. 2 siri dengan rehat 4 minit antara siri.	Komponen taktikal terhad Jumlah aksi tinggi setiap pemain Intensiti tinggi Peningkatan pecutan / perlambatan dan pertukaran arah
Peraturan : Penjaga Gol hanya boleh membuat satu sentuhan (1 touch) sahaja Setiap pemain berusaha bermain untuk menjarikan gol Tiada lontaran dalam dan sepakan sudut Setiap bola yang keluar kena bermula dari penjaga gol dengan masa 3 saat sahaja. Gol akan dikira apabila pemain yang menjaringkan gol berada di kawasan pihak lawan. Selepas 1 minit permainan semua pemain dikehendaki keluar daripada kawasan grid permainan dan diganti dengan lain. Pemain yang keluar akan berehat selama 3 minit dengan melakukan aktiviti seperti juggling; positioning atau foot volley game di kawasan grid yang kecil.			
5v5/6v6/7v7 (Medium game)	40 x 30/60 x 35	Main 4 minit dengan 2 minit rehat. Ulang 4 kali untuk 1 siri sahaja	Komponen taktikal sederhana Jumlah tindakan sederhana hingga tinggi Keamatan sederhana hingga tinggi Pecutan / perlambatan dan tinggi kelajuan berlari
Peraturan : Penjaga gol hanya boleh membuat satu atau dua sentuhan (one or two touch) sahaja Setiap pemain berusaha bermain untuk menjarikan gol Tiada lontaran dalam dan sepakan sudut Setiap bola yang keluar kena bermula dari penjaga gol dengan masa 3 saat sahaja. Gol akan dikira apabila pemain yang menjaringkan gol berada di kawasan pihak lawan. Pemain pertahana juga boleh membuat off side. Selepas 4 minit permainan semua pemain dikehendaki keluar daripada kawasan grid permainan dan berehat selama 2 minit sebelum memulakan ulangan yang seterusnya lagi.			

8 v 8/9 v 9/10 v 10/11 v 11 (Big game)	70 x 40/90 x 45	Main 10 minit dengan 2 minit rehat. Ulang 2 kali untuk 1 siri sahaja	Komponen taktikal tinggi Jumlah aksi per pemain rendah . Keamatan yang lebih rendah (peningkatan pemulihan antara tindakan) . Berlari dengan kelajuan tinggi Penekanan aerobik lebih besar
Peraturan : Penjaga gol hanya boleh membuat satu atau dua sentuhan (one or two touch) sahaja. Setiap pemain berusaha bermain untuk menjarikan gol Tiada lontaran dalam dan sepakan sudut. Setiap bola yang keluar kena bermula dari penjaga gol dengan masa 3 saat sahaja. Gol akan dikira apabila pemain yang menjaringkan gol berada di kawasan pihak lawan. Jika tiada sorang pemain lawan yang turun balik maka gol itu akan dikira 2 jaringan. Mana-mana pasukan yang menjaringkan gol, permainan akan bermula dari penjaga gol pasukan yang menjaringkan gol. Semasa menyerang penjaga gol mestilah bergerak membantu sehingga boleh melepasi kawasan tengah grid. Pemain pertahanan juga boleh membuat off side. Selepas 4 minit permainan semua pemain dikehendaki keluar daripada kawasan grid permainan dan berehat selama 2 minit sebelum memulakan ulangan yang seterusnya lagi.			

Ini dicapai melalui pengaplikasian prinsip ini di dalam kitaran 6 minggu berturut-turut. Setiap daripada 3 conditioning ini adalah bertumpu selama 2 minggu kitaran, mengikut urutan tertentu *(Small game, Medium game dan Big game*) seperti contoh dalam jadual latihan atau *Periodization* iaitu Jadual 2 dan Jadual 3. *Periodization* atau membentuk jadual senaman boleh didefinisikan sebagai program jangka masa panjang untuk memaksimakan potensi dalam pertandingan. Ia adalah program yang tersusun dan bermatlamat adalah untuk memaksimakan potensi dan mengurangkan risiko kecederaan pemain.

Jadual 2 : 6 Minggu Asas Periodisation

Minggu 1 dan 2	**Minggu 3 dan 4**	**Minggu 5 dan 6**
Explosivity Preparation Exercises (EPE)	Football Sprints (FS) dengan rehat pendek (Kuantiti)	Football Sprints (FS) dengan panjang rehat (Kualiti)
Big Game 8 v 8/9 v 9/10 v 10/11 v 11	*Medium Game* 5v5/6v6/7v7	*Small Game* 3v3/4v4

**EPE - latihan yang intensiti tinggi dengan isipadu rendah*
**FS – larian pecut 5 ke 15 meter maksimam dan pelbagai arah*

Jadual 3 : Contoh Periodisation of Conditioning

Kitaran	**Minggu 1**	**Minggu 2**	**Minggu 3**	**Minggu 4**	**Minggu 5**	**Minggu 6**
	Explosivity Preparation Exercises (EPE)		**Football Sprints (FS) dengan rehat pendek (Kuantiti)**		**Football Sprints (FS) dengan panjang rehat (Kualiti)**	
	8v8/9v9/10v10/11v11		**5v5/6v6/7v7**		**3v3/4v4**	
Kitaran 1	3 x 12'	3 x 13'	4 x 5'	4 x 5.5'	2x6x1' (3'R)	2x6x1' (2.5'R)
Kitaran 2	3 x 13'	3 x 14'	4 x 5.5'	4 x 6'	2x6x1' (2.5'R)	2x6x1' (2'R)
Kitaran 3	3 x 14'	3 x 15'	4 x 6'	4 x 6.5'	2x6x1' (2'R)	2x6x1' (1.5'R)
Kitaran 4	3 x 15'	4 x 12'	4 x 6.5'	4 x 7'	2x6x1' (1.5'R)	2x6x1' (1'R)
Kitaran 5	4 x 12'	4 x 13'	4 x 7'	4 x 7.5'	2x6x1' (1'R)	2x6x1' (0.45"R)

Kitaran 6	4 x 13'	4 x 14'	4 x 7.5'	4 x 8'	2x6x1' (0.45"R)	2x6x1' (0.30"R)

**R – masa rehat*

Jurulatih boleh menyelitkan sesi latihan tektikal dalam sesi latihan bersama dengan sesi latihan conditioning ini. Walaupun bagaimana pun bagi mengelakan pemain mengalami kecederaan semasa latihan pastikan setiap kitaran latihan conditioning diberi masa pemulihan yang mencukupi dengan kiraan masa seperti Jadual 4.

Jadual 4 : Tempoh Masa Pemulihan

Jensi latihan conditioning	**Masa pemulihan**
Big games	24 jam
Medium games	48 jam
Small games	72 jam

Justeru itu setiap jurulatihan hendaklah pandai dalam menyusun jadual latihan. Apa yang kita boleh lihat antara kelebihan sistem latihan conditiong dibanding dengan kaedah tradiri adalah seperti yang dinyatakan dalam Jadual 5 berikut.

Jadual 5 :- Perbandingan Kaedah Tradisional Dengan Kaedah Football Conditioning

Kaedah Tradisional	**Kaedah Football Conditioning**
Peningkatan pantas	Peningkatan secara beransur-ansur
Kecergasan jangka pendek kecergasan	Kecergasan jangka panjang
Kecergasan menurun menjelang akhir musim	Kecergasan meningkat secara berterusan sepanjang musim
Lebih banyak kecederaan	Kurang kecederaan
Kurang seketika pemain akan berada di padang latihan	Lebih banyak masa pemain akan berada di padang latihan
Pemain akan cepat mengalami keletihan	Pemain sentiasa dapat mengekalkan kecergasan

6.0 KESIMPULAN

Hasil dari perbincangan kita boleh dapati bahawa model ‘tradisional’ dalam latihan kecergasan pemain bola sepak boleh ‘menghukum’ pemain, sehingga boleh mendatangkan kecederaan kepada pemain secara tidak langsung. Selain itu kaedah latihan tradisi ini secara santifik agak tidak berfungsi dalam mengekalkan kecergasan mereka sepanjang musim pertandingan atau kejohanan. Model Football Conditioning secara berterusan boleh mengembangkan kecergasan pemain selangkah demi selangkah sepanjang musim tanpa hilang nilai waktu persediaan pasukan tidak berkaitan aktiviti bola sepak contohnya latihan kecergasan dalam bentuk larian bukit, basikal, berenang dan lain-lain.

Selain itu dari kemahiran teknikal dan taktikal yang diperlukan, pemain bola sepak juga mesti berkembang dan mengekalkan tahap tinggi tahap pengkondisian aerobik dan anaerobik, kelajuan, ketangkasan, kekuatan, dan kuasa. Semasa melaksanakan latihan, boleh juga disarankan agar pendekatan berkala iaitu kaedah tradisional digunakan dalam tempoh pramusim manakala pendekatan Football Conditioning dilaksanakan dalam musim tempoh pertandingan. Ini adalah selain latihan pembangunan fizikal, penting untuk mengambil kira tempoh pemulihan bagi mengelakkan kecederaan pemain.

RUJUKAN

AFC & FFA. (2020, December). *"Football Conditioning Periodising Training 6 Week Cycle",* dimuat turun dari https://www.slideshare.net/PedMenCoach/football-conditioning-ffa.

Anthony N. Turner and Perry F. Stewart, (2014). *"Strength and Conditioning for Soccer Players".* London Sport Institute, Middlesex University, and Queens Park Rangers Football Club, London, England, United Kingdom.

Dr. William A. Sands, Jacob J. Wurth & Dr. Jennifer K. Hewit, (2012). *"BASICS OF STRENGTH AND CONDITIONING MANUAL"*. National Strength and Conditioning Association.

FAM. (2021, January). *" DNA Bola Sepak Malaysia",* dimuat turun dari https://www.fam.org.my/sites/default/files/DNA%20BOLA%20SEPAK%20MALAYSIA

FAM. (2021, January), *"FAM Roadmap Handbook"* dimuat turun dari https://www.fam.org.my/sites/default/files/FAM%20Roadmap%20HandBook%20%28Bahasa%29_LR_0.

FIFA. (2021, January). *"Youth Football Manual"* dimuat turun dari https://resources.fifa.com/image/upload/youth-football-training-manual 2866317.pdf?cloudid=mxpozhvr2gjshmxrilpf.

Raymond Verheijen, (2017). *"Conditioning For Soccer",* Reedswain Book And Video Pennsylvania.

POLITEKNIK
MALAYSIA
METrO JOHOR BAHRU

No.64 Jalan Suria 19,
Taman Putera,
81100 Johor Bahru.
No.Tel ; 07-3358851

Politeknik METrO Johor Bahru

politeknikmetrojohorbahru

http://www.pmjb.edu.my/pmjbv2/

e ISBN 978-967-11901-1-1

9 789671 190111