05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

HUBUNGAN ANTARA KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL DENGAN KEMAHIRAN RAGBI DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI RIMAU

AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2020

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

HUBUNGAN ANTARA KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL DENGAN KEMAHIRAN RAGBI DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI RIMAU

AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

DISERTASI DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK MEMPEROLEH IJAZAH SARJAN PENDIDIKAN SAINS SUKAN (MOD PENYELIDIKAN DAN KERJA KURSUS)

FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2020

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

Sila tanda (√)
Kertas Projek
Sarjana Penyelidikan
Sarjana Penyelidikan dan Kerja Kursus
Doktor Falsafah

INSTITUT PENGAJIAN SISWAZAH

PERAKUAN KEASLIAN PENULISAN

Perakuan ini telah dibuat pada **11** (hari bulan) **FEBRUARI** (bulan) **2020.**

i. Perakuan pelajar :

Saya, **AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI, M20171000767, FSSKJ** (SILA NYATAKAN NAMA PELAJAR, NO. MATRIK DAN FAKULTI) dengan ini mengaku bahawa disertasi/tesis yang bertajuk **HUBUNGAN ANTARA KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL DENGAN KEMAHIRAN RAGBI DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI RIMAU.**
adalah hasil kerja saya sendiri. Saya tidak memplagiat dan apa-apa penggunaan mana-mana hasil kerja yang mengandungi hak cipta telah dilakukan secara urusan yang wajar dan bagi maksud yang dibenarkan dan apa-apa petikan, ekstrak, rujukan atau pengeluaran semula daripada atau kepada mana-mana hasil kerja yang mengandungi hak cipta telah dinyatakan dengan sejelasnya dan secukupnya

Tandatangan Pelajar

ii. Perakuan Penyelia:

Saya, **PROF. DR. AHMAD BIN HASHIM** (NAMA PENYELIA) dengan ini mengesahkan bahawa hasil kerja pelajar yang bertajuk **HUBUNGAN ANTARA KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL DENGAN KEMAHIRAN RAGBI DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI RIMAU.**
(TAJUK) dihasilkan oleh pelajar seperti nama di atas, dan telah diserahkan kepada Institut Pengajian Siswazah bagi memenuhi sebahagian/sepenuhnya syarat untuk memperoleh Ijazah **SARJANA PENDIDIKAN SAINS SUKAN** (SLA NYATAKAN NAMA IJAZAH)

18/02/20
Tarikh

Tandatangan Prof. Dr. Ahmad Bin Hashim
Fakulti Sains Sukan Dan Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tg. Malim, Perak.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

INSTITUT PENGAJIAN SISWAZAH /
INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES

BORANG PENGESAHAN PENYERAHAN TESIS/DISERTASI/LAPORAN KERTAS PROJEK
DECLARATION OF THESIS/DISSERTATION/PROJECT PAPER FORM

Tajuk / *Title*: **HUBUNGAN ANTARA KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL DENGAN KEMAHIRAN RAGBI DALAM KALANGAN PEMAIN RAGBI RIMAU**

No. Matrik /*Matric No.*: **M20171000767**

Saya / *I* : **AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI**

(Nama pelajar / *Student's Name*)

mengaku membenarkan Tesis/Disertasi/Laporan Kertas Projek (Kedoktoran/Sarjana)* ini disimpan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (Perpustakaan Tuanku Bainun) dengan syarat-syarat kegunaan seperti berikut:-
acknowledged that Universiti Pendidikan Sultan Idris (Tuanku Bainun Library) reserves the right as follows:-

1. Tesis/Disertasi/Laporan Kertas Projek ini adalah hak milik UPSI.
   The thesis is the property of Universiti Pendidikan Sultan Idris
2. Perpustakaan Tuanku Bainun dibenarkan membuat salinan untuk tujuan rujukan dan penyelidikan.
   Tuanku Bainun Library has the right to make copies for the purpose of reference and research.
3. Perpustakaan dibenarkan membuat salinan Tesis/Disertasi ini sebagai bahan pertukaran antara Institusi Pengajian Tinggi.
   The Library has the right to make copies of the thesis for academic exchange.
4. Sila tandakan (√) bagi pilihan kategori di bawah */ Please tick (√) from the categories below:-*

☐	**SULIT/*CONFIDENTIAL***	Mengandungi maklumat yang berdarjah keselamatan atau kepentingan Malaysia seperti yang termaktub dalam Akta Rahsia Rasmi 1972. / *Contains confidential information under the Official Secret Act 1972*
☐	**TERHAD/*RESTRICTED***	Mengandungi maklumat terhad yang telah ditentukan oleh organisasi/badan di mana penyelidikan ini dijalankan. / *Contains restricted information as specified by the organization where research was done.*
☑	**TIDAK TERHAD / *OPEN ACCESS***	

(Tandatangan Pelajar/ Signature)

Tarikh: 18/02/20

(Tandatangan Penyelia / *Signature of Supervisor*)
& (Nama & Cop Rasmi / *Name & Official Stamp*)

Prof. Dr Ahmad Bin Hashim
Fakulti Sains Sukan Dan Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tg. Malim, Perak.

Catatan: Jika Tesis/Disertasi ini **SULIT @ TERHAD**, sila lampirkan surat daripada pihak berkuasa/organisasi berkenaan dengan menyatakan sekali sebab dan tempoh laporan ini perlu dikelaskan sebagai **SULIT** dan **TERHAD**.

Notes: If the thesis is CONFIDENTAL or RESTRICTED, please attach with the letter from the related authority/organization mentioning the period of confidentiality and reasons for the said confidentiality or restriction.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

PENGHARGAAN

Saya ingin mengucapkan syukur Alhamdulillah ke hadrat Allah S.W.T, kerana di atas limpah dan kurniaNya, maka dapatlah saya menyiapkan tesis ini dengan jayanya walaupun menempuhi pelbagai dugaan dan rintangan. Alhamdulillah.

Di kesempatan ini, saya ingin mengucapkan jutaan terima kasih yang tidak terhingga kepada Prof. Dr. Ahmad Bin Hashim, selaku penyelia saya di atas kesabaran, sokongan, nasihat dan bimbingan yang diberikan banyak membantu kepada kejayaan dalam penghasilan tesis ini. Segala bantuan, semangat, strategi dan kebijaksanaan beliau telah banyak mengajar saya untuk menjadi seorang penyelidik dan pendidik yang baik. Tidak dilupakan juga kepada En. Yusof Ahmad selaku penyelia bersama dan barisan pensyarah dan staf teknikal di Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan UPSI yang sudi berkongsi pengalaman sepanjang pengajian ini. Segala pengalaman yang dilalui pasti tidak dapat dilupakan.

Terima kasih kepada pihak Kementerian Pendidikan Malaysia kerana telah menganugerahkan biasiswa bagi melanjutkan pelajaran ke peringkat ini. Terima kasih juga kepada Jabatan Pendidikan Negeri Selangor serta sekolah-sekolah yang terlibat kerana telah memberi sokongan penuh dalam kerja lapangan dan memudahkan proses untuk mendapat data.

Ribuan terima kasih kepada ibu yang saya sayangi, Hajjah Azizah Binti Awang yang sentiasa memberi kasih sayang, dorongan, doa, peringatan dan panduan hidup yang amat saya perlukan. Ucapan terima kasih kepada isteri tersayang, Pn. Zurainie Bt Othman dan kedua anak saya Adam Ar-Rayyan dan Hawa Ar-Raisya atas kesabaran, sokongan, bantuan, toleransi, cinta dan doa kalian, sehingga tesis dan pengajian ini dapat disempurnakan dengan jayanya. Sesungguhnya segala pengorbanan yang telah dilakukan amat saya sanjungi dan akan saya ingati sepanjang hayat ini.

Akhir kata, ucapan terima kasih juga kepada semua yang terlibat secara langsung dan tidak langsung dalam memberikan sumbangan cadangan dan bantuan dalam menyiapkan tesis ini. Semoga penyelidikan dan tesis ini dapat dijadikan wadah ilmu yang berguna untuk tatapan generasi akan datang.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

ABSTRAK

Tujuan utama kajian ini dilakukan adalah untuk mengenal pasti hubungan komponen kecergasan fizikal ke atas kemahiran ragbi dalam kalangan pemain ragbi rimau. Kajian ini berbentuk kajian kuantitatif dengan menggunakan reka bentuk kajian kes sekali (*the one shot case study*). Instrumen komponen kecergasan fizikal yang digunakan dalam kajian ini ialah ujian lompat jauh berdiri, ujian T, ujian lari pecut 30-meter, ujian tekan tubi dan daya tahan kardiovaskular. Manakala kemahiran ragbi di ukur dengan menggunakan ujian kemahiran menghantar bola ragbi, kemahiran menerima bola ragbi, kemahiran menyepak bola ragbi, kemahiran menangkap bola ragbi dan kemahiran menyentuh pihak lawan. Seramai 180 orang murid lelaki telah dipilih sebagai sampel kajian dengan menggunakan kaedah persampelan rawak berstrata. Data dianalisis menggunakan analisis regresi berganda. Dapatan kajian menunjukkan terdapat hubungan antara komponen kecergasan fizikal yang signifikan ke atas pemain ragbi dengan nilai R^2 = 1.520, F (8,171) = 23.20, P<.001. Kajian menunjukkan bahawa enam daripada tujuh pemboleh ubah peramal bakat dalam kemahiran ragbi rimau mempunyai korelasi yang signifikan dalam ujian tinggi berdiri (r= -.277, p <.001), komposisi tubuh badan (r= -.132, p <.039), daya tahan kardiovaskular (r= .278, p <.001), ujian lari pecut 30-meter (r= -.449, p <.001), ujian T (r= -.534, p <.001) dan ujian tekan tubi (r= .655, p <.001). Kesimpulannya, Hasil kajian ini menunjukkan komponen kepantasan, komposisi tubuh badan, kekuatan otot, daya tahan kardiovaskular dan ketangkasan mempunyai pengaruh yang signifikan ke atas kemahiran ragbi rimau. Dapatan kajian akan memberi faedah kepada jurulatih sekolah sewaktu memilih pemain untuk pasukan ragbi mereka, dengan parameter yang diuji dalam kajian ini boleh digunakan sebagai parameter pemilihan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL FITNESS COMPONENT WITH RUGBY SKILLS AMONG RUGBY RIMAU PLAYERS

ABSTRACT

The main aim of study was to identify the influence of physical fitness component on rugby skills among rugby players. This was a quantitative study using the one-shot case study. The physical fitness component instruments used in this study were stand-up jump test, T-test, 30-meter sprint test, push-up test and cardiovascular endurance. Whereas the rugby skills were measured using the skills of passing a rugby ball, the skills of receiving the rugby ball, the skills of kicking the rugby ball, the skills of catching the rugby ball and the skill of touching the opponent. A total of 180 male students were selected as the study sample using a stratified random sampling method. Data were analysed using multiple regression analysis. The results show that there is a significant relationship of physical fitness component on rugby palyers with value of R^2 = 1.520, F (8,171) = 23.20, P<.001. Studies show that six of seven predictors of talent for rigorous rugby skills had significant correlations with high stand-up jump test (r =-.277,p<.001), body composition (r=-.132,p<.039), cardiovascular endurance (r =.278, p<.001), 30-meter sprint (r=-.449, p<.001), T-test (r=-.534,p<.001) and the push-up test (r =.655, p<.001,). In conclusion, the findings of this study show that components of speed, body composition, muscle strength, cardiovascular endurance and agility have a significant positive relationship on rugby skills. Output of this study will be beneficial to school coaches when selecting players for their rugby team, as parameters tested during this study can be used as a selestion parameters.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

KANDUNGAN

Muka surat

PERAKUAN KEASLIAN ii

BORANG PENGESAHAN PENYERAHAN TESIS iii

PENGHARGAAN iv

ABSTRAK v

ABSTRACT vi

KANDUNGAN vii

SENARAI JADUAL xii

SENARAI RAJAH xiv

SENARAI LAMPIRAN xv

BAB 1 PENDAHULUAN 1

1.1 Pengenalan 1

1.2 Latar Belakang Kajian 3

1.3 Penyata Masalah 6

1.4 Objektif Kajian 9

1.5 Persoalan Kajian 9

1.6 Kepentingan Kajian 10

1.7 Limitasi Kajian 11

1.8 Definisi Operasional 12

1.8.1 Komponen Kecergasan Fizikal 12

1.8.2 Daya Tahan Kardiovaskular 12

1.8.3 Komposisi Tubuh Badan 13

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

	1.8.4	Kepantasan	13
	1.8.5	Kuasa	14
	1.8.6	Kekuatan Otot	14
	1.8.7	Ketangkasan	14
	1.8.8	Antropometri	15
	1.8.9	Kemahiran Ragbi Rimau	15
	1.8.10	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi	16
	1.8.11	Kemahiran Menerima Bola Ragbi	16
	1.8.12	Kemahiran Menyepak *drop kick* Bola Ragbi	16
	1.8.13	Kemahiran Menangkap Bola Ragbi	17
	1.8.14	Kemahiran Berlari Dan Menyentuh Pihak Lawan	17
BAB 2	**TINJUAN LITERATUR**		18
	2.1	Pengenalan	18
	2.2	Mengenal Pasti Bakat Ragbi	19
	2.3	Ujian Kemahiran Ragbi	23
	2.4	*Deliberate Practice Theory*	28
	2.5	Teori Algoritma	31
	2.6	Model Pembangunan Penglibatan Sukan	32
	2.7	Kesimpulan	36
BAB 3	**METODOLOGI KAJIAN**		37
	3.1	Pengenalan	37
	3.2	Kerangka Konseptual Kajian	38
	3.3	Reka Bentuk Kajian	40

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.4	Populasi Kajian	41
3.5	Sampel Kajian	42
3.6	Kajian Rintis	51
3.6.1	Pentadbiran Kajian Rintis	52
3.6.2	Kesahan Ujian	54
3.6.3	Objektiviti Pembantu Penguji	55
3.6.4	Kebolehpercayaan	68
3.6.4.1	Prosedur Menjalankan Kaedah Uji Dan Ulang Uji	69
3.6.4.2	Nilai Kebolehpercayaan Antropometri Dan Kecergasan Fizikal	72
3.6.4.3	Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Asas Ragbi.	74
3.7	Pentadbiran Kajian Sebenar	76
3.7.1	Pentadbiran Ujian Kajian Sebenar	86
3.8	Instrumen Kajian	87
3.8.1	Komponen Kecergasanan Fizikal	87
3.8.1.1	Daya Tahan Kardiovaskular	87
3.8.1.2	Komposisi Tubuh Badan	89
3.8.1.3	Kepantasan	90
3.8.1.4	Kuasa	91
3.8.1.5	Kekuatan Otot (Plank)	92
3.8.1.6	Ketangkasan	93
3.8.1.7	Antropometri	94
3.8.1.8	Ujian Tekan Tubi	96
3.8.2	Kemahiran Asas Dalam Ragbi Rimau	98

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

		3.8.2.1 Menghantar Bola	98
		3.8.2.2 Menerima Bola	99
		3.8.2.3 Menyepak Bola	100
		3.8.2.4 Menangkap Bola	101
		3.8.2.5 Berlari dan Menyentuh	103
	3.9	Prosedur Pengumpulan Data	103
	3.10	Kaedah Analisis Data	104
	3.11	Kesimpulan	105
BAB 4	**HASIL DAPATAN**		106
	4.1	Pengenalan	106
	4.2	Data Demografi dan Analisis Deskriftif Kajian	107
	4.3	Persoalan Kajian Pertama	109
	4.4	Persoalan Kajian Kedua	110
	4.5	Persoalan Kajian Ketiga	113
	4.6	Persoalan Kajian Keempat	117
	4.7	Persoalan Kajian Kelima	121
	4.8	Persoalan Kajian Keenam	125
	4.9	Persoalan Kajian Ketujuh	129
	4.10	Persoalan Kajian Kelapan	133
	4.11	Kesimpulan	137
BAB 5	**PERBINCANGAN, KESIMPULAN DAN CADANGAN**		139
	5.1	Pengenalan	139
	5.2	Kesahan kandungan instrumen penilaian kemahiran	140

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

	ragbi rimau dan kebolehpercayaan instrumen penilaian komponen kecergasan fizikal	
5.3	Hubungan Skor Kecergasan Fizikal dengan Skor Instrumen Penilaian Kemahiran Ragbi secara Umum dan Spesifik	143
5.4	Hubungan Skor Kecergasan Fizikal Dengan Skor Instrumen Penilaian Kemahiran Menerima, Menghantar, Menyepak, Menangkap dan Berlari.	146
5.5	Perbincangan Impak dan Teori Kajian	151
5.6	Kesimpulan	154
5.7	Cadangan Kajian Lanjutan	156

RUJUKAN 157

LAMPIRAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI JADUAL

No. Jadual		Muka Surat
2.1	Ujian Kecergasan Fizikal untuk Mengenal Pasti Bakat Sukan Ragbi	22
2.2	Instrumen Ujian Kemahiran Mengenal Pasti Bakat Sukan Ragbi	26
3.1	Saiz sampel berdasarkan kepada kuasa dan saiz kesan	45
3.2	Jumlah bilangan murid lelaki di setiap sekolah yang di pilih secara rawak	46
3.3	Skor Pakar Bidang Ragbi Rimau	53
3.4	Senarai Kesahan Ujian Komponen Kecergasan Fizikal	54
3.5	Pentadbiran Kajian Rintis Bagi Mendapatkan Nilai Objektiviti Pembantu Penguji Satu dan Pembantu Penguji Kedua	57
3.6	Pentadbiran Kajian Rintis Bagi Mendapatkan Nilai Objektiviti Pembantu Penguji Kedua	60
3.7	Nilai Pekali Korelasi Antara Penyelidik dan Pembantu Penguji Terhadap Ujian Komponen Kecergasan Fizikal Terhadap Pemain Ragbi Rimau	61
3.8	Pentadbiran Bagi Mendapatkan Nilai Kebolepercayaan Ujian (Penyelidik)	70
3.9	Nilai Kebolehpercayaan Ujian Antropometri dan Kecergasan Fizikal.	73
3.10	Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Asas Ragbi.	74
3.11	Nilai Kebolehpercayaan Ujian Komponen Kecergasan dan Ujian Kemahiran Asas Ragbi	75
3.12	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Keenam)	77
3.13	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Ketujuh)	78

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.14	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kelapan)	79
3.15	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesembilan)	80
3.16	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesepuluh)	81
3.17	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesebelas)	82
3.18	Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kedua Belas)	83
3.19	Pentadbiran Kajian Sebenar (Minggu Ketiga Belas)	84
3.20	Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar (Minggu Keempat Belas)	85
4.1	Analisisi Diskriptif Min dan Sisihan Piawai Skor Komponen Kecergasan Fizikal dan Skor Kemahiran Asas Ragbi Rimau	108
4.2	Skor Pakar Bidang Ragbi Rimau	110
4.3	Nilai Kebolehpercayaan Ujian Ketinggian Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Ujian Yo-Yo, Ujian Lari Pecut 30 Meter, Ujian Lompat Jauh Berdiri, Ujian T, Ujian Plank Dan Ujian Tekan Tubi	111
4.4	Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Menghantar Bola Ragbi, Kemahiran Menerima Bola Ragbi, Kemahiran Menendang Bola Ragbi, Kemahiran Menangkap Bola Ragbi dan Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	112
4.5	Model Summary	114
4.6	Model Summary	118
4.7	Model Summary	122
4.8	Model Summary	126
4.9	Model Summary	130
4.10	Model Summary	134

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI RAJAH

No. Rajah		Muka Surat
2.1	Hubungan pemboleh ubah tradisional dalam Kesatuan Ragbi.	32
3.1	Kerangka Konseptual Kajian	39
3.2	Carta Aliran Pembinaan Ujian Kecergasan fizikal	40
4.1.	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran ragbi rimau	116
4.2	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran menerima bola ragbi	120
4.3	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran menghantar bola ragbi	124
4.4	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran menyepak bola ragbi.	128
4.5	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran menangkap bola ragbi.	132
4.6	Hubungan komponen kecergasan fizikal dengan skor kemahiran kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan	136

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SENARAI LAMPIRAN

A	Surat Kebenaran Penyelidikan Dari Bahagian Perancangan Dan Penyelidikan Kementerian Pendidikan Malaysia
B	Surat Kebenaran Penyelidikan Dari Jabatan Pendidikan Negeri Selangor
C	Kesahan Pakar Bidang Pertama
D	Kesahan Pakar Bidang Kedua
E	Kesahan Pakar Bidang Ketiga
F	Borang Skor
G	Consent Form/Borang Persetujuan
H	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian Di Sekolah Daerah Petaling Perdana
I	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian Di Sekolah Daerah Petaling Utama
J	Surat Kebenaran Menjalankan Kajian Di Sekolah Daerah Klang
K	Manual Ujian Spesifik Ragbi Rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 1

PENDAHULUAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.1 Pengenalan

Ragbi sekolah rendah telah diperkenalkan oleh sekumpulan guru penggiat ragbi tanah air pada tahun 1992. Pada ketika itu SK King George V dan SK FELDA Kepos, kedua-duanya dari Negeri Sembilan telah diberi kepercayaan untuk menyediakan pasukan bagi beraksi dalam perlawanan pertunjukan di Padang Mindef, Kuala Lumpur. Pada tahun berikutnya, perlawanan di antara Majlis Sukan Sekolah Kelantan dengan Majlis Sukan Sekolah Perlis telah diadakan semasa Kejohanan KRM/ MSSM/ MILO Bawah 15 tahun di Padang Sekolah Menengah Sains Selangor dan Maktab Perguruan Teknik Cheras, Kuala Lumpur dan perlawanan itu telah dimenangi oleh Majlis Sukan Sekolah Kelantan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Pada awalnya permainan ini dinamakan Ragbi Sentuh yang telah diadaptasi dari permainan *Touch Rugby* menggunakan Peraturan *World Touch.* Kemudian, pada tahun 2004, Kejohanan Majlis Sukan Sekolah Malaysia di Sarawak permainan ini telah berkembang dan dinamakan Ragbi Rimau dan kini permainan ini dikenali sebagai Ragbi Mini. Perbezaan Ragbi Sentuh dengan Ragbi Rimau adalah *roll ball* digantikan dengan *scrum*. Sementara perbezaan Ragbi Rimau dengan Ragbi Mini ialah *contested* dan *uncontested* dalam *scrum*. Dalam usaha untuk meningkatkan dan memartabatkan permainan ini ada cadangan supaya sentuhan digantikan dengan *tackle* dan dimasukkan juga kemahiran *ruck* dan *maul*.

Permainan ragbi rimau diteruskan sehingga pada hari ini. Setiap pasukan perlu menyediakan seramai 12 orang dalam satu pasukan. Seramai 7 orang pemain akan bermain di dalam padang. Pemain gantian menggunakan sistem *rolling substitution* di mana pemain yang keluar boleh masuk semula untuk bermain. Masa permainan untuk kejohanan Majlis Sukan Sekolah Malaysia ialah selama 40 minit iaitu 10-2-10-5-10-2-10. Ia dibahagikan kepada empat masa perlawanan. Format perlawanan selalunya dibahagikan kepada 4 kumpulan. Selepas habis peringkat kumpulan, pasukan tersebut akan disusun semula mengikut *rangking*. Dalam sukan ragbi terdapat beberapa kategori iaitu *Cup*, *Plate*, *Bowl* dan *Shield*.

Ragbi Rimau hanya dipertandingkan untuk Kejohanan Majlis Sukan Sekolah Malaysia bagi kategori umur 12 tahun sahaja. Manakala di Negeri Selangor, pihak Jabatan Pendidikan Negeri Selangor telah memulakan lebih awal iaitu peringkat umur 10 dan 11 tahun. Ia bertujuan untuk mencungkil bakat baru lebih awal untuk ke peringkat Majlis Sukan Sekolah Malaysia. Pertandingan ini akan bermula dari

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

peringkat daerah iaitu Majlis Sukan Sekolah Daerah, Majlis Sukan Sekolah Negeri dan seterusnya Majlis Sukan Sekolah Malaysia. Kebanyakan murid yang terlibat dari sekolah dari kategori bandar sahaja. Sukan ragbi kurang mendapat sambutan dari banyak sekolah kerana tidak ramai guru yang mempunyai pengetahuan dan kemahiran untuk mengajar ragbi. Ia amat berbeza dengan permainan bola sepak, di mana setiap sekolah pasti ada pasukan bola sepak masing-masing. Selain itu, minat murid terhadap permainan ragbi juga agak berkurangan kerana mereka masih beranggapan ragbi ialah satu sukan yang ganas.

Sukan Ragbi bukan merupakan sukan teras yang dikategorikan oleh pihak Kementerian Pendidikan Malaysia. Jadi belum ada instrumen khas yang boleh di gunakan untuk menentukan bakat atau kriteria seseorang pemain ragbi di peringkat sekolah rendah. *Talent Indentification* (TID) untuk sukan ragbi juga tidak diwujudkan pada peringkat Kementerian Pendidikan Malaysia dan juga Majlis Sukan Negeri.

1.2 Latar Belakang Kajian

Program mengenalpasti bakat sukan atau *talent identification* (TID) telah diperkenalkan oleh Majlis Sukan Negara (MSN) sejak tahun 1989. Program ini bertujuan untuk memilih atlet yang berpotensi khususnya dalam sukan seperti bola sepak, badminton, tenis dan olahraga. Mereka yang berjaya dalam program ini telah ditempatkan di sekolah-sekolah yang terpilih bersama Kementerian Pendidikan Malaysia dan dinamakan pusat tunas cemerlang di bawah Jabatan Pendidikan Negeri. Walaubagaimanapun, secara rasminya program mengenalpasti bakat ini bermula

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

daripada hasil lawatan Yang Berhormat Dato' Seri Najib Tun Razak ke Sekolah Sukan Bukit Jalil pada 22 Ogos 1997. Dalam lawatan itu beliau telah membuat keputusan supaya Majlis Sukan Negara Malaysia dapat membantu dari segi kepakaran dalam melatih atlet-atlet muda Sekolah Sukan Bukit Jalil.

Justeru itu, program mengenalpasti bakat sukan ini dimulakan pada 1998. Oleh kerana Malaysia sedang rancak membuat penawaran diri sebagai Tuan Rumah Sukan ASIA 2006 dan Sukan Olimpik 2008, program ini menjadi lebih penting dan signifikan dalam menyediakan satu kumpulan atlet yang cemerlang untuk memenangi pingat atau sekurang-kurang memberi persaingan sengit dalam sesetengah sukan. Program mengenalpasti bakat ini menjadi pemangkin dan merupakan mekanisma yang penting dalam meningkatkan dan memastikan kesinambungan kecemerlangan sukan negara berada dilandasan yang betul untuk mencapai kejayaan di peringkat antarabangsa.

Program mengenalpasti bakat sukan (TID) merupakan satu proses berstruktur dengan matlamat memaksimumkan potensi individu selepas mengenal pasti bakat semula jadi yang dimiliki. Selepas Malaysia berjaya menganjurkan Sukan Komanwel pada tahun 1998, Majlis Sukan Negara Malaysia (MSN) telah membangunkan program TID bagi melaksanakan program pembangunan yang berkesan dalam melahirkan atlet Malaysia yang cemerlang. Program ini menguji atlet muda dalam sukan (Moreland, 1994) dan bukan atlet bagi mengenal pasti bakat sukan melalui ujian saringan awal yang dijalankan (Majlis Sukan Negara, 1998). Malangnya, konsep dan rasional untuk pemilihan ujian TID tidak didokumenkan, kecuali bagi prosedur ujian dan data normatif. Selepas menjadi tuan rumah sukan, program ini hanya diteruskan dalam kalangan atlet sahaja dan ujian ke atas bukan atlet diberhentikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Walau bagaimanapun, berikutan prestasi buruk di sukan Asia Tenggara (SEA) (1999, 2001, 2003) dan Sukan Komanwel (2002, 2006), Majlis Sukan Negara telah menjalankan semula ujian saringan awal. Penubuhan sebuah institut sukan negara (Institut Sukan Negara - ISN) di Malaysia adalah dipengaruhi oleh Institut Sukan Australia (AIS) (Moreland, 1994). Oleh kerana pembangunan instrumen ujian TID dan protokol harus bersesuaian dengan populasi tertentu (Reilly, T., Bangsbo, J., & Franks, A, 2000), kajian rintis diperlukan sebelum melaksanakan program TID di Malaysia. Program mengenalpasti bakat dalam sukan memerlukan penilaian kemahiran pergerakan individu melalui beberapa peringkat. Pertama, mengenal pasti ciri-ciri motor individu untuk menilai keupayaan motor. Kemudian, fasa sukan khusus bagi ujian kemahiran dan pembangunan bakat. Beberapa buah negara turut menggunakan prosedur yang sama untuk mengenalpasti bakat atlet yang berpotensi termasuk Australia, China, Eropah Timur, Jerman dan Rusia.

Pada kebiasaannya, individu itu dikenalpasti melalui kapasiti motor umum dan kecergasan fizikal, dan kemudian ujian kemahiran sukan yang berkaitan sehingga akhirnya dipilih untuk program pembangunan sukan. Proses ini mengenal pasti ciri-ciri asas yang boleh diukur seperti jenis fizikal, keupayaan motor dan sifat-sifat semula jadi yang wujud dalam kalangan atlet yang berbakat. Satu taksonomi pergerakan telah dibangunkan (Burton & Miller, 1998) dan disemak semula (Burton & Miller, 1998), untuk menunjukkan kepentingan keupayaan motor khusus (*specific motor ability* - SMA) dan keupayaan motor umum (*general motor ability* - GMA) apabila menilai kemahiran pergerakan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Burton & Miller (1998), juga mencadangkan pergerakan taksonomi melibatkan penilaian kemahiran pergerakan melalui banyak peringkat TID. Oleh itu, semasa mengenal pasti bakat dalam sukan, atau menilai keupayaan motor individu, pada mulanya harus menilai pelbagai komponen kapasiti fizikal atau keupayaan seperti kekuatan, kuasa, ketahanan, ketangkasan, kelajuan, koordinasi badan, mata-tangan dan koordinasi mata-kaki, keseimbangan dan ketepatan. Oleh itu, kajian yang berasaskan kesahan konstruk instrumen ujian kecergasan motor yang digunakan adalah penting apabila menilai TID kerana instrumen yang sesuai perlu diketahui terlebih dahulu sebelum seseorang ingin menilai kecergasan motor tertentu.

Dalam sukan ragbi rimau, tiada program TID yang khusus digunakan untuk menilai keupayaan seseorang pemain ragbi. Guru-guru sekolah hanya menggunakan pengetahuan yang sedia ada pada mereka sahaja untuk mengajar murid-murid bermain ragbi. Guru memilih berdasarkan saiz fizikal setiap pemain dan juga kepantasan yang ada pada murid tersebut untuk bermain ragbi. Untuk bermain ragbi rimau kelajuan adalah amat penting sekali, kemudian baru melihat kepada aspek fizikal. Ia amat berbeza dengan permainan ragbi '*tackle*'. Program TID di peringkat menengah juga tidak disediakan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia atau Kesatuan Ragbi Malaysia.

1.3 Penyata Masalah

Program mengenalpasti bakat sukan (TID) merupakan satu proses berstruktur dengan matlamat memaksimumkan potensi individu. Untuk mengenalpasti atlet berbakat telah dilakukan sejak penganjuran sukan bermula dan TID telah diiktiraf sebagai satu

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

komponen penting dalam program mengenal pasti atlet yang berjaya. Ia telah berkembang daripada satu proses yang tidak berstruktur dengan bergantung kepada keputusan pertandingan, ke arah yang lebih sistematik dan berstruktur menggunakan penilaian berasaskan bukti dalam TID dan program pembangunan. Walau bagaimanapun, penggunaan pendekatan saintifik untuk meramalkan prestasi masa depan atlet adalah sukar dan menuntut komitmen kerja yang tinggi (Gulbin, 2001). Negara-negara lain juga menggunakan prosedur yang sama seperti ujian saringan awal termasuk kapasiti motor umum dan ujian fizikal, diikuti dengan sukan spesifik dan ujian kesesuaian sukan dan akhirnya program pembangunan sukan spesifik

Di Malaysia, sukan ragbi sedang berkembang pesat. Skuad Ragbi Malaysia telah mencipta sejarah terbesar dalam penyertaan Sukan Sea apabila meraih pingat emas buat kali pertama menerusi pasukan lelaki tujuh berpasukan. Manakala pasukan ragbi Malaysia 15 berpasukan juga telah menunjukkan peningkatan dimana telah menundukkan Taiwan dan UEA dan layak buat kali pertama ke pusingan seterusnya dalam Asia Ragbi. Kedudukan Malaysia juga telah naik mendadak dari ranking 61 ke ranking 47.

Selari dengan peningakatan sukan ragbi di Malaysia, ragbi di sekolah rendah juga mendapat perhatian daripada kelab-kelab atau sekolah-sekolah yang mempunyai sukan ragbi. Namun begitu, isu yang dihadapi di peringkat sekolah rendah ialah, tiada instrument yang boleh digunakan untuk menentukan kriteria seorang pemain ragbi. Pelbagai kaedah telah digunakan oleh guru atau jurulatih untuk mengenalpasti bakat, namun masih terdapat pemain yang terlibat secara langsung atau tidak langsung. Selepas beberapa lama berlatih, pemain tersebut tidak mencapai sasaran yang

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

ditetapkan ketika beraksi diperingkat tertinggi (Hadavi & Zarifi 2009). Oleh itu, proses mengenalpasti bakat perlu dilakukan diperingkat awal lagi. Dengan mengadakan latihan dengan kaedah yang betul bermula dari peringkat awal lagi supaya dapat memberi kejayaan pada masa hadapan. (Willian & Reilly, 2000)

Sehubungan dengan itu, kajian ini dijalankan untuk mewujudkan instrumen TID bagi sukan ragbi rimau bawah 11 tahun. Instrumen yang akan dibina dari aspek komponen kecergasan fizikal, antropometri dan kemahiran asas dalam ragbi rimau. Di peringkat Kementerian Pendidikan, ujian TID dilakukan menerusi empat ujian utama iaitu ujian antropometri, ujian kecergasan, ujian spesifik sukan serta ujian IQ. Untuk ujian antropometri, murid-murid akan melalui ujian ketinggian berdiri, panjang depa, berat badan dan ketinggian duduk. Untuk ujian kecergasan pula, meraka akan melalui ujian pecut 40 meter, jangkauan melunjur, ujian *zig-zag* dan lompat jauh berdiri. Setelah murid itu dikenalpasti, meraka akan melalui ujian spesifik untuk sukan yang mereka pilih seperti ragbi dan sebaginya.

Dengan adanya instrumen ini, memudahkan pada jurulatih untuk membuat pemilihan pemain ragbi serta sejauh manakah keberkesanan terhadap pengajaran mereka dalam teknik yang digunakan dalam membuat latihan. Mereka juga boleh menilai dan mengredkan pelajar mereka berpandukan norma yang ada. Berasaskan kepada masalah inilah, maka perlu dibuat satu norma khusus bagi digunakan untuk menilai tahap kecergasan fizikal setiap pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.4 Objektif Kajian

Secara umumnya, kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti pengaruh kecergasan fizikal ke atas pemain ragbi rimau. Secara khususnya, kajian ini dijalankan bagi mencapai objektif berikut:

1. Untuk menentukan kesahan kandungan instrumen penilaian kemahiran ragbi rimau ke atas pemain ragbi rimau.
2. Untuk menentukan kebolepercayaan instrumen penilaian komponen kecergasan fizikal ke atas pemain ragbi rimau.
3. Untuk menentukan hubungan antara komponen kecergasan fizikal dengan kemahiran ragbi rimau ke atas pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.5 Persoalan Kajian

1. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara pakar 1, pakar 2 dan pakar 3 terhadap instrumen penilaian kemahiran ragbi rimau.
2. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor uji dan skor ulang uji instrumen penilaian kompenen kecergasana fizikal pemain ragbi rimau.
3. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran ragbi rimau.
4. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menerima *(received)* bola ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

5. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menghantar *(pass)* bola ragbi.
6. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menyepak *(drop kick)* bola ragbi.
7. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menangkap *(catch)* bola ragbi.
8. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor komponen kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.6 Kepentingan Kajian

Hasil dapatan kajian ini dapat menunjukkan pengaruh antara komponen kecergasan fizikal dan kemahiran ragbi rimau terhadap pemain ragbi rimau. Selain daripada itu, ia juga dapat mengenal pasti ujian yang manakah yang signifikan dengan bateri ujian supaya pengkaji dapat mencadangkan modul mengenalpasti bakat pemain ragbi berasaskan elemen yang telah dibuat ujian tadi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Sehubungan dengan itu, kajian ini dapat memberi kepentingan kepada beberapa pihak. Antara pihak yang mendapat manfaat dari kajian ini ialah:

1. Guru dan jurulatih yang terlibat dalam pemilihan pemain ragbi di sekolah boleh menggunakan dapatan kajian ini beserta ujian yang sah dalam pemilihan bakat pemain ragbi rimau. Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), Kelab Ragbi di seluruh Malaysia yang terlibat dalam pemilihan pemain ragbi di sekolah boleh menggunakan dapatan kajian ini beserta ujian yang sah dalam pemilihan bakat pemain ragbi rimau.
2. Guru dan jurulatih di seluruh Malaysia yang terlibat dalam pemilihan bakat pemain ragbi dapat menggunakan hasil dapatan kajian ini untuk mereka membuat penambahbaikan dengan modul yang mereka sedia ada untuk pemilihan bakat pemain ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7 Limitasi Kajian

Kajian ini bertujuan untuk penentuan instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau. Kajian ini di jalankan berdasarkan limitasi seperti berikut:

1. Sampel kajian ini hanya melibatkan murid lelaki sekolah rendah sahaja seramai 180 orang sahaja.
2. Terdapat 10 buah daerah Pendidikan di Negeri Selangor. Daerah tersebut ialah Petaling Perdana, Petaling Utama, Klang, Gombak, Sepang, Sabak Bernam, Kuala Selangor, Hulu Selangor, Hulu Langat dan Kuala Langat. Kaedah rawak mudah dilakukan bagi memilih salah satu zon Pendidikan untuk kajian ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3. Pengalaman dan pengetahuan sedia ada murid yang di pilih secara rawak dalam kajian ini mempunya kemahiran dan juga pengetahuan dalam permainan ragbi. Kemahiran tersebut mereka perolehi semasa bermain dengan pelajar tahun 6 di sekolah masing-masing.

1.8 Definisi Operasional

Terma-terma berikut diterima pakai untuk kegunaan operasi dalam kajian ini.

1.8.1 Komponen Kecergasan Fizikal

Komponen kecergasan fizikal adalah merujuk kepada beberapa pemboleh ubah dalam sukan ragbi iaitu ketangkasan, antropometri, kepantasan, fleksibiliti, daya tahan kardiovaskular, daya tahan otot, kekuatan otot dan komposisi tubuh badan. Berdasarkan pembolehubah tersebut satu pembolehubah dipilih untuk mewakili pembolehubah untuk melihat hubungan kecergasan fizikal dengan mengenalpasti pemain ragbi rimau.

1.8.2 Daya tahan Kardiovaskular

Daya tahan kardiovaskular digunakan oleh guru dan jurulatih adalah berdasarkan lama masa yang diambil dalam ukuran minit dan saat atau dalam hitungan meter bagi Ujian Kaki/Berjalan Satu Batu selama 12 minit. Apa yang pasti hanya untuk mengetahui tahap isipadu pengambilan oksigen maksimum pelajar yang sebenarnya.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8.3 Komposisi Tubuh Badan

Menurut Morrow, Jackson, Dish dan Mood (2000), pengukuran komposisi badan manusia melibatkan anggaran peratusan lemak badan seseorang di mana ia memerlukan penentuan kepadatan dan ketumpatan badan seseorang individu. Komposisi badan merujuk kepada peratusan lemak badan berbanding dengan isi kandungan otot, tulang dan tisu badan yang lain. Lebihan peratusan lemak dalam badan akan menimbulkan masalah kegemukan (obesiti).

1.8.4 Kepantasan

Kepantasan ialah keupayaan melakukan pergerakan dalam jangka masa yang pendek dan sebagai halaju pergerakan badan atau sebahagian daripada badan. Kepantasan dibahagikan kepada tiga komponen yang utama. Pertama, kepantasan pergerakan segmen badan iaitu pergerakan bahagian tubuh badan khususnya kepala, tangan dan kaki. Kedua, kepantasan lari pecut iaitu keupayaan seseorang meningkatkan kadar pecutan dalam jarak yang singkat. Ketiga, kepantasan halaju larian maksima, iaitu halaju maksima yang dapat dicapai dalam larian yang lebih jauh.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8.5 Kuasa

Kuasa ialah sebagai keupayaan menghasilkan daya maksimum dalam masa yang singkat seperti lompat menegak dan lompat jauh berdiri serta lain-lain pergerakan yang melibatkan pengecutan otot dengan pantas. Kuasa lazimnya diukur dengan kaedah beberapa jenis gaya lompatan dan balingan. Kuasa juga adalah keupayaan untuk menjanakan daya yang maksimum dalam jangka masa yang pantas atau cepat.

1.8.6 Kekuatan Otot.

Kekuatan otot ialah satu kuasa otot yang dikenakan terhadap objek yang boleh digerakkan atau sebagai fungsi otot rangka dan keupayaan untuk menghasilkan daya atau kekuatan otot. Kekuatan otot mempunyai pengaruh yang sangat besar kepada setiap individu umumnya dan atlet khasnya.

1.8.7 Ketangkasan

Ketangkasan ialah kebolehan menukar badan atau sebahagian badan dengan cepat dan pantas. Ketangkasan digunakan oleh guru dan pengamal Pendidikan Jasmani dan Sains Sukan sebagai satu ujian mengukur prestasi kecergasan fizikal pelajar. Menurut Marcel (1998), bakat mempunyai hubungan rapat dengan tahap ketangkasan pelajar.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8.8 Antropometri

Antropometri digunakan untuk mengenal pasti bakat sukan di kalangan atlet. Menurut Marcel (1998), antropometri ialah satu cabang teknologi untuk mengujur saiz dan bentuk pada bahagian-bahagian tertentu anggota badan manusia. Antara komponen antropometri yang diukur ialah ketinggian, berat badan, diameter, lilitan otot, lipatan kulit dan lain-lain lagi. Bagi kajian ini, antropometri merujuk kepada ketinggian berdiri, ketinggian duduk, panjang depa dan berat badan. Ia bertujuan untuk melihat hubungan hubungan komponen tersebut dengan mengenal pasti bakat pemain ragbi rimau.

1.8.9 Kemahiran Ragbi Rimau

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kemahiran asas yang diperlukan bagi setiap pemain untuk bermain ragbi ialah menghantar dan menerima bola ragbi dengan betul. Selain itu, dalam permainan ragbi ada juga tendangan di mana tendangan dibuat pada awal permulaan perlawanan dan selepas mendapat *'try'*. Kemahiran yang kelima yang perlu ada pada setiap pemain ialah menyentuh pihak lawan dengan menggunakan kedua-dua belah tangan. Ia bertujuan untuk mematikan pergerakan pihak lawan. Lima asas kemahiran ini dapat membantu menjalankan instrumen terhadap pemain ragbi rimau ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8.10 Kemahiran Menghantar Bola Ragbi

Melakukan hantaran adalah bertujuan supaya bola mudah diterima oleh rakan sekumpulan dalam keadaan yang sempurna dan hantaran boleh dilakukan secara berterusan. Hantaran di lakukan di dalam beberapa keadaan seperti sambil berlari dan semasa membuat serangan ke pihak lawan. Hantaran yang tepat memudahkan rakan pasukan menyambut bola tersebut tanpa melakukan *knock on*.

1.8.11 Kemahiran Menerima Bola Ragbi

Menerima bola adalah bertujuan supaya penerima bola dapat menangkap bola dengan baik di samping memperoleh masa untuk membuat pilihan terbaik tanpa bola tersebut jatuh *knock on.* Untuk memastikan kita dapat menerima bola dengan betul. Kedudukan atau posisi kita semasa berlari hendaklah betul iaitu berada di belakang kawan. Posisi yang betul membuatkan penerimaan bola dengan tepat sekali.

1.8.12 Kemahiran Menyepak (*Drop Kick)* Bola Ragbi

Tujuan utama menendang *(drop kick)* bola adalah untuk memulakan permainan dan memulakan semula permainan selepas melakukan *try*. Pemain hendaklah membuat sepakan melebihan garisan 5 meter, jika sepakan itu kurang dari 5 meter, maka bola akan diberikan kepada pihak lawan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8.13 Kemahiran Menangkap Bola Ragbi

Tujuan menangkap bola adalah untuk memastikan bola tersebut dapat ditangkap dalam kawasan kita. Pastikan bola tersebut dapat disambut dengan baik tanpa jatuh atau *knock on.* Tangkapan yang kemas adalah dengan posisi yang betul iaitu dengan melompat dan mengangkat kaki sebelah. Tangkapan ini dibuat semasa sepakan *drop kick* dibuat. Pemain mesti membuat lompatan yang tinggi bagi memastikan bola itu tidak dapat di tangkap oleh pihak lawan.

1.8.14 Kemahiran Berlari Dan Menyentuh Pihak Lawan

Tujuan utama untuk membuat sentuhan adalah untuk menghalang pihak lawan daripada melakukan serangan yang berterusan. Sentuhan mestilah dilakukan dengan menggunakan dua belah tangan dengan serentak. Kawasan yang dibenarkan membuat sentukan ialah dari pusat ke bahu sahaja. Jika sentuhan dibuat di kaki atau di lutut dianggap tidak sah dan boleh teruskan permainan. Pengadil perlu memastikan sentuhan tersebut dengan betul.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 2

TINJAUAN LITERATUR

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.1 Pengenalan

Dalam bab ini, penyelidik membincangkan dengan lebih lanjut tentang kajian-kajian lepas mengenai ujian kemahiran ragbi, *talent identification* dalam sukan ragbi, komponen-komponen kecergasan fizikal yang terlibat dalam sukan ragbi iaitu pemboleh ubah antropometri, kelenturan, kuasa, kepantasan, ketangkasan, daya tahan anaerobik, daya tahan aerobik dan kekuatan otot. Selain itu, penyelidik juga telah memilih *Deliberate Practice Theory* dan model Pembangunan Penglibatan Sukan (*The Developmental Model of Sport Participation*) yang dilihat sesuai digunakan dalam kajian ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.2 Mengenal Pasti Bakat Sukan Ragbi

Peranan seseorang jurulatih dalam pembangunan bakat pemain muda dan pentingnya program pembangunan dalam kalangan jurulatih harus diberi pertimbangan oleh pihak tertentu untuk membantu jurulatih. Antara keperluan yang perlu dimiliki oleh jurulatih adalah memahami keperluan pemain, perkembangan mereka dan pada masa yang sama jurulatih perlu mempunyai pengetahuan yang jelas tentang bagaimana untuk meningkatkan prestasi pemain. Walau bagaimanapun, kemahiran ini memerlukan penglibatan jurulatih secara menyeluruh dan kebanyakan program-program kejurulatihan tidak menyediakan mekanisma sokongan yang berterusan yang membolehkan seseorang jurulatih itu meningkat prestasi setiap pemain. (Worsnop, 2016).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kaedah mengenal pasti bakat yang dilakukan secara tradisional sukar untuk mendapatkan pemain yang elit dalam kalangan atlet (Benghons, Bschons, Haff, & Cscs, 2017). Atlet ragbi memerlukan kemahiran tertentu dan ada sebilangan besar pemain memerlukan mereka perlu bermain lebih dari satu posisi bergantung kepada ciri-ciri antropometri mereka. Meskipun begitu, atlet-atlet ragbi ini juga harus mempunyai ciri-ciri umum yang diperlukan dalam sukan ragbi seperti kemahiran hantaran, terjahan, berlari dengan bola (*running with the ball*) dan kemahiran membuat keputusan semasa menyerang dan bertahan. Selain itu, peringkat umur juga merupakan salah satu ciri untuk mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi meskipun terdapat percanggahan mengenai pendedahan sukan secara spesifik di peringkat awal umur mereka (Worsnop, 2016).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian yang dilakukan oleh Benghons et al., (2017) mendapati bahawa terdapat beberapa faktor peramal untuk mengenal pasti bakat sukan ragbi. Antara faktor peramal tersebut adalah kesan umur relatif, genetik, psikologi dan situasi bermain dalam sukan ragbi. Dalam kebanyakan sukan berkumpulan seperti sukan ragbi, ciri-ciri antropometri juga sebenarnya bergantung kepada posisi mereka semasa bermain.

Terdapat pendapat menyatakan bahawa apabila membincangkan mengenai kesan umur relatif, pemain yang dilahirkan pada awal tahun memiliki kelebihan dalam prestasi sukan mereka kerana memiliki kelebihan dari segi fizikal. Peringkat kategori umur relatif ini dibahagikan kepada empat kuarter mengikut kepada bulan mereka dilahirkan. Sehubungan dengan itu, kesan umur relatif boleh diambil kira sebagai faktor peramal dalam mengenal pasti bakat sukan ragbi (Benghons et al., 2017).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Permainan ragbi merupakan permainan yang melibatkan aktiviti fizikal yang tinggi dan menuntut tahap ketahanan mental yang sangat tinggi. Dalam sukan ragbi, ketahanan mental ini wujud selari dengan ciri-ciri asas lain untuk atlet ragbi yang berjaya seperti keyakinan diri, daya tahan dan fokus. Selain itu, situasi bermain dalam sukan ragbi yang dikaitkan dengan *deliberate practice* juga sangat diperlukan untuk membangunkan kesedaran taktikal yang mendalam kerana ianya dapat meningkatkan kesedaran taktikal dalam sukan ini (Benghons et al., 2017).

Till et al., (2015), pula telah membuat kajian mengenai pengaruh kesan umur relatif, posisi bermain, antropometri dan kecergasan fizikal terhadap sukan ragbi. Instrumen yang mereka gunakan dalam kajian tersebut adalah antropometri (ketinggian berdiri, ketinggian duduk, komposisi tubuh badan, pengukuran lemak tubuh skinfold),

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

kematangan (umur), kecergasan fizikal (kuasa, kepantasan, ketangkasan dan daya tahan kardiovaskular). Hasil dapatan mendapati bahawa kesan umur relatif, posisi bermain, antropometri dan kecergasan fizikal mempunyai pengaruh terhadap program mengenal pasti bakat yang mereka lakukan.

Fontana, Colosio, De Roia, Da Lozzo, & Pogliaghi, (2015) pula menyatakan bahawa pengukuran terhadap antropometri adalah penting untuk mengoptimumkan program mengenal pasti bakat dan perkembangan pemain. Instrumen yang digunakan adalah dengan mengambil kira ukuran indeks jisim tubuh, jenis tubuh badan dan peratusan lemak pada tubuh. Hasil kajian mendapati bahawa pemain yang bermain di posisi *forwards* adalah mempunyai berat yang lebih, ketinggian yang lebih tinggi dan mempunyai peratusan lemak badan yang lebih besar berbanding pemain yang bermain di posisi *backs.* Dalam sukan ragbi, semakin besar komposisi tubuh badan seseorang itu, semakin berpeluang untuk mereka terpilih bermain dalam sukan ragbi dan ia merupakan antara faktor peramal yang diletakkan sebagai salah satu ciri-ciri mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi.

Selain daripada itu, Till, Cobley, O'Hara, et al., (2015), juga telah membuat kajian mengenai perbezaan ciri-ciri antropometri dan kecergasan fizikal pemain-pemain ragbi yang telah dipilih semasa program mengenal pasti bakat. Instrumen yang mereka gunakan dalam kajian adalah antropometri (ketinggian berdiri, ketinggian duduk, *body mass indeks* dan pengukuran lemak *skinfold*, faktor kematangan dan kecergasan fizikal (kuasa, kepantasan, ketangkasan dan daya tahan kardiovaskular) terhadap pemain yang berumur 13 hingga 15 tahun. Hasil kajian mendapati bahawa pemain yang memiliki pengukuran lemak *skinfold* yang rendah dan mempunyai skor

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

yang tinggi dalam kecergasan fizikal, ia menyumbang kepada perkembangan kerjaya untuk jangka masa yang panjang dalam sukan ragbi. Ini kerana ia akan memberi kelebihan terhadap pemain tersebut.

Chiwaridzo, Ferguson, & Smits-Engelsman, (2016), pula telah membuat kajian mengenai instrumen kecergasan fizikal untuk mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi. Jadual 2.1 menunjukkan intrumen tersebut:

Jadual 2.1

Ujian Kecergasan Fizikal untuk Mengenal Pasti Bakat Sukan Ragbi

Bil	**Pembolehubah**	**Ujian**
1	Kepantasan	10 meter dan 30 meter ujian kepantasan
2	Ketangkasan	Ujian Illinois
3	Kelenturan	Ujian *Sit and Reach*
4	Daya tahan kardiovaskular	Ujian *Yo-Yo*
5	Kekuatan otot (*upper body*)	Ujian *Bench press*
6	Kuasa (*upper body*)	Ujian lompat jauh berdiri
7	Kuasa (*lower body*)	Ujian lompat jauh berdiri
8	Daya tahan otot	Ujian *sit up*

Hasil kajian mereka mendapati bahawa pemilihan instrumen yang betul semasa melakukan sesi pemilihan dalam sukan ragbi adalah penting kerana ia haruslah mempunyai hubungan dengan sukan tersebut dan dapat membantu meningkatkan prestasi pemain yang akan dipilih dalam sesi pemilihan sukan ragbi nanti.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Tredrea, Dascombe, Sanctuary, & Scanlan, (2017) juga telah membuat kajian mengenai pentingnya pengukuran antropometri, ujian kecergasan fizikal dan ciri-ciri psikologi dalam program pembangunan bakat dan mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi. Instrumen yang digunakan oleh mereka adalah ujian kepantasan, ujian daya tahan kardiovaskular, ujian kekuatan otot, ujian lompat jauh berdiri, ujian komposisi tubuh badan (*body mass index*) dan ujian ketinggian berdiri. Hasil dapatan kajian mendapati bahawa ciri-ciri antropometri dan ujian kemahiran merupakan antara faktor peramal untuk mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi.

Sehubungan dengan itu, ciri-ciri antropometri dan kecergasan fizikal haruslah diletakkan sebagai salah satu faktor peramal yang boleh dimasukkan dalam mana-mana program mengenal pasti bakat lebih-lebih lagi untuk sukan ragbi. Walau bagaimanapun, program mengenal pasti bakat tersebut juga haruslah menitikberatkan kemahiran-kemahiran asas sukan dari segi teknikal dan taktikal bagi memastikan pemain yang dipilih mampu untuk meningkatkan prestasi mereka dalam sukan tersebut (Till, Cobley, O'Hara, et al., 2015).

2.3 Ujian Kemahiran Ragbi

Ragbi merupakan sukan yang popular dimainkan di banyak negara dan dimainkan oleh pemain senior dan akar umbi (Chiwaridzo et al., 2016). Jurulatih, guru dan penyelidik biasanya menggunakan bateri ujian yang standard untuk mengukur prestasi atau mengenal pasti bakat dalam setiap sukan. Maklumat yang diperoleh dari bateri ujian yang dijalankan oleh mereka kemudiannya digunakan untuk mengenal pasti sama ada

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

pemain yang mereka nilai mampu untuk memenuhi kriteria-kriteria yang mereka mahukan dan adakah pemain yang mereka pilih mampu dibangunkan untuk prestasi jangka masa yang panjang (Hendricks, Lambert, Masimla, & Durandt, 2015).

Selain daripada faktor-faktor fizikal, pemain-pemain ragbi juga harus dinilai dalam ujian kemahiran secara teknikal ataupun taktikal. Penggunaan ujian kemahiran ujian yang mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan juga merupakan faktor yang penting untuk mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi (Hendricks et al., 2015).

Sukan ragbi dikategorikan sebagai salah satu sukan yang berintensiti tinggi di mana setiap pasukan yang mempunyai penguasaan bola akan berusaha untuk melindungi bola dan berusaha untuk mendapatkan mata serta mempertahankan kawasan mereka dari dimasuki oleh pihak lawan. Sehubungan dengan itu, pemain-pemain ragbi ini memerlukan kecergasan fizikal seperti kepantasan, ketangkasan, kekuatan otot, kekuatan atas badan (*upper body*) dan kekuatan bawah badan (*lower body*) serta kapasiti aerobik yang tinggi (Hendricks et al., 2015).

Namun begitu, selain daripada kecergasan fizikal, penilaian terhadap ujian kemahiran juga perlu dilakukan oleh jurulatih untuk memantau prestasi dan perkembangan pemain, membantu jurulatih untuk merancang sesi latihan sekaligus memenuhi keperluan pemain untuk meningkat, memperolehi data yang boleh digunakan untuk dilakukan proses mengenal pasti bakat dan memilih pemain, memberi maklum balas kepada pemain dan meramal persaingan yang kompetitif dalam kalangan pemain ragbi itu sendiri (Hendricks et al., 2015).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jurulatih perlu tahu apakah perkara yang perlu diberi pertimbangan untuk melakukan ujian kemahiran dalam sukan ragbi. Antara perkara yang perlu diberi pertimbangan adalah menentukan samada mahu mengukur kemahiran. Kemahiran adalah dua perkara yang berbeza di mana kemahiran adalah teknik yang perlu dikuasai oleh pemain dan kemahiran yang digunakan semasa situasi permainan sebenar belangsung (Hendricks et al., 2015).

Selain itu, apakah alat ukur yang sesuai digunakan untuk mengukur prestasi atau kemahiran asas ragbi. Adakah dengan menggunakan borang skor, video atau terdapat kaedah lain yang boleh digunakan (Hendricks et al., 2015). Antara faktor lain yang perlu diberi penekanan adalah dari segi logistik iaitu keselamatan pemain, kos, pengurusan masa, mudah mentadbir ujian dan mudah mentadbir borang skor (Ahmad Hashim, 2015; Baumgartner, Jackson, Mahar, & Rowe, 2007; Burton & Miller, 1998).

Instrumen melibatkan ujian kemahiran yang hendak diukur juga haruslah mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan ujian. Menurut (Ahmad Hashim, 2014), kesahan ialah mengukur apa yang sepatutnya diukur. Maka, ujian kemahiran yang hendak dipilih oleh jurulatih ragbi tersebut haruslah mempunyai nilai kesahan dan kebolehpercayaan yang tekal agar ia benar-benar mengukur apa yang sepatutnya diukur.

Chiwaridzo et al., (2016), pula telah membuat kajian mengenai ujian kemahiran ragbi yang boleh dijadikan panduan untuk mana-mana jurulatih untuk mengenal pasti bakat ragbi pemain mereka. Jadual 2.2 menunjukkan instrumen yang digunakan:

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 2.2

Instrumen Ujian Kemahiran Mengenal Pasti Bakat Sukan Ragbi

Bil	Ujian Kemahiran	Instrumen
1	Hantaran	4-meter ketepatan hantaran
2	*Kicking*	*Kicking ability test*
3	Menangkap	Kemahiran menangkap sambil melakukan
4	*Tackling*	pergerakan
5	*Draw and pass*	*One on one tackling drill*
6	*Pattern recall and*	*Single- and dual-task draw and pass assessment*
7	*prediction*	*test*
	Ground skills ability	*Pattern recall and prediction test*
		Pick up and place test

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kemahiran-kemahiran asas seperti hantaran, menendang (*kicking*), larian dan menangkap (*catching)* merupakan kemahiran yang perlu dimiliki oleh mana-mana pemain ragbi (Chiwaridzo et al., 2016).

Speranza, Gabbett, Johnston, & Sheppard, (2018), pula telah membuat kajian mengenai ujian kemahiran ragbi yang melibatkan keupayaan membentes (*tackling ability*), posisi pemain, kekuatan otot dan kuasa dalam kajian mereka. Keupayaan membentes (*tackling ablility*) dinilai menggunakan video analisis terhadap latihan membentes satu lawan satu semasa sesi latihan dijalankan. Skor keupayaan membentes (*tackling ability*) diklasifikasikan kepada bentesan yang baik dan bentesan yang lemah.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Hasil dapatan menunjukkan bahawa, pemain yang memiliki skor yang tinggi dalam kategori bentesan yang baik akan lebih cenderung melakukan bentesan semasa perlawanan sebenar dimainkan berbanding pemain yang mendapat skor dalam kategori bentesan yang lemah. Pemain yang bermain di posisi *forward* lebih kerap melakukan bentesan berbanding pemain di posisi *backs*. Mereka mencadangkan bahawa, ujian membentes juga harus dimasukkan dalam mana-mana *instrument* untuk mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi. Ini adalah kerana ujian tersebut merupakan salah satu faktor peramal dan lakuan tersebut (membentes) merupakan salah satu daripada lakuan yang terdapat dalam sukan ragbi.

Selain itu, Naqiyah & Shariman Ismadi, (2018), pula telah membuat kajian mengenai hubungan antara pemboleh ubah ketangkasan dengan keupayaan pemain ragbi semasa membawa (menggelecek) bola semasa menyerang. Dalam sukan ragbi, salah satu fokus permainan adalah terarah kepada keupayaan pemain membawa (menggelecek) bola semasa menyerang untuk menjaringkan gol dan pada masa yang sama bagaimana keupayaan menggelecek tersebut dapat mengatasi pihak lawan yang sedang bertahan.

Pemain-pemain ini haruslah memiliki ketangkasan yang baik bagi membolehkan mereka memiliki kelebihan untuk mengatasi pihak lawan semasa menggelecek. Keupayaan ketangkasan seperti *side steps*, pergerakan kehadapan, belakang dan *crossover step* yang dimiliki oleh pemain agar mampu mencipta peluang untuk mendapatkan *try*.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Maka, jurulatih haruslah berusaha untuk menjalankan sesi latihan yang melibatkan ketangkasan agar dapat meningkatkan prestasi menggelecek pemain tersebut (Naqiyah & Shariman Ismadi, 2018). Naqiyah & Shariman Ismadi, (2018) mencadangkan bahawa betapa pentingnya untuk melihat situasi permainan sebenar pemain agar jurulatih dapat merancang sesi latihan untuk meningkatkan mana-mana kemahiran yang terdapat dalam sukan ragbi kerana kemahiran-kemahiran tersebut memberi implikasi yang besar terhadap prestasi pemain dalam sukan ini.

2.4 *Deliberate Practice Theory*

Deliberate Practice Theory yang diperkenalkan oleh Ericsson, Krampe, & Tesch-Römer, (1993), menyatakan bahawa teori ini boleh digunakan sebagai panduan untuk mengenalpasti perkembangan penglibatan individu yang cemerlang dalam apa-apa aktiviti. Secara asasnya, teori ini membezakan *deliberate practice* dengan bermain, menyertai pertandingan dan melakukan kerja. Walau bagaimanapun, dalam konteks perkembangan lakuan motor dalam sukan, jumlah atau tempoh masa yang diperuntukkan oleh atlet sepanjang penglibatan mereka dalam sukan adalah penting.

Menurut Ericsson et al., (1993), d*eliberate practice theory* dibina untuk memperbaiki aspek utama prestasi semasa, mencabar, memerlukan pengulangan aktiviti, memberi maklum balas oleh ibu bapa, guru atau jurulatih dan mungkin tidak semestinya menyeronokkan atau tidak memberi ganjaran dengan segera.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Dalam *deliberate practice theory*, peningkatan prestasi akan berlaku apabila individu tersebut sendiri melibatkan diri dalam aktiviti yang mereka perlu lakukan. Dalam teori ini, individu yang melibatkan diri dalam apa-apa aktiviti haruslah mengetahui cabaran yang bakal mereka dihadapi, harus berusaha keras dan mengetahui bahawa perkara yang mereka lakukan tidak semestinya menyeronokkan (Coughlan, Williams, McRobert, & Ford, 2014).

Deliberate practice dilakukan oleh individu yang melibatkan diri dalam sukan untuk tujuan keseronokan namun mereka perlu mematuhi peraturan-peraturan tertentu yang terdapat dalam sukan tersebut dan dipantau oleh orang dewasa (ibu bapa, guru atau jurulatih mereka) mahupun individu itu sendiri yang memantau penglibatan mereka. Apabila mereka melakukan perkara yang mereka gemari, ia memberi motivasi untuk melakukan tugasan tersebut dan mereka akan berusaha untuk meningkatkan prestasi mereka. Selain itu, kaedah dan reka bentuk tugasan diberikan kepada individu yang terlibat dalam sukan juga haruslah mengambil kira pengetahuan sedia ada mereka tersebut supaya tugasan yang diberikan dapat dilakukan dengan betul dan mudah difahami selepas mereka melalui tempoh pengajaran yang singkat (Ericsson et al., 1993).

Selepas mereka (individu yang terlibat dalam sukan) melakukan tugasan yang diberikan kepada mereka, mereka harus menerima maklum balas samada dari ibu bapa, guru atau jurulatih mereka mengenai prestasi semasa mereka. Dalam teori ini, mereka harus berulang kali melaksanakan tugas yang sama atau serupa berulang-ulang kali agar mereka mahir dalam sesuatu tugasan tersebut. Selain itu juga, ia bertujuan untuk memastikan mereka betul-betul mahir dengan tugasan yang telah mereka lakukan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Apabila syarat-syarat ini dipenuhi, amalan yang mereka lakukan akan dapat meningkatkan ketepatan lakuan mereka dan prestasi kerja mereka akan lebih pantas dari segi kognitif dan lakuan motor.

Pengkhususan awal secara spesifik dan pemerhatian yang tajam oleh peninjau bakat merupakan satu-satunya instrumen untuk mengenal pasti bakat atlet yang cemerlang dalam sebilangan besar peserta yang terlibat. Seorang yang hebat dalam aktiviti sukan sebenarnya dilatih dan tidak semata-mata dilahirkan secara semulajadi. Jika individu di peringkat remaja ingin mencapai prestasi yang baik, mereka perlu melibatkan diri dalam pengkhususan sukan mereka secara kerap, meluangkan masa dalam sukan dengan bijak, dan sentiasa memberi tumpuan kepada tugas-tugas yang mencabar prestasi mereka (Gonçalves, Rama, & Figueiredo, 2012).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Menurut Macnamara, Moreau, & Hambrick, (2016) pula teori *deliberate practice* hanya menyumbang sebanyak 18 peratus daripada varians dalam prestasi sukan. Meskipun begitu, sumbangan tersebut bergantung pada perbezaan kemahiran dan tahap pada sukan-sukan tertentu. Dalam kalangan atlet elit pula, teori yang melibatkan *deliberate practice* hanya menyumbang sebanyak 1% peratus sahaja varians dalam prestasi sukan. Namun, sumbangan ini juga haruslah merujuk kepada perbezaan kemahiran yang dimiliki oleh individu yang terlibat dalam sukan.

Sehubungan dengan itu, penyelidik berpendapat bahawa teori *deliberate practice* sesuai digunakan dalam kajian ini kerana, penglibatan murid dalam ragbi rimau adalah dari peringkat usia yang muda di mana mereka perlu melibatkan diri secara kerap dalam lakuan ragbi, melakukan pengulangan dalam lakuan ragbi serta

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

harus menerima maklum balas samada dari ibu bapa, guru atau jurulatih ragbi mereka agar prestasi mereka dapat ditingkatkan. Jika latihan yang dilakukan secara berterusan akan memastikan kemahiran yang mereka miliki akan lebih baik.

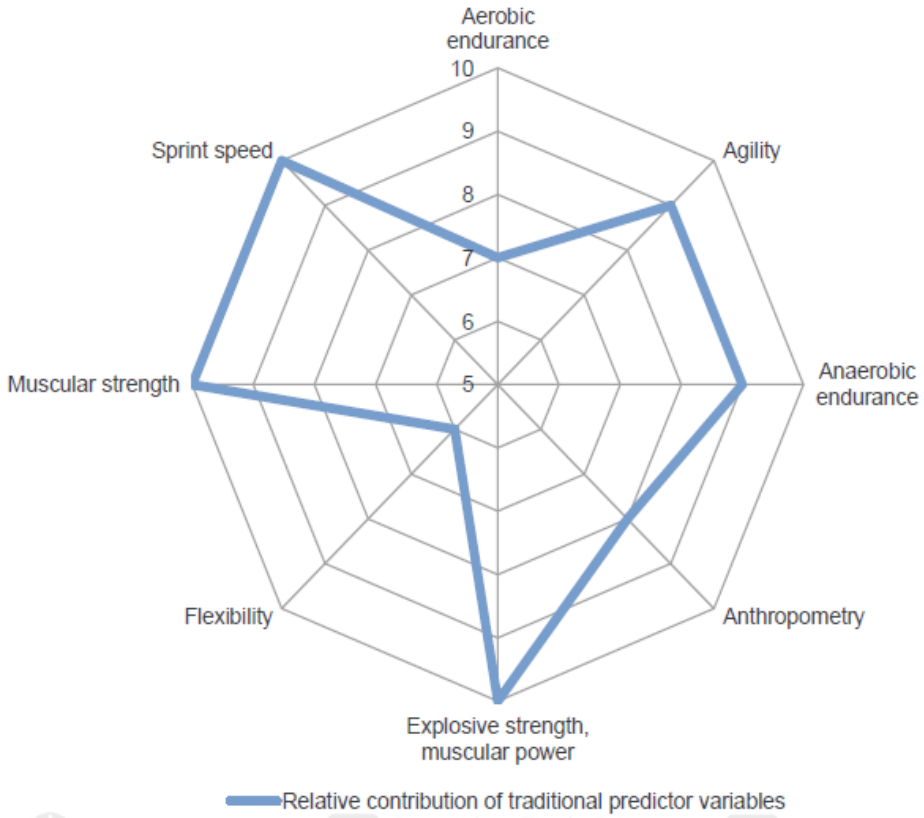
2.5 Teori Algoritma

Kajian ini juga menggunakan Teori Algoritma yang dikemukan oleh Johnson, Alderson dan Haff, (2017), yang mengandaikan bahawa perbezaan secara kuantitatif antara pemain elit dan bukan elit. Dapatan kajian menunjukkan bahawa komponen kecergasan fizikal seperti tinggi berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, ketangkasan adalah signifikan dengan prestasi pemain dalam kemahiran spesifik dan umum dalam kalangan pemain ragbi.

Komponen kecergasan fizikal merupakan komponen yang perlu dikuasai oleh semua pemain ragbi seperi mana yang dicadangkan dalam hipotesis algoritma dan bateri ujian dalam program mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi. Teori ini di ambil oleh pengkaji sebagai rujukan dalam kajian ini. Pengkaji menggunakan teori ini untuk mengkaji dalam sukan ragbi rimau di mana ia melibatkan pemain bawah 12 tahun. Hasil kajian ini untuk melihat adakah teori ini sesuai digunakan terhadap pemain ragbi rimau atau pun tidak.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 2.1. Hubungan Pemboleh Ubah Tradisional Dalam Kesatuan Ragbi.

2.6 Model Pembangunan Penglibatan Sukan

Sepanjang tiga dekad yang lepas, terdapat beberapa penyelidikan yang telah membawa kepada pembinaan dan perkembangan beberapa model mengenai pembangunan atlet yang mengintergrasi konsep amalan, bermain, penglibatan awal dan kepelbagaian dalam sukan. Antara model yang wujud adalah Model *Long Term Athlete Development* (Balyi & Hamilton, 2004) dan *Sport Commitment Model*.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Selain itu, Côte, Lidor, & Hackfort, (2009) pula telah memperkenalkan Model Pembangunan Penglibatan Sukan di mana ia berasaskan data secara teori dan empirikal yang menerangkan proses penglibatan sukan, hala tuju perkembangan dan hasil yang dapat dikaitkan dengan pembangunan sukan oleh kanak-kanak dan remaja.

Anderson dan Mayo, (2015) menyatakan bahawa model Pembangunan Penglibatan Sukan ini merangkumi tiga trajektori iaitu pertama; penglibatan individu dalam sukan secara rekreasi dan melalui kaedah *deliberate practice*. Kedua, penglibatan dalam sukan secara elit melalui *deliberate practice* dan ketiga; penyertaan sukan secara elit hasil daripada pengkhususan sukan dari awal penyertaan secara spesifik melalui *deliberate practice*. Côte et al., (2009) mencadangkan bahawa terdapat tujuh andaian yang berkaitan dengan hala tuju berbeza dalam Model Pembangunan Penglibatan Sukan ini. Lima andaian memberi tumpuan kepada pengaruh situasi permainan sebenar dan *deliberate play* ke atas penyertaan remaja, prestasi mereka dan pembangunan diri mereka dalam sukan manakala dua andaian lagi memberi tumpuan kepada fasa transisi yang penting dalam perkembangan sukan mereka.

Andaian yang pertama adalah individu melibatkan diri dalam pelbagai sukan dan penglibatan mereka itu sebenarnya tidak menghalang penyertaan kepada sukan elit di mana prestasi kemuncak mereka akan dicapai selepas mereka mengalami kematangan.

Andaian kedua pula adalah penglibatan kepada pelbagai sukan dikaitkan dengan kerjaya sukan yang lebih lama dan mempunyai implikasi positif untuk mereka melibatkan diri dalam sukan tersebut untuk jangka masa panjang.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Andaian ketiga pula menyatakan bahawa apabila individu melibatkan diri dalam pelbagai sukan ia membolehkan mereka merasai penyertaan dalam pelbagai konteks yang boleh memberi kesan yang paling baik terhadap perkembangan remaja yang positif. Ini adalah kerana pengalaman yang mereka lalui sebenarnya mampu untuk memberi kematangan kepada mereka dan dapat membantu mereka membuat keputusan yang baik semasa melakukan aktiviti sukan mereka.

Andaian keempat pula adalah semakin kerap atau semakin tinggi seseorang individu itu melakukan *deliberate practice* sepanjang penglibatan beliau dalam sukan, maka semakin stabil lakuan motor dan kognitif mereka yang boleh membawa kepada kepentingan utama dalam penglibatan dan kemahiran sukan yang mereka sertai.

Dengan perlakuan *deliberate practice* yang kerap juga sebenarnya dapat membina asas yang kukuh serta dapat meningkatkan motivasi intrinsik melalui penglibatan dalam aktiviti yang menyeronokkan menjadikan ia andaian keempat dalam model pembangunan ini. Andaian ini sebenarnya mempunyai hubungan yang kuat antara teori *deliberate practice* dengan hasil penglibatan remaja dalam sukan.

Ketika peringkat umur 13 tahun, remaja yang melibatkan diri dalam sukan sudah berpeluang untuk memilih sukan kegemaran mereka secara spesifik dan berfokus ataupun boleh memilih untuk melibatkan diri dalam sukan tersebut secara rekreasi. Kecenderungan mereka terhadap sukan semakin menyinar pada peringkat umur ini. Dalam erti kata lain, pada peringkat umur ini, remaja sudah boleh mempunyai satu atau dua sukan yang mereka boleh memberi tumpuan sepenuhnya untuk menjadi seorang yang betul-betul mahir dalam sukan tersebut. Andaian keenam ini adalah selari dengan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

model *Long Term Athlete Development* (Balyi & Hamilton, 2004) yang menyatakan bahawa, pada peringat umur 13 tahun, remaja sudah boleh memilih untuk melibatkan diri dalam sesuatu sukan secara spesifik (Najib Razak & Ahmad Hashim, 2017).

Andaian ketujuh (fasa transisi) dalam model ini menyatakan bahawa apabila remaja sudah meningkat usia 16 tahun, remaja tersebut sudahpun meningkat dari segi kemahiran, fizikal, aspek kognitif, sosial, emosi dan lakuan motor. Keperluan-keperluan ini diperlukan oleh remaja tersebut untuk memberi fokus sepenuhnya dalam sukan yang mereka pilih dan ceburi secara spesifik. Andaian ini memberi penekanan kepada transisi tempoh latihan yang berintensiti tinggi dengan bertujuan untuk meningkatkan prestasi elit oleh individu dalam sukan yang mereka sertai (Côté & Vierimaa, 2014).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Sehubungan itu, penyelidik berpendapat bahawa model ini sesuai digunakan dalam kajian yang dilakukan oleh penyelidik untuk mengenal pasti bakat sukan ragbi di mana penglibatan murid dalam sukan ini haruslah melalui fasa andaian yang terdapat dalam model ini dan dikaitkan *deliberate practice theory.*

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.7 Kesimpulan

Dengan terperincinya penerangan mengenai program mengenal pasti bakat dalam sukan ragbi, kajian-kajian lampau mengenai ujian kemahiran ragbi, penggunaan *Deliberate Practice Theory*, Teori Algoritma dan Model Pembangunan Penglibatan Sukan adalah sesuai digunakan untuk mengenal pasti bakat pemain ragbi rimau yang digunakan dalam kajian ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 3

METODOLOGI KAJIAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.1 Pengenalan

Metodologi kajian merupakan kaedah dan teknik mereka-bentuk, mengumpul dan menganalisis data supaya dapat menghasilkan bukti yang boleh menyokong sesuatu kajian. Metodologi menerangkan cara sesuatu masalah yang dikaji dan sebab sesuatu kaedah dan teknik tertentu digunakan. Tujuan metodologi ialah untuk membantu memahami dengan lebih luas atau lebih terperinci lagi tentang pengaplikasian kaedah dengan membuat huraian tentang proses kajian.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

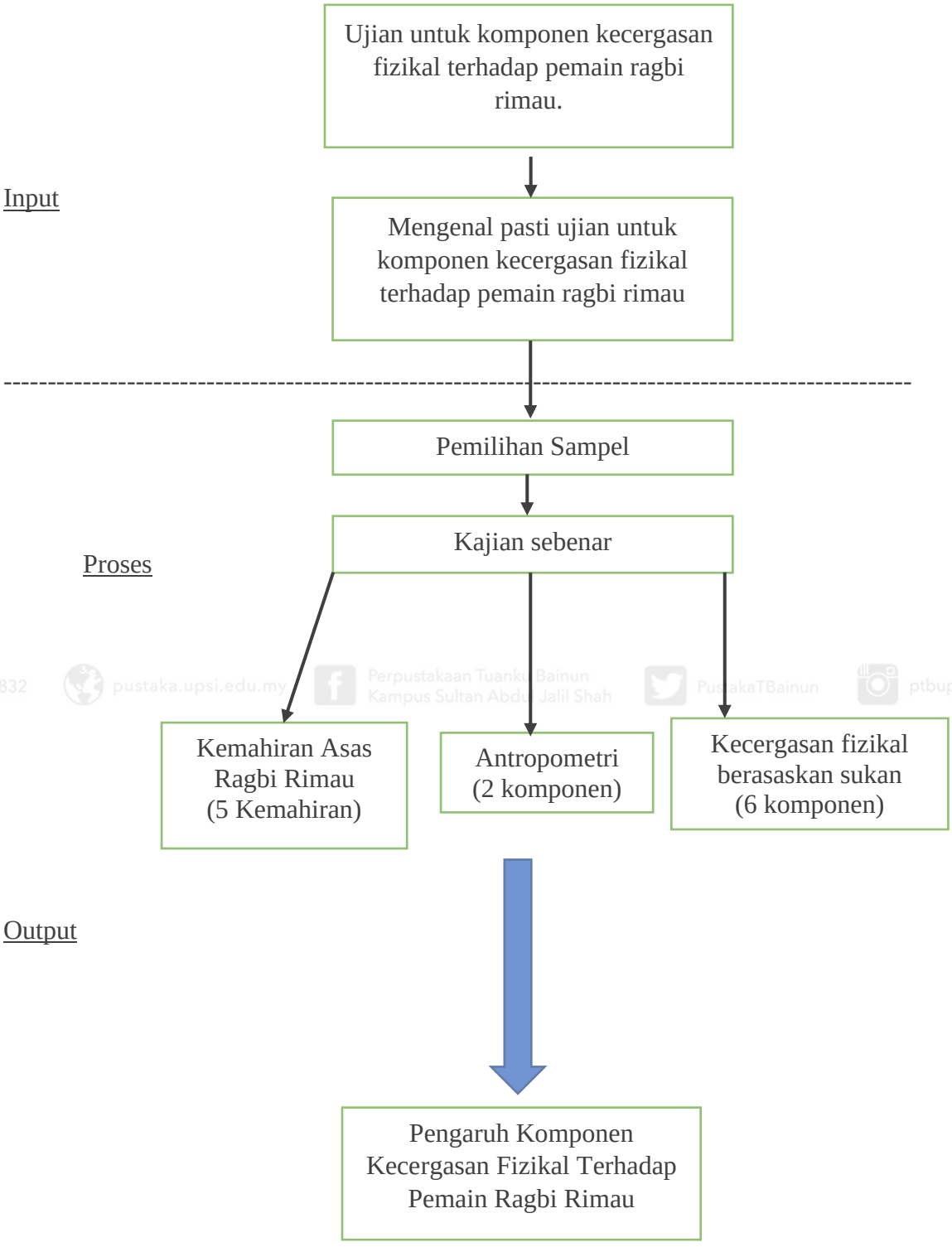
Menurut Pradip Kumar Sahu (2013), metodologi kajian ialah sebagai satu yang sistematik untuk menyelesaikan sesuatu masalah mengenai penyelidikan yang dilakukan. Ia meliputi pelbagai langkah yang harus diikuti oleh penyelidik dalam mengkaji setiap permasalahan dalam kajiannya mengikut prosedur yang betul. Maizam Alias (2017), pula menyatakan bahawa permasalahan kajian yang dibuat dapat menentukan pemilihan kaedah dalam penyelidikan dan pemilihan kaedah tersebut ditentukan oleh metodologi kajian yang dipengaruhi oleh paradigma kajian sama ada dalam bentuk positif, konstruktiviti dan pragmatis. Dengan erti kata lain, masalah kajian dipengaruhi oleh metodologi kajian melalui hubungan yang wujud antara paradigma, metodologi, kaedah dan permasalahan kajian.

3.2 Kerangka Konseptual Kajian

Kerangka konsep yang dibangunkan ini adalah untuk menjelaskan secara grafik tentang kajian yang dijalankan. Ia merupakan kunci utama kepada hubungan pembolehubah yang dikaji, aspek-aspek yang mempengaruhi dan bentuk kajian yang dijalankan. Dalam kajian ini, ia bermula dengan input iaitu mengenal pasti masalah kajian, mengenal pasti ujian komponen kecergasan fizikal dan memilih pemain ragbi rimau. Kemudian proses kajian diteruskan dengan pemilihan sampel kajian, membuat kesahan pakar bidang serta kajian rintis. Akhir sekali, kajian sebenar akan dijalankan untuk mendapatkan hubungan komponen kecergasan fizikal terhadap pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



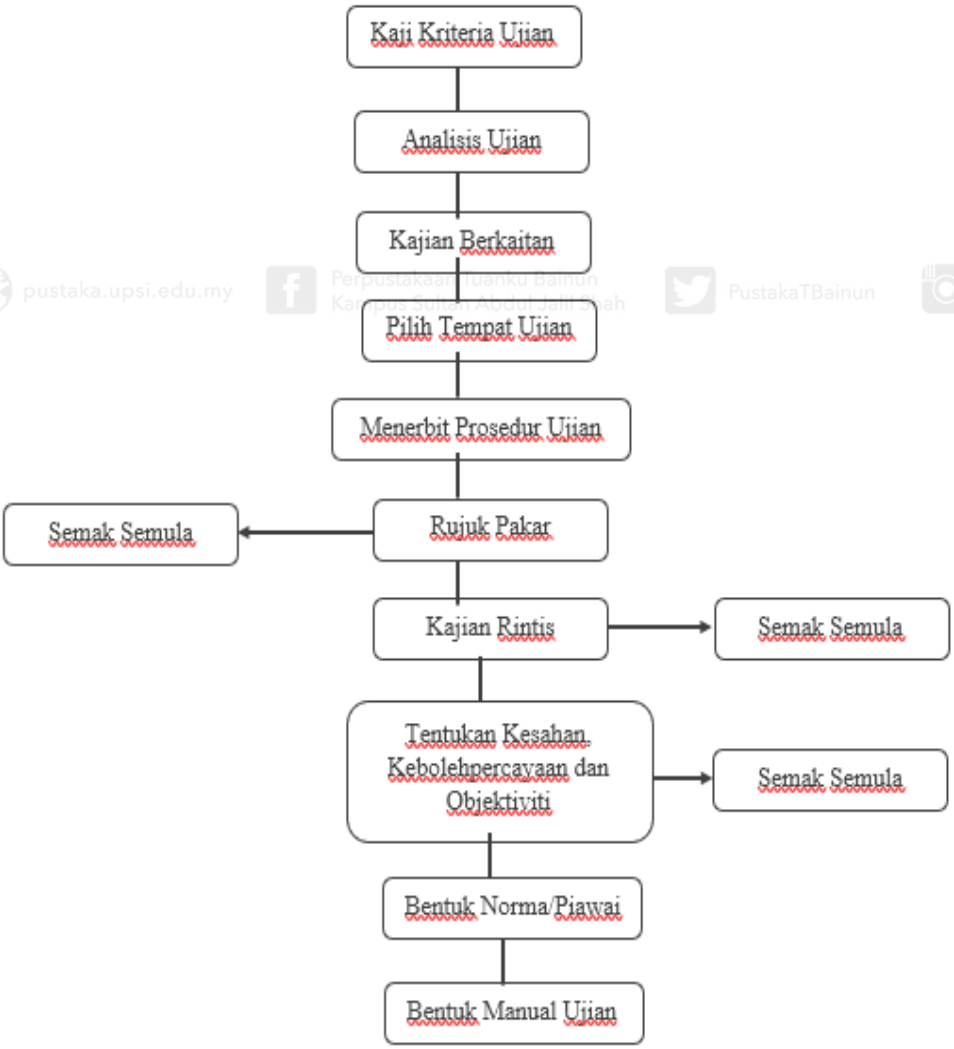
Rajah 3.1. Kerangka Konseptual Kajian

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.3 Reka Bentu Kajian

Pengkaji menjalankan kajian dengan ini menggunakan Reka Bentuk Kajian Kes Sekali *(The one-shot case study)*, (Majid Konting, 2005). Ia merupakan kajian kuantitatif berbentuk eksperimen yang bertujuan untuk mengenalpasti hubungan komponen-komponen kecergasan fizikal ke atas pemain ragbi rimau di negeri Selangor. Pembolehubah bersandar (DV) ialah skor ujian kemahiran pemain ragbi rimau. Pembolehubah tak bersandar (IV) pula ialah skor ujian kecergasan fizikal.



Rajah 3.2. Carta Aliran Pembinaan Ujian Kecergasan Fizikal. (Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G., & Mood, D.P. (1995)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.4 Populasi Kajian

Populasi ialah sekumpulan individu yang mempunyai ciri-ciri atau sifat yang sama antara satu sama lain walaupun berbeza dari segi aspeknya. Apa yang di maksudkan dengan populasi kajian ialah sekumpulan sampel yang mempunyai ciri-ciri yang sama. Adalah penting untuk memilih beberapa besar sampel yang boleh diambil kerana dengan sampel yang besar tersebut maka semakin kecil ruang untuk berlaku kesilapan dalam sampel yang mencerminkan populasi tersebut (Cresswell, 2015). Populasi ialah satu set ciri-ciri yang menunjukkan ukuran yang tertentu ke atas sekumpulan individu. Edmonds dan Kennedy (2017) menyatakan bahawa, adalah mustahil untuk penyelidik mendapatkan data dari keseluruhan populasi kajian yang dikenalpasti olehnya.

Di Selangor terdapat sepuluh daerah. Berdasarkan populasi, ianya adalah sesuai serta mempunyai bilangan sampel yang mencukupi untuk menjalankan kajian ini. Pengkaji telah menngunakan kaedah rawak mudah untuk mendapatkan tiga daerah daripada sepuluh daerah yang terdapat di Selangor. Selepas kaedah rawak mudah dijalankan tiga daerah yang terpilih ialaha Petaling Perdana, Petaling Utama dan Klang untuk menjalankan kajian. Selepas itu, rawak mudah dibuat di tiga buah daerah itu untuk mendapatkan tiga buah sekolah dari setiap daerah yang terpilih.

Menurut Pradip Kumar Sahu (2013), adalah mustahil penyelidik dapat menjaga keseluruhan aspek dalam populasinya. Sebaliknya penyelidik seharusnya memilih hanya beberapa aspek yang sama cirinya dengan keseluruhan populasi untuk menyelesaikan masalah kajian. Keseluruhan proses kajian sangat bergantung kepada keberkesanan bagaimana penyelidik dapat menggambarkan sampel dari keseluruhan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

populasi (Pradip Kumar Sahu (2013), Sehubungan dengan itu, berdasarkan pada penyataan masalah dalam kajian ini, populasi yang dipilih secara rawak dalam kajian ini terdiri pelajar sekolah rendah di negeri Selangor.

3.5 Sampel Kajian

Menurut Ranjit Kumar (2014) sampel kajian yang dipilih haruslah bersifat tidak berat sebelah dan dapat mewakili populasi dari mana ia dipilih. Sebelum melakukan pemilihan sampel kajian, saiz sampel akan ditentukan terlebih dahulu. Untuk menentukan saiz sampel, perkara utama yang perlu difikirkan ialah jumlah sampel kajian dan adakah kajian dari jumlah sampel tersebut dapat digeneralisasikan untuk mewakili populasi ataupun tidak.

Jika sampel yang digunakan itu bilangannya sedikit atau kecil, maka hasil dapatan tidak boleh digeneralisasikan atau data tersebut boleh dipertikaikan. Bilangan saiz sampel akan mempengaruhi keputusan kajian yang dijalankan. Sehubungan dengan itu, beberapa faktor lain bagi menentukan saiz sampel dalam kajian ini di ambil kira. Untuk mementukan saiz sampel dalam sesuatu kajian, terdapat beberapa kaedah yang dikemukan oleh pakar statistik antaranya ialah Krejcue dan Morgan (1970), Cohen (1988) dan Marrison, Rross, Kemp dan Kalman (2010). Cohen (1988), telah menggunakan nilai kuasa dalan statistik dan saiz kesan bagi menentukan bilangan sampel. Menurut Cohen (1988), untuk menentukan saiz sampel, nilai tahap signifikan, saiz kesan dan nilai kuasa yang diperlukan, ianya perlu ditentukan terlebih dahulu. Sehubungan dengan itu, tahap signifikan bagi kajian dalam bidang pendidikan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

menetapkan nilai alpha =0.05. Sekiranya nilai *a* rendah daripada 0.05, maka ianya akan menjejaskan kesahan dapatan yang diperolehi (Ary, Jacobs & Razavieh, 1996). Ini adalah kerana aras signifikan yang digunkana ialah a=. 05. Ini bermaksud hipotesis nul akan ditolak jika anggaran kebarangkalian yang wujud disebabkan peluang ralat hanyalah lima peratus atau kurang dari lima peratus sahaja dibenarkan.

Sampel kajian dalam penyelidikan sains sosial mempunyai aras signifikan nilai alpha yang ditetapkan ialah p< 0.05. Tuckamn dan Harper, (2012) pula menyatakan bahawa saiz sampel adalah bergantung kepada tiga faktor iaitu aras signifikan nilai alpha (*a),* kuasa dan saiz kesan. Menurut Thomas dan Nelson (2001) pula, untuk kajian yang melibatkan tingkah laku, nilai alpha yang digunakan untuk mengawal *ralat jenis 1* telah ditetapkan pada nilai 0.05 atau 0.01.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Tabachnick dan Fidel (2013) pula telah memberikan formula bagi mengira saiz sampel yang diperlukan dalam melakukan sesuatu kajian yang melibatkan analisis statistik kaedah regressi ialah N>50 + 8 (m), dimana m=bilangan pemboleh ubah tidak bersandar. Menurut Galldan Brog (2006) pula, semakin besar sampel yang dipilih secara rawak bermakna semakin kecil ralat persampelan akan berlaku. Meskipun begitu, memilih sampel yang kecil tetapi diambil secara tidak bias adalah lebih baik berbanding memilih sampel kajian yang besar tetapi di ambil secara bias.

Sehubungan dengan itu, saiz sampel yang sesuai digunakan dalam kajian ini adalah dengan menggunakan formula yang diberikan oleh Tabachnick dan Fidell (2013). Ini adalah kerana ia selari dengan objektif kajian iaitu untuk melihat hubungan kecergasan fiizikal terhadap pemain ragbi rimau. Dalam kajian ini pembolehubah

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

bersandar yang digunakan adalah 8. Maka berdasarkan kepada formula N> + 8 (8), saiz sampel kajian adalah melebihi 113 orang. Berdasarkan formula tersebut maka saiz sampel yang diperlukan ialah melebih 120 orang.

Menurut Cohen (1988), dengan meletakkan nilai kuasa persampelan pada 0.85 dan nilai kesan saiz (d) sampel yang minimun ialah 0.40 dapat mengurangkan darjah kesan ralat yang berlaku dengan menetapkan aras signifikan pada a=.05. Berdasarkan formula tersebut maka saiz sampel yang diperlukan dalam kajian ini sekurang-kurangnya 113 orang. Aras signifikan ialah risiko *ralat jenis 1* yang sanggup diterima oleh penyelidik bagi menolak hipotesisi nul yang betul. Penyelidik berkeyakinan dalam membuat keputusan kebarangkalian menerima hipotesisi nul yang benar dalam kajian ini ialah berjumlah 95%. Pada kajian sebenar, pengkaji telah mendapat sebanyak 180 sampel untuk dibuat kajian bagi memastikan kajian ini lebih signifikan jika sampel yang digunakan lebih banyak.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.1

Saiz Sample Berdasarkan Kepada Kuasa Dan Saiz Kesan

ES Power = 80 for α 0.5 and .50
α2= .05 (a1=0.25)

Power	.10	.20	.30	.40	.50 d	.60	.70	.80	1.00	1.20	1.40
.25	332	84	38	22	14	10	8	6	5	4	3
.50	769	193	86	49	32	22	17	13	9	7	5
.60	981	246	110	62	40	28	21	16	11	8	6
2/3	1144	287	128	73	47	33	24	19	12	9	7
.70	1235	310	138	78	50	35	26	20	13	10	7
.75	1389	348	155	88	57	40	29	23	15	11	8
.80	1571	393	**175**	99	64	45	33	26	17	12	9
.85	1797	450	201	113	73	51	38	29	19	14	10
.90	2102	526	234	132	85	59	44	34	22	16	12
.95	2600	651	290	163	105	73	54	42	27	19	14
.99	3675	920	409	231	148	103	576	58	38	27	10

Note: ES= Population Effect Size

Sumber: Cohen J. (1988). *Statistical power analysis for behaviour science (2nd ed).* Lawrence Eribaum Association

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Bagi mengelakkan faktor mortaliti, seramai 180 orang sampel pemain dari daerah Petaling Perdana, Petaling Utama dan Klang yang dipilih secara rawak mudah akan terlibat sebagai sampel dalam kajian ini kerana ia dapat mengelakkan dari kemungkinan data yang tercicir dan ketidakhadiran sampel semasa kajian dijalankan. Selepas sampel saiz ditentukan sejumlah 180 orang, maka pemilihan sampel pula perlu dijalankan. Pemilihan sampel yang digunakan dalan kajian ini adalah berdasarkan keadah *stratified sampling* (persampelan berstrata).

Persampelan berstrata adalah proses pemilihan sampel yang dapat mengenal pasti kumpulan yang kecil dalam kalangan populasi yang diwakili untuk mewakili populasi tersebut. Menurut Zainudin Awang (2012), persampelan berstrata adalah proses memilih sampel yang mewakili setiap lapisan yang terdapat dalam populasi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Persampelan berstrata boleh digunakan untuk memilih sampel saiz yang sama bilangannya dalam beberapa kumpulan kecil yang lain. Dalam kajian ini, persampelan berstrata digunakan ketika memilih sampel sekolah secara rawak. Ini bermakna sekolah yang di pilih secara rawak diwakili oleh 180 sampel yang dipilih berdasarkan persampelan berstarata. Berikut ialah jumlah pemain ragbi rimau di setiap daerah yang dipilih secara rawak.

Jadual 3.2:

Jumlah Bilangan Murid Lelaki Di Setiap Sekolah Yang Di Pilih Secara Rawak.

BIL	**SEKOLAH**	**JUMLAH**
1	SK Taman Sungai Besi Indah (SKTSBI)	46
2	SK Seksyen 18 (SKS18)	37
3	SK Seksyen 7 (SKS7)	39
4	SK Bandar Utama Damansara 4 (SKBUD4)	45
5	SK Bukit Lanjan (SKBL)	36
6	SK Tropicana (SKT)	38
7	SK Pulau Indah (SKPI)	38
8	SK ACS Klang (ACS KLANG)	35
9	SK Meru (SKM)	33
	Jumlah	347

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Berdasarkan jadual di atas, jumlah populasi kesemua sembilan buah sekolah adalah seramai 347 orang. Penyelidik telah menggunakan kaedah persampelan berstrata bagi menentukan sampel di semua sekolah tersebut. Sekolah tersebut diambil tiga buah sekolah dari setiap daerah iaitu Petaling Perdana, Petaling Utama dan Klang dengan menggunakan kaeadah rawak mudah.

1) SK Taman Sungai Besi Indah (SKTSBI)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKTSBI}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \text{ X Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{46}{347} \times 180$$

$$= 24$$

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2) SK Seksyen 18(SKS18)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKS18}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \text{ X Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{37}{347} \times 180$$

$$= 19$$

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3) SK Seksyen 7 (SKS7)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKS7}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \times \text{Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{39}{347} \times 180$$

$$= 20$$

4) SK Bandar Utama Damansara 4 (SKBUD4)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKBUD4}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \times \text{Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{45}{347} \times 180$$

$$= 23$$

5) SK Bukit Lanjan (SKBL)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKBL}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \times \text{Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{36}{347} \times 180$$

$$= 19$$

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

6) SK Tropicana (SKT)

Jumlah bilangan pelajar SKT X Bilangan Saiz Sampel Kajian

Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian

Saiz sampel = 38 x180

347

= 20

7) SK Pulau Indah (SKPI)

Jumlah bilangan pelajar SKPI X Bilangan Saiz Sampel Kajian

Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian

Saiz sampel = 38 x180

347

= 20

8) SK ACS Klang (ACS KLANG)

Jumlah bilangan pelajar ACS KLANG X Bilangan Saiz Sampel Kajian

Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian

Saiz sampel = 35 x180

347

= 18

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1. SK Meru (SKM)

$$\frac{\text{Jumlah bilangan pelajar SKM}}{\text{Jumlah keseluruhan pelajar sekolah kajian}} \times \text{Bilangan Saiz Sampel Kajian}$$

$$\text{Saiz sampel} = \frac{33}{347} \times 180$$

$$= 17$$

Hasil pengiraan di atas, hanya 24 orang murid daripada 46 murid lelaki SK Taman Sungai Besi Indah di gunakan sebagai sampel dalam penyelidikan ini. SK Seksyen 18 pula seramai 19 orang murid lelaki dari 37 orang pelajar di ambil sebagai sampel kajian ini. Manakala sekolah terakhir yang digunakan di dalam Daerah Petaling Perdana ialah SK Seksyen 7. Seramai 20 orang murid lelaki diambil untuk digunakan sebagai sampel dalam kajian ini daripada 34 orang. Dari daerah Petaling Utama pula, 3 sekolah yang di pilih iaitu SK Bandar Utama Damansara 4 iaitu sebanyak 23 orang sampel di pilih daripada 45 orang. Manakala dari SK Bukit Lanjan pula seramai 19 orang murid diambil daripada 36 orang dan akhir sekali dari SK Tropicana seramai 20 orang murid daripada 38 orang digunakan sebagai sampel untuk kajian ini. Seterusnya dari Daerah Klang pula, penyelidik mengambil sampel kajian daripada SK Pulau Indah seramai 20 orang daripada 38 orang yang dipilih secara rawak. Manakala SK ACS Klang pula seramai 18 orang daripada 36 orang dan akhir sekali sampel diambil daripada SK Meru sebanyak 17 orang daripada 33 orang yang dipilih secara rawak. Kesemua sampel yang digunakan untuk kajian ini adalah murid lelaki yang bermain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.6 Kajian Rintis

Kajian rintis dilakukan adalah bertujuan untuk mendapatkan kesahan pakar kandungan bagi menilai instrumen kajian. Ia bertujuan untuk menilai ujian yang digunakan dalam kajian rintis ini sesuai atau tidak untuk dijalankan semasa kajian sebenar nanti. Ia juga bertujuan untuk mengetahui sejauh manakah kelemahan atau kelebihan pentadbiran ujian ini semasa melakukannya. Selain itu, kajian rintis dibuat untuk melihat tempoh masa yang sesuai digunakan untuk menjalankan kajian yang sebenar nanti. Kajian rintis juga ia bertujuan untuk mencari nilai kesahan, objektiviti pembantu penguji dan keboleh percayaan ujian. Selepas melakukan kajian rintis, perancangan masa dan tempat dapat dibuat untuk memudahkan proses pengambilan data dibuat semasa kajian sebenar nanti. Kajian rintis ini akan diadakan di SK Raja Muda.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian rintis telah dijalankan selama tiga minggu di SK Raja Muda yang melibatkan seramai 20 orang pemain ragbi rimau. Kajian ini dilakukan selepas waktu persekolah iaitu bermula pada pukul 3.00 petang sehingga 5.00 petang. Pada minggu pertama penyelidik membuat ujian kecergasan fizikal dan juga ujian kemahiran asas ragbi. Manakala pada minggu kedua ujian tersebut dilakukan oleh pembantu penguji pertama. Pada minggu ketiga pula ujian di lakukan oleh pembantu penguji kedua, sama seperti ujian minggu pertama dan kedua. Seramai 20 orang pemain terlibat dalam kajian rintis ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.6.1 Pentadbiran Kajian Rintis

Sebelum memulakan kajian rintis, pertama sekali pengkaji perlu mendapatkan kesahan pakar bidang dan juga kesahan ujian instrumen yang hendak di jalankan, Menurut Babbie (2004), kesahan pakar bidang ialah bertujuan untuk memastikan samada setiap perkara yang terdapat dalam instrumen tersebut adalah benar-benar menguji apa yang sepatutnya diuji dari aspek kandungan. Setiap perkara yang terdapa dalam kesahan kandungan adalah amat penting untuk diteliti bagi memastikan instrumen itu releven digunakan semasa membuat kajian nanti.

Penyelidik akan menggunakan tiga orang pakar bidang dalam sukan ragbi dalam kajian rintis ini. Pakar bidang ragbi yang pertama ialah ketua jurulatih Selangor bawah 12 tahun iaitu En. Dzul Azri bin Yunos. Pakar bidang ragbi yang kedua ialah Pegawai Teknik Ragbi Rendah Negeri Selangor iaitu En. Khairil Rizal Bin Osman Khairi dan pakar bidang ragbi yang ketiga ialah En. Mahathir Bin Kosnan iaitu Pegawai Teknik Ragbi Daerah Petaling Perdana. Pemilihan pakar bidang ini adalah mengikut kepakaran mereka dalam bidang ragbi rimau. Hasil keputusan daripada pakar bidang ini akan digunakan dalam kajian rintis.

Terdapat lima instrumen kemahiran asas ragbi yang ada pada sukan ragbi akan dimurnikan lagi setelah mendapat idea dan juga pandangan daripada pakar bidang sukan ragbi ini. Menurut Adlan Mohamed Yusof, (2016) adalah mencukupi sekiranya mendapat pandangan dan pendapat dari pakar bidang sahaja kerana kesahan kandungan tidak memerlukan bukti secara statistik.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Untuk mendapatkan kesahan pakar ini, penyelidik mendapat pandangan daripada tiga orang pakar dalam bidang kemahiran ragbi rimau. Instrumen yang digunakan oleh penyelidik bagi menentukan kesahan bidang adalah menggunakan soal selidik. Sebanyak tujuh perkara telah dinyatakan dalam soal selidik tersebut. Soal selidik ini berbentuk skala likert iaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (kurang setuju), 4 (setuju) dan 5 (sangat setuju). Berikut ialah formula yang akan digunakan untuk menentukan penilaian kesahan pakar Sidek dan Jamaludin (2005).

$$\frac{\text{Jumlah Skor Pakar (x)}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100\% = \text{Pencapaian Kesahan Kandungan}$$

Jadual di bawah merupakan jumlah skor yang didapati hasil dari ketiga-tiga pakar bidang ragbi iaitu En. Dzul Azri Bin Yunos, En. Khairil Rizal Bin Rashid dan En. Mahathir Bin Kosnan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.3

Skor Pakar Bidang Ragbi Rimau

Pakar	**Item Satu**	**Item Dua**	**Item Tiga**	**Item Empat**	**Item Lima**	**Item Enam**	**Item Tujuh**	**Korelasi**
1	4	5	5	5	4	5	5	0.94
2	5	5	4	5	5	4	4	0.91
3	5	5	5	5	5	5	4	0.97

Hasil analisis regrasi berganda dari jadual menunjukkan kesahan kandungan dari pakar pertama adalah r = 0.94, pakar kedua ialah r = 0.91 dan pakar ketiga ialah r = 0.97.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.6.2 Kesahan Ujian

Kesahan pakar dibuat adalah bertujuan untuk mendapat menilai tahap kesahan instumen ujian berdasarkan daripada kajian-kajian lepas yang dilakukan oleh pakar-pakar dalam bidang Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani. Kesemua ujian kecergasan fizikal yang diambil telah ada kesahan pakar daripada pakar-pakar yang telah membuat ujian sebelum ini. Selain itu, ujian kemahiran yang dilakukan belum ada kesahan pakar dilakukan. Berdasarkan kepada nilai kesahan yang diberikan oleh pakar-pakar sebelum ini menunjukkan bahawa keyakinan penyelidik terhadap setiap ujian yang dipilih adalah sesuai digunakan untuk pembinaan instrumen bakat pemain ragbi rimau.

Jadual 3.4

Senarai Kesahan Ujian Komponen Kecergasan Fizikal

Bil	Pembolehubah	Ujian	Nilai Kesahan
1	Daya Tahan Kardiovaskular	Ujian Yo-Yo	r = 0.90 (Cooper, 1968)
2	Kekuatan Otot	Ujian Tekan Tubi	r = 0.71 (Roman & Mahar, 2001)
3	Kekuatan Otot	Ujian Plank	Kesahan Kandungan
4	Kuasa	Ujian Lompat Jauh Berdiri	r = 0.81 (Ahmad Hashim, 2003)
5	Ketangkasan	Ujian T	Kesahan Kandungan
6	Kepantasan	Ujian Lari 30 Meter	r = 0.85 (Ahmad Hashim, 2003)
7	Kemahiran Menangkap		Kesahan Kandungan
8	Kemahiran Menerima		Kesahan Kandungan
9	Kemahiran Menyepak		Kesahan Kandungan
10	Kemahiran Menyambut		Kesahan Kandungan
11	Kemahiran Menyentuh		Kesahan Kandungan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Berdasarkan jadual di atas, nilai kesahan yang telah ditetapkan oleh pakar bidang kecergasan fizikal adalah amat bersesuaian dengan kajian yang dijalankan oleh penyelidik terhadap pemain ragbi rimau.

3.6.3 Objektiviti Pembantu Penguji

Tujuan kajian rintis dilakukan adalah bertujuan untuk mendapatkan objektiviti penyelidik serta pembantu penyelidik. Seramai dua orang pembantu penguji digunakan semasa membuat kajian sebenar. Sampel seramai 180 orang murid sekolah rendah digunakan semasa kajian sebenar dilakukan. Ahmad Hashim (2014), kebolehpercayaan ujian adalah kaedah yang digunakan untuk medapatkan nilai kebolehpercayaan *interclass* dan *intraclass* berdasarkan kaedah uji dan ulanguji. Penyelidik bersama dua orang pembantu penguji akan diberikan nilai *intra tester reliability* dan *inter tester reliability* selepas mendapat objektiviti. Kajian rintis akan dilakukan selama tiga minggu bagi mendapatkan nilai objektiviti pembantu penguji iaitu minggu pertama sehingga minggu ketiga.

Ahmad Hashim (2014), objektiviti disebut kebolehpercayaan antara penguji. Objektiviti amat diperlukan dalam melakukan kajian ini. Setiap ujian yang mempunyai objektiviti yang tinggi apabila terdapat persetujuan diantara dua atau lebih penguji yang membuat ujian yang sama ke atas sekelompok murid yang sama dalam memperolehi skor yang hampir sama. Nilai *inter tester reliability* diperolehi bagi mendapatkan nilai

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

keboleh percayaan antara penyelidik dengan pembantu penguji manakala nilai *intra tester reliability* diperolehi bagi mendapatkan nilai kebolehpercayaan antara pembantu penguji dan pembantu penguji yang lain.

Penguji melakukan ujian kajian rintis dengan menggunakan sampel seramai 20 orang dari murid SK Raja Muda. Setelah penguji membuat kesemua ujian tersebut, maka nilai *intra tester reliability* diperolehi oleh penguji dengan menggunkan statistik korelasi. Penyelidik telah mendapat nilai *inter tester reliability* manakala penguji mendapat *inter tester reliability* antara penguji dan pembantu penguji yang lain.

Oleh itu, penyelidik dan pembantu penguji perlu mendapatkan nilai objektiviti. Menurut Ahmad Hashim (2014), objektiviti boleh ditentukan berdasarkan kaedah korelasi. Kaedah ini boleh dilakukan oleh dua atau lebih penguji yang berbeza dan membuat ujian yang sama terhadap sampel yang sama pada masa yang berbeza. Nilai objektiviti diperolehi selepas kajian rintis dibuat. Selepas mendapat nilai objektiviti, maka data yang diperolehi oleh penguji dan pembantu penguji adalah sah dan boleh digunakan semasa ujian sebenar.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.5

Jadual Pentadbiran Kajian Rintis Bagi Mendapatkan Nilai Objektiviti Pembantu Penguji Satu dan Pembantu Penguji Kedua.

Minggu	**Pertama**			
Tujuan	Menguji Penyelidik (Dibantu oleh dua pembantu penguji)		Menguji Pembantu Satu (Dibantu oleh dua pembantu penguji)	
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	7 Jan 2019	8 Jan 2019	9 Jan 2019	10 Jan 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.5: (*Sambungan*)

Minggu	**Kedua**	
Tujuan	Menguji Penyelidik (Dibantu oleh dua pembantu penguji)	Menguji Pembantu Satu (Dibantu oleh dua pembantu penguji)
Hari	Isnin	Selasa
Tarikh	14 Jan 2019	15 Jan 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menendang Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan

Dalam kajian ini, penyelidik menggunakan sebanyak 180 sampel. Bagi memudahkan kerja penyelidikan ini, penyelidik memerlukan bantuan daripada dua orang pembantu penguji bagi memastikan kajian yang di jalankan berjalan dengan lancar. Oleh itu, pembantu penguji mestilah mendapatkan nilai *inter tester reliability* agar data yang dikutip selari dengan penyelidik dan tidak bias.

Pada minggu pertama iaitu pada hari Isnin penyelidik membuat ujian Yo-yo (daya tahan kardiovaskular). Manakala pada hari Selasa pula penyelidik menjalankan ujian plank (kekuatan otot), ujian tekan tubi (kekuatan otot), ujian lompat jauh berdiri

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

(kuasa), ujian T (Ketangkasan), ujian lari pecut 30 meter (kepantasan), ujian ketinggian berdiri (antropometri) dan ujian komposisi tubuh badan BMI. Pada hari Rabu ujian yang sama dijalankan oleh pembantu penguji kedua dan pada hari Khamis pembantu penguji pertama menjalankan ujian Yo-yo (daya tahan kardiovaskular) dalam minggu pertama tersebut.

Pada minggu kedua, penyelidik dan pembantu penguji pertama meneruskan lagi ujian kemahiran dalam ragbi. Pada hari Isnin, penyelidik menjalankan ujian kemahiran asas dalam ragbi iaitu kemahiran membaling bola ragbi, kemahiran menerima bola ragbi, kemahiran menyepak bola ragbi, kemahiran menangkap bola ragbi dan kemahiran menyentuh pihak lawan. Ujian yang sama juga dijalankan oleh pembantu penguji yang pertama pada hari Selasa. Apabila selesai ujian yang dilakukan pada minggu pertama dan kedua ini, maka penyelidik dan pembantu penguji pertama akan mempunyai nilai objektiviti.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.6

Jadual Pentadbiran Kajian Rintis Bagi Mendapatkan Nilai Objektiviti Pembantu Penguji Kedua.

Minggu	**Ketiga**		
Tujuan	Menguji Pembantu Kedua (Dibantu Oleh dua pembantu penguji)		
Hari	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	22 Jan 2019	23 Jan 2019	24 Jan 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M) Antropometrik (Ketinggi Berdiri)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan Komposisi Tubuh Badan (BMI)

Pada minggu ketiga, pembantu penguji kedua meneruskan ujian yang sama di jalankan oleh penyelidik dan pembantu pertama. Pada hari Selasa, pembantu penguji kedua membuat ujian Yo-yo (daya tahan kadiovaskular. Seterusnya pada hari Rabu, pembantu penguji kedua menjalankan ujian plank (kekuatan otot), ujian tekan tubi (kekuatan otot), ujian lompat jauh berdiri (kuasa), ujian T (Ketangkasan), ujian lari pecut 30 meter (kepantasan) dan ujian ketinggian berdiri (antropometri). Pada hari Khamis pula, pembantu penguji kedua akan menjalankan ujian kemahiran ragbi iaitu

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

kemahiran membaling bola ragbi, kemahiran menerima bola ragbi, kemahiran menyepak bola ragbi, kemahiran menangkap bola ragbi, kemahiran menyentuh pihak lawan dan ujian komposisi tubuh badan BMI.

Selepas selesai semua ujian yang dijalankan oleh pembantu kedua dalam minggu ketiga ini, maka nilai objektiviti telah diperolehi. Selepas kedua-kedua pembantu penguji ini mendapat nilai *intra tester reliability*, nilai ini dikorelasikan dengan penyelidik. Hasil nilai tersebut kedua-dua penyelidik layak untuk membantu penyelidik untuk mengutip data semasa kajian sebenar dilakukan.

Jadual 3.7

Nilai Pekali Korelasi Antara Penyelidik dan Pembantu Penguji Terhadap Ujian Komponen Kecergasan Fizikal Terhadap Pemain Ragbi Rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kolelasi

Antropometri (Ketinggian Berdiri)

		Pembantu Penguji Satu	**Pembantu Penguji Kedua**	**Penyelidik**
Penyelidik	Pearson Correlation	1.000**	1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000
	N	20	20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation		1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation			1.000**
	Sig. (2-tailed)			.000
	N			20

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.7 *(sambungan)*

Ujian Komposisi Tubuh Badan (BMI)

		Pembantu Penguji Satu	**Pembantu Penguji Kedua**	**Penyelidik**
Penyelidik	Pearson Correlation	1.000**	1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000
	N	20	20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation		1.000**	1.000**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation			1.000**
	Sig. (2-tailed)			.000
	N			20

Daya Tahan Kardiovaskular (Ujian Yo-Yo)

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.935**	.830**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.935**		.913**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.830**	.913**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Kuasa (Lompat Jauh Berdiri)

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.989**	.983**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.989**		.982**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.983**	.982**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.7 *(sambungan)*

Kekuatan Otot (Ujian Plank)

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.994**	.993**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.994**		.990**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.993**	.990**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Ketangkasan (Ujian T)

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.905**	.867**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.905**		.900**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.867**	.900**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi)

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.980**	.982**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.980**		.975**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.982**	.975**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.7 *(sambungan)*

Kemahiran Menghantar (*pass*) Bola Ragbi

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.723**	.728**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.723**		.773**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.728**	.773**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Kemahiran Menerima *(receive)* Bola Ragbi

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.953**	.830**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.953**		.860**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.830**	.860**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Kemahiran Menyepak *(drop kick)* Bola Ragbi

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.850**	.711**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.850**		.729**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.711**	.729**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.7 *(sambungan)*

Kemahiran Menangkap (*catch*) Bola Ragbi

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.953**	.767**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.953**		.784**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.767**	.784**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan

		Penyelidik	**Pembantu Penguji Satu**	**Pembantu Penguji Kedua**
Penyelidik	Pearson Correlation		.877**	.748**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N		20	20
Pembantu Penguji Satu	Pearson Correlation	.877**		.835**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	20		20
Pembantu Penguji Kedua	Pearson Correlation	.748**	.835**	
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	20	20	

Jadual 3.7 menunjukkan nilai pekali korelasi skor ujian antropometri (ketinggian berdiri) di antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 1.00, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 1.00. Selain itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 1.00.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Nilai pekali korelasi skor ujian komposisi tubuh badan (BMI) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 1.00, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 1.00. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi di antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 1.00.

Nilai pekali korelasi skor ujian daya tahan kardiovaskular (Ujian Yo-Yo) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.93, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.83. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi di antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.91.

Nilai pekali korelasi skor ujian kuasa (lompat jauh berdiri) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.99, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.98. Selain itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.98.

Nilai pekali korelasi skor ujian kekuatan otot (ujian plank) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.99, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.99. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.99.

Nilai pekali korelasi skor ujian ketangkasan (ujian T) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.90, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.87. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.90

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Nilai pekali korelasi skor ujian kekuatan otot (ujian tekan tubi) antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.98, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.98. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.97.

Nilai pekali korelasi skor ujian kemahiran menghantar bola ragbi antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.72, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.72. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.77.

Nilai pekali korelasi skor ujian kemahiran menerima bola ragbi antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.95, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.83. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.86.

Nilai pekali korelasi skor ujian kemahiran menyepak bola ragbi antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.85, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.71. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.73.

Nilai pekali korelasi skor ujian kemahiran menangkap bola ragbi antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.95, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.77. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.78.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Nilai pekali korelasi skor ujian kemahiran menyentuh pihak lawan antara skor penyelidik dengan pembantu penguji satu adalah r = 0.88, dengan pembantu penguji kedua ialah r = 0.75. Selain daripada itu, nilai pekali korelasi antara skor pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua ialah r = 0.83.

Hasil daripada kajian rintis yang dijalankan terhadap sampel, nilai objektiviti menunjukkan bahawa kedua-dua pembantu penguji mempunyai nilai yang tinggi bersama dengan penyelidik. Oleh itu, kedua-dua pembantu penguji dapat melakukan ujian terhadap sampel yang sebenar secara kekal dan tidak bias serta tahu apa yang hendak diukur.

3.6.4 Kebolehpercayaan

Kajian rintis dijalankan adalah untuk mendapatkan nilai kebolehpercayaan. Untuk mendapatkan nilai kepercayaan ini, kaedah uji dan ulang uji digunakan untuk mendapatkan nilai kebolehpercayaan. Bagi menjalankan ujian ini, penyelidik perlulah menggunakan sampel yang sama tetapi di lakukan pada masa yang berbeza. Penyelidik mengambil masa selama dua minggu untuk mendapatkan nilai kebolehpercayaan ini.

Penyelidik menggunakan seramai 20 orang sampel murid lelaki dari sekolah yang sama semasa menjalankan kajian rintis iaitu SK Raja Muda. Sampel tersebut bukan dari sampel yang akan digunakan di dalam kajian sebenar. Kaedah *systematic sampling* digunakan bagi menjalankan kajian tersebut. Sampel dipilih melalui buku kehadiran kelas dengan menggunakan nombor ganjil. Namun, jika nombor tersebut

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

terkena pada pelajar perempuan, maka nombor tersebut tidak diguna pakai dan terus sambung kepada nombor ganjil yang seterusnya untuk mendapatkan seramai 20 orang sampel.

3.6.4.1 Prosedur Menjalankan Kaedah Uji dan Ulang Uji

Menurut Ahmad Hashim (2014), kaedah korelasi digunakan untuk mendapatkan nilai kebolehpercayaan dari kedua-dua data tersebut. Kaedah uji dan ulang uji ini digunakan bagi mendapatkan kebolehpercayaan ujian untuk digunakan semasa ujian sebenar nanti. Ujian-ujian yang akan dijalankan untuk kaedah uji dan ulang uji ini ialah antropometri (ketinggian berdiri), komposisi tubuh badan (BMI), daya tahan kardiovaskular (ujian yo-yo), kekuatan otot (ujian tekan tubi), kekuatan otot (ujian plank), kuasa (ujian lompat jauh berdiri, ketangkasan (ujian T), kepantasan (ujian lari pecut 30 meter, ujian kemahiran menangkap bola ragbi, ujian kemahiran menerima bola ragbi, ujian kemahiran menyepak bola ragbi, ujian kemahiran menangkap bola ragbi dan ujian menyentuh pihak lawan menggunakan dua belah tangan.

Bagi menjalankan kajian ini, seramai 20 orang murid dari SK Raja Muda dipilih secara rawak. Kajian ini dijalankan selama dua minggu pada waktu petang iaitu pukul 3:00 sehingga pukul 5:00 petang. Sampel yang digunakan bukan digunakan untuk kajian sebenar. Jadual di bawah akan menunjukkan secara terperinci bagai ujian ini dilakukan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.8

Jadual Pentadbiran Bagi Mendapatkan Nilai Kebolepercayaan Ujian (Penyelidik)

Minggu	**Keempat**			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	28 Jan 2019	29 Jan 2019	30 Jan 2019	31 Jan 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo
Kaedah		Uji	Ulanguji	

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.8 *(sambungan)*

Minggu	**Kelima**	
Hari	Selasa	Rabu
Tarikh	12 Feb 2019	13 Feb 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menendang Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan
Kaedah	Uji	Ulang Uji

Pada minggu keempat, kaedah uji dan ulang uji dilakukan, Pada hari Isnin dan Selasa kaedah uji dilakukan. Ujian yang dilakukan pada hari Isnin ialah daya tahan kardiovaskular (ujian yo-yo). Manakala pada hari Selasa pula penyelidik membuat ujian plank (kekuatan otot), ujian tekan tubi (kekuatan otot), Ujian lompat jauh berdiri (kuasa), ujian T (ketangkasan), ujian lari pecut 30-meter (kepantansan), ketinggian berdiri (antropometri) dan komposisi tubuh badan (BMI). Pada hari Rabu dan Khamis kaedah ulang uji dilakukan sama seperti ujian yang dilakukan pada hari Isnin dan Selasa. Semasa membuat ujian ini, penyelidik dibantu oleh dua orang pembantu penguji.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Pada minggu kelima, penyelidik meneruskan kaedah uji dan ulang bagi ujian kemahiran asas dalam sukan ragbi. Pada hari Selasa penyelidik membuat kaedah uji pada ujian kemahiran menghantar bola ragbi, kemahiran menerima bola ragbi, kemahiran menyepak bola ragbi, kemahiran menangkap bola ragbi dan juga kemahiran menyentuh pihak lawan. Pada hari Rabu penyelidik meneruskan kaedah ulang uji bagi ujian kemahiran asas dalam sukan ragbi yang turut dibantu oleh dua orang pembantu penguji.

Setelah selesai uji dan ulang uji terhadap semua ujian yang telah dijalankan, statistik korelasi *Pearson Product Moment* digunakan bagi mendapatkan nilai pekali kebolehpercayaan ujian ini. Nilai kebolehpercayaan ujian ini akan diperolehi selepas selesai kajian rintis dijalankan. Jadual di bawah menunjukkan nilai kebolehpercayaan selepas kajian rintis dijalankan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.6.4.2 Nilai Kebolehpercayaan Antropometri dan Kecergasan Fizikal

Jadual di bawah menunjukkan hasil keputusan analisis kaedah *Pearson Product Moment* dengan nilai korelasi kebolehpercayaan uji dan ulang uji terhadap ujian ketinggian berdiri, komposisi tubuh badan, ujian yo-yo, ujian lari pecut 30 meter, ujian lompat juah berdiri, ujian t, ujian plank dan ujian tekan tubi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.9

Nilai Kebolehpercayaan Ujian Antropometri dan Kecergasan Fizikal

			Uji	**Ulang Uji**
Ketinggian Berdiri	Uji	Pearson Correlation	1	1.000**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Kompisisi Tubuh Badan	Uji	Pearson Correlation	1	1.000**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Yo-Yo	Uji	Pearson Correlation	1	.998**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Lari Pecut 30 Meter	Uji	Pearson Correlation	1	.887**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Lompat Jauh Berdiri	Uji	Pearson Correlation	1	.994**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian T	Uji	Pearson Correlation	1	.936**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Plank	Uji	Pearson Correlation	1	.996**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Tekan Tubi	Uji	Pearson Correlation	1	.921**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20

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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.6.4.3 Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Asas Ragbi.

Jadual di bawah menunjukkan hasil keputusan analisis kaedah *Pearson Product Moment* dengan nilai korelasi kebolehpercayaan uji dan ulang uji terhadap kemahiran menghantar bola ragbi, kemahiran menerima bola ragbi, kemahiran menyepak bola ragbi, kemahiran menangkap bola ragbi dan kemahiran menyentuh pihak lawan.

Jadual 3.10

Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Asas Ragbi.

		Uji	**Ulang Uji**
Kemahiran Menghantar Bola Ragbi	Uji Pearson Correlation	1	.781**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menerima Bola Ragbi	Uji Pearson Correlation	1	.764**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menyepak Bola Ragbi	Uji Pearson Correlation	1	.877**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menangkap Bola Ragbi	Uji Pearson Correlation	1	.767**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Uji Pearson Correlation	1	.789**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20

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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.11

Nilai Kebolehpercayaan Ujian Komponen Kecergasan dan Ujian Kemahiran Asas Ragbi.

Bil	Pemboleh Ubah	Ujian	Nilai r
1	Antropometri	Ketinggian Berdiri	r = 1.0 (Dzia 2019)
2	Komposisi Tubuh Badan	Indeks Jisim Badan	r = 1.0 (Dzia 2019)
3	Daya Tahan Kardiovaskular	Ujian Yo-Yo	r = .99 (Dzia 2019)
4	Kepantasan	Ujian Lari Pecut 30 Meter	r = .88 (Dzia 2019)
5	Kuasa	Ujian Lompat Jauh Berdiri	r = .99 (Dzia 2019)
6	Ketangkasan	Ujian T	r = .94 (Dzia 2019)
7	Kekuatan Otot	Ujian Plank	r = .99 (Dzia 2019)
8	Kekuatan Otot	Ujian Tekan Tubi	r = .92 (Dzia 2019)
9	Kemahairan Asas Ragbi Rimau	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi	r = .78 (Dzia 2019)
10	Kemahairan Asas Ragbi Rimau	Kemahiran Menerima Bola Ragbi	r = .76 (Dzia 2019)
11	Kemahairan Asas Ragbi Rimau	Kemahiran Menyepak Bola Ragbi	r = .87 (Dzia 2019)
12	Kemahairan Asas Ragbi Rimau	Kemahiran Menangkap Bola Ragbi	r =. 77 (Dzia 2019)
13	Kemahairan Asas Ragbi Rimau	Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	r = .79 (Dzia 2019)

Berdasarkan kepada nilai kebolehpercayaan uji dan ulang uji yang telah dilakukan oleh penyelidik adalah tinggi dan boleh digunakan untuk menjalankan kajian mengenalpasti pengaruh komponen kecergasan fizikal terhadap pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.7 Pentadbiran Kajian Sebenar

Bagi menjalankan kajian pengaruh komponen kecergasan fizikal terhadap pemain ragbi rimau ini, beberapa buah sekolah di kawasan Selangor digunakan sebagai sampel kajian. Seramai 180 orang sampel kajian di perlukan bagi melengkapkan kajian ini. Sebanyak sembilan buah sekolah daripada tiga daerah di Selangor digunakan sebagai sampel untuk kajian ini. Sekolah dari daerah Petaling Perdana iaitu SK Seksyen 18, Shah Alam seramai 19 orang sampel. Manakala SK seksyen 7, Shah Alam seramai 20 orang sampel di perlukan dan akhir sekali sekolah SK Taman Sungai Besi Indah seramai 24 orang sampel di perlukan dalam kajian ini. Sekolah yang terlibat bagi daerah Petaling Utama ialah SK Bandar Damansara Utama 4, di mana sebanyak 23 orang sampel terlibat dalam kajian ini. SK Tropicana seramai 20 orang sampel dan akhir sekali SK Bukit Lanjan seramai 19 orang sampel digunakan dalam kajian ini. Manakala sekolah-sekolah yang terlibat di daerah Klang ialah SK ACS Klang, dimana seramai 18 orang sampel terlibat, SK Pulau Indah seramai 20 orang sampel terlibat dan SK Meru seramai 17 orang sampel terlibat dalam penyelidikan ini. Jumlah keseluruhan sekolah yang terlibat dalam kajian ini ialah sebanyak sembilan buah sekolah. Kesemua sampel seramai 180 akan menjalankan ujian komponen kecergasan fizikal dan juga kemahiran asas dalam ragbi rimau. Kesemua ujian tersebut telah mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan ujian.

Kajian sebenar dijalankan pada waktu petang di mana selepas habis masa persekolahan. Penyelidik akan dibantu oleh dua orang pembantu penguji untuk membuat kajian ini. Jadual di bawah menunjukkan pentadbiran kajian sebenar dijalankan di sekolah-sekolah yang dinyatakan tadi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.12

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Keenam)

Minggu	**Keenam**			
Sekolah	SK Taman Sungai Besi Indah			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	18 Feb 2019	19 Feb 2019	20 Feb 2019	21 Feb 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.13

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Ketujuh)

Minggu	**Ketujuh**			
Sekolah	SK Seksyen 18			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	25 Feb 2019	26 Feb 2019	27 Feb 2019	28 Feb 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.14

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kelapan)

Minggu	**Kelapan**			
Sekolah	SK Seksyen 7			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	04 Mac 2019	05 Mac 2019	06 Mac 2019	07 Mac 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.15

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesembilan)

Minggu	**Kesembilan**			
Sekolah	SK Pulau Indah			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	11 Mac 2019	12 Mac 2019	13 Mac 2019	14 Mac 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.16

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesepuluh)

Minggu	**Kesepuluh**			
Sekolah	SK Tropicana			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	18 Mac 2019	19 Mac 2019	20 Mac 2019	21 Mac 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.17

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kesebelas)

Minggu	**Kesebelas**			
Sekolah	SK ACS Klang			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	1 April 2019	2 April 2019	3 April 2019	4 April 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.18

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar. (Minggu Kedua Belas)

Minggu	**Kedua Belas**			
Sekolah	SK Meru			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	8 April 2019	9 April 2019	10 April 2019	11 April 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.19

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar (Minggu Ketiga Belas)

Minggu	**Ketiga Belas**			
Sekolah	SK Bukit Lanjan			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	15 April 2019	16 April 2019	17 April 2019	18 April 2019
Masa	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)	(3:00 – 5:00 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 3.20

Jadual Pentadbiran Kajian Sebenar (minggu keempat belas)

Minggu	**Keempat Belas**			
Sekolah	SK Bandar Utama Damansara 4			
Hari	Isnin	Selasa	Rabu	Khamis
Tarikh	22 April 2019	23 April 2019	24 April 2019	25 April 2019
Masa	(4:30 – 6:30 Petang)	(4:30 – 6:30 Petang)	(4:30 – 6:30 Petang)	(4:30 – 6:30 Petang)
Ujian	Kuasa (Ujian Lompat Jauh Berdiri) Ketangkasan (Ujian T) Antropometrik (Ketinggi Berdiri) Komposisi Tubuh Badan (BMI)	Kekuatan Otot (Ujian Plank) Kekuatan Otot (Ujian Tekan Tubi) Kepantantasan (Ujian Lari Pecut 30 M)	Kemahiran Menghantar Bola Ragbi Kemahiran Menerima Bola Ragbi Kemahiran Menyepak Bola Ragbi Kemahiran Menangkap Bola Ragbi Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan	Kardiovaskular (Ujian Yo-yo)

Kesemua sembilan buah sekolah yang terlibat dalam kajian ini merupakan sesi pagi persekolah. Kajian ini akan dijalankan di sebelah petang kerana tiada waktu persekolahan. Pengkaji bermula pada pukul 3.00 petang sehingga pukul 5.00 petang setiap hari bagi menyelesaikan semua ujian tersebut. Selama sembilan minggu

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

diperlukan untuk menghabiskan ujian keatas sampel yang diperlukan. Semasa menjalankan ujian ini, penyelidikan akan dibantu oleh dua orang pembantu penguji untuk membuat ujian tersebut.

3.7.1 Pentadbiran Ujian Kajian Sebenar

Berikut merupakan langkah-langkah yang perlu dibuat sdalam kajian sebenar.

1. Sebelum memulakan ujian, penyelidik perlu memberi keterangan tentang prosedur untuk menjalankan ujian ini. Selian itu, penyelidik perlu menunjukkan cara bagaimana ujian ini akan dilakukan. Ia bertujuan untuk memudahkan murid faham sebelum mereka melakukan ujian.
2. Pastikan murid yang terlibat dalam keadaan yang sihat. Jika ada murid yang deman atau tidak sihat, mereka dilarang sama sekali untuk melakukan ujian tersebut. Sebelum memulakan ujian, murid-murid perlulah melakukan pemanas badan *warm-up* bagi mengelakkan kecederaan.
3. Murid dibahagikan kepada tiga stesen ujian. Setiap stesen akan dijaga oleh penyelidik, pembantu penguji satu dan pembantu penguji kedua. Ujian akan dilakukan secara serentak mengikut stesen yang telah dibahagikan.
4. Sepanjang lima minggu ujian ini dijalankan mengikut stesen yang diberikan. Apabila murid bertukar stesen, mereka diberi rehat selama 3 minit sebelum ke setesen yang seterusnya. Menurut Klika dan Jordan, (2013) dua hingga tiga minit adalah cadangan masa rehat bagi peserta untuk melakukan aktiviti seterusnya.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8 Instrumen Kajian

Instrumen kajian yang akan dijalankan ialah ialah ujian-ujian dari setiap komponen kecergasan fizikal dan kemahiran ragbi terhadap pemain ragbi rimau.

3.8.1 Kompenen Kecergasan Fizikal

3.8.1.1 Daya Tahan Kardiovaskular (Ujian Yo-Yo)

Tujuan : Menilai kebolehan individu untuk melakukan secara berulang-ulang untuk jangka masa panjang. Mengukur tahap kecergasan kardiovaskular individu dengan mendapatkan jarak larian.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r=0.85 (Leger et at. 1988)

Kebolehpercayaan : r=0.93 (Ahmad Hashim, 2015)

Objektiviti : r=0.96 (Ahmad Hashim, 2015)

Kawasan Kajian : Gelanggang atau padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20-meter Panjang dan 20-meter lebar)

Alatan : Pita audio isyarat bunyi, pemain audio, borang rekod, kon/penanda, pita pengukur dan pencatat.

Prosedur :

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1. Setiap peserta berdiri di belakang garisan permulaan dan mempunyai seorang pembantu (pencatat) untuk merekodkan setiap tahap yang dilalui.
2. Peserta dikehendaki lari ulang-alik sejauh 20-meter mengikut isyarat *'bleep'* yang akan dibunyikan dari pita audio.
3. Apabila peserta selesai lari ulang-alik 20 meter (2 X 20 meter), terdapat waktu rehat aktif selama 10 saat di mana peserta perlu berjalan atau berjoging uang-alik 5 meter (2 X 5 meter).
4. Peserta akan kembali di garisan permulaan untuk larian ulang-alik 20-meter dan juga rehat aktif ulang-alik 5-meter secara berulang-alik sehingga ke tahap kelesuan.
5. Sekiranya peserta sampai ke satu hujung sebelum isyarat *'beep'* berbunyi, peserta tersebut hendaklah berdiri di belakang garisan sehingga isyarat berbunyi. Masa antara isyarat *'beep'* akan berkurangan setiap tahap, dengan itu, kelajuan larian hendaklah ditingkatkan.
6. Peserta dikira tamat ujiannya sekiranya dia tidak dapat melepasi garisan kedua-dua hujung dua kali berturut-turut.
7. Pengumuman tahap terakhir dari pita audio sebelum peserta tamat ujian diambi sebagai tahap peserta tersebut.

Kiraan Skor :

1. Subjek dikehendaki berpatah balik serta merta sekiranya tidak dapat menyaingi bunyi *'beep'* ada kali pertama dan kemudian cuba meneruskan ujian.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2. Jika subjek masih tidak dapat melepasi garisan pada kali kedua, maka ujian terhadap subjek itu perlu ditamatkan.
3. Ulangan yang pertama tidak sempurna diambil kira dalam skor.

3.8.1.2 Komposisi Tubuh Badan (Indeks Jisim Tubuh)

Tujuan : Untuk mendapat ukuran indeks jisim tubuh pemain dengan mengambil kira catatan ketinggian berdiri dan berat bdan.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Kesahan logikal

Keolehpercayaan : r= 0.98 (Ahmad Hashim, 2015)

Objektiviti : r= 0.86 (Ahmad Hashim, 2015)

Kawasan Ujian : Kawasan lapang atau dewan berbumbung.

Alatan : Pita pengukur, pita penanda dan papan klip A4 atau sesiku L panjang.

Prosedur:

1. Bagi pengukuran tinggi, subjek dikehendaki berdiri dalam keadaan anatomical. Kaki subjek hendaklah dirapatkan, tumit, punggung, bahagian belakang badan dan bahagian kepada mesti menyentuh dinding.
2. Kasut dan stoking perlu ditanggalkan.
3. Letakkan/turunkan alat pengukur tahap ketingian di atas bahagian atas kepala.
4. Subjek hendaklah merendahkan badan dan bengkokkan lutut apabila keluar.
5. Catatkan bacaan ketinggian subjek.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

6. Bagi pengukuran berat badan pula, subjek dikehendaki berdiri di tengah-tengah pelantar penimbang dengan pakaian yang sesuai.
7. Tegakkan kepala, rapatkan tangan ke paha.
8. Bacaan diambil apabila angka ditunjukkan pada jumlah yang muktamad.

Kiraan Skor :

BMI=) Berat bdan dalam kg)

(H) Tinggi dalam meter

=_____ kg m2

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.1.3 Kepantasan (Ujian Lari Pecut 30 Meter)

Tujuan : Mengukur pretasi kepantasan berlari.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r= 0.81 (Ahmad Hashim,2015)

Kebolehpercayaan : r= 0.93 (Ahmad Hashim, 2015)

Objektiviti : r= 0.97 (Ahmad Hashim, 2015)

Kawasan Ujian : Padang pemainan yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

Alatan : Jam randik, pita pengukur dan pita penanda.

Prosedur :

1. Subjek berdiri di belakang garisan permulaan.
2. Subjek mulakan larian dari kedudukan berdiri.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3. Arahan kegarisan, sedia dan mula diberikan. Subjek dikehendaki berlari sepantas yang mungkin dan dalam masa yang sama penguji mencatatkan masa permulaan.
4. Masa dikira dari mula sehingga subjek tiba di garisan penamat.
5. Satu percubaan sahaja dibenarkan.

Kiraan skor:

1. Kiraan masa paling hampir dengan 0.1 saat apabila subjek tiba di garisan penamat.
2. Skor dikira berdasarkan masa yang terpantas daripada satu percubaan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.1.4 Kuasa (Ujian Lompat Berdiri)

Tujuan : Untuk mengukur prestasi kuasa kaki dalam lakuan motor.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r=0.91 (Ahmad Hashim, 2015)

Kebolehpercayaan : r=0.97 (Ahmad Hashim, 2015)

Objektiviti : r= 0.98 (Ahmad Hashim, 2015)

Kawasan Ujian : Dinding konkrit dengan ketinggian dan keluasan yang mencukupi untuk lompatan.

Alatan : Pita pengukut, pita penanda dan kapur.

Prosedur Ujian:

1. Posisi mula, berdiri sisi selari dengan dinding.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2. Kedua-dua belah kaki dibuka seluas bahu, jarak bahu dengan dinding membolehkan tangan diayun.
3. Jangkauan sambil berdiri setinggi yang mungkin dan tandakan.
4. Bengkok lutut, ayunkan tangan, lompat setinggi yang mungkin dan tandakan.
5. Tidak dibenarkan melangkah atau berjalan semasa hendak membuat lompatan.
6. Dua percubaan diberi. Percubaan yang terbaik sahaja dikira sebagai skor ujian.

Kiraan Skor :

1. Ukuran dibuat dalam 0.5 sentimeter yang hampir.
2. Ketinggian lompatan dikira berdasarkan perbezaan di antara jarak jangkauan sama berdiri dan melompat.
3. Percubaan terbaik dikira sebagai skor ujian.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.1.5 Kekuatan Otot (Ujian Plank)

Tujuan : Untuk mengukur kekuatan teras, bahu, tangan dan otot gluteal.

Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r=0.74 (Barrow and McGee 1979)

Kebolehpercayaan : r=0.98 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.99 (Dzia 2019)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kawasan ujian : Gelanggang yang mempunyai keluasan yang mempunyai sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar.

Alatan : Jam Randik

Prosedur :

1. Ambil posisi tekan tubi di atas lantai.
2. Bengkokkan siku pada 90 darjah dan sokong berat anda di lengan.
3. Siku anda mesti berada tepat di bawah bahu dan badan anda perlu diluruskan daripada kepala ke kaki.
4. Kekal dalam posisi ini selama yang anda boleh kekal dalam posisi ini selama mungkin

Kiraan skor :

1. Dua percubaan diberikan dan masa terbaik dicatat

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.1.6 Ketangkasan (Ujian T)

Tujuan : Ujian ini menguji ketangkasan seseorang individu untuk berlari secara mendepan, sisi dan membelakang.

Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r=0.74 (Barrow and McGee 1979)

Kebolehpercayaan : r=0.80 (Barrow and McGee 1979)

Objektiviti : r=0.99 (Barrow ang McGee 1979)

Kawasan Ujian : Padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar).

Alatan : Jam randik, pita pengukur, kon dan pencatat.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Prosedur :

1. Satu litar berbentuk T dibentuk seperti yang ditunjukkan dalam rajah di bawah.
2. Peserta akan bermula di Kon A dan sebaik sahaja mendapat isyarat ‘mula’, peserta perlu berlari dengan pantas ke Kon B dan menyentuh tapak kon dengan tangan kanan.
3. Kemudian, peserta perlu berlari secara sisi kearah kiri (Kon C) dan menyentuh tapak kon dengan tangan kiri pulak.
4. Peserta meneruskan dengan larian sisi kearah kanan (Kon D) serta menyentuh tapak kon dengan tangan kanan dan berlari (larian sisi) kembali ke Kon B dan menyentuh tapak kon dengan tangan kiri.
5. Peserta akan berlari kembali ke Kon A secara mengundur dan menyentuh tapak kon tersebut dengan tangan kanan. Pada masa yang sama masa akan di hentikan.

Kiraan Skor :

1. Peserta diberi dua kali percubaan dan catatatn masa yang terbaik akan diambil kira.

3.8.1.7 Komponen Antropometri (Ujian ketinggian Berdiri)

Tujuan : Untuk mendapatkan ukuran ketinggian murid semasa posisi berdiri.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kesahan : kesahan logikal

Kebolehpercayaan : r=0.96 (Najib Razak 2017)

Objektiviti : r=0.99 (Najib Razak 2017)

Kawasan Ujian : Kawasan lapang atau dewan berbumbung.

Alatan : Pita pengukur, pita penanda dan papan klip A4 atau sesiku L panjang.

Prosedur :

1. Pita ukur dilekatkan secara menegak di permukaan dinding yang rata setinggi dua meter.
2. Murid berdiri membelakangkan dinding dengan kepala, bahu, punggung dan tumit berada dalam keadaan rapat ke dinding. Pita ukur berada di tengah-tengah belakang badan tanpa memakai alas kaki.
3. Kedua-dua belah kaki mesti dalam posisi rapat sementara kedua-dua tapak tangan mesti rapat disisi peha.
4. Semasa ukuran dibuat, murid menarik nafas, tahan nafas dan memandang ke hadapan.
5. Ukuran tinggi diambil dari bahagian permukaan lantai hingga ke bahagian paling atas kepala. Untuk mendapat bacaan yang tepat, pastikan papan klip A4 (bahagian tinggi) diletakkan rapat pada dinding (90 darjah) secara menegak (bahagian tapak) di bahagian paling atas kepala. (Pastikan murid tidak mengangkat tumit semasa ukuran diambil).
6. Bacaan perlu diambil pada paras mata penguji.

Kiraan Skor :

1. Bacaan diambil hampir kepada 0.1cm.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.1.8 Ujian Tekan Tubi.

Tujuan : Mengukur daya tahan dan kekuatan otot bahu dan lengan dengan betul.

Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : r=0.90(Ahmad Hashim 2015)

Kebolehpercayaan : r=0.92 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.98 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar).

Alatan : Jam randik dan borang skor.

Prosedur :

1. Subjek berada dalam kedudukan sokong hadapan dengan tangan lurus di bawah dan tapak tangan di atas lantai.
2. Kaki lurus ke belakang.
3. Seorang pembantu akan berada di hadapan, dan meletakkan tangan di bawah setentang dengan dahi dan sebelah tangan lagi diletakkan disiku subjek.
4. Arahan ‘sedia’ dan ‘mula’ diberikan untuk memulakan ujian.
5. Subjek akan menurunkan badan dengan cara membengkokkan siku sebanyak 90 darjah dan sehingga dahi menyentuh tangan pembantu.
6. Kemudian menolak badannya naik ke atas sehingga tangannya lurus.
7. Lakuan ini dilakukan sebanyak yang boleh dalam tempoh cadence 1 tekan tubi setiap 3 saat atau 20 kali ulangan setiap minit. Subjek diberhentikan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

apabila gagal melakukan perlakuan yang betul atau gagal mengikut rentak cadence.

8. Dua percubaan sahaja dibenarkan.

Kiraan Skor :

1. Kiraan skor adala dibuat berdasarkan bilangan ulangan yang berjaya dilakukan mengikut cadence.
2. Kiraan akan dibuat apabila subjek turunkan badan sehingga dahi menyentuh tangan pembantu dan kedudukan siku adalah bengkok 90 darjah, subjek naik semula sehingga seluruh tangan lurus. Teruskan perlakuan sehingga masa tamat.

Limitasi :

1. Skor hanya akan di ambil kira apabila subjek melakukan ujian dengan cara yang betul.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.2 Kemahiran Asas Dalam Ragbi Rimau.

3.8.2.1 Kemahiran Menghantar Bola Ragbi

Tujuan : Melakukan hantaran adalah bertujuan supaya bola mudah diterima oleh rakan sekumpulan dalam keadaan yang sempurna dan hantaran boleh dilakukan secara berterusan.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.78 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.72 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Tumpukan perhatian kepada bola.
2. Memegang bola dengan dengan kedua-dua tangan.
3. Menghantar bola ke belakang tetapi di hadapan penerima supaya penerima bola bergerak ke arah bola.
4. Pemain di kehendaki membaling bola kepada sasaran yang di tetapkan dengan jarak 5 meter.

Kiraan Skor :

1. Percubaan sebanyak 3 kali.
2. Setiap kali bola mengenai sasaran akan mendapat 1 mata.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.2.2 Kemahiran Menerima Bola Ragbi

Tujuan : Menerima bola bertujuan supaya penerima bola menangkap bola dengan baik disamping memperolehi masa untuk membuat pilihan terbaik.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.76 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.95 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan mencukupi.

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Kembangkan jari dan luruskan tangan.
2. Hulurkan tangan separas dada untuk sediakan sasaran kepada penghantar
3. Bergerak ke arah bola.
4. Menggunakan kedua-dua tangan untuk pengawalan maksima.
5. Jika bola yang di terima jatuh akan menyebabkan *'knock on'*

Kiraan Skor :

3. Percubaan sebanyak 3 kali.
4. Setiap kali bola dapat di tangkap dengan kemas tanpa jatuh akan mendapat 1 mata.
5. Jarak pemain 5 meter.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.2.3 Kemahiran Menyepak *(Drop Kick)* Bola Ragbi

Tujuan : Tujuan utama menendang bola adalah untuk memulakan permainan dan memulakan semula permainan selepas melakukan *try*.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.87 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.85 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Berdiri dalam keadaan stabil.
2. Pegang bola dengan kedua-dua tangan supaya selari dengan kaki.
3. Biarkan bola jatuh kekaki untuk menyepak, pada masa yang sama melangkah kearah kaki yang tidak menendang bola supaya tepat kesasaran.
4. Hayun kaki yang menendang selari dengan laluan bola, tendang di bucu bola.
5. Lajakkan kaki yang menendang.
6. Tendangan mestilah menggunakan *'drop kick'*

Kiraan Skor :

1. Tendangan dalam jarak 10 meter.
2. Tendangan yang masuk di dalam kotak X akan mendapat satu mata.
3. Percubaan sebanyak 3 kali tendangan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.2.4 Kemahiran Menangkap Bola Ragbi

Tujuan : Tujuan menangkap bola untuk memastikan bola tersebut dapat di kawasan permainan kita dan tersebut bermain untuk mendapatkan. Pastikan bola yang di tangkap tidak jatuh atau *knock on*.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.77 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.95 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Berdiri dalam keadaan stabil.
2. Hulurkan tangan ke atas untuk menyerap hentakan bola tinggi.
3. Pusingkan sedikit badan ke arah belakang untuk mengelakkan bola jatuh kehadapan.

Kiraan Skor :

1. Tendangan dalam jarak 10 meter.
2. Pemain yang menyambut bola pastikan bola tersebut dapat di tangkap dengan kemas.
3. Setiap sambutan yang kemas tanpa jatuh atau *knock on* akan mendapat 1 mata.
4. Percubaan sebanyak 3 kali.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.8.2.5 Kemahiran Berlari dan Menyentuh

Tujuan : Tujuan utama untuk membuat sentuhan adalah untuk menghalang pihak lawan daripada melakukan serangan yang berterusan.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.79 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.88 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Sentuhan Hadapan.
    - Tumpukan perhatian kepada orang yang hendak disentuh.
    - Sentiasa pastikan kedudukan badan yang betul untuk membuat sentuhan.
    - Depakan tangan dan bongkokkan kaki.
    - Majukan kehadapan dan membuat sentuhan di mana-mana bahagian hadapan orang yang hendak di sentuh.
    - Sentuh mestikan menggunakan dua belah tangan secara serentak.
2. Sentuhan sisi.
    - Maju kehadapan dan buat sentuhan di mana-mana bahagian sisi orang yang hendak di sentuh.
3. Sentuhan Belakang.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

- Mengejar dan membuat sentuhan di mana-mana bahagian belakang orang yang hendak disentuh.
- Jangan menolak ketika menyentuh.

Kiraan Skor :

1. Seorang pemain di letakkan di tengah-tengah kawasan 10 meter x 10 meter.
2. Seorang lagi pemain akan membawa bola di dalam kawasan grid dan cuba mengelak daripada disentuh.
3. Mata akan di kira berdasarkan berapa banyak ia menyentuh pihak lawan selama 15 saat.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.9 Prosedur Pengumpula Data

Bagi menjalankan proses pengumpulan data, perkara pertama yang perlu dilakukan ialah dengan memohon kebenaran daripada Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan (EPRD), Kementerian Pelajaran Malaysia. EPRD ialah satu badan induk yang mengawal segala perancangan dalam penyelidikan pendidikan di semua agensi di bawah naungan Kementerian Pelajaran Malaysia. Satu Salinan proposal kajian dan salinan surat rasmi daripada Institut Pendidikan Siswazah (IPS) Universiti Pendidikan Sultan Idris perlu dihantar untuk pengesahan latar belakang sebagai siswazah di UPSI.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Setelah mendapat kelulusan, permohonan seterusnya adalah daripada Jabatan Pendidikan Negeri Selangor dan melalui Pejabat Pelajaran Daerah (PPD) yang terlibat iaitu Petaling Perdana, Petaling Utama dan Klang. Kemudian, surat kelulusan tersebut dipanjang ke sekolah-sekolah yang terlibat untuk menjalankan kajian. Selain itu juga, surat kebenaran daripada ibubapa kepada murid yang terlibat juga diedarkan. Semua prosedur perlu dibuat bagi memastikan kajian ini dijalankan.

3.10 Kaedah Analisis Data

Data yang diperolehi dianalisi dan diterjemah bagi menjawab persoalan kajian. Penganalisisan pelbagai jenis hubungan boleh dilakukan melalui pelbagai teknik yang tepat dan sesuai. Kesemua data yang diperolehi diproses menggunakan perisian SPSS ((*Statistical Package for Social Science*). Untuk menjawab persoalan kajian satu dan dua pengkaji menggunakan analisis *Pearson Product Moment* bagi menjawab persoalan kajian tersebut. Manakala untuk menjawab persoalan kajian ketiga sehingga kelapan pula, pengkaji menggunakan prosedur analisis *Regrasi Berganda*.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

3.11 Kesimpulan.

Dalam bab tiga ini pengkaji telah menjelaskan dengan jelas setiap reka bentuk kajian, populasi, kaedah memilih sampel kajian, kajian rintis, prosedur pengumpulan data, kesahan, kebolehpercayaan ujian dan objektiviti pembantu penguji, instrumen kajian serta keadah pengumpulan data dan analisis data. Setelah semua ini di perjelaskan dengan betul, maka kajian dapat dijalankan mengikut prosedur yang di tetapkan dan diambil sebagai panduan ketika untuk mendapatkan data.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 4

HASIL DAPATAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.1 PENGENALAN.

Dalam kajian ini, penyelidik menggunakan analisis statistik inferensi kaedah regrasi berganda *(multiple linear regression)* bagi menjawab persoalan kajian. Analisis regrasi berganda (multiple regression) digunakan untuk mengkaji hubungan antara satu pemboleh ubah bersandar dengan pemboleh ubah tidak bersandar. Ahmad Hashim (2014). Kaedah ini digunakan untuk mendapatkan hubungan antara komponen kecergasan fizikal dengan kemahiran asas ragbi. Analisis ini akan merujuk kepada nilai korelasi serta dapat menerangkan sejauhmanakah hubungan pembolehubah tersebut untuk menjangkakan hasil tertentu. Oleh itu analisis regresi sesuai digunakan dalam kajian ini.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.2 Data Demografi dan Analisis Deskriptif Kajian

Jadual di bawah menunjukkan skor min dan sisihan piawai bagi kecergasan fizikal dan juga kemahiran asas dalam ragbi rimau. Hasil dapatan menunjukkan bahawa skor min bagi antropometri ketinggian berdiri (M = 138.65, SD = 10.57), komposisi tubuh badan (M=36.21 SD=11.98), daya tahan kardiovaskular (M=109.52, SD=6.81), kepantasan (M=6.18, SD=0.95), kuasa (M=153.89, SD=69.28), kekuatan otot (M=287.54, SD=396.82), ketangkasan (M=11.01, SD=1.43), kekuatan otot (M=26.33, SD=7.03), kemahiran menghantar (M=2.39, SD=0.59), kemahiran menerima (M=2.27, SD=0.67), kemahiran menyepak (M=2.17, SD=0.63), kemahiran menangkap (M=1.95, SD=0.68) dan kemahiran menyentuh (M=2.18, SD=0.66).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.1

Analisisi Diskriptif Min dan Sisihan Piawai Skor Komponen Kecergasan Fizikal dan Skor Kemahiran Asas Ragbi Rimau.

Pemboleh Ubah	**Min**	**Sisihan Piawai**	**N**
Ketinggian Berdiri	138.65	10.57	180
Komposisi Tubuh Badan	36.21	11.98	180
Daya Tahan Kardiovaskular	109.52	6.81	180
Kepantasan	6.18	0.95	180
Kuasa	153.89	69.28	180
Kekuatan Otot	287.54	396.82	180
Ketangkasan	11.01	1.43	180
Kekuatan Otot	26.33	7.03	180
Kemahiran Menghantar	2.39	0.59	180
Kemahiran Menerima	2.27	0.67	180
Kemahiran Menyepak	2.17	0.63	180
Kemahiran Menangkap	1.95	0.68	180
Kemahiran Menyentuh	2.18	0.66	180

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.3 Persoalan Kajian Satu.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara pakar 1, pakar 2 dan pakar 3 terhadap instrument penilaian kemahiran ragbi rimau.

Untuk mendapatkan kesahan pakar ini, penyelidik akan mendapat pandangan daripada tiga orang pakar dalam bidang kemahiran ragbi rimau. Instrumen yang digunakan oleh penyelidik bagi menentukan kesahan bidang adalah menggunakan soal selidik. Sebanyak tujuh perkara telah dinyatakan di dalam soal selidik tersebut. Soal selidik ini berbentuk skala likert iaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (kurang setuju), 4 (setuju) dan 5 (sangat setuju). Berikut ialah formula yang akan digunakan untuk menentukan penilaian kesahan pakar Sidek dan Jamaludin (2005).

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

$$\frac{\text{Jumlah Skor Pakar (x)}}{\text{Skor Maksimum}} \times 100\% = \text{Pencapaian Kesahan Kandungan}$$

Jadual di bawah merupakan jumlah skor yang didapati hasil dari ketiga-tiga pakar bidang ragbi iaitu En. Dzul Azri Bin Yunos, En. Khairil Rizal Bin Rashid dan En. Mahathir Bin Kosnan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.2

Skor Pakar Bidang Ragbi Rimau

Pakar	Item Satu	Item Dua	Item Tiga	Item Empat	Item Lima	Item Enam	Item Tujuh	Korelasi
1	4	5	5	5	4	5	5	0.94
2	5	5	4	5	5	4	4	0.91
3	5	5	5	5	5	5	4	0.97

Hasil analisis korelasi dari jadual menunjukkan kesahan kandungan dari pakar pertama adalah r = 0.94, pakar kedua ialah r = 0.91 dan pakar ketiga ialah r = 0.97.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.4 Persoalan Kajian Kedua.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor uji dan skor ulang uji instrumen penilaian komponen kecergasan fizikal dengan pemain ragbi rimau. Statistik korelasi *Pearson Product Moment* digunakan bagi mendapatkan nilai pekali kebolehpercayaan ujian ini. Nilai kebolehpercayaan ujian ini hanya diperolehi selepas selesai kajian rintis di jalankan. Jadual di bawah menunjukkan nilai kebolehpercayaan selepas kajian rintis di jalankan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.3

Nilai Kebolehpercayaan Ujian Ketinggian Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Ujian Yo-Yo, Ujian Lari Pecut 30 Meter, Ujian Lompat Jauh Berdiri, Ujian T, Ujian Plank Dan Ujian Tekan Tubi.

			Uji	**Ulang Uji**
Ketinggian Berdiri	Uji	Pearson Correlation	1	1.000**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Kompisisi Tubuh Badan	Uji	Pearson Correlation	1	1.000**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Yo-Yo	Uji	Pearson Correlation	1	.998**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Lari Pecut 30 Meter	Uji	Pearson Correlation	1	.887**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Lompat Jauh Berdiri	Uji	Pearson Correlation	1	.994**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian T	Uji	Pearson Correlation	1	.936**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Plank	Uji	Pearson Correlation	1	.996**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20
Ujian Tekan Tubi	Uji	Pearson Correlation	1	.921**
		Sig. (2-tailed)		.000
		N	20	20

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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.4

Nilai Kebolehpercayaan Kemahiran Menghantar Bola Ragbi, Kemahiran Menerima Bola Ragbi, Kemahiran Menendang Bola Ragbi, Kemahiran Menangkap Bola Ragbi dan Kemahiran Menyentuh Pihak Lawan.

		Uji	**Ulang Uji**
Kemahiran Menghantar Uji Bola Ragbi	Pearson Correlation	1	.781**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menerima Uji Bola Ragbi	Pearson Correlation	1	.764**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menendang Uji Bola Ragbi	Pearson Correlation	1	.877**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menangkap Uji Bola Ragbi	Pearson Correlation	1	.767**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20
Kemahiran Menyentuh Uji Pihak Lawan	Pearson Correlation	1	.789**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	20	20

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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.5 Persoalan Kajian Ketiga.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran ragbi. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.5 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran ragbi dengan nilai *R Square* = 0.520, F 23.20, p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.721. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran ragbi ialah tinggi berdiri (r= -.277), komposisi tubuh badan (r= -.132), daya tahan kardiovaskular (r= .278), kepantasan (r= -.449), kekuatan otot- ujian plank (r= .303), ketangkasan (r= -.534) dan kekuatan otot – ujian tekan tubi (r= .655) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah kuasa (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.5

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.721a	.520	.498	1.41794

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	373.188	8	46.648	23.202	.000[b]
	Residual	343.807	171	2.011		
	Total	716.994	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Ragbi
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.5 *(Sambungan)*

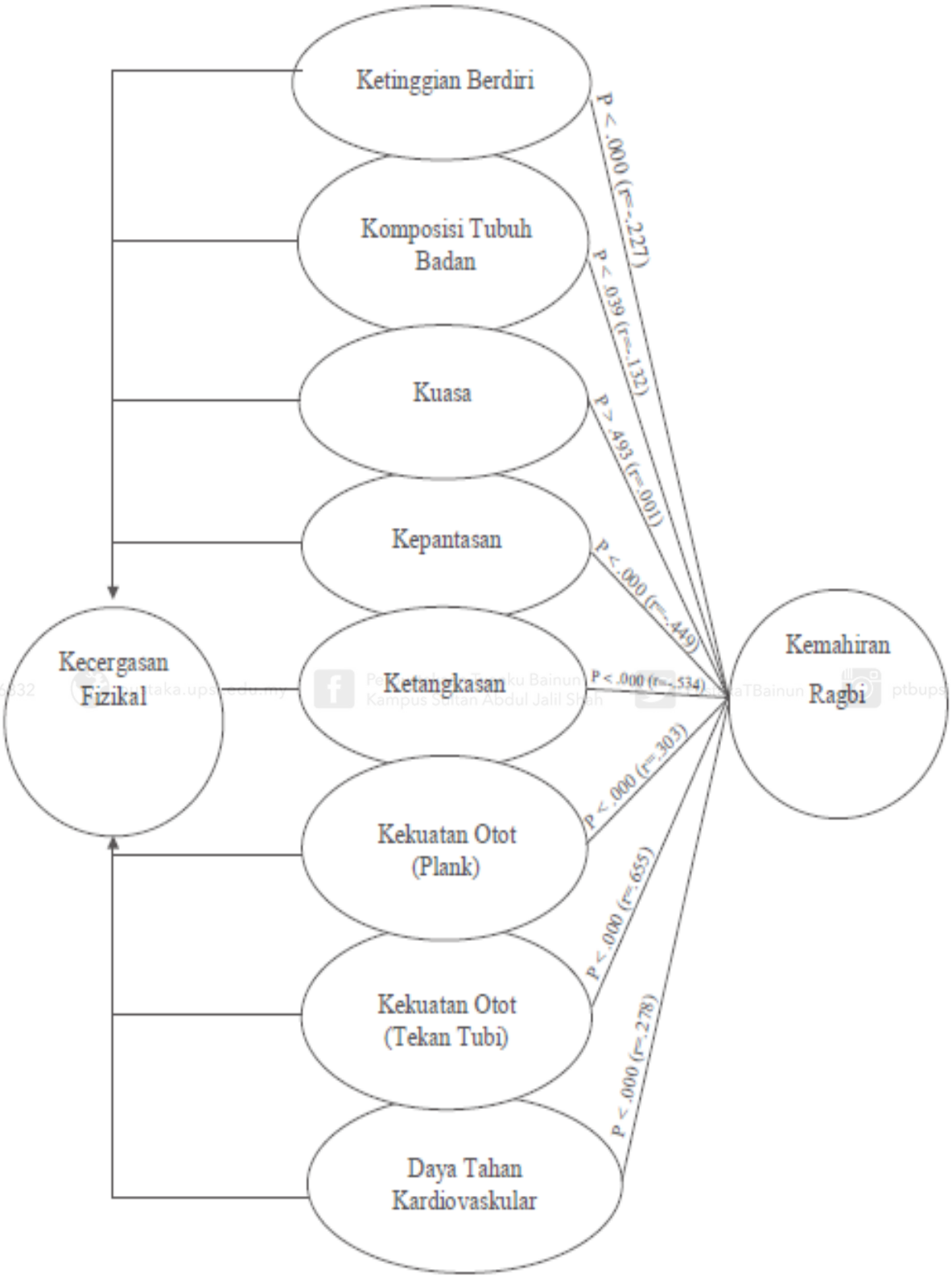
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	16.73	3.334		5.020	.000			
	Ketinggian Berdiri	-.032	.013	-.171	-2.57	.000	-.277	-.193	-.136
	Komposisi Tubuh Badan	.017	.011	.103	1.612	.039	-.132	.122	.085
	Daya Tahan Kardiovaskular	.002	.018	.006	.097	.000	.278	.007	.005
	Kepantasan	-.207	.139	-.099	-1.49	.000	-.449	-.114	-.079
	Kuasa	-.002	.002	-.073	-1.32	.493	.001	-.101	-.070
	Kekuatan Otot (Plank)	.001	.000	.132	2.39	.000	.303	.180	.127
	Ketangkasan	-.340	.093	-.244	-3.66	.000	-.534	-.270	-.194
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.118	.021	.413	5.66	.000	.655	.397	.300

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Ragbi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.1. Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Ragbi Rimau

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.6 Persoalan Kajian Keempat.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menerima bola ragbi. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.6 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran menerima ragbi dengan nilai *R Square* = .386, F (13.426), p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.621[a]. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran menerima bola ragbi ialah tinggi berdiri (r= -.268), komposisi tubuh badan (r= -.210), daya tahan kardiovaskular (r= .205), kepantasan (r= -.394), kekuatan otot- ujian plank (r= .301), ketangkasan (r= -.433) dan kekuatan otot – ujian tekan tubi (r=.547) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah kuasa (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.6

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.621[a]	.386	.357	.53642

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	30.907	8	3.863	13.426	.000[b]
	Residual	49.204	171	.288		
	Total	80.111	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menerima Bola Ragbi
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.6 *(Sambungan)*

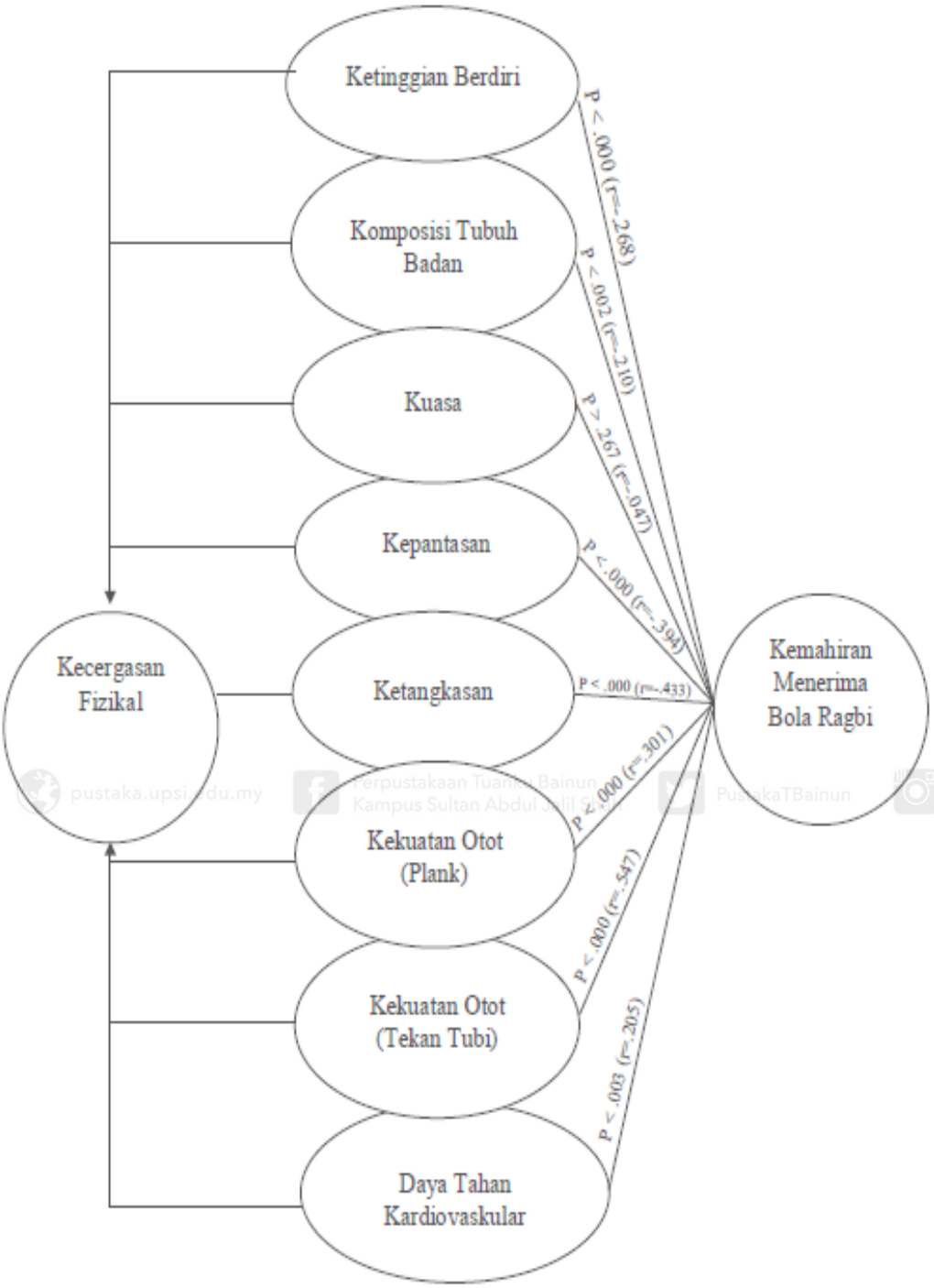
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	4.243	1.261		3.364	.001			
	Ketinggian Berdiri	-.007	.005	-.116	-1.55	.000	-.268	-.118	-.093
	Komposisi Tubuh Badan	-.001	.004	-.020	-.281	.002	-.210	-.021	-0.17
	Daya Tahan Kardiovaskular	-.003	.007	-.026	-.393	.003	.205	-.030	-.024
	Kepantasan	-.075	.052	-.107	-1.44	.000	-.394	-.109	-.086
	Kuasa	-.001	.001	-.089	-1.42	.267	-.047	-.108	-.085
	Kekuatan Otot (Plank)	.000	.000	.160	2.56	.000	.301	.192	.153
	Ketangkasan	-.085	.035	-.182	-2.41	.000	-.433	-.181	-.144
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.032	.008	.333	4.03	.000	.547	.295	.242

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menerima Bola Ragbi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.2. Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Menerima Bola Ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.7 Persoalan Kajian Kelima.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menghantar bola ragbi. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.7 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran menghantar bola ragbi dengan nilai *R Square* = .268, F (7.806), p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.517[a]. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran menghantar bola ragbi ialah tinggi berdiri (r= -.226), daya tahan kardiovaskular (r= .159), kepantasan (r= -.224), kekuatan otot- ujian plank (r= .293), ketangkasan (r= -.372) dan kekuatan otot – ujian tekan tubi (r=.422) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah kuasa dan komposisi tubuh badan (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.7

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.517[a]	.268	.233	.51947

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	16.851	8	2.106	7.806	.000[b]
	Residual	46.143	171	.270		
	Total	62.994	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menghantar Bola Ragbi
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.7 *(Sambungan)*

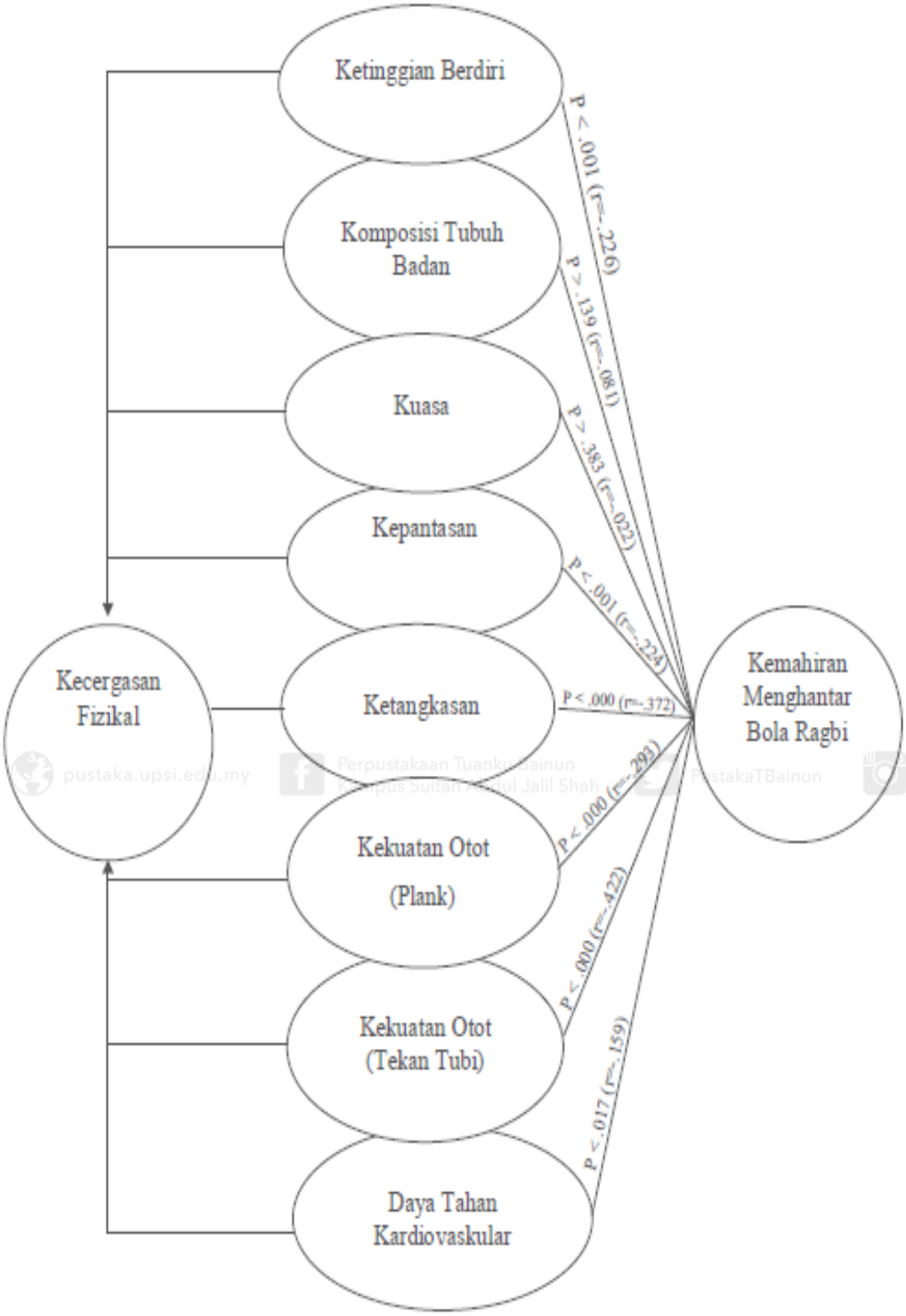
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	4.112	1.221		3.367	.001			
	Ketinggian Berdiri	-.010	.005	-.177	-2.16	.001	-.226	-.163	-.142
	Komposisi Tubuh Badan	.005	.004	.103	1.30	.139	-.081	.099	.085
	Daya Tahan Kardiovaskular	-.002	.006	-.019	-.254	.017	.159	-.019	-.017
	Kepantasan	.020	.051	.033	.402	.001	-.224	.031	.026
	Kuasa	-.001	.001	-.067	-.977	.383	-.022	-.075	-.064
	Kekuatan Otot (Plank)	.000	.000	.179	2.62	.000	.293	.197	.172
	Ketangkasan	-.093	.034	-.226	-2.75	.000	-.372	-.206	-.180
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.022	.008	.256	2.84	.000	.422	.212	.186

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menghantar Bola Ragbi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.3 Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Menghantar Bola Ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.8 Persoalan Kajian Keenam.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menyepak bola ragbi. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.8 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran menyepak bola ragbi dengan nilai *R Square* = .173, F (4.464), p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.416[a]. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran menendang bola ragbi ialah tinggi berdiri (r= -.131), daya tahan kardiovaskular (r= .175), kepantasan (r= -.343), ketangkasan (r= -.197) dan kekuatan otot – ujian tekan tubi (r=.351) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah kuasa, pembolehubah komposisi tubuh badan dan pembolehubah kekuatan otot – ujian plank (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.8

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.416[a]	.173	.134	.59427

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	12.611	8	1.576	4.464	.000[b]
	Residual	60.389	171	.353		
	Total	73.000	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menyepak Bola Ragbi
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.8 *(Sambungan)*

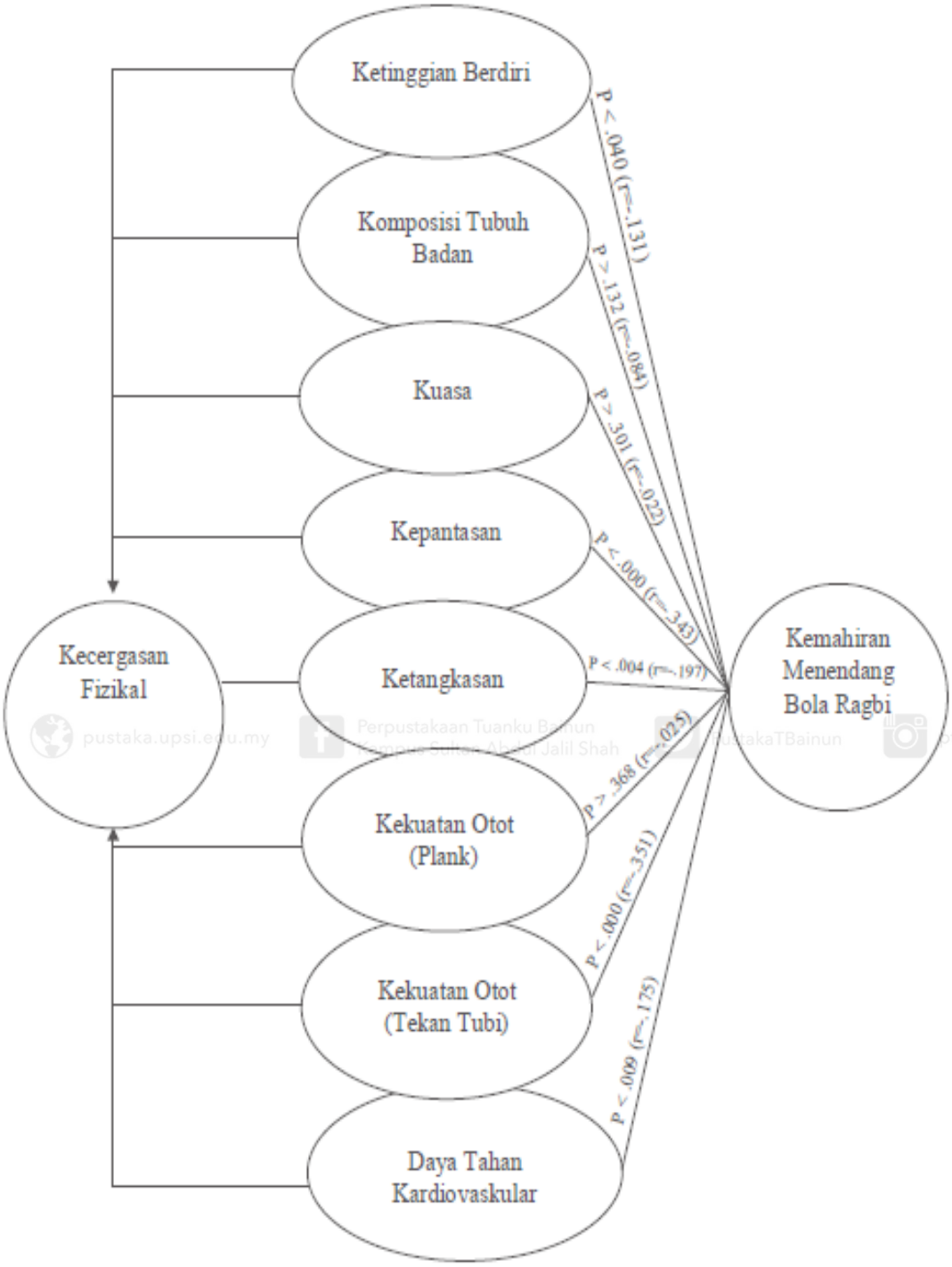
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	2.588	1.397		1.852	.066			
	Ketinggian Berdiri	-.004	.005	-.064	-.736	.040	-.131	-.056	-.051
	Komposisi Tubuh Badan	.002	.004	.028	.335	.132	-.084	.026	.023
	Daya Tahan Kardiovaskular	.002	.007	.024	.307	.009	.175	.023	.021
	Kepantasan	-.147	.058	-.219	-2.53	.000	-.343	-.190	-.176
	Kuasa	2.96	.001	.003	.044	.301	.039	.003	.003
	Kekuatan Otot (Plank)	.000	.000	-.118	-1.62	.368	-.025	-.123	-.113
	Ketangkasan	.014	.039	.032	.365	.004	-.197	.028	.025
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.023	.009	.258	2.68	.000	.351	.201	.187

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menyepak Bola Ragbi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.4. Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Menyepak Bola Ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.9 Persoalan Kajian Ketujuh.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menangkap bola ragbi. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.9 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran menangkap bola ragbi dengan nilai *R Square* = .175, F (4.528), p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.418[a]. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran menangkap bola ragbi ialah tinggi berdiri (r= -.162), kekuatan otot- ujian plank (r= .170), ketangkasan (r= -.316) dan kekuatan otot –ujian tekan tubi (r=.315) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah kuasa, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular dan kepantasan (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.9

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.418[a]	.175	.136	.64027

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	14.848	8	1.856	4.528	.000[b]
	Residual	70.102	171	.410		
	Total	84.950	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menangkap Bola Ragbi
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

Bersambung

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.9 *(Sambungan)*

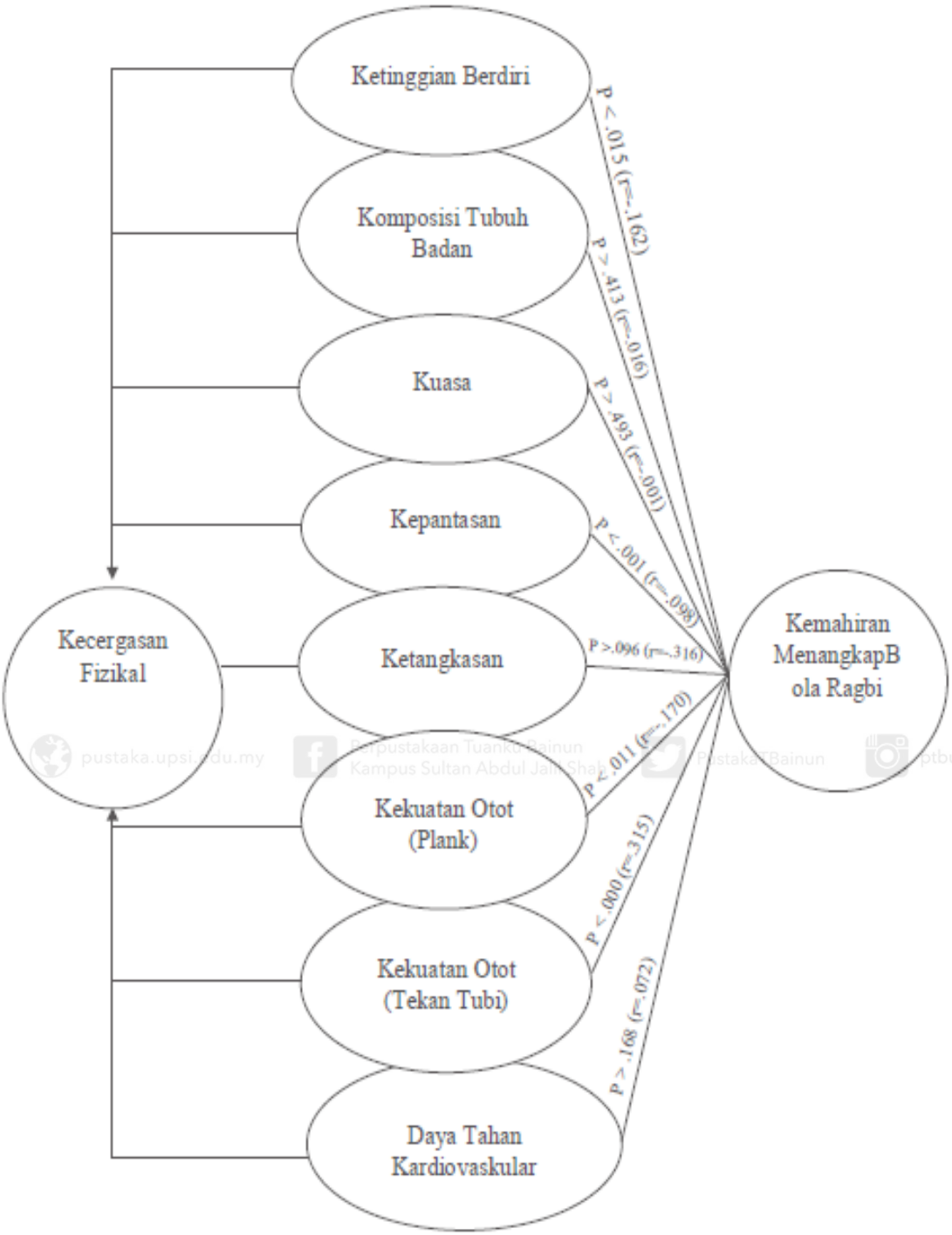
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	4.277	1.505		2.841	.005			
	Ketinggian Berdiri	-.012	.006	-.180	-2.07	.015	-.162	-.156	-.144
	Komposisi Tubuh Badan	.007	.005	.126	1.49	.413	.016	.114	.104
	Daya Tahan Kardiovaskular	-.006	.008	-.062	-.787	.168	.072	-.060	-.055
	Kepantasan	0.91	.063	.126	1.45	.096	-.098	.111	.101
	Kuasa	.000	.001	-.032	-.442	.493	-.001	-.034	-.031
	Kekuatan Otot (Plank)	.000	.000	.078	1.075	.011	.170	.082	.075
	Ketangkasan	-.124	.042	-.259	-2.96	.000	-.316	-.221	-.206
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.022	.009	.220	2.29	.000	.315	.173	.160

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Menangkap Bola Ragbi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.5. Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Menangkap Bola Ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.10 Persoalan Kajian Kelapan.

Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan. Analisis statistik regrasi berganda *(multiple linear regression)* digunakan bagi menjawab persoalan kajian ini.

Jadual 4.10 menunjukkan keputusan analisis regresi berganda terhadap komponen kecergasan fizikal mempunyai hubungan yang signifikan terhadap kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan dengan nilai *R Square* = .202, F (5.427), p <.000. Dalam jadual *Model Summary* menunjukkan analisis korelasi keofisi pelbagai dengan nilai R=.450[a]. Ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Komponen kecergasan yang signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan ialah daya tahan kardiovaskular (r= .247), kekuatan otot- ujian plank (r= .195), kepantasan (r = -.326) ketangkasan (r= -.324) dan kekuatan otot –ujian tekan tubi (r=.381) yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan nilai p<.000 manakala pemboleh ubah tinggi berdiri, kuasa, komposisi tubuh badan, , (P >.000) adalah tidak signifikan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.10

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.450[a]	.202	.165	.60680

a. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

ANOVA[a]

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
1	Regression	15.986	8	1.998	5.427	.000[b]
	Residual	62.964	171	.368		
	Total	78.950	179			

a. Dependent Variable: Skor Kemahiran Berlari Dan Menyentuh Pihak Lawan.
b. Predictors: (Constant), Tinggi Berdiri, Komposisi Tubuh Badan, Daya Tahan Kardiovaskular, Kepantasan, Kekuatan Otot, Ketangkasan, Kekuatan Otot, Kuasa.

(Bersambung)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.10 *(Sambungan)*

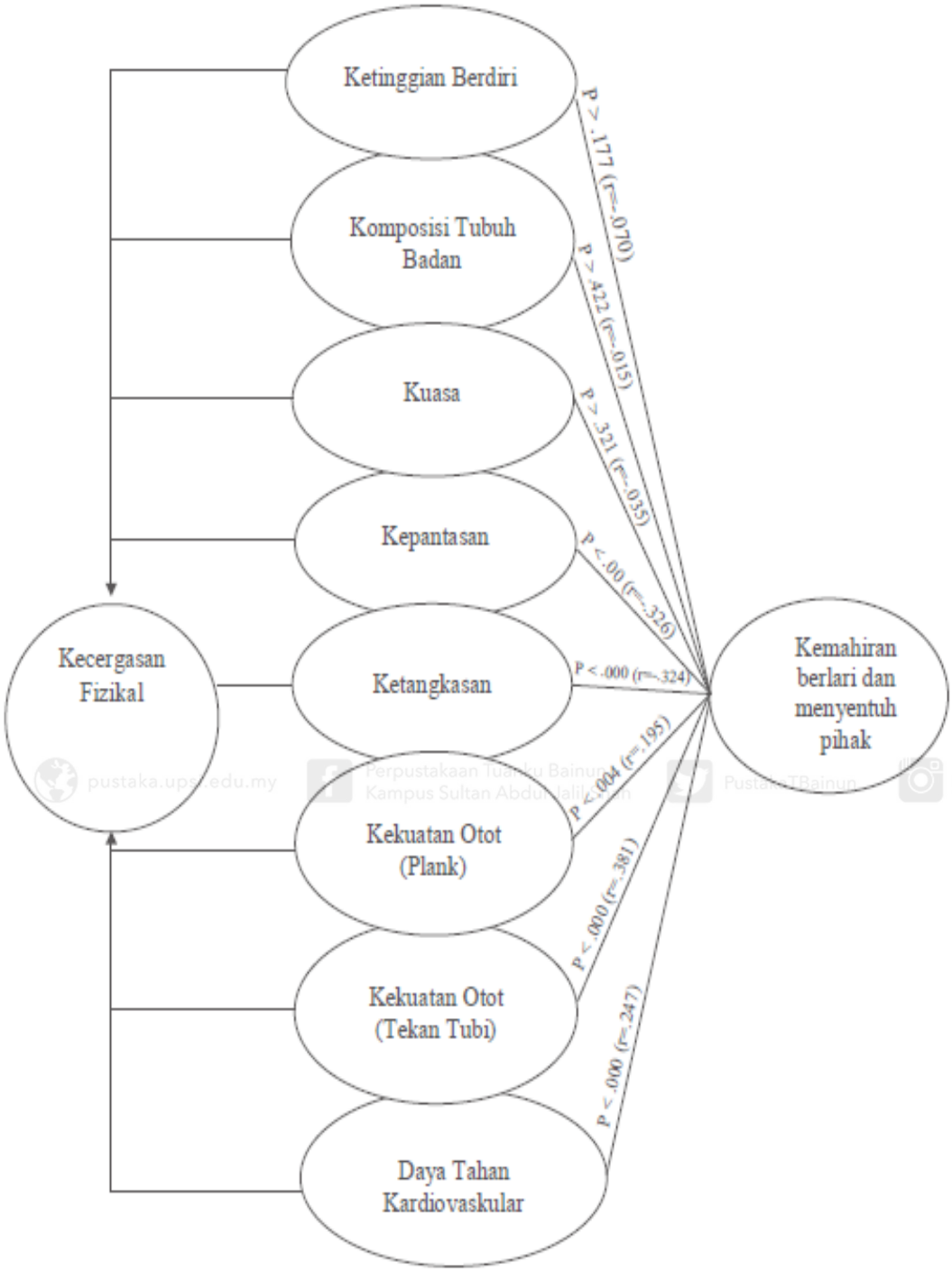
Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations		
		B	Std. Error	Beta			Zero-order	Partial	Part
1	(Constant)	4.277	1.505		2.841	.005			
	Ketinggian Berdiri	-.012	.006	-.180	-2.07	.015	-.162	-.156	-.144
	Komposisi Tubuh Badan	.007	.005	.126	1.49	.413	.016	.114	.104
	Daya Tahan Kardiovaskular	-.006	.008	-.062	-.787	.168	.072	-.060	-.055
	Kepantasan	0.91	.063	.126	1.45	.096	-.098	.111	.101
	Kuasa	.000	.001	-.032	-.442	.493	-.001	-.034	-.031
	Kekuatan Otot (Plank)	.000	.000	.078	1.075	.011	.170	.082	.075
	Ketangkasan	-.124	.042	-.259	-2.96	.000	-.316	-.221	-.206
	Kekuatan Otot (Tekan Tubi)	.022	.009	.220	2.29	.000	.316	.173	.160

a. *Dependent Variable:* Skor Kemahiran Berlari Dan Menyentuh Pihak Lawan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi



Rajah 4.6. Hubungan Komponen Kecergasan Fizikal Dengan Skor Kemahiran Kemahiran Berlari Dan Menyentuh Pihak Lawan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

4.11 Kesimpulan

Hasil dapatan kajian menunjukkan terdapat hubungan antara komponen kecergasan fizikal dengan kemahiran ragbi terhadap pemain ragbi rimau. Pemboleh ubah ketinggian berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot-ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot ujian tekan tubi adalah signifikan dengan kemahiran asas dalam ragbi.

Manakala pembolehubah ketinggian berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot-ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot-ujian tekan tubi adalah signifikan dengan kemahiran asas menerima bola ragbi. Pembolehubah ketinggian berdiri, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot-ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot- ujian tekan tubi adalah signifikan dengan kemahiran asas dalam ragbi rimau iaitu kemahiran menghantar bola ragbi.

Bagi kemahiran menendang bola ragbi pula, beberapa pembolehubah kecergasan fizikal yang signifikan dengan kemahiran tersebut iaitu pembolehubah ketinggian berdiri, daya tahan kardiovaskular, ketangkasan dan kekuatan otot-ujian tekan tubi. Seterusnya pembolehubah yang signifikan dengan kemahiran menangkap bola ragbi ialah pembolehubah ketinggian berdiri, kekuatan otot-ujian plang, kekuatan otot-ujian tekan tubi dan ketangkasan. Kesemua pembolehubah kecergasan fizikal ini signifikan dengan kemahiran menangkap bola ragbi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Akhir sekali pembolehubah daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot-ujian plank, kekuatan otot-ujian tekan tubi dan pembolehubah ketangkasan adalah signifikan dengan kemahiran asas dalam ragbi rimau iaitu kemahiran berlari sambil menyentuh pihak lawan menggunakan kedua-dua belah tangan. Kesimpulannya pembolehubah kuasa tidak signifikan dengan semua kemahiran asas ragbi yang dijalankan terhadap sampel kajian.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

BAB 5

PERBINCANGAN, KESIMPULAN DAN CADANGAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

5.1 Pengenalan

Bahagian pertama bab ini membincangkan mengenai kesahan kandungan dan kebolehpercayaan antara skor uji dan skor ulang uji instrumen penilaian komponen kecergasan fizikal. Manakala bahagian kedua pula membahaskan tentang hubungan skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran ragbi secara umum dan spesifik. Tumpuan perbincangan merangkumi ulasan dapatan kajian, perbandingan dengan kajian lepas berkaitan dan teori kajian yang digunakan bagi menyokong dapatan yang diperolehi antara hubungan skor kecergasan fizikal dengan skor

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

instrumen penilaian kemahiran ragbi, hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menerima bola ragbi, hubungan yang signifikan antara skor hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menyepak *(drop kick)* bola ragbi, kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menghantar bola ragbi, hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran menangkap bola ragbi. Hubungan yang signifikan antara skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan.

5.2 Kesahan Kandungan Instrumen Penilaian Kemahiran Ragbi Rimau dan Kebolehpercayaan Instrumen Penilaian Komponen Kecergasan Fizikal.

Kajian ini antaranya bertujuan untuk mendapatkan kesahan kandungan instrumen penilaian kemahiran ragbi dan kebolehpercayaan skor melalui skor uji dan ulang uji instrumen penilaian komponen kecergasan fizikal dalam kalangan pemain ragbi rimau. Kesahan kandungan ditentukan melalui kaedah kesahan pakar oleh tiga orang pakar dalam sukan ragbi dan analisis korelasi. Hasil dapatan menunjukkan bahawa kesahan instrumen penilaian kemahiran ragbi adalah tinggi.

Dapatan ini memberi implikasi yang signifikan terhadap penggunaan instrumen penilaian kemahiran ragbi. Pengujian kemahiran spesifik sukan bertujuan untuk proses mengenalpasti bakat selain menentukan kekuatan dan kelemahan pemain bagi tujuan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

latihan. Oleh yang demikian, dapatan daripada kajian ini memberi kesan yang signifikan terhadap penggunaan instrumen penilaian pemain ragbi. Kesahan kandungan yang tinggi menunjukkan instrumen penilaian kemahiran ragbi ini berupaya mengukur setiap kemahiran yang terdapat dalam permainan ragbi. Dapatan kajian ini juga menunjukkan bahawa nilai kebolehpercayaan komponen kecergasan fizikal adalah tinggi. Ini menjelaskan bahawa instrumen penilaian kecergasan fizikal pemain ragbi rimau adalah memenuhi syarat utama dalam pengujian, pengukuran, dan penilaian.

Oleh yang demikian, data-data yang diperolehi hasil daripada penggunaan instrumen tersebut adalah boleh dipercayai dan menjadikan sebarang interpretasi terhadap prestasi kecergasan fizikal pemain ragbi rimau adalah tepat. Hasil kajian ini juga selari dengan dapatan kajian terdahulu (Buchiet, 2005) yang mendapati uji dan ulang uji ujian kecergasan fizikal pemain ragbi adalah tinggi. Dapatan ini turut memberi impak penting kepada pengamal-pengamal Pendidikan Jasmani, jurulatih dan pemain yang mana instrumen penilaian kecergasan fizikal ini boleh digunakan ke atas pemain-pemain ragbi rimau. Justeru, penggunaan instrumen ini turut memberi kesan kepada pentadbiran ujian khasnya dari segi kos, sesuai digunakan untuk populasi yang besar, dan mudah ditadbir.

Penilaian prestasi dan keupayaan untuk mengenalpasti corak pergerakan adalah aspek yang paling penting untuk mengenal pasti bakat dalam sukan (Ali, 2011) seperti bola sepak, ragbi, bola jaring, dan lain-lain. Oleh yang demikian, satu instrumen yang berupaya memenuhi tujuan tersebut adalah sesuai digunakan oleh jurulatih-jurulatih yang berkaitan. Justeru, hasil dapatan daripada penggunaan instrumen ini boleh dijadikan asas kepada penilaian ke atas pemain ragbi rimau

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

kerana ianya mempunyai kesahan kandungan yang tinggi. Hasil dapatan kajian ini juga telah membuatkan pemilihan pemain menjadi senang dan mendapat pemain yang berkualiti dalam sukan ragbi rimau ini.

Dapatan kajian ini juga memberi implikasi kepada pengamal Pendidikan Jasmani khasnya berkaitan dengan pengujian, pengukuran dan penilaian dalam permainan ragbi dimana instrumen penilaian kemahiran ragbi mempunyai kesahan untuk digunakan di sekolah-sekolah. Instrumen ini boleh dijadikan sebagai bateri ujian bagi mengenal pasti bakat-bakat baru dalam permainan ragbi rimau.

Selain itu, instrumen ini juga sesuai dijadikan alat untuk melihat sejauh manakah keberkesanan program latihan yang dilaksanakan oleh jurulatih dan guru-guru pendidikan jasmani di sekolah. Keputusan ujian yang dijalankan ke atas pemain ragbi dengan menggunakan instrumen ini bukan sahaja dapat menilai keberkesanan program latihan pemain ragbi rimau tapi dapat melihat perkembangan prestasi pemain sama ada semakin meningkat atau sebaliknya.

Dapatan ini selari dengan Green, Blake, dan Caulfield, (2011), Till dan Jones, (2015), Cripps, Hopper dan Joyce, (2015), Lacey, Brughelli, Mc Guigan, dan Hansen, (2014) yang mendapati bahawa bateri ujian yang mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan boleh digunakan oleh para jurulatih, penyelidik untuk menentukan tahap kompetensi pemain khususnya dalam menentukan bakat, menghasilkan profil yang amat tinggi bagi setiap pemain, memantau perkembangan kemahiran atlet dan keberkesanan program latihan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

5.3 Hubungan Skor Kecergasan Fizikal Dengan Skor Instrumen Penilaian Kemahiran Ragbi Secara Umum Dan Spesifik.

Kajian ini juga bertujuan untuk melihat hubungan antara skor kecergasan fizikal pemain ragbi rimau dengan pencapaian kemahiran ragbi umum dan spesifik. Hasil kajian mendapati bahawa komponen kecergasan seperti tinggi berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, ketangkasan adalah signifikan dengan kemahiran ragbi umum dan spesifik. Ini menunjukkan bahawa kesemua komponen kecergasan fizikal tersebut adalah penting kepada setiap pemain ragbi. Hasil kajian ini juga sejajar dengan dapatan kajian (Mier, 2014), yang menunjukkan bahawa komponen kecergasan fizikal pemain ragbi ialah kekuatan otot, daya tahan tahan otot, ketangkasan dan daya tahan kardiovaskular. Namun begitu, kajian oleh Smart, Hopkins, Quarrie, dan Gill, (2014), mendapati hanya beberapa komponen kecergasan fizikal sahaja yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemahiran ragbi antaranya kelajuan, komposisi tubuh, dan kekuatan.

Selain itu, kajian ini juga turut menyokong kajian yang dilakukan oleh De Lacey, Brughelli, McGuigan, dan Hansen, (2014), yang mendapati bahawa kelajuan, kekuatan dan kuasa adalah komponen kecergasan fizikal yang signifikan dengan kemahiran dalam permainan ragbi. Sukan rabgi memerlukan kekuatan dan ketahanan fizikal yang konsisten selain daripada taktikal dan kemahiran-kemahiran umum serta kemahiran spesifik dalam ragbi. Oleh yang demikian, hasil dapatan ini jelas menunjukkan beberapa komponen kecergasan fizikal amat penting kepada pemain ragbi bagi meningkatkan kualiti permainan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Dalam konteks pembangunan bakat, adalah amat perlu perhatian khusus diberikan oleh para guru mahu pun jurulatih untuk meningkatkan komponen kecergasan fizikal yang relevan dalam permaina ragbi ini. Duthie (2006), menjelaskan bahawa antara komponen kecergasan fizikal yang perlu diberi perhatian khusus untuk pemain-pemain ragbi remaja ialah komposisi tubuh, kepantasan, kekuatan dan kuasa. Hasil kajian ini menjelaskan bahawa program pembangunan atlet ragbi khususnya aspek kecergasan fizikal perlu memenuhi komponen-komponen tersebut bagi menilai kekuatan, kelemahan pemain. Selain itu ia juga sebagai satu kaedah untuk merangka program latihan dengan mengintegrasi pelbagai aspek yang mempengaruhi prestasi atlet ragbi.

Oleh yang demikian kajian tersebut mencadangkan bahawa komponen-komponen kecergasan fizikal tersebut perlu diberi perhatian khusus terutamanya dalam latihan pelaziman fizikal. Namun demikian, kajian lepas bersetuju bahawa antara komponen kecergasan fizikal pemain ragbi adalah terdiri daripada komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, dan ketangkasan adalah berkait rapat dengan kemahiran dalam permainan ragbi.

Komposisi tubuh badan memberi sumbangan yang signifikan terhadap prestasi pemain ragbi. Quarrie dan Hopkins (2007), mendapati bahawa jisim tubuh yang lebih besar memberikan kelebihan dalam sukan ragbi. Oleh yang demikian, pemain yang mempunyai jisim tubuh yang besar adalah berpotensi untuk menjadi pemain yang baik sekiranya disesuaikan dengan program pembangunan atlet. Kepantasan juga merupakan antara komponen kecergasan fizikal yang penting dan mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemahiran dalam permainan ragbi. Ragbi adalah

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

antara jenis sukan yang melibatkan aktiviti berintensiti tinggi yang keras seperti lari pecut, perebutan, dan lompatan dengan hanya sedikit aktiviti berintensiti rendah seperti berjalan dan berlari anak. Justeru komponen kecergasan fizikal seperti kepantasan, kuasa, dan kekuatan merupakan antara komponen utama dalam permainan ragbi (McLellan, Lovell, & Gass, 2011; Gabbett, Kelly, & Pezet, 2008). Kebanyakkan kemahiran-kemahiran dalam permainan ragbi melibatkan komponen-komponen kecergasan fizikal yang dinyatakan. Pergerakan yang pantas dalam permainan ragbi memerlukan setiap pemain mempunyai tahap ketangkasan yang tinggi. Kajian oleh Duthie, (2006) menunjukkan bahawa pemain ragbi perlu mempunyai ketangkasan yang tinggi untuk bertindak balas dengan cepat dalam sebarang situasi dalam permainan.

Kekuatan dan kuasa merupakan komponen kecergasan fizikal yang penting bagi menentukan kejayaan dalam permainan ragbi. Kedua-dua komponen ini amat diperlukan semasa merebut bola, mengadang, dan *scrum* (Hrysomallis, 2010). Oleh yang demikian, komponen ini perlu diukur dengan berkala untuk memastikan setiap pemain berada pada tahap baik dalam komponen kecergasan fizikal. Daya tahan kardiovaskular dan daya tahan otot turut menyumbang kepada prestasi pemain ragbi.

Hasil dapatan kajian telah memberi kesan yang signifikan terhadap perancangan program pembangunan bakat dan latihan secara berkala. Pihak yang berkaitan perlu memberi perhatian kepada beberapa komponen yang signifikan terhadap kemahiran umum dan spesifik dalam permianan ragbi rimau. Komponen kecergasan yang signifikan merupakan penanda aras bagi setiap jurulatih, guru Pendidikan Jasmani dan pemain menjalani latihan sama ada kecergasan atau kemahiran.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kesimpulannya, ciri-ciri utama dalam permainan ragbi memerlukan setiap pemain ragbi rimau memiliki keupayaan yang tinggi dalam komponen kecergasan fizikal yang dinyatakan di atas. Ini amat penting agar mereka terus kompetitif dalam persaingan dalam setiap perlawanan. Austin, Gabbett, & Jenkins (2011), menyatakan pemain ragbi memiliki keupayaan yang tinggi dalam kecergasan fizikal kerana antara ciri-ciri utama dalam sukan ini ialah pelanggaran dan perebutan. Pemain akan kelihatan sukar untuk bersaing dalam permainan ini andai tahap kecergasan fizikal mereka rendah.

5.4 Hubungan Skor Kecergasan Fizikal Dengan Skor Instrumen Penilaian Kemahiran Menerima, Menghantar, Menendang, Menyambut, Dan Berlari.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian ini turut bertujuan untuk menentukan skor kecergasan fizikal dengan skor instrumen penilaian kemahiran dalam permainan ragbi rimau seperti menerima, menghantar, menyepak, menangkap dan berlari.

Dapatan kajian menunjukkan kesemua pemboleh ubah adalah signifikan kecuali pembolehubah kuasa adalah tidak signifikan. Oleh itu, kajian ini menjukkan bahawa tinggi berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot- ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot–ujian tekan tubi adalah signifikan terhadap kemahiran menerima. Dapatan kajian ini menyokong dapatan kajian–kajian terdahulu (Smart, Hopkins, Quarrie, & Gill, 2014; Chiwaridzo, Ferguson & Smits-Engelsman, 2016; Ross, A 2015) yang mendapati bahawa tinggi berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, kekuatan otot-ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot–ujian tekan tubi adalah signifikan dan mempunyai

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

pengaruh terhadap kemahiran menerima. Dapatan kajian ini juga menjelaskan bahawa komponen kecergasan seperti tinggi berdiri, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, ketangkasan dan kekuatan otot–ujian tekan tubi adalah signifikan dengan instrumen penilaian kemahiran menendang bola ragbi. Manakala pemboleh ubah kuasa, pembolehubah kompisisi tubuh badan dan pembolehubah kekuatan otot–ujian *plank* adalah tidak signifikan dengan kemahiran menendang.

Dapatan daripada kajian ini menyokong hasil kajian oleh Vaz, Morais, Rocha, dan James (2014); Lopez-Segovia, Marques, Van den Tillaar, and González-Badillo (2011); dan Oorschot, Chiwaridzo, dan Smits-Engelsman (2017). Hasil kajian ini juga mendapati komponen kecergasan fizikal seperti tinggi berdiri, kekuatan otot-ujian plank, ketangkasan dan kekuatan otot-ujian tekan tubi mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemahiran menangkap bola dalam ragbi rimau.

Manakala pemboleh ubah seperti kuasa, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular dan kepantasan adalah tidak signifikan dengan kemahiran menangkap bola. Dapatan kajian ini turut menyokong hasil-hasil kajian terdahulu seperti kajian oleh Smart, Hopkins, Quarrie, dan Gill, (2014) dan Young, dan Pryor (2007). Dapatan kajian ini menjelaskan bahawa tinggi berdiri, kekuatan otot- ujian plank, ketangkasan, dan kekuatan otot–ujian tekan tubi adalah komponen kecergasan fizikal yang mempunyai hubungan dengan kemahiran menangkap bola dalam ragbi rimau. Komponen-komponen itu perlu bagi meningkatkan kemahiran dalam ragbi rimau terutama semasa dalam sesuatu pertandingan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Justeru, persediaan dan rancangan latihan yang memberi fokus kepada latihan amat penting kepada kemahiran menangkap bola perlu melakukan integrasi secara bersepadu beberapa komponen kecergasan fizikal tersebut bagi memastikan prestasi pemain dapat dicapai pada tahap yang optimum. Kajian ini juga mendapati bahawa komponen kecergasan daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot-ujian *plank*, kepantasan, ketangkasan, dan kekuatan otot–ujian tekan tubi adalah signifikan kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan. Hasil kajian selari dengan dapatan kajian oleh Smart, Hopkins, Quarrie, dan Gill (2014).

Hasil kajian ini juga selari dengan dapatan oleh Waldron, Worsfold, Twist, dan Lamb (2014), yang turut mendapati bahawa kekuatan otot bahagian atas dan bawa tubuh juga menyumbang kepada keupayaan untuk melakukan kemahiran umum dan spesifik dalam kalangan pemain-pemain ragbi remaja. Oleh yang demikian, ciri-ciri kecergasan fizikal pemain remaja merupakan asas kepada kejayaan pemain dalam sukan ragbi. Justeru, terdapat keperluan utama untuk berada pada tahap cemerlang dalam semua komponen kecergasan fizikal yang mempunyai hubungan yang signifikan dengan kemahiran spesifik dan umum dalam permainan ragbi rimau. Ini memastikan pemain ragbi rimau berupaya mengaplikasi segala teknik yang diperlukan untuk melakukan kemahiran spesifik dan umum dengan lebih tepat.

Namun begitu, dapatan kajian menunjukkan bahawa pemboleh ubah ketinggian berdiri, kuasa, komposisi tubuh badan, adalah tidak signifikan dengan kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan. Kemahiran menerima merupakan antara kemahiran penting dalam permainan ragbi. Setiap pemain perlu menguasi kemahiran tersebut untuk menerima atau menangkap bola dalam pelbagai arah dan situasi. Justeru, bagi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

melakukan kemahiran menerima dengan baik selain daripada kemahiran tersebut, komponen-komponen kecergasan fizikal perlu berada pada tahap yang baik untuk membolehkan kemahiran ini dilakukan dengan baik.

Kemahiran menendang dalam sukan ragbi merupakan antara kemahiran penting. Kemahiran ini perlu dimiliki oleh setiap pemain bagi memastikan pemain berupaya untuk kekal kompetitif dalam pelbagai situasi permainan. Justeru, selain daripada kemahiran yang spesifik, komponen kecergasan fizikal iaitu tinggi berdiri, daya tahan kardiovaskular, ketangkasan, kepantasan dan kekuatan otot yang perlu dimiliki oleh setiap pemain ragbi bagi mengaplikasi kemahiran tendangan yang baik.

Oleh yang demikian, dapatan kajian ini dan kajian-kajian terdahulu membuktikan bahawa beberapa komponen kecergasan fizikal seperti tinggi berdiri, daya tahan kardiovaskular, kepantasan, ketangkasan dan kekuatan otot–ujian tekan tubi khususnya dalam permainan ragbi rimau perlu dikuasai oleh setiap pemain. Pemain yang berupaya menguasai komponen-komponen kecergasan fizikal tersebut lebih berupaya untuk menguasai kemahiran menendang dalam ragbi rimau.

Kemahiran menangkap bola dalam ragbi rimau juga kemahiran yang perlu dikuasai oleh setiap pemain. Tangkapan yang baik akan melicinkan setiap pergerakan dalam pelbagai situasi permainan. Justeru, menguasai untuk kemahiran menangkap, keupayaan dalam komponen kecergasan fizikal yang signifikan dengan kemahiran tersebut perlu diambil kira. Gabungan antara keupayaan kecergasan fizikal iaitu tinggi berdiri, kekuatan otot, dan ketangkasan dengan kemahiran dalam menangkap mampu memastikan setiap pemain lebih berkemahiran dan berupaya memberi prestasi yang

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

maksimum sama ada dalam permainan atau latihan. Kemahiran menangkap bola amat memerlukan gabungan kecergasan Fizikal tersebut kerana ia akan memberi saingan kepada pihak lawan untuk memastikan tangkapan itu kemas dan berjaya di tangkap dengan sempurna.

Kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan merupakan salah satu kemahiran yang diaplikasikan dalam permainan ragbi rimau. Kemahiran ini memerlukan pemain mempunyai komponen-komponen kecergasan fizikal yang baik dalam aspek daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot-ujian *plank*, kepantasan, ketangkasan, dan kekuatan otot– ujian tekan tubi. Gabungan tersebut akan memantapkan lagi pemain serta meningkatkan prestasi mereka semasa latihan dan pertandingan.

05-4506832 Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

Kemahiran berlari dan menyentuh berkait rapat dengan daya tahan kardiovaskular, kepantasan, dan ketangkasan (Duthie, 2006). Tahap kecergasan yang baik dalam komponen-komponen tersebut membantu pemain ragbi rimau untuk lebih berkeupayaan melakukan kemahiran berlari dan menyentuh pihak lawan.

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan bahawa instrumen penilaian kecergasan fizikal dan kemahiran spesifik dan kemahiran umum mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan yang tinggi dan sesuai digunakan dalam memperolehi data bagi pemain ragbi rimau bagi tujuan mengenalpasti bakat dan memantau perkembangan atlet. Kesahan dan kebolehpercayaan menjadikan data-data yang diperolehi adalah sah dan bermakna apabila membuat tafsiran. Selain daripada itu, hasil kajian ini juga yang telah menentukan beberapa komponen kecergasan fizikal yang signifikan dengan kemahiran umum ragbi dan kemahiran spesifik ragbi akan dapat

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

memberi gambaran sebenar kepada pihak-pihak yang terlibat dalam sukan ragbi rimau dalam usaha untuk memastikan prestasi pemain berada pada tahap yang tertinggi. Jika prestasi setiap pemain berada pada tahap yang tinggi, mutu permaian mereka juga akan meningkat.

Keupayaan untuk mempamerkan prestasi optimum dalam konteks kemahiran spesifik dan umum dalam permainan ragbi rimau adalah disokong oleh kualiti keupayaan fizikal di awal penglibatan dalam sukan ragbi rimau. (Waldron, Worsfold, Twist, & Lamb, 2014). Justeru, dapatan ini jelas menggambarkan komponen-komponen utama dari segi kualiti fizikal yang perlu dimiliki oleh atlet akar umbi. Komponen tersebut perlu digilap atau diberi perhatian dalam proses pembangunan dan mengenal pasti bakat bagi sukan ini. Pemilihan secara konvensional dikhuatiri tidak berupaya memenuhi ciri-ciri yang diperlukan dalam sukan ragbi rimau.

5.5 Perbincangan Impak kepada Teori Kajian

Kajian ini menggunakan Teori Algoritma yang dikemukan oleh Johnson, Alderson dan Haff 2017 yang mengandaikan perbezaan secara kuantitatif antara pemain elit dan bukan elit. Oleh yang demikian, hasil dapatan ini selari dengan andaian yang dikemukakan melalui hipotesis algoritma yang mana dapatan secara kuantitatif boleh mendiskriminasikan pemilihan pemain secara kolektif dalam mengenal pasti bakat dalam kalangan pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Dapatan kajian yang menunjukkan bahawa komponen kecergasan fizikal yang tinggi berdiri, komposisi tubuh badan, daya tahan kardiovaskular, kekuatan otot, ketangkasan adalah signifikan dengan prestasi pemain dalam kemahiran spesifik dan umum dalam kalangan pemain ragbi rimau. Komponen kecergasan fiikal merupakan komponen yang perlu dikuasai oleh semua pemain ragbi

Justeru, dapatan kajian ini adalah penting kepada jurulatih ragbi khasnya ragbi rimau untuk menumpukan kepada komponen-komponen kecergasan fizikal yang signifikan untuk pemain ragbi rimau bagi mengenal pasti pemain berbakat dengan lebih sistematik berbanding dengan kaedah tradisional yang menekankan kepada aspek kualitatif. Selain itu, dapat ini juga memberi kesan penting kepada proses mengenalpasti bakat dalam kalangan pemain ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Proses pemilihan bakat dan pembangunan pemain ragbi rimau perlu lebih spesifik di peringkat akar umbi (Malina, 2008) dan menumpukan kepada ciri-ciri dan sifat permainan ragbi rimau. Oleh yang demikian, dapatan kajian telah memberi petunjuk yang jelas kepada para pengamal ragbi rimau tentang ciri-ciri spesifik yang perlu dimiliki oleh pemain ragbi rimau. Program mengenal pasti bakat dan pembangunan pemain ragbi rimau perlu berpaksikan kepada beberapa komponen yang menyumbang kepada kebolehan pemain untuk mempamerkan prestasi cemerlang dalam permainan ragbi rimau.

Hasil dapatan ini mencadangkan bahawa beberapa komponen seperti antropometri, kecergasan fizikal, kemahiran spesifik dan umum perlu dimasukkan dalam bateri ujian bagi melihat pemain yang kompetitif. Dapatan kajian ini juga boleh

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

menyumbang kepada menghasilkan satu manual atau bateri ujian untuk mengenal pasti bakat dan pembangunan atlet ragbi rimau. Fakta yang tidak dapat dielakkan bahawa prestasi atlet perlu melihat kepada beberapa indikator potensi dalam sukan ragbi rimau.

Justeru, hasil dapatan ini membantu untuk membina model khusus yang mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan untuk mengenal pasti atlet sukan ragbi rimau dalam konteks atlet tempatan.

Model yang spesifik ini memberi peluang kepada guru dan jurulatih pelbagai idea untuk dilakukan kepada atlet-atlet sukan ragbi rimau yang berpotensi untuk diketengahkan. Reilly, Williams, Nevill, dan Franks (2000) mencadangkan model mengenal pasti bakat perlu merangkumi proses seperti mencari individu yang berpotensi, meramal prestasi, menyediakan pembelajaran yang sesuai dan akhirnya proses pengenalan secara berterusan. Justeru hasil dapatan ini berpotensi untuk dijadikan model yang dicadangkan oleh Reilly, Williams, Nevill, dan Franks (2000).

Sebagai kesimpulannya, dapatan kajian ini adalah selari dengan hipotesis algoritma. Justeru, adalah penting guru-guru dan jurulatih ragbi rimau perlu mengambil kira aspek-aspek penting untuk menghasilkan atlet sukan ragbi rimau yang kompetitif untuk bersaing diperingkat yang lebih tinggi. Oleh yang demikian, dapatan ini amat sesuai dijadikan asas kepada pembentukan program mengenal pasti bakat dan pembangunan akar umbi ragbi rimau yang lebih teratur dan sistematik berdasarkan data-data empirikal yang diperolehi. Dapatan kajian ini juga memudahkan para guru dan jurulatih mengenalpasti bakat pemain ragbi rimau dari awal lagi.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

5.6 Kesimpulan

Hasil kajian ini berupaya memberi banyak maklumat dan input-input berguna yang diperlukan untuk membangunkan program latihan yang lebih sistematik berdasarkan data-data empirikal dan memfokuskan kepada komponen utama yang mempunyai perkaitan dalam sukan ragbi rimau. Program yang berfokus akan lebih merangsang perkembangan pemain khususnya peningkatan kecergasan fizikal dan kemahiran yang spesifik dan umum. Selain itu, untuk menghasilkan atlet remaja, pra syarat yang perlu dipenuhi ialah mempunyai ciri-ciri kecergasan fizikal yang diperlukan selain kemahiran-kemahiran spesifik. Oleh yang demikian amat sesuai, program pembangunan atlet di peringkat akar umbi perlu mengambil kira dapatan-dapatan kajian berkaitan supaya program yang dijalankan memenuhi keperluan dan kehendak sebenar dalam sukan ragbi rimau.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Setiap pemain perlu diukur komponen-komponen kecergasan fizikal yang signifikan dengan setiap kemahiran spesifik dan umum bagi memenuhi bagi memenuhi keperluan fisiologi pemain dan kemahiran spesifik dalam ragbi rimau. Justeru, kesahan dan kebolehpercayaan instrumen penilaian kecergasan fizikal dan kemahiran spesifik dan umum seperti dapatan dalam kajian ini adalah diperlukan. Pelbagai bateri ujian yang digunakan untuk mengukur kemajuan dan perkembangan pemain ragbi rimau, namun begitu instrumen yang dihasilkan ini adalah lebih sesuai bagi memenuhi syarat utama pengujian, pengukuran dan penilaian iaitu kesahan dan kebolehpercayaan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Sebagi kesimpulan, dapatan kajian ini memberi kesan yang penting dalam usaha pembangunan akar umbi dan mengenal pasti bakat bagi sukan ragbi rimau. Persediaan atlet di peringkat akar umbi amat penting bagi memastikan kesinambungan pemain khususnya dalam sukan ragbi rimau. Oleh yang demikian, pihak-pihak berkaitan seperti guru pendidikan jasmani, jurulatih, sekolah pejabat pelajaran daerah, Jabatan Pelajaran dan Kementerian Pelajaran perlu mengambil kira dapatan kajian ini bagi merangka segala bentuk program akar umbi.

Instrumen penilaian kecergasan fizikal dan penilaian kemahiran ini boleh digunakan untuk program di peringkat akar umbi kerana sifatnya yang inklusif yang memenuhi ciri-ciri ujian iaitu kebolehlaksanaan, kos yang rendah, sesuai ditadbirkan dalam populasi yang besar, menjimatkan masa, mempunyai kesahan dan kebolehpercayaan. Pembangunan sukan akar umbi merupakan salah satu perkara yang diberi tumpuan oleh pelbagai pihak sama ada Kementerian pelajaran atau Kementerian Belia dan Sukan.

Kelangsungan atlet sukan ragbi rimau adalah bergantung pada pembangunan sukan ini diperingkat bawah. Oleh yang demikian, penyelidik mencadangkan agar instrumen penilaian kecerasan fizikal digunakan pakai atau di integrasikan dalam program mengenal pasti bakat sukan ragbi rimau. Selain itu, instrumen ini juga berupaya menentukan tahap kecergasan fizikal yang spesifik kepada pemain. Ini membantu jurulatih dan pemain menyedari kecergasan fizikal semasa dan tindakan susulan boleh dirancang.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Selain itu, penyelidik juga mencadangkan agar jurulatih ragbi rimau diberi pendedahan berkaitan dengan kepentingan pengujian untuk melihat pengaruh kecergasan fizikal terhadap prestasi kemahiran spesifik dan umum dalam sukan ragbi rimau.

5.7 Cadangan Kajian Lanjutan

Prestasi seseorang atlet bukan sahaja bergantung kepada keupayaan fisiologi dan kemahiran umum dan spesifik. Aspek psikologi turut sama memberi sumbangan ke atas prestasi atlet. Gabungan psikologi dan fisiologi yang cemerlang mampu memberi prestasi yang optimum bagi setiap atlet. Oleh yang demikian, penyelidik mencadangkan agar kemahiran-kemahiran dan aspek-aspek psikologi turut diambil kira bagi memastikan kejayaan pemain sukan ragbi rimau dengan mengambil kira penglibatan mereka ini apabila menyertai sukan ragbi sebenar. Justeru, penyelidik mencadangkan agar kajian lanjutan berkaitan mengenal pasti kemahiran-kemahiran psikologi yang perlu dimiliki oleh pemain sukan ragbi rimau. Menyediakan pemain dengan aspek-aspek psikologi amat penting agar mereka berada dalam k eadaan sedia sepanjang masa walaupun dalam situasi perlawanan dan latihan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

RUJUKAN

Adlan Mohamed Yusuf. (2016). Pengaruh model permainan tradisional terhadap domain pembelajaran status konsep kendiri serta minat terhadap aktiviti fizikal dalam kalangan pelajar sekolah rendah. *(Thesis Ijazah Kedoktoran yang tidak diterbitkan, Universiti Pendidikan Sultan Idris)*

Ahmad Hashim. (2014). *Panduan Analisis Data Secara Efisien: Panduan Lengkap Berajah untuk Menganalisis Data*. Bangi: Dubook Press Sdn Bhd.

Ahmad Hashim. (2015). *Pengujian Pengukuran dan Penilaian Pendidikan Jasmani* (Edisi Pert). Bangi: Dubook Press Sdn Bhd.

Ali, A. (2011). Measuring soccer skill performance: a review. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, *21*(2), 170-183.

Anderson, D. I., & Mayo, A. M. (2015). A Skill Acquisition Perspective on Early Specialization in Sport. *Kinesiology Review*, *4*(3), 230–247. https://doi.org/10.1123/kr.2015-0026

Ary, D., Jacob, L. C., & Razavieh, A. (1996). *Introduction to research in education*. 5th ed. New York: Harcout Brace College Pub

Austin, D., Gabbett, T., & Jenkins, T. (2011). Tackling in professional rugby league. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *25*(6), 1659–1663.

Babbie, E. (2004). *The practice of social research*. New York: Wadwath Publishing Company

Balyi, I., & Hamilton, A. (2004). *Long-term athlete development: trainability in children and adolescents. Windows of opportunity. Optimal trainability.* Victoria, BC: National Coaching Institute British Columbia and Advanced Training and Performance.

Baumgartner, T. A., Jackson, A. S., Mahar, M. T., & Rowe, D. A. (2007). *Measurement for Evaluation in Physical Education & Exercise Science* (Eight Edit). New York: McGraw Hill.

Benghons, W. R. J., Bschons, J. A., Haff, G. G., & Cscs, D. (2017). Talent Identification in Elite Rugby Union: A Theoretical Update to an Existing Predictor Algorithm. *Journal of Australian Strength and Conditioning*, *25*(3), 33–41.

Bompa, T., & Carrera, M. (2015). *Conditioning young athletes*. Champaingn, Illinois Human Kinetics.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Buchheit, M. (2005). *30-15 Intermittent fitness test*. Strasbourg: Martin Buchheit.

Burton, A. W., & Miller, D. E. (1998). *Movement Skill Assessment*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Cresswell. J. W. (2015). *A concise introduction to mixed methods research*. SAGE Publicaton Ltd.

Chiwaridzo, M., Ferguson, G. D., & Smits-Engelsman, B. C. M. (2016). A systematic review protocol investigating tests for physical or physiological qualities and game-specific skills commonly used in rugby and related sports and their psychometric properties. *Systematic Reviews*, *5*(122), 1–9. https://doi.org/10.1186/s13643-016-0298-1

Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for Behavior Science*. 2nd ed. Larence Eribaum Association.

Côte, J., Lidor, R., & Hackfort, D. (2009). ISSP position stand: To sample or to specialize? Seven postulates about youth sport activities that lead to continued participation and elite performance. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *7*(1), 7–17. https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671889

Côté, J., & Vierimaa, M. (2014). The developmental model of sport participation: 15 years after its first conceptualization. *Science and Sports*, *29*, S63–S69. https://doi.org/10.1016/j.scispo.2014.08.133

Coughlan, E. K., Williams, A. M., McRobert, A. P., & Ford, P. R. (2014). How experts practice: A novel test of deliberate practice theory. *Journal of Experimental Psychology: Learning Memory and Cognition*, *40*(2), 449–458. https://doi.org/10.1037/a0034302

Cripps, A. J., Hopper, L. S., & Joyce, C. (2015). Inter-rater reliability and validity of the Australian football league's kicking and handball tests. *Journal of sports science & medicine*, *14*(3), 675.

De Lacey, J., Brughelli, M. E., McGuigan, M. R., & Hansen, K. T. (2014). Strength, speed and power characteristics of elite rugby league players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *28*(8), 2372-2375.

Duthie, G. M. (2006). A framework for the physical development of elite rugby union players. *International journal of sports physiology and performance*, *1*(1), 2-13.

Edmonds, A. W & Kennedy, D. T. (2017). *An applied guide to research designs, quantitative, qualitative and mixed method*: 2nd Ed. Los Angeles. SAGE Publication Ltd

Ericsson, K. A., Krampe, R. T., & Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, *100*(3), 363–406. https://doi.org/10.1037/0033-295x.100.3.363

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Fontana, F. Y., Colosio, A., De Roia, G. F., Da Lozzo, G., & Pogliaghi, S. (2015). Anthropometrics of Italian senior male rugby union players: From elite to second division. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *10*(6), 674–680. https://doi.org/10.1123/ijspp.2015-0014

Gabbett, T., Kelly, J., & Pezet, T. (2008). A comparison of fitness and skill among playing positions in sub-elite rugby league players. *Journal of science and medicine in sport*, *11*(6), 585-592.

Gall, J.P., Gall.D.D & Brog, W. R (2006). *Applying Educational Research. A Practical Guide.* 6th Ed. Addison Wesley Longman, INC

Gonçalves, C. E. B., Rama, L. M. L., & Figueiredo, A. B. (2012). Talent Identification and Specialization in Sport: An Overview of Some Unanswered Questions. *International Journal of Sports Physiology And*, *7*, 390–393.

Green, B. S., Blake, C., & Caulfield, B. M. (2011). A valid field test protocol of linear speed and agility in rugby union. *The Journal of Strength & Conditioning Research, 25*(5), 1256-1262.

Gulbin,J.(2001). From Novice To National Champion. *Sports Coach*, 24(1), 24-26.

Hadavi, F., & Zarifi, A. (2009) Talent identification and development model in Iranian athletics. *World J Sport Sci*, 2(4), 248-53

Hendricks, S., Lambert, M., Masimla, H., & Durandt, J. (2015). Measuring Skill in Rugby Union and Rugby League as Part of the Standard Team Testing Battery. *International Journal of Sports Science & Coaching*, *10*(5), 949–965. https://doi.org/10.1260/1747-9541.10.5.949

Hrysomallis, C. (2010). Upper body strength and power changes during a football season. *Journal of Strength and Conditioning Research, 24*(2), 557-559.

Klika, B., & Jordan, C. (2013). High-intensity circuit training using body weight: Maximum results with minimal investment. *ACSM's Health & Fitness Journal, 17*(3), 8-13

Krejcie, R. V., & Morgan, D.W., (1970). Determining sample saiz for research activities. *Educational Psychological Measure*. 30:607-610.

López-Segovia, M., Marques, M., Van den Tillaar, R., & González-Badillo, J. (2011). Relationships between vertical jump and full squat power outputs with sprint times in U21 soccer players. *Journal of human kinetics*, *30*, 135-144

Macnamara, B. N., Moreau, D., & Hambrick, D. Z. (2016). The Relationship Between Deliberate Practice and Performance in Sports: A Meta-Analysis. *Perspectives on Psychological Science*, *11*(3), 333–350. https://doi.org/10.1177/1745691616635591

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Maizam Alias (2017). *Teknik Menulis Cadangan Penyelidikan Pendidikan Teknik dan Vokasional*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Malina R.M. (2008), *Talent Development in Sport: Concepts and Issues*. Talent Identification and Development – The Search for Sporting Excellence. Perspectives Volume 9, ICSSPE, Berlin, p114

Marcel, H. (1998). Talent identification and development in sport kinenthropometric issues. *New Horizons of Human Movement,* 2 (4), 22-33

McLellan, C. P., Lovell, D. I., & Gass, G. C. (2011). Performance analysis of elite rugby league match play using global positioning systems. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *25*(6), 1703-1710.

Meir, R. A. (2014). Evaluating player fitness in professional rugby league: reducing subjectivity. *Strength and Conditioning Coach*, *1*(4), 11.

Mohd Majid Konting (2005*). Keadah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Moreland,R.(1994). Talent Identification In Malaysia. *Sports*, 12-13.

Morrison, G.R., Ross, S M., Kemp, J. E., & Kalman, H (2010), *Designing effective instruction*. John Wiley & Sons.

Morrow, J.R., JAckson, A. W., Disch., & Mood, D.P. (1995). *Measurement and evaluation in human performance.* Champaign, IL: Human Kinetics

Najib Razak, & Ahmad Hashim. (2017). Hubungan komponen kecergasan fizikal berasaskan sukan terhadap prestasi lari pecut 100 meter. *Journal of Sport Science and Physical Education, Malaysia*, *6*(2), 65–80.

Naqiyah, Z., & Shariman Ismadi. (2018). Notational analysis of evasive agility skills executed by attacking ball carriers among elite rugby players of the 2015 Rugby World Cup. *Movement, Health & Exercise*, *7*(1), 99–113. https://doi.org/10.15282/mohe.v7i1.171

Pradip Kumar Sahu (2013), Research Methodology: A guide for researchers in agricultural science, social science and other related fields. Springer India.

Quarrie, K.L. and Hopkins, W.G. (2007). Changes in player characteristics and match activities in Bledisloe Cup rugby union from 1972 to 2004. *Journal of Sports Sciences, 25(8*), 895-903.

Reilly, T., Bangsbo, J., & Franks, A. (2000). Anthropometric and physiological predisposition for elite soccer. *Journal of Sports Science*, 18, 669-682

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Reilly T., Williams A.M., Nevill A., And Franks A. (2000) *A multidisciplinary Approach to Talent Identification in Soccer,* Journal of Sports Sciences, 18, pp695-702

Sidek Mohd Noah & Jamaludin Ahmad (2005). *Pembinaan modul: Bagaimana membina modul latihan dan modul akademik.* Serdang, Universiti Putra Malaysia.

Smart, D., Hopkins, W. G., Quarrie, K. L., & Gill, N. (2014). The relationship between physical fitness and game behaviours in rugby union players. *European journal of sport science, 14*(sup1), S8-S17.

Speranza, M. J. A., Gabbett, T. J., Johnston, R. D., & Sheppard, J. M. (2018). Relationship Between a Standardized Tackling Proficiency Tests and Rugby League Match-Play Tackle Performance in Semiprofessional Rugby League Players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *13*(6), 754–760. https://doi.org/10.1123/ijspp.2017-0593 LK -

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013*). Using multiviariate statistic* (6th ed). New Jersey: Pearson Education, INS.

Thomas, J. R., & Nelson, J. K. (2001) *Research methods in physical activity* (4th ed). *Champaign*, IL: Human Kinetics Publishers.

Till, K., & Jones, B. (2015). Monitoring anthropometry and fitness using maturity groups within youth rugby league. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, *29*(3), 730-736.

Till, K., Cobley, S., Morley, D., O'hara, J., Chapman, C., & Cooke, C. (2015). The influence of age, playing position, anthropometry and fitness on career attainment outcomes in rugby league. *Journal of Sports Sciences*, *33*(13), 1–6. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1105380

Till, K., Cobley, S., O'Hara, J., Morley, D., Chapman, C., & Cooke, C. (2015). Retrospective analysis of anthropometric and fitness characteristics associated with long-term career progression in Rugby League. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *18*(3), 310–314. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.05.003

Tredrea, M., Dascombe, B., Sanctuary, C. E., & Scanlan, A. T. (2017). The role of anthropometric, performance and psychological attributes in predicting selection into an elite development programme in older adolescent rugby league players. *Journal of Sports Sciences*. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1241418

Tuckman, B. W., & Harper, E. B (2012*). Conducting Educational Research*. 6th ed. Maryland, Rowman & Littlefield Publishers, INC.

Vaz, L., Morais, T., Rocha, H., & James, N. (2014). Fitness profiles of elite portuguese rugby union players. *Journal of human kinetics*, *41*(1), 235-244.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Waldron, M., Worsfold, P. R., Twist, C., & Lamb, K. (2014). The relationship between physical abilities, ball-carrying and tackling among elite youth rugby league players. *Journal of sports sciences*, *32*(6), 542-549.

Willian A.M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Science*, 18, 657-667

Willian, M., & Worsfold, P. (2010). Difference in the game specific skills of elite and sub-elite youth football players: Implications for talent identification. *International Journal of Performance Analysis in Sports*, 10, 9-24.

Worsnop, S. A. (2016). Rugby Talent Development. *International Sport Coaching Journal*, *3*(1), 75–82. https://doi.org/10.1123/iscj.2015-0101

Young, W. B., & Pryor, L. (2007). Relationship between pre-season anthropometric and fitness measures and indicators of playing performance in elite junior Australian Rules football. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *10*(2), 110-118.

Zainudin Awang (2012). *Research methodology and data analysis*. Kuala Lumpur. UITM Press,

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN A

SURAT KEBENARAN PENYELIDIKAN DARI BAHAGIAN PERANCANGAN DAN PENYELIDIKAN KEMENTERIAN PENDIDIKAN MALAYSIA

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN B

SURAT KEBENARAN PENYELIDIKAN DARI JABATAN PENDIDIKAN NEGERI SELANGOR

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN C

KESAHAN PAKAR BIDANG PERTAMA

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
اونيۏرسيتي ڤنديديقن سلطان ادريس
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

BORANG KESAHAN PAKAR BIDANG

PENGARUH KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL TERHADAP PEMAIN RAGBI RIMAU

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk membina instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau di kalangan murid sekolah rendah.

AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI
M20171000767

PENYELIA:
Prof. Dr. Ahmad Bin Hashim
Fakulti Sains Sukan & Kejurulatihan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Menguji Kesahan Pakar Bidang Terhadap Pengaruh Pembinaan Komponen Kecergasan Fizikal Terhadap Pemain Ragbi Rimau.

Arahan:

Berikut adalah beberapa pernyataan berkaitan dengan pengaruh pembinaan instrument penilaian bakat pemain ragbi rimau. Setelah meneliti ujan-ujian tersebut, sila tandakan (O) pada nombor yang mewakili jawapan anda.

Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	2	3	4	5

Bil	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Ujian yang dilakukan benar-benar mengukur apa yang sepatutunya diukur.	1	2	3	(4)	5
2	Ujian yang dilakukan sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
3	Kawasan ujian yang dilakukan adalah sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
4	Peralatan yang digunakan dalam ujian kemahiran asas ragbi sesuai digunakan untuk pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
5	Prosedur ujian adalah jelas dan mudah difahami oleh pemain ragbi rimau untuk menjalankan ujian	1	2	3	(4)	5
6	Cara mengambil kiraan skor adalah sesuai dilakukan terhadap ujian-ujian kemahiran asas ragbi bagi pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
7	Ujian-ujian yang dipilih adalah sesuai dilakukan untuk mengukur kesan pengaruh kemahiran asas ragbi terhadapat pembinaan instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Pandangan / Komen:

Ts instrument yang digunakan amat sesuai untuk meningkatkan kemahiran asas sagbi bagi setiap pemain.

DZUL AZRI BIN YUNOS
KETUA JURULATIH
BAGRI BIMAU SELANGOR
(Tandatangan nama dan cop)

27/12/2018
(Tarikh)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN D

KESAHAN PAKAR BIDANG KEDUA

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
اونيۏرسيتي ڤندidikan سلطان ادريس
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

BORANG KESAHAN PAKAR BIDANG

PENGARUH KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL TERHADAP PEMAIN RAGBI RIMAU

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk membina instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau di kalangan murid sekolah rendah.

AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI

M20171000767

PENYELIA:

Prof. Dr. Ahmad Bin Hashim

Fakulti Sains Sukan & Kejurulatihan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Menguji Kesahan Pakar Bidang Terhadap Pengaruh Pembinaan Komponen Kecergasan Fizikal Terhadap Pemain Ragbi Rimau.

Arahan:

Berikut adalah beberapa pernyataan berkaitan dengan pengaruh pembinaan instrument penilaian bakat pemain ragbi rimau. Setelah meneliti ujan-ujian tersebut, sila tandakan (O) pada nombor yang mewakili jawapan anda.

Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	2	3	4	5

Bil	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Ujian yang dilakukan benar-benar mengukur apa yang sepatutunya diukur.	1	2	3	4	(5)
2	Ujian yang dilakukan sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
3	Kawasan ujian yang dilakukan adalah sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	(4)	5
4	Peralatan yang digunakan dalam ujian kemahiran asas ragbi sesuai digunakan untuk pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	(5)
5	Prosedur ujian adalah jelas dan mudah difahami oleh pemain ragbi rimau untuk menjalankan ujian	1	2	3	4	(5)
6	Cara mengambil kiraan skor adalah sesuai dilakukan terhadap ujian-ujian kemahiran asas ragbi bagi pemain ragbi rimau.	1	2	3	(4)	5
7	Ujian-ujian yang dipilih adalah sesuai dilakukan untuk mengukur kesan pengaruh kemahiran asas ragbi terhadapat pembinaan instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau.	1	2	3	(4)	5

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Pandangan / Komen:

Instrument yang digunakan bersesuaian dengan sampel oleh penyelidik.

KHAIRIL RIZAL BIN OSMAN KHAIRI
PEGAWAI TEKNIK RAGBI RIMAU
NEGERI SELANGOR
(Tandatangan nama dan cop)

28/12/2018
(Tarikh)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN E

KESAHAN PAKAR BIDANG KETIGA

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
اونيۏرسيتي ڤندidikan سلطان ادريس
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

BORANG KESAHAN PAKAR BIDANG

PENGARUH KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL TERHADAP PEMAIN RAGBI RIMAU

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk membina instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau di kalangan murid sekolah rendah.

AHMAD DZIA-UL-HAQ BIN MOHAMAD JAPERI

M20171000767

PENYELIA:

Prof. Dr. Ahmad Bin Hashim

Fakulti Sains Sukan & Kejurulatihan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Menguji Kesahan Pakar Bidang Terhadap Pengaruh Pembinaan Komponen Kecergasan Fizikal Terhadap Pemain Ragbi Rimau.

Arahan:

Berikut adalah beberapa pernyataan berkaitan dengan pengaruh pembinaan instrument penilaian bakat pemain ragbi rimau. Setelah meneliti ujan-ujian tersebut, sila tandakan (O) pada nombor yang mewakili jawapan anda.

Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Kurang Setuju	Setuju	Sangat Setuju
1	2	3	4	5

Bil	Pernyataan	1	2	3	4	5
1	Ujian yang dilakukan benar-benar mengukur apa yang sepatutunya diukur.	1	2	3	4	5
2	Ujian yang dilakukan sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	5
3	Kawasan ujian yang dilakukan adalah sesuai dengan pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	5
4	Peralatan yang digunakan dalam ujian kemahiran asas ragbi sesuai digunakan untuk pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	5
5	Prosedur ujian adalah jelas dan mudah difahami oleh pemain ragbi rimau untuk menjalankan ujian	1	2	3	4	5
6	Cara mengambil kiraan skor adalah sesuai dilakukan terhadap ujian-ujian kemahiran asas ragbi bagi pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	5
7	Ujian-ujian yang dipilih adalah sesuai dilakukan untuk mengukur kesan pengaruh kemahiran asas ragbi terhadapat pembinaan instrumen penilaian bakat pemain ragbi rimau.	1	2	3	4	5

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Pandangan / Komen:

Instrument yang digunakan bersesuaian dengan kajian yang dijalankan serta mengukur tahap kebolehan pemain tersebut.

MAHATHIR BIN KOSNAN
PEGAWAI TEKNIK RAGBI RIMAU
PETALING PERDANA, SELANGOR
(Tandatangan nama dan cop)

20/12/2018
(Tarikh)

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN F

BORANG SKOR

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS
اونيۏرسيتي ڤندidikan سلطان ادريس
SULTAN IDRIS EDUCATION UNIVERSITY

FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN

Tarikh Ujian :

Masa Ujian :

Nama Sekolah:

BORANG SKOR

	PROFILE PEMAIN			
1	Nama			
2	Umur			
3	Tarikh Lahir			
4	No. Telefon			
	KECERGASAN FIZIAKL			
		1	**2**	**3**
5	Antropometri - Tinggi Berdiri			
6	D.T Kardiovaskular Yo-Yo Test			
7	Kekuatan Otot - Plank			
8	Kekuatan Otot – Tekan Tubi.			
9	Komposisi Tubuh Badan			
10	Kepantasan - 30 meter			
11	Ketangkasan - Ujian T			
12	Kuasa - Lompat Jauh Berdiri			
	KEMAHIRAN ASAS RAGBI			
		1	**2**	**3**
13	Menghantar Bola			
14	Menerima Bola			
15	Menyepak Bola .			
16	Menangkap Bola			
17	Menyentuh			

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN G

CONSENT FORM/BORANG PERSETUJUAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

SURAT AKUAN DAN KEBENARAN IBUBAPA/PENJAGA

Kepada :

IBUPA DAN PEJAGA BERKENAAN.

Adalah saya : .....

Nombor K/P :.....ibu/bapa/penjaga kepada pelajar yang

bernama.....

Nombor K/P :.....No. Pelajar ..... dengan ini memberi pengakuan bahawa saya * **(membenarkan/ tidak membenarkan)** anak saya/anak jagaan saya seperti nama tersebut di atas untuk menyertai kajian

'PENGARUH KOMPONEN KECERGASAN FIZIKAL TERHADAP PEMAIN RAGBI RIMAU'

Saya faham dan tahu bahawa penyelidik akan dan telah mengambil langkah-langkah keselamatan yang sewajarnya. Dengan ini saya memberi pengakuan bahawa saya tidak akan membuat atau mengambil apa-apa tindakan undang-undang/makhamah terhadap penyelidik ataupun sesiapa yang ada kaitan dengan program/aktiviti ini atas apa-apa kemalangan, kecacatan, kematian dan sebarang kecederaan terhadap anak jagaan saya semasa dan sepanjang kajian ini berjalan.

Saya dengan ini ***(memberi kebenaran/ tidak memberi kebenaran)** kepada pihak Maktab atau wakilnya memberi apa-apa rawatan atau pertolongan cemas kepada anak jagaan jika didapati perlu.

Tandatangan ibu /bapa / penjaga :

.....

Nama :.....

Tarikh : .....

Tandatangan Saksi :

.....

Nama :.....

I/C :.....

Tarikh : .....

SILA GARIS/POTONG MANA-MANA BERKENAAN

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

LAMPIRAN K

MANUAL UJIAN SPESIFIK RAGBI RIMAU

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

MANUAL UJIAN SPESIFIK RAGBI RIMAU

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

AHMAD DZIA-UL-HAQ

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

MANUAL UJIAN SPESIFIK RAGBI RIMAU

1 Kompenen Kecergasan Fizikal

1.1 Daya Tahan Kardiovaskular (Ujian Yo-Yo)

Tujuan : Menilai kebolehan individu untuk melakukan secara berulang-ulang untuk jangka masa panjang. Mengukur tahap kecergasan kardiovaskular individu dengan mendapatkan jarak larian.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r=0.85 (Leger et at. 1988)
Kebolehpercayaan : r=0.93 (Ahmad Hashim, 2015)
Objektiviti : r=0.96 (Ahmad Hashim, 2015)
Kawasan Kajian : Gelanggang atau padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20-meter Panjang dan 20-meter lebar)
Alatan : Pita audio isyarat bunyi, pemain audio, borang rekod, kon/penanda, pita pengukur dan pencatat.
Prosedur :

1. Setiap peserta berdiri di belakang garisan permulaan dan mempunyai seorang pembantu (pencatat) untuk merekodkan setiap tahap yang dilalui.
2. Peserta dikehendaki lari ulang-alik sejauh 20 meter mengikut isyarat 'bleep' yang akan dibunyikan dari pita audio.
3. Apabila peserta selesai lari ulang-alik 20 meter (2 X 20 meter), terdapat waktu rehat aktif selama 10 saat di mana peserta perlu berjalan atau berjoging uang-alik 5 meter (2 X 5 meter).
4. Peserta akan kembali di garisan permulaan untuk larian ulang-alik 20 meter dan juga rehat aktif ulang-alik 5 meter secara berulang-alik sehingga ke tahap kelesuan.
5. Sekiranya peserta sampai ke satu hujung sebelum isyarat 'beep' berbunyi, peserta tersebut hendaklah berdiri di belakang garisan sehingga isyarat berbunyi. Masa antara isyarat 'bleep' akan berkurangan setiap tahap, dengan itu, kelajuan larian hendaklah ditingkatkan.
6. Peserta dikira tamat ujiannya sekiranya dia tidak dapat melepasi garisan kedua-dua hujung dua kali berturut-turut.
7. Pengumuman tahap terakhir dari pita audio sebelum peserta tamat ujian diambi sebagai tahap peserta tersebut.

Kiraan Skor :

1. Subjek dikehendaki berpatah balik serta merta sekiranya tidak dapat menyaingi bunyi 'beep' ada kali pertama dan kemudian cuba meneruskan ujian.
2. Jika subjek masih tidak dapat melepasi garisan pada kali kedua, maka ujian terhadap subjek itu perlu ditamatkan.
3. Ulangan yang pertama tidak sempurna diambil kira dalam skor.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.2 Komposisi Tubuh Badan (Indeks Jisim Tubuh)

Tujuan : Untuk mendapat ukuran indeks jisim tubuh pemain dengan mengambil kira catatan ketinggian berdiri dan berat bdan.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : Kesahan logikal
Keolehpercayaan : r= 0.98 (Ahmad Hashim, 2015)
Objektiviti : r= 0.86 (Ahmad Hashim, 2015)
Kawasan Ujian : Kawasan lapang atau dewan berbumbung.
Alatan : Pita pengukur, pita penanda dan papan klip A4 atau sesiku L
panjang.

Prosedur:

1. Bagi pengukuran tinggi, subjek dikehendaki berdiri dalam keadaan anatomical. Kaki subjek hendaklah dirapatkan, tumit, punggung, bahagian belakang badan dan bahagian kepada mesti menyentuh dinding.
2. Kasut dan stoking perlu ditanggalkan.
3. Letakkan/turunkan alat pengukur tahap ketingian di atas bahagian atas kepala.
4. Subjek hendaklah merendahkan badan dan bengkokkan lutut apabila keluar.
5. Catatkan bacaan ketinggian subjek.
6. Bagi pengukuran berat badan pula, subjek dikehendaki berdiri di tengah-tengah pelantar penimbang dengan pakaian yang sesuai.
7. Tegakkan kepala, rapatkan tangan ke paha.
8. Bacaan diambil apabila angka ditunjukkan pada jumlah yang muktamad.

Kiraan Skor :

BMI=) Berat bdan dalam kg)
(H) Tinggi dalam meter

=_____ kg m2

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.3 Kepantasan (Ujian Lari Pecut 30 Meter)

Tujuan : Mengukur pretasi kepantasan berlari.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r= 0.81 (Ahmad Hashim,2015)
Kebolehpercayaan : r= 0.93 (Ahmad Hashim, 2015)
Objektiviti : r= 0.97 (Ahmad Hashim, 2015)
Kawasan Ujian : Padang pemainan yang mempunyai keluasan yang mencukupi.
Alatan : Jam randik, pita pengukur dan pita penanda.
Prosedur :

1. Subjek berdiri di belakang garisan permulaan.
2. Subjek mulakan larian dari kedudukan berdiri.
3. Arahan kegarisan, sedia dan mula diberikan. Subjek dikehendaki berlari sepantas yang mungkin dan dalam masa yang sama penguji mencatatkan masa permulaan.
4. Masa dikira dari mula sehingga subjek tiba di garisan penamat.
5. Satu percubaan sahaja dibenarkan.

Kiraan skor:

1. Kiraan masa paling hampir dengan 0.1 saat apabila subjek tiba di garisan penamat.
2. Skor dikira berdasarkan masa yang terpantas daripada satu percubaan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi
05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.4 Kuasa (Ujian Lompat Berdiri)

Tujuan : Untuk mengukur prestasi kuasa kaki dalam lakuan motor.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r=0.91 (Ahmad Hashim, 2015)
Kebolehpercayaan : r=0.97 (Ahmad Hashim, 2015)
Objektiviti : r= 0.98 (Ahmad Hashim, 2015)
Kawasan Ujian : Dinding konkrit dengan ketinggian dan keluasan yang mencukupi untuk lompatan.
Alatan : Pita pengukut, pita penanda dan kapur.
Prosedur Ujian:

1. Posisi mula, berdiri sisi selari dengan dinding.
2. Kedua-dua belah kaki dibuka seluas bahu, jarak bahu dengan dinding membolehkan tangan diayun.
3. Jangkauan sambil berdiri setinggi yang mungkin dan tandakan.
4. Bengkok lutut, ayukan tangan, lompat setinggi yang mungkin dan tandakan.
5. Tidak dibenarkan melangkah atau berjalan semasa hendak membuat lompatan.
6. Dua percubaan diberi. Percubaan yang terbaik sahaja dikira sebagai skor ujian.

Kiraan Skor :

1. Ukuran dibuat dalam 0.5 sentimeter yang hampir.
2. Ketinggian lompatan dikira berdasarkan perbezaan di antara jarak jangkauan sama berdiri dan melompat.
3. Percubaan terbaik dikira sebagai skor ujian.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.5 Kekuatan Otot (Ujian Plank)

Tujuan : Untuk mengukur kekuatan teras, bahu, tangan dan otot gluteal.
Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r=0.74 (Barrow and McGee 1979)
Kebolehpercayaan : r=0.98 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.99 (Dzia 2019)
Kawasan ujian : Gelanggang yang mempunyai keluasan yang mempunyai sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar.
Alatan : Jam Randik
Prosedur :

1. Ambil posisi tekan tubi di atas lantai.
2. Bengkokkan siku pada 90 darjah dan sokong berat anda di lengan.
3. Siku anda mesti berada tepat di bawah bahu dan badan anda perlu diluruskan daripada kepala ke kaki.
4. Kekal dalam posisi ini selama yang anda boleh kekal dalam posisi ini selama mungkin

Kiraan skor :

1. Dua percubaan diberikan dan masa terbaik dicatat

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.6 Ketangkasan (Ujian T)

Tujuan : Ujian ini menguji ketangkasan seseorang individu untuk berlari secara mendepan, sisi dan membelakang.
Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r=0.74 (Barrow and McGee 1979)
Kebolehpercayaan : r=0.80 (Barrow and McGee 1979)
Objektiviti : r=0.99 (Barrow ang McGee 1979)
Kawasan Ujian : Padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar).
Alatan : Jam randik, pita pengukur, kon dan pencatat.
Prosedur :

1. Satu litar berbentuk T dibentuk seperti yang ditunjukkan dalam rajah di bawah.
2. Peserta akan bermula di Kon A dan sebaik sahaja mendapat isyarat 'mula', peserta perlu berlari dengan pantas ke Kon B dan menyentuh tapak kon dengan tangan kanan.
3. Kemudian, peserta perlu berlari secara sisi kearah kiri (Kon C) dan menyentuh tapak kon dengan tangan kiri pulak.
4. Peserta meneruskan dengan larian sisi kearah kanan (Kon D) serta menyentuh tapak kon dengan tangan kanan dan berlari (larian sisi) kembali ke Kon B dan menyentuh tapak kon dengan tangan kiri.
5. Peserta akan berlari kembali ke Kon A secara mengundur dan menyentuh tapak kon tersebut dengan tangan kanan. Pada masa yang sama masa akan di hentikan.

Kiraan Skor :

1. Peserta diberi dua kali percubaan dan catatatn masa yang terbaik akan diambil kira.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.7 Komponen Antropometri (Ujian ketinggian Berdiri)

Tujuan : Untuk mendapatkan ukuran ketinggian murid semasa posisi berdiri.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : kesahan logikal
Kebolehpercayaan : tidak dinyatakan
Objektiviti : tidak dinyatakan
Kawasan Ujian : Kawasan lapang atau dewan berbumbung.
Alatan : Pita pengukur, pita penanda dan papan klip A4 atau sesiku L panjang.
Prosedur :

1. Pita ukur dilekatkan secara menegak di permukaan dinding yang rata setinggi dua meter.
2. Murid berdiri membelakangkan dinding dengan kepala, bahu, punggung dan tumit berada dalam keadaan rapat ke dinding. Pita ukur berada di tengah-tengah belakang badan tanpa memakai alas kaki.
3. Kedua-dua belah kaki mesti dalam posisi rapat sementara kedua-dua tapak tangan mesti rapat disisi peha.
4. Semasa ukuran dibuat, murid menarik nafas, tahan nafas dan memandang ke hadapan.
5. Ukuran tinggi diambil dari bahagian permukaan lantai hingga ke bahagian paling atas kepala. Untuk mendapat bacaan yang tepat, pastikan papan klip A4 (bahagian tinggi) diletakkan rapat pada dinding (90 darjah) secara menegak (bahagian tapak) di bahagian paling atas kepala. (Pastikan murid tidak mengangkat tumit semasa ukuran diambil).
6. Bacaan perlu diambil pada paras mata penguji.

Kiraan Skor :

1. Bacaan diambil hampir kepada 0.1cm.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

1.8 Ujian Tekan Tubi.

Tujuan : Mengukur daya tahan dan kekuatan otot bahu dan lengan dengan betul.
Peringkat umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : r=0.90(Ahmad Hashim 2015)
Kebolehpercayaan : r=0.92 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.98 (Dzia 2019)
Kawasan Ujian : Padang yang mempunyai keluasan yang mencukupi (sekurang-kurangnya 20 kaki panjang dan 20 kaki lebar).
Alatan : Jam randik dan borang skor.
Prosedur :

1. Subjek berada dalam kedudukan sokong hadapan dengan tangan lurus di bawah dan tapak tangan di atas lantai.
2. Kaki lurus ke belakang.
3. Seorang pembantu akan berada di hadapan, dan meletakkan tangan di bawah setentang dengan dahi dan sebelah tangan lagi diletakkan disiku subjek.
4. Arahan 'sedia' dan 'mula' diberikan untuk memulakan ujian.
5. Subjek akan menurunkan badan dengan cara membengkokkan siku sebanyak 90 darjah dan sehingga dahi menyentuh tangan pembantu.
6. Kemudian menolak badannya naik ke atas sehingga tangannya lurus.
7. Lakuan ini dilakukan sebanyak yang boleh dalam tempoh cadence 1 tekan tubi setiap 3 saat atau 20 kali ulangan setiap minit. Subjek diberhentikan apabila gagal melakukan perlakuan yang betul atau gagal mengikut rentak cadence.
8. Dua percubaan sahaja dibenarkan.

Kiraan Skor :

1. Kiraan skor adala dibuat berdasarkan bilangan ulangan yang berjaya dilakukan mengikut cadence.
2. Kiraan akan dibuat apabila subjek turunkan badan sehingga dahi menyentuh tangan pembantu dan kedudukan siku adalah bengkok 90 darjah, subjek naik semula sehingga seluruh tangan lurus. Teruskan perlakuan sehingga masa tamat.

Limitasi :

1. Skor hanya akan di ambil kira apabila subjek melakukan ujian dengan cara yang betul.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2 Kemahiran Asas Dalam Ragbi Rimau.

2.1 Kemahiran Menghantar Bola Ragbi

Tujuan : Melakukan hantaran adalah bertujuan supaya bola mudah diterima oleh rakan sekumpulan dalam keadaan yang sempurna dan hantaran boleh dilakukan secara berterusan.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : Tidak dinyatakan
Kebolehpercayaan : r=0.78 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.72 (Dzia 2019)
Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.
Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.
Prosedur :

1. Tumpukan perhatian kepada bola.
2. Memegang bola dengan dengan kedua-dua tangan.
3. Menghantar bola ke belakang tetapi di hadapan penerima supaya penerima bola bergerak ke arah bola.
4. Pemain di kehendaki membaling bola kepada sasaran yang di tetapkan dengan jarak 5 meter.

Kiraan Skor :

1. Percubaan sebanyak 3 kali.
2. Setiap kali bola mengenai sasaran akan mendapat 1 mata.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.2 Kemahiran Menerima Bola Ragbi

Tujuan : Menerima bola bertujuan supaya penerima bola menangkap bola dengan baik disamping memperolehi masa untuk membuat pilihan terbaik.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : Tidak dinyatakan
Kebolehpercayaan : r=0.76 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.95 (Dzia 2019)
Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan mencukupi.
Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.
Prosedur :

1. Kembangkan jari dan luruskan tangan.
2. Hulurkan tangan separas dada untuk sediakan sasaran kepada penghantar
3. Bergerak ke arah bola.
4. Menggunakan kedua-dua tangan untuk pengawalan maksima.
5. Jika bola yang di terima jatuh akan menyebabkan 'knok on'

Kiraan Skor :

3. Percubaan sebanyak 3 kali.
4. Setiap kali bola dapat di tangkap dengan kemas tanpa jatuh akan mendapat 1 mata.
5. Jarak pemain 5 meter.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.3 Kemahiran Menyepak *(Drop Kick)* Bola Ragbi

Tujuan : Tujuan utama menendang bola adalah untuk memulakan permainan dan memulakan semula permainan selepas melakukan *try*.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : Tidak dinyatakan
Kebolehpercayaan : r=0.87 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.85 (Dzia 2019)
Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.
Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.
Prosedur :

1. Berdiri dalam keadaan stabil.
2. Pegang bola dengan kedua-dua tangan supaya selari dengan kaki.
3. Biarkan bola jatuh kekaki untuk menyepak, pada masa yang sama melangkah kearah kaki yang tidak menendang bola supaya tepat kesasaran.
4. Hayun kaki yang menendang selari dengan laluan bola, tendang di bucu bola.
5. Lajakkan kaki yang menendang.
6. Tendangan mestilah menggunakan *'drop kick'*

Kiraan Skor :

1. Tendangan dalam jarak 10 meter.
2. Tendangan yang masuk di dalam kotak X akan mendapat satu mata.
3. Percubaan sebanyak 3 kali tendangan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.4 Kemahiran Menangkap Bola Ragbi

Tujuan : Tujuan menangkap bola untuk memastikan bola tersebut dapat di kawasan permainan kita dan tersebut bermain untuk mendapatkan. Pastikan bola yang di tangkap tidak jatuh atau *knok on*.

Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.

Kesahan : Tidak dinyatakan

Kebolehpercayaan : r=0.77 (Dzia 2019)

Objektiviti : r=0.95 (Dzia 2019)

Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.

Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.

Prosedur :

1. Berdiri dalam keadaan stabil.
2. Hulurkan tangan ke atas untuk menyerap hentakan bola tinggi.
3. Pusingkan sedikit badan ke arah belakang untuk mengelakkan bola jatuh kehadapan.

Kiraan Skor :

1. Tendangan dalam jarak 10 meter.
2. Pemain yang menyambut bola pastikan bola tersebut dapat di tangkap dengan kemas.
3. Setiap sambutan yang kemas tanpa jatuh atau *knok on* akan mendapat 1 mata.
4. Percubaan sebanyak 3 kali.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

2.5 Kemahiran Berlari dan Menyentuh

Tujuan : Tujuan utama untuk membuat sentuhan adalah untuk menghalang pihak lawan daripada melakukan serangan yang berterusan.
Peringkat Umur : Murid lelaki sekolah rendah.
Kesahan : Tidak dinyatakan
Kebolehpercayaan : r=0.79 (Dzia 2019)
Objektiviti : r=0.88 (Dzia 2019)
Kawasan Ujian : Padang permain yang mempunyai keluasan yang mencukupi.
Alatan : Bola ragbi saiz 3, kon kecil dan wisel.
Prosedur :

1. Sentuhan Hadapan.
   - Tumpukan perhatian kepada orang yang hendak disentuh.
   - Sentiasa pastikan kedudukan badan yang betul untuk membuat sentuhan.
   - Depakan tangan dan bongkokkan kaki.
   - Majukan kehadapan dan membuat sentuhan di mana-mana bahagian hadapan orang yang hendak di sentuh.
   - Sentuh mestikan menggunakan dua belah tangan secara serentak.
2. Sentuhan sisi.
   - Maju kehadapan dan buat sentuhan di mana-mana bahagian sisi orang yang hendak di sentuh.
3. Sentuhan Belakang.
   - Mengejar dan membuat sentuhan di mana-mana bahagian belakang orang yang hendak disentuh.
   - Jangan menolak ketika menyentuh.

Kiraan Skor :

1. Seorang pemain di letakkan di tengah-tengah kawasan 10 meter x 10 meter.
2. Seorang lagi pemain akan membawa bola di dalam kawasan grid dan cuba mengelak daripada disentuh.
3. Mata akan di kira berdasarkan berapa banyak ia menyentuh pihak lawan selama 15 saat.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi