



ORIENTASI MATLAMAT DAN TAHAP KEBIMBANGAN PELAJAR SEMASA AKTIVITI 'FLYING FOX' PENDIDIKAN LUAR

SHAFRI KHAN @ ROY BIN JABAR KHAN



**DISERTASI DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI
SYARAT UNTUK MEMPEROLEHI SARJANA
PENDIDIKAN**

**FAKULTI SAINS SUKAN
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS**

2007





PENGAKUAN

Saya mengaku bahawa penulisan ini adalah hasil penulisan saya sendiri kecuali nukilan-nukilan dan ringkasan-ringkasannya pada tiap-tiap satunya telah diperjelaskan sumbernya.



.....
(Shafri Khan @ Roy bin Jabar Khan)

12/07/2007
.....

Tarikh





DEDIKASI

Untuk isteri tersayang, Lydie Watie Mustin

Yang sentiasa memberi dorongan dan semangat

Untuk anak-anak yang dikasihi, Abdullah, Aishah, Afrina dan Abdillah

Kamu masih belum mengerti erti sebuah pengorbanan seorang ayah terhadap anak-anaknya

Pengorbanan dan kesabaran kalian semua merupakan sumber inspirasi dan motivasi

untuk ku meneruskan pengajian ini





PENGHARGAAN

Di sini saya ingin mengambil kesempatan untuk merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan ucapan ribuan terima kasih yang tidak terhingga kepada Dr. Ong Kuan Boon selaku penyelia kursus Kertas Laporan Projek QSS 6006 . Segala tunjuk ajar, cadangan dan bimbingan beliau telah banyak menolong saya ke arah menyempurnakan hasil kertas projek ini.

Saya juga ingin mengucapkan berbanyak-banyak penghargaan dan terima kasih kepada Pusat Ko Kurikulum, Jabatan Pelajaran Sabah yang telah memberi kebenaran kepada saya untuk menjalankan kajian ini dan pelajar-pelajar Sekolah Menengah Sains Lahad Datu yang menjadi responden kajian ini. Hasil jawapan mereka telah membolehkan saya mendapatkan data yang berguna untuk kajian ini.

Tidak lupa juga ucapan terima kasih ditujukan kepada rakan-rakan sepengajian yang telah banyak membantu dan mendorong saya demi untuk melancarkan lagi proses kajian ini.





ABSTRAK

ORIENTASI MATLAMAT DAN TAHAP KEBIMBANGAN PELAJAR SEMASA AKTIVITI 'FLYING FOX' PENDIDIKAN LUAR

Tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk menentukan perbezaan di antara tahap kebimbangan seketika bagi somantik, kognitif dan keyakinan diri di kalangan pelajar-pelajar semasa melakukan aktiviti 'flying fox' dan juga ingin melihat perkaitan yang terdapat di antara motif penglibatan pelajar dalam aktiviti pendidikan luar dengan tahap keyakinan diri pelajar.

Responden seramai 35 orang telah terpilih di kalangan pelajar-pelajar lelaki dan perempuan yang mewakili unit-unit beruniform masing-masing. Soal selidik yang mengandungi tiga bahagian iaitu bahagian A, B dan C, yang mana Bahagian A mengandungi 7 item mengenai butir diri pelajar dan maklumat umum mengenai aktiviti pendidikan luar. Bahagian B pula adalah soal selidik yang mengukur tahap kebimbangan pelajar yang melakukan aktiviti 'flying fox' dan Bahagian C terdiri daripada 30 item soalan yang mengukur motif seseorang pelajar itu mengikuti aktiviti pendidikan luar. Soal selidik ini diedar kepada responden sepuluh minit sebelum jurulatih pusat ko menerangkan bagaimana aktiviti 'flying fox' ini dijalankan.

Hasil daripada kajian mendapati, motif penglibatan pelajar lelaki dan perempuan dalam aktiviti 'flying fox' lebih berorientasikan motivasi ekstrinsik dengan status mendahului kemahiran. Manakala tahap kebimbangan somatik dan kognitif bagi pelajar perempuan lebih tinggi berbanding pelajar lelaki. Bagi tahap keyakinan diri pelajar lelaki lebih tinggi daripada pelajar perempuan dan yang terakhir, tidak terdapat perkaitan yang signifikan di antara motif dengan tahap keyakinan diri pelajar lelaki yang bersaing tetapi menunjukkan hubungan positif yang rendah di kalangan pelajar perempuan.





ABSTRACT

PARTICIPATION ORIENTATIONS AND ANXIETY LEVEL AMONG STUDENTS DURING OUTDOOR EDUCATION IN FLYING FOX ACTIVITY

This study was designed to compare the differences in the levels of cognitive and somatic state anxiety and state self-confidence among the students before the activity. The study was also designed to see the correlation between motives and level of self-confidence among the students.

35 respondents were choose from among the boy and girl students that represent their units uniform were tested in this study. The CSAI-2 which consisted of 27 items were used to determine the competition state anxiety level of the participants and the PMQ which consist of 30 items were used to determine the motives of participants in outdoor education activity. Both questionnaires were given to the participants 10 minute before the instructor of the activity explain how this activity going on.

The results showed that students participants orientation among male and female showed more tendency to have extrinsic motivation than intrinsic motivation, where somatic and the cognitive anxiety levels of the female students was higher than the male. Self-confidence level of male students were higher than female students and there is no significant correlation between students motives and the students level of self-confidence among the male students but low and positive correlations were shown by the female students.



KANDUNGAN

Muka surat

PENGAKUAN	i
PENGHARGAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KANDUNGAN	v
BAB 1	PENDAHULUAN
1.1	Pengenalan 1
1.2	Latar Belakang Kajian 6
1.3	Penyataan Masalah 13
1.4	Objektif Kajian 16
1.5	Persoalan Kajian 17
1.6	Kepentingan Kajian 18
1.7	Batasan Kajian 19
1.8	Definisi Operasional 20
BAB 2	KAJIAN LITERATUR
2.1	Definisi Orientasi Matlamat 22
2.2	Definisi Kebimbangan 24
2.3	Definisi 'Flying Fox' 25
2.4	Pendekatan Teori 27
2.5	Faktor Penglibatan Dalam Aktiviti Fizikal 31
2.6	Punca dan Kesan Kebimbangan 32

2.7	Kajian Literatur	34
2.8	Alat Untuk Mengukur Tahap Kebimbangan	38
2.9	Kesimpulan	39
BAB 3	METODOLOGI	
3.1	Pengenalan	40
3.2	Rekabentuk Kajian	40
3.3	Persampelan	41
3.4	Instrumen Kajian	43
3.5	Prosedur Kajian dan Pengumpulan Data	46
3.6	Prosedur Menganalisis Data	47
3.7	L	
BAB 4	Dapatan Kajian	
4.1	Pengenalan	49
4.2	Data Demografi Responden	50
4.3	Analisis Dapatan Kajian	52
BAB 5	PERBINCANGAN, KESIMPULAN, CADANGAN	
5.1	Pengenalan	58
5.2	Perbincangan	59
5.3	Implikasi	65
5.4	Cadangan	66
5.5	Kesimpulan	70

RUJUKAN	74
----------------	-----------

LAMPIRAN	77
-----------------	-----------

SENARAI GAMBAR

2.0	Gambar Aktivit 'Flying Fox'	26
------------	------------------------------------	-----------

SENARAI JADUAL

4.1	Bilangan dan peratusan responden mengikut jantina dan kategori yang mengambil bahagian dalam aktiviti 'flying fox'	51
------------	---	-----------

4.2	Kekerapan dan peratusan responden yang terlibat dalam kajian berdasarkan peringkat pencapaian mengikut jantina	51
------------	---	-----------

4.3	Kekerapan penglibatan / pengalaman pelajar dalam kajian berdasarkan jantina	51
------------	--	-----------

4.4	Keputusan statistik deskriptif bagi lapan faktor yang mempengaruhi motif penglibatan pelajar lelaki dalam aktiviti 'flying fox'	53
------------	--	-----------

4.5	Keputusan statistik deskriptif bagi lapan faktor atau motif penglibatan pelajar perempuan dalam aktiviti 'flying fox'	54
------------	--	-----------

4.6	Keputusan analisis ujian-t, perbandingan tahap keseimbangan sebelum menyertai pertandingan berdasarkan jantina.	55
------------	--	-----------

4.7	Keputusan analisis ujian-t, perbandingan tahap keyakinan diri sebelum menyertai aktiviti 'flying fox' berdasarkan jantina.	56
------------	---	-----------

4.8	Keputusan analisis korelasi, perkaitan di antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan pelajar ke dalam aktiviti 'flying fox' berdasarkan jantina.	57
------------	---	-----------

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Pengenalan

Falsafah Pendidikan Kebangsaan menegaskan bahawa pendidikan di Malaysia adalah suatu usaha yang berterusan ke arah memperkembangkan lagi potensi individu secara menyeluruh dan bersepadu untuk mewujudkan insan yang seimbang dan harmonis dari segi jasmani, emosi, rohani dan intelek berdasarkan kepercayaan kepada Tuhan. Usaha ini adalah bagi melahirkan rakyat Malaysia yang berilmu pengetahuan, berakhlak mulia, bertanggungjawab dan berkeupayaan mencapai kesejahteraan diri serta memberi sumbangan terhadap keharmonian dan kemakmuran masyarakat dan negara. Falsafah ini mengasaskan Dasar Pendidikan Kebangsaan untuk menghasilkan pendidikan sebagai proses pembangunan insan bagi memenuhi keperluan pembangunan negara.

Sebagai sebuah negara yang sedang membangun aspek-aspek seperti ketahanan nasional dan pengukuhan ekonomi sering diberi keutamaan. Laporan Jawatankuasa Kabinet Mengkaji Pelaksanaan Dasar-Dasar Pelajaran 1979, melihat pembangunan



sumber manusia untuk pembangunan negara dari segi bilangan, jenis pengetahuan, kemahiran yang dimiliki dan nilai-nilai disiplin. Disamping itu sikap, jujur, dedikasi terhadap kerja, cekap dan boleh berfikir, bertindak dengan baik adalah ciri-ciri yang penting dibangunkan. Tenaga kerja yang bercirikan sedemikian hanya terhasil melalui proses pendidikan yang mengimbangi semua aspek selain daripada bidang akademik.

Pendidikan Bertaraf Dunia adalah wawasan pendidikan yang membawa makna yang amat besar selaras dengan kemajuan negara dalam menempuh abad ke 21. Abad yang bercirikan dengan kemajuan ekonomi, infrastruktur, sains, teknologi dan pembangunan yang amat pesat. Kecanggihan teknologi dan kemodenan pembangunan tidak semestinya memberi kebahagiaan, kesejahteraan, kemakmuran dan ketaqwaan kepada manusia khususnya, para pelajar. Isu-isu seperti pencemaran alam, kepincangan sosial di kalangan remaja dan peningkatan kes-kes penyakit hipokinetik adalah masalah yang perlu dipandang berat serta ditangani pada peringkat awal melalui proses pendidikan.

Pendidikan Luar adalah satu kaedah dalam proses pengajaran dan pembelajaran yang amat berkesan bagi membantu mengatasi menangani isu-isu tersebut dari peringkat awal kehidupan. Pemanfaatan persekitaran dan alam semulajadi sebagai makmal hidup mampu menyumbangkan maklumat dan kemahiran yang berharga untuk membantu menrealisasikan matlamat dan objektif pendidikan. Objektif utama dalam pendidikan luar dicapai setelah memenuhi matlamat kognitif, psikomotor dan afektif. Kesepaduan dan gabungan ketiga-tiga aspek ini akan menentukan keberkesanan pendidikan luar.

Matlamat Dasar Pendidikan Kebangsaan ialah untuk mewujudkan suatu bangsa Malaysia yang bertaraf dunia, bersatupadu dan dihormati. Hasrat ini akan dapat dicapai





jika generasi muda sekarang diberi pendidikan yang seimbang dan sempurna. Kurikulum dan kokurikulum adalah dua aspek yang diberi keutamaan bagi mencapai matlamat tersebut. Ini bermakna seseorang pelajar itu diberi pendidikan yang menyeluruh melalui aspek jasmani, emosi, rohani dan intelek.

Peranan golongan pendidik sebagai pejuang di barisan hadapan adalah sangat penting. Mereka seharusnya sedar dan insaf bahawa di tangan merekalah terletak masa depan negara. Sehubungan itu, para pendidik seharusnya dapat memahami dan menghayati aspirasi dan hasrat negara, untuk menjadi sebuah negara yang mempunyai pendidikan bertaraf dunia. Bagi mencapai matlamat ini, pendidikan yang mengintergrasikan aktiviti kurikulum dan kokurikulum hendaklah dirancang dan dilaksanakan dengan sempurna dan seimbang.

Pendidikan merupakan wacana terpenting dalam pencapaian matlamat dan pembangunan negara. Keberhasilannya amat bergantung kepada perancangan yang strategik dan teliti, pengurusan yang berkesan dan efisien serta komitmen yang tinggi di kalangan warga pendidik.

Proses pendidikan di negara kita adalah satu hal yang sentiasa bergerak dan berubah mengikut kehendak dan keperluan negara. Untuk menuju kepada matlamat ini, pendidikan yang mengintergrasikan aktiviti kurikulum dan kokurikulum hendaklah dirancang dan dilaksanakan dengan bersungguh-sungguh.

Pelaksanaan Pendidikan Luar merentasi kurikulum dan kokurikulum di sekolah jelas menjana minat dan kecenderungan yang tinggi di kalangan warga pendidikan dalam proses pengajaran dan pembelajaran masa kini. Pendidikan Luar mendedahkan pelajar-pelajar kepada situasi sebenar di luar dengan cara mempraktikkan teori-teori yang





dipelajari di bilik darjah. Penggabungan jalinan yang berlaku membolehkan warga pendidikan sentiasa peka dengan perkembangan teknologi terkini tanpa melupakan realiti alam semulajadi sebagai asas kehidupan dalam konteks perkembangan potensi individu serta pemupukan kualiti sosial yang positif.

Jika diimbangi sejarah perkembangan pendidikan dalam konteks Malaysia maka pendidikan terbahagi kepada dua iaitu pendidikan tradisional dan pendidikan moden. Pendidikan tradisional lebih bercorak pendidikan tidak secara langsung dan informal dengan menjadikan persekitaran dan alam semulajadi sebagai sumber ilmu. Pada dasarnya pendidikan tradisional bertujuan untuk warisan budaya hidup. Sebaliknya pendidikan moden lebih formal kompleks kerana melibatkan pelbagai bidang ilmu, termasuk ilmu yang abstrak. Ledakan pengetahuan pasca moden mempengaruhi corak pendidikan yang menuntut penguasaan ilmu yang lebih menjurus kepada penguasaan material seperti bidang ekonomi, perniagaan dan sains teknologi. Tidak keterlaluan jika dikatakan bahawa pengabaian kepentingan pendidikan dalam hubungan manusia dengan persekitaran dan alam semulajadi dalam sistem pendidikan moden menyebabkan manusia masa kini kurang memahami dan menghargai persekitaran dan alam sekitar sehingga berlaku pencemaran dan pemusnahannya.

Dalam usaha mengimbangi di antara tuntutan pembangunan dan kemajuan negara dengan pengekalannya alam semulajadi dan persekitaran, manusia harus diberi pendidikan yang mengarah kepada pembentukan sikap dan amalan cintakan persekitaran dan alam semulajadi. Dalam hal ini amatlah wajar pendidikan tersebut merupakan suatu gabungan jalinan di antara pendidikan tradisional dan pendidikan moden yang dikenali sebagai Pendidikan Luar.





Pesterlozzi seorang ahli falsafah pendidikan menganggap pendidikan adalah suatu proses sosial di mana anak-anak belajar berinteraksi dan berkomunikasi antara satu sama lain. Dalam masa yang sama mereka juga mempelajari rol dan nilai-nilai yang perlu dipraktikkan dan diterima sebagai nilai masyarakat sejagat. Dalam hal ini pendidikan luar menyediakan wadah dan persekitaran yang kondusif kepada pembelajaran sosial, kerana pelajar-pelajar berpeluang mempelajari cara hidup bermasyarakat dan dalam suasana yang natural. Keadaan ini sudah tentu tidak diperolehi dalam pengajaran dan pembelajaran di dalam bilik darjah yang menghadkan interaksi antara pelajar.

Ramai pakar pendidikan bersetuju bahawa pengalaman adalah guru yang baik sekali dan manusia belajar membuat sesuatu dengan membuatnya sendiri. Dalam erti kata lain bahawa pembelajaran yang berkesan adalah hasil daripada pengalaman yang dilalui sendiri oleh individu. Proses sesuatu pembelajaran tersebut lebih mudah dan berkesan jika individu itu diberi peluang melakukannya sendiri. Dalam pendidikan luar elemen-elemen sedemikian memang ditekankan kerana berkait rapat dengan perolehan kemahiran, pengetahuan dan amalan dalam sesuatu aktiviti.

Sebagaimana pengajaran dan pembelajaran dalam bilik darjah, pendidikan luar juga menegaskan bahawa hasil pengajaran dan pembelajaran yang diperolehi melalui pengalaman dan tulisan. Pelajar-pelajar bukan sahaja berpeluang melakukan aktiviti bahkan juga membuat catatan, penyelidikan, laporan dan ujian bertulis. Aktiviti ini dilakukan sebagai tugas, pendekatan pengajaran dan proses penilaian. Apatah lagi setiap kerja tulisan itu bersumberkan pengalaman sendiri yang sudah tentu akan lebih bermakna dan mantap.



Pendekatan pendidikan luar banyak tertumpu kepada kaedah penemuan, eksperimen dan kajian lapangan. Peranan guru adalah lebih kepada fasilitator yang membimbing pelajar-pelajar mempelajari sesuatu berdasarkan kemampuan mental dan fizikal mereka. Penekanan pembelajaran dalam pendidikan luar ialah menggalakkan pelajar memperolehi pengalaman melalui sesuatu aktiviti yang dilakukannya sendiri. Konsep pendekatan yang sedemikian diamalkan kerana pegangan falsafah pendidikan luar yang mempercayai bahawa adalah sukar mengajar seseorang itu belajar tetapi lebih mudah menolong seseorang itu belajar.

1.2 Latar Belakang Kajian

1.2.1 Orientasi Matlamat

Orientasi tugas berkaitan rapat dengan usaha untuk meningkatkan kemahiran, sikap bekerjasama, menjalani gaya hidup sihat dan bercirikan masyarakat yang baik. Sebaliknya, orientasi ego dikaitkan dengan pencapaian keputusan. Selain itu, orientasi ego juga seringkali dikaitkan dengan matlamat untuk mengalahkan orang lain apabila melibatkan diri dengan aktiviti fizikal (Duda, 1989).

Menurut Gill (2000), corak orientasi matlamat bergantung kepada cara memberi erti kejayaannya. Manakala pelajar yang mempunyai matlamat tugas akan lebih tertumpu untuk menguasai sesuatu kemahiran, sementara individu yang berorientasikan ego akan menganggap ia telah berjaya sekiranya dapat mengalahkan individu lain.



Psikologi Individu yang dipelopori oleh Alfred Adler (1870-1937) di dalam Othman Mohamed (2000) menumpukan analisis psikologi manusia dari aspek secara keseluruhan. Fahaman pendekatan ini merangkumi kepercayaan bahawa seorang individu itu adalah kreatif, dan bersifat bertanggungjawab. Di samping itu seorang individu juga sentiasa berusaha bergerak ke arah suatu matlamat dalam lingkungan hidupnya.

Apabila dilihat dari aspek struktur personaliti dan penggunaan konsep asas, psikologi individu berbeza dengan psikoanalisis dari aspek perkembangan personaliti seorang individu itu sendiri. Keadaan ini adalah ketara kerana psikologi individu tidak menganggapkan personaliti manusia itu boleh dibahagi-bahagikan sepertimana psikoanalisis dengan id, ego, dan superego. Individu perlu dianalisis secara holistik, bermaksud secara keseluruhan. Konsep ini memberi erti bahawa emosi, pemikiran dan tingkahlaku tidak dapat dipisahkan.

Matlamat hidup dan tingkahlaku yang bermakna. Teras psikologi individu menumpu kepada ciri-ciri sosial dalam diri manusia. Pandangan ini berpendapat bahawa manusia sentiasa bergerak ke arah sesuatu matlamat dan secara tidak disedari mirip bagi menganalisis tingkahlakunya.

Ciri-ciri ini memberi fokus kepada analisis secara subjektif dengan mengambilkira kepentingan individu itu dengan masyarakatnya. Pandangan ini diperkukuhkan dengan anggapan bahawa manusia itu perlu berinteraksi serta bertindakbalas dengan alam sekitarnya. Aspek inilah yang memberi kesan yang penting kepada pengertian minat sosial dalam perkembangan personaliti manusia mengikut psikologi individu.





Minat sosial, konsep ini sangat berkaitan dengan sifat manusia dalam fahaman psikologi individu. Seorang individu bergerak sedemikian rupa untuk mengatasi perasaan rendah diri yang telah dialami semenjak ianya kecil. Pergerakan ini pula berhaluan ke arah keinginan mencapai perasaan keunggulan diri. Keunggulan diri ini tidak mementingkan kepada keuntungan swadiri, bahkan individu itu sentiasa bergerak untuk mendapatkan perasaan kekitaan dengan masyarakatnya.

Psikologi individu beranggapan bahawa setiap individu mempunyai daya kreatif, daya usaha ketetapan diri, serta berupaya membuat pilihan. Dalam membuat pemilihan, seorang individu itu mempunyai alternatif-alternatif. Secara langsung ia juga berupaya memilih sama ada bergerak ke arah matlamat yang menguntungkan masyarakat atau sebaliknya merugikan dirinya serta masyarakat.



Dalam ertikata yang lebih luas seorang individu itu memang mampu untuk berinteraksi secara optima dengan individu yang lain.

Gaya hidup akan menentukan kesejahteraan individu dalam masyarakat. Walaupun seorang individu itu tidak dapat menentukan nasibnya, bagaimana pun ia sentiasa berupaya untuk membentuk rupa alam sekelilingnya. Pembentukan ini dapat dilaksanakan melalui tugas-tugas kehidupan yang menjadi teras dan cabaran dalam aktiviti bermasyarakat.

Seorang insan itu sentiasa bergerak ke arah matlamat untuk mencapai keunggulan diri. Pergerakan ini bukan semata-mata bertujuan untuk mencapai kemenangan dan kebanggaan swadiri, sebaliknya keunggulan atau matlamat pencapaian ke arah kecekapan sangat berhubung kait dengan minat sosial.





Seorang yang bergerak ke arah keunggulan diri dengan bermatlamat untuk mengatasi kerumitan hidupnya akan mencapai kesedaran terhadap dirinya. Secara langsung juga ia akan berupaya memberi sumbangan yang bermakna dengan mewujudkan suasana yang lebih sempurna untuk ahli-ahli masyarakatnya.

Adler menumpukan kegiatan seorang individu kepada tugas masyarakat, tugas bekerja, tugas tanggungjawab kepada isu kejantinaan, tugas kepercayaan serta kesedaran terhadap wujudnya kuasa yang lebih tinggi, iaitu tuhan serta kelebihanannya, dan tugas terhadap menerima kesedaran diri bahawa kerumitan yang dialami boleh diatasi secara sendiri.

Pegangan ini sudah tentunya memberi erti bahawa seorang manusia itu dapat memainkan peranannya dalam masyarakat secara optima dengan bekerjasama sesama insan yang lain. Tugas-tugas perlu diibaratkan sebagai satu usaha untuk meningkatkan keberkesanan hidup bermasyarakat.

Keupayaan mencapai keunggulan diri. Peranan yang dimainkan oleh seorang manusia itu lebih condong kepada keinsafan bahawa ianya perlu digalakkan bagi mencapai keunggulan diri untuk manfaat masyarakatnya. Galakan dalam ertikata psikologi individu merangkumi konsep usaha dan berani melakukan risiko yang terancang. Seorang individu sentiasa bergerak ke arah keunggulan dari perasaan serba kekurangan dan kerendahan diri. Kehendak mencapai keunggulan ini adalah suatu inti yang semulajadi bagi tujuan mengatasi perasaan rendah diri. Cara yang unik yang digunakan oleh seseorang individu bagi mencapai keunggulan inilah yang membezakan antara satu individu dengan individu yang lain.





Fiksyen yang terakhir. Konsep ini merupakan suatu matlamat pokok yang menggerakkan tingkahlaku seorang individu. Aspek fiksyen yang terakhir ini mempengaruhi individu bahawa tingkahlakunya lebih terhasil daripada kesan yang dijangkakan pada masa yang akan datang dan tidak dipengaruhi oleh perkara yang pernah berlaku pada masa yang lampau. Individu itu biasanya mengolah idea-idea sebagai panduan menggerakkan tingkahlaku mereka. Idea ini merupakan matlamat tersendiri yang memberi panduan sebagai asas gaya hidup individu tersebut.

Dalam satu kajian yang dibuat Dushman (1984) dalam Silva & Weinberg (1999) mendapati bahawa sikap individu terhadap sesuatu adalah penting kerana ianya merupakan langkah pertama penglibatan seseorang itu dalam apa yang juga aktiviti yang dipilih. Walau bagaimanapun sikap positif seseorang terhadap aktiviti sukan tidak menjamin bahawa orang berkenaan terus melibatkan diri dalam aktiviti sukan.

1.2.2 Kebimbangan

Umumnya, setiap individu pernah mengalami kebimbangan dan ketegangan. Ianya ibarat asam garam dalam kehidupan manusia. Manusia memerlukan sedikit kebimbangan untuk menggerakkan mereka ke depan dan tanpa kebimbangan tiadalah pendorong untuk maju ke depan. Secara lumrahnya memang kita perlukan sedikit rasa kebimbangan supaya ia dapat membentuk satu sikap yang positif dan kekuatan mental bagi menghadapi cabaran tersebut.





Kebimbangan sebelum sesuatu aktiviti adalah satu-satunya tindakan semulajadi untuk menyediakan seseorang supaya berusaha ke tahap yang maksimum. Walau bagaimanapun ianya perlu ada imbalan antara keperluan-keperluan hidup. Ini kerana mental dan tubuh badan mempunyai hubungan yang erat apabila berlaku kebimbangan. Fenomena ini dapat dilihat melalui reaksi tubuh badan tanpa kesedaran mental. Contoh mudah ialah peningkatan kadap degupan jantung, berpeluh, otot keras dan kaku dan lain-lain (http://hcd2.bupa.co.uk/fact_sheets/mosby_factsheets/anxiety.html).

Aspek kebimbangan menjadi batu penghalang kepada prestasi lakuan motor seseorang (Weinberg dan Gould, 1999). Walaupun seseorang itu mempunyai banyak pengalaman dan juga latihan yang strategik serta serba lengkap. Namun dengan kebimbangan yang melampau ia akan menjejaskan segala persiapan dan impian yang telah dibuat selama ini. Oleh itu, bagi mengatasi masalah kebimbangan tersebut, strategi-strategi yang disyorkan amat penting diikuti oleh seseorang demi menempuh sesuatu pertandingan dengan tenang dan selesa di samping membuat persembahan yang terbaik.

1.2.3 Kesan Kebimbangan Terhadap Prestasi Individu

Masalah kebimbangan boleh memberi pelbagai kesan terhadap pencapaian seseorang. Kesan-kesan ini bergantung kepada jenis aktiviti, jantina dan tahap pengalaman. Kenyataan atau fakta tentang faktor-faktor 'arousal' dan motivasi boleh menyebabkan seseorang akan memuncak semasa aktiviti dan pada masa





yang sama faktor prestasi menurun, memainkan peranan terhadap kesan prestasi seseorang. Ini adalah akibat kebangkitan dan kebimbangan kepada sesiapa sahaja yang melihat atau menyertai sesuatu aktiviti (Duda, 1998).

Keupayaan mengatasi tekanan dan kebimbangan semasa menyertai sesuatu aktiviti kompetitif amat penting, terutama dikalangan peserta elit (Hardy, Jone dan Gould 1996; Orlick dan Partington 1988). Bagi mencapai prestasi memuncak, ahli-ahli psikologi telah menetapkan tiga faktor kebimbangan yang perlu dikawal dan diberi perhatian, antaranya adalah kebimbangan kognitif, kebimbangan somatik dan keyakinan diri.

Untuk mendalami kefahaman kita mengenai masalah kebimbangan, kita terlebih dahulu seharusnya memahami punca masalah kebimbangan ini berlaku dan bagaimana proses kebimbangan berlaku dari aspek fisiologi serta kesannya terhadap prestasi seseorang sebelum kita menentukan cara-cara pengawalannya. Memandangkan masalah kebimbangan ini boleh memberi kesan yang negatif secara langsung ke atas pencapaian dan prestasi individu, maka penyelidik merasakan perlu ada satu kajian yang berkaitan dengan masalah ini dijalankan. Penyelidik akan cuba meninjau dan menentukan sejauh manakah faktor-faktor yang berkaitan boleh mempengaruhi tahap kebimbangan seseorang individu, keyakinan diri dan cuba mengaitkan dengan orientasi matlamat seseorang itu dalam aktiviti ini.

Satu kajian perlu dilakukan untuk meninjau dan mengkaji beberapa aspek yang berkaitan dengan masalah kebimbangan dengan lebih mendalam. Perbincangan dalam bab berikut akan menjelaskan tentang beberapa kajian



lampau dan pendekatan yang digunakan untuk menerangkan fenomena kebimbangan ini berlaku. Dapatan kajian yang diperolehi juga boleh digunakan bagi menyediakan langkah-langkah, strategi atau cadangan yang boleh di ambil untuk mengatasi masalah ini.

1.3 Pernyataan Masalah

Pernyataan yang mempunyai kaitan dalam perbincangan kajian ini adalah program ko kurikulum di peringkat sekolah misalnya masih kurang diberi perhatian kerana sistem pendidikan kita yang lebih menekankan kecemerlangan dan pencapaian seseorang individu berdasarkan kepada keputusan peperiksaan dan bukannya kepada pencapaian dalam aktiviti ko kurikulum. Persepsi ini seharusnya dikikiskan dari minda pembuat dasar dan sesetengah guru kerana potensi dan minat individu untuk maju dalam bidang ko kurikulum telah dinafikan sejak di bangku sekolah lagi.

Walaupun usaha kementerian pelajaran telah menetapkan pencapaian ko kurikulum diambilkira dalam pemilihan pelajar untuk melanjutkan pelajaran ke Sekolah Berasrama Penuh dan pemilihan pelajar ke Institut Pengajian Tinggi, namun usaha ini masih kurang diberi perhatian yang wajar secara menyeluruh di peringkat sekolah. Penglibatan murid dalam kegiatan ko kurikulum di peringkat sekolah masih boleh dipertikaikan pada masa ini, di mana program ko kurikulum hanya tertumpu kepada murid tahun enam sahaja. Penglibatan murid tersebut adalah kerana semata-mata untuk mendapatkan sijil dan lebih buruk lagi apabila kegiatan ko kurikulum hanya diadakan dalam musim tertentu sahaja. Kemudahan aktiviti Pendidikan Luar di negara ini amat

terbatas menyebabkan penglibatan pelajar tidak dapat dimaksimumkan seperti yang diharapkan oleh pihak kementerian pelajaran.

Dalam bidang pendidikan, khususnya dalam mata pelajaran yang melibatkan di luar bilik darjah, contohnya Pendidikan Jasmani, kita sedia maklum, pelajar-pelajar seringkali menunjukkan minat yang tinggi dengan bertanya kepada gurunya tentang masa atau hari untuk mengadakan sesi atau waktu pengajaran pendidikan jasmani tetapi sebaliknya guru lebih cenderung mengajar di dalam kelas. Keadaan ini amat menyedihkan sekali sekiranya terdapat segelintir guru yang suka mengambil jalan mudah dengan mengabaikan aspek naluri semulajadi minat dan potensi yang ada pada pelajar di peringkat sekolah. Sikap negatif guru ini amatlah bertentangan dengan kehendak dan hasrat murni sebagaimana yang tercatat dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan.

Isu penglibatan murid dalam ko kurikulum sudah menjadi isu nasional dan memerlukan semua pihak yang terlibat secara langsung seharusnya duduk bersemuka dan mencari jalan penyelesaian bagi mengatasi kelemahan yang ada ini. Motif penglibatan yang akan dikaji dalam penyelidikan ini akan merungkai dengan lebih mendalam lagi masalah yang berkaitan dengan masalah kekurangan minat pelajar terhadap ko kurikulum khususnya dan aktiviti fizikal amnya.

Realitinya, kesan jangka panjang ialah kita akan dapati generasi yang akan kita hasilkan adalah generasi yang kurang produktif kerana kebanyakan mereka kurang cergas dari segi fizikal dan sentiasa mengalami masalah kesihatan kerana keadaan obesiti badan mereka menyukarkan mereka beraktiviti. Generasi yang ingin kita sama-sama bina ini akan gagal sekiranya tidak ada usaha yang konkrit diambil oleh pihak-pihak yang terlibat secara langsung. Pakar-pakar pengkaji seterusnya diharapkan dapat membuat beberapa



kajian yang berkaitan dengan masalah penglibatan pelajar amnya khususnya dalam aktiviti pendidikan luar bukan sahaja bagi mengharumkan nama negara malah kepentingan bagi melahirkan generasi yang lebih berkertampilan dan berani bersaing di peringkat global dan antarabangsa.

Lebih menarik lagi sekiranya ada cadangan yang proaktif di kalangan badan swasta yang ingin melaksanakan pelbagai program realiti. Usaha ini sangat-sangat dialu-alukan kerana pakar penyelidik dalam kajian terdahulu telah membuktikan kemahiran dan kecekapan motor seseorang individu itu akan mula berfungsi secara berkesan sejak di peringkat awal kanak-kanak itu belajar.

1.3.1 Program Latihan Mental



Mengikut kajian oleh pakar psikologis, seseorang individu perlu melatih dan meningkatkan kemahiran-kemahiran untuk merelaksakan keadaan fizikal dan mental ketika berdepan dengan tekanan. Kegagalan melakukan tindakan yang tepat ini berkemungkinan besar berpunca dari tekanan, kebangkitan serta peningkatan tahap kebimbangan sehingga menyebabkan individu yang berkenaan tidak mampu memberikan tumpuan serta berfikir dengan baik sebelum membuat sesuatu keputusan. Keperluan bagi meningkatkan konsentrasi, keyakinan, motivasi atau persediaan mental seseorang individu adalah berbeza dengan individu yang lain. Semua kemahiran-kemahiran ini boleh dibangunkan dengan melalui satu program latihan kemahiran psikologi yang sistematik.





Bentuk pendekatan latihan kepada pelajar lebih mengutamakan aspek-aspek fizikal, teknikal dan taktikal sahaja. Aspek psikologi atau mental sering diabaikan khususnya dalam aspek pengurusan kebimbangan dan tekanan di kalangan pelajar. Masalah kebimbangan menjadi lebih ketara kepada pelajar yang tidak berpengalaman dan buat kali pertama menyertai sesuatu aktiviti. Pelajar tidak diberi pendedahan atau pengetahuan mengenai masalah ini dan cara-cara untuk mengatasinya. Keadaan ini mungkin disebabkan oleh sains sukan adalah bidang yang baru diperkenalkan di Malaysia. Pengetahuan tentang punca dan kesan masalah serta pengurusan kebimbangan dalam aktiviti pendidikan luar belum tersebar luas menyebabkan guru tidak mempunyai keupayaan untuk mengendalikan aktiviti yang boleh mengatasi masalah kebimbangan yang sering dihadapi oleh pelajar mereka. Ada juga di antara guru yang beranggapan bahawa latihan yang berkaitan dengan pengurusan kebimbangan pelajar tidak perlu kerana memadai dengan mempunyai tahap kecergasan dan menguasai kemahiran lakuan motor yang tinggi.

1.4 Objektif Kajian

- 1.5.1 Untuk melihat corak motif penglibatan dalam aktiviti 'flying fox' di kalangan pelajar dan menjelaskan peranan dan kepentingannya aktiviti pendidikan luar dan masyarakat.
- 1.5.2 Untuk melihat samada faktor jantina mempengaruhi tahap kebimbangan dan keyakinan diri pelajar.





- 1.5.3 Memberi pengetahuan baru dan panduan kepada warga pendidik dan organisasi pentadbir yang terlibat secara langsung, khususnya di Pusat Ko Kurikulum Negeri tentang maklumat terkini yang berkaitan dengan masalah penglibatan dan kesan kebimbangan yang boleh menjejaskan aktiviti ‘flying fox’.

1.5 Persoalan Kajian

- 1.6.1 Apakah corak motif penglibatan pelajar lelaki terhadap aktiviti ‘flying fox’.

- 1.6.2 Apakah corak motif penglibatan pelajar perempuan terhadap aktiviti ‘flying fox’.

- 1.6.3 Apakah tahap kebimbangan pelajar lelaki sebelum aktiviti ‘flying fox’.

- 1.6.4 Apakah tahap kebimbangan pelajar perempuan sebelum aktiviti ‘flying fox’.

- 1.6.5 Apakah tahap keyakinan diri pelajar lelaki.

- 1.6.6 Apakah tahap keyakinan diri pelajar perempuan.

- 1.6.7 Adakah terdapat perkaitan di antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan pelajar dalam aktiviti ‘flying fox’.



1.6 Kepentingan Kajian

Kajian ini adalah untuk melihat sejauh manakah perbezaan tahap kebimbangan di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan dan apakah perkaitannya dengan tahap keyakinan diri mereka. Pengetahuan tentang tahap kebimbangan dan keyakinan diri di kalangan pelajar boleh membantu pendidik pendidikan luar untuk membuat persediaan awal atau strategi tertentu yang lebih rapi dan sistematik sebelum menghadapi sesuatu pertandingan.

Kajian ini juga bertujuan untuk melihat sejauh manakah golongan pelajar ini bermotivasi untuk melibatkan diri terus dalam aktiviti ‘flying fox’ atau aktiviti fizikal. Hasil kajian ini sangat penting bagi tujuan kita menyediakan program-program susulan yang sistematik dan menarik hati semua golongan tidak kira orang muda atau tua. Hasil penyelidikan ini akan dapat memberi gambaran yang menyeluruh tentang masalah untuk menggalakkan pelajar-pelajar untuk terus bergiat dalam aktiviti pendidikan luar dari peringkat sekolah hinggalah ke peringkat antarabangsa yang lebih mencabar. Hal ini merupakan agenda utama dan seiring dengan dasar Kementerian Pelajaran Malaysia dan Kementerian Belia dan Sukan. Kajian ini juga dapat memberi gambaran yang sebenar kepada warga pendidik tentang faktor-faktor yang boleh mempengaruhi masalah kebimbangan dan kesan negatif yang sering dihadapi oleh pelajar.



1.7 Batasan Kajian

1.8.1 Pemilihan Sampel

Kajian ini hanya terbatas terhadap sekolah yang kebetulan membuat aktiviti pendidikan luar di Pusat Ko Kurikulum Jabatan Pelajaran Sabah. Sampel berjumlah 35 orang pelajar SM Sains Lahad Datu yang sedang membuat aktiviti pendidikan luar. Oleh itu hasil kajian ini tidak dapat dirumuskan untuk menggambarkan satu populasi yang sebenar untuk seluruh negeri ataupun negara.

1.8.2 Kejujuran dan Keikhlasan Sampel



Kejujuran dan keikhlasan sampel untuk menjawab soal selidik yang diberi pada waktu kritikal iaitu setengah jam sebelum bermulanya aktiviti 'flying fox' dijalankan amatlah diharapkan. Namun kejujuran dan keikhlasan sampel juga akan teruji bila ketika waktu hujan dan cuaca panas pada masa menjawab soal selidik walaupun usaha lain diambil kira untuk mengatasi dan mengurangkan masalah ini.

1.8.3 Terminologi

Masalah utama pengkaji dalam mengenalpasti perkaitan antara kebimbangan dengan pencapaian prestasi ialah penjelasan operasional yang kurang memuaskan.





Tambahan pula terminologi seperti tekanan, kebimbangan, kebangkitan telah disalahertikan dan sering disalah tafsir antara satu sama lain (Horn, 1992). Kebimbangan adalah perasaan yang subjektif, tidak menentu atau resah dan meningkatkan kebangkitan fisiologi (Levitt, 1980). Atlet yang berada pada situasi kebimbangan selalu merasai bahangnya sebelum dan semasa aktiviti. Pengalaman-pengalaman negatif akan meningkatkan kebangkitan, tekanan dan rasa resah (Cox, 1988). Kajian lampau tentang tajuk motif penglibatan dan masalah kebimbangan di kalangan pelajar dalam bidang aktiviti pendidikan luar dalam negara sangat kurang, khususnya di peringkat sarjana dan doktor. Ini adalah disebabkan bidang pendidikan dan penyelidikan sains sukan di Malaysia sangat baru.



1.8 Definisi Operasional

Dalam kajian ini pengkaji akan menggunakan beberapa perkataan yang menjadi teras dalam penyelidikan ini. Iso-Ahola dan Hatfield (1986) menjelaskan kebimbangan adalah gabungan antara kesan fisiologi dan psikologikal yang berlaku akibat tafsiran yang dibuat oleh seseorang individu terhadap sesuatu situasi. Menurut Anshell (1977) kebimbangan sebagai ancaman yang dijangka oleh seseorang individu. Semakin kritikal ancaman yang dijangka yang akan diterima semakin tinggi tahap kebimbangan individu tersebut.

Kebimbangan dijelaskan sebagai Interpretasi negatif yang dibuat dalam betuk tekanan atau bebanan yang terdapat di persekitaran sama ada yang telah, sedang atau yang akan dihadapi oleh seseorang individu (Wann, 1997). Levitt (1980)



mengkategorikan kebimbangan kepada dua iaitu kebimbangan tret dan kebimbangan seketika.

Kebimbangan tret merujuk kepada ciri-ciri personaliti individu. Individu yang memiliki ciri-ciri ini sering mentafsirkan situasi di persekitaran mereka sebagai menekan atau menggugat diri. Persepsi ini akan meningkatkan lagi tahap kebimbangan mereka. Contohnya, individu yang berdarah gemuruh tadi mentafsirkan persekitarannya cukup menekan, maka individu tersebut akan bertindak atau memberi respons yang akan meningkatkan lagi tahap kebimbangan serta kebangkitan fisiologikalnya. Kebimbangannya itu dimanifestasikan oleh rasa tertekan, takut, peningkatan kadar nadi serta tangan atau badannya akan menggeletar. Kesannya individu tersebut akan rasa semakin tertekan dan takut serta aksinya pula menjadi tidak menentu (Nan Little, 2007)

Kebimbangan kognitif merujuk kepada proses mental individu berlaku akibat membuat dari tafsiran terhadap situasi atau tanggapan negatif terhadap situasi persekitaran yang boleh mengancam dirinya pada ketika itu. Contohnya ialah perasaan tekanan terasa akibat beraksi depan penonton yang ramai, rasa takut hadapi kegagalan, kekecewaan, pesaing yang lebih agresif, kecederaan dan lain-lain gangguan fikiran samada sebelum, semasa dan selepas aktiviti (Levitt, 1980).

Kebimbangan somatik adalah merujuk kepada kesan fisiologi dan tingkah laku seseorang individu selepas tafsiran oleh mindanya terhadap persekitaran yang boleh mengancam dirinya pada ketika itu. Contoh mudah ialah peningkatan kadar degupan jantung, berpeluh, otot keras dan kaku dan lain-lain (Clint Clark, 2006).



Pelajar yang berkeyakinan merujuk kepada atlit yang mempunyai motif atau sebab yang kuat untuk berjaya serta ekspektasi yang tinggi untuk mencapai kejayaan atau menyelesaikan sesuatu tugas (Arkes dan Garske, 1982).

Motif penglibatan dalam aktiviti fizikal (Cox, 1998) adalah merujuk kepada penyertaan pelajar dalam bidang aktiviti pendidikan luar berdasarkan kepada dua motif iaitu motif yang bersifat intrinsik seperti keinginan untuk membaiki pencapaian peribadi, meningkatkan kemahiran, untuk keseronokan, tahap kesihatan. Motif yang kedua bersifat ekstrinsik seperti keinginan untuk mendapatkan ganjaran, penghormatan dan lain-lain yang bersifat material.

