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

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

SHAFRI KHAN @ ROY BIN JABAR KHAN

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

DISERTASI DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK MEMPEROLEHI SARJANA PENDIDIKAN

FAKULTI SAINS SUKAN
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2007

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

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

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

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

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

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.

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

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 aktviti '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.

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

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.

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
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

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	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

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

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 kebimbangan 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

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

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

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

sumber menusia 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 khasnya, 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.

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

Pendidikan Luar adalah satu kaedah dalam prosses 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

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

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 terletaknya 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

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

dipelajari di bilik darjah. Penggabung 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 diimbas 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 pengekalan 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 gabungjalin di antara pendidikan tradisional dan pendidikan moden yang dikenali sebagai Pendidikan Luar.

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

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 tugasan, pendekatan pengajaran dan proses penilaian. Apatah lagi setiap kerja tulisan itu bersumberkan pengalaman sendiri yang sudah tentu akan lebih bermakna dan mantap.

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

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 aktviti 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

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

Orientasi tugasan berkait 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 tugasan akan lebih tertumpu untuk menguasai sesuatu kemahiran, sementara individu yang berorientasikan ego akan menganggap ia telah berjaya sekiranya dapat mengalahkan individu lain.

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

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.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

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 tingkahlakuya.

Ciri-ciri ini memberi fokas 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.

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

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.

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

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 kelebihannya, 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.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Keupayaan mencapai keunggulan diri. Peranan yang dimainkan oleh seorang manusia itu lebih condong kepada keinsafan bahawa ianya perlu digalakkan bagi mencapai keunggulan diri untuk manafaat masyarakatnya. Galakan dalam ertikata psikologi individu merangkumi konsep usaha dan berani melakukan risiko yang terancang. Seorang individu sentiasa begerak 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.

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

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 mengerakkan 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 sedikti rasa kebimbangan supaya ia dapat membentuk satu sikap yang positif dan kekuatan mental bagi menghadapi cabaran 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

Kebimbangan sebelum sesuatu aktiviti adalah satu-satunya tindakan semulajadi untuk menyediakan seseorang supaya berusaha ke tahap yang maksimum. Walau bagaimanapun ianya perlu ada imbangan 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 dani 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

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 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 aktivit 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 mementukan 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 orentasi 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

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

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 Masallah

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

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

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 bertanyakan 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

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 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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Mengikut kajian oleh pakar psikologis, seseorang individu perlu melatih dan meningkatkan kemahiran-kemahiran untuk merelakskan 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.

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

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.

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

1.5.3 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'.

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

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'.

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 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.

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 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

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

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.

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

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). Atlit 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.

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

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)

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

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).

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

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 tugasan (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.

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 2

KAJIAN LITERATUR

2.1 Definisi Orientasi Matlamat

Dalam bab ini akan dinyatakan kajian-kajian lepas serta pendapat-pendapat daripada penyelidik dan penulis tempatan mahupun luar negeri yang ada kaitan dengan tajuk penyelidikan ini. Ramai ahli psikologi dan penulis telah memberi pelbagai definisi tentang motivasi dalam pelbagai cara. Penggunaan konsep ini dalam aktiviti fizikal telah dikaitkan dalam konteks yang jelas, iaitu bagaimana kita dapat merangsangkan seseorang individu itu untuk terus kekal dalam aktiviti fizikal. Maksud motivasi telah diambil daripada perkataan latin 'movere' yang bermaksud 'to move'.

Definisi Sage (1977) dalam Shahrudin (2001) telah mendefinisikan motivasi dengan lebih jelas lagi, iaitu merujuk kepada arah dan intensiti usaha seseorang individu. Dalam konteks ini, arah merujuk kepada tindakan individu sama ada untuk menghampiri atau menjauhi sesuatu situasi, manakala intensiti usaha pula merujuk kepada tahap kekuatan usaha individu tersebut untuk menghampiri atau menjauhi situasi 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

Dalam konteks aktiviti fizikal, motivasi merujuk kepada arah tujuan dan sejauh manakah keinginan individu itu terlibat dalam sesuatu aktiviti. Pelajar yang bermotivasi akan bertenaga untuk terlibat dalam tujuan dan tugasan yang bermakna.

Berdasarkan kepada kajian-kajian lampau didapati individu yang mempunyai motif penglibatan intrinsik lebih dipengaruhi oleh corak orientasi matlamat tugasan. Sementara individu yang mempunyai motif penglibatan ekstrinsik lazimnya berorientasi matlamat ego (Zahariadalis, 2001).

Duda,1992; White & Zellner, 1996 dalam Nelfianty Mohd Rashid (tahun tidak dinyatakan) mengatakan, kajian mengenai orientasi matlamat pelajar apabila menyertai sesuatu aktiviti tertentu dapat menggambarkan tahap kesungguhan mereka dalam penglibatan tersebut. Para penyelidik terdahulu menyarankan bahawa individu yang berorientasikan tugasan akan menjadi individu yang lebih baik daripada individu yang berorientasikan ego kerana mereka cenderung untuk berusaha bersungguh-sungguh bagi memperbaiki kemahiran diri dan tidak hanya membandingkan dengan pencapaian individu lain.

Individu yang berorientasikan tugasan cenderung kepada strategi serta untuk meningkatkan kemahiran diri. Individu ini menggunakan prestasi kendiri sebagai kayu pengukur kejayaan. Persepsi tentang peningkatan diri atau kejayaan adalah berdasarkan peningkatan kendiri dan tidak suka membandingkan pencapaian mereka secara normatif dengan rakan yang lain.

Manakala, individu yang berorientasikan ego pula lebih cenderung kepada kriteria luaran sebagai kayu ukur kejayaan. Mereka percaya bahawa peluang serta perbandingan sosial merupakan kriteria kejayaan yang utama. Kejayaan diukur secara normatif

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 kemampuan mengatasi orang lain. Bagi individu ini, persepsi tentang kebolehan diri lebih penting dari kerja kuat atau pun usaha gigih. Sekiranya berhadapan dengan kesukaran atau kegagalan, besar kemungkinan individu ini tidak akan melibatkan diri serta menunjukkan perlakuan serta motivasi yang tidak memberangsangkan. Mereka yang berorientasikan ego ini lazimnya akan menggunakan cara serta tindakan yang menyalahi peraturan untuk mencapai kejayaan (Duda & White, 1992; Kavussanu & Roberts,1996; Lochbaum & Roberts,1993; Shaharuddin,1998 dalam Shaharuddin et.al 2001).

2.2 Definisi Kebimbangan

Dalam kajian ini pengkaji akan menggunakan beberapa perkataan yang menjadi teras dalam penyelidikannya. Kebimbangan dijelaskan sebagai interpretasi negatif yang dibuat dalam bentuk tekanan atau bebanan yang terdapat di persekitaran sama ada yang telah, sedang atau yang akan dihadapi oleh seseorang individu (Wann, 1997). Iso-Ahola dan Hatfield (1986) menjelaskan kebimbangan adalah gabungan antara kesan fisiologi dan psikologi yang berlaku akibat tafsiran yang dibuat oleh seseorang individu terhadap sesuatu situasi. Menurut Anshell (1997) kebimbangan sebagai ancaman yang dijangka oleh seseorang individu. Semakin krititkal ancaman yang dijangka akan diterima, semakin tinggi tahap kebimbangan individu tersebut.

Kebanyakan kajian literatur meninjau aspek kebimbangan apabila melihat prestasi individu menurun atau merosot. Kajian terdahulu dalam bidang ini menunjukkan bahawa terdapat perkaitan yang signifikan antara prestasi dengan tahap kebimbangan individu.

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

Pakar-pakar psikologi antaranya Landers, Boutcher, Martens, Spielberger, Anshell, Freedson, Cox dan Wann telah mengemukakan banyak kajian yang berkaitan. Walau bagaimanapun topik perbincangan yang hendak difokuskan dalam bab ini adalah seperti pengertian kebimbangan, keyakinan diri, teori-teori yang berkaitan dalam aktiviti fizikal, punca-punca kebimbangan dan alat yang digunakan untuk mengukur tahap kebimbangan seseorang pelajar serta kesannya ke atas pencapaian prestasi individu tersebut.

Kesan kebimbangan terhadap prestasi pelajar dalam aktiviti fizikal merupakan topik yang hangat dan sering mendapat perhatian di kalangan ahli psikologi sejak beberapa tahun dahulu. Antara kesan-kesan yang boleh dilihat ialah peningkatan kadar nadi, pernafasan cepat dan tidak teratur, menggeletar, tumpuan menjadi sempit dan otot mengecut.

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

2.3 'FLYING FOX'

'Flying Fox' atau juga dikenali sebagai Terubung Terbang, 'zip line', 'zip wire', 'aerial runway', 'death slide' atau 'tyrolean crossing' adalah salah satu aktiviti yang selalunya terdapat di setiap Pusat Ko Kurikulum Negeri. Aktiviti ini terdiri daripada satu takal digantung atas seutas kabel yang dipasang di atas tempat tinggi. Alat ini direka untuk membolehkan seorang pengguna didorong oleh graviti untuk perjalanan yang cerun daripada bahagian atas untuk ke bahagian bawah mengikut kecenderungan kabel. Biasanya kabel ini diperbuat daripada keluli yang tahan karat, disambungkan pada takal yang secara bebas bergerak. Aktiviti ini terdapat dalam pelbagai bentuk, kebanyakanya sering digunakan sebagai satu acara hiburan. Aktiviti ini ada yang jaraknya dekat khas

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

bagi kanak-kanak, yang juga terdapat di padang permainan. Bagi jarak yang lebih jauh dan tinggi, pelajar akan melakukanya pada kawasan-kawasan alam semulajadi seperti dari bukit-bukit tinggi sebagai satu cabaran.

Pelajar-pelajar yang melakukan aktiviti ini perlu menggunakan peralatan seperti 'harness', 'sling', 'figure of eight', karabenar dan yang terlekat pada tubuh pelajar dan juga topi keselamatan dan sarung tangan kulit. Kabel-kabel boleh menjadi sangat tinggi, bermula dari ketinggian melebihi 9 meter, dan bergerak sehingga 100 meter.

Cara untuk menghentikanya apabila sampai ke penghujung, seseorang akan menahannya di penghujung dengan peralatan seperti sarung tangan, tali karmental, takal dan lain-lain peralatan. Gambar 2.0 di bawah dapat menerangkan lagi aktiviti 'flying fox'.



Gambar 2.0

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 Pendekatan Teori

Kita semua sudah sedia maklum bahawa Teori Hierarki Keperluan Maslow adalah merupakan satu teori yang sangat penting dan perlu dipenuhi dahulu apabila ia melibatkan peranan dan keinginan untuk melihat perubahan tingkah laku berlaku kepada manusia. Tetapi dalam kajian ini kita akan hanya membincangkan emapt teori yang sangat khusus dalam konteks aktiviti fizikal dan mempunyai perkaitan langsung dalam penyelidikan ini. Dua teori yang berkaitan dengan motivasi dan keyakinan diri seseorang individu adalah Teori 'Self-Efficacy' Bandura dan Teori Motivasi Kecekapan Harter. Teori Dorongan dan Kebimbangan Model Interaksi adalah dua teori yang berkaitan dengan kebimbangan individu. Kesemua teori di atas akan menjadi panduan asas dan sumber rujukan dalam kajian ini secara langsung.

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

2.4.1 Teori 'Self Efficacy' Bandura

'Self-efficacy' berkait rapat dengan keyakinan seseorang individu bahawa beliau berkemampuan serta boleh melakukan sesuatu tugasan yang khusus dengan jayanya. Individu yang mempunyai 'self-efficacy' ini lazimnya mempunyai keyakinan diri yang tinggi. Tahap 'self-efficacy' akan menjadi kayu pengukur sama ada individu tersebut akan menyertai atau menjauhkan diri dari situasi yang berasaskan pencapaian (Cox, 1998). Menurut Bandura (1982) dalam situasi yang kompetitif, semakin tinggi tahap 'self-efficacy', semakin tinggi pencapaian individu tersebut serta semakin

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

menurun kebangkitan emosinya. Teori ini menjelaskan 'self-efficacy' merupakan asas kepada kecekapan atau prestasi yang mantap (Bandura 1986).

'Self-efficacy' boleh ditingkatkan menerusi beberapa cara. Antaranya adalah perlakuan atau prestasi yang berjaya, pengalaman lalu, kata-kata semangat atau perangsang serta kebangkitan emosi (Bandura 1986). Menurut Bandura lagi, jika 'self-efficacy' yang tinggi terbentuk hasil dari kejayaan yang dicapai, kegagalan yang diterima sekali-sekala tidak akan mendatangkan kesan kepada kita. Kesimpulannya, perasaan yang terhasil dari 'self-efficacy' akan meningkatkan prestasi manakala kurangnya 'self-efficacy' yang dirasai akan menurunkan prestasi.

2.4.2 Teori Motivasi Kecekapan Harter

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Kajian ini cuba mengaitkan masalah kebimbangan dengan Teori Motivasi Kecekapan Harter yang telah diutarakan oleh White (Cox,1998) dalam Shahrudin (2001). Menurut teori ini, motivasi seseorang individu itu tercapai adalah berdasarkan kepada aspek kecekapan diri individu tersebut. Menurut Harter (1978) lagi, setiap individu mempunyai keinginan serta bermotivasi untuk menonjolkan kecekapan dalam perkara yang melibatkan pencapaian. Bagi memenuhi keinginan ini, individu tersebut akan berusaha untuk menguasai serta memahirkan diri dengan kemahiran tersebut. Pelajar yang berasa bahawa mereka mempunyai kecekapan yang diperlukan untuk melaksanakan sesuatu tugasan lazimnya akan menghampiri situasi tersebut, manakala mereka yang tidak mempunyai kecekapan yang diperlukan akan menjauhi atau mengelakkan diri dari situasi 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

2.4.3 Teori Dorongan

Teori Dorongan telah diperkenalkan oleh Hull (1943, 1951) dan Spence (1956). Asalnya teori ini melihat perkaitan di antara stimulus dan respons dari aspek motivasi dan pembelajaran. Ia berdasarkan kepada formula berikut :

Prestasi = Kebangkitan x Tahap Kemahiran

Teori Dorongan merupakan teori yang menjelaskan tentang persaingan di antara respons yang terdapat dalam sesuatu proses pembelajaran. Dorongan atau keinginan yang kuat dikaitkan dengan kebangkitan akan menghasilkan respons yang dominan.

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

Dalam konteks ini, perkaitan antara prestasi dan kebimbangan (kebangkitan) dilihat dalam bentuk linear. Teori Dorongan beroperasi berdasarkan prinsip-prinsip berikut :

2.4.3.1 Peningkatan kebangkitan (dorongan) akan menghasilkan respon yang dominan.

2.4.3.2 Respon atau tindak balas yang dikaitkan dengan keinginan yang kuat merupakan respons yang paling dominan.

2.4.3.3 Pada tahap awal pembelajaran atau untuk kemahiran yang kompleks, respons yang dominan lazimnya kurang tepat atau salah.

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

2.4.3.4 Di tahap akhir pembelajaran atau kemahiran yang mudah, respons yang dominan lazimnya tepat atau betul.

Untuk memahami Teori Dorongan ini, kita boleh mengaplikasikan prinsip teori berkenaan dalam kehidupan kita. Pertamanya, peningkatan tahap kebangkitan selalunya membantu pelajar yang berkemahiran atau pakar, tetapi mengurangkan keberkesanan pelajar yang kurang berkemahiran. Justeru itu, pembimbing hendaklah mengurangkan tekanan (kebangkitan) serta tahap kebimbangan agar pelajar mereka dapat beraksi dengan baik. Tahap kebangkitan yang rendah lazimnya meningkatkan peluang kejayaan pelajar baru ini di samping dapat meningkatkan keyakinan diri.

2.4.4 Teori Kebimbangan Model Interaksi

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

Martens et. al. (1990) dalam Wann (1997) menjelaskan perhubungan di antara faktor individu (kebimbangan tret) dan faktor situasi (kebimbangan seketika) yang boleh mempengaruhi kebimbangan seseorang pelajar. Model ini menunjukkan respon pelajar atau reaksi kebimbangan seketika hasil dari objektif dan interpretasi individu tersebut terhadap ketidaktentuan dan kepentingan hasil yang diterima atau dirasai dalam situasi pertandingan. Contohnya, seorang pelajar yang berdarah gemuruh secara semulajadi mempunyai ciri-ciri mudah tertekan serta mempunyai tahap kebimbangan yang tinggi. Justeru, segala tindak balas atau respons yang diterima terhadap situasi di persekitaran akan meningkatkan lagi kadar kebimbangan kerana tindakan mereka kini telah dipengaruhi oleh kebimbangan berasaskan situasi. 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

terdahulu telah menunjukkan bahawa mereka yang mempunyai tahap kebimbangan tret yang tinggi akan merasai ancaman yang lebih tinggi dari persekitaran pertandingan (Martens et. al., 1990).

2.3 Faktor-Faktor Penglibatan Dalam Aktiviti Fizikal

Eccles dan Harold (1991) telah menjelaskan bahawa terdapat tiga faktor atau cara seseorang individu itu menyertai aktiviti fizikal, iaitu faktor sosialisasi, situasi persekitaran dan faktor peribadi.

2.3.1 Faktor Sosialisasi

Menurut kajian, dorongan dari keluarga dan individu tertentu boleh menyebabkan seseorang individu itu terlibat dalam aktiviti fizikal :

2.3.1.1 Mereka datang dari keluarga yang aktif atau menyokong penglibatan mereka dalam aktiviti fizikal.

2.3.1.2 Minat untuk meningkatkan kemahiran aktiviti fizikal.

2.3.1.3 Terus melibatkan diri sekiranya mendapat sokongan dari model yang sesuai serta mendapat maklumbalas yang positif.

2.3.1.4 Membentuk sikap dan keinginan untuk menjadi individu yang berjaya.

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

2.3.2 Faktor Situasi dan Persekitaran

2.3.2.1 Motivasi – merupakan elemen yang terpenting sekali kerana seseorang itu sudah tentu mempunyai matlamat yang ingin dicapai.

2.3.2.2 Persepsi tentang kebolehan diri (keyakinan diri) untuk mencapai matlamat menjadi pendorong untuk mereka terus melibatkan diri dalam aktiviti fizikal dan sebaliknya mereka akan menarik diri dari melibatkan diri dalam aktiviti fizikal jika mereka tidak mampu untuk mencapai matlamat yang telah ditetapkan.

2.3.3 Faktor Personal

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

Menurut Singer (1984), setiap individu mempunyai kemampuan serta tahap kemahiran tersendiri dalam sesuatu jenis sukan. Jika pelajar bebas memilih serta menentukan aktiviti yang ingin disertai serta wujudnya insentif yang disediakan akan mendorong mereka menonjolkan kemampuan mereka untuk terus melibatkan diri dalam aktiviti fizikal tersebut.

2.4 Punca dan Kesan Kebimbangan

Menurut Endler (1978), kebimbangan seketika terhasil dari gabungan lima faktor :

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

2.4.1 Tekanan Terhadap Ego

Tekanan berlaku khususnya apabila seseorang individu tewas pada sesuatu pertandingan khususnya kepada lawan yang lebih rendah tahapnya. Ego individu ini akan tercabar serta tertekan. Individu juga akan merasa kurang yakin untuk menghadapi perlawanan seterusnya. Keadaan ini menyumbang kepada peningkatan tahap kebimbangan seketika individu tersebut.

2.4.2 Tekanan Terhadap Fizikal Individu

Seseorang individu akan berasa bimbang sekiranya beliau tahu bahawa ada usaha yang dilakukan oleh pihak lawan untuk menewaskan beliau secara fizikal. Contohnya, seorang pelajar dalam aktiviti yang mencabar lazimnya mempunyai tahap kebimbangan seketika yang tinggi khususnya apabila bersaing dengan pelajar yang lebih berpengalaman.

2.4.3 Perubahan

Sebarang bentuk perubahan sebenarnya akan menyebabkan kita menjadi kurang selesa dengan persekitaran kerana ia bukan dari rutin seharian. Contohnya, seorang pelajar yang sudah biasa dengan corak dan kaedah aktiviti akan merasa tertekan dengan kaedah yang baru membawa kepada pendekatan serta corak 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

berlainan dan matlamat yang baru. Perubahan dan tekanan ini akan meningkatkan lagi tahap kebimbangan seketika pelajar tersebut.

2.4.4 Penilaian atan Perbandingan Sosial

Kita akan merasa tertekan jika kita tahu bahawa prestasi kita akan dinilai atau dibandingkan dengan orang lain. Debaran yang dirasakan di permulaan, sebelum melakukan aktiviti mahupun mengambil peperiksaan merupakan ciri-ciri kebimbangan seketika yang dihasilkan menerusi penilaian. Justeru itu kemampuan mengubah tafsiran merupakan elemen penting untuk menangani masalah ini.

2.5 Kajian Literatur

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

2.5.1 Orentasi Matlamat

Combet anak Subong (2004) telah membuat kajian ke atas 34 sampel perempuan dan 40 sampel lelaki di empat buah sekolah menengah yang terpilih di Daerah Shah Alam, Selangor. Hasil dapatan kajian menunjukkan bahawa antara faktor atau orentasi matlamat utama, peglibatan pelajar ke dalam aktiviti fizikal ialah meningkatkan kemahiran, kecergasaan, keseronokan, penghargaan dan semangat berpasukan.

Tan Seng Seng (1997), telah menjalankan kajian ke atas 30 orang pelajar remaja lelaki dan perempuan dalam aktiviti fizikal yang kompetitif di Sekolah

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

Projek Khas Sukan Olahraga, Sekolah Abdul Aziz Shah, Selangor. Hasil dapatan kajian beliau telah menunjukkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan tentang motif penglibatan remaja dalam aktiviti fizikal lebih kepada ganjaran yang berbentuk intrinsik $t = 2.467$ pada aras keertian $p<0.01$. Antara motif penglibatan para pelajar lelaki adalah untuk meningkatkan kemahiran sukan, untuk kecergasaan dan bersaing dalam pertandingan.

Sweeney, B.J. (2002) telah menjalankan kajian ke atas 169 pelajar peringkat sekolah menengah di Texas, USA. Tujuan kajian adalah untuk melihat pengaruh-pengaruh berkaitan yang boleh mempengaruhi motivasi intrinsik penglibatan pelajar dalam aktiviti fizikal. Hasil dapatan menunjukkan bahawa gabungan tahap orientasi tugasan, persepsi tahap kebolehan fizikal, jantina dan tahap persaingan sama-sama memberi kesan yang signifikan terhadap tahap motivasi intrinsik penglibatan pelajar dalam aktiviti fizikal.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Mengikut kajian oleh Reed, C.E. (2002), motif yang paling asas penglibatan pelajar senior dalam aktiviti fizikal adalah keseronokan, kecergasan, pertandingan, kecekapan dan bersosial.

Sally A. White et. al. (1998) telah menjalankan kajian untuk melihat perhubungan di antara orientasi matlamat dengan tujuan penglibatan pelajar terhadap aktiviti fizikal. Dapatan kajian menunjukkan bahawa lelaki melebihi perempuan dalam persepsi tentang tujuan penglibatan mereka dalam aktiviti fizikal khususnya untuk meningkatkan status dan popularity, membentuk perilaku dan kebijaksanaan, serta meningkatkan daya saing. Analisis korelasi menunjukkan pelajar yang berorientasikan tugasan mempunyai 'self-esteem' yang tinggi,

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

warganegara yang baik, membentuk nilai kemahiran, berkerjasama dan menggalakkan gaya hidup yang cergas.

Hearter B. Holly dan Sally, A.W. (1999) telah membuat kajian ke atas 36 orang kanak-kanak yang pendidiknya dari keluarga sendiri (PC) dan 26 kanak-kanak yang keluarganya bukan mendidik mereka (NPC). Kanak-kanak ini diberi soal selidik Motivasi Penglibatan (PMI) dan CSAI-2. Analisis Manova menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan di antara penglibatan kanak-kanak dari pengaruh keluarga dan kanak-kanak yang tidak dididik oleh keluarga. Dapatan kajian menunjukkan kedua-dua PC dan NPC mempunyai motif yang berbeza dari segi faktor penglibatan dalam sukan. Kajian juga mendapati terdapat perbezaan yang signifikan tentang motif penglibatan terhadap jantina. Ini menunjukkan kajian ini memperolehi keputusan yang sama dengan kajian lampau yang dibuat oleh Gill et. al. (1983).

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

2.5.2 Kebimbangan

Mazni Hitam (1999) telah menjalankan kajian ke atas dua peringkat umur dalam aktiviti fizikal, dan dapatan kajian beliau mendapati tiada terdapat perbezaan yang signifikan tentang tahap kebimbangan seketika dan tret di antara dua peringkat umur tersebut dan Sharina Ghazali (2001) telah mendapati bahawa tiada terdapat perbezaan tahap kebimbangan seketika dan kebimbangan tret di antara kedua-dua jantina lelaki dan perempauan.

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

Seeley et. al. (2004) telah menjalankan kajian ini untuk melihat perbandingan tahap kebimbangan yang dialami oleh pelajar sebelum dan semasa aktiviti. Analisis bagi mencari perhubungan di antara tiga komponen pembolehubah tersebut. Keputusan kajian menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan yang signifikan di antara tahap kebimbangan kognitif dan somatik samada sebelum atau semasa aktiviti dan di antara jantina lelaki dan perempuan. Pelajar lelaki mempunyai tahap kebimbangan kognitif seketika dan kebimbangan somatik seketika yang lebih rendah daripada pelajar perempuan. Walau bagaimanapun, tahap kebimbangan kompetitif tret bagi kedua-dua jantina adalah sama. Pelajar lelaki mempunyai tahap yang lebih tinggi untuk keyakinan diri seketika, keyakinan aktiviti seketika dan tret keyakinan aktiviti berbanding dengan pelajar perempuan.

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

Howard Zhenhao Zeng (2003) telah membuat kajian bagi melihat perbandingan tahap kebimbangan kognitif, somatik seketika dan kebimbangan tret kompetitif serta tahap keyakinan diri, keyakinan aktiviti seketika dan keyakinan aktiviti tret. Dapatan kajian menunjukkan bahawa pelajar dalam aktiviti berpasukan mempunyai tahap kebimbangan kognitif seketika dan kebimbangan somatik seketika yang lebih rendah daripada pelajar dalam aktiviti individu. Walau bagaimanapun, tahap kebimbangan kompetitif tret bagi kedua-dua pelajar aktiviti individu dan berpasukan adalah sama. Pelajar berpasukan mempunyai tahap yang lebih tinggi untuk keyakinan diri seketika dan keyakinan aktiviti tret berbanding dengan pelajar aktiviti individu apabila mereka melakukan aktiviti.

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

Bagi melihat kesan atau pengaruh negatif kebimbangan ke atas prestasi pelajar, Jones et. al. (1994) telah mendapati tahap intensiti kebimbangan adalah tinggi di kalangan individu yang menterjemahkan kebimbangan sebagai sesuatu yang melemahkan mereka berbanding individu yang menterjemahkan kebimbangan sebagai perkara yang mudah.

Kajian oleh Gould et. al. (1984) dalam Shahrudin (2001) telah melaporkan bahawa faktor yang ketara dalam penurunan tahap kebimbangan kognitif ialah bilangan tahun pengalaman seseorang. Menurut Gould et. al. lagi individu yang lebih berpengalaman mempunyai tahap kebimbangan kognitif yang lebih rendah.

2.6 Alat Untuk Mengukur Tahap Kebimbangan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Inventori Tahap Kebimbangan Persaingan-2 atau 'The Competitive State Anxiety Inventory – 2 (CSAI-2) telah diperkenalkan oleh Martens, Burton, Vealey, Bump dan Smith (1990) sebagai alat ukur yang amat luas penggunaannya. Alat ukur ini dapat mengukur sifat multidimensi kebimbangan dan ia mempunyai 3 sub-skala iaitu kebimbangan kognitif (takut tentang kebimbangan dan tanggapan negatif), kebimbangan somatik (kesan persepsi kebangkitan fisiologi) dan keyakinan diri.

Dalam konteks aktiviti fizikal, kebimbangan sebenarnya wujud sebelum sesuatu aktiviti bermula. Ia dikenali sebagai kebimbangan sebelum aktiviti (Cox, 1998). CSAI-2 membantu kita menilai tahap kebimbangan pelajar pada tahap sebelum aktiviti ini. Hasilnya kini kita dapat memahami bahawa terdapat perubahan dari segi tahap kebimbangan para pelajar sebelum serta beberapa ketika semasa sesuatu aktiviti 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

Berdasarkan kajian, kebimbangan kognitif sebelum aktiviti lazimnya bermula tinggi dan berterusan tinggi sehingga beberapa minit sebelum aktiviti bermula. Kebimbangan somatik pula bermula rendah sehingga kira-kira 24 jam sebelum aktiviti bermula. Pada tahap ini. Kebimbangan somatik akan terus meningkat sehingga hampir pada waktu aktiviti.

Bagaimanapun selepas beberapa minit aktiviti berlangsung, kebimbangan somatik akan menurun manakala kebimbangan kognitif akan sentiasa turun naik, bergantung kepada kedudukan semasa sepanjang tempoh aktiviti.

Semakin meningkat kebimbangan kognitif seketika maka semakin menurun prestasi pelajar terbabit. Sebaliknya semakin menurun tahap kebimbangan somatik seketika, semakin meningkat prestasi individu sehingga ke satu tahap yang optimum. Peningkatan tahap kebimbangan seketika melebihi tahap optimum akan menyebabkan penurunan prestasi pelajar terbabit (Cox, 1998)

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

Penggunaan CSAI-2 membantu kita memahami perkaitan di antara multi-dimensi kebimbangan dan prestasi. Kesannya, kita memahami bahawa kebimbangan seketika kognitif sebenarnya mendatangkan kesan yang negatif terhadap prestasi seseorang pelajar.

2.7 Kesimpulan

Perbezaan keputusan berdasarkan jantina yang terhasil dari dapatan kajian lampau dapat memberi petunjuk bahawa tajuk kajian yang dijalankan oleh pengkaji akan dapat memberi input atau maklumat terbaru kepada perkembangan dan pengetahuan yang 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

kita gunakan dalam usaha bagi mengatasi masalah prestasi berdasarkan keperluan atau kehendak individu. Hasil keputusan yang dibincang dalam kajian-kajian terdahulu menunjukkan bahawa orientasi matlamat dan tahap kebimbangan seseorang individu perlu diberi perhatian kerana ia telah terbukti boleh mempengaruhi pencapaian prestasi pelajar.

Berdasarkan beberapa dapatan dari kajian literatur dan pendekatan beberapa teori yang dikemukakan dalam bab ini, ia dengan jelas menunjukkan bahawa orientasi matlamat sememangnya mempunyai hubungan yang rapat dengan tahap keyakinan diri dan tahap kebimbangan seseorang 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

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

BAB 3

METODOLOGI

3.1 Pengenalan

Dalam bab ini penyelidik akan membincangkan beberapa aspek dan prosedur yang penting dan perlu dipatuhi khususnya mengenai metodologi melaksanakan kajian ini. Perkara-perkara yang akan dibincangkan adalah seperti rekabentuk kajian, persampelan, instrumen kajian, prosedur kajian dan analisis data yang akan digunakan.

3.2 Rekabentuk Kajian

Kajian ini adalah kajian tinjauan yang berbentuk diskriptif. Kajian ini bertujuan mengkaji sejauh manakah masalah tahap kebimbangan seketika, kognitif dan keyakinan diri di kalangan pelajar SM Sains Lahad Datu yang melakukan aktiviti 'flying fox'. Kajian ini juga bertujuan melihat sejauh manakah perkaitan yang terdapat di antara motif penglibatan pelajar dalam akvititi ini dengan tahap keyakinan pelajar. Pendekatan atau

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

kaedah tinjauan digunakan bagi mendapatkan maklumat pungutan data soalan soal selidik yang dijalankan kepada sampel. Hasil daripada data yang diperolehi akan dianalisis dengan menggunakan program 'Statistics Packages for the Social Sciences (SPSS/PC versi 11.5)' untuk menganalisis skor yang telah dikumpul melalui borang soal selidik yang telah diedarkan. Semua data yang diperolehi daripada responden akan dianalisis dengan terperinci dengan menggunakan komputer dan akan dikemukakan secara sistematik untuk mendapatkan data yang mempunyai nilai kebolehpercayaan (Sidek Mohd Noah, 2002).

3.3 Persampelan

3.3.1 Lokasi Kajian

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

Kajian ini dijalankan di Kem Malanggang, Pusat Ko Kurikulum, Jabatan Pelajaran Sabah, Kiulu, Tuaran, Sabah. Sekolah yang terpilih dalam persampelan ini adalah sekolah yang sedang membuat Pendidikan Luar, iaitu Sekolah Menengah Sains, Lahad Datu, Sabah. Ini adalah disebabkan hanya sekolah ini sahaja yang sesuai dengan masa penyelidik untuk menyiapkan kertas kerja ini. Pemilihan lokasi kajian ini dibuat adalah disebabkan, hanya pusat ini sahaja yang mempunyai aktiviti ini dan mempunyai jurulatih yang bertauliah untuk mengendali aktiviti 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

3.3.2 Populasi Kajian

Populasi kajian adalah terdiri dari pelajar-pelajar unit-unit beruniform Sekolah Menengah Sains Lahad Datu, yang berlainan latar belakang. Terdapat 10 unit beruniform di sekolah tersebut, yang mana setiap pelajar di sekolah tersebut adalah jumlah populasi seramai lebih kurang 450 orang pelajar.

3.3.3 Sampel Kajian

Penentuan saiz sampel yang munasabah bagi sesuatu kajian banyak berkaitan dengan reka bentuk kajian yang digubal oleh penyelidik. Menurut Tuckman (1978) dalam Sidek Mohd Noah (2002), saiz sampel perlu dimaksimumkan agar dapat meminimumkan ralat persampelan.

Kajian ini menggunakan seramai 35 orang sampel (n = 35) dipilih dikalangan pelajar lelaki dan perempuan yang terbaik bagi mewakili unit beruniform masing-masing. Pemilihan sampel adalah menggunakan pendekatan persampelan rawak mudah. Bagi setiap unit beruniform, pengkaji memilih antara 3 hingga 4 orang pelajar sebagai sampel. Bilangan responden yang terlibat dalam kajian ini juga dipilih berdasarkan kepada penglibatan mengikut jantina iaitu lelaki bawah 18 dan perempuan bawah 18 tahun.

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 Instrumen Kajian

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data kajian ini ialah satu set soal selidik. Set soal selidik ini mengandungi tiga bahagian iaitu bahagian A, B dan C. Bahagian A mengandungi 7 item mengenai butir diri pelajar dan maklumat umum tentang aktiviti pendidikan luar.

Bahagian B ialah soal selidik yang mengukur tahap kebimbangan seseorang pelajar yang menyertai aktiviti tersebut. Soal selidik ini telah dialih bahasa dari soal selidik 'The Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2)' oleh Martens, Burton, Vealey, Bump dan Smith (1990). Soal selidik ini mempunyai 27 item soalan yang meliputi 3 subskala atau gagasan yang berkaitan dengan sukan. Subskala yang pertama mewakili Tahap Kebimbangan Kognitif iaitu terdiri dari item-item nombor 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 dan 25. Item-item yang mewakili subskala Tahap Kebimbangan Somatik adalah terdiri dari item bernombor 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23 dan 26 sementara item-item yang mewakili subskala Keyakinan diri pula adalah 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 dan 27. Setiap item mempunyai skala empat mata yang mana mengikut dari skala (1) tidak pernah hingga ke skala ke (4) sangat kerap. Skor yang terendah boleh dicapai bagi setiap subskala adalah 9 dan skor tertinggi adalah 36.

Bahagian C pula terdiri daripada 30 item soalan yang meliputi lapan subskala atau faktor-faktor yang dapat mengukur apakah tujuan atau motif seseorang pelajar itu menyertai sesuatu jenis aktiviti (PMQ). Terdapat 4 item 1, 10, 12 dan 23 yang mengukur motif penglibatan seseorang berdasarkan faktor kemahiran, 4 item iaitu 7, 17, 26 dan 29 yang mengukur motif penglibatan seseorang individu atas dasar faktor keseronokan, 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

item 4, 5, 13, 16 dan 19 yang mengukur motif penglibatan atas dasar faktor lepaskan tenaga, 5 item 3, 14, 21, 25 dan 28 yang mengukur motif penglibatan atas dasar faktor status, 3 item 6, 15 dan 24 yang mengukur motif penglibatan atas dasar faktor kesihatan, 3 item 8, 18 dan 22 yang mengukur motif penglibatan atas dasar faktor semangat berpasukan, 3 item 9, 27 dan 30 yang mengukur motif penglibatan atas dasar faktor situasi dan 3 item lagi untuk mengukur motif penglibatan yang disebabkan faktor pengaruh rakan. Skala item dalam PMQ mempunyai tiga mata yang mana skala (1) tidak penting langsung hingga skala ke (3) sangat penting.

3.4.1 Kesahan Instrumen

Bagi mendapat kesahan kandungan instrumen kajian, instrumen soal selidik ini telah disemak dan dimurnikan bersama oleh Yang Berbahagia Prof. Madya Dr. Shahrudin Abd. Aziz, Dekan Fakulti Sains Sukan, Universiti Pendidikan Sultan Idris, Tanjung Malim, Perak Darul Ridzuan. Semakan awal telah dilakukan oleh Pn. Norsilawati Abdul Razak dari Fakulti Sains Sukan, Universiti Pendidikan Sultan Idris, Tanjung Malim, Perak Darul Ridzuan. Beberapa pembetulan telah dilakukan di dalam soal selidik ini selaras dengan cadangan dan pandangan dari pakar-pakar tersebut supaya bahasa yang digunakan dalam soal selidik ini tidak mengelirukan dan mudah difahami oleh responden.

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

3.4.2 Kajian Rintis

Kajian rintis telah dijalankan ke atas 30 orang pelajar Maktab Sabah. Data-data penyelidikan dipungut dan dianalisis melalui Program SPSS 11.5 bagi mencari nilai pekali kebolehpercayaan secara intraclass.

3.4.3 Kebolehpercayaan Soal Selidik CSAI – 2

Nilai cronbach alpha bagi soal selidik kajian rintis ini telah ditingkatkan dari r = 0.70 kepada r = 0.76 dengan cara menggugurkan 5 daripada 27 item soalan dalam instrumen soal selidik CSAI – 2 di Bahagian B. Soalan-soalan yang digugurkan adalah soalan nombor 11, 14, 17, 20 dan 23. Nilai kebolehpercayaan yang diperolehi hampir sama dengan nilai yang diperolehi oleh pengkaji terdahulu Norsilawati Abd Razak (2000) iaitu dengan nilai r = 0.79.

3.4.4 Kebolehpercayaan Soal Selidik PMQ

Dengan menggunakan program SPSS yang sama seperti di atas, kita boleh menentukan nilai cronbach alpha bagi setiap komponen yang di kaji dalam alat ukur soal selidik motif penglibatan dalam aktiviti pendidikan luar (PMQ). Nilai cronbach alpha yang di perolehi mengikut komponen 30 item dalam alat ukur PMQ adalah 0.893.

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

3.4.5 Kebolehpercayaan Instrumen Kajian

Menurut Safrit dan Wood (1995) dan Miller (1998) dalam Ahmad Hashim (2005), telah mencadangkan bahawa nilai pekali cronbach alpha bagi sesuatu alat instrumen yang digunakan sekiranya mempunyai nilai di antara ±0.60 hingga ±0.79 adalah sederhana dan nilai antara ±0.80 hingga ±1.00 adalah sangat tinggi. Nilai kebolehpercayaan yang diperolehi melalui kajian rintis mendapati bahawa nila cronbach alpha r = 0.840 dan ini menunjukkan bahawa instrumen yang ingin digunakan dalam penyelidikan ini mempunyai kesahan yang tinggi dan amat sesuai digunakan dalam kajian yang sebenar.

3.5 Prosedur Kajian dan Pengumpulan Data

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

Langkah pertama ialah menentukan bidang mana yang hendak dikaji. Maklumat lengkap boleh diperolehi melalui pembacaan kajian-kajian lepas serta rujukan daripada perpustakaan, pusat sumber dan internet. Dalam kajian ini, terdapat dua jenis data iaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperolehi dari subjek kajian melalui borang soal selidik yang diedarkan, sementara data sekunder diperolehi dari pusat sumber dan perpustakaan.

Soal selidik akan diberikan kepada responden kira-kira 10 minit sebelum penerangan aktivitiu yang dibuat oleh jurulatih Pusat Ko Kurikulum. Penyelidik memberikan penerangan yang jelas tentang tujuan kajian yang dilaksanakan agar responden dapat memberikan kerjasama yang baik. Responden diingatkan agar

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

memberikan maklumat dengan jujur, ikhlas dan tepat berdasarkan pengalaman mereka menjadi seorang pelajar sebelum mula menjawab soal selidik.

Masa untuk menjawab dan menghantar soal selidik adalah mengikut kesesuaian dan kemampuan mereka iaitu sebelum melakukan aktiviti. Responden adalah digalakkan bertanya kepada penyelidik sekiranya terdapat soalan-soalan yang mereka tidak faham. Sepanjang sesi menjawab soal-selidik ini, penyelidik memantau responden sekiranya terdapat sebarang masalah supaya kajian ini berjalan dengan lancar.

3.6 Prosedur Menganalisis Data

Prosedur menganalisis data atau kaedah statistik yang digunakan dalam menganalisis dan menerangkan hubungan hasil dapatan dalam kajian ini adalah min, ujian-t, anova dan korelasi. Min digunakan untuk menjelaskan corak atau status setiap item atau faktor yang berkaitan dengan motif penglibatan pelajar dalam aktiviti pendidikan luar. Ujian-t sampel tak bersandar pula akan digunakan untuk membandingkan skor min antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan terhadap tahap kebimbangan melakukan aktiviti dan keyakinan diri. Korelasi digunakan untuk melihat perkaitan atau hubungan di antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan dalam aktiviti pendidikan luar yang disertai oleh pelajar yang bersaing (Ahmad Hashim, 2005).

Data yang dipungut akan dianalisis menggunakan bantuan komputer mengikut susunan persoalan kajian. Perisian SPSS versi 11.5 akan digunakan untuk proses penganalisisan. Nilai cronbach alpha yang ditetapkan ialah $p < 0.05$. Menurut Mohd

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

Majid Konting (1990), penganalisisan data berstatistik menggunakan pengaturcaraan SPSS dapat menghasilkan pengiraan yang tepat dan kerana ia bebas dari ralat.

Secara ringkasnya, kaedah statistik atau analisis data yang akan dilakukan dalam kajian ini dibahagikan kepada bahagian-bahagian berikut iaitu :

i. Statistik Deskriptif dan Inferensi

ii. Ujian T

iii. Korelasi

3.7 Limitasi Kajian

Setiap kajian ada had dan limitasinya. Sesuatu dapatan kajian mungkin terhad ketepatannya, bergantung kepada teori yang digunakan sebagai asas penyelidikan, populasi dan bilangan sampel yang digunakan serta kejujuran responden kajian menjawab soal selidik. Kajian ini hanya dijalankan terhadap sekolah yang kebetulan menjalankan aktiviti pendidikan luar dan hasil dapatan yang akan diperolehi tidak boleh dibuat generalisasi sebagai mewakili semua sekolah lain dalam daerah berkenaan.

Ketepatan dan kualiti kajian juga bergantung kepada kerjasama pelajar untuk menjawab semua 64 item yang terdapat dalam soal selidik dengan jujur dan ikhlas. Tempoh masa kira-kira lima hingga sepuluh minit yang diperuntukkan sebelum sesi penerangan bagaimana perjalanan aktiviti 'flying fox' dikendalikan oleh jurulatih adalah masa yang sangat kritikal bagi persediaan seorang pelajar sebelum menghadapi aktiviti ini. Limitasi wujud kerana masa inilah pesanan terakhir oleh jurulatih dibuat dan tidak sepatutnya ada unsur luar yang akan menganggu persediaan fizikal dan mental 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

Walau bagaimanapun limitasi ini dapat dikurangkan dengan cara membuat temu janji seminggu atau sehari sebelum aktiviti dijalankan terhadap pelajar-pelajar yang terlibat dengan memaklumkan tujuan kajian dan mencadangkan pelajar-pelajar yang terlibat dapat hadir lebih awal supaya mempunyai masa yang lebih untuk menjawab soal selidik yang diedarkan.

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

DAPATAN KAJIAN

4.1 Pengenalan

Data mentah yang diperolehi akan dianalisis dengan menggunakan perisian komputer mengikut susunan persoalan kajian. Perisian 'Statistics Packages for the Social Sciences (SPSS versi 11.5)' digunakan untuk proses penganalisisan. Nilai alpha yang ditetapkan ialah $p < 0.05$.

Dalam bab ini, proses penganalisisan data-data kajian dijalankan dengan menggunakan kaedah statistik deskriptif dan inferensi mengikut bahagian-bahagian berikut :

4.1.1 Data demografi responden

4.1.2 Persoalan kajian yang dianalisis

4.1.2.1 Apakah corak motif penglibatan pelajar lelaki dalam aktiviti ini.

4.1.2.2 Apakah corak motif penglibatan pelajar perempuan dalam aktiviti 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

4.1.2.3 Apakah tahap kebimbangan pelajar lelaki dan perempuan sebelum aktiviti.

4.1.2.4 Apakah tahap keyakinan diri pelajar lelaki dan perempuan.

4.1.2.5 Adakah terdapat perkaitan di antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan pelajar.

4.2 Data Demografi Responden

Sampel kajian seramai 35 orang pelajar dipilih dikalangan pelajar lelaki dan perempuan yang mewakili unit-unit beruniform Sekolah Menengah Sains Lahad Datu. Pemilihan sampel dalam kajian ini menggunakan pendekatan persampelan rawak mudah. Bagi setiap unit beruniform, seramai 3 hingga ke 4 orang pelajar dipilih mewakili unit beruniform masing-masing.

Bilangan responden yang terlibat dalam kajian ini juga dipilih dengan berdasarkan kepada penglibatan mengikut jantina iaitu kategori lelaki dan perempuan bawah 18 tahun. Melalui analisis data, maklumat lengkap akan diperolehi tentang bilangan dan peratus responden yang terlibat dalam kajian ini. Jadual 4.1, 4.2 dan 4.3 dapat memberi gambaran yang jelas tentang segala maklumat penting dan berkaitan dengan latar belakang responden yang diperlukan 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

Jadual 4.1

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

Jenis pelajar	Frekuensi Jantina		Peratus Jantina	
	Lelaki	Perempuan	Lelaki	Perempuan
Bawah 18	18	17	51.43	48.57
Jumlah	35		100	

Jadual 4.2

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

Mewakili Peringkat	Jantina		Jumlah
	Lelaki	Perempuan	
Sekolah	14 40%	15 42.86%	19 82.86%
Daerah	4 11.43%	2 5.71%	6 17.14%
Jumlah	18 51.43%	17 48.57%	35 100%

Jadual 4.3

Kekerapan penglibatan / pengalaman pelajar dalam kajian berdasarkan jantina

Jantina	Kekerapan Penglibatan / Pengalaman	
	Tidak Pernah	Kurang dari 2 kali
Lelaki	3	15
Perempuan	5	12
Jumlah	8	27

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 Analisis Dapatan Kajian

4.3.1 Apakah Corak Motif Penglibatan Pelajar Lelaki Dalam Aktiviti 'Flying Fox'

Kaedah Analisis Statistik Deskriptif dan Ujian – t Sampel Tidak Bersandar dilakukan melalui perbandingan min antara lapan faktor atau corak motif penglibatan seseorang individu ke dalam aktiviti 'flying fox'. Hasil keputusan analisis boleh dilihat dalam Jadual 4.4. Keputusan kajian menunjukkan bahawa faktor status (M = 10.94) merupakan motif yang paling utama menyebabkan pelajar lelaki melibat diri dalam aktiviti 'flying fox' dan diikuti dengan motif untuk meningkatkan kemahiran (M = 10.28) dan motif untuk keseronokan (M = 9.63)

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

Faktor situasi (M = 4.62) merupakan motif yang paling rendah dan diikuti dengan motif untuk bersama pasukan (M = 7.87). Skor yang rendah menggambarkan item-item motif yang terkandung dalam faktor situasi seperti saya sukakan jurulatih, saya suka gunakan alatan atau kemudahan aktiviti adalah motif yang tidak penting langsung kepada pelajar lelaki. Untuk melihat keputusan yang lebih jelas mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi motif penglibatan pelajar lelaki dalam aktiviti 'flying fox', rujuk Jadual 4.4.

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

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

Faktor	N	Min	S.P.	Skor Minimum	Skor Maksimum
Status / Pengiktirafan	18	10.94	2.602	6	15
Kemahiran	18	10.28	1.848	5	12
Keseronokan	18	9.63	1.980	4	12
Rakan	18	9.62	1.790	4	12
Kesihatan	18	9.39	1.534	6	12
Lepaskan Tenaga	18	9.09	1.929	4	12
Semangat Pasukan	18	7.87	1.376	3	9
Faktor Situasi	18	4.62	1.157	2	6

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

4.3.2 Apakah Corak Motif Penglibatan Pelajar Perempuan Dalam Aktiviti 'Flying Fox'

Analisis Statistik Deskriptif juga dilakukan melalui perbandingan min antara lapan faktor atau corak motif penglibatan seseorang individu ke dalam aktiviti ini. Hasil keputusan analisis deskriptif boleh dilihat dalam jadual 4.5. Keputusan kajian menunjukkan bahawa faktor status (M = 10.33) merupakan motif yang paling utama menyebabkan pelajar perempuan melibatkan diri dalam aktiviti ini dan diikuti dengan motif

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 meningkatkan kemahiran (M = 10.13) dan motif untuk keseronokan (M = 9.28).

Manakala faktor situasi (M = 4.48) merupakan faktor atau corak motif yang paling rendah dan diiikuti dengan motif untuk bersama pasukan atau semangat berpasukan (M = 7.78). Skor yang rendah menggambarkan item-item motif yang terkandung dalam faktor-faktor situasi seperti saya sukakan jurulatih, saya suka gunakan alatan adalah motif yang tidak penting langsung kepada pelajar perempuan.

Jadual 4.5

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

Faktor	N	Min	S.P.	Skor Minimum	Skor Maksimum
Status / Pengiktirafan	17	10.33	2.459	6	15
Kemahiran	17	10.13	1.616	6	12
Kesihatan	17	9.38	1.496	5	12
Keseronokan	17	9.28	1.683	6	12
Lepaskan Tenaga	17	9.16	1.760	4	12
Rakan	17	8.99	1.802	4	12
Semangat Pasukan	17	7.78	1.279	3	9
Faktor Situasi	17	4.48	1.300	2	6

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

4.3.3 Apakah Tahap Kebimbangan Pelajar Lelaki dan Pelajar Perempuan Sebelum Aktiviti 'Flying Fox'

Analisis Ujian-t sampel tidak bersandar digunakan untuk membandingkan skor min tahap kebimbangan Somatik dan Kognitif di antara pelajar lelaki dengan pelajar perempuan yang mengambil bahagian dalam aktiviti 'flying fox' pendidikan luar. Merujuk kepada keputusan kajian yang ditunjukkan dalam Jadual 4.6, didapati nilai t (178) = 177.62, p = 0.029 adalah signifikan. Ini bermakna keputusan ujian menunjukkan bahawa terdapat perbezaan skor min tahap kebimbangan Somatik bagi pelajar lelaki (M = 18.44, SD = 4.55) dan kognitif (M = 19.38, SD = 4.55) iaitu lebih rendah dari tahap kebimbangan Somatik (M = 19.98, SD = 4.76) dan kognitif (M = 21.48, SD = 5.12) bagi pelajar perempuan.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Jadual 4.6

Keputusan analisis ujian-t, perbandingan tahap kebimbangan sebelum menyertai pertandingan berdasarkan jantina.

Group Statistics

Jantina		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Somatik	Lelaki	18	18.44	4.550	.480
	Perempuan	17	19.98	4.764	.502
Kognitif	Lelaki	18	19.38	4.548	.479
	Perempuan	17	21.48	5.124	.540

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

4.3.4 Apakah Tahap Keyakinan Diri Pelajar Lelaki dan Perempuan Sebelum Aktiviti 'Flying Fox'

Kaedah analisis ujian-t sampel tidak bersandar digunakan untuk membandingkan skor min tahap keyakinan diri di antara pelajar lelaki dengan pelajar perempuan yang mengambil bahagian dalam aktiviti 'flying fox'. Merujuk kepada keputusan kajian yang ditunjukkan dalam Jadual 4.7, didapati nilai t (178) = 177.2, p = 0.214 adalah titik signifikan. Ini bermakna keputusan ujian menunjukkan bahawa tidak terdapat perbezaan skor min tahap keyakinan diri bagi pelajar lelaki (M = 24.08, SD = 5.833) dan tahap keyakinan diri pelajar perempuan (M = 22.96, SD = 6.242)

Jadual 4.7

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

Group Statistics

Jantina		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Yakin Diri	Lelaki	18	24.08	5.833	.615
	Perempuan	17	22.96	6.242	.658

4.3.5 Adakah Terdapat Perkaitan Di Antara Tahap Keyakinan Diri Dengan Motif Penglibatan Pelajar

Analisis korelasi kaedah 'Pearson Product Moment' digunakan untuk menentukan terdapat atau tidak perkaitan di antara tahap keyakinan diri

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

dengan motif penglibatan pelajar dalam aktiviti 'flying fox'. Merujuk kepada Jadual 4.8, analisis korelasi kaedah 'Pearson Product Moment' yang digunakan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan bagi pelajar lelaki (r = 0.068, p = 0.524, $p < 0.05$). Manakala bagi pelajar perempuan, keputusan analisis menunjukkan terdapat hubungan positif yang rendah dan signifikan antara tahap keyakinan diri dengan motif penglibatan (r = 0.26, $p = 0.015$, $p < 0.05$)

Jadual 4.8

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

Jantina			Tahap Yakin Diri	Motif Penglibatan
Lelaki	Tahap Keyakinan Diri	Korelasi Pearson	1	.068
		Sig. (2 - tailed)	.	.524
		N	18	18
	Motif Penglibatan	Korelasi Pearson	.068	1
		Sig. (2 - tailed)	.524	.
		N	18	18
Perempuan	Tahap Keyakinan Diri	Korelasi Pearson	1	.257
		Sig. (2 - tailed)	.	.015
		N	17	17
	Motif Penglibatan	Korelasi Pearson	.257	1
		Sig. (2 - tailed)	.015	.
		N	17	17

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 IMPLIKASI DAN CADANGAN

5.1 Pengenalan

Dalam bab ini, fokus perbincangan, implikasi dan cadangan yang dikemukakan akan dijelaskan dengan terperinci berdasarkan analisa data dan keoutusan kajian yang diperolehi dalam Bab 4. Semua perbincangan dan cadangan yang dihurai secara kritis akan dikaitkan dengan beberapa hasil dapatan dan teori-teori berkaitan yang diperolehi dari kajian literatur dalam Bab 2. Fokus perbincangan yang ingin dimuatkan dalam bab ini juga adalah selari dengan tujuan kajian yang sebenar.

Terdapat tiga tujuan utama kajian ini dijalankan ;

i. Untuk melihat sejauh manakah perbezaan tahap kebimbangan dan tahap keyakinan diri di antara pelajar lelaki dan pelajar perempuan.

ii. Untuk melihat apakah corak motif penglibatan pelajar atau sejauh manakah kumpulan pelajar ini bermotivasi untuk melibatkan diri terus ke dalam aktiviti pendidikan luar..

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

iii. Untuk melihat adakah terdapat perkaitan di antara motif penglibatan dan tahap keyakinan diri pelajar.

Hasil kajian ini sangat penting bagi tujuan kita menyediakan program-program susulan yang sistematik dan mempu menarik hati semua golongan pelajar. Hasil kajian ini juga diharap dapat memberi gambaran yang menyeluruh tentang masalah yang dihadapi oleh pelajar dan seterusnya pihak yang bertanggungjawab secara langsung perlu bertindak dan mencari jalan penyelesaian untuk menggalakkan pelajar-pelajar untuk terus bergiat dalam aktiviti pendidikan luar. Hal ini merupakan agenda utama yang perlu diberi perhatian oleh semua pihak seiring dengan Dasar Pendidikan kebangsaan yang juga telah termaktub dalam visi Kementerian Pelajaran Malaysia.

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

5.2 Perbincangan

5.2.1 Corak Motif Penglibatan Bagi Pelajar Lelaki dan Perempnan Dalam Aktiviti Pendidikan Luar

Motif Penglibatan dalam aktiviti fizikal (Cox, 1998) adalah merujuk kepada penyertaan pelajar dalam bidang aktiviti fizikal berdasarkan kepada dua motif iaitu motif intrinsik yang bertujuan untuk memperbaiki pencapaian peribadi, meningkatkan kemahiran, untuk keseronokan dan tahap kesihatan, manakala motif ekstrinsik adalah lebih kepada untuk mendapatkan ganjaran, penghormatan dan lain-lain yang lebih bersifat material.

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 kajian menunjukkan pelajar lelaki dan perempuan telah menunjukkan corak motif penglibatan yang lebih bersifat ekstrinsik berdasarkan skor min untuk status (10.94) berbanding motif yang bersifat intrinsik yang mana skor min bagi kemahiran adalah (10.28), keseronokan (9.63), bersama dengan rakan (9.62) dan kesihatan (9.39). Ini mungkin disebabkan kerana mereka hendak mendapat status di samping rakan-rakan atau pengiktirafan serta penghargaan apabila dapat melakukan aktiviti yang paling terbaik. Selain daripada itu matlamat pelajar untuk mendapatkan pengiktirafan ini akan membuat mereka terpilih untuk mewakili negeri ke peringkat kebangsaan dan dapat menyokong mereka untuk permohonan ke Institut Pengajian Tinggi nanti.

Dapatan kajian yang diperolehi ini disokong oleh dapatan kajian White et. al. (1998) yang menunjukkan bahawa lelaki melebihi perempuan dalam persepsi tentang motif penglibatan mereka dalam aktiviti fizikal khususnya untuk meningkatkan status dan popularity, membentuk perilaku dan kebijaksanaan serta meningkatkan daya saing.

Walau bagaimanapun kebanyakkan kajian lampau telah menunjukkan bahawa motivasi intrinsik mampu mempengaruhi penglibatan seseorang individu sama ada untuk terus melibatkan diri dalam aktiviti fizikal atau meninggalkannya. Antara keputusan atau dapatan kajian yang kontra dengan hasil dapatan penyelidik adalah kajian yang dibuat oleh Tan Seng Seng (1997), Reed C. E (2002), Combet anak Subong (2004), dan Stefanek K. A. (2005).

Reed (2000), mengatakan motif yang paling asas penglibatan pelajar senior dalam aktiviti fizikal ialah yang paling utama adalah keseronokan, 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

adalah kecergasaan dan seterusnya ialah pertandingan, kecekapan dan bersosial dan bagi kumpulan pelajar junior pula, motif utama adalah untuk meningkatkan kemahiran, yang kedua keseronokan dan seterusnya sihat dan cergas, menyahut cabaran dan ingin bersama rakan. Manakala motif penyertaan kanak-kanak pula yang pertama adalah mencari keseronokan, kedua meningkatkan kemahiran dan yang seterusnya ingin bersama rakan, mencapai kejayaan untuk mendapatkan penghargaan dan akhir sekali untuk meningkatkan kesihatan.

5.2.2 Tahap Kebimbangan Pelajar Lelaki dan Perempuan Sebelum Melakukan Aktiviti 'Flying Fox'

Wann (1997) dalam Shahrudin (2001) telah menjelaskan kebimbangan sebagai inerpretasi negatif yang dibuat dalam bentuk tekanan atau bebanan yang terdapat di persekitaran sama ada yang telah, sedang atau yang akan dihadapi oleh seseorang individu. Dalam konteks akvitivi fizikal, kebimbangan sebenarnya wujud sebelum sesuatu aktiviti bermula. Ia dikenali sebagai kebimbangan pra pertandingan (Cox, 1998). Alat ukur CSAI-2 membantu kita menilai tahap kebimbangan pelajar pada tahap pra pertandingan ini. Hasilnya kini kita dapat memahami bahawa terdapat perubahan dari segi tahap kebimbangan para pelajar sebelum dan beberapa ketika semasa sesuatu pertandingan bermula. Landers dan Boutcher (1993) dalam Shahrudin (2001) telah mengaitkan kebimbangan sebagai kesan reaksi emosi yang negatif hasil tindakan di luar kawalan sistem saraf pusat

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

(CNS) sehingga memberi kesan kepada peningkatan kadar nadi, kadar pernafasan, peluh sejuk dan keadaan menggeletar kepada pelajar.

Berdasarkan kajian literatur, kebimbangan kognitif pra pertandingan lazimnya bermula tinggi dan berterusan tinggi sehingga beberapa minit sebelum pertandingan bermula. Kebimbangan somatik pula bermula rendah sehingga kira-kira 24 jam sebelum pertandingan bermula. Pada tahap ini, kebimbangan somatik akan terus meningkat sehingga hampir pada waktu pertandingan. Bagaimanapun selepas beberapa minit perlawanan berlangsung, kebimbangan somatik akan menurun manakala kebimbangan kognitif akan sentiasa turun naik, bergantung kepada kedudukan semasa sepanjang tempoh pelajar melakukan aktiviti.

Dapatan kajian yang diperolehi oleh pengkaji menunjukkan bahawa tahap kebimbangan kognitif dan somatik yang dialami oleh pelajar lelaki semasa melakukan aktiviti adalah sangat rendah berbanding pelajar perempuan. Hasil dapatan ini disokong oleh dapatan Seeley et. al. (2004) yang mendapati pelajar lelaki mempunyai tahap kebimbangan kognitif seketika dan kebimbangan somatik seketika yang lebih rendah daripada pelajar perempuan. Pelajar lelaki mempunyai tahap yang lebih tinggi untuk keyakinan diri seketika, keyakinan seketika dan tret keyakinan berbanding dengan pelajar perempuan.

Thuot et. al. (1998) juga menyokong dapatan kajian ini, yang mana menjelaskan bahawa pelajar perempuan mempunyai kebimbangan somatik yang tinggi dan keyakinan diri yang rendah berbanding pelajar lelaki. Manakala kajian yang dibuat oleh Simon dan Martens (1977) pula mendapati bahawa kebimbangan di kalangan pelajar yang baru mula melibatkan diri ke dalam aktiviti ini 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

lebih tinggi pada masa melakukan secara individu berbanding dengan melakukannya secara berpasukan.

5.2.3 Pengalaman Pelajar

Dapatan kajian oleh Gould et. al (1984) dalam Shahrudin (2001) telah melaporkan bahawa faktor yang ketara dalam penurunan tahap kebimbangan kognitif ialah bilangan tahun pengalaman seseorang pelajar. Individu yang lebih berpengalaman mempunyai tahap kebimbangan kognitif yang lebih rendah. Dapatan kajian oleh penyelidik pula, ia jelas menunjukkan ramai pelajar mempunyai tahap keyakinan diri pada tahap sederhana dan tinggi berdasarkan pengalaman. Statistik yang menunjukkan maklumat tentang pengalaman boleh diperolehi dari demografi pelajar yang menyertai aktiviti ini. Sebahagian besar pelajar lelaki dan perempuan ini mempunyai pengalaman lebih daripada sekali. Manakala Perry dan William (1998) telah menjalankan kajian ke atas sekumpulan pelajar dan mendapati pelajar yang berpengalaman menunjukkan interpretasi yang mudah tentang tahap kebimbangannya berbanding dengan pelajar baru. Pelajar yang berpengalaman juga menunjukkan mereka mempunyai tahap keyakinan diri yang lebih tinggi.

5.2.4 Tahap Keyakinan Diri Pelajar Lelaki dan Perempuan

Arkes dan Garske (1982) dalam Shahrudin (2001) menjelaskan bahawa ramai penyelidik melihat pengaruh keyakinan diri sebagai faktor yang membezakan

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

individu yang tinggi motivasi pencapaiannya berbanding mereka yang rendah motivasi pencapaiannya. Tegasnya pelajar yang berkeyakinan untuk berjaya lazimnya akan berjaya. Pelajar yang berkeyakinan tinggi mempunyai sebab atau motif yang kuat untuk berjaya serta ekspektasi yang tinggi untuk mencapai kejayaan.

Hasil dapatan penyelidik, tidak terdapat perbezaan yang signifikan bagi tahap keyakinan diri pelajar lelaki dan pelajar perempuan yang menyertai aktivti ini. Oleh itu dapatlah dihuraikan dengan lebih jelas apabila dikaitkan dengan beberapa teori yang berkaitan dengan keyakinan diri pelajar. Misalnya menurut Teori 'Self-Efficacy' oleh Albert Bandura (1986) individu yang mempunyai 'self-efficacy' yang tinggi lazimnya mempunyai keyakinan diri yang tinggi dan berkemampuan untuk melakukan sesuatu tugasan yang khusus dengan jayanya. Tahap 'self-efficacy' menjadi kayu pengukur sama ada seseorang pelajar itu akan menyertai atau menjauhkan diri dari situasi yang berasaskan pencapaian.

Umumnya, konsep 'self-efficacy' dan keyakinan diri ini adalah berbeza tetapi kedua-dua konsep ini sebenarnya hampir sama (Cox, 1998). Teori ini menjelaskan bahawa 'self-efficacy' merupakan asas kepada kecekapan atau prestasi yang mantap (Bandura, 1986). Menurutnya lagi terdapat beberapa cara untuk meningkatkan keyakinan diri, antaranya ialah perlakuan atau prestasi yang berjaya, pengalaman lalu, kata-kata semangat serta kebangkitan emosi.

Teori Motivasi Kecekapan Harter yang telah diutarakan oleh White (Cox, 1998) dalam Shahrudin (2001), mengatakan motivasi seseorang pelajar itu akan tercapai adalah berdasarkan kepada aspek kecekapan diri pelajar. Pelajar 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

berasa bahawa mereka mempunyai kecekapan yang diperlukan untuk melaksanakan sesuatu tugasan lazimnya akan menghampiri situasi tersebut, manakala mereka yang tidak mempunyai kecekapan yang diperlukan akan menjauhi atau mengelakkan diri dari situasi tersebut.

Sweeney (2002) membuat kajian untuk melihat pengaruh-pengaruh berkaitan yang boleh mempengaruhi motivasi intrinsik penglibatan pelajar dalam aktiviti fizikal. Hasil dapatan beliau menunjukkan bahawa gabungan tahap orientasi tugasan, persepsi tahap kebolehan fizikal, jantina dan tahap persaingan sama-sama memberi kesan yang signifikan terhadap tahap motivasi intrinsik penglibatan pelajar ke dalam aktiviti fizikal.

5.3 Implikasi

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

Kajian ini telah berjaya mencungkil maklumat-maklumat terkini berkaitan dengan motif penglibatan pelajar ke dalam aktiviti pendidikan luar atau aktiviti fizikal. Maklumat-maklumat yang berkaitan dengan masalah kebimbangan dan keyakinan diri pelajar turut dapat membantu bukan sahaja para pelajar malah pengetahuan ini dapat memberi panduan kepada jurulatih Pusat Ko Kurikulum, Jabatan Pelajaran, guru dan pentadbir. Usaha perlu diambil segera bagi memastikan sumber tenaga, bakat dan potensi yang ada dikalangan pelajar dapat dipupuk, dipelihara dan diketengahkan ke peringkat yang lebih tinggi.

Semua pihak seharusnya sedar akan kepentingan aktiviti pendidikan luar dalam pembangunan modal insan yang dapat melahirkan satu masyarakat yang 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

minda cergas dan akal budi yang mulia. Kita sedia maklum, melalui aktiviti pendidikan luar pelajar akan belajar bukan sahaja untuk kecergasan jasmani, malah yang paling penting dan perlu diutamakan oleh semua warga pendidik ialah memupuk, menyemai dan membentuk peribadi yang mulia. Peranan yang harus dimainkan oleh warga pendidik amat besar malah mereka perlu berani tampil untuk mengambil langkah-langkah proaktif untuk mencari jalan bagaimana menggalakkan penyertaan pelajar dalam aktiviti pendidikan luar. Begitu juga dengan pihak pentadbir yang memikul amanah bagi memartabatkan profesion perguruan seharusnya menjadikan pencapaian akademik dan ko kurikulum sebagai dua faktor yang menentukan kejayaan seseorang pelajar.

5.4 Cadangan

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

Berdasarkan kepada hasil dapatan dalam penyelidikan ini, beberapa cadangan yang boleh dijadikan landasan dan panduan kepada penyelidik yang berminat untuk terus membuat kajian ini pada masa hadapan. Berikut adalah cadangan yang dikemukakan untuk meningkatkan dan mengukuhkan lagi kajian ini :

i. Pengkaji pada masa akan datang disarankan supaya membuat kajian ke atas aktiviti pendidikan luar yang mempunyai kaitan dengan kemahiran supaya item-item yang terdapat dalam soal-selidik yang digunakan dapat mengukur apa yang sepatutnya diukur. Corak motif penglibatan yang hendak diukur akan lebih relevan, tepat dan menyeluruh.

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

ii. Bilangan responden yang hendak dikaji bukan sahaja perlu besar tetapi biar lebih dari kumpulan sasaran yang ada dalam sampel kajian sebenar. Ini adalah bagi tujuan mendapatkan keesahan dan kebolehpercayaan yang lebih tepat dan boleh mengambarkan keadaan sebenar tentang populasi yang dikaji. Sampel yang lebih besar juga diperlukan kerana sebagai langkah berjaga atau persediaan awal kepada pengkaji untuk membuat pilihan sekiranya sampel yang disasarkan secara rawak tidak dapat dikawal pada ketika kajian hendak dijalankan.

iii. Pengkaji-pengkaji disarankan supaya membuat kajian lebih banyak tentang kajian-kajian literatur berkaitan supaya semua aspek atau input yang penting dijadikan panduan untuk digunakan dalam penyelidikan dan perbincangan hasil dapatan kajian.

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

iv. Pengkaji disarankan agar membuat temu janji lebih awal dan lebih kerap kepada pihak-pihak terbabit secara terus bagi menjelaskan tujuan kajian dan kerjasama yang diharapkan. Kerjasama amatlah penting kerana keikhlasan dan kejujuran responden amat memberi makna kepada keputusan kajian yang hendak dijalankan.

v. Pengkaji akan datang juga disarankan agar membuat kajian ke atas sampel kajian yang terlibat dengan aktiviti pendidikan luar yang lebih mencabar

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

agar hasil dapatan yang diperolehi boleh memberi gambaran yang menyeluruh dan menarik.

vi. Pengkaji akan datang disarankan menggunakan metodologi dan kaedah analisis statistik yang lebih sesuai dan terkini supaya hasil dapatan yang diperolehi mempunyai keesahan yang lebih tinggi.

Epstein (1989) dan Tresure dan Roberts (1995) dalam Shahrudin (2001) telah mencadangkan pendekatan yang boleh membantu meningkatkan serta mengukuhkan keyakinan diri serta motivasi intrinsik individu. Justru itu pendidik perlu mewujudkan keadaan-keadaan seperti berikut :

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

i. Memastikan tugasan yang dilaksanakan itu dipelbagaikan agar pelajar tidak mudah jemu, malahan ingin terus belajar.

ii. Libatkan pelajar dalam perancangan sesuatu aktiviti atau penilaian sesuatu program latihan supaya mereka dapat memantu peningkatan diri.

iii. Ganjaran kerana menyertai aktiviti khusus kepada pelajar tersebut dan bukannya bertumpu kepada persaingan atau berunsurkan perbandingan sosial.

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

iv. Pelajar disatukan dalam kumpulan agar mereka dapat bekerjasama dalam meningkatkan kemahiran sendiri (sokongan dari rakan)

v. Penilaian perlu dilakukan dengan menggunakan kaedah yang pelbagai serta menjurus kepada peningkatan usaha dan pencapaian kendiri.

vi. Memastikan peruntukan masa yang sesuai bagi memastikan apa yang disarankan dapat dilaksanakan dengan berkesan.

Winterbottom (1953) dan Rosen dan D' Andrade (1959) dalam Shahrudin mencadangkan beberapa langkah yang boleh diambil oleh ibu bapa dalam konteks motivasi pencapaian ini. Antaranya ibu bapa perlu :

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun PustakaTBainun ptbupsi

i. Memupuk dan menggalakkan sifat berdikari kepada anak-anak.

ii. Bersifat terbuka dan sentiasa menerima (khususnya ibu) anaknya.

iii. Memberikan sokongan yang sepatutnya apabila anak-anak berhadapan dengan kegagalan atau sesuatu yang di luar jangkaan.

iv. Percaya terhadap kemampuan serta kebolehan anak-anaknya.

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

v. Menerima hakikat bahawa untuk berjaya, anak-anak memerlukan masa untuk menguasai sesuatu kemahiran. Justru itu berikan galakan dan perangsang yang diperlukan.

vi. Berikan tumpuan kepada usaha yang membuahkan kejayaan dan jangan mengungkit kegagalan.

vii. Sentiasa melihat usaha, mendengar masalah serta cuba memahami perasaan anak-anak.

Dengan langkah-langkah bersepadu yang diambil oleh kesemua pihak yang terlibat secara langsung mahupun tidak langsung, kita dapat membantu meningkatkan lagi keyakinan serta motivasi pelajar-pelajar dengan memberikan pengalaman dari aktiviti yang lebih bermakna kepada mereka.

5.5 Kesimpulan

Pengetahuan tentang tahap kebimbangan dan keyakinan diri di kalangan pelajar boleh membantu para jurulatih dan pendidik untuk membuat persediaan awal atau strategi tertentu yang lebih rapi dan sistematik sebelum menghadapi sesuatu aktiviti pendidikan luar. Hardy et. al. (1996) telah menjelaskan bahawa keyakinan diri merupakan jawapan yang terbaik bagi menjelaskan pendapat yang berbeza dalam prestasi akibat kebimbangan kognitif dan kebimbangan somatik. Ini menunjukkan bahawa untuk menghasilkan

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

prestasi yang terbaik, pelajar mestilah memiliki tahap keyakinan diri yang tinggi di mana ini boleh menjadi faktor pelindung daripada kebimbangan kognitif.

Pengalaman atau jangkamasa penglibatan telah mempengaruhi motif penglibatan pelajar. Pelajar yang telah lama melibatkan diri mendapati semangat bersama pasukan atau bersama rakan pasukan menjadi semakin tidak penting. Nilai persaingan yang ketara menjadikan rakan sebagai ancaman mereka. Pelajar lelaki dan perempuan boleh dikatakan mempunyai motif yang berbeza walaupun melibatkan diri dalam aktiviti pendidikan luar. Secara semulajadi lelaki dikatakan lebih agresif, menekankan status sosial dan mobiliti sosial.

Aspek lain yang perlu diberi perhatian adalah kemampuan pelajar menggunakan kemahiran psikologi yang telah dipelajarinya untuk menyelesaikan masalah kebimbangan yang berkaitan. Ini adalah aset penting bagi kejayaan sesebuah pasukan. Kajian terdahulu telah menunjukkan bahawa strategi yang digunakan oleh pelajar senior bagi mengawal kebimbangan ialah melalui penetapan matlamat, mengawal pemikiran melalui pemikiran positif dan struktur semula kognitif dan juga teknik relaksasi. Semua kemahiran psikologi yang digunakan adalah untuk meningkatkan daya tumpuan dan keyakinan diri pelajar dalam menghadapi situasi sebelum, semasa dan selepas aktiviti.

Gabungan faktor-faktor seperti keupayaan genetik atau baka, peluang atau kesempatan, latihan yang intensif, insentif dan ganjaran, pengalaman, akan memberi kesan motivasi dalam diri individu yang terlibat. Oleh itu motivasi adalah salah satu elemen penting sebagai suntikan dalam pencapaian yang diingini. Bagi seseorang pendidik, motivasi bererti usaha untuk memotivasikan pelajarnya supaya dapat melakukan sesuatu tugasan dengan baik dan sempurna. Manakal pengertian motivasi 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

seseorang pelajar pula ialah usaha yang dibuat untuk mempersembahkan persembahan yang terbaik.

Cita-cita dan matlamat negara telah ditetapkan dalam wawasan 2020. Hasrat kita juga telah diungkapkan dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan. Yang perlu dilakukan untuk kita ialah menyempurnakan hasrat dan mencapai matlamat. Dalam hubungan ini sistem pendidikan tampil menjadi wadah dan wahana yang terpenting. Ini bermakna amanah dan harapan yang dipikulkan di atas kita amatlah besar sekali.

Justeru pilihan yang ada pada kita ialah untuk menerima amanah ini dan menyempurnakannya dengan baik. Walau bagaimanapun untuk menjamin amanah ini terlaksana dan harapan terkabul, kita perlu menilai dan memperbaiki diri, cara bekerja dan juga sistem penyampaian kita agar semuanya berada dalam keadaan baik dan memuaskan.

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

Kesemua perkara yang tersebut terdahulu membawa kepada satu natijah iaitu perubahan ke arah masa hadapan. Kita perlu mengubah cara berfikir, cara bertindak dan cara kita melihat hasilnya. Dengan yang demikian kita mesti bersikap terbuka dan bersedia untuk berubah. Kita tidak mahu menjadi manusia degil mempertahankan nilai-nilai lapuk, pandangan sempit, ego, mementingkan diri sendiri dan sebagainya. Dengan kata lain kita tidak boleh menjadi seorang yang anti perubahan dan konservatif.

Para pendidik hendaklah menjadi pembawa obor perubahan dan kemajuan, seperti lilin membakar diri sendiri, bagi menerangi masa depan anak-anak kita. Menjadi harapan dengan terhasilnya paparan kajian ini kita berharap semua pembaca yang meminati bidang pendidikan luar akan terus mengkaji dan menyelidik agar obor perjuangan akan

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

terus menyala cerah demi menjaga maruah negara dan seterusnya menjana mutu pendidikan ke arah yang lebih cemerlang, gemilang dan terbilang.

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

RUJUKAN

Ahmad Hashim (2004). *Pengukuran Kecergasan Motor*. Tanjong Malim: Quantum Books.

Alderman, R.B. (1974). *Psychological behavior in sport*. Philadelphia: W.B. Saunders Company.

Alexander, V., & Krane, V. (1996). Relationships among performance expectations, anxiety, and performance in collegiate volleyball players. *Journal of Sport Behavior, 19 (3),* 246-270.

Balaguer,I., Duda,J.L., dan Crespo,M (1999). Motivational Climate And Goal Orientation As Predictors Of Perceptions Of Improvement, Satisfaction And Ratings Among Tennis Players. *Scand Journal Medical Science Sports 6,* 381-388.

Cox, R. (1994). *Sport Psychology, Concepts and Applications* (3rd ed.). USA: WCB Brown & Benchmark Publishers.

Cox.R.H (1998). *Sport Psychology: Concepts and Applications*.WCB: Mcgraw.Hill.

Corsini, R. J.(1984). *Current Psychotherapies*. USA: P.E. Peacock Publishers Inc.

Clint Clark, The Highly Sensitive Person or the HSP Sensory Nervous System. Diperoleh Dec 6, 2006 - 4:00:00 PM. http://www.hsperson.com/

Davey, C. (1985). Personality. Motivation, arousal and psychological preparation for sport. *The Australian Journal of Science and Medicine and Sport*. 16, 13-19.Hackfort, D., & Spielberger, C. (1989). *Anxiety in Sports. An International Perspective.* USA: Hemisphere Publishing Corporation.

Diane L. Gill, John B. Gross & Sharon Huddleston (1983). Participation Motivation Questionnaire (PMO). *International Journal of Sport Psychology, 14*, 1-14.

Duda, J.L & Whitehead, J. (1998). *Measurement Of Goal Perspective In The Physical Domain. In Duda, J.L (Ed.).Advances In Sport And Exercise Psychology Measurement (pp. 21-48)*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Duda, J.L (1989). Relationship Between Task And Ego Orientation And Perceived Purpose Of Sport Among High School Athletes. *Journal of sport and exercise psychology 11*, 318-335.

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

Eccles, J.S & Harold, R.D (1991). Gender Difference In Sport Involvement: Applying The Eccles Expentancy-Value Model. *Journal of applied sport psychology 3*, 24-43.

Geron E. (1983). Application Of Psychological Methods To Competitive Sport. *International Journal of sport psychology 14*, 123-132.

Georgiadis. M, Biddle. S.J.H, Auweela.Y.V (2001). Cognitive, Emotional And Behavioural Connotations Of Task And Ego Goal Orientation Profiles: An Hierarchical Class Analysis. *International Journal of sport psychology 32*, 1-20.

Gill, D. L. (2000) *Psychological dynamics of sport and exercise* (2nd ed.). Champaign, Ill: Human Kinetics.

http://hcd2.bupa.co.uk/fact_sheets/mosby_factsheets/anxiety.html

Kementerian Pendidikan Malaysia ( ). Pengurusan Pendidikan Luar Pusat KoKurikulum Kementerian Pendidikan Malaysia.

Kerr, G., & Goss, J. (1997). Personal control in elite gymnasts: the relationship between locus of control, self esteem, and trait anxiety. *Journal of Sport Behavior*. 20 (1), 69-79.

Krane, V., & Williams, J. (1994). Cognitive anxiety, somatic anxiety, and confidence in track and field athletics: The impact of gender, competitive level and task characteristics. *International Journal of Sport Psychology*. 25, 203-217.

Lerner, B.S, Ostrow,A.C., Yura, M.T, dan Etzel, E.F., (1996). The Effects Of Goal Setting And Imagery Training Programs On The Free-Throw Performance Of Female Collegiate Basketball Players. *Sport Psychologist 10*, 362-397.

Meier J. F. (1983). *Camp Counseling : Leadership and Programming for the Organize Camp.* Brown & Benchmark Publishers.

Mace, R., & Carroll, D. (1985). The control of anxiety in sport: stress inoculation training prior to absailing. *International Journal of Sport Psychology*. 16, 165-175.

Meyers, M., Le Unes, A., & Bourgeois, A. (1996). Psychological skills assessment and athletic performance in collegiate rodeo athletes. *Journal of Sport Behavior*. 19 (2), 133-146.

Nelfianty Mohd Rasyid. (2002). Motif penglibatan dan corak orientasi matlamat dalam permainan hoki di kalangan pemain hoki Sekolah Sukan Malaysia tahun 2001. *Tesis Master yang tidak diterbitkan.* Kuala Lumpur: Universiti Putra 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

Ntoumanis, N dan Biddle,S.J. 1998. The Relationship Between Achievement Goal Profile Groups And Perceptions Of Motivational Climates In Sport. *Scand Journal Medical Science Sports,* 120-124.

Nan Little What Causes Anxiety. Diperoleh Jan 1, 2007 - 12:00:00 PM http://www.insightjournal.com/

Othman Mohamed (2000). *Prinsip Psikoterapi dan Pengurusan dalam Kaunseling.* Serdang, Selangor: Penerbit Universiti Putra Malaysia.

Rainer Martens, Robin S. Vealey, Damon Burton (1990). *Competitive Anxiety In Sport.* Human Kinetic Publishers, Inc.

Rose,B., Larkin,D., dan Berger, B.G (1998). The Importance Of Motor Coordination For Children's Motivational Orientations In Sport. *Adapted Physical Activity Quarterly.*

Seeley, G., Storey, J., Wagner, D., Walker, C., & Watts, K. ( ). *Anxiety levels and gender differences in social volleyball players before and during competition in an Australian setting.* http://www.geocities.com/CollegePark/5686/su99p5.htm

Silva.J & Weinberg R.S (1999). *Psychological Foundations Of Sport.* Champaign, Illinois: Human Kinetics.

Wann, D. L. (1997). *Sport psychology.* New Jersey : Prentice - Hall, Inc.

Weinberg, R.S & Gould,D (1999). *Foundations Of Sport And Exercise Psychology.* Champaign,IL: Human Kinetics.

Weinberg, Tenanbaum, Mckenzie, A. Jackson, S.Anshel, M. Gove & Forgarty.G (2000). Motivation For Youth Participation In Sport And Physical Activity; Relationship To Culture, Self Reported Avtivity Level And Gender. *International Journal of sport psychological 3,.* 321-346.

Weinberg, R.Burton D. dan Weigand, D., (1993). Goal Setting In Competitive Sport: An Exploratory Investigation Of Practices Of Collegiate Athletes. *The Sport Psychologist, 7,* 275-289.

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

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

KAJIAN UMUM TENTANG PERASAAN PESERTA PERKHEMAHAN KETIKA MELAKUKAN AKTIVITI ELEMEN ARAS TINGGI (HIGH ROPE)

SEMUA KENYATAAN YANG ANDA BERIKAN ADALAH SULIT DAN HANYA UNTUK TUJUAN PENYELIDIKAN INI SAHAJA.

Tarikh : _____

BAHAGIAN A : MAKLUMAT UMUM

Tandakan (/) dalam kotak yang berkenaan.

1. Jantina

   ☐ Lelaki ☐ Perempuan

2. Keturunan

   ☐ Melayu / Bumiputra ☐ Cina ☐ India ☐ Lain-lain

3. Umur saya sekarang ialah _____ tahun.

4. Nyatakan satu jenis aktiviti yang paling banyak anda terlibat atau berpengalaman?
   Nyatakan : _____

5. Nyatakan satu jenis aktiviti perkhemahan yang anda terlibat SEKARANG.
   Nyatakan : _____

6. Kekerapan penglibatan atau pengalaman anda dalam aktiviti SEKARANG.

   ☐ Tidak pernah ☐ Kurang dari 4 kali

   ☐ Kurang dari 2 kali ☐ Kurang dari 6 kali

7. Peringkat tertinggi penglibatan anda dalam aktiviti sekarang (seperti di nombor 5).

   ☐ Sekolah ☐ Daerah ☐ Negeri

   ☐ Kebangsaan ☐ Antarabangsa

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

BAHAGIAN B

CSAI – 2

Arahan : Berikut terdapat pernyataan bagaimana perasaan anda pada ketika menghadapi aktiviti ini. Anda dinasihatkan supaya tidak mengambil masa yang lama pada mana-mana pernyataan. Tidak ada jawapan yang BETUL atau SALAH.

Baca setiap pernyataan dan **BULATKAN** pilihan anda samada :

Skala	**1**	**2**	**3**	**4**
Pernyataan	**Tidak ada sama sekali**	**Sedikit**	**Sederhana**	**Terlalu banyak**

BIL	PERASAAN	PILIHAN			
1.	Saya risau berkenaan dengan aktiviti ini.	1	2	3	4
2.	Saya berasa gementar.	1	2	3	4
3.	Saya berasa lega.	1	2	3	4
4.	Saya berasa ragu-ragu.	1	2	3	4
5.	Saya berasa gugup.	1	2	3	4
6.	Saya berasa selesa.	1	2	3	4
7.	Saya berasa risau jika tidak dapat melakukan yang terbaik.	1	2	3	4
8.	Badan saya berasa tegang.	1	2	3	4
9.	Saya mempunyai keyakinan diri.	1	2	3	4
10.	Saya risau jika mengalami kegagalan.	1	2	3	4
11.	Saya berasa tidak selesa di bahagian perut.	1	2	3	4
12.	Saya rasa selamat.	1	2	3	4
13.	Saya risau terhadap tekanan yang akan dialami.	1	2	3	4
14.	Badan saya berasa tenang.	1	2	3	4
15.	Saya yakin saya boleh mengatasi cabaran ini.	1	2	3	4

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

Skala	1	2	3	4
Pernyataan	Tidak ada sama sekali	Sedikit	Sederhana	Terlalu banyak

BIL	PERASAAN	PILIHAN			
16.	Saya risau jika gagal mempamerkan yang terbaik.	1	2	3	4
17.	Jantung saya berdegup pantas.	1	2	3	4
18.	Saya yakin boleh melakukannya dengan baik.	1	2	3	4
19.	Saya bimbang tentang pencapaian matlamat.	1	2	3	4
20.	Saya berasa kecut perut.	1	2	3	4
21.	Fikiran saya tenang.	1	2	3	4
22.	Saya risau jika orang lain kecewa dengan pencapaian saya.	1	2	3	4
23.	Tangan saya berpeluh atau basah.	1	2	3	4
24.	Saya yakin dan dapat bayangkan akan berjaya mencapai matlamat.	1	2	3	4
25.	Saya risau jika saya gagal memberi tumpuan sepenuhnya.	1	2	3	4
26.	Badan saya rasa kejang.	1	2	3	4
27.	Saya yakin dapat mengawal tekanan perasaan.	1	2	3	4

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

Sumber : Rainer Martens, Robin S. Vealey, Damon Burton (1990). *Competitive Anxiety In Sport.* Human Kinetic Publishers, Inc.

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

BAHAGIAN C

SOAL SELIDIK MOTIF PENGLIBATAN DALAM PERKHEMAHAN / AKTIVITI FIZIKAL

Senarai di bawah adalah sebab mengapa seseorang itu terlibat dalam perkhemahan atau aktiviti fizikal. Anda dikhendaki memberi maklumbalas pada setiap soalan yang dikemukakan dengan **membulatkan** nombor mengikut pilihan skala di bawah.

Skala	**1**	**2**	**3**
Pernyataan	**Tidak penting langsung**	**Sederhana penting**	**Sangat penting**

1.	Saya mahu meningkatkan kemahiran saya.	1	2	3
2.	Saya mahu bersama dengan rakan-rakan.	1	2	3
3.	Saya ingin mencapai kejayaan.	1	2	3
4.	Saya dapat melepaskan tenaga lebihan dari badan.	1	2	3
5.	Saya suka mengembara.	1	2	3
6.	Saya ingin mengekalkan bentuk badan.	1	2	3
7.	Saya suka pada sesuatu yang menakjubkan.	1	2	3
8.	Saya suka kepada kerjasama berpasukan	1	2	3
9.	Keluarga dan kawan rapat saya inginkan saya bermain.	1	2	3
10.	Saya mahu belajar kemahiran baru.	1	2	3
11.	Saya suka bertemu dengan rakan baru.	1	2	3
12.	Saya suka lakukan sesuatu yang sesuai dengan kebolehan saya.	1	2	3
13.	Saya mahu melepaskan tekanan hidup.	1	2	3
14.	Saya suka ganjaran.	1	2	3
15.	Saya suka untuk bersenam.	1	2	3
16.	Saya suka menghabiskan masa dengan melakukan sesuatu.	1	2	3

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

Skala	1	2	3
Pernyataan	Tidak penting langsung	Sederhana penting	Sangat penting

17.	Saya suka pada sesuatu aksi.	1	2	3
18.	Saya suka kepada semangat berpasukan.	1	2	3
19.	Saya suka keluar dari rumah untuk pergi bersukan.	1	2	3
20.	Saya suka untuk bersaing.	1	2	3
21.	Saya suka dianggap penting.	1	2	3
22.	Saya suka berada dalam pasukan itu.	1	2	3
23.	Saya mahu terus berada di tahap yang lebih tinggi.	1	2	3
24.	Saya ingin berada dalam keadaan fizikal yang cergas.	1	2	3
25.	Saya ingin menjadi popular.	1	2	3
26.	Saya suka kepada cabaran itu.	1	2	3
27.	Saya suka kepada jurulatih saya.	1	2	3
28.	Saya ingin dapatkan status atau pengiktirafan.	1	2	3
29.	Saya suka keseronokan.	1	2	3
30.	Saya suka menggunakan peralatan atau kemudahan yang disediakan.	1	2	3

Sumber : Diane L. Gill, John B. Gross & Sharon Huddleston (1983). *Participation Motivation Questionnaire (PMO)*. International Journal of Sport Psychology, 14:1-14.

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

BAHAGIAN D

Skala Jawapan		
1 = Sangat tidak setuju	2 = Tidak setuju	3 = Tidak kisah
4 = Setuju	5 = Sangat setuju	

Saya rasa amat berpuas hati dan merasa berjaya dalam aktiviti Elemen Aras Tinggi (High Rope) apabila :

1.	Saya boleh melakukan sesuatu kemahiran atau pergerakan	1	2	3	4	5
2.	Dapat mempelajari kemahiran baru dan menyebabkan saya ingin terus berlatih / berusaha untuk melakukannya.	1	2	3	4	5
3.	Saya boleh melakukan lebih baik dari orang lain.	1	2	3	4	5
4.	Orang lain tidak boleh melakukan pergerakan / kemahiran sebaik saya.	1	2	3	4	5
5.	Saya dapat mempelajari sesuatu yang seronok untuk diamalkan.	1	2	3	4	5
6.	Saya melakukannya tanpa kesilapan berbanding orang lain.	1	2	3	4	5
7.	Saya mempelajari kemahiran baru dengan bersungguh-sungguh.	1	2	3	4	5
8.	Saya berlatih / bertanding dengan tekun.	1	2	3	4	5
9.	Saya selalu mendapat keputusan terbaik.	1	2	3	4	5
10.	Apa yang dipelajari mendorong saya untuk terus berlatih / memahami perkara yang baru saya pelajari.	1	2	3	4	5
11.	Saya adalah yang terbaik.	1	2	3	4	5
12.	Saya merasakan kemahiran yang saya pelajari serasi / sesuai dengan saya.	1	2	3	4	5
13.	Saya dapat melakukan yang terbaik.	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

PENGESAHAN

Penulisan ilmiah ini telah diterima dan diluluskan untuk memenuhi syarat kursus Kertas Laporan Projek QSS 6006 bagi memperolehi Sarjana Pendidikan Sains Sukan, Fakulti Sains Sukan, Universiti Pendidikan Sultan Idris, Tanjong Malim, Perak Darul Ridzuan.

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

.....

(Dr. Ong Kuan Boon)

Penyelia Kursus QSS 6006

Kertas Laporan Projek

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