



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

PERKAITAN TAHAP KETANGKASAN DENGAN TAHAP MASA TINDAK BALAS DI KALANGAN PEMAIN BOLA JARING SEKOLAH-SEKOLAH KEBANGSAAN ZON SRI AMAN, SARAWAK.

HABIBAH NOR BINTI HAJI LAILI



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2007



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

**PERKAITAN TAHAP KETANGKASAN DENGAN TAHAP MASA TINDAK
BALAS DI KALANGAN PEMAIN BOLA JARING SEKOLAH-SEKOLAH
KEBANGSAAN ZON SRI AMAN, SARAWAK.**

HABIBAH NOR BINTI HAJI LAILI

**FAKULTI SAINS SUKAN
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS,**

2007

PENGAKUAN

Saya mengaku bahawa kertas ilmiah ini adalah hasil kerja saya sendiri kecuali nukilan-nukilan dan ringkasan-ringkasan yang setiap satunya telah dijelaskan sumber rujukannya.

14 April 2007

.....
(HABIBAH NOR BINTI HAJI LAILI)
M20061000075



Saya mengesahkan bahawa pelajar ini, Habibah Nor Binti Laili telah berjaya menyiapkan kertas ilmiah bertajuk “Perkaitan Tahap Ketangkasan dengan Tahap Masa Tindak Balas Di Kalangan Pemain Bola Jaring Sekolah-Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak” dan memperakukan telah diterima sebagai memenuhi sebahagian syarat keperluan kursus Ijazah Sarjana Pendidikan (Sains Sukan).



Penyelia Kertas Projek QSS 6006
Encik Hishamudin bin Ahmad
Pensyarah Fakulti Sains Sukan
Universiti Pendidikan Sultan Idris

Tarikh : _____





PENGHARGAAN

Bersyukur ke Hadrat Allah Yang Maha Esa kerana dengan izin dan limpah kurniaNya, dapatlah saya menyempurnakan penulisan kertas ilmiah QSS 6006 ini. Dengan izinNYA jua dapatlah saya menyiapkan penulisan kertas ilmiah ini bagi memenuhi syarat bergraduasi Ijazah Sarjana Pendidikan Sains Sukan. Walaupun menghadapi pelbagai kesukaran, namun saya dapat menempuh dengan jayanya.

Saya ingin merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan jutaan terima kasih khasnya untuk penyelia dan merangkap sebagai penyelaras Encik Hishamudin Bin Ahmad di atas tunjuk ajar, bimbingan, pendapat dan idea serta cadangan yang begitu bermakna sehinggalah saya berjaya menyiapkan penulisan kajian ini. Setinggi ucapan terima kasih juga dirakamkan kepada semua pensyarah yang terlibat dalam Program Eksekutif Master Sains Sukan sesi 2006/2007 di atas segala tunjuk ajar dan ilmu pengetahuan yang diberikan sepanjang sesi kuliah dijalankan. Ribuan terima kasih juga diberikan untuk Encik Abang Ismail Abang Julaihi (UKM) kerana telah sudi dan banyak menghulurkan bantuan kepada saya dalam menjayakan kajian ini.

Sekalung terima kasih diucapkan kepada Guru-Guru Besar Sekolah Kebangsaan Saint Luke's, Sekolah Kebangsaan Saint Lawrence, Sekolah Kebangsaan Abang Aing, Sekolah Kebangsaan Sri Aman, Sekolah Kebangsaan Agama Sri Aman, Sekolah Jenis Kebangsaan Chong Hua Sri Aman, Sekolah Kebangsaan Tan Sri Datuk Haji Mohammad, Matang, Kuching serta semua pemain seramai 120 orang yang terlibat secara langsung membantu saya dalam menyiapkan penulisan kertas ilmiah ini. Tidak ketinggalan juga kepada rakan-rakan sepengajian Salmi Bt Lek, Chandrawati Bt Ibrahim, Norida Bt Ahmad, Siti Norbaya Bt Marikan, Lucy, Rasia dan semua rakan Program Eksekutif Master Sains Sukan sesi 2006/2007 yang telah memberi sumbangan dan idea dan tidak dilupakan kepada saudaraku Mah-Mhad Zul Kenedy Bin Laili yang banyak membantu, sekalung penghargaan untuk kalian.

Tanpa pengorbanan, pengertian dan sokongan dari suami tersayang, Encik Affandi Bin Ali tidak mungkin kejayaan ini menjadi kenyataan. Dari idea dan bantuan seratus peratus dari beliau membolehkan saya melangkah sejauh ini. Kepada insan kecil kesayangan saya Affifah Nor Affandi, pengorbanan anak yang selalu ibu tinggalkan tinggalkan menjadi azimat dan penguat untuk menghabiskan pengajian ini.

Akhir sekali, sekalung terima kasih tidak terhingga diucapkan kepada bonda dan ayahanda yang telah banyak berkorban dan memberi sokongan sepanjang pengajian ini. Sesungguhnya sumbangan yang diberikan amat berharga dan dihargai. Semoga jasa baik dari semua pihak yang terlibat baik secara langsung atau tidak langsung mendapat keberkatan dari Allah S.W.T.





ABSTRAK

Penyelidikan ini dijalankan bertujuan untuk mengkaji perkaitan tahap ketangkasan dan tahap masa tindak balas di kalangan pemain bola jaring Sekolah-Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak. Kajian ini dibuat untuk meninjau pemain dari posisi manakah yang memiliki tahap ketangkasan dan tahap masa tindak balas yang terbaik dalam satu-satu pasukan bola jaring. Penyelidik telah menggunakan khidmat seramai 120 pemain sebagai sampel kajian ini. Para pemain ini dipilih dari 6 buah sekolah rendah di sekitar Bandar Sri Aman, Sarawak. Dari setiap sekolah, seramai 20 orang pemain dari pelbagai posisi dipilih sebagai subjek kajian. Kajian ini bersifat kuantitatif kerana data yang diperolehi adalah berdasarkan skor ujian ketangkasan dan skor ujian masa tindak balas. Dapatan kajian menunjukkan bahawa, tahap ketangkasan dan tahap masa tindak balas bagi semua posisi dalam permainan bola jaring adalah berbeza. Ujian Ketangkasan Lompat Kuadran dan Ujian Larian Boomerang menunjukkan dapatan min yang berbeza antara satu sama lain. Begitu juga ujian masa tindak balas ujian larian Zigzag dan Ujian Tindak Balas Pilihan Nelson juga berbeza. Perkaitan antara tahap ketangkasan dan tahap masa tindak balas menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan. Kesemua hipotesis nul diterima. Menariknya, keputusan Korelasi Pearson menunjukkan Ujian Ketangkasan Larian Boomerang ($M=4.15$, $S.D=.368$) dan ujian Tindak Balas Nelson ($M=3.85$, $S.D=.734$). Perbezaan min ini menjadi nilai korelasi pearson untuk ketangkasan Larian Boomerang dengan Masa Tindak Balas Nelson ialah $r = .368$. Nilai signifikan $p=.383$ lebih besar dari nilai signifikan 0.05. Keputusan $p > 0.05$ menunjukkan terdapat korelasi antara Larian Boomerang dengan Masa Tindak Balas Nelson bagi pemain-pemain bola jaring Sekolah-Sekolah Kebangsaan dari Zon Sri Aman, Sarawak. Ini menunjukkan hipotesis diterima.





ABSTRACT

The Correlation Between The Measurement Of Agility and The Reaction Time Among
The Netball Players Of The National School In Sri Aman Zone Of Sarawak.

By : Habibah Nor Binti Laili

This study is aimed to analyses the correlation between the measurement of agility and the reaction time among the netball players of the national schools in Sri Aman Zone of Sarawak. This study is to investigate which position of the players must have the advantage in agility and reaction time in the netball team. In this investigation, 120 players were selected as a sample of the study. The players were selected from 6 primary schools in and around Sri Aman Town of Sarawak. 20 players were selected from each of these schools and at different positions of the game as the subjects of the study. This study is qualitative in nature because the data was obtained base on the scores of agility tests and the reaction time tests. The study shows that the measurement of agility and the reaction time in all positions are different in the netball game. In each of the Quadrant Jump Tests and the Boomerang Run Tests shows the different in mean. There is also a different in mean between the Zigzag Run Tests and the Nelson Choice-Response Movement Tests. There is no significant correlation between the measurement of agility tests and the reaction time tests. All the null of the hypothesis are accepted. The result of the Pearson Correlation shows that the Boomerang Run Tests ($M=4.15$, $S.D=.365$) and the Nelson Choice-Response Movement Tests ($M=3.85$, $S.D=.734$) have different mean. The different mean in the Pearson Correlation value for the Boomerang Run Tests and the Nelson Choice-Response Movement Tests is $r = .368$. The significant value of $p = .383$ is bigger then the significant value of 0.05 . The result of $p > 0.05$ shows that there is correlation between the Boomerang Run Tests and the Nelson Choice-Response Movement Tests for the netball players of the National School in Sri Aman Zone of Sarawak. This shows that the hypothesis is accepted.





KANDUNGAN

Muka Surat

PENGAKUAN	i
PENGESAHAN	iii
PENGHARGAAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KANDUNGAN	viii
SENARAI JADUAL	xii
SENARAI RAJAH	xiii

BAB I. PENDAHULUAN

1.1	Pengenalan	1
1.2	Penyataan Masalah	5
1.3	Kepentingan Kajian	6
1.4	Objektif Kajian	7
1.5	Persoalan Kajian	8
1.6	Hipotesis	9
1.7	Limitasi Kajian	10
1.8	Definisi Operasional	11

BAB II. TINJAUAN LITERATUR

2.1.	Pendahuluan	13
2.2.	Kajian Berkaitan Tentang Ketangkasan	13
2.3.	Kajian Berkaitan Tentang Masa Gerak Balas	30
2.4.	Rumusan	33



**Muka surat****BAB III. METODOLOGI KAJIAN**

3.1.	Pendahuluan	34
3.2	Reka bentuk kajian	34
3.3	Pembolehubah kajian	35
3.4	Pelaksanaan Kajian	37
3.5	Populasi Kajian	38
3.6	Subjek Kajian	39
3.7	Instrumen Kajian	39
3.8	Protokol Pengujian	44
3.9	Analisis Data	45

BAB IV. PENGANALISISAN DATA

4.1	Pengenalan	47
4.2	Demografi Subjek	48
4.3	Keputusan Ujian Ketangkasan Lompat kuadran.	50
4.4.	Keputusan Ujian Ketangkasan Larian Boomerang	53
4.5.	Keputusan Ujian Masa Tindak Balas Larian Zigzag	55
4.6.	Keputusan Ujian Masa Tindak balas Ujian Pilihan Nelson	58
4.7.	Kesimpulan	62

BAB V. PERBINCANGAN, RUMUSAN DAN CADANGAN

5.1.	Pengenalan	63
5.2.	Perbincangan	64
5.3.	Rumusan	69
5.4.	Cadangan	69



**Muka susat****RUJUKAN**

72

LAMPIRAN

A	Arena Ujian Ketangkasan Lompat Kuadran	75
B	Arena Ujian Larian Boomerang	76
C	Ujian Tindak Balas Pilihan Nelson	77
D	Ujian Larian Zig-Zag	78
E	Surat Kelulusan Untuk Menjalankan Kajian	79
F	Surat kebenaran Membuat Kajian	81
G	Analisis statistik	82
H	Jadual Penentuan Saiz Sampel Dari Populasi	83

SENARAI JADUAL**Jadual**

4	Jadual Penentuan Saiz Saiz Sampel Dari Populasi	48
4.1	Taburan Subjek Berdasarkan Sekolah	49
4.2	Bilangan Demografi Subjek Berdasarkan Posisi	50
4.3	Taburan Min Dan Sisihan Piawaian Bagi Ujian Ketangkasan Lompat Kuadran	51
4.4	Keputusan Ujian Anova Satu Hala Bagi Ujian Lompat Kuadran	52
4.5	Keputusan Ujian Anova Ujian Lari Zigzag	53
4.6	Taburan Min Dan Sisihan Piawaian Bagi Ujian Larian Boomerang	55
4.7	Keputusan Ujian Anova Satu Hala Ujian Lompat Kuadran	56
4.8	Keputusan Ujian Anova Ujian Tindak Balas Pilihan Nelson	57
4.9	Taburan Min Dan Sisihan Piawaian Bagi Ujian Larian Zigzag	59
4.10	Taburan Min Dan Sisihan Piawaian Bagi Ujian Tindak Balas Pilihan Nelson.	60





Muka surat

SENARAI RAJAH

RAJAH

1.1	Carta Aliran Pelaksanaan Kajian	37
4.1	Menunjukkan Demografi Subjek Berdasarkan Graf Bar	50
4.2	Menunjukkan Min Bagi Ujian Lompat Kuadran	51
4.3	Menunjukkan Min Bagi Ujian Larian Boomerang	54
4.4	Menunjukkan Min Bagi Ujian Zigzag	56
4.5	Menunjukkan Min Bagi Posisi Subjek	59





BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Pengenalan

Pasukan bola jaring yang menguasai gabungan elemen kemahiran, kecergasan fizikal, kemahiran teknikal dan strategi yang mantap akan mempersembahkan corak permainan yang cemerlang dan beroleh kejayaan. Untuk mencapai tahap prestasi yang optimum, atlet perlu memiliki dan menguasai gabungan komponen-komponen kecergasan fizikal. Komponen yang diperlukan ialah kekuatan otot, daya tahan otot, daya tahan kardiovaskular, imbalan, kelenturan, ketangkasan, kepantasan, kesedaran kemampuan tubuh badan, serta koordinasi mata, tangan, dan kaki (Kirkendall, et al, 1982).

Menurut (Corbin dan Lindsey, 1988) kecergasan fizikal boleh dibahagikan kepada dua, iaitu kecergasan berlandaskan kesihatan dan kecergasan berlandaskan perlakuan motor. Menurut Falls (1980), kecergasan fizikal terbahagi kepada dua iaitu kecergasan fizikal untuk kesihatan dan kecergasan fizikal untuk prestasi. Kecergasan fizikal untuk kesihatan yang merangkumi aspek yang berkaitan dengan fungsi fisiologi dan psikologi yang dipercayai memberi individu perlindungan dari ancaman





penyakit hipokinetik seperti sakit jantung, obesiti dan pelbagai penyakit otot dan tulang. Kecergasan fizikal untuk prestasi pula merujuk kepada fungsi dan keupayaan individu untuk bertanding dalam aktiviti sukan dengan bertenaga, berdaya kuasa, kekuatan, berdaya tahan, berkemahiran dan sebagainya.

Sharkey, (1990) menyatakan bahawa kecergasan fizikal merupakan aspek-aspek yang berkait dengan prestasi jantung, peparu dan otot-otot badan. Selain itu, disebabkan kecergasan fizikal melibatkan perlakuan manusia pastinya ia mempengaruhi kualiti minda seperti kesedaran minda dan kestabilan emosi. Kualiti perspektif kesihatan harus dimiliki oleh seseorang ahli sukan termasuklah bola sepak (Luxbacher, 1987; Hopper & Davis, 1988; Beck, 1991; dan Hazaldine, 1992) Walaupun perkembangan kecergasan fizikal dipengaruhi oleh umur, jantina, baka, tabiat senaman dan amalan permakanan, kecergasan yang optimum tidak mungkin dicapai melainkan melalui aktiviti fizikal yang efisien Heyward, (1997).



Kecergasan fizikal boleh didefinisikan sebagai kemampuan seseorang melakukan pekerjaan harian dengan cergas tanpa mengalami kelesuan serta masih lagi mempunyai tenaga berlebihan untuk menikmati masa lapang atau menghadapi waktu kecemasan Clarke (1976). Secara umumnya pula kecergasan boleh ditaksirkan sebagai keadaan tubuh badan yang sihat dan cergas, serta tidak berasa penat dan letih.

Menurut Akademi Pendidikan Jasmani Amerika Syarikat (AAHPERD, 1979), kecergasan fizikal ialah keupayaan melaksanakan tugas harian dengan cekap dan cergas tanpa rasa kepenatan yang berlebihan serta mempunyai tenaga yang mencukupi untuk aktiviti riadah. Selain itu seseorang yang cergas dari segi fizikal haruslah sanggup menghadapi cabaran keadaan-keadaan kecemasan yang mungkin timbul.

Menurut Safrit (1981), kecergasan fizikal ialah keupayaan badan untuk penyesuaian kepada aktiviti lasak dan berupaya untuk pulih kembali dengan cepat.





Beliau juga menekankan yang kecergasan fizikal ialah suatu konstruk multidimensi yang tidak boleh diberi gambaran melalui satu dimensi komponen kecergasan sahaja. Ini adalah kerana setiap komponen menyumbang ke arah kebolehan individu melakukan kerja secara efektif.

Setiap individu perlu melaksanakan aktiviti-aktiviti fizikal mengikut kaedah yang sesuai, bagi mencapai tahap kecergasan. Mereka yang mempunyai tahap kecergasan yang baik khususnya kecergasan kardiovaskular boleh membantu pemain bola jaring bermain dengan cemerlang tanpa sebarang gangguan seperti kelesuan atau kekejangan otot semasa beraksi di gelanggang.

Bagi permainan bola jaring, pemain-pemain yang memiliki tahap ketangkasan dan gerak balas yang baik akan sentiasa mengawal tahap kecergasan fizikal dan mempertingkatkan tahap kemahiran dan penguasaan teknik dalam bola jaring. Bagi memastikan agar tahap kecergasan dapat dikekalkan (Pollock, 1973; & Wilmore, 1976) juga telah mencadangkan agar diadakan program-program latihan yang sesuai dan berkesan dalam meningkatkan prestasi tahap ketangkasan dan masa tindak balas atlet.

Kedua-dua komponen ini penting kerana corak permainan yang melibatkan pergerakan yang cepat dan pantas, seperti berhenti dengan tiba-tiba, menukar arah dan memulakan pergerakan dengan pantas serta lancar dan sebagainya. Oleh kerana kejayaan dalam permainan ini dipengaruhi ketangkasan dan masa tindak balas pemain-pemain maka adalah lebih bermakna jurulatih memberi penekanan kepada pembinaan dan penguasaan elemen ini semasa latihan.

Menurut Beashel dan Taylor (1996), tahap kecergasan motor pelajar boleh dipertingkatkan dan diperkembangkan melalui latihan. Menurut (Faria, 1970) kecergasan kardiovaskular adalah seimbang dengan ketinggian intensiti latihan yang





dilakukan individu, iaitu semakin tinggi tahap latihan yang dilakukan semakin tinggi tahap kecergasannya.

Ketangkasan dan masa tindak balas merupakan bakat semula jadi yang seharusnya ada pada seseorang atlet, (Johnson & Nelson, 1986) dan diperakui oleh Dintiman (2001). Hastad dan Lacy (1998), serta Miller (1998) juga percaya bahawa ketangkasan dipengaruhi oleh genetik. Selain daripada genetik, tahap ketangkasan individu juga dipengaruhi oleh kelajuan, kekuatan, koordinasi dan imbalan statik (Miller, 1988).

Walaupun ketangkasan dan masa tindak balas dikaitkan dengan genetik tetapi tidak ramai antara penyelidik yang melihat secara terperinci hubungan antara ketangkasan dan masa tindak balas. Situasi ini menarik minat penyelidik untuk meninjau perkara ini dengan melihat perkaitan ketangkasan dan masa tindak balas di kalangan pemain-pemain bola jaring di sekolah-sekolah kebangsaan Zon Sri Aman



Sebagai pendidik atau jurulatih di sekolah, faktor ini tidak seharusnya diabaikan. Untuk kebaikan bersama maka tidak perlu membuang masa melatih pemain yang tidak memiliki tahap ketangkasan dan masa tindak balas yang baik untuk sukan yang berprestasi tinggi. Kita sudah sedia maklum pemain seperti itu tidak mampu mencapai prestasi yang setanding dengan pemain yang mempunyai tahap ketangkasan dan masa tindak balas yang cemerlang.





1.2 Penyataan Masalah

Buat masa sekarang tiada kajian sistematik yang dijalankan di peringkat sekolah kebangsaan untuk meninjau dan mengenal pasti hubungan yang signifikan di antara tahap ketangkasan dan masa tindak balas. Dalam menghasilkan pergerakan, pengetahuan tentang perkaitan di antara ketangkasan dan masa tindak balas ini dapat membantu jurulatih menyusun atur posisi dan strategi pemain-pemain di gelanggang semasa permainan bola jaring. Apakah latihan yang dijalankan berfungsi untuk memaksimumkan prestasi ketangkasan dan masa tindak balas yang sedia ada dan untuk meningkatkan ketangkasan dan tindak balas secara berterusan? Adakah seseorang individu perlu mempunyai tahap ketangkasan yang baik serta memiliki prestasi tindak balas masa yang baik?

Pengetahuan tentang perbandingan ketangkasan dan masa tindak balas penting dalam membantu usaha mereka untuk menilai ciri-ciri pemain Bola Jaring

Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman yang berpotensi. Pemain bola jaring yang terpilih sebagai subjek ini terdiri daripada mereka yang mempunyai latar belakang sukan yang sama, sebagai atlet di sekolah masing-masing.

Salah satu ciri yang membolehkan mereka untuk mengikut kajian ini ialah kecergasan fizikal. Namun, penyelidik menghadapi masalah iaitu tidak pasti adakah terdapat perkaitan yang ketara dari segi tahap ketangkasan dan masa tindak balas di kalangan mereka? Penyelidik juga ingin mengukur prestasi ketangkasan dan masa tindak balas secara individu dan membuat perkaitan secara sistematik tentang prestasi ketangkasan dan masa tindak balas pemain dalam kumpulan berkenaan.

Lebih teruja penyelidik mengharapkan agar penyelidikan ini memberi informasi bahawa pemain-pemain di posisi manakah yang menampak tahap





ketangkasan dan masa tindak balas yang lebih menonjol. Input ini akan dimanfaatkan oleh penyelidik bagi memastikan pemain-pemain di posisi mana yang memerlukan program-program latihan yang sesuai dan berkesan.

1.3 Kepentingan Kajian

Kajian ini diharap dapat memberi sumbangan kepada jurulatih-jurulatih tentang pentingnya tahap ketangkasan dan masa tindak balas bagi tujuan memilih pemain berpotensi di dalam sesebuah pasukan. Maklum balas kajian ini dianggap penting dalam menggalakkan jurulatih dan guru yang mengajar mata pelajaran Sains Sukan atau Pendidikan Jasmani supaya memberi penekanan terhadap tahap ketangkasan dan masa tindak balas dalam pengajaran dan pembelajaran.

Dapatan kajian ini juga dianggap penting kepada jurulatih atau pendidik Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani untuk mengetahui tentang cara menilai tahap ketangkasan dan tahap masa tindak balas pemain. Kajian ini juga penting sebagai pengalaman kepada penyelidik untuk diaplikasikan kepada pelajar apabila mereka melatih dan memilih pemain yang berpotensi.

Hasil kajian ini membolehkan jurulatih bola jaring menggunakan maklumat prestasi kecergasan fizikal terutamanya tahap ketangkasan dan masa tindak balas sebagai asas menempatkan pemain di dalam posisi yang sesuai dalam pasukan. Penguasaan dalam kemahiran pengujian dapat meningkatkan imej yang baik sebagai guru sukan. Ini dapat menjulang martabat guru sukan terutamanya dari sudut pandangan guru mata pelajaran lain yang selama ini memandang tugas guru sukan sebagai terlalu mudah dan kurang mencabar.





Kekurangan minat jelas dilaporkan oleh Jemaah Nazir Malaysia, Pusat Perkembangan Kurikulum, manakala dapatan seminar telah menggambarkan pengajaran Pendidikan Jasmani di sekolah masih berada pada tahap yang rendah. Di dalam beberapa kajian terdapat laporan yang mengatakan hanya 10 peratus daripada guru baru lepasan maktab perguruan menunjukkan minat yang bersungguh-sungguh untuk mengajar Pendidikan Jasmani (Jemaah Nazir Malaysia, 1973) dan pada amnya guru Pendidikan Jasmani mempunyai sikap yang lemah terhadap Pendidikan Jasmani (Pusat Perkembangan Kurikulum, 1997).

Teruja dengan kajian literatur juga menggambarkan bahawa Pendidikan Jasmani di sekolah berada di dalam keadaan krisis kerana ketidakpastian fokus, status, akauntibiliti dan kegagalan untuk memenuhi keperluan pelajar (Macdonald & Brooker, 1997). Pernyataan ini menggambarkan status Pendidikan Jasmani secara global.



Dapatan yang menggambarkan kegagalan dan yang berbau agak negatif tentang pembelajaran dan pengajaran Pendidikan Jasmani digalas di bahu guru semata-mata ini sememangnya mencemaskan. Ini menimbulkan semangat dan memberi dorongan kepada pengkaji bahawa pentingnya meneruskan kajian bagi memperlihatkan murid-murid sekolah rendah juga aktif dalam melibatkan diri dalam pertandingan sukan terutamanya permainan bola jaring.

1.4 Objektif Kajian

Sistem pendidikan di negara kita telah melalui beberapa tahap perkembangan yang telah membawa perubahan yang positif dalam pelbagai aspek pembangunan diri pelajar. Perkembangan insan atau pelajar yang seimbang dan harmoni daripada aspek





jasmani, emosi, rohani dan intelektual merupakan konsep utama dalam pelaksanaan Kurikulum Bersepadu Sekolah Rendah (KBSR) dan Kurikulum Bersepadu Sekolah Menengah (KBSM). Salah satu mata pelajaran yang ditawarkan kepada pelajar bagi tujuan mencapai hasrat murni Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK), khususnya dalam aspek pembangunan jasmani pelajar, ialah Pendidikan Jasmani (PJ). Dalam pelaksanaan Pendidikan Jasmani, kita perlu melihat lebih mendalam objektif kajian yang ingin dicapai daripada kajian ini merangkumi aspek-aspek :

- i. Menenal pasti tahap ketangkasan dan tahap masa gerak balas pemain bola jaring Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak.
- ii. Menenal pasti perkaitan di antara ketangkasan dan masa tindak balas pemain bola jaring Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak.
- iii. Menenal pasti perbezaan tahap ketangkasan di antara pemain yang berbeza posisi dalam pasukan bola jaring Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak.
- iv. Menenal pasti perbezaan tahap masa tindak balas di kalangan pemain yang berbeza posisi dalam pasukan bola jaring Sekolah Kebangsaan Zon Sri Aman, Sarawak.

1.5 Persoalan Kajian

Berdasarkan kepada masalah kajian yang telah dikenal pasti, penyelidik menyenaraikan persoalan seperti berikut:

1. Adakah terdapat perbezaan dari segi ketangkasan di kalangan pemain yang berbeza posisi permainan mereka?





2. Adakah terdapat perbezaan dari segi masa tindak balas di kalangan pemain yang berbeza posisi permainan mereka?
3. Pemain dari posisi yang manakah yang memiliki ketangkasan dan tahap masa tindak balas yang lebih baik?
4. Adakah ketangkasan dipengaruhi oleh masa tindak balas pemain?

1.6 Hipotesis Kajian

Berdasarkan kesinambungan kajian, penyelidik dengan ini memilih hipotesis seperti berikut:

1. Tidak terdapat perbezaan dari segi skor ujian lompat kuadran bagi pemain yang berbeza posisi.
2. Tidak terdapat perbezaan dari segi skor zigzag bagi pemain yang berbeza posisi.
3. Tidak terdapat perbezaan dari segi skor larian boomerang bagi pemain yang berbeza posisi.
4. Tidak terdapat perbezaan dari segi skor tindak balas Nelson bagi pemain yang berbeza posisi.
5. Tidak terdapat korelasi di antara tahap ketangkasan Ujian Lompat Kuadran dengan tahap masa tidak balas larian Zigzag bagi pemain bola jaring bagi pemain Sekolah-Sekolah Kebangsaan di Zon Sri Aman, Sarawak.
6. Tidak terdapat korelasi di antara tahap ketangkaasan Ujian Larian Boomerang dengan tahap masa ujian Tidak Balas Nelson bagi pemain bola jaring bagi pemain Sekolah-Sekolah di Zon Sri Aman, Sarawak.





1.7. Limitasi Kajian

Sememangnya terdapat beberapa batasan tertentu di dalam kajian ini. Di antara batasan tersebut adalah dari segi sampel kajian, lokasi kajian, dan kesungguhan subjek menjalankan ujian-ujian yang disediakan oleh penyelidik. Penyelidik telah memilih subjek yang terlibat dalam kajian ini adalah dari kalangan murid Tahap II. Mereka adalah terdiri daripada pemain bola jaring yang sering mewakili sekolah masing-masing. Sebanyak enam buah sekolah daripada 46 buah sekolah kebangsaan di Zon Sri Aman yang dipilih untuk dijadikan subjek bagi ujian ketangkasan dan masa tindak balas ini.

Kajian ini telah dijalankan di Kompleks Sukan Sri Aman, Sarawak. Kompleks Sukan ini merupakan stadium yang terkini dan tercanggih di kawasan Sri Aman. Di kompleks ini disediakan gelanggang badminton dan gelanggang serba guna serta trek untuk acara olahraga. Sebagai bukti pihak berkuasa prihatin dan menggalakkan masyarakat mengambil berat tentang kesihatan maka turut disediakan dua kemudahan kolam. Kompleks ini dibina di tengah-tengah bandar Sri Aman.

Dapatan daripada ujian ini akan dipengaruhi oleh kesungguhan penglibatan subjek terhadap ujian ketangkasan dan masa tindak balas yang telah dirancang. Sekiranya, subjek melakukan ujian dengan bersungguh-sungguh, ini akan menghasilkan skor yang baik. Scott (1999), menegaskan bahawa sikap mempunyai kaitan dengan emosi. Boleh dikatakan bateri ujian yang disediakan oleh penyelidik agak mencabar dan baru bagi mereka. Pelaksanaan program menguji bateri ujian ketangkasan dan masa tindak balas ini tertunda beberapa kali kerana sepanjang tempoh dua bulan Bandar Sri Aman mengalami cuaca tidak menentu akibat jerebu. Persekitaran pula merupakan latar kepada sesuatu tingkahlaku.





1.8 Definisi Operasional

Untuk mengelak daripada berlakunya kekeliruan dan kefahaman yang berbeza tentang maksud yang ingin disampaikan, beberapa istilah yang spesifik berhubung dengan kajian ini dihuraikan secara terperinci;

1.8.1 Masa tindak balas

Masa tindak balas merujuk kepada keupayaan seseorang individu bertindak balas terhadap rangsangan dalam jangka masa yang singkat.

1.8.2 Ketangkasan



Ketangkasan ialah kebolehan individu menukarkan arah kedudukan badan atau sebahagian badan dengan cepat dan pantas. Ujian ketangkasan lazimnya mempunyai tiga komponen iaitu pertukaran dalam arah larian, perubahan dalam kedudukan badan dan pertukaran arah sebahagian badan.

1.8.3 Posisi pemain

Kedudukan atau susun atur pemain mengikut fungsi dalam permainan bola jaring. Dalam pasukan bola jaring terdapat tujuh posisi pemain yang mempunyai peranan yang berlainan antara satu dengan yang lain. Posisi pemain dalam bola jaring dikenali sebagai C (Centre), GK (Goalkeeper), GA (Goal Attack), GS (Goal Shooter), WA (Wing Attack), WD (Wing Defence) dan GD (Goal Defence).





1.8.4 Ujian Larian Boomerang ke Kanan

Ujian yang digunakan untuk mengukur ketangkasan ketika menukar arah pergerakan dan posisi tubuh semasa membuat larian.

1.8.5 Ujian Tindak Balas Pilihan Nelson

Ujian ini untuk mengukur kebolehan bertindak dan bergerak pantas dan seterusnya mengikut pilihan stimulasi (rangsangan). Dipercayai ujian jenis ini memerangsang beberapa bentuk pergerakan yang terdapat dalam sebilangan sukan.

1.8.6 Larian Zigzag



Bateri ujian kecergasan motor digunakan untuk mengukur ketangkasan dan kepantasan bertindak.

1.8.7 Ujian Lompat Kuadran

Ujian yang digunakan untuk mengukur ketangkasan ketika menukar arah pergerakan dan posisi tubuh semasa melompat berulang-ulang ke arah yang berbeza dengan secepat yang boleh.

