

HUBUNGAN ANTARA MOTIVASI PENYERTAAN SUKAN DAN PRESTASI AKADEMIK DALAM KALANGAN PELAJAR SEKOLAH MENENGAH

THE RELATIONSHIP BETWEEN SPORTS PARTICIPATION MOTIVATION AND ACADEMIC PERFORMANCE AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS

Nur Amirah Aqilah Zarawi^{1*}
Denise Koh Choon Lian²

^{1,2} Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), Bangi, Selangor
Correspondence: amirahqylah98@gmail.com

Article history

Received date : 19-9-2023
Revised date : 20-9-2023
Accepted date : 16-12-2023
Published date : 31-12-2023

To cite this document:

Zarawi, N. A. A. & Lian, D. K. C. (2023). Hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. *Jurnal Penyelidikan Sains Sosial (JOSSR)*, 6(21), 42 - 62.

Abstrak: Bersukan atau melibatkan diri dengan aktiviti fizikal amat baik untuk kesihatan fizikal dan mental serta menjadi penting dalam kalangan masyarakat. Bersukan mampu menyuntik motivasi seseorang sebagai salah satu gaya hidup sihat yang bebas daripada penyakit kronik dan masalah obesiti. Penglibatan pelajar dalam sukan bukan hanya sebagai profesional namun satu kepentingan yang besar untuk pendidikan dan kesihatan. Namun, dapatan daripada kajian lepas mendapati bahawa prestasi kokurikulum pelajar berada pada tahap rendah secara keseluruhannya sehingga memberi kesan terhadap pencapaian akademik dan tahap kecergasan pelajar berada pada tahap sederhana. Maka, kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Borang soal selidik kajian diedarkan dalam bentuk dwibahasa secara dalam talian. Instrumen yang digunakan dalam kajian ini adalah Sport Participation Motivation (PMQ) dan Academic Performance Scale (APS) melalui pendekatan student involvement theory. Seramai 373 orang responden dipilih menggunakan persampelan secara rawak mudah yang terdiri daripada pelajar sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor. Dapatan kajian menyatakan skor min paling tinggi dalam motivasi penyertaan sukan adalah keseronokkan dengan ($M = 4.44$, $SP = .78$) dan skor min paling rendah adalah pencapaian dengan nilai ($M = 4.03$, $SP = .70$). Seterusnya, dapatan kajian mendapati terdapat perbezaan yang signifikan motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah berdasarkan jantung iaitu ($U = 13214.000$, $p = <.001$). Hasil kajian juga menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan iaitu positif antara motivasi penyertaan sukan terhadap prestasi akademik, ($r = 0.596$, $p = <.001$). Analisis deskriptif, Mann Whitney-U dan korelasi Spearman's Rho digunakan dalam kajian ini. Kesimpulannya, pengkaji dapat menyimpulkan bahawa aspek dalam motivasi penyertaan sukan mempunyai hubungan terhadap prestasi akademik pelajar dan perlu ditambahbaik pada masa hadapan dan merangka

program yang bersesuaian bagi menarik minat dan mengekalkan gaya hidup yang aktif pelajar seiring dengan potensi akademik yang lebih cemerlang.

Kata kunci: *Motivasi, Sukan, Prestasi, Akademik, Pelajar*

Abstract: *This study aims to better understand language anxiety among international students. Its goal is to convey the stress that international students experience when learning English, especially in preparation for the IELTS exam. Additionally, it is to observe how students handle and overcome strain and worry when getting ready for the IELTS exam. International students' actual experiences at Albukhary International University served as the basis for this study. Eight students from different countries were interviewed to understand in-depth their experiences in studying for IELTS. The respondents were questioned about how they prepared for the IELTS exam, the difficulties they encountered, how they dealt with their language anxieties, and their experiences while getting ready for the test.*

Keywords: *language anxiety, lack of experience, IELTS exam, international students.*

Pengenalan

Peranan sukan dan aktiviti fizikal amat penting sebagai strategi yang berpotensi menyumbang kepada matlamat kesihatan, sosial dan ekonomi (Jalil Moradi, 2020). Menurut World Health Organization (WHO) (2011), kanak-kanak dan remaja boleh mendapat manfaat daripada aktiviti fizikal dari segi kesihatan dengan membina otot badan, meningkatkan daya tahan sistem kardiovaskular, mengimbangkan berat badan yang ideal dan meningkatkan kesihatan mental dan kualiti hidup individu (Ryan E. Rhodes, 2008). Malah, sejak beberapa dekad yang lalu, peluang untuk individu menyertai aktiviti sukan semakin meningkat tanpa mengira perbezaan jantina, bangsa, dan agama. Penglibatan yang berterusan dalam aktiviti sukan amat digalakkan bagi memastikan individu terus bergiat aktif serta mampu mengurangkan penyakit kronik seperti diabetes, jantung, tekanan darah tinggi dan masalah obesiti yang kian meruncing.

Pada masa kini, sukan beransur-ansur memberi kesan positif terhadap kesihatan fizikal dan mental serta menjadi penting dalam kalangan masyarakat. Perhatian di peringkat akar umbi diperlukan bagi membentuk generasi yang seimbang selaras dengan Falsafah Pendidikan Kebangsaan, merujuk surat Pekeliling Ikhtisas Bilangan 1/1985 bertarikh 2 Januari 1985, Setiap pelajar, sama ada bersekolah di sekolah kerajaan atau bukan kerajaan, dikehendaki menyertai sekurang-kurangnya satu sukan atau permainan, satu aktiviti persatuan atau kelab, dan satu aktiviti pasukan beruniform (Nor Suhara, 2010). Bersukan mampu menyuntik motivasi seseorang sebagai salah satu gaya hidup sihat yang bebas daripada penyakit kronik yang juga termasuk dalam komponen positif (kesejahteraan) yang dikaitkan dengan kualiti hidup. Penyertaan pelajar dalam bersukan juga berupaya mengurangkan masalah disiplin ke tahap minima. Menurut Patrick (1994), pelajar sekolah rendah dan menengah perlu digalakkan untuk menyertai sukan kerana dengan penglibatan tersebut akan memberi inspirasi kepada mereka untuk menjalani gaya hidup aktif.

Sistem pendidikan yang dipraktikkan dalam sesebuah negara berfungsi sebagai satu cara untuk mendidik anak-anak muda untuk menjadi dewasa yang berjaya dan peka terhadap persekitaran mereka dalam menyebarkan ideologi kebangsaan dalam kalangan masyarakat (Nor Suhara, 2010). Dalam masyarakat hari ini, sekolah memainkan peranan yang proaktif dalam pembangunan kemahiran hidup kerana membolehkan seseorang individu menguruskan

kehidupan mereka dengan jayanya dan mampu menyesuaikan diri dengan keadaan kehidupan yang berbeza. Semasa di sekolah menengah, remaja akan terdedah dalam kumpulan sosial yang besar dan dalam proses mencari identiti sendiri, maka mereka ini memerlukan bimbingan bagi melahirkan belia ke arah yang bermanfaat. Pendidikan dan sukan membuatkan generasi muda sihat, kuat dan juga memainkan peranan aktif dalam membina keyakinan diri dan pembentukan watak (Serkan DÜZ, 2020).

Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) telah menggubal satu sistem pendidikan di Malaysia bagi membangunkan modal insan secara holistik iaitu merangkumi aspek jasmani, emosi, rohani dan intelek (JERI) selaras dengan kandungan Falsafah Pendidikan Kebangsaan (FPK) (Gopal, 2022). Berdasarkan Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (PPPM, 2013-2025), setiap pelajar dikehendaki mengambil bahagian dalam sekurang- kurangnya satu sukan, satu kelab, dan satu unit beruniform di sekolah, menurut kementerian. Oleh itu, bagi mempromosikan rancangan Sukan untuk Semua, dasar 1 murid 1 sukan (1M 1S) amat menekankan bahawa semua pelajar perlu mengambil bahagian dalam pelbagai sukan dan permainan yang disediakan di sekolah masing-masing.

Mengikut Laporan Kabinet 1979, di setiap peringkat persekolahan aktiviti kokurikulum adalah penting untuk semua murid (Nor Suhara, 2010). Menurut Haji Awang Kechik (2006), kokurikulum merupakan pendidikan tidak formal di mana semua aktiviti dijalankan di luar bilik darjah atau di dalam bilik darjah bergantung kepada kesesuaian kerja yang hendak dijalankan. Kurikulum dibahagikan kepada tiga komponen, iaitu kelab dan persatuan, organisasi beruniform, dan sukan dan permainan. Gopal (2022) menyatakan sukan dan permainan membantu kanak-kanak mengembangkan kemahiran fizikal, merangsang minda, mengekalkan badan yang sihat, meneroka bakat, meningkatkan keyakinan diri mereka, berinteraksi dengan orang lain dan mempelajari perkara baharu. Secara khususnya, pengalaman sukan telah menarik minat pelajar atas sebab-sebab berikut: keseronokan, meningkatkan kemahiran, belajar, menjalinkan persahabatan, kemenangan dan kesihatan (Bandura 1997; Gaston Gayles, 2005; Mouratadis et al., 2008; Murcia et al., 2010; Waldronand Dieser, 2010; Miran Kondrič, 2013).

Motivasi yang tinggi merupakan komponen paling berkesan terhadap tingkah laku manusia dalam membolehkan individu bertindak. Setiap individu memerlukan motivasi untuk menjadi aktif dalam sukan kerana kemahiran ini penting dalam menangani cabaran kehidupan seharian. Hal ini kerana ianya penting untuk menunjukkan kepada kita bahawa sukan menyumbang kepada pembangunan kehidupan, kemahiran dan motivasi sangat diperlukan untuk terus kekal bersukan (Lee, Park, Jang, & Park, 2017; O'neil & Hodge, 2019; ÇELENK, 2021). Motivasi juga boleh merangsang tingkah laku seseorang yang membawa mereka ke arah tertentu yang membawa penyelarasan dari segi kebolehan melakukan sesuatu pekerjaan dan kehendak untuk melakukan tugas tersebut. Penglibatan pelajar secara proaktif akan memberi impak yang besar kepada kemenjadian seseorang pelajar. Hal ini bertujuan untuk mendorong seseorang individu melakukan sesuatu kelakuan yang dapat memberi manfaat dan kebaikan kepada individu lain.

Sukan mempunyai banyak faedah dan sosial selain dapat membangunkan kemahiran fizikal. Penglibatan pelajar dalam sukan bukan hanya sebagai profesional namun satu kepentingan yang besar untuk pendidikan dan kesihatan (Viviana Anak Kimpa, 2022). Bidang sukan juga sering dikaitkan dengan pencapaian pelajar dalam mengukur kemampuan dan cabang kejayaan mereka. Bagi memastikan pelajar mencapai kejayaan dalam bersukan, ibu bapa dan masyarakat

sekeliling perlu mempunyai kesedaran dan pemahaman tentang pentingnya penglibatan anak-anak dalam aktiviti sukan seiring dengan Falsafah Pendidikan Negara. Kesedaran ini dapat mempengaruhi pelajar supaya lebih bergiat aktif dan dapat mengikuti akademik dengan pemikiran yang cerdas dan jelas. Sokongan daripada masyarakat sekaligus akan menyuntik semangat generasi muda untuk terus berjaya dalam bidang sukan yang merupakan salah satu cabang kejayaan bagi seseorang individu ke peringkat kebangsaan dan juga peringkat antarabangsa.

Penyataan masalah

Penyertaan para pelajar dalam bersukan merupakan suatu pelengkap kepada kehendak dan keperluan kokurikulum. Selaras dengan dasar Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) yang memberi penekanan terutamanya kepada pelajar yang ingin melanjutkan pelajaran ke peringkat kolej atau universiti dengan terlibat aktif dalam aktiviti kokurikulum. Penglibatan murid dalam aktiviti kokurikulum yang terdapat dalam sistem pendidikan negara ini sememangnya sangat penting. Hal ini demikian kerana, terdapat beberapa penilaian yang telah digunapakai bagi menilai pencapaian kokurikulum bagi setiap pelajar di sekolah. Kajian yang dijalankan oleh Nur Izza & Wan Hanim (2014) menyatakan pelajar dapat mengembangkan potensi domain pelajar itu sendiri seperti domain intelek dan domain personaliti dengan melaksanakan aktiviti kokurikulum di sekolah. Bagi pelajar sekolah menengah, segala penyertaan dan pencapaian dari tingkatan 1 sehingga tingkatan 5 telah direkod secara sistematik dan diberi gred (Tommy Katum, 2023).

Namun, jika ditelusuri secara mendalam minat bersukan masih berkurangan dalam kalangan sebahagian pelajar meskipun ianya telah ditegaskan di peringkat sekolah. Lebih mengecewakan lagi, masih ramai ibu bapa yang beranggapan bahawa penyertaan anak-anak dalam sukan boleh menjejaskan kejayaan akademik. Segelintir masyarakat berfikir pelajar yang terlibat secara aktif dalam sukan tidak mempunyai masa yang cukup untuk mengulangkaji kuliah mereka sehingga boleh memberi kesan negatif kepada pencapaian akademik (Mohd Samri, 2006). Buktinya, keratan akhbar Bernama yang ditulis secara dalam talian bertajuk “Penglibatan rakyat Malaysia dalam sukan masih sederhana – KBS”, Ketua Setiausaha Kementerian Belia dan Sukan Datuk M Noor Azman Taib menyifatkan hanya 66.1% daripada populasi rakyat Malaysia bergiat aktif dalam bidang sukan, menurut hasil dapatan kajian indeks budaya sukan pada 2019. Ini menunjukkan tahap keterlibatan rakyat Malaysia dalam bidang sukan masih di tahap sederhana dan kurang memuaskan.

Sebagai titik tolak kepada pelajar melibatkan diri dalam sukan dan aktiviti fizikal, sama ada secara santai atau serius, pihak sekolah seharusnya mewujudkan budaya sukan bagi memastikan pelajar kekal aktif. Memandangkan kegiatan ini tidak dilihat sebagai aktiviti akademik, masih ramai pelajar yang beranggapan ianya tidak penting dan membuang masa. Hasrat kerajaan dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia 2013-2025 (PPPM 2013-2025) agar potensi akademik boleh dipertingkatkan dengan potensi pelajar dan dikembangkan lagi dalam pelbagai elemen berguna (Nursuhaila Mohamad Zaini, 2022). Md Suhaimi Elias et al (2018) menyatakan kecemerlangan akademik adalah penting, tetapi pencapaiannya juga perlu merangkumi pembangunan sahsiah peribadi pelajar yang berdaya saing supaya potensi sukan pelajar dapat dimaksimumkan. Selain itu, kerajaan juga telah banyak membuat pelaburan kewangan yang besar untuk menyokong pembangunan sukan sekolah.

Kepimpinan organisasi dan keprihatinan terhadap sukan perlu dinyatakan oleh pelbagai pihak termasuk pihak media bagi meningkatkan taraf sekolah dan sukan di Malaysia serta menangani

isu transformasi dan pembangunan sukan sekolah. Guru-guru sekolah menengah di Malaysia mendapati bahawa penglibatan pelajar dalam aktiviti fizikal masih berada pada tahap yang rendah (Dicken Kilue, 2021). Nursuhaila Mohamad Zaini (2022) juga menyokong dalam kajiannya bahawa prestasi kokurikulum murid berada pada tahap rendah secara keseluruhannya manakala tahap kecergasan murid berada pada tahap sederhana.

Manakala kajian oleh (Beau, 1982; Coleman, 1983; Mohd Samri, 2006) mendedahkan bahawa, walaupun mempunyai jumlah kecerdasan yang sama, pelajar-pelajar yang menyertai sukan mempunyai prestasi akademik yang lebih rendah berbanding mereka yang tidak aktif. Pelajar sekolah menengah lebih memilih aktiviti kokurikulum berbanding akademik, yang menyebabkan fenomena ini memberi kesan buruk kepada prestasi akademik (Coleman, 1983). Sementara itu, Naib Presiden Majlis Olimpik Malaysia (MOM) menegaskan komuniti sukan perlu sentiasa melakukan inovasi strategi bagi menjadikan sukan sebagai keutamaan dalam spektrum kehidupan masyarakat. Program pembangunan di peringkat akar umbi mesti memfokuskan bukan hanya dalam sukan malah dalam kemahiran insaniah seperti pembinaan pasukan, komunikasi dan psikologi bagi membantu pelajar menjadi serba boleh.

Kokurikulum mesti dibangunkan dengan cara yang membina untuk memupuk keupayaan sendiri, membentuk aspirasi, dan mengurangkan isu sosial (Nursuhaila Mohamad Zaini, 2022). Penyertaan dalam sukan akan memberi kesan kepada keyakinan diri seseorang pelajar sekaligus meningkatkan tahap disiplin ke tahap optimum. Memandangkan motivasi memainkan peranan penting dalam permulaan dan kesinambungan bersukan, memahami motivasi amat penting dari perspektif atlet lelaki dan wanita (Jalil Moradi, 2020). Dalam kajian yang dilakukan oleh Mohd Azhar Ya'cob (2022) mendapati tahap self-esteem adalah pada tahap yang tinggi dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Pada tahap ini, pelajar sedang mengalami tumbesaran jasmani dan emosi dan semangat ingin mencuba yang didorong ke arah perkembangan akal dan tingkah laku.

Persepsi pelajar terhadap aktiviti yang dijalankan mempengaruhi penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum (Al-Ansari et al., 2015). Pada masa kini, kokurikulum di sekolah merupakan komponen penting dalam sistem pendidikan Malaysia dan merupakan keperluan wajib untuk semua pelajar sekolah menengah dan rendah. Berdasarkan kajian lepas menyatakan motivasi penyertaan sukan terhadap sukan individu dan berkumpulan, dinyatakan bahawa penemuan yang paling penting dalam kajian ini ialah terdapat perbezaan yang signifikan antara komponen motivasi penyertaan sukan antara atlet pasukan dan atlet individu (Jalil Moradi, 2020), lelaki cenderung terhadap aktiviti pada tahap pertandingan dan perempuan cenderung bersukan kerana matlamat kesihatan, kecergasan dan persahabatan.

Oleh itu, pengkaji berminat untuk memperluaskan kajian terhadap topik yang memotivasikan pelajar sekolah menengah untuk menyertai sesuatu sukan. Penting bagi pengkaji untuk memahami motivasi di sebalik tingkah laku dalam motivasi penyertaan sukan, apakah pemangkin dan apa yang mengubah tingkah laku dan juga kesannya terhadap pelajar. Sebahagian individu bermotivasi untuk menyertai sukan kerana faktor dalaman seperti keseronokan atau pembangunan dan penguasaan kemahiran dan faktor luaran seperti ganjaran, kesihatan yang bertambah baik. Terdapat beberapa sebab penting yang memotivasikan penyertaan sukan antaranya ialah kerja berpasukan, pencapaian, pembebasan tenaga, kecergasan, faktor keadaan, pembangunan kemahiran, persahabatan dan keseronokkan. Kajian ini membantu komuniti sukan mewujudkan amalan sumber manusia serta memberi manfaat

kepada pelajar, guru, jurulatih dan organisasi sukan di samping memastikan objektif organisasi tercapai. Kajian ini juga dijalankan untuk menjawab persoalan tersebut:

1. Apakah motivasi yang mempengaruhi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah?
2. Adakah terdapat perbezaan motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah berdasarkan jantina?
3. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah?

Kajian literatur

Motivasi

Tahap motivasi dalam setiap individu adalah berbeza mengikut keperluan masing-masing. Motivasi terbahagi kepada dua iaitu dalaman (intrinsic) dan luaran (extrinsic). Jalil Moradi (2020) menyatakan individu bermotivasi untuk bersukan kerana faktor dalaman (seperti keseronokan atau pembangunan dan penguasaan kemahiran) dan luaran faktor (seperti ganjaran, kesihatan yang bertambah baik, kelihatan baik). Motivasi intrinsik merujuk kepada segala sesuatu yang mendorong dari dalam, iaitu aktiviti yang mewakili matlamat, manakala motivasi ekstrinsik merujuk kepada apa yang mendorong dari luar, iaitu apabila aktiviti mewakili cara untuk mencapai beberapa matlamat lain (Miran Kondrič et al, 2013). Motivasi merujuk kepada intensiti dan arah tingkah laku seseorang. Motivasi mempengaruhi prestasi seseorang individu dalam pelbagai situasi, seseorang itu secara fizikal mampu melakukan tugas tetapi tidak pasti tentang keupayaannya, di mana banyak kes adalah terdapat beberapa masalah yang mendorong seseorang untuk tidak bermula dengan aktiviti sukan yang dipilih (Miran Kondrič et al, 2013).

Jamaris (2010) menyatakan motivasi boleh didefinisikan sebagai suatu bentuk tenaga ataupun desakan dalaman serta mengarah perilaku manusia untuk memberi respon dalam mencapai tujuan mahupun matlamat yang telah ditetapkan dari awalnya. Motivasi adalah menjurus kepada keinginan, hasrat, kemahuan dan pendorong yang membolehkan individu itu mencapai prestasi diri sendiri dan juga orang lain (Komarudin, 2016). Motivasi adalah penting untuk kejayaan dalam sukan sama ada dalam bentuk rekreasi mahupun dalam sukan kompetitif. Alexandris (2002) menyatakan dalam membuat keputusan secara individu serta interaksi antara motivasi dan menentukan kekangan persepsi dalam ijazah serta penyertaan dalam sukan, motivasi merupakan faktor yang penting. Rendy Ramanda Sandhika Utama (2021) menyatakan seseorang yang bermotivasi tinggi akan lebih menumpukan perhatian kepada matlamat atau standard yang perlu dipenuhi untuk memberi dengan lebih banyak usaha dan kurang bergantung kepada orang lain, persekitaran, atau sumber yang diperolehi dan lebih kepada kesedaran sendiri. Semua hasrat ini akan tercapai apabila pelajar mempunyai motivasi serta berminat menyertai aktiviti-aktiviti yang telah disediakan. Kajian yang ditulis oleh (S P Vlachopoulos, 2000) menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara motivasi, keyakinan diri dan kejayaan adalah salah satu penemuan yang konsisten dalam penyelidikan tentang seseorang yang terlibat dalam aktiviti sukan.

Motivasi yang tinggi akan menunjukkan semangat yang kuat pada individu sehingga membolehkan seseorang berusaha dengan matlamat untuk mencapai kejayaan yang diinginkan. Keinginan yang seumpama ini memberi kesan yang mendalam kepada diri individu untuk terus bermotivasi dalam mengejar matlamat yang hendak dicapai dan ianya merupakan pembakar

semangat untuk individu terus berusaha disamping memberi keyakinan pada diri sendiri. Setiap pendekatan yang kita ambil atau laksanakan akan berjaya seperti yang telah dirancang sekiranya sikap positif ini dititikberatkan. Menurut Cox (1998), seseorang boleh menjadikan motivasi sebagai sumber atau alat untuk memberi inspirasi kepada mereka untuk berusaha mencapai matlamat dan cuba berjaya melakukannya dengan lebih cemerlang untuk dirinya. Apabila seseorang individu itu terlibat dengan aktiviti berbentuk sukan, secara tidak langsung individu tersebut menyediakan dirinya dari segi motivasi diri untuk bersaing dan juga berseronok.

Tahap motivasi seseorang boleh dinilai dengan melihat hasil daripada tugas yang didorong untuk dilakukan atau yang berulang kali cuba menyelesaikan tanpa rasa gagal dan putus asa. Aziz (2001) mentakrifkan motivasi boleh digunakan sebagai satu bentuk galakan yang boleh membantu orang mencapai kejayaan dengan lebih. Konderic et al. 2013; Jalil Moradi (2020) mendapati ada enam faktor (aktiviti sukan bersama rakan, populariti, kecergasan dan kesihatan, sosial status, acara sukan, bersantai melalui sukan) individu mengambil bahagian dalam sukan dan mendapati terdapat perbezaan ketara terhadap jantina dari segi motivasi untuk menyertai aktiviti sukan dalam semua pelajar sukan. Jika motivasi berada pada tahap yang tinggi, seseorang akan mendapat hasil yang memberangsangkan tanpa mengira latar belakang yang berbeza. Oleh itu, pengkaji menyimpulkan bahawa motivasi adalah keinginan atau kehendak dalaman dan luaran individu untuk mencapai sesuatu yang diinginkan dengan satu matlamat yang berfokus.

Sukan

Tanpa mengira warna, asal usul, kepercayaan, nilai, agama atau status ekonomi, sukan bersifat universal boleh menyatukan orang ramai. Penglibatan dan semangat kekitaan dalam penyertaan sukan dapat membawa individu dan komuniti saling bekerjasama serta menjalinkan hubungan yang erat antara pelbagai budaya dan etnik. Menurut Acquah & Anti (2014), perkembangan minda kanak-kanak serta tubuh badan mereka memerlukan didikan fizikal yang sesuai dan juga kualiti dari segi intelek. Oleh itu, aktiviti fizikal seperti bersukan atau kegiatan kokurikulum yang sesuai mengikut perkembangan pelajar adalah penting dan perlu diberi perhatian bagi membentuk kemenjadian pelajar. Pemilihan program dan aktiviti mempengaruhi penglibatan pelajar sekaligus memberi kesan terhadap motivasi pelajar. Peluang yang wujud secara tidak langsung telah memberi ruang kepada pelajar untuk mengasah dan mengembangkan lagi bakat serta potensi pelajar itu sendiri. Komuniti sebegini memberi peluang kepada pelajar untuk terus belajar dan meningkatkan lagi keyakinan diri disamping menjadi remaja yang bersifat positif. Kepentingan sukan dalam kehidupan perlu difahami oleh anak muda terutama di peringkat sekolah kerana mampu menjamin kesihatan yang baik dengan melakukan aktiviti fizikal yang berterusan. Pada masa kini, sukan secara beransur-ansur meningkatkan kesannya terhadap kehidupan manusia dan menjadi lebih penting dalam kalangan masyarakat. Kebanyakan individu terutamanya pada zaman kanak-kanak dan sepanjang masa remaja menyertai sukan kerana seronok dan berkeinginan melakukan sesuatu yang baru. Bagi atlet pula, motivasi wujud secara dalaman, kerana tiada insentif luaran yang kuat pada peringkat awal kerjaya sukan mereka (Theodorakis, et al. 2002). Kofi Anan (2004) menyatakan individu yang mengambil bahagian dalam sukan atau aktiviti fizikal lain berpeluang untuk berseronok sambil belajar bekerjasama dan membangunkan minda yang bertolak ansur.

Terdapat pelbagai sebab seseorang mengambil bahagian dalam sukan dan strategi pencapaian juga penting dalam setiap latihan bagi memastikan setiap objektif tercapai. Melalui kegiatan sukan, keyakinan diri, bersosial, mempelajari perkara baru serta bakat dapat dikembangkan dengan lebih baik. Sebagaimana saranan pihak kementerian yang telah mewajibkan setiap

pelajar menyertai sekurang-kurangnya satu sukan, maka dasar 1 Murid 1 Sukan (1M 1S) telah ditubuhkan. Bagi mempromosikan rancangan Sukan untuk Semua, dasar 1M 1S amat menekankan bahawa semua pelajar perlu mengambil bahagian dalam pelbagai sukan dan permainan yang disediakan di sekolah masing-masing. Gopal (2022) menyatakan sukan digunakan untuk membantu Malaysia mencapai objektif menjadi rakyat yang cergas, yang menjadikan masyarakat kurang stress, lebih sihat dan kurang tertekan di samping meningkatkan keperibadian, perhubungan masyarakat, produktiviti dan disiplin sesama komuniti.

Penglibatan sukan sewaktu di sekolah menengah berpotensi untuk memperkayakan setiap individu memperoleh keseluruhan pengalaman dalam pendidikan, sambil memastikan kejayaan akademiknya sentiasa dilihat sebagai keutamaan tertinggi (Favor, 2012). Katie Schultz (2016) menyatakan penyertaan sukan dan masa yang dihabiskan untuk berlatih dan bertanding mempunyai keupayaan berfungsi sebagai saluran pembelajaran tambahan. Temu bual yang dibuat dalam kajian (DeMeulenaere, 2010) terhadap empat orang pelajar dari sekolah awam di sebuah sekolah bandar daerah di utara California, serta keluarga dan rakan mereka untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang penglibatan sukan dan bagaimana ia membantu dalam mengharungi cabaran dalam membangunkan yang positif dan jati diri yang berjaya sebagai seorang pelajar. Hasil kajian mendapati penyertaan mereka dalam sukan sekolah menjadi mereka lebih kuat dan faktor pendorong apabila datang kepada pertumbuhan aspirasi di kolej.

Dalam konteks budaya, Shahrudin (2001) menjelaskan sukan dilihat sebagai agen sosialisasi di mana ahli masyarakat berhubungan dan berkomunikasi untuk menentukan peranan masing-masing sebagai anggota masyarakat. Seiring dengan perkembangan dalam sukan, Malaysia juga tidak ketinggalan dalam membangunkan sukan agar dapat bersaing dengan negara-negara luar. Bagi mencapai objektif tersebut, di peringkat akar umbi sekolah memainkan peranan penting dalam menggalakkan penyertaan pelajar dalam aktiviti fizikal seperti bersukan. Visi dan misi sekolah yang jelas perlu dititikberatkan terhadap kegiatan sukan dalam melahirkan pelajar yang cemerlang akademik, kokurikulum dan sahsiah diri. Justeru, semua pihak perlu bekerjasama dalam memperkasakan sukan sebagai salah satu komponen penting dalam kehidupan.

Akademik

Tujuan memperluaskan potensi individu yang merangkumi aspek jasmani, emosi, rohani dan intelektual (JERI) adalah tujuan utama pendidikan. Pendidikan yang baik dapat meningkatkan kualiti individu yang boleh membentuk manusia yang unggul. Di Malaysia, kejayaan seseorang individu menjadi asas dalam mengukur kecermelangan akademik. Prestasi seseorang pelajar harus diukur dengan seimbang dengan membuat penilaian pembelajaran dan kokurikulum. Namun, majoriti rakyat Malaysia lebih tertumpu kepada pencapaian akademik yang tinggi untuk mendapatkan status yang lebih cemerlang. Menurut masyarakat setempat, menyertai sukan secara kerap akan memberi impak buruk terhadap pencapaian akademik pelajar. Mereka menganggap pengijazahan atau kecermelangan yang cemerlang sebagai pengukuran kejayaan pelajar.

Prestasi akademik sering dikaitkan dengan kegiatan sukan yang diceburi oleh para pelajar. Ada yang membuat kesimpulan bahawa atlet dalam kalangan pelajar mempunyai masa yang suntuk dalam melaksanakan kerja sekolah mereka, sehingga boleh menjejaskan prestasi pelajar. Segelintir masyarakat dan ibu bapa menganggap masa yang banyak diluahkan untuk bersukan dan menjalankan kegiatan riadah seperti aktiviti rekreasi menjadi punca kegagalan dalam

akademik anak-anak mereka. Mengurangkan jumlah masa yang diluangkan oleh pelajar untuk menyertai sukan tidak akan memberi impak terhadap prestasi akademik mereka, tetapi ia akan memburukkan hasil pembelajaran dan mengurangkan kecergasan otak untuk belajar kerana pelajar akan menjadi tidak cergas semasa menyertai aktiviti sukan. (Viviana Anak Kimpa, 2022). Terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan fizikal kanak-kanak dan remaja terhadap prestasi akademik (Santana et al., 2017). Perhatian, ingatan, dan tingkah laku pelajar boleh dipertingkatkan melalui penyertaan dalam sukan. Prestasi akademik atlet pelajar sekolah menengah dipengaruhi secara positif oleh penglibatan dalam sukan berpasukan (Stucko, 2018). Kajian oleh Norulhuda Tajuddin (2019) menjelaskan ciri-ciri pembawaan (disposition) stabil yang ada pada seseorang individu merupakan orientasi matlamat. Nicholls, 1989; Marc R Lochbaum (1993) menyatakan bahawa orientasi matlamat adalah penentu sesuai teori tersirat individu tentang pencapaian akademik yang melibatkan persepsi tujuan pendidikan (Nicholls, Patashnick, & Nolen, 1985), serta kepercayaan tentang punca kejayaan dalam konteks akademik. Motivasi yang berterusan merupakan sesuatu yang penting dalam mencapai matlamat yang telah dirancang. Kajian lepas menyatakan bahawa pelajar yang berpengetahuan dalam aktiviti sukan akan membina personaliti dan kemahiran kognitif yang membantu mereka berprestasi dengan lebih baik di sekolah (Syed Lamsah, Mohd Imran & Sareena, 2018).

Banyak nilai positif dalam kegiatan sukan telah terbukti namun masih wujud kebimbangan terhadap gangguan akademik. Menurut kajian, penyertaan dalam sukan dan aktiviti kokurikulum lain tidak mempunyai kesan negatif terhadap prestasi akademik pelajar selagi mereka dapat mengimbangi masa mereka di antara bersukan dan akademik (Mohd Yusoff, 1983; Mohd Samri, 2006). Menurut kajian lain, pelajar yang menyertai aktiviti sukan banyak memperoleh kejayaan di sekolah (Aminuddin, 2004). Kajian lepas menyatakan bahawa pencapaian akademik dan penyertaan pelajar dalam sukan mempunyai hubungan yang baik (Donnelly et al., 2016). Kajian yang dijalankan oleh Mohd Samri (2006) mendapati bahawa penyertaan aktif dalam sukan oleh pelajar tidak mempunyai kaitan dengan pencapaian akademik. Kajian yang menggabungkan pengajaran bahasa Inggeris dan aktiviti fizikal mendapati gred Bahasa Inggeris pelajar meningkat hasil daripada gabungan tersebut (Koch et al., 2015).

Pelajar

Secara asasnya penglibatan lelaki perempuan tanpa mengira latar belakang telah lama terbentuk. Penyertaan pelajar dalam sukan boleh dilihat sebagai satu motif untuk mencapai kemenangan dan memperoleh populariti. Dengan menyediakan tuntutan fisiologi dan kepuasan diri melalui sukan, adalah penting untuk meningkatkan kualiti hidup, menggalakkan gaya hidup sihat, dan memenuhi keperluan asas manusia (Corbin 86 Lindsey, 1994; Frank & Pangrazi, 2000; Ujang, 2005). Penglibatan secara aktif dalam sukan perlu dititikberatkan kerana aktiviti ini boleh merehatkan badan dan mengawal emosi terutama kepada pelajar yang perlu mengambil kira aspek mental dan fizikal juga penting.

Tanpa mengira jantina, semua pelajar lelaki dan perempuan mesti menyertai aktiviti kokurikulum di sekolah. Oleh kerana ia dilihat berkesan dalam membentuk keseimbangan otak pelajar serta perkembangan rohani, jasmani dan sosial mereka, aktiviti kokurikulum memberikan bimbingan dan dorongan terhadap pelajar untuk melibatkan diri dalam aktiviti fizikal secara positif (Bahari, 2019). Walaupun secara dasarnya aktiviti kokurikulum ini banyak memberi manfaat kepada pelajar, ia juga bertindak sebagai menyediakan pelajar yang selaras dengan kehendak Falsafah Pendidikan Kebangsaan (Tommy Katum, 2023). Pelbagai perancangan telah dilakukan samada daripada pihak Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM)

mahupun melalui Jabatan Pelajaran Negeri di bawah Unit Kokurikulum atau pihak lain yang terlibat dalam menyediakan peruntukan bagi memastikan kegiatan kokurikulum sekolah dijalankan mengikut kehendak Falsafah Pendidikan Negara. Maka, banyak kemudahan sukan, fasiliti sukan dan lain- lain telah dinaiktaraf bagi menggalakkan penyertaan daripada para pelajar.

Wee Eng Hoe (1994) menyatakan seiring dengan menggalakkan kesopanan, berdikari, usaha keras, berdisiplin, dan menghormati undang-undang, aktiviti kokurikulum juga boleh meningkatkan interaksi pelajar dan menggalakkan integrasi kaum. Ciri-ciri ini boleh membentuk pelajar-pelajar menjadi warganegara yang berharga. Pelajar- pelajar di sekolah terdiri daripada pelbagai bangsa iaitu Melayu, Cina, India dan sebagainya, kebanyakan pelajar mempunyai sebab dan alasan tersendiri melibatkan diri dalam kegiatan kokurikulum sekolah. Walaupun wujud perbezaan pemangkin pelajar menyertai sukan tapi tetap hasil yang diperolehi ialah gaya hidup yang sihat dan harmoni jika ianya diamalkan secara berterusan.

Sekolah Menengah

Sekolah peringkat menengah juga ditakrifkan sebagai selepas pendidikan awal di peringkat sekolah rendah dimana penuntutnya berumur antara 13 tahun hingga 19 tahun. Sekolah menengah adalah sekolah yang peringkat perantaraan ke institusi pengajian tinggi seperti universiti, kolej dan sebagainya. Di peringkat sekolah menengah, matlamat aktiviti kokurikulum sukan di sekolah adalah untuk membentuk insan yang sihat dan harmoni dari segi intelek, rohani, emosi, dan jasmani. Penglibatan pelajar sekolah menengah yang proaktif ini akan memberi kesan yang besar terhadap kemenjadian mereka kesan daripada penglibatan dalam aktiviti kokurikulum (Tommy Katum, 2023). Agenda utama kementerian pendidikan adalah kemenjadian murid seperti yang dihasratkan dalam Falsafah Pendidikan Kebangsaan. Maka, segala usaha dan perancangan yang dijalankan adalah langkah ke arah membentuk kemenjadian murid secara holistik. Sehubungan dengan itu, pihak bertanggungjawab perlu melaksanakan program yang melibatkan kokurikulum bagi memenuhi kehendak berwajib.

Ramai yang menyertai sukan adalah dalam lingkungan sekolah menengah dan mengambil bahagian secara aktif sekurang-kurangnya satu pasukan sukan melalui sekolah (Stucks, 2018). Penglibatan sukan sekolah menengah berpotensi untuk memperkayakan setiap individu menimba pengalaman dan tetap memastikan kejayaan akademiknya sebagai keutamaan. Memandangkan di peringkat sekolah menengah pelajar telah berada di alam remaja maka gejala sosial akan kerap melanda. Maka, bagi mencapai matlamat dan memastikan keberkesanan maksimum dalam mengatasi kelemahan moral remaja masa kini, aktiviti kokurikulum perlu serentak memenuhi keperluan masa lapang pelajar dan mempunyai pendekatan yang lebih aktif dan agresif daripada semua pihak (Bahari, 2019).

Merujuk Buku Panduan Pengurusan Kokurikulum (2009), pengkaji Nor Suhara (2010) menyatakan terdapat 45 jenis persatuan dan kelab, 43 jenis sukan dan permainan serta 19 jenis pasukan badan beruniform yang boleh dijalankan seluruh sekolah menengah di Malaysia. Penglibatan aktiviti sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah banyak dipengaruhi oleh pelbagai faktor. Merujuk Surat Keliling Ikhtisas Bil.2/2007, Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) mengambil pendekatan dengan menetapkan masa minimum penglibatan murid dalam aktiviti kokurikulum bagi peringkat sekolah menengah adalah antara 120 minit hingga 180 minit seminggu berbeza dengan murid sekolah rendah tahun 3 dan 4 sekurang-kurangnya selama 60 minit seminggu manakala murid tahun 5 dan 6 adalah selama 120 minit seminggu. Bagi memastikan pelajar sekolah pada masa hadapan mengamalkan gaya hidup sihat, usaha

harus dilakukan dari sekarang untuk menyemai dan memupuk sikap serta minat murid sekolah untuk melibatkan diri secara aktif dalam aktiviti sukan (Chun Cheng Chuan, 2014). Bagi menjayakan, langkah-langkah intervensi oleh pihak sekolah dan pihak tertentu perlu dipandang serius dalam menggalakkan penglibatan aktif pelajar.

Teori Penglibatan Pelajar (Student Involvement Theory)

Penglibatan merupakan proses tenaga dalam tindakan iaitu dengan melibatkan diri dalam sesuatu aktiviti. Kesediaan murid untuk melibatkan diri dalam aktiviti pendidikan rutin, sama ada melalui kognitif, tingkah laku, atau petunjuk lain yang berkesan bagi penglibatan murid dalam tugas pembelajaran tertentu (Chapman, 2003). Student Involvement Theory (SIT) atau teori penglibatan adalah salah satu kerangka teori yang popular dalam penyelidikan mengenai penglibatan pelajar dalam aktiviti Kokurikulum. Teori penglibatan atau student involvement theory yang diperkenalkan oleh Alexander W. Astin menerangkan bahawa ciri penglibatan pelajar dalam aktiviti kokurikulum, seperti komponen psikomotor dan penyertaan aktiviti fizikal, sebagai bahagian tenaga fizikal dan mental yang disumbangkan oleh pelajar yang menyertai aktiviti yang berkaitan dengan pengalaman akademik mereka. Teori ini tidak hanya memfokuskan daripada pendidikan formal di dalam kelas sahaja, malah juga mengambil kira penglibatan pelajar dalam menggali segala potensi secara menyeluruh.

Dalam menentukan penglibatan individu dalam sesuatu aktiviti, terdapat lima elemen yang perlu diambil kira (Astin, 1984). Elemen pertama ialah penglibatan tenaga fizikal dan psikologikal dalam objek yang bervariasi. Elemen kedua adalah penglibatan berlaku secara berterusan. Elemen ketiga pula ialah penglibatan melibatkan bentuk kuantitatif dan kualitatif. Elemen keempat ialah penglibatan individu adalah berkait rapat dengan mana-mana program pendidikan. Manakala, elemen kelima ialah penglibatan individu berkait rapat dengan kapasiti polisi dan amalan dalam sistem pendidikan. Astin juga mengaitkan bahawa penglibatan murid dalam aktiviti akan menentukan peranan individu dalam perkembangan sendiri. Selain itu, Astin mengaitkan bahawa penglibatan dalam aktiviti akan merujuk kepada tingkah laku individu.

Teori penglibatan ini melibatkan kedua-dua iaitu kuantitatif dan kualitatif. Astin (1984) menyatakan jumlah jam pelajar menyumbang dan menghadiri mana-mana perjumpaan tertentu boleh digunakan untuk menilai secara statistik penglibatan pelajar. Jumlah masa yang diluahkan oleh pelajar untuk pengalaman penglibatannya dalam sebarang aktiviti dalam hidupnya juga boleh digunakan untuk mengukur dan menilai penglibatan pelajar (Astin, 1984). Seterusnya teori ini memberi pandangan penglibatan pelajar juga merujuk kepada seberapa banyak usaha mental dan fizikal yang mereka lakukan dalam usaha mencapai kejayaan akademik mereka. Teori ini menyelami bagaimana penglibatan aktif para pelajar dapat mempengaruhi perkembangan mereka dalam pelbagai aspek, iaitu dari segi kemampuan akademik sehingga perkembangan peribadian secara holistik.

Asas teori penglibatan ialah idea bahawa memahami proses motivasi individu memerlukan kesedaran tentang variasi dalam cara orang menilai kemahiran mereka sendiri, termasuk pandangan kecekapan dan cara menentukan pencapaian yang berjaya (Duda, 2001). Nicholls, 1989; Cheryl P. Stuntz (2009) mencadangkan bahawa individu berbeza dari segi cara mereka melihat dunia dan maklumat yang mereka dapati menjadi paling bermakna dari segi perasaan kompeten dalam domain pencapaian dan deria keupayaan dalaman individu boleh difikirkan sebagai tinggi atau rendah bergantung dengan prestasi masa lalunya, atau dinilai sebagai kapasiti berbanding orang lain.

Amalan pendidikan yang dipraktikkan adalah berpusatkan kepada pelajar. Penglibatan pelajar dalam aktiviti perlu ditingkatkan dalam sektor pendidikan dari masa ke semasa. Panduan dan prosedur sistem pendidikan itu sendiri terikat dengan penglibatan setiap individu dalam aktiviti tersebut. Agen penggerak kepada penglibatan murid-murid dalam sesuatu aktiviti adalah tenaga fizikal dan psikologikal (Astin, 1984). Sebagai contoh, permainan bola sepak di sekolah, pelajar akan melibatkan fizikal mereka yang dikaitkan dengan pengalaman yang pernah dilalui sebelum ini dalam melaksanakan aktiviti. Kognitif saling berkait antara satu sama lain dengan psikologikal. Pelajar akan mengaitkan setiap aktiviti yang dijalankan dengan aspek lain dalam kehidupan mereka, yang akan mendorong individu untuk melibatkan diri dalam aktiviti tersebut. Ia akan menggalakkan orang ramai untuk menyumbang tenaga fizikal kepada tugas yang pelajar lakukan. Penglibatan pelajar sepanjang aktiviti akan dipengaruhi secara langsung oleh tenaga fizikal dan psikologi.

Teori ini memberi tumpuan kepada pelbagai jenis matlamat yang dikejar oleh individu dalam aktiviti sukan dan fizikal. Ia membezakan antara matlamat penguasaan iaitu berusaha untuk meningkatkan kemahiran dan kecekapan serta matlamat prestasi yang bertujuan untuk mengungguli orang lain atau memenuhi standard prestasi tertentu. Berkaitan dengan proses penetapan matlamat, sebab utama teori ini dicipta mengikut jenis dan tahap matlamat yang diberikan adalah kerana sifat maklum balas yang diberikan serta kriteria penilaian yang digunakan untuk menilai pencapaian matlamat dan cara pencapaian matlamat itu diiktiraf. Teori ini mudah difahami untuk membantu pelajar menumpukan pada pendekatan atau bergerak ke arah kejayaan. Pelajar yang mempunyai matlamat pada tahap tinggi, pendekatan prestasi cenderung mengaitkan kejayaan kepada faktor yang tidak terkawal (Seifert, 1995) seperti kebolehan semula jadi atau kecerdasan dan bukannya disebabkan usaha atau kegigihan (Devon J. Chazan, 2022). Oleh itu, program pendidikan yang berasaskan aktiviti fizikal perlu dipertingkatkan bagi menggalakkan murid untuk terlibat dan menyertai aktiviti sukan. Dalam masa yang sama juga pelajar dapat menguruskan pembelajaran secara berhemah agar menjadi seimbang antara penglibatan sukan dan akademik pelajar.

Metodologi

Kajian ini merupakan kajian tinjauan dengan menggunakan borang soal selidik yang diedarkan melalui Google Form sebagai kaedah utama bagi pengumpulan data. Responden dipilih secara persampelan rawak mudah yang terdiri daripada pelajar sekolah menengah kawasan bandar dan luar bandar yang berumur 13 tahun sehingga 17 tahun yang mempunyai profil demografi yang pelbagai di Kota Tinggi, Johor. Faktor pengkaji memilih daerah Kota Tinggi, Johor sebagai tempat kajian adalah didorong oleh beberapa sebab iaitu interaksi positif masyarakat terhadap persekitaran yang mempunyai penduduk berbilang bangsa bagi memudahkan pengkaji menjalankan kajian. Selain itu, penglibatan pelajar di peringkat tinggi dalam bidang sukan ramai di daerah ini kerana wujudnya sekolah sukan khas bagi melahirkan atlet yang cemerlang.

Kaedah soal selidik digunakan kerana melibatkan bilangan responden yang ramai serta kekangan jarak dan masa. Berdasarkan laman sesawang rasmi Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), terdapat sebanyak 17 buah sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor (KPM, 2020) telah dikenal pasti sebagai unit analisis bagi kajian ini. Jumlah populasi pelajar di sekolah-sekolah berkenaan adalah seramai 11,018 orang. Berdasarkan jadual penentuan sampel saiz Krejcie dan Morgan (1970), bilangan responden yang sepatutnya terlibat adalah sehingga 373 orang sudah mencukupi untuk mewakili keseluruhan populasi kajian. Seramai 373 orang responden mengambil bahagian bagi mewakili saiz sampel dalam kajian ini. Tiada

spesifikasi mengenai kriteria pemilihan dan sampel dipilih secara rawak dalam kalangan pelajar sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor.

Penggunaan borang soal selidik secara dalam talian akan memudahkan pengkaji dan responden kerana populasi kajian berkemungkinan tinggal di kawasan yang jauh. Data dikumpul dalam set soal selidik yang terdiri daripada 3 bahagian iaitu bahagian A, bahagian B dan bahagian C yang telah disediakan oleh pengkaji untuk digunakan dalam bidang tinjauan dan mengumpul data yang mana setiap bahagian mengukur setiap pembolehubah yang berkaitan dengan objektif kajian. Bahagian A terdiri daripada demografi responden (jantina, umur, bangsa dan tahap prestasi), bahagian B adalah motivasi penyertaan sukan atau Sport Participation Motivation (PMQ) (30 item) oleh (Gill Diane L, 1983) versi Persian dan bahagian C adalah skala prestasi akademik atau Academic Performance Scale (APS) (8 item) oleh (McGregory, 2015). Soal selidik disediakan dalam bentuk dwibahasa: Bahasa Melayu dan Bahasa Inggeris. Semua item adalah dalam format skala Likert antara "sangat tidak setuju" (1) hingga "sangat setuju" (5). Bagi memastikan instrumen mempunyai tahap kebolehpercayaan yang tinggi dan sesuai digunakan sebagai alat pengukur bagi populasi kajian, adalah penting bagi pengkaji untuk menjalankan kajian rintis. Kebolehpercayaan PMQ ditunjukkan melalui kajian rintis yang dijalankan dalam kalangan pelajar sekolah menengah dengan nilai Cronbach Alpha 0.94 yang sangat baik dan berkesan dengan tahap konsistensi yang tinggi serta nilai kebolehpercayaan bagi APS ialah 0.92 yang sangat baik dan boleh digunakan dalam kajian.

Perisian Pakej Statistik untuk Sains Sosial (SPSS) versi 27.0 telah digunakan untuk memproses dan menganalisa data yang dikumpul. Perisian ini digunakan untuk menilai keputusan awal dan menghasilkan penilaian analisis deskriptif seperti min, sisihan piawai dan kekerapan. Analisis inferensi seperti ujian-t bebas digunakan untuk membandingkan min dua kumpulan (jantina) dalam penyertaan pelajar dalam sukan. Selain itu, analisis regresi digunakan untuk mengenal pasti hubungan motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor.

Dapatan kajian

Kajian ini melibatkan 373 responden (N=373) yang terdiri daripada 19 orang pelajar lelaki dan 179 orang pelajar perempuan sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor yang mengambil bahagian dalam menjawab soal selidik ini. Majoriti responden yang menyertai kajian ini adalah dalam lingkungan umur 16 - 17 iaitu 224 orang dan diikuti lingkungan umur 13 - 15 tahun adalah sebanyak 149 orang. Hasil kajian mencatatkan bangsa Melayu merupakan responden tertinggi dengan 277 orang. Bagi tahap prestasi, penglibatan di peringkat sekolah adalah paling tinggi dengan 232 orang dan peringkat kebangsaan adalah paling rendah dengan 12 orang.

Statistik Deskriptif Data Demografi

Jadual 1: Profil Demografi pelajar sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor

Item		Frekuensi (n)	Peratus (%)
Jantina	Lelaki	194	52.0
	Perempuan	179	48.0
Umur	13 – 15 tahun	149	39.9
	16 – 17 tahun	224	60.1
Bangsa	Melayu	277	74.3
	Cina	67	18.0
	India	19	5.1
	Lain-lain	10	2.7

Tahap Prestasi	Sekolah	232	62.2
	Daerah	91	24.4
	Negeri	38	10.2
	Kebangsaan	12	3.2
Jumlah		373	100.0

Statistik Deskriptif Motivasi Penyertaan Sukan

Jadual 2: Motivasi penyertaan sukan pelajar sekolah menengah di daerah Kota Tinggi, Johor

Dimensi	Min	Sisihan Piawai (SP)	Bil. Item
Kerja berpasukan	4.37	.74	4
Pencapaian	4.03	.70	6
Pembebasan tenaga	4.08	.75	5
Kecergasan	4.30	.80	3
Faktor keadaan	4.15	.81	4
Pembangunan kemahiran	4.43	.76	3
Persahabatan	4.20	.69	3
Keseronokan	4.44	.78	2

Berdasarkan nilai min dan sisihan piawai dalam jadual statistik deskriptif dalam jadual 2, dimensi motivasi penyertaan sukan yang tertinggi dalam kalangan pelajar sekolah menengah di sekitar daerah Kota Tinggi, Johor ialah keseronokan dengan nilai ($M = 4.44$, $SP = .78$), dan motivasi penyertaan sukan kedua tertinggi ialah pembangunan kemahiran dengan ($M = 4.43$, $SP = .76$). Motivasi penyertaan sukan seterusnya dengan ($M = 4.37$, $SP = .74$) ialah dimensi kerja berpasukan dan diikuti dengan kecergasan dengan nilai ($M = 4.30$, $SP = .80$). Dimensi persahabatan dalam motivasi penyertaan sukan mencatatkan nilai ($M = 4.20$, $SP = .69$), faktor keadaan pula menunjukkan ($M = 4.15$, $SP = .81$) serta dimensi pembebasan tenaga menyatakan bahawa nilai ($M = 4.08$, $SP = .75$). Dimensi motivasi penyertaan sukan yang mencatatkan nilai min yang terendah dalam kalangan pelajar sekolah menengah di sekitar daerah Kota Tinggi, Johor ialah dimensi pencapaian dengan ($M = 4.03$, $SP = .70$).

Perbezaan Motivasi Penyertaan Sukan dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Berdasarkan Jantina

Jadual 3(a): Perbezaan mean rank motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah berdasarkan jantina

	Jantina	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Motivasi Penyertaan	Lelaki	194	208.39	40427.00
Sukan	Perempuan	179	163.82	29324.00
	Jumlah	373		

Jadual (b): Perbezaan motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah berdasarkan jantina

Ujian Statistik	Motivasi Penyertaan Sukan
Mann-Whitney U	13214.000
Wilcoxon W	29324.000
Z	-3.988
Asymp. Sig. (2-tailed)	<.001

Mann-Whitney U adalah signifikan pada tahap .05 (2-tailed)

Ujian Mann Whitney U digunakan kerana taburan data adalah tidak normal dan ujian telah dijalankan untuk membandingkan motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah berdasarkan jantina. Berdasarkan Jadual 2(a), mean rank bagi responden lelaki ialah 208.39, manakala mean rank bagi responden perempuan ialah 163.82. Purata pangkat yang diperolehi dalam motif penglibatan antara lelaki dan wanita memang mempunyai perbezaan yang ketara. Justeru, keputusan menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan motivasi penyertaan sukan dalam kalangan responden pelajar sekolah menengah lelaki dan perempuan; ($U = 13214.000$, $p = <.001$).

Hubungan antara Motivasi Penyertaan Sukan dan Prestasi Akademik

Jadual 4: Hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah

Motivasi Penyertaan		Akademik	
Spearman's Rho	Motivasi Penyertaan	Correlation	.596**
		Coefficient	
		Sig. (2 tailed)	<.001
		N	373
Akademik		Correlation	.596**
		Coefficient	
		Sig. (2 tailed)	<.001
		N	373

**Kolerasi adalah signifikan pada tahap .05 (2-tailed)

Ujian korelasi Spearman's Rho digunakan untuk mengenalpasti hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Jadual 4 menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Pekali korelasi menunjukkan hubungan positif yang kuat ($r = 0.596$, $p = <.001$) dan hipotesis nol ditolak. Secara rumusnya, terdapat hubungan positif yang kuat antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah.

Perbincangan

Kajian ini memberi fokus kepada hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Dimensi motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah menunjukkan nilai min tertinggi adalah keseronokkan. Kajian yang dibuat oleh Jacobson (2014) tidak menemui sebarang perbezaan antara motivasi atlet berpasukan dan individu dan menyatakan komponen keseronokkan dalam atlet pasukan adalah lebih tinggi daripada atlet individu. Keseronokkan dan kepuasan ketika bermain adalah sebab utama penglibatan individu dalam sukan. Dalam setiap aktiviti yang disertai, faktor ini amat penting untuk diambil kira agar penglibatan pelajar dalam aktiviti itu dilakukan dengan penuh keseronokkan serta membolehkan aktiviti itu berjaya mencapai objektifnya (Tommy Katum, 2023). Para belia dan pelajar-pelajar sekolah menjadikan nilai tertentu, matlamat dan cara yang boleh diterima untuk menggapai pencapaian sebagai fokus utama mereka. Motivasi yang tinggi akan menunjukkan semangat yang kuat pada individu dengan tujuan untuk mencapai kejayaan yang diinginkan sehingga membolehkan seseorang berusaha melakukan sesuatu. Dapatan kajian ini disokong oleh pengkaji (S P Vlachopoulos, 2000) yang menunjukkan terdapat 43 hubungan yang positif antara motivasi, keyakinan diri serta kejayaan adalah salah satu penemuan yang paling konsisten dalam penyelidikan tentang

seorang yang terlibat dalam aktiviti sukan. Motivasi amat penting untuk berjaya dalam bidang sukan tidak kira untuk tujuan rekreasi ataupun untuk sukan yang kompetitif (Matsumoto dan Takenaka, 2004).

Hasil dapatan kajian bagi komponen motivasi penyertaan sukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah menunjukkan responden lelaki lebih tinggi terhadap faktor keadaan dalam menyertai sukan dan pelajar perempuan terlibat secara aktif dalam sukan kerana faktor keseronokan dan kecergasan. Peranan jantung juga penting dalam penyertaan aktiviti sukan. Berdasarkan kajian lepas pula menyatakan motivasi penyertaan sukan terhadap sukan individu dan berkumpulan, dinyatakan bahawa penemuan yang paling penting dalam kajian (Jalil Moradi, 2020) ialah terdapat perbezaan yang signifikan antara komponen motivasi penyertaan sukan antara atlet pasukan dan atlet individu, lelaki cenderung terhadap aktiviti pada tahap pertandingan dan perempuan cenderung untuk mengikuti sukan kerana matlamat kesihatan, kecergasan dan persahabatan. Remaja lelaki menyertai aktiviti sukan dengan konsep yang lebih meluas dan terbuka berbanding perempuan yang lebih spesifik kepada sesuatu benda sahaja. Dapatan ini konsisten dengan kajian lepas daripada Tommy Katum (2023) menunjukkan bahawa pelajar lelaki menunjukkan motivasi dan tahap penglibatan yang tinggi dalam aktiviti kokurikulum berbanding dengan pelajar perempuan menganggap menyertai sukan adalah secara berbeza dan mempunyai tahap minat yang pelbagai. Pengkaji dapat merumuskan aktiviti sukan yang disertai oleh para pelajar lebih menarik minat golongan remaja masa kini kerana berupaya menjadi platform untuk meningkatkan pembangunan diri dalam pelbagai aspek.

Seterusnya, analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Pekali korelasi yang diperoleh menunjukkan hubungan positif yang kuat. Hal ini kerana akademik tetap dijadikan sebagai keutamaan dalam tanggungjawab sebagai seorang pelajar walaupun bergiat aktif dalam kegiatan sukan. Dapatan ini konsisten dengan dapatan kajian daripada Viviana Anak Kimpa, (2022) yang mendapati sebanyak mana penglibatan dalam sukan masih tidak memberi impak kepada peningkatan akademik iaitu penglibatan pelajar dalam aktiviti sukan tidak mempengaruhi akademik mereka. Keseimbangan dalam penyertaan sukan dan pencapaian akademik harus dititiberatkan kerana sering menjadi kebimbangan dalam kalangan masyarakat. Prestasi belajar tidak akan meningkat sekiranya masa untuk aktiviti bersukan ini dikurangkan, sebaliknya akan menurunkan kecergasan otak dan daya tumpuan untuk belajar. Hal ini kerana murid akan menjadi tidak cergas semasa proses pengajaran dan pembelajaran dijalankan. Kajian lepas mendapati terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan fizikal kanak-kanak dan remaja terhadap prestasi akademik (Santana et al., 2017). Stucko (2018) juga menyokong dalam kajiannya bahawa melalui aktiviti sukan dapat memberi impak positif terhadap perhatian, ingatan dan tingkah laku terhadap para pelajar. Dapatan yang positif terhadap pencapaian akademik atlet pelajar apabila menyertai secara aktif dalam sukan berpasukan di sekolah menengah.

Berdasarkan penelitian dan penilaian yang telah dibuat, dapatan kajian ini didapati berupaya menjadi asas dan panduan kepada sesebuah organisasi dalam memahami motivasi yang mempengaruhi penglibatan pelajar-pelajar dalam menyumbang tenaga dan masa berharga mereka terhadap aktiviti sukan di samping memenuhi keperluan peribadi serta mengimbangi pencapaian akademik yang cemerlang. Selain itu, Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) juga memainkan peranan penting dalam meningkatkan pembangunan insaniah masyarakat khususnya dalam kalangan pelajar. Pelaksanaan program-program yang bersesuaian dengan lebih banyak dan galakkan yang jitu daripada pihak KPM kepada para pelajar adalah tindakan

yang proaktif dalam menjayakan matlamat tersebut. Hal ini kerana ianya mampu mewujudkan transformasi baharu dalam pembangunan diri pelajar dengan memenuhi keperluan semasa pelajar di samping memastikan kecemerlangan akademik sebagai keutamaan.

Kesimpulan

Kajian ini telah menyumbang pelbagai pengetahuan, fakta, dan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor motivasi penyertaan pelajar sekolah menengah dalam acara sukan serta hubungan terhadap akademiknya. Pengkaji berharap kajian yang lebih meluas dilakukan dalam kalangan pelajar sekolah menengah seluruh Malaysia kerana aktiviti bersukan khususnya yang perlu diberi galakkan kepada golongan muda secara majoriti agar melahirkan masyarakat yang sihat dan bebas daripada penyakit kronik serta memantau kesannya penglibatannya terhadap akademik. Hal ini bagi memastikan stigma masyarakat terhadap anak-anak yang terlibat dengan sukan akan memberi kesan negatif terhadap pembelajaran.

Penyelidikan ini juga boleh menjalani kajian pembangunan lanjutan dengan memberi tumpuan kepada tahap umur dan responden yang berbeza yang mungkin mempunyai minat yang berbeza terhadap penyertaan sukan. Selain itu, kajian lanjutan boleh dilakukan dengan meneliti berkaitan faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi motivasi penyertaan pelajar dalam sukan. Hal ini kerana terdapat faktor lain yang dikenal pasti mampu mempengaruhi motivasi adalah seperti sokongan organisasi atau individu lain secara dalaman dan luaran yang tidak mempunyai kajian meluas terhadap pelajar sekolah. Seterusnya, kajian lanjutan boleh menggunakan kajian berbentuk kualitatif seperti temu bual. Hal ini kerana kajian yang menggunakan temu bual lebih mendalam dan dapatan yang diperoleh akan lebih variasi. Kesannya, pengkaji dapat melusuri persoalan kajian dengan lebih terperinci dan meluas. Pengkaji juga bukan sahaja boleh menemu bual para pelajar malah mengambil kira persepsi dari pihak pengurusan itu juga dalam menyokong penglibatan pelajar dalam sukan. Banyak kajian dan penyelidikan yang perlu dilakukan pada masa hadapan agar bertambah baik dengan pengetahuan dan kualiti yang lebih tinggi tentang hubungan antara motivasi penyertaan sukan dan prestasi akademik dalam kalangan pelajar sekolah menengah.

Rujukan

- World Health Organization (WHO). (13 June, 2011). *Global recommendations on physical activity for health*. Retrieved 13 June, 2013, from http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/en/index.html
- Acqua, B.Y & Anti, Parsley, P.(2014). The Influence of co-curricular activities on student performance in economics. *Journal of education management*, 6,147-160
- Aminudin Abdul Rahman. (2004). Penglibatan Pelajar Secara Aktif dalam Aktiviti Kokurikulum dan Kesannya ke Atas Pencapaian Akademik. Satu Tinjauan Di Sekolah Menengah Kebangsaan Pekan Nanas, Pontian. *Universiti Teknologi Malaysia Skudai*
- Alexandris, K. &. (2002). Can perceptions of service quality predict behavioral intentions? Exploratory study in the hotel sector in Greece. *Managing Service Quality*, 12(4), 224-231. doi:12. 224-231. 10.1108/09604520210434839
- Astin, A. 1984. Student Involvement: A Development Theory for Higher Education Graduate School of Education. Los Angeles: *University of California*.
- Aziz, S. A. (2001). Mengaplikasi teori psikologi dalam sukan. *Utusan Publications*.
- Bahari, M. J. (2019). Faktor-faktor yang menghalang penglibatan pelajar dalam kegiatan kokurikulum sukan di kalangan Sekolah Menengah Kebangsaan Daerah Seremban.47(1), 231-256.

- Bond, T.G. & Fox, C.M. 2015. Applying the Rasch Model Fundamental Measurement in the Human Sciences. *Routledge*
- ÇELENK, Ç. (May, 2021). Motivation Affects Sports and Life Skills in Physical Disabled People. *Propósitos y Representaciones*, 9(3), e1161. doi:<http://dx.doi.org/10.20511/pyr2021.v9nSPE3.1161>
- Charles B. Corbin, R. L. (2000). *Concepts of Fitness and Wellness: A Comprehensive Lifestyle Approach*. McGraw-Hill. Retrieved from https://books.google.com.my/books?id=PgoBAAAACAAJ&source=gbs_book_other_versions
- Chapman, E. 2003. *Alternative approaches to assessing student engagement rates Practical Assessment, Research and Evaluation* 8 (13). Retrieved April 19, 2006, from <http://PAREonline.net/getvn.asp?v=8&n=13> [28 Ogos 2012]
- Cheryl P. Stuntz, M. R. (February, 2009). Achievement goal orientations and motivational outcomes in youth sport: The role of social orientations. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(2), 255-262. doi:<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.09.001>
- Chua, Y.P. 2021. Kaedah dan statistik penyelidikan: kaedah penyelidikan. *Mcgraw-Hill Education*, Shah Alam
- Chun Cheng Chuan, A. Y. (2014). Faktor-faktor penglibatan aktiviti sukan rekreasi dalam kalangan murid sekolah menengah. *Sports and academic performance*. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/301651708>
- Cox, S. and Flin, F. (1998) Safety Culture: Philosopher's Stone or Man of Straw? *Work & Stress: An International Journal of Work, Health & Organisations*, 12, 187-188
- DeMeulenaere, E. (2010). Playing the game: sports as a force for promoting improved academic performance for urban youth. *Journal Of Cultural Diversity*, 14(4), 127-35.
- Devon J. Chazan, G. N. (2022). Achievement Goal Theory Review: An Application to School Psychology. *Canadian Journal of School Psychology*, 37(1), 40-56. doi:<https://doi.org/10.1177/08295735211058319>
- Dicken Kilue, T. A. (2021). Cabaran pengajaran Pendidikan Jasmani di sekolah menengah di Malaysia. *Journal of Nusantara Studies (JONUS)*, 2(2), 53-65. doi:<https://doi.org/10.24200/jonus.vol2iss2pp53-65>
- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical Activity, Fitness, Cognitive Function, and Academic Achievement in Children: A Systematic Review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197– 1222. <https://doi.org/10.1249/MSS0000000000000901>
- Duda, J. L. (1989). Relationship between Task and Ego Orientation and the Perceived Purpose of Sport among High School Athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(3), 318-335. doi:<https://doi.org/10.1123/jsep.11.3.318>
- Favor, A. L. (March, 2012). Comparing the Academic Performance of High School Athletes and Non-Athletes in Kansas in 2008-2009. *Journal of Sport Administration & Supervision (JSAS)*, 4(1), 41-62. Retrieved from <http://hdl.handle.net/2027/spo.6776111.0004.108>
- Ghazali Darusalam, & Sufean Hussin. 2018. Kerangka Konseptual dan Teoretikal Kajian. In *Metodologi Penyelidikan dalam Pendidikan: Amalan dan Analisis Kajian (Edisi Kedua)*, pp. 168–221). Kuala Lumpur: *Penerbit Universiti Malaya*.
- Gill Diane L, G. J. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14(1), 1-14.

- Gopal, Y. (October, 2022). Pentadbir Sekolah Dalam Mempengaruhi Tahap Penglibatan Murid Dalam Bidang Sukan Dan Permainan. *Journal of Social Science and Humanities*, 6(4), 40-47. doi:<https://doi.org/10.33306/mjssh/212>
- Haji Awang Kechik, N. A. (2006). Persepsi Pelajar-Pelajar Terhadap Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kegagalan Dalam Pencapaian Matlamat Kokurikulum Di Sekolah Menengah Sekitar Daerah Maran, Pahang. *Fakulti Pendidikan Universiti Teknologi Malaysia*. Retrieved from <Http://www.fp.utm.my/epusatsumber/pdffail/ptkghdfw...>
- Hoe, W. E. (1994). *Gerak kerja kokurikulum (sukan)*. Fajar Bakti Sdn Bhd.
- Jakobsen, A.M. (2014). Are There Differences in Motives Between Participants in Individual Sports Compared to Team Sports? *LASE Journal of Sport Science*, 5(2), 30-40.
- Jalil Moradi, A. B. (2020). Motivation for Participation in Sports Based on Athletes in Team and Individual Sports. *Physical Culture and Sport, Studies and Research*(85), 14-21. doi:10.2478/pcssr-2020-0002
- Jamaris Martini, *Orientasi Baru dalam Psikologi Pendidikan*, Jakarta Pusat: Yayasan Penamas Murni, 2010
- Katie Schultz, C. o. (3 August, 2016). Do High School Athletes Get Better Grades During the Off-Season? *Journal of Sports Economic*, 18(2), 182-208. doi:<https://doi.org/10.1177/1527002514566279>
- Kementerian Pendidikan Malaysia (2020). Laporan Tahunan 2019: Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia
- Koch, H.J., Kittig, G., Eisermann, B., Bohm, A., & Hartwich-Korch, R. (2015). *Concept of an additional sports lesson per week in English ('moving words') in a middle school*. *MMW–Fortschr. Med.* 157, 1-5. (CrossRef)
- Kohl, D., Recchia, S., & Steffgen, G. (2013). *Measuring school climate: an overview of measurement scales*, *Educational Research* 55(4), 411-426
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational & Psychological Measurement*, 30, 607-610. <https://doi.org/10.1177/001316447003000308>
- Marc R Lochbaum, G. C. (1993). Goal Orientations and Perceptions of the Sport Experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*(15), 160-171.
- Mark W. Bruner, M. A. (2020). *The Power of Groups in Youth Sport*. Canada: Academic Press. doi:<https://doi.org/10.1016/C2017-0-04788-2>
- Matsumoto, H. & Takenaka, K. (2004) Motivational profiles and stages of exercise behavior change. *International Journal of Sport and Health Science* 2,89-96
- Md Suhaimi Elias, S. I. (29 March, 2018). Multivariate analysis for source identification of pollution in sediment of Linggi River, Malaysia. *Environmental Monitoring and Assessment*, 1-16.
- Md Yusoff, H., Hamzah, M.I. & Surat, S. 2018. Kesahan dan Kebolehpercayaan Instrumen Indeks Pemupukan Kreativiti dalam Pengajaran Guru dengan Elemen Islam (I- CFTI) Berdasarkan Pendekatan Model Rasch (Validity and Reliability of Creativity Fostering Index Instrument in Teacher Instruction with Islamic Elements (I-CFTI) Based on Rasch Model Approach). *Jurnal Pendidikan Malaysia* 43(03)
- Miran Kondrič, J. S.-M. (2013). Participation Motivation and Student's Physical Activity among Sport Students in Three Countries. *Journal of Sports Science and Medicine*(12), 10-18.
- Miran Kondrič, J. S.-M. (2013). Participation Motivation and Student's Physical Activity among Sport Students in Three Countries. *Journal of Sports Science and Medicine*(12), 10-18.

- Mohd Azhar Ya'cob, M. K. (2022). Keterlibatan dalam Aktiviti Fizikal dan Pengaruh Kepada Self Esteem Pelajar Sekolah Menengah di Semenanjung Malaysia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(4), e001406. doi:<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i4.1406>
- Mohd Samri bin Mohd Noor, D. M. (2006). Penglibatan Mahasiswa Secara Aktif dalam Bidang Sukan di Peringkat Universiti dan Kesannya Terhadap Pencapaian Akademik. *Malaysia Journal of Social Sciences and Humanities*.
- Musa, M.H., Andin, C. & Salam, S.N. 2020. The Validity and Reliability of Students' Soft Skills Assessment Instrument of the Invention Subject. *International Journal of Education, Psychology and Counseling* 5(37): 96–107
- National Center for Educational Statistics. (2011). High school transcript study. *Washington, DC: U.S. Government Printing Office*.
- Nor Suhara Bt Haji Fadzil, D. J. (2010). Kepentingan Kokurikulum Dalam Pendidikan Di Sekolah Menengah. *Proceedings of The 4th International Conference on Teacher Education; Join Conference UPI & UPSI Bandung, Indonesia*.
- Norlelawati Ramli, N. S. (2022). Tahap Motivasi Pemain Bola Tampar dalam Melaksanakan Latihan Kendiri. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(3). doi:<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i3.1336>
- Norulhuda Tajuddin, R. A. (July, 2019). Hubungan Orientasi Matlamat, Pemantauan Kendiri dan Tingkah Laku Kerja Inovatif: Komitmen Afektif Sebagai Pengantara. *Jurnal Pengurusan* 56, 17. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/342623334>
- Nur Izza Ainaa, M. R. & Wan Hanim Nadrah, W. M. (2014). Leadership of Technical Students Through Co-Curriculum Activities in University. *Journal of Management Policies and Practices* Vol. 2, No. 2, Pp. 39-43
- Nursuhaila Mohamad Zaini, T. A. (2022). Hubungan antara Kecergasan Fizikal dengan Prestasi Kokurikulum dalam kalangan Murid Sekolah Rendah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(2), e001269. doi:<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i2.1269>
- Orcan, F. 2020. Parametric or Non-parametric: Skewness to Test Normality for Mean Comparison. *International Journal of Assessment Tools in Education* 7(2): 255–265.
- Panagiotis N. Zahariadis, T. G. (2000). Goal Orientations and Participation Motives in Physical Education and Sport: Their relationships in English school children. *Athletic Insight*, 2(1).
- Patrick, J. F. (1994). Physical activity guidelines for adolescents: Consensus statement. *Pediatric exercise Science*, 6(4), 302-314. doi:<https://doi.org/10.1123/pes.6.4.302>
- Ramanda Sandhika Utama, N. A. (2021). Survei Motivasi Atlet dalam Mengikuti Program Latihan di Klub Bolavoli Se Karisidenan Kediri. *Sport Science: Jurnal Sains Olahraga dan Pendidikan Jasmani*.
- Ryan E. Rhodes, D. H. (2008). Evaluating Timeframe Expectancies in Physical Activity Social Cognition: Are Short- and Long-Term Motives Different? *Behavioral Medicine*, 34(3), 85-94. doi:<https://doi.org/10.3200/BMED.34.3.85-94>
- S P Vlachopoulos, C. I. (2000). Motivation profiles in sport: a self-determination theory perspective. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(4), 387-97. doi:[10.1080/02701367.2000.10608921](https://doi.org/10.1080/02701367.2000.10608921)
- Santana, C. C. A., Azevedo, L. B., Cattuzzo, M. T., Hill, J. O., Andrade, L. P., & Prado, W. L. (2017). Physical fitness and academic performance in youth: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 27, 579 – 603. PMID: 27714852. DOI:[10.1111/sms.12773](https://doi.org/10.1111/sms.12773)

- Serkan DÜZ, t. V. (2020). The Effect of Sport on Life Skills in High School Students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(2), 161-168. doi:10.20448/journal.522.2020.62.161.168
- Stucks, M. (2018). Sport Participation and Academic Achievement in High School Athletes. *Kinesiology, Sport Studies, and Physical Education Synthesis Projects*, 58. Retrieved from https://digitalcommons.brockport.edu/pes_synthesis/58
- Syed Lamsah Syed Chear, Mohd Imran Mohd & Sareena Hanim Hamzah. (2018). Kepentingan Aktiviti Fizikal Dalam Membina Personaliti Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik. *Jurnal Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani*, 7, (1), 21-33. <https://ejournal.upsi.edu.my/journal/JSSPJ>
- Theodorakis, I. G. (2002). *The Psychological Excellence in Sports*
- Tommy Katum, T. A. (2023). Motivasi dan Tahap Penglibatan Pelajar Sekolah Menengah Dalam Melaksanakan Aktiviti Kokurikulum Semasa Fasa Endemik di Daerah Saratok. *International Journal of Advanced Research in Education and Society*, 5(2), 113-128. doi:<https://doi.org/10.55057/ijares.2023.5.2.10>
- Tim Urdan, A. K. (2020). The origins, evolution, and future directions of achievement goal theory. *Contemporary Educational Psychology*, 61. doi:<https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101862>
- Ujang, A. F. (2005). Kebimbangan Prapertandingan dan Orientasi Matlamat Dalam Kalangan Peserta Merentas Desa
- Viviana Anak Kimpa, N. B. (2022). Hubungan Antara Penglibatan Sukan dan Akademik Atlet Sekolah Rendah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(3), 2504-8562. doi: <https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i3.1385>