

MOTIVASI INTRINSIK MURID TINGKATAN EMPAT TERHADAP AKTIVITI DALAM PENDIDIKAN JASMANI

Wee Akina Sia Seng Lee, Dr. Shabeshan Rengasamy,

Dr. Lim Boon Hooi, Subramaniam A/L Raju, Chandrakala Varatharajoo, Sheiladevi Sukumaran

ABSTRAK:

Kajian ini dijalankan untuk melihat motivasi intrinsik murid tingkatan empat terhadap aktiviti kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia. Sebuah sekolah di daerah dipilih melalui persampelan rawak mudah dan kesemua lima kelas murid tingkatan empat dijadikan responden kajian. Kajian ini melibatkan 174 responden yang terdiri daripada 93 murid lelaki dan 81 murid perempuan tingkatan empat berusia antara 16-17 tahun (min=16.05, SP=0.22). Instrumen Intrinsic Motivation Inventory (McAuley, Duncan, & Tammen, 1989) telah digunakan untuk melihat motivasi intrinsik tingkatan empat terhadap aktiviti kelas Pendidikan Jasmani. Dapatan kajian menunjukkan tahap motivasi intrinsik murid tingkatan empat terhadap aktiviti kelas Pendidikan Jasmani dengan skor purata domain keseronokan (Min=4.06, SP=0.27), domain daya usaha (Min=4.20, SP=0.32), domain persepsi kompetensi (Min=3.91, SP=0.24) dan domain tekanan (Min=3.67, SP=0.36). Hasil kajian juga mendapati kesemua domain dalam motivasi intrinsik murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia adalah pada tahap sederhana. Dapatan kajian ini memberi ruang kepada penyelidik akan datang untuk menjalankan kajian tentang kaedah pengajaran untuk meningkatkan tahap motivasi intrinsik dalam kalangan murid tingkatan empat di sekolah menengah di Malaysia.

ABSTRACT:

The aim of the study was to investigate the intrinsic motivation among Malaysian Form Four students towards physical activities in a physical education class. A school was randomly selected in a district and all five classes of Form Four students undergoing physical education classes were selected as sample for the study. There were a total of 174 students (93 boys; 81 girls) ages between 16-17 years old (Mean age =16.05; SD=0.22). Intrinsic Motivation Inventory (IMI) by McAuley et al (1989) was administered to collect data on their intrinsic motivation. Descriptive data indicated that the overall measure for the Interest/enjoyment domain was M=4.06, SD=0.27; Perceived competency was M=3.91, SD=0.24; Effort was M=4.20, SD=0.32; and Pressure/tension was M=3.67, SD=0.36. The results revealed that the overall measure for all the four domains for intrinsic motivation was moderate among the Malaysian subjects towards physical activities carried out in a physical education class. The results indicate that steps should be undertaken by school physical education teachers to improve the teaching of physical education to improve the students intrinsic motivation level.

KATA KUNCI: Motivasi Intrinsik, Murid Tingkatan Empat, Aktiviti Pendidikan Jasmani

PENGENALAN

Pendidikan Jasmani adalah proses pembelajaran menggunakan aktiviti fizikal untuk meningkatkan kecergasan, kemahiran dan sikap seseorang ke tahap yang optimum (Wuest & Bucher, 2009). Menurut Weinberg dan Gould (1999), motivasi intrinsik merupakan faktor dalaman yang menghairahkan, mengarah dan mengintergrasikan pelakuan seseorang untuk mencapai sesuatu tujuan. Kesedaran dan keprihatinan tentang motivasi intrinsik murid terhadap aktiviti kelas Pendidikan

Jasmani amat penting untuk menggalakkan murid terlibat secara aktif semasa proses pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani (Solmon, 2006).

Motivasi intrinsik berperanan penting dalam meningkatkan dan mengekalkan penyertaan murid dalam aktiviti fizikal dan sukan sama ada di dalam atau di luar kelas Pendidikan Jasmani (Blanchfield & Jennifer Lisa, 2002; Guzman & Kingston, 2012; Kavussanu & Roberts, 1996; Tsigilis, 2005; Vallerand, Deci, & Ryan, 1987). Pengalaman dan keseronokan murid semasa mengikuti kelas Pendidikan Jasmani akan mempengaruhi penglibatan murid dalam kelas Pendidikan Jasmani (Bailey, 2006; Viira & Koka, 2012). Murid seharusnya mempunyai motivasi intrinsik yang tinggi terhadap pengajaran guru dalam kelas Pendidikan Jasmani. Ini penting kerana pengajaran dan pembelajaran yang aktif dan memberi kesan positif terhadap tahap kesihatan murid (Blanchfield & Jennifer Lisa, 2002; Kavussanu & Roberts, 1996; Tsigilis, 2005).

Data antarabangsa menunjukkan tahap kecergasan fizikal dan kesihatan murid adalah tidak memuaskan (Derri et al., 2004; Gutin et al., 1990, 1994; Hatano et al., 1997; Lim, 2005; Tomkinson et al., 2003; Updyke & Willet, 1999; [USDHHS] 1996, 2001, 2008). Penglibatan murid dalam kelas Pendidikan Jasmani semakin berkurangan dari 42 % pada tahun 1991 kepada 25 % pada tahun 1995, dan keadaan ini dijangka berlanjutan (Grunbaum et al., 2004). Selain itu, kajian juga menunjukkan motivasi dan minat murid sekolah menengah terhadap aktiviti Pendidikan Jasmani selepas 14 tahun semakin merosot terutamanya murid perempuan (Newton, 1994).

Implementasi Teori Penilaian Kognitif oleh guru Pendidikan Jasmani amat diperlukan untuk mengatasi masalah kemerosotan dan minat murid terhadap kelas Pendidikan Jasmani (Deci & Ryan, 1985). Teori Penilaian Kognitif telah mengutarakan empat faktor utama iaitu pilihan dan kawalan, persepsi kompetensi dan cabaran yang optimum, menterjemah faktor eksternal dalam bentuk kawalan dan informasi serta faktor penekanan kepada kepentingan aspek perbezaan individu dalam membantu mengenalpasti dan memahami motivasi intrinsik murid sekolah (Deci & Ryan, 1985). Keempat-empat faktor utama ini akan mempengaruhi motivasi intrinsik murid dalam domain keseronokan, domain kompetensi, domain daya usaha dan domain tekanan (McAuley et al., 1989).

Banyak usaha dijalankan oleh pengkaji dari luar negara untuk meninjau motivasi intrinsik terhadap penglibatan individu dalam aktiviti sukan dan rekreasi (Brodkin & Weiss, 1991; Cox, 1994; Cremades, Flournoy, & Gomez, 2012; Duda, 1989; Goose & Winter, 2012; Guzman & Kingston, 2012; Klint & Weiss, 1986; Martin-Albo, Nunez, Dominguez, Leon, & Tomas, 2012; Moen & Verburg, 2012; Park, Jeon, & Kim; Petherick & Weigand, 2002; Tsitskari & Kouli, 2010; Wong & Bridges, 1995). Tetapi kajian berkaitan dengan motivasi intrinsik murid dalam kelas Pendidikan Jasmani masih terhad (Haywood, 1991; Kouli, Rokka, Mavridis, & Derri, 2009; Spittle & Byrne, 2009; Viira & Koka, 2012).

Kajian lampau telah melaporkan kebanyakan murid mempunyai motivasi intrinsik dalam domain keseronokan (Alderman et al., 2006; Bailey, 2006; Hayajneh, 1989; Jaakola, 2002; Kavussanu & Roberts, 1996; Longhurst & Spink, 1987; McAuley et al., 1989; McGee et al., 2005; Prochaska et al., 2003; Ryan et al., 1997; Sallis & McKenzie, 1991; Tsitskari & Kouli, 2010; Wang & Bjornstal, 1996) berbanding domain kompetensi (Darvill et al., 1996; Ferrer-Caja & Weiss, 2000; Gill et al., 1983; Gould et al., 1985; Jaakola, 2002; Kavussanu & Roberts, 1996; McAuley et al., 1989; McGee et al., 2005; McKiddie & Maynard, 1997; Ryan et al., 1997; Theeboom, De Knopp, & Weiss, 1995; Tsigilis, 2005; Tsitskari & Kouli, 2010; Weiss & Chaumont, 1992; Weinberg et al., 2000; Weiss, 2001; Whitehead & Corbin, 1991), domain daya usaha (Biddle, 1999; Ferrer-Caja & Weiss, 2000; Kavussanu & Roberts, 1996; Saarinen, 1987; Theeboom, De Knopp, & Weiss, 1995; Tsitskari & Kouli, 2010; Weiss, 2001) dan domain tekanan pula adalah yang terendah (Kavussanu & Roberts, 1996; Tsitskari & Kouli, 2010).

Di Malaysia, status komponen kecergasan murid masih berada pada tahap rendah dari skor min (Balakrishnan, 2003; Dan, Mohd Nasir, & Zalilah, 2011; Kasmini et al., 1997; Rengasamy, 2006, 2008, 2012; Singh, 2005; Sinnapan, 2006). Hanya 22.5% (16-24 tahun) daripada golongan belia yang aktif dalam aktiviti fizikal (Zainun Ishak, 1994). Begitu juga dengan laporan Ainon (1997) bahawa

hanya 13% rakyat Malaysia yang kerap bersukan atau bersenam, manakala 41% pula hanya sekali sekala. Keadaan ini menunjukkan kesedaran motivasi intrinsik murid terhadap kelas Pendidikan Jasmanimasih rendah dan keadaan ini telah menyumbang kepada ketidakaktifan murid samaada di dalam kelas ataupun di luar kelas Pendidikan Jasmani.

Kajian berkaitan motivasi intrinsik telah dijalankan dalam acara padang dan balapan (Chin, Khoo, & Low, 2012) serta sukan (Heng, 2001; Teo, 2006). Tetapi kajian berkaitan motivasi intrinsik yang menfokuskan aktiviti kelas Pendidikan Jasmani masih terlalu kurang, didapati hanya satu kajian dilaporkan padaperingkat sekolah rendah (Balakrishnan, 2011). Kebanyakan kajian memberi fokus kepada psikologi sukan (Hussin Abdullah & Mohd. Sofian, 2001; Mohd. Sofian, 2004; Shaharudin, 2001). Setakat ini, belum ada kajian motivasi intrinsik secara emperikal dilaporkan dalam aktiviti kelas Pendidikan Jasmani khususnya bagi murid sekolah menengah atas di Malaysia.

Justeru, kajian ini telah diusahakan untuk meninjau motivasi intrinsik murid tingkatan empat dalamaktivitiPendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah diMalaysia. Kajian ini amat penting kerana ia dapat memberi informasi kepada warga pendidik di Malaysia tentangmotivasi intrinsik murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani. Di samping itu, ianya juga dapat memberi pengetahuan khusus kepada warga pendidik untuk menekankan domainmotivasi intrinsik yang menjadi pilihan murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia. Rasional pemilihan murid tingkatan empat dalam kajian ini adalah kerana murid ini cukup matang dalam keupayaan untuk memberi maklumat yang diperlukan. Kajian ini bertujuan untuk melihat motivasi intrinsik muridtingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia dan kedudukan dalam domain motivasi intrinsik yang menjadi pilihan murid.Di samping itu, kajian ini juga ingin melihat tahap motivasi dalam kalangan murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah di Malaysia.

METODOLOGI KAJIAN

Reka bentuk kajian ini adalah kajian kuantitatif menggunakan kaedah tinjauan. Kaedah tinjauan amat sesuai kerana soal selidik dapat diberikan kepada responden seramai yang mungkin (Robert, Spink, & Pemberton, 1999) untuk mendapatkan maklumat tentangmotivasi intrinsik murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah diMalaysia. Sebuah negeri iaitu negeri Johor di pilih secara rawak daripada 14 negeri di Malaysia. Seterusnya sebuah daerah dipilih secara rawak daripada 10 daerah di negeri Johor. Pada peringkat akhir persampelan sebuah sekolah dari 23 sekolah di daerah Segamat, Johor, Malaysia telah dipilih secara persampelan rawak mudah untuk dijadikan responden kajian ini. Seramai 174 murid tingkatan empat dari lima kelas dalam sekolah tersebut dijadikan responden kajian. Di mana, responden berusia antara 16 hingga 17 tahun (Min=16.05, SP=0.22) yang sedang bersekolah di tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di daerah Segamat, Johor, Malaysia.

INSTRUMEN KAJIAN

Instrumen yang digunakan dalam kajian ini adalah soal-selidik *Intrinsic Motivation Inventory* (McAuley et al., 1989)yang terdiri dari 18 soalan berskala likert 1-7 untuk mengukur 4 domain motivasi intrinsikiaitu domain keseronokan (5 soalan); domain persepsi kompetensi/ kecekapan (5 soalan); domain daya usaha/kepentingan (4 soalan) dan domain tekanan (4 soalan). Nilai kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik ini adalah di antara .75 sehingga .90 (McAuley et al., 1989; Park et al., 2012; Tsigilis, 2005; Vlachopoulos & Michailidou, 2006).Pengkategorian julat skor instrumen kajian untuk melihat tahap motivasi intrinsik telah dilakukan sepertimana menurut Mohd Majib Konting (2009) iaitu rendah (1.00-2.33), sederhana (2.34-4.66) dan tinggi (4.67-7.00).

Sebelum borang soal-selidik diagihkan kepada responden, pengkaji terlebih dahulu memberi soal-selidik kepada dua pakar dalam bidang bahasa dan dua pakar dalam bidang Pendidikan Jasmani dari Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya untuk disahkan penggunaan dan kesahihannya kerana pengkaji telah menterjemahkan soal selidik kepada Bahasa Malaysia menerusi *back to back translation* (Brislin et al., 1973). Kajian rintis telah dijalankan ke atas 35 orang responden lain yang mempunyai ciri-ciri yang sama telah menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* .90 di mana nilai kebolehpercayaan ini dapat diterima kerana Nunally (1978) telah menetapkan .70 sebagai piawaian minima.

PROSEDUR KAJIAN

Surat kebenaran menjalankan kajian diperoleh dari Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Pendidikan, Kementerian Pendidikan Malaysia dan diserahkan ke Jabatan Pendidikan Negeri Johor serta Pejabat Pendidikan Daerah Segamat untuk kelulusan menjalankan kajian. Selepas memperolehi kebenaran, penyelidik telah berjumpa dengan pihak sekolah dan murid tingkatan empat melalui pentadbir sekolah untuk menerangkan tujuan kajian kepada kesemua responden dan meminta mereka supaya menyertai kajian ini dengan ikhlas.

Penyertaan individu dalam kajian adalah secara sukarela dan surat persetujuan dari ibu-bapa diambil kerana kesemua responden masih berada di bawah umur. Soal selidik *Intrinsic Motivation Inventory (IMI)* seterusnya diberikan kepada responden untuk dijawab selama 25-30 minit. Pengkaji telah mendapat kerjasama dengan pentadbir sekolah dengan mengumpulkan kesemua responden di kantin dan kesemua responden perlu menjawab soal selidik secara bersendirian tanpa berinteraksi dengan murid atau responden lain untuk mengelakkan bias kajian. Pengkaji juga menerangkan dengan jelas tentang jawapan yang diberikan oleh kesemua responden mestilah berdasarkan kepada pengajaran dan pembelajaran guru kelas Pendidikan Jasmani. Semua jawapan yang diberikan mestilah berkisarkan kepada perasaan sebenar responden berkaitan dengan pengajaran dan pembelajaran yang diajar oleh guru responden dalam kelas Pendidikan Jasmani.

ANALISIS DATA

Data diperolehi dianalisis dengan menggunakan Program *Statistical Package of Social Science (SPSS)* versi 20.0. Menurut Mohd Majid Konting (2009), penganalisan data berstatistik dengan menggunakan perisian ini dapat menghasilkan pengiraan yang tepat. Analisis deskriptif seperti min dan sisihan piawai digunakan untuk melihat motivasi intrinsikpelajar tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia. Di samping itu, analisis deskriptif seperti min dan sisihan piawai juga digunakan untuk melihat tahap motivasi intrinsik mengikut pengkategorian skor dan kedudukan dalam domain motivasi intrinsik yang menjadi pilihan murid di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia.

DAPATAN KAJIAN

Analisis statistik deskriptif menunjukkan kesemua responden di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia yang terlibat dalam kajian ini adalah berumur antara 16 hingga 17 tahun (Min=16.05, *SP*=0.22).

Jadual 1: *Data Mentah Motivasi Intrinsik Murid Tingkatan Empat Di Salah Sebuah Sekolah Menengah Di Malaysia*

Pemboleh ubah		Domain Motivasi Intrinsik			
Jantina		Keseronokan	Persepsi Kompetensi	Daya Usaha	Tekanan
Lelaki	Min	4.13	3.94	4.15	3.66
	SP	0.24	0.24	0.34	0.35
	N	93	93	93	93
Perempuan	Min	3.98	3.87	4.24	3.69
	SP	0.29	0.23	0.29	0.39
	N	81	81	81	81
Jumlah	Min	4.06	3.91	4.20	3.67
	SP	0.27	0.24	0.32	0.36
	N	174	174	174	174

Jadual 1 menunjukkan data tentang motivasi intrinsik murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia. Dapatan kajian menunjukkan skor purata murid lelaki tingkatan empat dalam domain keseronokan adalah (min=4.13, $SP=0.24$), diikuti dalam domain persepsi kompetensi (min=3.94, $SP=0.24$) dan domain daya usaha (min=4.15, $SP=0.34$) serta yang terakhir dalam domain tekanan (min=3.66, $SP=0.35$). Manakala bagi murid perempuan tingkatan empat pula, skor purata menunjukkan domain keseronokan (min=3.98, $SP=0.29$), domain persepsi kompetensi skor menunjukkan (min=3.87, $SP=0.23$), domain daya usaha (min=4.24, $SP=0.29$) dan domain tekanan (min=3.69, $SP=0.39$).

Secara keseluruhannya, skor purata murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia menunjukkan motivasi intrinsik dalam domain keseronokan (min=4.06, $SP=0.27$), domain persepsi kompetensi (min=3.91, $SP=0.24$), domain daya usaha (min=4.20, $SP=0.32$) dan domain tekanan (min=3.67, $SP=0.36$).

Jadual 2: *Kedudukan Dan Pengkategorian Tahap Motivasi Intrinsik Murid Tingkatan Empat Di Salah Sebuah Sekolah Menengah Di Malaysia*

Domain Motivasi Intrinsik	Min	SP	Kedudukan	Tahap Motivasi
Keseronokan	4.06	0.27	2	Sederhana
Persepsi Kompetensi	3.91	0.24	3	Sederhana
Daya Usaha	4.20	0.32	1	Sederhana
Tekanan	3.67	0.36	4	Sederhana

Jadual 2 menunjukkan domain daya usaha (min=4.20, $SP=0.32$) merupakan domain yang tertinggi iaitu kedudukan pertama dalam menggerakkan murid tingkatan empat melibatkan diri dalam kelas Pendidikan Jasmani. Domain yang kedua adalah domain keseronokan (min=4.06, $SP=0.27$), diikuti domain persepsi kompetensi (min=3.91, $SP=0.24$) dan yang terakhir adalah domain tekanan (min=3.67, $SP=0.36$). Jika dilihat dari sudut pengkategorian julat skor instrumen kajian iaitu rendah (1.00-2.33), sederhana (2.34-4.66) dan tinggi (4.67-7.00), dapatan kajian menunjukkan kesemua domain dalam motivasi intrinsik murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia adalah pada tahap sederhana. Secara keseluruhannya dapatan kajian menunjukkan motivasi intrinsik murid tingkatan empat di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia mempunyai motivasi intrinsik yang sederhana ketika melibatkan diri dalam kelas Pendidikan Jasmani.

PERBINCANGAN KAJIAN

Dapatan kajian inimenunjukkan domain daya usaha menjadi pilihan murid sebagai penggerak utama untuk melibatkan diri dalam kelas Pendidikan Jasmani diikuti domain keseronokan, domain kompetensi dan terakhir domain tekanan. Kajian ini tidak konsisten dengan kajian lampau yang membuktikan bahawa domain keseronokan dan persepsi kompetensi menjadi pengaruh yang paling kuat kepada penglibatan murid dalam kelas Pendidikan Jasmani (Ferrer-Caja & Weiss, 2000; Giill et al., 1983; Hayajneh, 1989; Johsgaard, 1985; Longhurst & Spink, 1987; McGee et al., 2005; Ryan et al., 1997; Tsitskari & Kouli, 2010).

Ketidaksamaan dengan kajian lampau dengan kajian kini mungkin disebabkan oleh pendekatan kaedah pengajaran guru dalam kajian ini yang berjaya memberi aktiviti yang pemeringkatan atau ansur maju yang berkesan sehingga ramai murid tingkatan empat menunjukkan penglibatan mereka secara positif dalam domain daya usaha berbanding domain keseronokan, domain persepsi kompetensi dan domain tekanan. Jika ditinjau dari sudut kurikulum Pendidikan Jasmani Tingkatan Empat, kemahiran yang diajar adalah permainan hoki, takraw dan tenis. Permainan ini sememangnya memerlukan banyak pemeringkatan dalam pengajaran guru.

Keadaan ini jelas menunjukkan bahawa kelas Pendidikan Jasmani yang dijalankan sememangnya penuh dengan aktiviti yang memberi peluang kepada murid untuk berusaha melakukan sehingga berasa seronok dan tidak memberi tekanan kepada murid tingkatan empat kerana min skor domain tekanan lebih rendah berbanding min skor domain daya usaha dan domain keseronokan. Guru Pendidikan Jasmani mungkin telah mengaplikasikan Teori Penilaian Kognitif dalam proses pengajaran dan pembelajaran iaitu memberi pelbagai aktiviti semasa melakukan aktiviti pengajaran. Di samping itu, murid mungkin telah diberi pilihan dan cabaran sebagaimana yang disarankan oleh Teori Penilaian Kognitif sebagai usaha mencapai matlamat pembelajaran dalam kelas Pendidikan Jasmani.

Kajian ini juga bertepatan dengan kajian lampau yang mendapati jika Teori Penilaian Kognitif diaplikasikan dalam proses pengajaran dan pembelajaran maka murid-murid akan berasa seronok dan teruja setiap kali melakukan aktiviti fizikal sama ada semasa kelas Pendidikan Jasmani atau di luar waktu persekolahan (Alderman et al., 2006; Bailey, 2006; Prochaska et al., 2003; Sallis & McKenzie, 1991). Dapatan kajian ini juga disokong kajian lampau (Ferrer-Caja & Weiss, 2000; Sweeney, 2002) yang membuktikan bahawa proses pengajaran dan pembelajaran berasaskan Teori Penilaian Kognitif boleh menghasilkan generasi yang mempunyai motivasi intrinsik untuk terlibat secara aktif dalam aktiviti fizikal. Dengan itu, dapatan kajian jelas menunjukkan bahawa kemungkinan Teori Penilaian Kognitif telah diaplikasikan dalam proses pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani kerana wujud pengaruh motivasi intrinsik terhadap penglibatan murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani.

Jika dilihat dari sudut pengkategorian julat skor kajian, secara keseluruhan motivasi intrinsik dan setiap domain dalam motivasi intrinsik masih berada padaparas sederhana. Keadaan ini menunjukkan kemungkinan Teori Penilaian Kognitif telah diaplikasikan oleh guru kelas Pendidikan Jasmani tetapi pengaplikasian hanyalah sedikit sahaja. Hasil dari dapatan ini menunjukkan guru perlu merangka rancangan pengajaran harian dengan lebih berkesan dengan memasukkan setiap domain dalam Teori Penilaian Kognitif supaya murid berasa berdaya saing dan seronok dalam aktiviti yang telah dirangkakan oleh guru. Ini penting untuk meningkatkan motivasi intrinsik murid untuk terus bergiat aktif semasa kelas Pendidikan Jasmani dijalankan. Sekiranya keadaan ini tidak diambil serius, maka kemungkinan motivasi intrinsik murid akan berkurangan dan seterusnya murid tidak aktif dan malas untuk melibatkan diri dalam kelas Pendidikan Jasmani. Kesannya, para murid akan cuba mengelak atau memberi pelbagai alasan untuk tidak melibatkan diri dalam kelas Pendidikan Jasmani. Hal ini seterusnya akan memberi kesan dari sudut disiplin murid dan secara tidak langsung tahap kecergasan murid berlandaskan kesihatan murid akan semakin menurun dan mendedahkan mereka kepada penyakit yang berkaitan sedentari.

KESIMPULAN KAJIAN

Kajian mendapat domain daya usaha dalam motivasi intrinsik menjadi pilihan murid sebagai penggerak utama penglibatan murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia. Secara keseluruhannya, motivasi intrinsik murid tingkatan empat dalam kelas Pendidikan Jasmani di salah sebuah sekolah menengah di Malaysia masih berada pada paras sederhana. Kajian ini dapat memberi satu input kepada guru-guru Pendidikan Jasmani, Pusat Perkembangan Kurikulum dan Kementerian Pendidikan Malaysia bahawa sesuatu lonjakan baru atau transformasi perlu difikirkan untuk meningkatkan tahap motivasi intrinsik ke tahap lebih tinggi dalam kalangan murid tingkatan empat di sekolah menengah di Malaysia.

Penerapan Teori Penilaian Kognitif dalam kelas Pendidikan Jasmani seharusnya dinilai kerana ia penting untuk meningkatkan motivasi intrinsik murid di sekolah menengah di Malaysia. Ini kerana, motivasi intrinsik adalah kunci kepada murid tingkatan empat untuk terus melibatkan diri dengan aktif dalam kelas Pendidikan Jasmani. Untuk meningkatkan tahap motivasi murid tingkatan empat di sekolah menengah ke tahap yang lebih tinggi, pengkaji menyarankan kajian berkaitan dengan kaedah pengajaran guru dijalankan untuk melihat keberkesanan Kaedah Pengajaran seperti *Teaching Games For Understanding (TGFU)* berbanding dengan Kaedah Konvensional yang ada sekarang ini.

RUJUKAN

- Alderman, B. L., Beighle, A., & Pangrazi, R. P. (2006). Enhancing motivation in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation, and Dance*, 77(2), 41.
- Ainon, Mohd. (1997, May 20). Survey: Only 13 percent of the people exercise regularly. *New Straits Times*, 6.
- Bailey, R. (2006). Physical Education and Sport (PES) in school: A review of benefits and outcomes. *The Journal of School Health*, 76 (80), p.397.
- Balakrishnan, M. (2003). *Keberkesanan pendidikan jasmani 80 minit sekali seminggu dalam meningkatkan tahap kecergasan fizikal berlandaskan kesihatan pelajar perempuan tingkatan empat*. Tesis Sarjana Fakulti Pendidikan, Universiti Malaya: Kuala Lumpur.
- Balakrishnan, M. (2011). *Effects of teaching games for understanding approach on students' learning outcomes*. Unpublished PhD Thesis, University Of Malaya. Kuala Lumpur,
- Biddle, S. J. H. (1999). Motivation and perceptions of control: Tracing its development and plotting its future in exercise and sport psychology. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 21, 1–23.
- Blanchfield, & Jennifer Lisa, M. A. (2002). *The influence of learning environments on intrinsic motivation in urban middle school physical education students*. California State University, Fresno. Retrieved September 8, 2007 from ProQuest Education Journal database.
- Brislin, R. W., Lonner, W., & Thorndike, R. M. (1973). *Cross-Cultural Research Methods*. New York: John Wiley & Sons.
- Brodin, P., & Weiss, M. (1991). Gender expectations and sport participation. In L. Diamant (Ed.), *Psychology of Sports, Exercise, and Fitness*. New York, NJ: Hemisphere Publishings.
- Chin, N. S., Khoo, Selina., & Low, W. Y. (2012). Self-Determination and Goal orientation in track and field. *Journal of Human Kinetics*. Vol.33, 151-161.
- Cox, R. (1994). *Sports Psychology Concepts and Applications*, (3rd ed.) Madison, WJ: Brown & Benchmark.

- Cremades, J. G., Flournoy, B., & Gomez, C. B. (2012). Scholarship status and gender differences in motivation among U.S collegiate track and field athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*. Vol 7, 2-333.
- Dan, S. P., Mohd Nasir, M. T., & Zalilah, M. S. (2011). Determination of factors associated with physical activity levels among adolescents attending school in Kuantan. *Malaysian Journal of Nutrition*, 17(2), 175-187.
- Darvill, D., Macnamara, L., Mosley, A., Pelham, C., & Quiley, B. (1996). Motivational factors which influence sport performance and participation of young adolescents in an Australian setting. Retrieved July 9, 2007 from <http://www.geocities.com/Collegepark/5686/su99p14.htm>.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Derri, V., Nikos, A., & Petraki, C., (2004). Health related fitness and nutritional practices: Can they be enhanced in upper elementary school students? *The Physical Educator*, 61(1), 3-44.
- 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, 318-335.
- Etnier, J. L., Sidman, C. L., & Hancock II, L. (2004). An examination of goal orientation profiles and motivation in adult team sport. *International Journal of Sport Psychology*, 35, 173-188.
- Ferrer-Caja, E., & Weiss, M. R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(3), 267-280.
- Gill, D., Gross, J., & Huddleston, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*, 14, 1-14.
- Goose, M., & Winter, S. (2012). The coach's impact on long distance runners' training and competition motivation. *International Journal of Sports Science & Coaching*. Vol 7, 2-383.
- Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M. (1985). Motives for participating in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology*, 16(2), 126-140.
- Grunbaum, J. A., Kaan, L., Kinchen, S., Ross, J., Hawkins, J., Lowry, R., Harris, W. A., McManus, T., Chven, D., & Collins, J. (2004). Youth Risk Behavior Surveillance. United States, 2003. *Mortality & Morbidity Weekly Report*. 53(SS02), 1-95.
- Gutin, B., Basch, C., Shea, S., Contento, I., DeLozier, M., Rips, J. et al. (1990). Blood pressure, fitness and fatness in 5 and 6 year old children. *JAMA*, 264, 1123-1127
- Gutin, B., Islam, S., Manos, S., Cucuzzo, N., Smith, C., & Stachura, M. E. (1994). Relation of body fat and maximal aerobic capacity to risk factors for atherosclerosis and diabetes in black and white 7 – 11 year old children. *Journal of Pediatrics*, 125, 847-852
- Guzman, J. F. & Kingston, K. (2012). Prospective study of sport dropout: A motivational analysis as a function of age and gender. *European Journal of Sport Science*. 12(5), 431-442.
- Hatano, Y., Hua, Z. D., Jiang, I. D, Fu, F., Zhi, C. J., & Wei, S. D. (1997). Comparative study of physical fitness of the youth in Asia. *Journal of Physical Education & Recreation*, 3(2), 4-11
- Hayajneh, A. A. (1989). *Achievement motives for participating in and dropping out of youth sport programs in the United States and Jordan: A comparative study*. Unpublished PhD's thesis. The Ohio States University, USA.
- Haywood, R. M. (1991). The role of physical education in the development of active lifestyle. *Research Quarterly for Exercise and Sports*, 62, 151-156.

- Heng, A. S. (2001). *Sport participation motives of school hockey players in Pulau Pinang*. Unpublished master's research paper. Universiti Malaya, Kuala Lumpur.
- Hussin, A., & Mohd. Sofian, O. F. (2001). Cara-cara pengukuhan yang sesuai dan mampu mempertingkatkan motivasi atlet dalam Mohd. Sofian (2001). *Psikologi Sukan: Aplikasi teori dan praktikal*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- I-Wei, S. (1998). *An analysis of the relationships between goal perspectives, perceived learning environment, and intrinsic motivation by skill level and gender in adolescent boys and girls in Taiwan, Republic of China*. University of Northern Colorado. Retrieved September 18, 2007, from ProQuest Dissertations & Theses.
- Jaakola, T. (2002). *Changes in students' exercise motivation, goal orientation, and sport competence as a result of modifications in school physical education teaching practices*. University of Finland. Unpublished PhD's thesis. Retrieved December 2, 2007, from ProQuest Dissertation & Theses.
- Johnsgaard, K. (1985). The motivation of the long distance runner. *Journal of Sport Medicine*, 25, 135-143.
- Kasmini, K., Idris, M.N., Fatimah, A., Hanafiah, Iran, & Asmah, B. (1997). Prevalence of overweight and obese school children aged between 7-16 years amongst the 3 major ethnic groups in Kuala Lumpur, Malaysia. *Asia Pacific Journal Of Clinical Nutrition*, 6(3), 172-174.
- Kavussanu, M. & Roberts, G. C. (1996). Motivation in physical activity contexts: The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and self-efficacy. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 264-280.
- Klint, K., & Weiss, M. R. (1986). Dropping in and dropping out: Participation motives of current and former youth gymnast. *Canadian Journal of Applied Sports Sciences*, 11, 106-114.
- Kouli, O., Rokka, S., Mavridis, G., & Derri, V. (2009). The effect of an aerobic program on health-related fitness and intrinsic motivation in elementary school pupils. *Studies in Physical culture and tourism*. Vol 13,3.
- Lim, S. F. (2005). *Penambilan nutrien, aktiviti fizikal dan status kesihatan tulang di kalangan pelajar sekolah menengah*. Tesis sarjana muda, Universiti Putra Malaysia, Serdang.
- Longhurst, K., & Spink, K. S. (1987). Participation motivation of Australian children involved in organized sport. *Canadian Journal of Sport Sciences*, 12, 24-30.
- Martin-Albo, J., Nunez, J., Dominguez, E., Leon, J. & Tomas, J. (2012). Relationships between intrinsic motivation, physical self concept and satisfaction with life: A longitudinal study. *Journal of Sports Science*. 30(4): 337-347.
- Mathes, S., & Battista, R. (1985). College men's and women's motives for participation in physical activity. *Perceptual and Motor Skills*, 61, 719-726.
- Mathes, S., McGivern, A., & Schneider, C. (1992). The influence of participation and gender on employees motives for involvement in a cooperate exercise program. *Journal of Sport Management*, 6, 1-14.
- McAuley, E., Duncan, T. E., & Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the intrinsic motivation inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sports*, 60, 48-58.
- McGee, Z., Strasser, J., McKenzie, I., & Stoll, S. (2005). Why young athletes sign up for sport. *Strategies*. Retrieved July 9, 2007 from ProQuest Educational Journal Database.
- McKiddie, B., & Maynard, W. (1997). Perceived competence of school children in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 16, 324-339.

- Moen, F., & Verburg, E. (2012). Subjective beliefs among athletes about how relational factors affect intrinsic motivation, responsibility and development in sport. *International Journal of Coaching Science*. Vol 6, 81-99.
- Mohd. Majid Konting. (1990). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd. Majid Konting. (2009). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Mohd. Sofian, O. F. (2004). Langkah-langkah meningkatkan motivasi atlet. Dalam Sofian O. F. (2004). *Psikologi Kejurulatihan: Membantu membina ketahanan mental atlet*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Newton, M. (1994). *The relationship between perceived motivational climate and dispositional goal orientation on selected indices of intrinsic motivation*. Paper presented at the Association for the Advancement of Applied Sport Psychology, Tahoe, NV.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Park, S. H., Jeon, J. H., & Kim, Y. (2012). The relationship between gender role identity and intrinsic motivation of female university students based on exercise participation. *International Journal of Applied Sports Sciences*. Vol 24, No 2, 99-108.
- Passar, M. (1982). Children in sport: *Participation motives and psychological stress*, 33 (2), 231-244.
- Petherick, C. M., & Weigand, D. A (2002). The relationship of dispositional goal orientation and perceived motivational climate on indices of motivation on male and female swimmers. *International Journal of Sport Psychology*, 33, 218-237.
- Prochaska, J. J., Sallis, J. F., Slymen, D. J., & McKenzie, T. L. (2003). A longitudinal study of children's enjoyment of physical education. *Pediatric Exercise Science*, 75, 170-178.
- Rengasamy, S. (2006). The effectiveness of regular physical education class in enhancing cardiovascular endurance among secondary school students. The University of Malaya, Kuala Lumpur.
- Rengasamy, S. (2005). Peranan Pendidikan Jasmani dalam mempertingkatkan kecergasan fizikal berlandaskan kesihatan di kalangan pelajar. Pentadbiran dalam Pembangunan Pendidikan. Siri Panduan Guru. PTS Profesional Pub.Sdn. Bhd., Kuala Lumpur.
- Rengasamy, S. (2008). *The effect of a physical fitness intervention program on health-related fitness components among Form Four Malaysian students*. Unpublished Doctorial Thesis, University of Malaya, Kuala Lumpur, Malaysia.
- Rengasamy, S. (2012). A physical intervention program within a physical education class on selected health-related fitness among secondary school students. *Procedia- Social and Behavioral Sciences* 55, 1104-1112.
- Roberts, G. C., Spink, K. S., & Pemberton, C. L. (1999). *Learning Experiences in Sport Psychology*. A practical guide to help students understand the major concepts in sport psychology. United States of America. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- Saarinen, P. (1987). Not all students take an interest in sport. In *Proceedings of the 7th Congress of the European of Sport Psychology* (p. 563-566). Leipzig, Germany: Deutsche Hochschule for Korperkultur.
- Sallis, J. F., & McKenzie, T. L. (1991). Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sports*, 62(2), 124-137.

- Shaharudin, A. A. (2001). *Mengaplikasikan teori psikologi dalam sukan*. Kuala Lumpur: Utusan Publications & Distributors Sdn. Bhd.
- Singh, M. (2005). *The effect of an intervention program on the health related physical fitness of lower secondary school boys*. Unpublished doctoral thesis, University Science Malaysia, Kelantan.
- Sinnapan, R. (2006). *Effectiveness of an intervention program on physical fitness among primary school children*. Unpublished master's thesis, University of Malaya, Kuala Lumpur.
- Solmon, M. A. (2006). Creating a motivational climate to foster engagement in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 77(8), 15-22.
- Spittle, M., & Byrne, K. (2009). The influence of sport education on student motivation in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol 14, 3(253-266).
- Sweeney, B. J (2002). "Variables related to intrinsic motivation in high school levelathletes". Unpublished PhD's thesis. University of Houston. Retrived September 18, 2007 from ProQuest Dissertation & Theses.
- Teo, E. W. (2006). *Pengaruh motivasi di kalangan pemain boling di sekolah menengah Kuala Lumpur*. Unpublished master's research paper, Universiti Malaya, Kuala Lumpur.
- Theeboom, M., De Knopp, P., & Weiss, M. R. (1995). Motivational climate, psychological responses, and motor development in children's sport: A fieldbasedintervention study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 294-311.
- Tomkinson, G. R., Olds, T. S., & Gublin, J. (2003). Secular trends in physical performance of Australian children: Evidence from the talent search program. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43, 90-98.
- Tsigilis, N. (2005). The influence of intrinsic motivation on an endurance field test. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. Vol. 45, Iss. 2, 213-216. Retrieved August 6, 2007, from ProQuest Educational Journal database. Document ID: 920534561.
- Tsitskari, E. & Kouli, O. (2010). Intrinsic motivation, perception of sport competence, and life-satisfaction of children in a Greek summer sport camp. *World Leisure Journal*. No 3/2010.
- U.S. Department of Health and Human Services (USDHHS). (1996). *Physical Activity and health: A report of the Surgeon General*. Atlanta, GA: Author.
- U.S. Department of Health and Human Services (USDHHS) (2001). The surgeon general's call to action to prevent and decrease overweight and obesity. Rockville, MD: Public Health Service, Office of the Surgeon General.
- U.S. Depaertment of Health and Human Services [USDHHS] (2008). Physical activity guidelines for Americans. Retrieved from <http://www.health.gov/paguidelines>
- Updyke, W., & Willett, M. S. (1999). *Physical fitness trends in American youth 1980-1989*. Bloomington, IN: Chrysler-AAU physical fitness program.
- Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1987). Intrinsic motivation in sport. *Exersice and sport Sciensec Reviews*, 15, 389-425.
- Viira, R. & Koka, A. (2012). Participation in afterschool sport: Relationship to perceived need support; need satisfaction, and motivation in physical education. *Kinesiology*. 44 (2012) 2: 199-208.
- Vlachopoulos, S. P., & Michailidou, S. (2006). Developmental and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The basic psychological needs in exercise scale. *Measurementin Physical Education and Exersice Science*, 10 (3), 179-201.

- Wang, J., & Wiese-Bjornstal, D. M. (1996). The relationship of school type and gender to motives for sport participation among youth in the people's Republic of China. *International Journal of Sport Psychology*, 28(1), 13-24.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (1999). *Foundation of sport and exercise psychology* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R., Tenenbaum, G., McKenzie, A., Jackson, S., Anshel, M., Grove, R., & Forgaty, G. (2000). Motivation for youth participation in sport and physical activity: Relationships to culture, self-reported activity, levels, and gender. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 321-346.
- Weiss, M. R. (2001). Motivating kids in physical activity. *The President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 3(11), 1-8.
- Weiss, M. R., & Bressan, E. S. (1985). Relating instructional theory to children's psychosocial development. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 56(9), 34-36.
- Weiss, M. R., Bredemeier, B. J., & Shewchuk, R. M. (1985). An intrinsic and extrinsic motivation scale for the youth setting: A confirmatory factor analysis. *Journal of Sport Psychology*, 7, 75-91.
- Weiss, M. R., & Chaumont, N. (1992). Motivational orientation in sport. In T. S., Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (p. 61-99). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Whitehead, J. R., & Corbin, C. B. (1991a). Youth fitness testing: The effect of percentile-based evaluative feedback on intrinsic motivation. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(2), 225-231.
- Wong, E., & Bridges, L. (1995). A model of motivation orientation for youth sport: Some preliminary work. *Adolescence*, 30, 437-452.
- Wuest, D. A., & Bucher, C. A. (2009). *Foundations of physical education and sport* (16th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Xiang, P., McBride, R., & Guan, J. (2004). Children's motivation in elementary physical education: A longitudinal study. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 75(1), 71-80.
- Zahariadis, P. N., Tsorbatzoudis, H., & Grouios, G. (2005). The sport motivation scale for children: Preliminary analysis in physical education classes. *Perception Motor Skills*, 101(1), 43-54.
- Zainun, Ishak (1994). Recreational activities of young adults in Malaysia. In Proceedings of the first ICHPER-SD Congress: Sport Fitness Asia: In life, education and work. Kuala Lumpur: Malaysian Association of Physical Education, Sport Science and fitness, 164-170.