



UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA

**PRESTASI KEMAHIRAN ASAS MOTOR DAN KECERGASAN
FIZIKAL MURID TAHAP II SEKOLAH RENDAH**

AHMAD BIN HASHIM

FPP 1994 3

**PRESTASI KEMAHIRAN ASAS MOTOR DAN KECERGASAN
FIZIKAL MURID TAHAP II SEKOLAH RENDAH.**

Oleh

AHMAD BIN HASHIM

Tesis Yang Dikemukakan Sebagai Memenuhi Sebahagian
Daripada Syarat Untuk Mendapatkan Ijazah Master Sains
di Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Pertanian Malaysia.

Julai, 1994.



*Kutitipkan segala jerih dan perih,
segala sabar dan rindu
teristimewa buat isteriku,
Ustaniah Haji Bustami,
yang sentiasa memahami dan
merestui pengorbanan ini.*

*Kurakamkan segala sayang buat anak-anak,
Firdaus,
Saiful Aswat dan
Taufiq,
yang belum memahami erti pengorbanan mendaki
gunung ilmu, moga suatu ketika nanti kalian akan
mengerti nilai ilmu di dalam diri
yang perlu digali cari.*



PENGHARGAAN

Penyelidik ingin merakamkan setinggi penghargaan dan terima kasih kepada Pengerusi Jawatankuasa Penyelia, Dr. Jabar Haji Johari yang telah banyak memberi tunjuk ajar, bimbingan, idea dan cadangan-cadangan yang tidak ternilai. Sikap profesional yang ditunjukkan oleh beliau meyakinkan penyelidik untuk menyiapkan tesis ini.

Penyelidik juga ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada Ahli Jawatankuasa Penyeliaan, Dr. Rohani Ahmad Tarmizi dan Dr. Kalsom Faezah Muhamad kerana telah memberi bimbingan dengan penuh sabar dan dedikasi serta bersusah payah membantu penyelidik di setiap peringkat penyediaan tesis ini.

Penyelidik tidak lupa juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Bahagian Biasiswa, Kementerian Pendidikan Malaysia kerana menaruh kepercayaan dengan menawarkan biasiswa pendidikan. Juga terima kasih kepada Bahagian Perancangan dan Penyelidikan, Kementerian Pendidikan Malaysia dan Penolong Pengarah Jabatan, Pendidikan Negeri Perlis kerana memberi kebenaran untuk menjalankan kajian ini.

Kepada semua guru besar sekolah rendah yang terlibat, penyelidik merakamkan ucapan terima kasih kerana memberi keizinan dan kerjasama dalam kajian ini. Ucapan terima



kasih ditujukan khas kepada saudara Zulbadrisham Mohd. Ali yang telah banyak bersusah payah membantu serta memberi dorongan bukan sahaja dalam menyiapkan tesis ini malah sepanjang pengajian siswazahnya di sini.

Penyelidik juga ingin merakamkan penghargaan dan terima kasih kepada saudara Adam Mohd. Noor, saudara Shahruzzaman Zainal Abidin, dan saudara Apandi Wahab yang telah sudi membantu dalam menjayakan kajian ini. Penghargaan dan terima kasih tidak terhingga di atas segala pengorbanan dan kesabaran isteri dan anak-anak serta keluarga penyelidik, kerana tanpa dorongan mereka kemungkinan kajian serupa ini tidak dapat disempurnakan sepenuhnya.

Akhir kata, kepada semua yang terlibat sama ada secara langsung atau tidak dalam menjayakan kajian ini, penyelidik merakamkan penghargaan setinggi-tinggi terima kasih dan budi mereka tetap dikenang.



JADUAL KANDUNGAN

	Mukasurat
PENGHARGAAN	iii
SENARAI JADUAL	viii
SENARAI RAJAH	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xiv
BAB	
1 PENDAHULUAN	1
Pernyataan Masalah	7
Kepentingan Kajian	9
Objektif Kajian	11
Hipotesis Kajian	12
Batasan Kajian	15
Definisi Operasional	16
Kemahiran Asas Motor	16
Kecergasan Fizikal	16
Prestasi Kecergasan Motor	16
Tahap II	17
Indek Jisim Badan	17
Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani	17
Kemahiran Lokomotor	17
Kemahiran Bukan Lokomotor	18
Kemahiran Manipulatif	18
Bateri	18
Larian Zig-Zag	18
Lompat Jauh Berdiri	18
Memukul Bola Sofbol Di Atas 'Tee'	19
Membaling Dan Menangkap Bola	19
Daya Tahan Kardiovaskular	19
Daya Tahan Otot	20
Kekuatan Otot	20
Tekan Tubi (ubahsuaian)	20
Bangkit Tubi Lutut Bengkok	20
Lompat Menegak	21
Lari/Berjalan 600 Ela	21



II	SOROTAN KAJIAN BERKAITAN	22
	Ujian Kemahiran Asas Motor dan Kecergasan Fizikal	23
	Konseptual Teoretis	33
III	METODOLOGI KAJIAN	41
	Rekabentuk Kajian	42
	Kerangka Konseptual Kajian	43
	Pembolehubah Kajian	46
	Pembolehubah Bersandar	46
	Pembolehubah Tak Bersandar	46
	Instrumen Kajian	47
	Ujian Kemahiran Asas Motor	47
	Ujian Kecergasan Fizikal	49
	Kajian Rintis	52
	Kebolehpercayaan Instrumen Ujian	53
	Kesahan Instrumen Ujian	56
	Populasi dan Sampel Kajian	56
	Populasi Kajian	56
	Strategi Persampelan	59
	Sampel Kajian	59
	Tatacara Pengumpulan Data	60
	Penganalisan Data	62
	Statistik Deskriptif	62
	Statistik Inferensi	63
IV	KEPUTUSAN KAJIAN	66
	Pertumbuhan Fizikal	66
	Prestasi Ujian Kemahiran Asas Motor	68
	Prestasi Ujian Kecergasan Fizikal	75
	Prestasi Kecergasan Motor	82
	Perbezaan Prestasi Kecergasan Motor Di antara Kumpulan Murid Tahap II Mengikut Jantina	83
	Perbezaan Prestasi Kemahiran Asas Motor Di antara Kumpulan Murid Tahap II Mengikut Jantina Dan Tahun	88



	Perbezaan Prestasi Kecergasan Fizikal Di antara Kumpulan Murid Tahap II Mengikut Jantina	93
V	PERBINCANGAN	101
	Pertumbuhan Fizikal Mengenai Tinggi, Berat Badan dan Indek Jisim Badan	101
	Prestasi Ujian Kemahiran Asas Motor.	103
	Prestasi Ujian Kecergasan Fizikal	105
	Prestasi Kecergasan Motor Murid Tahap II	107
	Prestasi Kemahiran Asas Motor Murid Tahap II	109
	Prestasi Kecergasan Fizikal Murid Tahap II	114
	Pembolehubah Di antara Jantina, Tahun Dan Indeks Jisim Badan Dengan Kecergasan Motor	122
VI	RINGKASAN, KESIMPULAN DAN CADANGAN	123
	Metodologi	123
	Kesimpulan	124
	Cadangan	128
	RUJUKAN	132
	LAMPIRAN	
	A Bateria Ujian Kemahiran Asas Motor	139
	B Bateria Ujian Kecergasan Fizikal	145
	C Kad Skor Ujian Kemahiran Asas Motor Dan Kecergasan Fizikal	150
	D Jadual Penentuan Kerja Penyelidikan	153
	E Surat Kebenaran Kementerian Pendidikan Malaysia Untuk Menjalankan Penyelidikan	156
	VITA	159



SENARAI JADUAL

Jadual		Mukasurat
1	Nilai Kebolehpercayaan Instrumen Ujian Kemahiran Asas Motor	54
2	Nilai Kebolehpercayaan Instrumen Ujian Kecergasan Fizikal..	55
3	Kebolehpercayaan Pembantu Ujian Kemahiran Asas Motor dan Ujian Kecergasan Fizikal	55
4	Saiz Sampel Yang Dipilih Secara Rawak Dari Satu Populasi Terhadap (s) Supaya Sampelan p Akan Berada Dalam Lingkungan Lebih Kurang .50 Dan Kadar Populasi N Dengan Tahap Keyakinan 95 Peratus	58
5	Saiz Sampel Mengikut Nisbah Populasi Sekolah Rendah	60
6	Sampel Mengikut Nama Sekolah, Jantina dan Tahun	61
7	Maklumat Deskriptif Pembolehubah Tinggi, Berat Badan dan Indek Jisim Badan	67
8	Maklumat Deskriptif Pembolehubah Item Ujian Kemahiran Asas Motor	69
9	Tahun 4, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kemahiran Asas Motor	71
10	Tahun 5, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kemahiran Asas Motor	72
11	Tahun 6, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kemahiran Asas Motor	73
12	Norma Skor Mentah Untuk Ujian Kemahiran Asas Motor Murid Lelaki Tahap II	74
13	Norma Skor Mentah Untuk Ujian Kemahiran Asas Motor Murid Perempuan Tahap II	74
14	Maklumat Deskriptif Pembolehubah Item Ujian Kecergasan Fizikal	76



15	Tahun 4, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kecergasan Fizikal	78
16	Tahun 5, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kecergasan Fizikal	79
17	Tahun 6, Lelaki dan Perempuan: Norma Persentil Untuk Ujian Kecergasan Fizikal	80
18	Norma Skor Mentah Untuk Ujian Kecergasan Fizikal Murid Lelaki Tahap II	81
19	Norma Skor Mentah Untuk Ujian Kecergasan Fizikal Murid Perempuan Tahap II	81
20	Maklumat Deskriptif Skor Ujian Kemahiran Asas Motor, Kecergasan Fizikal dan Kecergasan Motor	82
21	ANOVA Bagi Tahun dan Jantina Terhadap Prestasi Kecergasan Motor	84
22	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Lelaki Terhadap Prestasi Kecergasan Motor	86
23	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Perempuan Terhadap Prestasi Kecergasan Motor	87
24	ANOVA Bagi Tahun Dan Jantina Terhadap Pencapaian Kemahiran Asas Motor	89
25	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Lelaki Terhadap Prestasi Kemahiran Asas Motor	91
26	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Perempuan Terhadap Prestasi Kemahiran Asas Motor	92
27	ANOVA Bagi Tahun Dan Jantina Terhadap Pencapaian Kecergasan Fizikal	94
28	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Lelaki Terhadap Prestasi Kecergasan Fizikal	95
29	ANOVA Satu Hala Di Antara Kumpulan Murid Perempuan Terhadap Pencapaian Kecergasan Fizikal	97
30	Korelasi Di Antara Tahun, Jantina dan Indeks Jisim Badan Ke Atas Prestasi Kecergasan Motor	98
31	Analisis Regresi Kecergasan Motor	99



SENARAI RAJAH

Rajah		Mukasurat
1	Model Konseptual Sistem Kawalan Loop Tertutup	35
2	Model Fasa Perkembangan Kanak-kanak	37
3	Model Tiga Peringkat Pemelajaran Fitts dan Posners	38
4	Model Tiga Sistem Ingatan	40
5	Kerangka Konseptual Prestasi Kemahiran Asas Motor	44
6	Kerangka Konseptual Prestasi Kecergasan Fizikal	45
7	Permukaan Ujian Membaling dan Menangkap Bola	143



Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Pertanian Malaysia sebagai memenuhi sebahagian daripada keperluan untuk Ijazah Master Sains.

**PRESTASI KEMAHIRAN ASAS MOTOR DAN KECERGASAN FIZIKAL
MURID TAHAP II SEKOLAH RENDAH.**

Oleh

AHMAD BIN HASHIM

Julai, 1994

Pengerusi: Dr. Jabar bin Haji Johari
Fakulti : Pengajian Pendidikan Universiti Pertanian
Malaysia.

Tujuan kajian ini ialah untuk memastikan serta melihat perbezaan tahap prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal murid Tahap II (Tahun empat, lima dan enam) sekolah rendah berdasarkan tahun dan jantina. Seramai 302 orang murid dipilih dari seluruh sekolah rendah di negeri Perlis, di antaranya 158 orang murid lelaki dan 144 orang murid perempuan. Pengukuran prestasi kemahiran asas motor adalah berdasarkan skor Ujian Larian Zig-Zag, Lompat Jauh Berdiri, Memukul Bola dan Membaling serta Menangkap Bola. Manakala prestasi kecergasan fizikal adalah berdasarkan skor Ujian Bangkit Tubi Lutut Bengkok, Tekan Tubi, Lompat Menegak dan Lari atau Berjalan 600 Ela.



Kajian ini menunjukkan faktor tahun dan jantina memberi kesan yang signifikan terhadap prestasi kecergasan motor, kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal. Ujian ANOVA menunjukkan terdapat kesan interaksi yang signifikan di antara tahun dengan jantina terhadap prestasi tersebut. Dengan menggunakan kaedah ANOVA Satu Hala, terdapat perbezaan yang signifikan dalam prestasi kemahiran asas motor dengan nilai $F(2,155) = 103.14$, $p < 0.05$ dan prestasi kecergasan fizikal dengan nilai $F(2,155) = 24.474$, $p < 0.05$ di antara kumpulan murid lelaki Tahap II. Keputusan ujian juga menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan dalam prestasi kemahiran asas motor dengan nilai $F(2,141) = 40.298$, $p < 0.05$ dan prestasi kecergasan fizikal dengan nilai $F(2,141) = 9.000$, $p < 0.05$ di antara kumpulan murid perempuan Tahap II.

Analisis ujian juga menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan dalam prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal di antara murid lelaki dan perempuan Tahap II. Murid lelaki mempunyai pencapaian yang lebih baik dalam semua item Ujian Kemahiran Asas Motor dan Ujian Kecergasan Fizikal untuk semua kategori tahun. Analisis menggunakan kaedah Post Hoc mendapati skor ujian bagi murid perempuan Tahun Enam, Lima dan Empat adalah hampir sama bagi Ujian Larian Zig-Zag, Bangkit Tubi Lutut Bengkok dan Tekan tubi. Tidak ada perbezaan dalam skor Ujian Larian Zig-Zag, Lompat Menegak dan Lari atau Berjalan 600 Ela bagi murid perempuan Tahun Lima dan Empat. Prestasi skor Ujian

Kemahiran Asas Motor dan Ujian Kecergasan Fizikal bagi murid lelaki Tahap II pula meningkat mengikut kategori tahun kecuali dalam ujian Tekan Tubi prestasi skor ujian murid Tahun Lima adalah hampir sama dengan murid Tahun Empat.

Berdasarkan norma persentil ke 50, didapati kemahiran asas motor murid lelaki Tahap II adalah lebih rendah kecuali dalam kemahiran asas berlari dan membaling bagi murid Tahun Enam adalah tinggi. Sementara murid perempuan Tahap II juga menunjukkan prestasi kemahiran asas dan kecergasan fizikal yang rendah kecuali dalam kemahiran asas berlari bagi murid Tahun Enam serta kemahiran asas membaling bagi murid Tahun Empat adalah tinggi. Prestasi kecergasan fizikal murid Tahap II adalah lebih rendah jika dibandingkan dengan persentil ke 50, kecuali dalam aspek daya tahan otot abdomen. Murid perempuan Tahap II juga mempunyai prestasi yang rendah dalam kecergasan fizikal kecuali dalam aspek daya tahan kardiovaskular.

Analisis data menunjukkan bahawa murid Tahap II kebanyakannya memerlukan pendekatan pengajaran dan pembelajaran yang lebih berkesan bagi mengekal dan meningkatkan lagi tahap kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal.

Abstract of thesis presented to the Senate of
Universiti Pertanian Malaysia in partial fulfilment of
the requirements for the Degree of Master of Science

**PERFORMANCE OF BASIC MOTOR SKILLS AND PHYSICAL FITNESS OF
LEVEL II PUPILS OF PRIMARY SCHOOLS.**

By

AHMAD BIN HASHIM

July, 1994

Chairman: Dr. Jabar bin Haji Johari

Faculty : Educational Studies, Universiti
Pertanian Malaysia.

The aim of this study was to ascertain and observe the differences in the performance of basic motor skills and physical fitness among Level II (Years four, five and six) pupils of primary schools with reference to year and sex. A total of 302 pupils were chosen from all primary schools in Perlis; 158 of whom are males and 144 females. The performance of basic motor skill was measured according to the scores obtained from the Zig-Zag Run test, the Standing Long Jump test, the Batting Ball Hitting test and the Throwing and Catching test. Physical fitness was measured against the test scores of the Bent-Knee Sit Up test, the Push Up test, the Vertical Jump test and the 600 Yard Run/Walk test.



This study showed that the year and sex factors have significant effects on the performance of motor fitness, basic motor skills and physical fitness. The ANOVA test showed a significant interactive effect between year and sex on the performance concerned. Using the One-Way ANOVA, there was a significant difference in the performance of basic motor skills with an $F(2,155) = 103.14$, $p < 0.05$ and physical fitness performance with an $F(2,155) = 24.474$, $p < 0.05$ among the male pupils of Level II. Test result also showed a significant difference in the performance of basic motor skills at $F(2,141) = 40.298$, $p < 0.05$ and the performance of physical fitness at $F(2,141) = 9.000$, $p < 0.05$ among the female pupils of Level II.

Test analyses also showed significant difference in the performance of basic motor skills and physical fitness between the male and female pupils of Level II. The male pupils attained better achievement in all the test items for basic motor skills and physical fitness, in all year categories. The Post hoc method used for analyses showed that the test scores for girls in Years 6, 5, and 4 were almost similar for tests such as the Zig-zag run, the Bent-knee Sit-up and the Push-ups. There was no significant difference in the test scores of the Zig-Zag Run, Vertical Jump and 600 Yard Run/Walk among girls in Years 5 and 4. The test scores for basic motor skills and physical fitness for boys of Level II, increased with increase in year



except for the Push-Up Test performance. The scores of Year 5 pupils were almost similar to that of Year 4.

With reference to the norm, at the 50th percentile, the basic motor skills of Level II boys were lower except for the basic skills of running and throwing which were high among the Year 6 pupils. Level II girls also showed a lower basic motor skills and physical fitness performance except for the basic skill of running among the Year 6 girls and the basic skill of throwing among Year 4 girls which were high. The physical fitness of Level II pupils was low against the 50th percentile, except in the endurance of the abdominal muscles. Level II girls had low performance in physical fitness except in the cardiovascular endurance.

Data analyses showed that Level II pupils needed a more effective teaching-learning approach in order to maintain and increase their basic motor skills and physical fitness levels.



BAB I

PENDAHULUAN

Sistem pendidikan di Malaysia melalui Kurikulum Baru Sekolah Rendah (KBSR) mewajibkan murid tahun satu hingga enam mengikuti mata pelajaran Pendidikan Jasmani. Matlamat Pendidikan Jasmani di antaranya ialah untuk memberi peluang kepada semua murid supaya dapat berkembang kebolehan dan kemampuan individu dalam aspek kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal. Matlamat ini diharapkan dapat dicapai melalui kegiatan sukan dan senaman beramai-ramai (Kementerian Pelajaran Malaysia, 1979). Melalui aktiviti sukan beramai-ramai ini murid dapat menguasai kemahiran asas motor dan berjaya mengekalkan tahap kecergasan fizikal.

Menurut Wissell (1961) kemahiran asas motor ialah kemahiran menguasai pergerakan asas yang melibatkan aktiviti seperti berlari, melompat, memukul, membaling dan menangkap dengan baik. Pergerakan asas tersebut boleh dilakukan dengan sempurna sama ada secara berasingan atau digabungkan mengikut keperluan pergerakan.



Kecergasan fizikal mengikut Heyward (1991), ialah keupayaan individu melaksanakan pekerjaan harian dengan berkesan, serta mempunyai tenaga yang mencukupi untuk berekreasi dan dapat melakukan aktiviti harian tanpa berasa letih. Fall (1980), membahagikan kecergasan fizikal kepada dua bahagian iaitu kecergasan fizikal untuk kesihatan dan kecergasan fizikal untuk sukan. Kecergasan untuk kesihatan melibatkan aspek yang berkaitan dengan fisiologi badan yang memberi perlindungan individu dari ancaman penyakit 'hypokinetic' (kekurangan pergerakan), kegemukan dan penyakit otot serta tulang. Sementara kecergasan fizikal untuk sukan pula ialah aspek yang berkaitan dengan fungsi dan keupayaan individu bertanding dalam aktiviti sukan dengan penuh tenaga, daya tahan, kekuatan dan ketangkasan.

Bagi mencapai matlamat menguasai kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal, sukatan mata pelajaran Pendidikan Jasmani sekolah rendah telah menyediakan butiran kemahiran asas lokomotor, bukan lokomotor dan manipulatif dalam sukatan pelajaran Pendidikan Jasmani murid Tahap I (Tahun satu, dua dan tiga) sekolah rendah.

Dalam jangka masa tiga tahun di awal persekolahan, murid diharapkan dapat menguasai kemahiran asas berlari, melompat, memukul, membaling dan menangkap. Menurut Wall (1990), murid di peringkat umur enam hingga sembilan tahun

sudah mempunyai koordinasi mata dan tangan, mata dan kaki yang baik dan dapat melakukan aktiviti membaling, menangkap dan memukul dengan betul.

Murid Tahap I mengalami pertambahan berat badan dan ketinggian yang cepat. Kelebihan ini dapat membantu memudahkan mereka membina kekuatan otot, kelembutan, ketangkasan dan keseimbangan badan dengan baik (Wall, 1990). Mata pelajaran Pendidikan Jasmani di peringkat ini menumpukan kepada aktiviti pembinaan kemahiran asas lokomotor, bukan lokomotor dan manipulatif. Pergerakan motor asas seperti berlari, melompat dan membaling diberi keutamaan dalam proses pengajaran dan pembelajaran.

Pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani untuk murid Tahap II (Tahun empat, lima dan enam) akan terus diperkukuhkan lagi dengan menggunakan kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal dalam kebanyakan aktiviti sukan, permainan dan olahraga sekolah. Di peringkat ini, murid diberi penekanan kepada cara menguasai kemahiran asas motor yang betul dan hubungannya dengan kemahiran sukan. Aktiviti berlari, melompat, memukul, membaling dan menangkap diajar dalam permainan tertentu seperti bolasepak, bolajaring dan olahraga.

Kecergasan fizikal tidak diberi penekanan dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Rendah. Oleh itu, aspek-aspek kelajuan, daya tahan dan kekuatan hanya

diperolehi melalui aktiviti kemahiran asas motor (Kementerian Pelajaran Malaysia, 1984). Setakat ini belum ada sebarang 'Program Kecergasan' yang khusus dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah rendah.

Semua murid Tahap II mengikuti mata pelajaran Pendidikan Jasmani yang disediakan. Corbin (1980) menjelaskan bahawa murid di peringkat umur 10 hingga 12 tahun mempunyai perbezaan kebolehan dalam penguasaan kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal. Kadar pertumbuhan dan perkembangan saiz badan serta kekuatan otot semakin meningkat dengan kadar yang cepat. Murid di peringkat ini dapat berlari, melompat, memukul bola, mem-baling dan menangkap bola dengan baik. Walau bagaimanapun murid perempuan mempunyai prestasi yang lebih baik daripada murid lelaki dalam aktiviti yang melibatkan kelembutan.

Menurut Gallahue (1982) dan Grineski (1992), murid di peringkat umur 10 hingga 12 tahun sudah boleh menguasai dan menggunakan kemahiran asas motor dengan baik di dalam aktiviti Pendidikan Jasmani. Di peringkat tersebut mereka sudah bersedia untuk memilih permainan yang diminati dan menguasai kemahiran motor yang spesifik (Gallahue, 1982). Murid tersebut sudah boleh menguasai kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal yang telah pun dipelajari ketika berumur 6 hingga 9 tahun melalui proses pengajaran dan pemelajaran Pendidikan Jasmani (Graham, 1987). Mereka

bersedia untuk melakukan aktiviti Pendidikan Jasmani yang lebih kompleks dan bersifat pertandingan.

Kebolehan menguasai kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal yang baik memberi kelebihan kepada mereka untuk memilih jenis sukan yang digemari. Pemilihan begini benar-benar dapat memberi kepuasan dan keseronokan bermain dalam semua jenis sukan dan permainan. Bagi menguasai kemahiran dan kecergasan tersebut, maka mata pelajaran Pendidikan Jasmani hendaklah diajar dengan mengambilkira domain kognitif, afektif dan psikomotor. Oleh itu Pelaksanaan jadual waktu Pendidikan Jasmani tidak boleh dilaksanakan secara sewenang-wenang tanpa mengambil kira pengetahuan guru tentang kemahiran asas dan kecergasan fizikal (Kementerian Pendidikan Malaysia, 1991/1992) kerana ini akan memjejaskan proses pengajaran dan pembelajaran Pendidikan Jasmani. Kesannya, murid tidak dapat menguasai kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal dengan baik.

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani sebenarnya dapat menyumbang terhadap pendidikan yang menyeluruh meliputi domain psikomotor, kognitif dan afektif. Oleh yang demikian pelajaran Pendidikan Jasmani memerlukan pendekatan pengajaran yang mantap dan mampu menghasilkan proses pendidikan secara menyeluruh dari segi intelek, rohani, emosi dan jasmani. Untuk menentukan pencapaian matlamat tersebut, maka mata pelajaran Pendidikan Jasmani memerlukan di antara yang lain, suatu alat pengukuran dan pengujian

yang mantap dan sesuai digunakan untuk menilai prestasi kemahiran asas dan kecergasan fizikal murid Tahap II sekolah rendah.

Kebiasaannya murid ingin mengetahui mengenai pertumbuhan fizikal dan tahap kekuatan mereka (Siedentop, 1986). Persoalan berhubung dengan perkara tersebut selalunya wujud disebabkan murid tidak mendapat maklumbalas mengenai prestasi mereka. Tambahan pula guru Pendidikan Jasmani tidak dapat menilai keupayaan kemahiran motor dan kecergasan fizikal murid yang mengikuti mata pelajaran Pendidikan Jasmani (Kementerian Pelajaran Malaysia, 1991/92). Setakat ini mata pelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Rendah tidak mempunyai alat pengukuran dan penilaian yang tekal dan boleh digunakan untuk semua sekolah rendah. Kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal tidak boleh dinilai berdasarkan kepada pemerhatian sahaja dan pemberian markah mengikut skala abjad yang berlandaskan kepada penilaian subjektif secara global semata-mata. Sebenarnya penilaian prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal boleh dinilai dengan objektif dan berkesan melalui proses pengukuran dan penilaian perubahan tingkahlaku yang mantap (Wuest, 1991).

Konsep pendidikan sekolah rendah menjelaskan bahawa aktiviti penilaian hendaklah disepadukan dengan aktiviti di dalam bilik darjah, dan penilaian itu sendiri mempunyai peranan untuk membantu murid dan guru meningkatkan

keberkesanan proses pengajaran dan pembelajaran (Kementerian Pelajaran Malaysia, 1984). Mengikut Petray, Blazer, dan Leeds (1989), penilaian adalah sebahagian daripada proses pengajaran dan pembelajaran serta bertujuan untuk mendapatkan data yang boleh digunakan oleh guru bagi menilai status pencapaian fizikal murid.

Menurut Fox dan Biddle (1988), prestasi kemahiran dan kecergasan dapat dinilai setelah objektif tersebut dinyatakan dengan jelas. Tanpa alat pengukuran dan penilaian yang mantap sukar bagi guru Pendidikan Jasmani mengenal pasti kejayaan sesuatu mata pelajaran Pendidikan Jasmani di sekolah rendah. Maklumat yang diperolehi melalui ujian pengukuran sangat berguna untuk menilai prestasi kemahiran asas dan kecergasan fizikal murid serta boleh dijadikan maklumbalas kepada guru, murid dan ibu bapa. Pengetahuan tersebut dapat digunakan untuk memperbaiki dan berusaha bagi mengekalkan atau meningkatkan prestasi murid dalam kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal (Cooper & Collingwood, 1984; Stewart & Corbin, 1988).

Pernyataan Masalah

Kelemahan murid Tahap II (Tahun empat, lima dan enam) sekolah rendah dalam menguasai kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal sangat ketara. Kebanyakan mereka tidak dapat menunjukkan prestasi yang baik ketika beraksi di dalam aktiviti sukan sekolah. Setakat ini belum ada kajian

yang dibuat untuk menentukan tahap prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal mereka. Tambahan pula sistem penilaian yang diamalkan di sekolah rendah masa kini adalah terlalu umum. Penilaian hanyalah secara subjektif dan dilakukan secara global melalui pemerhatian serta tidak ada penilaian tentang status kecergasan fizikal. Keputusan ujian secara pemerhatian ini tidak dapat menggambarkan prestasi murid dalam kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal yang sebenar.

Masalah yang dihadapi oleh guru Pendidikan Jasmani pada masa kini ialah untuk menguatkan justifikasi bahawa mata pelajaran Pendidikan Jasmani dalam KBSR dapat menyumbang ke arah perkembangan dan pertumbuhan intelek, emosi, rohani dan jasmani murid. Matlamat tersebut tidak akan dicapai sepenuhnya sekiranya guru tidak mempunyai pengetahuan mengenai pengukuran dan penilaian untuk digunakan bagi menilai beberapa aspek prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal murid dalam mata pelajaran Pendidikan Jasmani sekolah rendah.

Murid tidak dapat mengetahui tahap prestasi kemahiran asas motor dan kecergasan fizikal kerana prestasi mereka tidak diukur dan dinilai secara sistematik. Guru tidak menggunakan alat pengukuran dan penilaian yang tekal, oleh itu pencapaian skor ujian yang diperolehi melalui pemerhatian guru tidak dapat menunjukkan keupayaan murid yang sebenar. Pemerhatian guru ke atas perlakuan sesuatu