

ORIENTASI MATLAMAT DAN MOTIF PENYERTAAN PELAJAR SEKOLAH MENENGAH LUAR BANDAR DI SABAH DALAM PENDIDIKAN JASMANI DAN SUKAN

Mohamad Nizam Nazarudin, Zakiah Noordin,
Mohd Khairuddin Abdullah & Anuar Din

ABSTRAK

Untuk memahami motivasi golongan muda dengan lebih mendalam penekanan perlu diberi terhadap kepentingan sukan dan Pendidikan Jasmani di alam persekolahan dan keperluan kesihatan mereka. Kajian ini meninjau perhubungan dalaman antara motivasi penyertaan (alasan bagi menyertai) dan pencapaian orientasi matlamat (bagaimana kejayaan ditafsir) dalam lingkungan persekitaran Pendidikan Jasmani. Dalam kajian keratan lintang (Cross-sectional), pelajar sekolah luar bandar ($n=412$) melengkapkan Soal selidik Motivasi Penyertaan (PMQ) untuk menilai motif bagi penyertaan dalam sukan dan aktiviti fizikal dan Soal selidik Orientasi Tugas dan Ego dalam Sukan (TEOSQ) bagi menilai pencapaian orientasi matlamat. Analisis korelasi yang berkaitan menunjukkan hubungan yang jelas antara orientasi tugas dan corak motivasi intrinsik seperti semangat berpasukan dan pembangunan kemahiran sedangkan orientasi ego bergabung dengan lebih banyak terhadap motivasi berbentuk ekstrinsik seperti status atau pengiktirafan. Dapatan menunjukkan motivasi ditingkatkan menerusi promosi orientasi tugas.

Pengenalan

Kurikulum Pendidikan Jasmani dibentuk agar pelajar dapat membina kemahiran motor, aktif, kreatif, cergas, memahami serta mematuhi arahan dan peraturan, berinteraksi serta berkomunikasi secara riang dan menyeronokkan (KPM, 2000). Kebanyakan susunan aktiviti fizikal golongan muda berkemungkinan mempunyai kesan peningkatan kesihatan melalui sukan dan Pendidikan Jasmani. Sekolah selalunya menyokong penglibatan pelajar dalam sukan sebagai sesuatu yang positif. Kedua-dua isu ini menunjukkan keperluan untuk memahami motivasi golongan muda di sekolah terhadap aktiviti fizikal. Kebanyakan kajian dalam penyertaan sukan dengan golongan muda telah menjadi deskriptif dan dijalankan bukan di alam persekitaran sekolah di mana sukarelawan muda ini mengambil bahagian dan banyak dari kajian ini telah menjadi teori (Weiss & Chaumeton, 1992).

Kajian-kajian lepas mengenainya telah menjadi pangkalan data yang berguna kepada penyelidik bagi mengenal pasti motif dalam kalangan beberapa subkumpulan selain untuk membentuk teori bagi motivasi sukan dan aktiviti fizikal. Sejak kebelakangan ini, pendekatan teori ini telah dijalankan secara meluas (Brustad, 1993; Weiss & Chaumeton, 1992). Kajian teori ini menyumbang kepada pemahaman tentang mekanisme motivasi kanak-kanak dan parameter persekitaran dan sosial yang menggalakkan atau menolak penyertaan sukan mungkin boleh diambil kira (Biddie, Sallis, & Cavill, 1998; Kremer, Trew, & Ogle, 1997; Weiss, 1993; Weiss & Petlichkloff, 1989). Penggabungan deskriptif dan pendekatan teori mungkin memuaskan dwipermintaan terhadap pemahaman mendalam motif dan mekanisme motivasi di samping menyediakan cadangan yang praktikal.

Latar Belakang Kajian

Motif Penyertaan

Wujud pertikaian yang menerangkan alasan golongan muda untuk menjadi aktif secara fizikal melalui sukan dan pendidikan jasmani. Motif penyertaan adalah penting untuk memahami motivasi mereka (Biddle, 1997). Kajian mendapati beberapa motif wujud termasuk keseronokan, aspek sosial dan pembangunan kemahiran (Biddle, 1998; Gill, Gross & Huddleston, 1983) bagi menilai motif penyertaan yang lebih utama menerusi soal selidik Motivasi Penyertaan (PMQ). PMQ terdiri dari 30 soalan menjelaskan alasan yang sesuai untuk penyertaan sukan. Faktor keputusan analisis PMQ telah mendedahkan faktor pencapaian, persekitaran pasukan, kecergasan, pengeluaran tenaga, pembangunan kemahiran, persahabatan dan keseronokan sebagai motif asas untuk penglibatan. Bagaimanapun, deskripsi mudah berkenaan motif tidak semestinya menyediakan informasi berkaitan bagaimana golongan muda melihat pengalaman sukan. Oleh itu, eksplorasi berkenaan motivasi yang diperlukan adalah menggunakan pendekatan teori.

Orientasi Matlamat Pencapaian Tugasan dan Ego

Pakar teori motivasi pencapaian (Nicholls, 1989) mendakwa individu mempunyai pendapat yang berbeza dalam mendefinisikan kejayaan. Peserta dalam sukan, Pendidikan Jasmani atau konteks berkaitan pencapaian yang setara akan mentakrif kejayaan dalam tugasan dan/atau jangka waktu orientasi ego (Duda, 1993; Nicholls, 1989). Mereka yang berorientasikan tugasan mentakrif kejayaan dalam konteks menguasai kemahiran, peningkatan diri dan rajin bekerja. Sementara itu, pihak yang berorientasi ego mentakrif kejayaan dalam terma melakukan yang lebih baik dari orang lain dengan usaha yang rendah. Mereka merujuk kepada orang lain iaitu remaja berorientasikan tugasan akan merujuk kepada diri sendiri.

Motivasi Penyertaan dan Orientasi Matlamat

Teori Matlamat Pencapaian membabitkan kecenderungan pencapaian orientasi matlamat yang mendorong motivasi sukan (Duda, 1993). Lazimnya, remaja dengan kecenderungan orientasi ego juga kerap untuk melaporkan dimotivasikan oleh pengiktirafan dan status. Kecenderungan orientasi tugas peserta sukan yang lebih mengambil berat pembelajaran dan menguasai kemahiran dengan sendiri sebagai tugas, kerap kali mengambil lebih corak motivasi intrinsik seperti pembangunan kemahiran dan keseronokan (Papaioannou & Theodorakis, 1994). White dan Duda (1994) mendapati individu berorientasikan ego cenderung untuk melaporkan motif berhubung kait dengan pertandingan dan pengiktirafan, iaitu peserta orientasi tugas menekankan pembangunan kemahiran, kecergasan dan kurang kepada ahli gabungan, keahlian pasukan dan pertandingan sebagai sebab untuk penglibatan sukan mereka. Walaupun hal ini akan wujud berulang kali, mempertikaikan bahawa teori orientasi matlamat (Nicholls, 1989) menawarkan perspektif teori komprehensif melebihi pendekatan deskriptif seperti motif penyertaan. Kajian lanjut menghubungkan dua set membina akan menyediakan sokongan untuk kesahan orientasi pencapaian matlamat. Dihipotesiskan bahawa 'orang lain' merujuk kepada remaja orientasi ego, orientasi ego akan berkaitan dengan ekstrinsik, desakan sosial dan corak motivasi seperti status atau pengiktirafan. Dalam konteks perbandingan, orientasi tugas dengan rangka rujukan sendiri akan dihubungkan dengan insentif motivasi intrinsik. Untuk memaksimumkan kebolehan umum tentang dapatan, secara keseluruhannya perhubungan antara matlamat dan motif merupakan fokus kajian yang lebih tepat dari perbezaan subkumpulan.

Tujuan Kajian

Kajian ini dijalankan untuk meninjau perhubungan dalaman antara motivasi penyertaan (alasan bagi menyertai) dan pencapaian orientasi matlamat (bagaimana kejayaan ditafsir) dalam lingkungan persekitaran Pendidikan Jasmani.

Metodologi Kajian

Responden

Responden untuk kajian ini terdiri daripada 41 orang lelaki ($n=192$) dan perempuan ($n=220$) yang berumur 11 hingga 16 tahun ($\text{min}=13.88$, $\text{SD}=1.45$) dari lapan buah sekolah luar bandar di Sabah. Batasan bagi kajian ini ialah data demografi yang tidak dinilai.

Instrumen Pengukuran

Motivasi Penyertaan

Responden menjawab soal selidik Motivasi Penyertaan (PMQ); (Gill et al., 1983) yang mengandungi 30 soalan untuk melihat kanak-kanak terpaksa melibatkan diri dalam sukan. Skala Likert 5 mata digunakan iaitu responden menjawab persoalan 'Saya mengambil bahagian dalam sukan kerana ...', merujuk kepada pilihan dari (Sangat tidak penting) kepada 5 (Sangat penting). Soal selidik diberikan kepada semua pelajar yang terlibat dalam subjek juga Pendidikan Jasmani kerana mereka yang terlibat dalam kajian ini membuat andaian mereka terlibat dengan sukan. Hal ini boleh dipersoalkan sama ada semua itu berkaitan dengan semua peserta. Namun, kajian ini telah memutuskan untuk melibatkan semua item dan memeriksa ciri psikometri melalui analisis konsistensi faktor dalaman.

Orientasi Matlamat

Soal selidik Sukan Orientasi Tugas dan Ego (TEOSQ) (Duda Whitehead, 1998) menilai kecenderungan terhadap orientasi pencapaian matlamat tugas dan ego. TEOSQ membahagikan markah kepada orientasi Tugas (7 item) dan ego (6 item) melalui persoalan 'Saya merasa sungguh berjaya dalam pendidikan jasmani bila...'. Setiap item akan dijawab dalam skala Likert 5 markah merangkumi dari 1 ('Sangat tidak setuju') sehingga 5 (Sangat setuju). TEOSQ telah disahkan dan digunakan secara meluas dalam sampel yang pelbagai. Duda & Whitehead, 1998, termasuk pelajar sekolah menengah (Fox, Goudas, Duda, Biddle, & Armstrong, 1994; Goudas, Biddle, & Fox, 1994; Spray & Biddle, 1997).

Prosedur

Soal selidik ditadbir oleh seorang guru praktikal yang bukannya guru Pendidikan Jasmani di sekolah tersebut. Langkah ini dibuat bertujuan mengelakkan pengaruh tertentu terhadap jawapan yang diberikan oleh responden.

Keputusan

Skala Psikometri

Struktur faktor PMQ telah diubah dalam kajian yang terdahulu dan analisis faktor dengan rotasi varimaks telah menghasilkan data. Item dan faktor dipilih melalui

kriteria faktor yang dimuatkan melebihi .04 dan 'Eigenvalues' di atas 1.0. Enam penyelesaian faktor disokong oleh ujian taburan (rujuk Jadual 1).

Jadual 1: Struktur faktor PMQ*

Item [kata dasar: 'saya terlibat dalam sukan kerana ...']	Kemahiran/ Pertandingan	Status/ Pengiktirafan	Pelepasan Tenaga	Suasana Pasukan	Gabungan	Kecergasan
14) Saya mahu maju ke tahap yang lebih tinggi	.78					
13) Saya mahu belajar kemahiran yang baru	.71					
4) Saya mahu memperbaiki kemahiran saya	.66					
9) Saya suka untuk bertanding	.64					
1) Saya suka membuat sesuatu yang saya bagus dalamnya	.62					
6) Saya suka cabaran	.61					
16) Saya suka aksi	.61					
27) Saya mahu menjadi popular		.76				
19) Saya suka kemenangan		.72				
21) Saya suka rasa dipentingkan		.72				
23) Saya mahu mendapatkan status yang diiktiraf		.63				
18) Saya suka ganjaran		.53				
29) Keluarga atau rakan saya mahu saya terlibat		.51				
24) Saya suka menggunakan peralatan atau kemudahan		.50				
30) Saya mahu menghabiskan tenaga saya			.75			
28) Saya mahu melepaskan saya			.73			
25) Saya suka keluar rumah			.62			
26) Saya suka melancong			.62			
5) Saya suka semangat berpasukan				.68		
12) Saya suka kerja berpasukan				.68		
8) Saya suka berada dalam pasukan				.59		
20) Saya suka jurulatih yang ada				.53		
1) Saya suka kegembiraan					.69	
15) Saya suka mencari rakan baru					.60	
22) Saya mahu bersama rakan-rakan saya					.53	
2) Saya mahu mengekalkan rupa bentuk badan						.88
3) Saya mahu kecergasan fizikal						.86
7) Saya suka bersenam						.66
<i>Eigenvalues</i>	11.0	2.23	1.85	1.65	1.13	1.00
<i>Variance</i>	37.0	7.5	6.2	5.5	3.8	3.3
Cronbach Alpha	.89	.85	.77	.82	.63	.83

*muatan <.40 meninggalkan kejelasan; item 11 dan 17 dikeluarkan kerana muatan bersilang (*Cross-loadings*)

Faktor penyelesaian yang muncul hampir sama dengan keputusan kajian lepas (Gill *et al.*, 1983; White & Duda, 1994). Dua item iaitu 11 ('Saya suka keseronokan') dan 17 ('Saya suka mempunyai sesuatu yang boleh dilakukan') muatan bersilang

dan digugurkan dari analisis yang berikutnya. Faktor 1 mengimbas kedua-dua pembangunan kemahiran dan motif pertandingan. Faktor 2 melabel status atau pengiktirafan dan item yang berkenaan dan berkaitan dengan norma sosial pula serta kebenaran oleh yang lain dalam persekitaran luaran sosial. Tenaga dibebaskan adalah faktor 3, iaitu faktor 4 mengandungi item mengimbas motif suasana berpasukan. Faktor 5 berkaitan dengan persahabatan dan mengalami keseronokan melalui interaksi sosial dan akhir sekali, faktor 6 dipertimbangkan untuk kecergasan. Pekali konsisten dalam menggunakan alfa Cronbach adalah memuaskan (rujuk Jadual 1).

Dalam mengesahkan struktur faktor TEOSQ, 'Confirmatory Factor Analysis' (CFA) menggunakan EQS (Bentler, 1995) telah dijalankan. CFA dijalankan menggunakan anggaran kemungkinan kasar maksimum faktor orientasi tugas dan ego. Data yang bersesuaian dengan model adalah memuaskan iaitu (*Comparative at Index* (CFI) = .91; *USREL Goodness of fit* (GFI) = .91; *Root Mean Square Residual* (RMSR) = .09). Pekali alpha Cronbach dibuat pengiraan untuk skala pengganti tugas dan ego adalah memuaskan (tugas α = .83; ego α = .86). Item TEOSQ ditunjukkan pada lampiran.

Hubung kait Urutan Sifat (ZERO-ORDER) antara Motif dan Matlamat

Pekali korelasi Pearson memberi maklumat berkaitan hubung kait antara pemboleh ubah (rujuk Jadual 2). Kesemua skala pengganti adalah min kepada item yang sesuai. Kedua-dua orientasi matlamat pencapaian adalah sedikit tetapi berhubung kait dengan signifikan di antaranya ($r = .18, p < .01$). Bagaimanapun, dapatan ini konsisten dengan anggapan Nicholls (1989) berkenaan 'Orthogonality' iaitu tugas dan orientasi ego sebagai kekuatan dalam perhubungan adalah terlalu kecil. Orientasi tugas selalunya berkait rapat dengan pembangunan dan motif pasukan, iaitu orientasi ego selalunya mempunyai kaitan yang jelas dengan motif status. Sementara 'Orthogonality' matlamat boleh mengetuai analisis kumpulan yang dibezakan dalam profil matlamat mereka (seperti ketinggian saluran dalam orientasi tugas dan ego; rujuk Fox et al., 1994). Tujuan kajian ini adalah untuk menguji perhubungan variasi yang pelbagai antara matlamat dan motif.

Sudah pasti kajian ini tidak menghalang cara lain untuk menganalisis data, termasuk melalui profil matlamat sebagai kekuatan dalam perhubungan yang terlalu kecil. Orientasi tugas selalunya berkait rapat dengan pembangunan dan motif pasukan, iaitu orientasi ego selalunya berkait jelas dengan motif status.

Jadual 2: Pekali korelasi Pearson bagi pemboleh ubah untuk PMQ dan TEOSQ

	Ego	Kemahiran	Pasukan	Status	Gabungan	Tenaga	Kecergasan
Tugasan	.180*	.502*	.501 *	.294*	.354*	.366*	.255*
Ego (Harga Diri)		.148*	.100	.320*	.159*	.156*	.048
Kemahiran			.659*	.629*	.530	.602*	.419*
Pasukan				.552*	.522*	.532*	.407*
Status					.587*	.443*	.313*
Gabungan						.494*	.255*
Tenaga							.299*

Hubungan Variasi yang Pelbagai (MULTIVARIATE) antara Motivasi Penyertaan dan Orientasi Matlamat

Untuk memeriksa perhubungan variasi yang pelbagai antara orientasi ego dan tugas serta motif penyertaan, analisis korelasi yang berkaitan telah dijalankan. Item yang mempunyai muatan .30 ke atas dikira sebagai signifikan. Dua fungsi signifikan muncul (Wilks = 0.59 $p < .001$; rujuk Jadual 3). Fungsi 1 menunjukkan orientasi tugas adalah berkait positif terhadap pembangunan kemahiran dan motif suasana berpasukan dan berkait secara negatif dengan motif status/pengiktirafan.

Fungsi 2 menunjukkan bahawa orientasi ego adalah positif dan berhubung kait tinggi dengan motif status/pengiktirafan dan bergabung secara negatif dengan motif suasana pasukan. 20.4 peratus daripada variasi dalam motivasi penyertaan telah dijelaskan oleh dua fungsi orientasi pencapaian matlamat. Analisis kelebihan yang berkaitan menunjukkan Fungsi 1 dan Fungsi 2 dikira untuk 14.6 peratus dan 5.8 peratus daripada variasi berturut.

Jadual 3: Muatan yang berkaitan untuk motivasi penyertaan dan orientasi ego

Matlamat	Fungsi 1	Fungsi 2
Orientasi Tugas	1.005	-0.126
Orientasi Ego	-.034	1.012
Motivasi Penyertaan		
Pembangunan Kemahiran	.591	-.166
Status / Pengiktirafan	-.422	1.287
Pelepasan Tenaga	.228	-.350
Suasana Berpasukan	.536	-.471
Gabungan	.143	-.297
Kecergasan	-.008	-0.69

* Signifikan korelasi pada paras .01

Perbincangan

Kesahihan seterusnya untuk membina orientasi matlamat tugas dan ego telah ditunjukkan. Analisis korelasi yang berkaitan menunjukkan pembangunan/pertandingan dan insentif suasana berpasukan mempunyai perkaitan yang tinggi dengan orientasi tugas, menyokong kajian yang lalu (Papaioannou & McDonald, 1993; Seifriz, Duda, & Chi, 1992; White & Duda, 1994). Motif ini mewujudkan motif intrinsik. Tambahan pula, orientasi tugas adalah bergabung secara negatif dengan motif status/pengiktirafan. Bagaimanapun, kombinasi faktor kemahiran dan pertandingan membuatkan gambaran seakan kurang jelas. Selalunya ada yang menjangkakan orientasi ego, bukan tugas berhubung kait dengan pertandingan.

Namun, orientasi tugas individu boleh menjadi persaingan (Duda, 1993) tetapi kecekapannya akan dinilai dalam istilah 'rujukan sendiri' dan 'buat yang terbaik' dalam konteks persaingan. Penggabungan kemahiran dan motif pertandingan memerlukan penyelidikan psikometri yang lebih lanjut. Orientasi ego adalah jelas bergabung dengan insentif status/pengiktirafan. Kenyataan ini menyokong pandangan bahawa rujukan luaran (orientasi ego) individu lebih dimotivasikan oleh faktor luaran (Nicholls, 1989; Papaioannou & McDonald, 1993; White & Duda, 1994). Keputusan turut menyokong pandangan bahawa orientasi tugas adalah motivasi yang positif selaras dengan gabungannya dengan lebih banyak alasan dalaman penglibatan. Sebilangan pakar teori motivasi (Deci & Ryan, 1985) telah menunjukkan kelebihan menyesuaikan gaya orientasi dalaman motivasi dan menurut dapatan data ini, kelebihan tersebut menyokong promosi orientasi tugas. Pembangunan dalam Teori Penentuan Kendiri '*Self-Determination Theory*' (SDT; Deci & Ryan, 1985) menyokong peraturan tingkah laku melalui motif sokongan autonomi dan persekitaran lebih tepat dari yang mengawal. Motif bergabung dengan pembangunan kemahiran, khususnya membenarkan usaha sendiri dan peningkatan kualiti berkaitan kepada penentuan sendiri. Kenyataan ini juga menyokong kajian Dweck dan Leggett's (1988) yang meletakkan motivasi akan ditambah untuk pihak yang menerima 'pertambahan' (boleh diubah) selain dari entiti (tetap) pandangan terhadap kebolehan

Secara perbandingan, motif status/pengiktirafan amat jelas bergabung dengan orientasi ego, membenarkan penentuan sendiri yang kurang. Status adalah berkait dan sebahagian lagi bergantung pada kelebihan pihak lawan itu. Pihak yang dikawal telah menerima pengiktirafan yang lebih, yakni tidak begitu baik. Dalam jangka masa pendek, pembangunan orientasi tugas mungkin juga membentuk motif penentuan sendiri dan boleh dicadangkan, meneruskan motivasi dalam kawasan yang penting berkaitan sukan remaja dan pendidikan jasmani. Hal ini jelas dari analisis jika dibandingkan dengan kajian lain (Brodin & Weiss, 1990) iaitu PMQ secara faktornya tidak kukuh merentasi sampel, diiktiraf oleh Gill *et al.*, (1983) (rujuk juga < Straw, 1996). Bagaimanapun, struktur faktor dalam kajian masa kini adalah lebih jelas dan boleh ditafsirkan. Kerja psikometri lanjut dicadangkan agar dijalankan menggunakan skala ini.

Cadangan

Guru, jurulatih dan pihak yang terlibat dalam promosi aktiviti fizikal dengan kanak-kanak memerlukan promosi dalaman, motivasi bentuk penentuan sendiri seperti orientasi tugas. Hal ini mungkin melibatkan gangguan dalam aras kumpulan juga aras individu. Pertama, dalam aras kumpulan, guru dan jurulatih perlu mencipta klimaks masteri dengan banyaknya. Langkah ini boleh dilakukan dengan menekankan pembaikan personel, pilihan dan pembelajaran. Analisis meta terkini telah menunjukkan keberkesanan klimaks masteri untuk dapatan psikologi yang positif (Ntoumanis & Biddle, 1999). Kedua, pada aras individu, interaksi dengan remaja dalam sukan dan Pendidikan Jasmani perlu membenarkan untuk pilihan personel dan jurulatih atau guru digalakkan untuk menunjukkan empati dengan kanak-kanak, khususnya mereka yang menghadapi kesulitan dalam domain aktiviti fizikal. Strategi ini sepatutnya berupaya meningkatkan penentuan sendiri dalam kalangan remaja sekali gus mewujudkan perasaan 'Saya mahu untuk' menyertai berbanding 'Saya sepatutnya' menyertai.

Guru-guru sebagai pengajar Pendidikan Jasmani dicadangkan juga agar memfokuskan pengajaran kemahiran motor dan sukan individu. Kurikulum Pendidikan Jasmani bukan arena kompetitif sukan. Oleh itu, guru sepatutnya memupuk pengetahuan dan perkembangan kemahiran dan kecergasan, serta menegaskan peningkatan sendiri dan kerjasama (Papaioannou, 1995). Mereka memainkan peranan penting dalam menggalakkan aktiviti fizikal dengan para pelajar secara individu atau kumpulan perlu untuk meningkatkan motivasi intrinsik, khususnya orientasi tugas. Hal ini demikian kerana para atlet senior Olimpik juga percaya bahawa orientasi tugas berhubung secara positif dengan motivasi intrinsik. Mereka mempercayai bahawa kejayaan dalam sukan dicapai melalui usaha gigih dan berdasarkan kriteria peningkatan rujukan sendiri (Newton & Fry, 1998).

Kelas Pendidikan Jasmani merupakan peluang untuk para pelajar menikmati keseronokan semasa menjalankan aktiviti fizikal bagi meningkatkan dan mengekalkan kecergasan sekali gus mengurangkan tekanan. Jika guru-guru dapat meningkatkan motivasi intrinsik para pelajar, minat belajar juga akan meningkat dan kekal walaupun menghadapi cabaran, seterusnya meningkatkan penguasaan dan tanggapan kecekapan (Boyd & Callaghan, 1994). Motivasi dapat dipupuk melalui penyediaan rancangan pengajaran dan pembelajaran yang sistematik supaya pelajar memperoleh pengalaman yang berorientasikan tugas menggunakan strategi berusaha, lebih gemarkan tugas yang mencabar dan percayakan pencapaian kejayaan adalah setimpal dengan usaha yang disalurkan (Ames & Archer, 1998, 1990; Powell, 1990).

Kesimpulan

Kelas Pendidikan Jasmani yang menggalakkan pembelajaran dan penyertaan akan mendorong pelajar memfokuskan aktiviti-aktiviti yang diceburi dan menilai kejayaan mereka berdasarkan rujukan sendiri. Pelajar-pelajar tersebut merasakan kecekapan fizikal mereka adalah tinggi dan mempunyai pilihan sendiri dalam kelas. Penyertaan mereka adalah berdasarkan keseronokan, kepuasan dan keinginan untuk belajar, maka aktiviti-aktiviti yang lebih mencabar dan yang memerlukan lebih usaha patut didedahkan (Ferrer-caja & Weiss, 2000). Guru-guru digalakkan menunjukkan empati terhadap pelajar, khasnya kepada mereka yang mempunyai kesukaran dalam domain aktiviti fizikal. Memandangkan klimaks pembelajaran mempengaruhi fokus pelajar terhadap kecekapan diri, penentuan nasib sendiri, motivasi intrinsik dan usaha yang berterusan (Ryan, 1982; Ryan & Deci, 1989; Buttler, 1989), maka lakukan guru dalam meningkatkan suasana pembelajaran dan peningkatan tugas secara ansur maju dan menerima kesalahan sebagai sebahagian daripada proses pembelajaran untuk mempengaruhi motivasi intrinsik dan usaha pelajar (Ferrer-caja & Weiss, 2000).

Kesimpulannya, kelas Pendidikan Jasmani merupakan peluang keemasan untuk para pelajar mempelajari kemahiran motor. Semasa kelas ini berlangsung, guru-guru patut memberi maklum balas yang positif supaya para pelajar akan terus berusaha untuk menguasai suatu kemahiran yang diajar (Thill & BruneI, 1995). Motif dan matlamat ekstrinsik secara umumnya bermula dari motivasi intrinsik untuk memulakan senaman (Ryan, Ferdrick, Lepes, Rubio & Sheldon, 1997). Oleh itu, sebelum para pelajar benar-benar sedar akan kepentingan bersenam untuk kesihatan, iaitu mendapat ganjaran intrinsik, guru-guru perlu mengambil inisiatif untuk mewujudkan situasi yang menyeronokkan dan menggalakkan interaksi sesama sendiri. Kanak-kanak sejak berumur 11 hingga 12 tahun dan ke atas adalah sama ada cenderung kepada orientasi tugas atau orientasi ego bergantung kepada situasi (Nicholls, 1984). Walaupun orientasi tugas tidak berkait dengan arah keseimbangan kompetitif; orientasi ego menerima kesan dari keseimbangan ke atas intensiti, arah kognitif dan semantik (Ntoumanis & Biddle, 1998). Maka, untuk pelajar yang takut melakukan kesalahan, guru-guru patut memberi perhatian dan galakan (*secara verbal dan nonverbal*) yang lebih bagi tujuan menyokong latihan kemahiran mereka.

Penutup

Tumpuan dan perhatian daripada pihak Kementerian Pendidikan dan Jabatan Pendidikan Negeri patut diberi untuk meninjau semula pelaksanaan kurikulum Pendidikan Jasmani di sekolah demi melahirkan bangsa yang berilmu tinggi, sihat dan cergas. Di samping itu, unit-unit atau persatuan sukan sama ada kerajaan atau

swasta dicadangkan supaya menganjurkan kursus-kursus pengajaran Pendidikan Jasmani dan/atau Sains Sukan untuk mempertingkatkan mutu pengajaran subjek ini di sekolah mengikut peredaran semasa sama ada dari aspek kehendak individu mahupun aspek teknologi. Kajian ini cuba menggalakkan pemahaman mengenai orientasi matlamat, motivasi intrinsik dan tanggapan klimaks motivasi dalam kelas Pendidikan Jasmani. Pengetahuan mengenai cara untuk mengekalkan penglibatan pelajar dalam sukan dan aktiviti fizikal semasa di bangku sekolah dan selepas alam persekolahan merupakan isu yang kritikal. Untuk ini, kajian-kajian secara empirikal mengenai pengaruh faktor-faktor individu dan sosial dalam sukan dan aktiviti fizikal patut ditingkatkan. Di samping itu, guru-guru, para jurulatih dan ibu bapa perlu memahami mekanisme motivasi agar dapat membentuk dan melaksanakan program-program yang boleh menggalakkan orientasi tugas, tanggapan klimaks penguasaan di samping memastikan gaya hidup yang aktif sepanjang hayat.

Bibliografi

- Bentler, P. M. 1995. *EQS: Structural equations program manual*. Encino, CA: Multivariate Software, Inc.
- Biddle, S. 1998. Sport and exercise motivation: A brief review of antecedent factors and psychological outcomes of participation. In K. Green & K. Hardman (Eds.), *Education: A reader* (pp. 154-183). Aachen, Germany: Meyer & Meyer.
- Biddle, S.J.H. 1997. Cognitive theories of motivation and the self. In K.R. Fox (Ed.), *The physical self: From motivation to well-being* (pp. 59-82). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Biddle, S., Sallis, J., & Cavill, N. (Eds.). 1998. *Young and active? Young people and health-enhancing physical activity: Evidence and implications*. London: Health Education Authority.
- Brodin, P., & Weiss, M.R. 1990. Developmental differences in motivation for participation in competitive swimming. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, 248-263.
- Brustad, R.J. 1993. Youth in sport: Psychological considerations. In R. N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of Research on Sport Psychology* (pp. 695-717).
- Deci, E.L. & Ryan, R.M. 1985. *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- Duda, J. L. 1993. Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. In R. N. Singer, M. Murphey & L. K. Tennant (Eds.), *Handbook of research on sport psychology* (pp. 421-435). New York: Macmillan. *Measurement* (pp. 21-48). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

- Duda, J.L., & Whitehead, J. 1998. Measurement of goal perspectives in the physical domain. In J.L. Duda (Ed.). *Advances in sport and exercise psychology*.
- Dweck, C.S. & Leggett, E.L. 1988. A social-cognitive approach to motivation and personality. *Psychological Review*. 95, 256-273.
- Fox, K., Goudas M., Biddle, S., Duda, J., & Armstrong, N. 1994. Children's task and ego goal profiles in sport. *British Journal of Educational Psychology*. 64, 253-261.
- Gill, D. L., Gross, J. B. & Huddleston, S. 1983. Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sport Psychology*. 14, 1-14.
- Goudas, M., Biddle, S., & Fox, K. 1994. Perceived locus of causality, goal orientations and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology*. 64, 453-463.
- Kremer, J., Trew, K., & Ogle, S. (Eds.). 1997. *Young people's involvement in sport*. London: Routledge.
- Nicholls, J. G. 1989. *The competitive ethos and democratic education*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Ntoumanis, N., & Biddle, S.J.H. 1999. A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sports Sciences*. 17, 643-665.
- Ostrow, A. 1996. *Directory of psychological thesis in the sport and exercise sciences*. 2nd edition. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Papaioannou, A. & McDonald, A. 1993. Goal perspectives and purpose of physical education as perceived by Greek adolescents. *Physical Education Review*. 16, 41-48.
- Papaioannou, A. & Theodorakis, Y. 1996. Attitudes values, interest and goals: A test of three models for the prediction of intention for participation in physical education lessons. *International Journal of Sport Psychology*. 27, 383-399.
- Siefriz, J. J., Duda, J. L & Chi L, 1992. The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 14, 375-391.
- Spray, C.M., & Biddle, S.J.H. 1997. Achievement goal orientations and participation in physical education among male and female sixth-form students. *European Physical Education Review*. 3, 83-90.
- Weiss, M. R. & Chaumeton, N. 1992. Motivational orientations in sport. In T. Horn (Eds.). *Advances in sport psychology*. (pp. 61-101). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weiss, M. R. & Petlichkoff, L M. 1989. Children's motivation for participation in and withdrawal from sport: Identifying the missing links. *Pediatric Exercise Science*. 1, 195 - 211.
- Weiss, M. R. 1993. Psychological effects of intensive sport participation on children and youth: Self-esteem and motivation. In B. Cahill & Pearl, A. J. (Eds.). *Intensive training and participation in youth sports*. (pp. 39-70). Champaign, IL: Human Kinetics.
- White, S. A. & Duda, J. L 1994. The relationship of gender, level of sport involvement and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal of Sport Psychology*. 25, 4-18.