

## **APPENDIXES**

Ruj. Kami : KP(BPPDP) 13/15 Jld.50 ( 244 )  
Tarikh : 23 April 1999.

Cik Low Mai Keok,  
73, Jalan Perkasa,  
Tmn. Maluri,  
55100 KUALA LUMPUR.

Tuan/Puan,

**Kebenaran Untuk Menjalankan Kajian Di Sekolah-Sekolah, Maktab-Maktab  
Perguruan, Jabatan-Jabatan Pendidikan Dan Bahagian-Bahagian Di Bawah  
Kementerian Pendidikan Malaysia**

Adalah saya dengan hormatnya diarah memaklumkan bahawa permohonan tuan/puan untuk menjalankan kajian bertajuk:

“Secondary School Students’ Attitudes Toward Physical Activity”

telah diluluskan.

2. Kelulusan ini adalah berdasarkan apa yang terkandung di dalam cadangan penyelidikan yang tuan/puan kemukakan ke Bahagian ini. Kebenaran bagi menggunakan sampel kajian perlu diperolehi daripada Ketua Bahagian/Pengarah Pendidikan negeri yang berkennaan. Sila kemukakan ke Bahagian ini senaskah laporan kajian tuan/puan setelah ia selesai kelak.

Sekian untuk makluman dan tindakan tuan/puan selanjutnya. Terima kasih.

**“BERKHIDMAT UNTUK NEGARA”**

Saya yang menurut perintah,



(DR. AMIR BIN MOHD. SALLEH)  
b.p. Pengarah,  
Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan,  
Kementerian Pendidikan Malaysia.

sk.

Pengarah Pendidikan,  
Jabatan Pendidikan W. Persekutuan.

Ketua,  
Jabatan Pembangunan Pendidikan,  
UM.



JABATAN PENDIDIKAN  
WILAYAH PERSEKUTUAN,  
JALAN RAJA MUDA ABDUL AZIZ,  
50300 KUALA LUMPUR.  
Telefon: 2919044

JPWP 12-21/(f6)  
17 Ogos 1999

Low Mai Keok,  
73, Jalan Perkasa,  
Taman Maluri, Cheras,  
55100 Kuala Lumpur.

Puan,

**KEBENARAN MENJALANKAN KAJIAN DI  
SEKOLAH-SEKOLAH MENENGAH KUALA LUMPUR**

Dengan hormatnya saya diarah memaklumkan bahawa permohonan puan untuk menjalankan kajian mengenai :-

***" Secondary School Students' Attitudes Toward Physical Activity. "***

adalah diluluskan tertakluk kepada syarat-syarat berikut :-

- a) Kelulusan ini adalah berdasarkan kepada hanya apa yang terkandung di dalam ' sampel kajian ' yang telah diluluskan oleh Kementerian Pendidikan dan Jabatan ini sahaja.
- b) Puan dikehendaki mengemukakan senarai ' sampel kajian ' dan hasil kajian puan ke Jabatan ini sebaik sahaja selesai ketak.
- c) Sila kemukakan surat kebenaran ini ketika berurusan dengan Pengetua sekolah yang berkonaan.
- d) Surat kebenaran ini berkuatkuasa sehingga 31 Disember 1999 sahaja.

Sekian, terima kasih.

**' BERKHIDMAT UNTUK NEGARA '**

Saya yang menurut perintah,

*Hanjira .*

**( DATIN HAJAH HASNAH BT HAJI HANAFI )**

Ketua Penolong Pengarah  
Unit Perhubungan dan Pendaftaran,  
b.p. Pengarah Pendidikan,  
Wilayah Persekutuan.

s.k. - SMK (P) Methodist, KL.  
- Fail Timbul.

## **QUESTIONNAIRE / SOALSELIDIK**

### **Part 1 : Biodata / Maklumat Asas**

#### **Instruction / Arahian:**

Kindly answer the following questions and put a tick ( / ) in the appropriate box provided.  
Sila jawab soalan-soalan yang berikut dan letakkan ( / ) dalam kotak yang sesuai yang disediakan.

1. Age / Umur :      Below 16 years old / Bawah 16 tahun        
                          16 - 17 years old / 16 - 17 tahun
  
2. Academic Major / Keutamaan Akademik: Arts Programme / Program Sastera        
                          Science Programme/ Program Sains
  
3. Are you presently a member of any sports team in your school?  
Adakah kamu seorang ahli dalam salah satu pasukan permainan sekolah anda?  
1. Yes / Ya            2. No / Tidak
  
4. Did you participate in organized sports activities ( inter-school ) during secondary school as an individual or team member?  
Pernahkah kamu mengambil bahagian dalam aktiviti sukan ( antara sekolah ) secara individu atau berpasukan semasa di sekolah menengah?  
1. Yes /Ya            2. No / Tidak
  
5. Did you compete as an individual or a team member against another individual or team from your own school ( intramural sports activities )?  
Pernahkah kamu bertanding secara individu atau berpasukan dengan individu atau pasukan yang lain dari sekolah anda?  
1. Yes / Ya            2. No / Tidak

## Part II

### The Kenyon ATPA Inventory Attitude Toward Physical Activity Form ( for Women )

#### Instructions:

1. Express your agreement or disagreement with each statement according to the following scale:

5	Strongly Agree
4	Agree
3	Undecided
2	Disagree
1	Strongly Disagree

2. You should rarely need to use 3 ( undecided ).
3. Respond to ALL statements.

### Borang ATPA Kenyon Untuk Wanita

#### Arahan:

1. Sila catat bersetuju atau tidak bersetuju dengan setiap kenyataan dengan menggunakan skala yang berikut:

5	Sangat Setuju
4	Bersetuju
3	Kurang pasti
2	Tidak Setuju
1	Sangat Tidak Setuju

2. Seboleh-bolehnya elak dari menggunakan 3 ( kurang pasti ).
3. Sila respon kepada **SEMUA** kenyataan.

1. Saya lebih cenderung kepada aktiviti yang ringan seperti berenang atau golf daripada aktiviti seperti lumba basikal atau motosikal. 5 4 3 2 1

I would prefer quiet activities like swimming or golf, rather than such activities as bicycle or motor cycle racing.

2. Saya sanggup berlatih dengan bersungguh-sungguh untuk merebut tempat dalam pasukan Olimpik Malaysia. 5 4 3 2 1  
 I would gladly put up with the necessary hard training for the chance to try out for the Malaysian Women's Olympic Team.
3. Nilai yang paling penting dalam aktiviti fizikal ialah keindahan dalam pergerakan kemahiran. 5 4 3 2 1  
 The most important value of physical activity is the beauty found in skilled movement.
4. Program pendidikan jasmani sepatutnya lebih menitikberatkan senaman yang cergas kerana sumbangannya kepada kecergasan fizikal. 5 4 3 2 1  
 Physical education programmes should stress vigorous exercise since it contributes most to physical fitness.
5. Latihan harian yang berat dan memakan masa bertahun-tahun diperlukan untuk persediaan pertandingan antarabangsa masakini adalah membebankan wanita muda pada masa ini. 5 4 3 2 1  
 The years of strenuous daily training necessary to prepare for today's international competition is asking a lot of today's young women.
6. Penyataan yang mengatakan keperluan untuk mencapai tahap kecergasan fizikal yang lebih tinggi adalah tidak diragukan dan tepat sekali. 5 4 3 2 1  
 The need for much higher levels of physical fitness has been established beyond all doubt.
7. Antara aktiviti fizikal terbaik yang mencabar adalah seperti mendaki gunung atau berkayak di jeram. 5 4 3 2 1  
 Among the best physical activities are those which represent a personal challenge, such as mountain climbing, or kayaking on river rapids.

8. Antara aktiviti paling menarik yang memperlihatkan keindahan pergerakan manusia adalah seperti tarian moden atau gimnastik. 5 4 3 2 1
- Among the most desirable forms of physical activity are those which present the beauty of human movement such as modern dance or gymnastics.
9. Saya akan mencapai tahap kepuasan yang paling tinggi melalui permainan yang memerlukan persediaan yang rapi dan lama serta melibatkan cabaran yang kuat daripada pasukan lawan. 5 4 3 2 1
- I would get by far the most satisfaction from games requiring long and careful preparation and involving stiff competition against a strong opposition.
10. Aktiviti yang bertujuan semata-semata untuk membina kecerdasan fizikal sahaja tidak akan menjadi pilihan utama saya. 5 4 3 2 1
- Of all physical activities are those whose purpose is primarily to develop physical fitness would not be my first choice.
11. Cara yang paling baik untuk memupuk sifat sosial yang menarik ialah dengan menyertai aktiviti fizikal berkumpulan. 5 4 3 2 1
- The best way to become more socially desirable is to participate in group physical activities.
12. Cara yang paling berkesan untuk mengurangkan tekanan emosi ialah dengan menyertai aktiviti fizikal. 5 4 3 2 1
- Almost the only satisfactory way to relieve severe emotional strain is through some form of physical activity.
13. Penyertaan yang kerap dalam aktiviti fizikal dan sukan yang berbahaya adalah sesuai untuk orang lain tetapi tidak sesuai untuk saya. 5 4 3 2 1
- Frequent participation in dangerous sports and physical activities are alright for other people but ordinarily they are not for me.

14. Program pendidikan jasmani seharusnya lebih banyak menitikberatkan aspek keindahan pergerakan manusia. 5 4 3 2 1  
 Physical education programmes should place much more emphasis upon the beauty found in human motion.
15. Sekiranya diberi pilihan, ada kalanya saya akan memilih aktiviti fizikal yang berat dan bertenaga daripada aktiviti yang ringan. 5 4 3 2 1  
 If given a choice, I sometimes would choose a strenuous rather than light physical activity.
16. Terdapat cara yang lebih berkesan untuk mengurangkan tekanan kehidupan masa kini selain menyertai atau menonton aktiviti fizikal. 5 4 3 2 1  
 There are better ways of relieving the pressure of today's living than having to engage or watch physical activity.
17. Saya mahu melibatkan diri dalam aktiviti fizikal yang berunsur sosial. 5 4 3 2 1  
 I like to engage in socially oriented physical activities.
18. Sebahagian daripada kehidupan sehari-hari kita seharusnya ditumpukan kepada senaman yang cergas. 5 4 3 2 1  
 A part of our daily lives must be committed to vigorous exercise.
19. Saya tidak berminat dalam aktiviti fizikal yang bertujuan semata-mata untuk mempamerkan keindahan pergerakan manusia. 5 4 3 2 1  
 I am not particularly interested in those physical activities whose sole purpose is to depict human motion as something beautiful.

20. Sekolah harusnya mengadakan lebih banyak aktiviti fizikal yang berunsur sosial. 5 4 3 2 1  
 Schools should sponsor many more physical activities of a social nature.
21. Cara untuk membina badan yang sihat bermula daripada penyertaan dalam sukan dan aktiviti fizikal setiap hari. 5 4 3 2 1  
 For a healthy body the only place to begin is through participation in sports and physical activitiess every day.
22. Aktiviti fizikal yang berbahaya dan mempunyai risiko kecederaan seperti mendaki gunung atau sukan payung terjun adalah antara aktiviti fizikal yang paling tidak menarik. 5 4 3 2 1  
 The least desirable physical activities are those providing a sense of danger and risk of injury, such as mountain climbing, or parachuting jumping.
23. Memperoleh kecergasan fizikal bukan tujuan utama dalam kehidupan saya. 5 4 3 2 1  
 Being physically fit is not the most important goal in my life.
24. Keseronokan bersukan kadangkala terjejas sekiranya tahap pengurusan dan pertandingan terlalu dipentingkan. 5 4 3 2 1  
 A sport is sometimes spoiled if allowed to become too highly organised and keenly competitive.
25. Saya seronok melibatkan diri dalam sukan kerana berpeluang untuk bertemu dengan kenalan baru. 5 4 3 2 1  
 I enjoy sports mostly because they give me a chance to meet new people.
26. Cara yang paling praktikal untuk mengurangkan kebosanan serta tekanan emosi ialah dengan menyertai aktiviti fizikal. 5 4 3 2 1  
 Practically the only way to relieve frustration and pent-up emotions is through some form of physical activity.

27. Masa yang digunakan untuk bersenam setiap hari sebenarnya boleh dimanfaatkan dengan cara lain. 5 4 3 2 1  
 The time spent in doing daily exercises could probably be used more profitable in other ways.
28. Sekiranya diberi pilihan, saya akan memilih aktiviti berkayak di jeram atau air yang deras daripada menaiki bot di air yang tenang. 5 4 3 2 1  
 Given a choice, I would prefer kayaking on river rapids rather than one of the quieter forms of boating.
29. Antara semua jenis aktiviti fizikal, saya tidak berminat langsung kepada aktiviti fizikal yang memerlukan banyak pergaulan. 5 4 3 2 1  
 Of all the kinds of physical activities, I don't particularly care for those requiring a lot of socializing.
30. Perkara yang paling saya minati dalam sukan ialah keindahan pergerakan manusia yang dapat dipamerkan dengan pelbagai cara. 5 4 3 2 1  
 One of the things I like most in sports is the great variety of ways human movement can be shown beautiful.
31. Kebanyakan aktiviti intelek adalah menyegarkan sama seperti dalam aktiviti fizikal. 5 4 3 2 1  
 Most intellectual activities are often just as refreshing as physical activities.
32. Kekuatan dan dayatahan (stamina) fizikal merupakan prasyarat untuk kehidupan yang bererti. 5 4 3 2 1  
 Strength and physical stamina are the most important prerequisites to a full life.

33. Aktiviti fizikal seperti tarian yang bertujuan semata-mata untuk pergauluan seperti tarian kadangkala membazirkan masa sahaja. 5 4 3 2 1

Physical activities that are purely for social purposes, like school dances, are sometimes a waste of time.

34. Pengorbanan yang diperlukan untuk berjaya dalam pertandingan antarabangsa masa kini mungkin membebankan seseorang kanak -kanak perempuan dalam lingkungan umur tiga belas hingga empat belas tahun. 5 4 3 2 1

The self-denial and sacrifice needed for success in today's international competition may soon become too much to ask of a thirteen- or fourteen- year -old girl.

35. Saya memperoleh kepuasan yang tidak terhingga apabila saya melihat bentuk serta keindahan dalam pergerakan manusia. 5 4 3 2 1

I am given unlimited pleasure when I see the form and beauty of human motion.

36. Saya percaya bahawa kalistenik (senaman ringan) adalah antara bentuk aktiviti fizikal yang kurang menarik. 5 4 3 2 1

I believe calisthenics ( light exercises ) are among the less desirable forms of physical activity.

37. Menonton para athlit yang betul-betul menghayati bidang permainan mereka merupakan satu cara yang baik untuk membebaskan diri daripada tekanan kehidupan masa kini. 5 4 3 2 1

Watching athletes becoming completely absorbed in their sport nearly always provides me with a welcome escape from the many demands of present-day life.

38. Jika diberi pilihan, saya akan memilih berkayak di air yang tenang daripada berkayak di air yang deras/ jeram. 5 4 3 2 1

If I had to choose between 'still-water' kayaking and 'rapids' kayaking , 'still-water' kayaking would usually be my choice.

39. Terdapat banyak cara lain yang lebih baik untuk berkenalan selain melalui sukan dan permainan. 5 4 3 2 1

There are better ways of getting to know people than through games and sports.

40. Setiap orang sepatutnya melakukan senaman cergas selama dua puluh hingga tiga puluh minit setiap hari. 5 4 3 2 1

People should spend twenty to thirty minutes a day doing vigorous exercises.

41. Kadangkala penekanan yang terlampau/ melampau batas diberikan terhadap aktiviti fizikal lebih daripada usaha untuk menggambarkan pergerakan manusia sebagai satu bentuk seni. 5 4 3 2 1

There is sometimes an over-emphasis upon those physical activities that attempt to portray human movement as an art form.

42. Aktiviti fizikal yang melibatkan sifat keberanian dan berisiko/ mencabar adalah menarik. 5 4 3 2 1

Physical activities having an element of daring or requiring one to take chances are desirable.

43. Oleh sebab pertandingan adalah salah satu ciri asas masyarakat, maka permainan dan sukan yang mempunyai persaingan yang tinggi patut digalakkan untuk semua orang. 5 4 3 2 1

Since competition is a fundamental characteristics of society, highly competitive sports and games should be encouraged for all.

44. Kehidupan yang bahagia tidak memerlukan penyertaan yang kerap dalam aktiviti fizikal. 5 4 3 2 1

A happy life does not require regular participation in physical activity.

45. Menggunakan tubuh badan sebagai alat untuk ekspresi adalah bentuk aktiviti fizikal yang paling baik. 5 4 3 2 1

The best form of physical activity is when the body is used as an instrument of expression.

46. Adalah seronok untuk menceburkan diri dalam sukan, sama ada sebagai penonton ataupun pemain dengan syarat sukan tidak dianggap sebagai aktiviti yang serius, yang banyak memerlukan pengorbanan masa serta tenaga. 5 4 3 2 1

Sports are fun to watch and to engage in, only if they are not taken too seriously, nor demand too much time and energy.

47. Kalistenik yang dilakukan kerap kali adalah antara bentuk senaman yang paling baik. 5 4 3 2 1

Calisthenics taken regularly are among the best forms of exercises.

48. Saya boleh menghabiskan masa berjam-jam dengan senang untuk menonton pergerakan yang indah dan baik/sempurna koordinasinya seorang penari tarian moden atau ahli gimnastik. 5 4 3 2 1

I could spend many hours watching the graceful and well-coordinated movements of the gymnast or modern dancer.

49. Kelebihan permainan dan sukan ialah kemampuannya untuk membina keyakinan diri dalam situasi pergaulan. 5 4 3 2 1

The best thing about games and sports is that they give people more confidence in social situations.

50. Antara aktiviti fizikal terbaik adalah yang mempunyai cabaran seperti lumba motosikal atau berkayak dalam air yang deras. 5 4 3 2 1

Among the best forms of physical activity are those providing thrills such motor cycle racing or kayaking on river rapids.

51. Penyertaan yang kerap dalam aktiviti fizikal adalah pra-syarat untuk mencapai kepuasan hidup. 5 4 3 2 1  
Regular physical activity is the most major prerequisite to a satisfying life.
52. Kadangkala kejayaan/kecemerlangan dalam sukan terlampaui dititikberatkan di negara ini. 5 4 3 2 1  
In this country there is sometimes too much emphasis on striving to be successful in sports.
53. Saya seronok melibatkan diri dalam permainan dan sukan yang berbahaya. 5 4 3 2 1  
I would enjoy engaging in those games and sports that require a defiance of danger.
54. Kebanyakan orang boleh hidup dengan bahagia tanpa sentiasa menonton atau menyertai permainan fizikal dan senaman. 5 4 3 2 1  
Most people could live happy lives without depending upon frequent watching or participating in physical games and exercise.