

International Journal of Modern Education
(IJMOE)

Journal Website: <http://ijmoe.com/>
eISSN: 2637-0905



KESAHAN DAN KEBOLEHPERCAYAAN SOAL SELIDIK KEKANGAN MELAKSANAKAN AKTIVITI FIZIKAL DI PRASEKOLAH

*VALIDITY AND RELIABILITY QUESTIONNAIRE FOR PHYSICAL ACTIVITY
CONSTRAINTS AT PRESCHOOL*

Jamilah Mohd Basir¹, Azizah Zain², Zaharah Osman³

- ¹ National Development Research Centre, Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI), Malaysia
Email: jamilah.basir@fpm.upsi.edu.my
- ² Faculty of Human Development, Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI), Malaysia
Email: azizah.zain@fpm.upsi.edu.my
- ³ Faculty of Human Development, Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI), Malaysia
Email: zaharah.osman@fpm.upsi.edu.my

Article Info:

Article history:

Received date: 03.02.2020

Revised date: 05.02.2020

Accepted date: 13.03.2020

Published date: 15.03.2020

To cite this document:

Basir, J. M., Zain, A., & Osman, Z. (2020). Kesahan dan Kebolehpercayaan Soal Selidik Kekangan Melaksanakan Aktiviti Fizikal di Prasekolah. International Journal of Modern Education, 2(4), 90-101.

DOI: 10.35631/IJMOE.24008.

Abstrak:

Malaysia merupakan negara kedua tertinggi bagi masalah obesiti dalam kalangan kanak-kanak di negara Asia. Polemik ini secara tidak langsung disebabkan oleh kanak-kanak yang kurang aktif dalam melaksanakan aktiviti fizikal. Tujuan kajian ini adalah untuk mengenal pasti kesahan dan kebolehpercayaan berkaitan dengan faktor yang mempengaruhikekangan melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah. Faktor-faktor yang menjadi kekangan dalam melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah adalah disebabkan oleh faktor guru, faktor persekitaran prasekolah dan faktor peralatan aktiviti fizikal. Seramai 75 orang guru prasekolah terlibat sebagai sampel dalam kajian ini. Justeru, bagi memastikan soal selidik ini boleh dipercayai dan tidak mempunyai kesalahan, terdapat dua fasa kesahan telah dilaksanakan. Fasa pertama iaitu fasa kesahan telah dilaksanakan dengan memberikan soal selidik kepada dua orang pakar iaitu pakar bahasa dan pakar bidang pendidikan awal kanak-kanak. Setelah mendapatkan ulasan dan kesahan pakar, kesemua ulasan yang diberikan telah ditambah baik bagi meneruskan fasa kedua kajian. Seterusnya fasa kedua iaitu fasa kebolehpercayaan instrumen dilaksanakan. Aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) 23.0 digunakan untuk mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha*. Dapatkan menunjukkan kesemua item mempunyai kebolehpercayaan yang tinggi dan Nilai *Cronbach's Alpha* soal selidik yang diperoleh adalah $\alpha = 0.854$.

Kata Kunci:

Soal Selidik, Aktiviti Fizikal, Prasekolah, Kesahan, Kebolehpercayaan

Abstract:

Malaysia is the second-largest country for childhood obesity problems in Asian countries. This polemic indirectly caused children less active in physical activity. The purpose of this study was to identify the validity and reliability of factors affecting the constraints of physical activity in preschool. Factors that interfere with physical activity in preschool are due to teacher's factor, preschool environment factor and physical activity equipment factor. A total of 75 preschool teachers were involved in this study. Therefore, to ensure that this questionnaire is reliable and valid, two phases of validity have been implemented. The first phase of the validation phase was carried out by providing a questionnaire to two experts, a language specialist, and an early childhood education expert. After obtaining expert reviews, all of the reviews were improved to further the second phase of the study. The second phase is the instrument reliability phase. The Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 23.0 application was used to obtain Cronbach's Alpha scores. Findings show that all items have high reliability because the value of Cronbach Alpha's questionnaire obtained $\alpha = 0.854$.

Keywords:

Questionnaire, Physical Activity, Preschool, Validity, Reliability

Pengenalan

Kepesatan teknologi sedikit banyak telah banyak membantu manusia dalam pengurusan kehidupan harian. Namun demikian, penggunaan teknologi ini sekiranya diabai dan disalahgunakan boleh memberikan kesan yang negatif kepada masyarakat terutamanya kanak-kanak (Salmah & Malisah, 2015). Rentetan daripada kemajuan teknologi ini, kanak-kanak kurang melaksanakan aktiviti fizikal dalam kehidupan mereka dan secara tidak langsung kanak-kanak tidak melaksanakan aktiviti fizikal seperti yang disarankan dalam garis panduan aktiviti fizikal Malaysia 2017 oleh Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM) di mana kanak-kanak disarankan untuk melaksanakan sekurang-kurangnya 60 minit aktiviti fizikal tahap sederhana atau tahap tinggi setiap hari (KKM, 2017). Berdasarkan perkara di atas, aktiviti fizikal adalah penting bagi kanak-kanak supaya dapat mengurangkan risiko obesiti serta dapat meningkatkan kecerdasan fizikal secara tidak langsung. Oleh hal yang demikian, kajian ini akan memberikan tumpuan kepada beberapa perkara yang dapat menentukan kesahan dan kebolehpercayaan berkaitan faktor-faktor yang menjadi kekangan bagi kanak-kanak untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah. Sekiranya faktor-faktor kekangan tersebut dapat diatasi, kanak-kanak secara tidak langsung melaksanakan aktiviti fizikal secara aktif di prasekolah.

Pernyataan Masalah

Aktiviti fizikal memainkan peranan yang amat penting bagi memastikan kesejahteraan hidup dari segi kesihatan dan kualiti kehidupan. Hal ini disokong oleh kajian Poitras et.al., 2016 yang mendapati bahawa aktiviti fizikal berpotensi meningkatkan kesejahteraan hidup individu sekiranya bermula dari peringkat awal kanak-kanak lagi. Walau bagaimanapun, ketidakaktifan fizikal adalah antara punca utama kematian di dunia (6% kadar kematian setiap tahun). Ini diikuti oleh kematian disebabkan hipertensi (13%), penggunaan tembakau (9%) dan diabetes (6%). Berlebihan berat badan atau obesiti pula menyumbang kepada 5% kadar kematian

penduduk di seluruh dunia. Rentetan itu, kanak-kanak Malaysia mempunyai berat badan yang berlebihan seramai 9.8% dan obesiti seramai 11.8% (Poh et.al., 2013). Kanak-kanak terutamanya yang tinggal di bandar tidak melaksanakan aktiviti fizikal yang dicadangkan (Martin, McCaughtry, Hodges-Kulinna, Cothran, Dake, & Fahome, 2005) dan menyebabkan mereka kurang cergas (Martin, McCaughtry, & Shen, 2009). Oleh hal yang demikian, aktiviti fizikal perlu dilakukan oleh kanak-kanak bagi meningkatkan kecergasan fizikal mereka kerana tahap kecergasan fizikal kanak-kanak dapat menjangkakan status kesihatan kanak-kanak pada masa akan datang (Russell, Maria & Laura, 2012).

Bagi meningkatkan aktiviti fizikal dalam kalangan kanak-kanak terutamnya di prasekolah, beberapa faktor perlu dipantau bagi memastikan tidak terdapat kekangan yang secara tidak langsung boleh menghalang kanak-kanak daripada melaksanakan aktiviti fizikal dengan lebih aktif. Justeru, para guru perlu mempunyai pemahaman terhadap perlaksanaan aktiviti fizikal supaya setiap aktiviti yang dilaksanakan oleh kanak-kanak boleh dikaitkan dengan aktiviti fizikal secara tidak langsung. Hal ini sejajar dengan daptan kajian Martin dan Kulinna (2003) bahawa guru-guru pendidikan jasmani yang mengajar aktiviti fizikal mempunyai *self-efficacy* yang tinggi dalam mengatasi masalah kekurangan ruang di sekolah dan akan memastikan mendapat sokongan daripada pihak pentadbir sekolah berbanding guru pendidikan jasmani yang kurang melaksanakan aktiviti fizikal dengan lebih aktif. Selain daripada itu, kajian mendapati bahawa *self-efficacy* seseorang individu adalah bergantung kepada pengaruh persekitaran sosial mereka seperti faktor pentadbir sekolah dan juga faktor persekitaran fizikal. Kajian Martin dan Kulinna (2003) sangat bertepatan dengan teori ekologi yang menyatakan bahawa Pendidikan Jasmani di sekolah dipengaruhi oleh persekitaran fizikal dengan membina ruang bermain yang selamat dan berkaitan juga dengan persekitaran sosial di mana guru-guru sentiasa memberikan galakan kepada murid untuk melakukan aktiviti fizikal.

Oleh itu, kurangnya aktiviti fizikal yang dijalankan oleh kanak-kanak di prasekolah perlu dilihat dari pelbagai faktor yang mungkin menghalang mereka untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah secara proaktif. Dalam konteks kajian ini, pengkaji hanya melihat tiga faktor yang menjadi kekangan utama kanak-kanak untuk melakukan aktiviti fizikal di prasekolah iaitu faktor guru, faktor persekitaran prasekolah dan faktor peralatan aktiviti fizikal.

Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk mengenal pasti kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik kekangan melaksanakan aktiviti di prasekolah. Justeru, persoalan kajian yang dikaji adalah apakah kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik kekangan melaksanakan aktiviti di prasekolah?

Skop Kajian

Kajian ini dijalankan dalam bentuk kaedah tinjauan dan menggunakan soal selidik. Seramai 75 orang sampel dalam kalangan guru prasekolah telah dipilih untuk menjawab soal selidik yang telah dibina. Oleh hal yang demikian, kajian ini hanya memfokuskan kepada menentukan kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik kekangan perlaksanaan aktiviti fizikal di prasekolah.

Kajian Literatur

Perkembangan Fizikal Kanak-Kanak Prasekolah

Perkembangan fizikal kanak-kanak prasekolah meliputi kemahiran motor halus, kemahiran motor kasar, kemahiran manipulatif dan pergerakan berirama yang merupakan asas kepada

pelbagai pergerakan kompleks yang diperlukan dalam kehidupan. Perkembangan fizikal sangat penting terhadap kecergasan badan, kecerdasan minda, ketangkasan, koordinasi dan kesihatan murid (BPK, 2016). Oleh itu, kanak-kanak di prasekolah akan melakukan pelbagai aktiviti pergerakan motor halus dan juga motor kasar. Antaranya adalah melakukan pelbagai pergerakan motor halus dan motor kasar, melakukan pergerakan dengan imbangan dan kawalan, meneroka pelbagai pergerakan dan melakukan pelbagai kemahiran manipulasi.

Aktiviti Fizikal

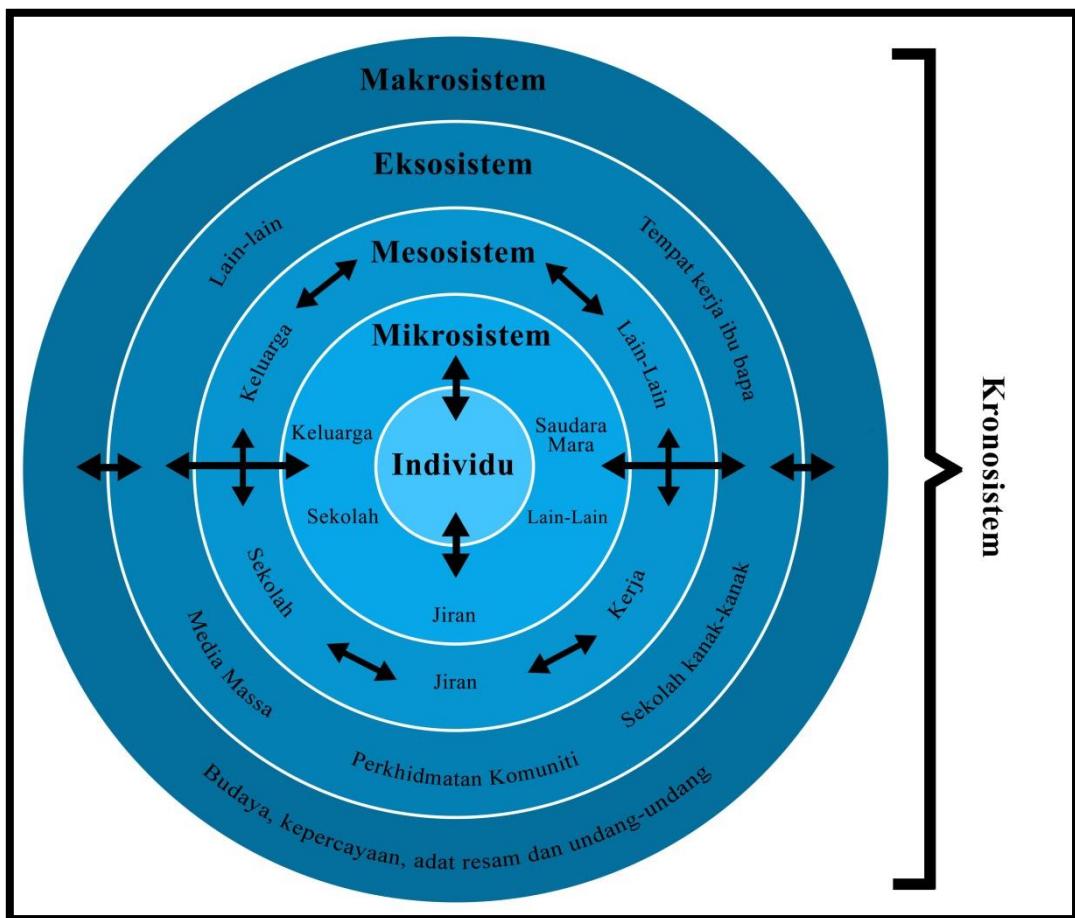
Aktiviti fizikal bermaksud semua jenis pergerakan anggota tubuh badan yang disebabkan oleh kontraksi otot. Menurut Bull et.al (2009) pula, aktiviti fizikal merangkumi kerja yang perlu dilakukan dengan bayaran atau kerja yang tidak dibayar termasuklah aktiviti seperti berjalan kaki atau berbasikal untuk bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain sewaktu bekerja mahupun pada waktu senggang. Aktiviti ini dibahagikan kepada tiga jenis aktiviti yang utama iaitu aktiviti fizikal berintensiti tinggi (*vigorous-intensity activity*), aktiviti fizikal berintensiti sederhana (*moderateintensity activity*), dan aktiviti fizikal berintensiti rendah (*low-intensity activity*) di mana ianya diukur menggunakan unit kilojoule (Kj) atau kilokalori (Kcal), (Caspersen et al., 1985). Jelaslah aktiviti ini menyebabkan peningkatan penggunaan tenaga secara berlebihan ketika tubuh badan berehat. Semasa menghadapi era kemajuan pada masa kini, kebanyakan rakyat Malaysia mengamalkan corak kehidupan sedentari selari dengan kemajuan teknologi. Keadaan ini menyebabkan kita menghadapi kesukaran mengajak individu ini bergerak aktif dan bersenam. Corak kehidupan yang telah dilalui menyukarkan mereka untuk terus aktif secara drastik (BPK, 2016). Rentetan itu, pada peringkat umur kanak-kanak prasekolah, aktiviti fizikal dianggap penting bagi mengekalkan berat badan yang ideal (Strong et.al., 2005). Bagi kanak-kanak dan remaja, jenis aktiviti fizikal yang dicadangkan adalah bermain atau beriadah, bersukan, melakukan kerja rumah, berekreasi sama ada di rumah, di prasekolah atau dalam komuniti. Untuk mendapatkan faedah pada kesihatan jantung, tulang, otot, dan kecergasan, beberapa jenis aktiviti fizikal perlu dilaksanakan oleh kanak-kanak berpandukan garis paduan aktiviti fizikal yang dicadangkan oleh pihak Kementerian Kesihatan Malaysia, 2017. Jadual 1 menunjukkan contoh aktiviti fizikal yang boleh dilakukan oleh kanak-kanak.

Jadual 1: Tahap dan Contoh Aktiviti Fizikal

Tahap Aktiviti Fizikal	Contoh Aktiviti Fizikal
Tahap Rendah	<ul style="list-style-type: none">• Berjalan santai• Bermain board games• Berjalan• Merangkak
Tahap Sederhana	<ul style="list-style-type: none">• Bermain kasut roda• Berbasikal• Berjalan pantas
Tahap Tinggi	<ul style="list-style-type: none">• Bermain kejar-kejar• Berbasikal• Lompat tali• Bermain bolé sepak• Berenang

Kerangka Teori Kajian

Kajian ini menggunakan Teori Sistem Ekologi (1977) yang diperkenalkan oleh Urie Bronfenbrenner kerana memberikan penekanan bahawa setiap individu akan melalui proses pertumbuhan dan perkembangan yang dipengaruhi oleh sistem persekitaran yang mementingkan interaksi antara satu sama lain. Rajah 1 menunjukkan interaksi individu terhadap lapisan sistem dalam Teori Sistem Ekologi.



Rajah 1: Teori Sistem Ekologi

Dalam konteks kajian yang membincangkan tentangkekangan melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah, interaksi kanak-kanak prasekolah dengan persekitaran mereka adalah lebih tertumpu kepada lapisan kedua dalam teori ini iaitu lapisan mesosistem. Lapisan mesosistem adalah hubungan antara satu mikrosistem dengan mikrosistem yang lain. Justeru, sebarang perkara yang berlaku terhadap satu mikrosistem akan mempengaruhi mikrosistem yang lain. Guru akan mempengaruhi perlakuan kanak-kanak dalam melaksanakan aktiviti fizikal secara langsung di prasekolah. Maka, sekiranya guru menunjukkan sikap yang baik dan aktif dalam melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah, secara tidak langsung kanak-kanak juga akan melakukan tindakan yang sama dengan guru mereka.

Metodologi Kajian

Kajian ini adalah kajian tinjauan yang dijalankan terhadap guru-guru prasekolah sekitar Perak. Cohen, Manion dan Morrison (2018) menegaskan bahawa bilangan sampel seramai 30 orang dan lebih adalah bersesuaian bagi kajian yang menggunakan analisis statistik.

Instrumen Kajian

Instrumen soal selidik kekangan pelaksanaan aktiviti fizikal di prasekolah telah dibangunkan dan telah dibentuk berdasarkan dapatan daripada tinjauan literatur dan diadaptasi dari Hanafi, Yasin, & Dauwed, 2018; Martin et al., 2011; Robertson-wilson et al., 2007. Pengkaji telah mendapatkan kebenaran daripada pemilik asal soal selidik melalui email. Soal selidik ini pada asalnya dalam bahasa Inggeris dan telah diubah suai kepada bahasa Melayu. Setelah soal selidik diubah suai mengikut objektif kajian dan kesesuaian bahasa, soal selidik dihantar kepada pakar kandungan dan pakar bahasa untuk mendapatkan kesahan.

Terdapat dua bahagian utama dalam soal selidik tersebut iaitu Bahagian I merujuk kepada maklumat demografi sampel, manakala Bahagian II merujuk kepada kekangan melaksanakan aktiviti fizikal. Jadual 2 menunjukkan jadual faktor dan item kekangan melaksanakan aktiviti fizikal dan bilangan item bagi setiap faktor dalam soal selidik.

Jadual 2: Faktor dan Item Kekangan Melaksanakan Aktiviti Fizikal

Faktor	Item
Guru	<ol style="list-style-type: none">1. Guru kurang pengetahuan mengajar aktiviti fizikal.2. Guru kurang pengetahuan pedagogi pengajaran yang menyeronokkan.3. Guru hanya melaksanakan penilaian berdasarkan Standard Prestasi KSPK.4. Guru kurang pengetahuan berkaitan pengukuran perkembangan fizikal kanak-kanak.5. Guru kurang menggalakkan kanak-kanak untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah.6. Guru kurang memberikan perhatikan semasa kanak-kanak melaksanakan aktiviti fizikal semasa waktu rehat di prasekolah.7. Guru kurang menyediakan aktiviti fizikal di luar waktu sesi persekolahan.8. Guru beranggapan aktiviti fizikal di prasekolah kurang penting untuk kanak-kanak.9. Guru kurang aktif dengan kanak-kanak semasa di prasekolah.
Persekutaran prasekolah	<ol style="list-style-type: none">1. Persekutaran dalam prasekolah untuk melaksanakan aktiviti fizikal terhad.2. Persekutaran luar prasekolah untuk melaksanakan aktiviti fizikal terhad.3. Persekutaran dalam prasekolah untuk melaksanakan aktiviti fizikal tidak diselia.4. Persekutaran luar prasekolah untuk melaksanakan aktiviti fizikal tidak diselia.5. Persekutaran dalam prasekolah kurang sesuai untuk malakukan aktiviti fizikal.6. Persekutaran luar prasekolah kurang sesuai untuk malakukan aktiviti fizikal (taman permainan dan atau

Peralatan aktiviti fizikal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Peralatan untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah tidak mencukupi. 2. Peralatan untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah tidak berkualiti. 3. Peralatan untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah tidak selamat untuk digunakan. 4. Peralatan untuk melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah tidak sesuai untuk kanak-kanak.
----------------------------	--

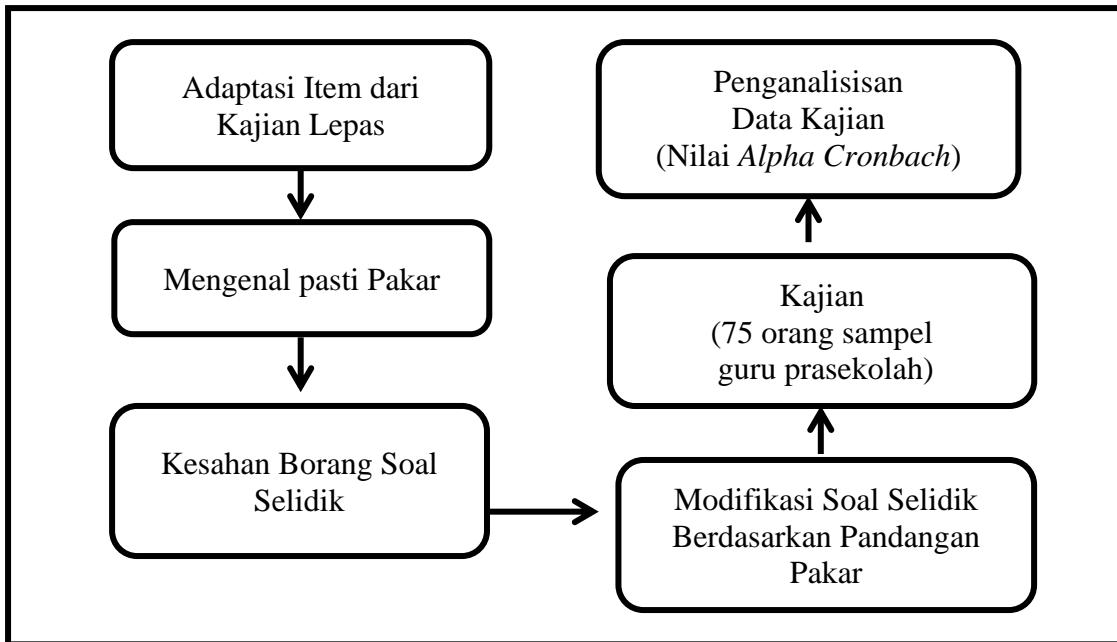
Bagi menjawab soal seidik tersebut, sampel dikehendaki untuk menyatakan tahap persetujuan berdasarkan skala likert lima mata seperti Jadual 3 berikut:

Jadual 3: Aras Persetujuan

Skala	Persetujuan
1	Sangat Tidak Setuju
2	Tidak Setuju
3	Sederhana Setuju
4	Setuju
5	Sangat Setuju

Prosedur Kajian

Bagi mendapatkan maklum balas dari guru prasekolah berkenaan kekangan perlaksanaan aktiviti fizikal di prasekolah ini, beberapa prosedur telah dilalui. Borang soal selidik telah dinilai dan disahkan oleh pakar kandungan dan pakar bahasa. Setelah mendapat kesahan daripada pakar, pengkaji memodifikasi soal selidik yang telah disemak berdasarkan pandangan pakar. Kajian rintis telah dijalankan kerana kajian rintis dapat mengatasi sebarang risiko negatif, struktur soal selidik serta kesalaahan penggunaan tatabahasa dapat dikurangkan dan pengkaji berupaya menimba pengalaman yang bermakna (Fraenkel & Wallen, 2006; Leedy & Ormrod, 2001; Gay & Airasian, 2000). Cohen, Manion dan Morrison (2018) menegaskan bahawa bilangan sampel sebanyak 30 dan lebih adalah bersesuaian bagi kajian yang menggunakan analisis statistik. Oleh hal yang demikian, borang soal selidik telah diedarkan kepada 75 orang guru prasekolah bagi tujuan rintis dan mendapatkan nilai *Alpha Cronbach* dengan menggunakan perisian SPSS 23.0. Prosedur bagi kajian yang dijalankan adalah seperti Rajah 2.



Rajah 2: Prosedur Kajian

Prosedur Kesahan Soal Selidik

Soal selidik ini telah disahkan sebelum diedarkan kepada sampel untuk memastikan bahawa setiap item yang terkandung dalam soal selidik ini jelas dan tidak mengelirukan sample yang terlibat. Oleh itu, soal selidik ini telah disemak oleh beberapa orang pakar kandungan termasuklah pensyarah dan juga guru prasekolah yang berpengalaman. Dalam konteks kajian ini, pakar yang dipilih adalah seramai 6 orang. Hal ini selari dengan kajian yang telah dilaksanakan oleh Siti Farhah dan Saedah (2015) di mana beberapa kriteria perlu dipenuhi oleh seseorang pakar adalah (i) individu mempunyai pengetahuan luas serta latar belakang atau pengalaman dalam bidang yang berkaitan dengan kajian; (ii) kerelaan dan kesesuaian masa untuk mengambil bahagian; (iii) mempunyai kebolehan komunikasi yang baik; dan (iv) mempunyai pengalaman melebihi 5 tahun (Mohd Ridhuan, 2016). Setelah mendapatkan cadangan dan maklum balas daripada pakar, soal selidik dimurnikan sebelum diedarkan kepada sampel. Jadual 4 menunjukkan maklumat latar belakang pakar yang terlibat dalam kesahan soal selidik ini.

Jadual 4: Maklumat Latar Belakang Pakar

Pakar	Kelulusan	Kepakaran	Pengalaman
P1	Doktor Falsafah	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Pendidikan Awal Kanak-Kanak • Pensyarah Kanan Universiti Awam 	25 Tahun
P2	Doktor Falsafah	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Pendidikan Awal Kanak-Kanak • Pensyarah Kanan Universiti Awam 	18 Tahun
P3	Doktor Falsafah	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Bahasa • Pensyarah Kanan Universiti Awam 	10 Tahun

P4	Ijazah Sarjana	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Sains Sukan • Pensyarah 	25 Tahun
P5	Ijazah Sarjana	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Pendidikan Awal Kanak-Kanak • Guru Prasekolah KPM 	17 Tahun
P6	Ijazah Sarjana	<ul style="list-style-type: none"> • Pakar Bidang Pendidikan Awal Kanak-Kanak • Guru Prasekolah KPM 	11 Tahun

Prosedur Kebolehpercayaan

Setelah soal selidik diedarkan dan kumpulkan semula, pengkaji telah memasukkan semua jawapan sampel dalam aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 23.0* yang digunakan untuk mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha*. Jadual 5 menunjukkan interpretasi nilai *Cronbach's Alpha* yang boleh dinilai melalui pengelasan.

Jadual 5: Interpretasi Nilai *Cronbach's Alpha*

Julat Nilai Pekali <i>Cronbach's Alpha</i>	
< 0.6	Lemah
0.6 hingga < 0.7	Sederhana
< 0.7 hingga < 0.8	Baik
< 0.8 hingga < 0.9	Sangat Baik
0.9	Cemerlang

Dapatan Kajian

Terdapat pelbagai kaedah untuk menentukan nilai kebolehpercayaan. Kaedah penilaian yang paling banyak digunakan untuk menentukan kebolehpercayaan adalah dengan mencari nilai *Cronbach's Alpha* (U. Sekaran & R. Bougie, 2010). Oleh itu, nilai *Cronbach's Alpha* adalah antara 0 hingga 1 dan nilai *Cronbach's Alpha* yang tinggi menunjukkan faktor yang mempunyai kebolehpercayaan yang paling cemerlang.

Data yang telah dikumpul telah dianalisis menggunakan SPSS 23 untuk mengenalpasti nilai *Cronbach's Alpha*. Jadual 6 menunjukkan setiap faktor memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* melebihi 0.70 dan. Nilai *Cronbach's Alpha* keseluruhan yang diperoleh adalah $\alpha = 0.854$. Oleh hal yang demikian, setiap faktor kekangan melaksanakan aktiviti fizikal yang terdapat dalam soal selidik adalah diterima.

Jadual 6: Nilai *Cronbach's Alpha* Berdasarkan Faktor

Faktor	<i>Cronbach's Alpha</i>	Bilangan item
Guru	0.822	9
Persekuturan prasekolah	0.917	9
Peralatan aktiviti fizikal	0.807	4

Perbincangan

Kajian ini bertujuan untuk melihat kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik kekangan melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah bagi membantu kanak-kanak untuk meningkatkan pelaksanaan aktiviti fizikal dengan lebih proaktif. Tinjauan kajian lepas telah dilakukan dan soal selidik yang dibangunkan adalah berdasarkan kepada kajian lepas yang melihat faktor-faktor kekangan dalam melaksanakan aktiviti fizikal yang sama. Ketiga-tiga faktor tersebut memperoleh nilai kebolehpercayaan yang boleh diterima. Justeru, bagi meningkatkan pelaksanaan aktiviti fizikal di prasekolah, guru memainkan peranan utama. Hal ini kerana tahap pengetahuan guru terhadap kepentingan pelaksaan aktiviti fizikal secara tidak langsung dapat meningkatkan lagi pelaksanaan aktiviti fizikal di prasekolah. Apabila guru mempunyai pengetahuan yang tinggi terhadap aktiviti fizikal, secara tidak langsung guru boleh melaksanakan pelbagai aktiviti fizikal yang mempunyai tahap intensiti yang berbeza iaitu aktiviti fizikal berintensiti tinggi (*vigorous-intensity activity*), aktiviti fizikal berintensiti sederhana (*moderate intensity activity*), dan aktiviti fizikal berintensiti rendah (*low-intensity activity*) seperti yang dicadangkan oleh Caspersen et.al., 1985. Selain itu, kajian Martin dan Kulinna (2003) mendapati bahawa guru-guru pendidikan jasmani yang mengajar aktiviti fizikal mempunyai *self-efficacy* yang tinggi dalam mengatasi masalah kekurangan ruang di sekolah dan akan memastikan mendapat sokongan daripada pihak pentadbir sekolah berbanding guru pendidikan jasmini yang kurang melaksanakan aktiviti fizikal dengan lebih aktif. Secara tidak langsung faktor persekitaran dan peralatan aktiviti fizikal perlu diambil perhatian dan diatasi supaya kanak-kanak lebih selesa dan rasa selamat dalam melaksanakan aktiviti fizikal.

Kesimpulan

Kajian ini telah melaporkan tentang kesahan dan kebolehpercayaan soal selidik kekangan melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah. Dalam pada itu, guru memainkan peranan yang penting dalam menentukan jenis aktiviti fizikal mengikut tahap yang bersesuaian dengan peringkat umur kanak-kanak dan pastinya selari dengan ketetapan aktiviti yang telah ditetapkan dalam Tunjang Fizikal dan Estetika yang terdapat dalam Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan (KSPK) 2016. Konklusinya, kajian ini telah membuktikan bahawa soal selidik ini boleh digunakan untuk melihat faktor-faktor yang menghalang kanak-kanak prasekolah dalam melaksanakan aktiviti fizikal di prasekolah.

Rujukan

- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *American Psychologist*, 32, 513-531.
- Bull FC, Maslin TS, Armstrong T. (2009) Global physical activity questionnaire [GPAQ]: Nine country reliability and validity study. *J Phys Act Health*, 6(6), 790–804.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126–131.
- Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). Research methods in education. London: Routledge.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education (6th ed.)*. New York, NY: McGraw-Hill.
- Gay, L.R. ve Airasian, P. (2000). *Education Research. Competencies for Analysis and Application (6th ed.)*. Merrill
- Hair, J.F., Babin, B., Money, A.H., & Samouel, P. (2003). *Essentials of business research methods*. New York, NY: Wiley

- Hanafi, M., Yasin, M., & Dauwed, M. A. (2018). Validity And Reliability Questionnaire For Social, Environment And Self-Efficacy Related Of Deaf Adolescents Physical Activity. *Journal of Theoretical and Applied Information Technology*. 96(21). 7041-7054.
- Ibrahim S, Karim N.A, Oon N.L., Ngah W.Z.W. (2013). *Perceived Physical Activity Barriers to Body Weight Status and Sociodemographic Factors Among Malaysian Men in Klang Valley*. BMC Pub Health, 13, 275.
- J. M. Garcia, J. R. Sirard, R. Larsen, M. Bruening, M. Wall, and D. Neumark- Sztainer. (2016). Social and Psychological Factors Associated With Adolescent Physical Activity," *J. Phys. Act. Heal.*, vol. 13, no. 9, pp. 957–963
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2017). *Garis Panduan Aktiviti Fizikal Malaysia 2017*. Putrajaya. Bahagian Pendidikan Kesihatan
- Kementerian Pelajaran Malaysia (2016). *Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan*. Putrajaya. Bahagian Pembangunan Kurikulum.
- Leedy, P. and Ormrod, J. (2001) *Practical Research: Planning and Design. 7th Edition*. Merrill Prentice Hall and SAGE Publications, Upper Saddle River, NJ and Thousand Oaks, CA.
- Martin, J. J., & Kulinna, P. (2003). The development of a physical education teachers' physical activity self-efficacy instrument. *Journal of Teaching in Physical Education*, 22, 219–232.
- Martin, J. J., McCaughey, N., Hodges-Kulinna, P., Cothran, D., Dake, J., & Fahome, G. (2005). The theory of planned behavior: Predicting physical activity and cardiorespiratory fitness in African American children. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 27, 456–469.
- Martin, J. J., McCaughey, N., & Shen, B. (2009). Physical activity and fitness in inner city Hispanic-American children. *Hispanic Health Care International*. 9, 21–29.
- Martin, J. J., McCaughey, N., Flory, S., Murphy, A., Martin, J. J., McCaughey, N., Murphy, A. (2011). Validity And Reliability Of The School Physical Activity Environment Questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*. 15, 274–282.
- Mohd Ridhuan, M. J., (2016). Model kurikulum latihan SkiVes bagi Program Pengajian Kejuruteraan Pembelajaran Berasaskan Kerja (WBL) Politeknik Malaysia. (Doctoral dissertation, University of Malaya).
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). New York, NY: McGraw Hill.
- Poh, B.K., Ng, B.K., Haslinda, M.D.S., Shanita, S.N., Wong, J.E., Budin, S.B., Ruzita, A.T., Ng, L.O., Khouw, I. & Norimah, A.K. (2013). Nutritional status and dietary intakes of children aged 6 months to 12 years: findings of the Nutrition Survey of Malaysian Children (SEANUTS Malaysia). *British Journal of Nutrition*, 110(3), 21-35.
- Poitras, V. J., Gray, C. E., Borghese, M. M., Carson, V., Chaput, J.-P., Janssen, I., Tremblay, M. S. (2016). Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied Physiology, Nutrition & Metabolism*, 41(6), 197–239.
- Robertson-Wilson, J., Lévesque, L., Holden, R. R., Lévesque, L., Holden, R. R., Robertson Wilson, J., Holden, R. R. (2007). Development Of A Questionnaire Assessing School Physical Activity Environment. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 11(2), 93–107.
- Russell, Maria & Laura. (2012). Fitness Measurement and Helath Outcome in Youth.
- Salmah & Malisah. (2015). Pengaruh Peranti Teknologi Kepada Perkembangan Sosial Dan Permasalahan Kesihatan Kanak-Kanak. *Jurnal Kebajikan Masyarakat*. 1-11.

- Siti Farhah & Saedah Siraj. (2015). Pembangunan Model Objektif Kurikulum Berasaskan Taman Buah-Buahan dan Sayur-Sayuran Berkhasiat untuk Sekolah Rendah Orang Asli. *Jurnal Kurikulum & Pengajaran Asia Pasifik*. 3(3). 1-13.
- Strong, W.B., Malina, R.M., Blimkie, C.J.R., Daniels, S.R., Dishman, R.K., Gutin, B., et al. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. *J. Pediatr.* 146, 732–737.
- U. Sekaran and R. Bougie. (2010). Theoretical framework In theoretical framework and Hypothesis Development. *Res. Methods Bus. A Ski. Build. Approach*, 80.