

Minat Pelajar Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah (PSA) Terhadap Sukan Massa

Mohd Fauzi bin Derani^{1*}, Noor Hayati binti Mat Taib¹, Wahida binti Mohamad Noor¹

¹Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah, Persiaran Usahawan, Seksyen U1, 40150 Shah Alam, Selangor

***Corresponding author E-mail:** mfauzi@psa.edu.my

Abstrak

Sukan massa ialah aktiviti fizikal yang melibatkan penyertaan ramai individu tanpa mengira tahap kemahiran, bertujuan membentuk masyarakat yang sihat dan bersatu padu. Di Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah (PSA), penglibatan pelajar dalam sukan massa penting untuk kesihatan fizikal, mental serta pembentukan sahsiah, namun kadar penyertaan masih rendah walaupun pelbagai program telah dianjurkan. Tinjauan ini bertujuan untuk mengetahui tahap minat pelajar terhadap sukan massa serta faktor-faktor yang mempengaruhinya serta cadangan untuk meningkatkan penglibatan pelajar dalam sukan massa di institusi. Representatif tinjauan serta kajian ini melibatkan bilangan seramai 150 orang responden iaitu 90 lelaki dan 60 perempuan yang menuntut di Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah. Target pelajar diminta untuk membuat penilaian tahap minat terhadap sukan massa serta faktor-faktor yang mempengaruhi minat mereka diukur menggunakan borang soal selidik yang terdiri daripada 2 segmen. Data kajian diperoleh melalui penggunaan bentuk kaji selidik. *Statistical Package for Social Science* (SPSS) digunakan untuk menganalisis data menggunakan kaedah peratus, skor min dan sisihan piawai. Secara keseluruhan, data menunjukkan tahap minat pelajar PSA terhadap sukan massa adalah tinggi iaitu skor min 3.81. Hasil kajian ini akan dapat membantu institusi dalam merancang penganjuran aktiviti dan program yang melibatkan pelajar pada setiap tahun.

Kata kunci: Minat, Program Sukan, Sukan Massa

1.0 Pengenalan

Sukan merupakan satu elemen penting dalam kehidupan manusia. Selain menyumbang kepada kesihatan fizikal, sukan juga memainkan peranan besar dalam membina perpaduan dan keharmonian sosial. Antara bentuk sukan yang semakin mendapat perhatian dalam kalangan masyarakat masa kini ialah sukan massa. Sukan massa merujuk kepada aktiviti sukan yang melibatkan penyertaan secara besar-besaran tanpa mengira umur, jantina atau latar belakang. Berbeza dengan sukan berprestasi tinggi yang menumpukan kepada pencapaian dan kemenangan, sukan massa lebih menekankan kepada penyertaan aktif, keseronokan dan gaya hidup sihat. Antara contoh sukan massa yang sering dianjurkan termasuklah larian amal atau *fun run*, senamrobik perdana, kayuhan santai, sukaneka keluarga, serta aktiviti rekreasi seperti mendaki bukit atau berkhemah. Acara-acara ini sering kali dianjurkan oleh badan kerajaan, swasta, institusi pendidikan atau pertubuhan bukan kerajaan sebagai inisiatif memperkasakan masyarakat melalui sukan.

Manfaat sukan massa sangat luas dan menyeluruh. Dari perspektif kesihatan, menurut World Health Organization, (2018) peranan sukan dan aktiviti fizikal dapat membantu meningkatkan tahap kecergasan, menurunkan risiko penyakit tidak berjangkit seperti obesiti, diabetes dan hipertensi serta memperbaiki kesejahteraan mental. Individu yang aktif bersukan juga lebih bertenaga, positif dan produktif dalam kehidupan seharian. Selain itu, Menurut Rahman, M.A., & Ismail. H.N. (2019) sukan massa juga merupakan salah satu faktor dalam memupuk perpaduan dan integrasi sosial. Aktiviti seperti senamrobik atau sukaneka melibatkan interaksi antara pelbagai kaum dan generasi dalam suasana santai dan menyeronokkan. Ini dapat mengukuhkan hubungan sosial dan semangat kekitaan dalam kalangan rakyat. Tidak kurang pentingnya juga, sukan massa memberi peluang kepada masyarakat untuk menyertai aktiviti luar rumah, seterusnya menggalakkan gaya hidup aktif dan mengurangkan ketagihan terhadap gajet dan media sosial.

Sukan massa turut memberi kesan positif dari segi pembangunan ekonomi tempatan. Acara berskala besar mampu menarik penyertaan dari kawasan luar, sekali gus merancakkan aktiviti perniagaan seperti jualan makanan, minuman dan peralatan sukan. Dalam konteks ini, sukan massa boleh dianggap sebagai platform pelancongan sukan yang berpotensi tinggi. Kesimpulannya, sukan massa merupakan satu inisiatif yang bukan sahaja menggalakkan masyarakat hidup sihat, tetapi juga membentuk perpaduan dan kesejahteraan sosial. Oleh yang demikian, semua pihak perlu bersama-sama mempromosikan dan menyokong program-program sukan massa demi membina sebuah negara yang cergas, sihat dan harmoni.

1.1 Objektif Kajian

- a) Menenal pasti tahap minat pelajar PSA terhadap sukan massa
- b) Mengetahui faktor yang mempengaruhi minat pelajar terhadap sukan massa
- c) Mencadangkan pendekatan bagi mempertingkatkan penglibatan pelajar dalam sukan massa

1.2 Sorotan Kajian

Sukan massa merupakan satu bentuk aktiviti fizikal yang semakin diberi perhatian dalam usaha meningkatkan taraf kesihatan dan kesejahteraan masyarakat. Seiring dengan kepentingan yang kian diiktiraf, pelbagai kajian telah dijalankan oleh institusi penyelidikan, universiti dan badan antarabangsa bagi memahami impak sebenar sukan massa dari pelbagai dimensi.

Kajian oleh Bahagian Sukan, Kementerian Belia dan Sukan Malaysia (2020) mendapati bahawa penyertaan dalam program sukan massa seperti Larian Sejuta Langkah dan Kayuhan Rakyat telah meningkatkan tahap aktiviti fizikal dalam kalangan rakyat Malaysia. Statistik menunjukkan bahawa seramai 73% peserta mula mengamalkan gaya hidup lebih aktif selepas menyertai program tersebut. Ini membuktikan bahawa sukan massa berkesan sebagai pemangkin kepada pembentukan tabiat sihat dalam jangka panjang.

Sementara itu, penyelidikan yang dijalankan oleh Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI) pada tahun 2019 menumpukan kepada aspek psikologi dan sosial. Dapatan kajian tersebut menunjukkan bahawa individu yang kerap menyertai sukan massa mengalami pengurangan tahap tekanan serta peningkatan keyakinan diri. Ini disebabkan oleh persekitaran yang positif dan sokongan sosial yang wujud dalam aktiviti berkumpulan.

Di peringkat antarabangsa, Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) dalam laporan *Global Action Plan on Physical Activity 2018–2030* menegaskan bahawa penganjuran sukan massa merupakan salah satu strategi utama dalam menurunkan kadar kematian akibat penyakit tidak berjangkit. WHO menyarankan agar kerajaan di seluruh dunia memperkenalkan program sukan komuniti secara meluas bagi membentuk masyarakat yang sihat dan aktif.

Selain itu, satu kajian oleh Institut Penyelidikan Sukan dan Rekreasi Universiti Malaya (UM) pada tahun 2021 menunjukkan bahawa sukan massa berpotensi sebagai alat integrasi sosial. Melalui kajian ke atas peserta Larian 1Malaysia, sebanyak 88% responden bersetuju bahawa aktiviti sukan berkumpulan menggalakkan perpaduan antara kaum. Interaksi santai dan kerjasama dalam aktiviti fizikal menjadi asas kepada pembinaan hubungan antara komuniti berbeza latar belakang.

Kesimpulannya, sorotan kajian menunjukkan bahawa sukan massa bukan sekadar aktiviti fizikal, tetapi juga sebuah platform menyeluruh untuk memperkuat kesihatan awam, perpaduan sosial dan pertumbuhan ekonomi. Penemuan-penemuan ini menyokong keperluan untuk memperluas lagi pelaksanaan sukan massa di seluruh negara sebagai sebahagian daripada dasar pembangunan masyarakat.

2.0 Pernyataan Masalah

Walaupun pihak politeknik kerap menganjurkan aktiviti sukan massa seperti senamrobik, larian kampus, PSA Sports Fiesta dan lain lagi, penglibatan pelajar adalah masih rendah. Kurangnya penyertaan ini menimbulkan persoalan tentang tahap minat sebenar pelajar terhadap sukan massa dan faktor-faktor yang menyumbang kepada kurangnya keterlibatan mereka. Sambutan tidak konsisten antara kursus dan jabatan. Sebagai contoh aktiviti larian kampus hanya disertai oleh 180 (30 peratus) orang pelajar sahaja berbanding target sasaran iaitu 600 orang pelbagai jabatan. Faktor ketidakhadiran penglibatan adalah berkemungkinan disebabkan oleh kesibukan akademik, kurang promosi serta tiada galakan dari pensyarah atau rakan sebaya.

3.0 Metodologi Kajian

Borang soal selidik diedarkan semasa penganjuran program PSA Sports Fiesta 2025 dan Karnival Kokurikulum PSA 2025 kepada 150 orang responden dipilih secara rawak dan skala *Likert* dipraktikkan kepada pelajar dengan arahan mereka dikehendaki menandakan jawapan mengenai sesuatu perihal kenyataan bersandarkan skala. Bagi memastikan kesahan kandungan, item-item dalam soal selidik telah dirujuk dan disemak oleh 2 orang pakar dalam bidang pendidikan jasmani dan penyelidikan kuantitatif. Item yang dikembangkan juga diadaptasi daripada kajian-kajian lepas supaya relevan mengikut konteks pelajar politeknik. Ujian kebolehpercayaan objektif juga dijalankan melalui kajian rintis kepada 12 orang pelajar yang tidak terlibat dalam kajian sebenar. Skala Likert dengan nilai skor 1 hingga 5 harus dilengkapkan oleh responden merujuk Jadual 1 di bawah.

Jadual 1: Skala Likert

Tahap/Peringkat	Skor
Sangat Setuju	5
Setuju	4
Tidak Pasti	3
Tidak Setuju	2
Sangat Tidak Setuju	1

3.1 Prosedur Pengumpulan Data

Penyelidik dengan bantuan ahli jawatankuasa sukan dan rekreasi (PSA Sports Affair) telah mengedarkan set soal selidik ini di 2 program utama PSA bagi Tahun 2025 iaitu PSA Sports Fiesta dan Karnival Kokurikulum PSA. Semua responden diminta untuk menjawab soal selidik tersebut dengan bimbingan dan seterusnya dikembalikan.

3.2 Instrumen Kajian

Instrumen yang digunakan adalah soal selidik yang mengandungi soalan demografi responden, tahap minat pelajar terhadap sukan massa dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat terhadap sukan massa. Data yang diperolehi dianalisis bagi

mengira skor min menggunakan program perisian *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS) untuk mengukur tahap minat pelajar terhadap sukan massa secara keseluruhan.

4.0 Hasil Dapatan dan Perbincangan

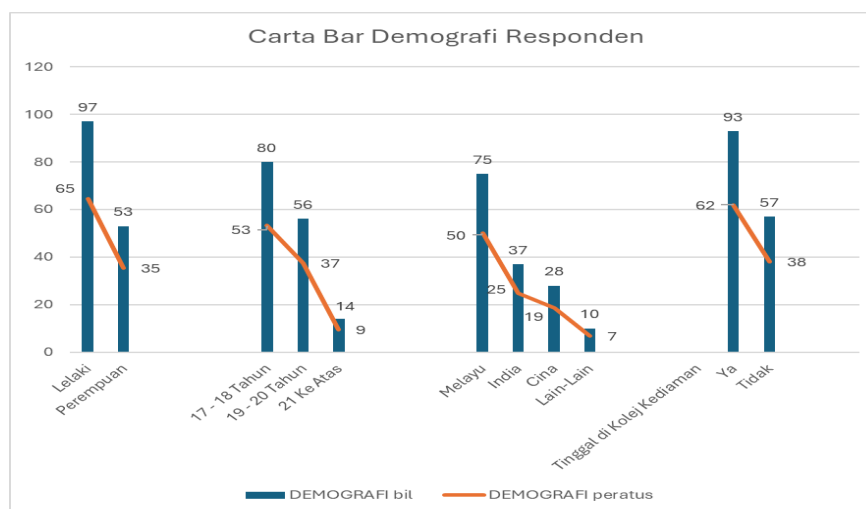
Bahagian ini menerangkan penganalisan data dan hasil kajian. Skala Likert digunakan untuk mencari skor min. Mohd Majid (1990) menyatakan bahawa, statistik deskriptif ialah statistik yang merangkumi dan mengorganisasikan data yang dihasilkan daripada proses pemerosesan data. Contoh operasinya ialah jadual, rajah atau graf. Pemeringkatan skala skor min oleh Jamil Ahmad (2002) seperti ditunjukkan dalam Jadual 2 di bawah.

Jadual 2: Interpretasi dan Skala Skor Min

Interpretasi	Skor Min	Catatan
(Kurang setuju/kurang membantu/kurang mahir/kurang memenuhi/ tidak pasti/kadang-kadang/tiada/sebahagian kecil)	1.00 hingga 2.33	Rendah
(Setuju/membantu/mahir/memenuhi/ separuh)	2.34 hingga 3.66	Sederhana
(Sangat setuju/sangat membantu/sangat mahir/sangat memenuhi/ sangat selalu/semua/sebahagian besar)	3.67 hingga 5.00	Tinggi

4.1 Demografi Responden

Daripada 150 orang responden, 65 peratus adalah lelaki dan 35 peratus adalah perempuan. Data responden yang berumur antara 17 – 18 tahun adalah sebanyak 53 peratus, 19 – 20 tahun ialah 37 peratus dan 21 tahun ke atas adalah 9 peratus. Manakala responden kaum Melayu telah mencatat peratusan tertinggi iaitu 50 peratus diikuti oleh kaum India iaitu 25 peratus, kaum Cina sebanyak 19 peratus dan lain lain bangsa iaitu sebanyak 7 peratus. Selain itu data mengenai pelajar yang mendiami kolej kediaman adalah 62 peratus dan yang berada diluar kolej kediaman adalah 38 peratus. Ciri-ciri demografi tersebut telah dianalisis dan ditunjukkan dalam Rajah 1.



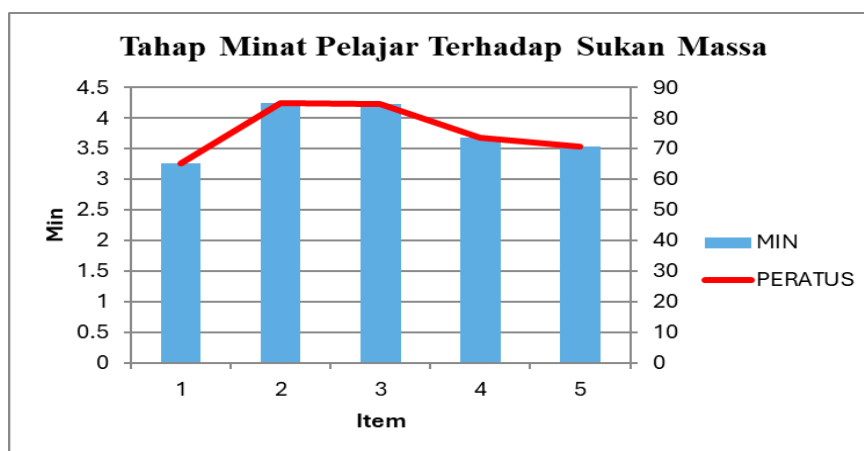
Rajah 1: Carta bar demografi responden

4.1.1 Tahap Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa

Daripada 150 orang, responden tentang kenyataan berminat menyertai sukan massa yang dianjurkan oleh PSA menunjukkan (min 3.27/65.40%) membuktikan pelajar menunjukkan tahap minat yang sederhana dan potensi boleh ditingkatkan melalui pendekatan yang lebih menarik dan bersesuaian dengan minat semasa. Seterusnya kenyataan mengikuti perkembangan aktiviti sukan di politeknik mendapat (min 4.25/85.00%) menunjukkan kesedaran tinggi terhadap aktiviti sukan yang dijalankan walaupun tidak semua terlibat secara aktif. Manakala kenyataan sukan massa memberi faedah kepada kesihatan pula mengumpul (min 4.23/84.60%). Dapatan menunjukkan majoriti pelajar menyedari kepentingan sukan massa terhadap kesihatan diri. Seterusnya kenyataan mengenai kecenderungan aktiviti fizikal berkumpul mengumpul (min 3.69/73.80%) menunjukkan pelajar lebih suka aktiviti fizikal yang dilakukan secara berkumpul, menandakan keperluan merancang sukan berpasukan yang bersifat sosial. Dan kenyataan saya lebih suka menyertai sukan berbanding aktiviti santai lain mendapat (min 3.53/70.60%). Walaupun masih positif keputusannya tetapi sukan perlu lebih menarik untuk bersaing dengan aktiviti santai lain seperti bermain telefon pintar atau gajet. Namun begitu, secara keseluruhan, tahap minat pelajar terhadap sukan massa menunjukkan minat responden pada tahap tinggi iaitu dengan skor min 3.79/75.80% merujuk Jadual 4.

Jadual 2: Tahap Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa

	Saya berminat menyertai aktiviti sukan massa yang dianjurkan oleh PSA [1]	Saya mengikuti perkembangan aktiviti sukan di politeknik [2]	Saya rasa sukan massa memberi faedah kepada kesihatan saya [3]	Saya suka melibatkan diri dalam aktiviti fizikal secara berkumpul [4]	Saya lebih suka menyertai sukan berbanding aktiviti santai lain (contohnya, bermain telefon, menonton filem) [5]
Min	3.27	4.25	4.23	3.69	3.53
Peratus Min	65.40	85.00	84.60	73.80	70.60
Purata Tengah	3	4	4	4	4
Sisihan Piawai	1.33	0.81	0.66	1.22	1.27
Varians	1.77	0.66	0.44	1.49	1.61



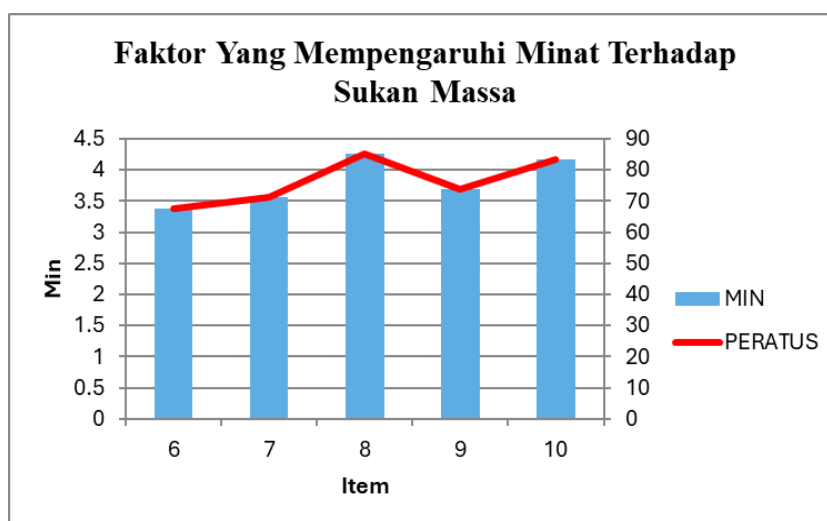
Rajah 2: Tahap Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa

4.1.2 Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Minat Terhadap Sukan Massa

Daripada 150 orang, responden tentang saya akan menyertai sukan massa jika rakan-rakan saya turut serta menunjukkan (min 3.37/67.4%) dimana kecenderungan sederhana pelajar untuk menyertai sukan jika rakan turut serta menandakan faktor sosial pemangkin penglibatan. Seterusnya kenyataan mengenai fasiliti sukan di PSA mencukupi untuk aktiviti sukan massa pula mengumpul (min 3.57/71.40%) menunjukkan pelajar berpuas hati dengan kemudahan yang disediakan, namun peningkatan fasiliti boleh menambah baik pengalaman bersukan. Kenyataan bagi masa yang padat menghalang saya daripada menyertai sukan massa pula mendapat (min 4.26/85.20%) menggambarkan kekangan masa dikenal pasti sebagai halangan utama terhadap penyertaan pelajar. Manakala bagi kenyataan promosi tidak menarik perhatian pula mengumpul (min 3.69/73.80%) menunjukkan hebahan aktiviti sukan masih kurang berkesan. Kaedah promosi yang lebih kreatif dan interaktif diperlukan. Kenyataan saya lebih cenderung menyertai sukan jika ia menawarkan ganjaran atau hadiah pula menunjukkan (min 4.17/83.40%). Ia mentafsirkan bahawa ganjaran merupakan faktor penarik utama bagi pelajar untuk menyertai sukan massa. Namun begitu, secara keseluruhan, objektif faktor – faktor yang mempengaruhi minat terhadap sukan massa menunjukkan pada tahap tinggi iaitu dengan skor min 3.82/76.40% merujuk Jadual 4.

Jadual 3: Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Minat Terhadap Sukan Massa

	Saya akan menyertai sukan massa jika rakan-rakan saya turut serta	Fasiliti sukan di PSA mencukupi untuk aktiviti sukan massa	Masa yang padat menghalang saya daripada menyertai sukan massa	Promosi atau hebahan tentang aktiviti sukan kurang menarik perhatian saya	Saya lebih cenderung menyertai sukan jika ia menawarkan ganjaran atau hadiah
	[6]	[7]	[8]	[9]	[10]
Min	3.37	3.57	4.26	3.69	4.17
Peratus Min	67.4	71.4	85.2	73.8	83.4
Purata Tengah	4	4	4	4	5
Sisihan Piawai	1.41	1.33	0.82	1.14	1.18
Varians	1.99	1.76	0.67	1.31	1.40



Rajah 3: Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa

4.1.3 Rumusan Data

Analisis yang dibuat menunjukkan bahawa minat pelajar terhadap sukan massa adalah tinggi.

Jadual 4: Tahap Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa Secara Keseluruhan

Objektif	Skor Min	Peratus	Tahap
Tahap Minat Pelajar Terhadap Sukan Massa	3.79	75.80	Tinggi
Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Minat Terhadap Sukan Massa	3.82	76.40	Tinggi
Keseluruhan	3.81	76.20	Tinggi

Secara keseluruhan, dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap minat pelajar PSA terhadap sukan massa berada pada tahap tinggi dengan skor min keseluruhan 3.81/76.20%. Skor ini disokong oleh dua objektif utama kajian iaitu tahap minat pelajar (skor min = 3.79/75.80%) dan faktor-faktor yang mempengaruhi minat (skor min = 3.82/76.40%) yang kedua-duanya berada pada tahap tinggi. Ini menggambarkan bahawa pelajar secara umumnya mempunyai sikap positif terhadap sukan massa adalah tinggi, penyertaan mereka masih boleh dipertingkatkan melalui strategi yang menyeluruh. Antara cadangan utama termasuklah promosi yang lebih menarik, pemberian ganjaran, penglibatan rakan sebaya dalam aktiviti berkumpul, serta penjadualan masa yang sesuai. Pelaksanaan langkah-langkah ini dapat mendorong penyertaan aktif pelajar dan mengukuhkan budaya sukan yang sihat serta inklusif di PSA.

5.0 Kesimpulan

Pelajar Politeknik Sultan Salahuddin Abdul Aziz Shah (PSA) umumnya menunjukkan minat yang tinggi terhadap sukan massa. Majoriti pelajar memberikan respons positif terhadap pernyataan yang menggambarkan penglibatan mereka dalam aktiviti sukan, kesedaran tentang manfaat kesihatan, serta kecenderungan untuk menyertai aktiviti fizikal secara berkumpul. Antara dapatan yang paling ketara ialah pelajar aktif mengikuti perkembangan aktiviti sukan di politeknik dengan nilai purata tertinggi dicatatkan bagi pernyataan tersebut. Ini menunjukkan bahawa pelajar bukan sahaja berminat, malah turut mengambil tahu dan mengikuti perkembangan sukan yang dianjurkan oleh institusi.

Selain itu, pelajar juga mengakui bahawa penyertaan dalam sukan memberi faedah kepada kesihatan, yang memperlihatkan kesedaran mereka terhadap gaya hidup sihat. Penemuan ini selari dengan kajian oleh Rahman & Ismail (2019) yang menyatakan bahawa penglibatan dalam sukan massa bukan sahaja meningkatkan tahap kecergasan, malah turut memberi kesan positif terhadap kesejahteraan emosi dan sosial pelajar di institusi pengajian tinggi. Dengan langkah yang proaktif dan inklusif, sukan massa boleh menjadi satu platform yang bukan sahaja menyihatkan, tetapi juga mengukuhkan hubungan sosial dan semangat berpasukan dalam kalangan pelajar PSA.

Rujukan

- Abu Hassan. H. F., Ilias. A., Abd Rahman. R. dan Abd Razak. M. Z. (1998). Service Quality and Student Satisfaction: A Case Study at Private Higher Education Institutions, *International Business Research*. Vol. 1, No. 3: 163-75
- Band, W. A. (1991). *Creating Value for Customers*. New York: Wiley
- Brady, M.K., & Robertson, C.J. (2001). Searching for a consensus on the antecedent role of service quality and satisfaction: An exploratory cross- national study. *Journal of Business Research*, 51 (1), 53-60.
- Choi, T. Y. dan Chu, Raymond. (2000). Levels of Satisfaction Among Asian and Western Travellers, *International Journal of Quality and Reliability Management*. 17(2): 116-131.
- Cronin, J., Taylor, S. (1992). Measuring service quality: A re-examination and extension. *Journal of Marketing*, 56, 55-68.
- Davies, B., Baron, S., Gear, T., & Read, M. (1999). Measuring and managing service quality. *Marketing Intelligence and Planning*, 17 (1), 33-40.
- Kementerian Belia dan Sukan, Malaysia. (1988). *Dasar Sukan Negara*. Kuala Lumpur: Kementerian Belia dan Sukan.
- Khoo Kay Kim. (2002, Februari). Jurulatih perlu kajian mendalam: Mengharap era baru. *Arena Bolasepak*, 56-57.
- Kotler, P. & Armstrong, G. (1999). *Principles of Marketing* 8th Ed.: Prentice Hall, International Inc.
- Kouthouris, C., & Alexandris, K. (2005). Can service quality predict customer satisfaction and behavioral intentions in the sport tourism industry? An application of the SERVQUAL model in an outdoors setting. *Journal of Sport Tourism*, 10 (2), 101-111.
- Mohd. Majid Konting. (1990). *Kaedah penyelidikan pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Murray, D., & Howat, G. (2002). The relationships among service quality, value, satisfaction, and future intentions of customers at an Australian sports and leisure centre. *Sport Management Review*, 5, 25-43.
- Oliver, R. (1997). *Satisfaction*. New York: McGraw Hill.