

Peratusan Kanak-Kanak dan Remaja yang Mengambil Bahagian dalam Program Sukan dan/atau Aktiviti Fizikal yang Dianjurkan dalam Daerah Sepang

(Percentage of Children and Adolescents Participating in Organized Sports and/or Physical Activity Programs in Sepang District)

Ainool Husaini Md Yatim¹, Denise Koh^{1*}

¹ Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, Selangor, Malaysia.

*Pengarang Koresponden: denise.koh@ukm.edu.my

Received: 3 January 2026 | Accepted: 1 April 2026 | Published: 15 April 2026

DOI: <https://doi.org/10.55057/ijares.2026.8.3.32>

Abstrak: *Kajian ini bertujuan untuk menilai tahap penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang, Selangor, mengenal pasti faktor-faktor yang mempengaruhi penyertaan, menilai kesan penyertaan terhadap perkembangan, serta mencadangkan strategi peningkatan penyertaan berdasarkan dapatan kajian. Kajian ini menggunakan reka bentuk tinjauan keratan rentas dengan pendekatan kuantitatif melibatkan 100 orang responden berusia antara 7 hingga 17 tahun yang dipilih melalui kaedah persampelan rawak berstrata. Data dikumpul menggunakan soal selidik berstruktur dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensi. Dapatan kajian menunjukkan bahawa kadar penyertaan dalam program sukan adalah menggalakkan dan melebihi purata global bagi negara membangun. Analisis turut menunjukkan bahawa sokongan ibu bapa dan faktor keseronokan merupakan pemangkin utama penyertaan, manakala kekangan masa, kos, dan akses kemudahan dikenal pasti sebagai cabaran utama. Penyertaan dalam program sukan didapati memberi kesan positif yang signifikan terhadap prestasi akademik serta kesan sederhana terhadap kemahiran sosial dan keyakinan diri, manakala tiada perbezaan signifikan penyertaan berdasarkan jantina dan status sosioekonomi. Secara keseluruhan, kajian ini mengesahkan peranan penting program sukan sebagai alat pembangunan holistik kanak-kanak dan remaja, serta menyumbang bukti empirikal bagi menyokong perancangan dan pelaksanaan dasar sukan yang inklusif dan berkesan di peringkat tempatan.*

Kata Kunci: penyertaan sukan, kanak-kanak dan remaja, aktiviti fizikal terancang, prestasi akademik

Abstract: *This study aims to assess the level of participation of children and adolescents in sports and physical activity programs planned in the Sepang district, Selangor, identify factors that influence participation, assess the impact of participation on development, and propose strategies to increase participation based on the study findings. This study uses a cross-sectional survey design with a quantitative approach involving 100 respondents aged between 7 and 17 years who were selected through stratified random sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed using descriptive and inferential statistics. The study findings show that the participation rate in sports programs is encouraging and above the global average for developing countries. The analysis also shows that parental support and*

fun factors are the main catalysts for participation, while time constraints, cost, and access to facilities are identified as the main challenges. Participation in sports programs was found to have a significant positive impact on academic performance and a moderate impact on social skills and self-confidence, while there was no significant difference in participation based on gender and socioeconomic status. Overall, this study confirms the important role of sports programs as a tool for the holistic development of children and adolescents, as well as contributing empirical evidence to support the planning and implementation of inclusive and effective sports policies at the local level.

Keywords: sports participation, children and adolescents, organized physical activity, academic performance

1. Pengenalan

Penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang merupakan isu penting dalam bidang pendidikan dan kesihatan awam kerana penglibatan tersebut terbukti memberi manfaat yang signifikan terhadap perkembangan fizikal, mental, dan sosial golongan muda (Rittsteiger et al., 2021). Walaupun aktiviti fizikal terancang berupaya menyokong kesejahteraan holistik serta membantu mengurangkan kesan psikologi negatif akibat peristiwa traumatik seperti pandemik COVID-19 (Di Martino et al., 2024), kajian terdahulu menunjukkan wujud trend penurunan penyertaan dalam sukan yang dianjurkan oleh kelab, khususnya dalam kalangan remaja (Gregory et al., 2022). Sebagai contoh, kajian di Sweden melaporkan bahawa hanya sekitar 52% hingga 64% remaja berumur 15 hingga 18 tahun menyertai sukan anjuran kelab, berbanding 70% hingga 88% yang memilih penyertaan secara sendiri, mencerminkan perubahan corak penglibatan belia dalam aktiviti fizikal (Gothilander et al., 2024). Selain itu, faktor seperti status sosioekonomi keluarga dan isu kesihatan fizikal kronik turut dikenal pasti mempengaruhi tahap penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam aktiviti sukan terancang (Rittsteiger et al., 2021; Gregory et al., 2022). Dalam konteks global yang lebih luas, pandemik COVID-19 telah memberi kesan ketara terhadap penyertaan belia dalam aktiviti sukan, yang ditunjukkan melalui penurunan signifikan kecederaan berkaitan sukan sebagai refleksi kepada pengurangan penglibatan fizikal (Oganezova et al., 2022). Oleh itu, pemahaman yang jelas terhadap corak penyertaan semasa serta faktor-faktor yang mempengaruhinya adalah penting bagi merangka strategi berkesan untuk meningkatkan penglibatan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang.

2. Sorotan Literatur

Kajian terdahulu menunjukkan bahawa penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam aktiviti sukan dan fizikal terancang dipengaruhi oleh gabungan faktor individu, keluarga, dan persekitaran. Dari sudut individu, motivasi intrinsik seperti keseronokan dan minat, serta persepsi kecekapan diri dikenal pasti sebagai pemangkin utama kepada penyertaan berterusan dalam sukan, di mana individu yang yakin terhadap kebolehan diri mereka lebih cenderung untuk terlibat secara aktif dan konsisten (Mohd Syukri, 2018). Faktor keluarga pula memainkan peranan penting melalui status sosioekonomi dan sokongan sosial, di mana kekangan kewangan boleh menghadkan akses kepada program sukan berbayar, manakala galakan daripada ibu bapa, rakan sebaya, dan jurulatih dapat meningkatkan keyakinan serta motivasi kanak-kanak dan remaja untuk kekal aktif dalam aktiviti sukan (Khadir et al., 2013; Mohd Syukri, 2018). Selain itu, faktor persekitaran seperti kemudahan, kualiti, dan

kepelbagaian kemudahan sukan turut mempengaruhi tahap penyertaan, dengan kemudahan yang selamat dan diselenggara dengan baik didapati mampu menarik minat masyarakat untuk terlibat secara berterusan dalam aktiviti fizikal (Hikihara et al., 2017).

Dari aspek kesan penyertaan, literatur secara konsisten melaporkan bahawa penglibatan dalam sukan dan aktiviti fizikal terancang memberikan manfaat menyeluruh terhadap perkembangan fizikal, mental, sosial, dan akademik kanak-kanak serta remaja. Penyertaan aktif dalam sukan membantu meningkatkan tahap kesihatan fizikal, mengurangkan risiko penyakit kronik, serta menyokong perkembangan kekuatan otot dan daya tahan kardiovaskular (Spruijtenburg et al., 2022). Pada masa yang sama, aktiviti fizikal terancang turut memberi kesan positif terhadap kesejahteraan mental dengan mengurangkan gejala kemurungan dan kebimbangan, selain meningkatkan harga diri dan kemahiran sosial melalui interaksi berpasukan (Hikihara et al., 2017). Dari sudut akademik, kajian menunjukkan bahawa penyertaan dalam sukan berkait rapat dengan peningkatan fungsi kognitif, daya tumpuan, dan prestasi akademik, di mana disiplin serta etika kerja yang dipelajari melalui aktiviti sukan dapat diterjemahkan secara positif dalam konteks pembelajaran formal (Chear et al., 2018). Keseluruhannya, dapatan literatur ini menyokong kerangka teori pembelajaran sosial, kognitif, dan ekologi yang menegaskan bahawa penyertaan dalam aktiviti sukan adalah hasil interaksi dinamik antara faktor individu, sosial, dan persekitaran (Bandura, 1977; Piaget, 1952; Bronfenbrenner, 1979).

3. Pernyataan Masalah

Daerah Sepang merupakan daerah terkecil di negeri Selangor dengan bilangan sekolah rendah dan menengah yang terhad, iaitu sebanyak 35 buah sekolah rendah dan sembilan buah sekolah menengah (PPD Sepang). Dalam konteks perbandaran, penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang berpotensi berdepan dengan pelbagai cabaran, khususnya persaingan daripada hiburan perbandaran yang lebih mudah diakses dan menarik minat golongan muda. Persekitaran bandar lazimnya menyediakan alternatif hiburan seperti pusat membeli-belah dan pawagam yang boleh mengurangkan kecenderungan serta masa yang diperuntukkan untuk penyertaan dalam aktiviti sukan dan fizikal terancang, selari dengan dapatan kajian terdahulu yang melaporkan penurunan penyertaan belia dalam sukan terancang di kawasan bandar (Gregory et al., 2022).

Selain itu, kekangan masa akibat jadual akademik yang semakin padat dan tekanan pencapaian akademik turut menjadi faktor penghalang kepada penyertaan dalam aktiviti sukan terancang. Keutamaan terhadap komitmen akademik sering menyebabkan aktiviti fizikal diletakkan, walaupun aktiviti tersebut penting untuk menyokong perkembangan holistik kanak-kanak dan remaja (Rittsteiger et al., 2021). Di samping itu, tahap kesedaran yang rendah dalam kalangan kanak-kanak, remaja, dan ibu bapa mengenai kepentingan serta peluang penyertaan dalam program sukan terancang, termasuk kekurangan promosi yang berkesan, boleh menghadkan penglibatan dalam aktiviti tersebut. Oleh itu, kajian ini dijalankan untuk mengenal pasti faktor-faktor yang mempengaruhi penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang bagi membantu pihak sekolah dan pihak berkepentingan merangka penambahbaikan program yang lebih berkesan pada masa hadapan.

4. Tujuan Kajian

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti peratusan penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang, mengkaji faktor-faktor

yang mempengaruhi penyertaan tersebut, menilai kesan penyertaan terhadap perkembangan fizikal, mental, dan sosial, serta mencadangkan strategi berasaskan dapatan kajian bagi meningkatkan penglibatan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal terancang.

5. Hipotesis Kajian

Ho₁ Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status sosioekonomi keluarga dengan tahap penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang.

Ho₂ Tidak terdapat perbezaan yang signifikan dalam tahap penyertaan antara kanak-kanak dan remaja lelaki berbanding perempuan dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang.

Ho₃ Tidak terdapat hubungan yang positif antara tahap penyertaan dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang dengan prestasi akademik kanak-kanak dan remaja di daerah Sepang.

6. Metodologi Kajian

Kajian ini menggunakan reka bentuk tinjauan keratan rentas dengan pendekatan kuantitatif bagi mengkaji peratusan penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang, Selangor. Populasi kajian terdiri daripada kanak-kanak dan remaja berusia 7 hingga 17 tahun, dan kaedah persampelan rawak berstrata digunakan dengan pembahagian kepada dua kumpulan utama iaitu pelajar sekolah rendah dan pelajar sekolah menengah. Saiz sampel ditentukan menggunakan formula Krejcie dan Morgan, dengan seramai 100 orang responden terlibat dalam kajian ini. Pengumpulan data dijalankan melalui edaran soal selidik di sekolah-sekolah terpilih selepas memperoleh kelulusan daripada pihak berkaitan, dan responden diberikan penerangan yang jelas sebelum pengisian soal selidik dijalankan.

Instrumen kajian berbentuk soal selidik yang dibangunkan berdasarkan kajian literatur dan objektif kajian, merangkumi maklumat demografi, status dan kekerapan penyertaan, faktor-faktor yang mempengaruhi penyertaan, serta kesan penyertaan terhadap perkembangan fizikal, mental, dan sosial. Item-item kajian diukur menggunakan Skala Likert lima mata, dan kebolehpercayaan instrumen ditentukan melalui kajian rintis menggunakan pekali alpha Cronbach. Data dianalisis menggunakan perisian SPSS dengan melibatkan analisis deskriptif seperti frekuensi, peratusan, min, dan sisihan piawai, serta analisis inferensi termasuk ujian-t, ANOVA, dan korelasi Pearson bagi menguji hipotesis dan hubungan antara pembolehubah kajian.

7. Dapatan Kajian

7.1 Profil Responden dan Status Penyertaan Program Sukan

Dapatan kajian menunjukkan bahawa taburan responden adalah hampir seimbang dari segi jantina, dengan 54% terdiri daripada perempuan dan 46% lelaki. Dari aspek pendidikan, majoriti responden merupakan pelajar sekolah menengah berusia 13 hingga 17 tahun, manakala selebihnya terdiri daripada pelajar sekolah rendah berusia 7 hingga 12 tahun, dengan purata

umur keseluruhan responden adalah 12.25 tahun. Latar belakang sosioekonomi keluarga menunjukkan kepelbagaian, di mana responden daripada keluarga berpendapatan sederhana merupakan kumpulan terbesar, diikuti oleh keluarga berpendapatan tinggi dan rendah. Dari segi status penyertaan, lebih separuh responden dilaporkan menyertai program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang, manakala sebahagian lagi tidak terlibat dalam sebarang program, menunjukkan tahap penyertaan yang sederhana dalam kalangan kanak-kanak dan remaja di daerah Sepang.

Jadual 1: Profil Responden dan Status Penyertaan Program Sukan (N = 100)

Ciri Demografi	Kategori	Kekerapan (n)	Peratus (%)
Jantina	Lelaki	46	46
	Perempuan	54	54
Tahap Pendidikan	Sekolah Rendah (7–12 tahun)	44	44
	Sekolah Menengah (13–17 tahun)	56	56
Umur	Min = 12.25, SD = 3.279	–	–
Pendapatan Keluarga	Bawah RM1500	30	30
	RM1501–3000	37	37
	RM5001 ke atas	33	33
Status Penyertaan	Menyertai	63	63
	Tidak Menyertai	37	37

7.2 Penyertaan Program Sukan Mengikut Ciri Demografi

Dapatan kajian menunjukkan bahawa kadar penyertaan adalah sama bagi responden lelaki dan perempuan, iaitu masing-masing sebanyak 63.0%, manakala 37.0% bagi kedua-dua jantina tidak menyertai program sukan. Dari segi tahap pendidikan, pelajar sekolah rendah mencatatkan kadar penyertaan yang lebih tinggi iaitu 68.2%, berbanding pelajar sekolah menengah dengan kadar penyertaan sebanyak 58.9%, manakala masing-masing mencatatkan kadar tidak menyertai sebanyak 31.8% dan 41.1%. Analisis berdasarkan pendapatan keluarga menunjukkan bahawa responden daripada keluarga berpendapatan tinggi (RM5001 ke atas) mencatatkan kadar penyertaan tertinggi iaitu 72.7% dan kadar tidak menyertai sebanyak 27.3%, diikuti oleh keluarga berpendapatan rendah dengan kadar penyertaan 60.0% dan tidak menyertai 40.0%. Sebaliknya, responden daripada keluarga berpendapatan sederhana menunjukkan kadar penyertaan terendah iaitu 56.8%, dengan 43.2% tidak menyertai program sukan. Dapatan ini menunjukkan bahawa tahap pendidikan dan latar belakang sosioekonomi berpotensi mempengaruhi tahap penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang.

Jadual 2: Kadar Penyertaan Program Sukan Mengikut Ciri Demografi

Ciri Demografi	Kategori	Menyertai (%)	Tidak Menyertai (%)
Jantina	Lelaki	63.0	37.0
	Perempuan	63.0	37.0
Tahap Pendidikan	Sekolah Rendah	68.2	31.8
	Sekolah Menengah	58.9	41.1
Pendapatan Keluarga	Bawah RM1500	60.0	40.0
	RM1501–3000	56.8	43.2
	RM5001 ke atas	72.7	27.3

7.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyertaan Program Sukan

Dapatan kajian menunjukkan bahawa tiada perbezaan yang signifikan antara peserta dan bukan peserta bagi kesemua faktor yang dikaji. Bagi faktor keseronokan, seramai 47.6% peserta dan 45.9% bukan peserta menyatakan persetujuan, manakala masing-masing 52.4% dan 54.1% tidak bersetuju, dengan nilai χ^2 menunjukkan keputusan tidak signifikan. Faktor sokongan ibu bapa turut menunjukkan corak yang hampir sama, di mana 57.1% peserta dan 54.1% bukan peserta bersetuju bahawa sokongan ibu bapa mempengaruhi penyertaan, manakala 42.9% peserta dan 45.9% bukan peserta tidak bersetuju. Dari segi akses kemudahan, majoriti peserta (65.1%) dan bukan peserta (56.8%) melaporkan ketidaksetujuan, manakala hanya 34.9% peserta dan 43.2% bukan peserta bersetuju. Bagi faktor pengaruh rakan, 38.1% peserta dan 32.4% bukan peserta bersetuju, manakala selebihnya tidak bersetuju. Faktor kos berpatutan menunjukkan 44.4% peserta dan 35.1% bukan peserta bersetuju, manakala 55.6% peserta dan 64.9% bukan peserta tidak bersetuju. Bagi faktor masa mencukupi, hanya 36.5% peserta dan 40.5% bukan peserta bersetuju, manakala majoriti peserta (63.5%) dan bukan peserta (59.5%) menyatakan kekangan masa. Keseluruhannya, nilai p bagi semua faktor adalah melebihi 0.05, menunjukkan bahawa faktor-faktor ini tidak membezakan secara signifikan antara kumpulan peserta dan bukan peserta dalam penyertaan program sukan.

Jadual 3: Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyertaan Berdasarkan Status Penyertaan (N = 100)

Faktor	Status Penyertaan	Tidak Setuju n (%)	Setuju n (%)	χ^2 (p)	Interpretasi
Keseronokan	Peserta	52.4	47.6	1	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	54.1	45.9		
Sokongan Ibu Bapa	Peserta	42.9	57.1	0.927	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	45.9	54.1		
Akses Kemudahan	Peserta	65.1	34.9	0.539	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	56.8	43.2		
Pengaruh Rakan	Peserta	61.9	38.1	0.723	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	67.6	32.4		
Kos Berpatutan	Peserta	55.6	44.4	0.482	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	64.9	35.1		
Masa Mencukupi	Peserta	63.5	36.5	0.851	Tidak signifikan
	Bukan Peserta	59.5	40.5		

7.4 Kesan Penyertaan Program Sukan Terhadap Perkembangan Kanak-kanak dan Remaja

Dapatan kajian menunjukkan bahawa terdapat perbezaan yang signifikan antara peserta dan bukan peserta bagi beberapa aspek perkembangan. Dari segi prestasi akademik, seramai 66.7% peserta melaporkan kesan positif berbanding hanya 27.0% bukan peserta, dengan perbezaan yang sangat signifikan secara statistik ($p < 0.001$). Aspek kemahiran sosial juga menunjukkan perbezaan yang signifikan, di mana 65.1% peserta bersetuju bahawa penyertaan memberi kesan positif berbanding 40.5% dalam kalangan bukan peserta ($p = 0.029$). Bagi kesihatan fizikal dan keyakinan diri, peratusan persetujuan dalam kalangan peserta adalah lebih tinggi iaitu masing-masing 65.1% berbanding 43.2% dalam kalangan bukan peserta, namun perbezaan ini hanya mencapai tahap hampir signifikan ($p = 0.055$). Sebaliknya, aspek pengurusan tekanan tidak menunjukkan perbezaan yang signifikan antara kedua-dua kumpulan, walaupun majoriti peserta (63.5%) dan bukan peserta (54.1%) melaporkan persepsi positif. Secara keseluruhan, dapatan ini menunjukkan bahawa penyertaan dalam program sukan memberi kesan yang ketara terhadap perkembangan akademik dan sosial kanak-kanak dan remaja.

Jadual 4: Analisis Kesan Penyertaan Program Sukan Terhadap Perkembangan Kanak-kanak dan Remaja

Aspek Perkembangan	Peserta (% Setuju)	Bukan Peserta (% Setuju)	χ^2 (p)	Interpretasi
Kesihatan Fizikal	65.1	43.2	0.055	Hampir signifikan
Urus Tekanan	63.5	54.1	0.472	Tidak signifikan
Kemahiran Sosial	65.1	40.5	0.029*	Signifikan
Prestasi Akademik	66.7	27	<0.001***	Sangat signifikan
Keyakinan Diri	65.1	43.20	0.055	Hampir signifikan

7.5 Cadangan Strategi Peningkatan Penyertaan Program Sukan

Dapatan kajian menunjukkan bahawa tahap penyertaan yang sederhana, iaitu 63%, mencerminkan masih terdapat sebahagian besar kanak-kanak dan remaja yang tidak terlibat dalam program sukan, sekali gus memerlukan penambahbaikan dari segi perancangan dan pelaksanaan program. Kekangan akses kepada kemudahan sukan dikenal pasti sebagai salah satu halangan utama penyertaan, manakala faktor masa dan kos turut menghadkan penglibatan dalam aktiviti fizikal terancang. Walaupun sokongan ibu bapa berada pada tahap sederhana hingga tinggi, potensi pengaruh keluarga masih belum dimanfaatkan sepenuhnya dalam menggalakkan penyertaan. Selain itu, dapatan menunjukkan kesan penyertaan yang kuat terhadap prestasi akademik, menandakan bahawa aktiviti sukan bukan sahaja menyumbang kepada kesihatan fizikal dan sosial, malah memberi nilai tambah kepada pencapaian pendidikan. Oleh itu, cadangan strategi yang dikemukakan menumpukan kepada pengembangan program sukan komuniti berjadual, penyediaan kemudahan sukan awam yang lebih mudah diakses, pelaksanaan program percuma atau berkos rendah selepas waktu sekolah, penglibatan aktif keluarga melalui program sukan berasaskan keluarga, serta integrasi aktiviti fizikal dengan pembelajaran akademik bagi meningkatkan penyertaan secara menyeluruh dan berterusan.

Jadual 5: Cadangan Strategi Peningkatan Penyertaan Berdasarkan Dapatan Kajian

Isu Utama Berdasarkan Dapatan	Implikasi Kajian	Cadangan Strategi
Penyertaan sederhana (63%)	Masih ramai tidak terlibat	Menambah program sukan komuniti berjadual
Kekangan akses kemudahan	Halangan penyertaan	Menambah kemudahan sukan awam di kawasan perumahan
Kekangan masa dan kos	Penyertaan terhad	Program percuma / kos rendah selepas waktu sekolah
Sokongan ibu bapa sederhana tinggi	Potensi pengaruh keluarga	Program sukan berasaskan keluarga
Kesan kuat terhadap prestasi akademik	Nilai tambah pendidikan	Integrasi aktiviti fizikal dengan pembelajaran akademik

7.6 Ringkasan Keputusan Pengujian Hipotesis

Jadual 6 membentangkan ringkasan keputusan pengujian hipotesis kajian berdasarkan analisis statistik yang dijalankan bagi menilai hubungan dan perbezaan antara pembolehubah utama kajian.

Jadual 6: Ringkasan Hipotesis Kajian

Hipotesis	Ujian Statistik	Nilai p	Keputusan	Status
H ₁ : Status sosioekonomi vs penyertaan	Chi-square	0.355	Terima H ₀	Tidak signifikan
H ₂ : Jantina vs penyertaan	Independent t-test	0.552	Terima H ₀	Tidak signifikan

H ₃ : Penyertaan vs prestasi akademik	Korelasi Pearson	0	Tolak H ₀	Signifikan
--	------------------	---	----------------------	------------

8. Perbincangan

8.1 Tahap Penyertaan Kanak-kanak dan Remaja

Dapatan kajian menunjukkan bahawa kadar penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang adalah menggalakkan dan melebihi purata global bagi negara membangun (Aubert et al., 2022), mencerminkan kewujudan infrastruktur serta sokongan yang relatif baik. Kedudukan strategik Sepang yang berhampiran dengan Kuala Lumpur berkemungkinan menyumbang kepada akses yang lebih luas terhadap kemudahan dan program sukan berkualiti. Walau bagaimanapun, perbezaan kadar penyertaan antara pelajar sekolah rendah dan sekolah menengah menunjukkan trend penurunan penyertaan apabila umur meningkat, yang boleh dikaitkan dengan tekanan akademik yang lebih tinggi dalam kalangan pelajar sekolah menengah serta perubahan keutamaan perkembangan remaja (Marker et al., 2018).

8.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyertaan

Perbincangan dapatan menunjukkan bahawa sokongan ibu bapa dan keseronokan merupakan faktor penting dalam mempengaruhi penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam aktiviti sukan, selari dengan Teori Pembelajaran Sosial Bandura yang menekankan peranan model peranan dan sokongan sosial dalam pembentukan tingkah laku (Bandura et al., 2015). Faktor keseronokan pula menyokong Teori Penentuan Kendiri yang menegaskan kepentingan motivasi intrinsik dalam mengekalkan penglibatan jangka panjang dalam aktiviti fizikal (Vasconcellos et al., 2020). Selain itu, hubungan negatif yang signifikan antara kos dan masa mencerminkan dilema praktikal yang dihadapi oleh keluarga, di mana kekangan kewangan dan kekangan masa bertindak sebagai halangan alternatif kepada penyertaan, sekali gus menunjukkan keperluan pendekatan program sukan yang lebih fleksibel dan inklusif (Rodrigues et al., 2019).

8.3 Kesan Penyertaan terhadap Perkembangan

Kesan penyertaan sukan yang paling ketara adalah terhadap prestasi akademik, dengan saiz kesan yang besar, menunjukkan bahawa aktiviti fizikal yang terancang memberi manfaat signifikan terhadap fungsi kognitif, tumpuan, dan pencapaian akademik (Biddle & Batterham, 2015). Selain itu, penyertaan sukan turut memberi kesan sederhana terhadap perkembangan kemahiran sosial dan keyakinan diri, menandakan peranan sukan sebagai medium pembelajaran sosial yang berkesan. Interaksi dalam persekitaran berpasukan membantu kanak-kanak dan remaja membangunkan kemahiran komunikasi, kerjasama, dan penyelesaian konflik, di samping meningkatkan efikasi sendiri melalui pengalaman pencapaian yang positif (Lubans et al., 2021).

8.4 Analisis Pengujian Hipotesis

Secara keseluruhan, pengujian hipotesis menunjukkan bahawa penyertaan sukan di daerah Sepang adalah relatif saksama merentas jantina dan status sosioekonomi, selari dengan perubahan norma sosial dan akses yang lebih inklusif terhadap aktiviti fizikal (Okely et al., 2021). Walaupun status sosioekonomi tidak menunjukkan hubungan langsung dengan penyertaan, analisis lanjut mendedahkan pertukaran antara kekangan kos dan masa yang mempengaruhi keputusan keluarga (Rodrigues et al., 2019). Sebaliknya, hubungan positif yang signifikan antara penyertaan sukan dan prestasi akademik mengesahkan peranan aktiviti fizikal sebagai pemangkin pembangunan kognitif, disiplin diri, dan kemahiran pengurusan masa yang

memberi kesan langsung kepada pembelajaran akademik (Chear et al., 2018). Dapatan ini menegaskan kepentingan sukan sebagai alat pembangunan holistik kanak-kanak dan remaja, walaupun kekangan data mengehendkan pengujian hipotesis berkaitan lokasi sekolah.

9. Kesimpulan

Secara keseluruhan, kajian ini berjaya mencapai semua objektif yang ditetapkan dengan menunjukkan bahawa kadar penyertaan kanak-kanak dan remaja dalam program sukan dan aktiviti fizikal yang dirancang di daerah Sepang adalah menggalakkan dan melebihi purata global, sekali gus mencerminkan asas yang kukuh bagi pembangunan sukan di Malaysia. Sokongan ibu bapa dan faktor keseronokan dikenal pasti sebagai pemangkin utama penyertaan, menekankan keperluan pendekatan holistik yang melibatkan keluarga dalam mempromosikan penglibatan sukan. Dapatan kajian turut mengesahkan bahawa penyertaan dalam program sukan memberi kesan positif yang signifikan terhadap prestasi akademik, kemahiran sosial, dan keyakinan diri, sekali gus mengukuhkan peranan sukan sebagai alat pembangunan holistik kanak-kanak dan remaja. Kesaksamaan penyertaan tanpa perbezaan signifikan berdasarkan jantina dan status sosioekonomi pula mencerminkan keberkesanan dasar sukan yang inklusif, manakala sumbangan kajian ini terhadap literatur tempatan menyediakan bukti empirikal yang menyokong pelaburan berterusan dalam program sukan sebagai strategi pembangunan generasi muda di Malaysia.

Penghargaan

Penulis merakamkan setinggi-tinggi penghargaan dan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kerjasama dan sokongan dalam pelaksanaan kajian ini, khususnya pihak sekolah, responden kajian, serta individu yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam proses pengumpulan data dan pelaksanaan penyelidikan.

Pembiayaan

Kajian ini tidak menerima sebarang pembiayaan daripada mana-mana pihak.

Konflik Kepentingan

Para penulis mengisytiharkan bahawa tiada konflik kepentingan wujud dalam pelaksanaan dan pelaporan kajian ini.

Rujukan

- Aubert, S., Barnes, J. D., Demchenko, I., Hawthorne, M., Abdeta, C., Abi Nader, P., ... Tremblay, M. S. (2022). Global matrix 4.0 physical activity report card grades for children and adolescents: Results and analyses from 57 countries. *Journal of Physical Activity and Health, 19*(11), 700–728. <https://doi.org/10.1123/jpah.2022-0456>
- Badura, P., Geckova, A. M., Sigmundova, D., van Dijk, J. P., & Reijneveld, S. A. (2015). When children play, they feel better: Organized activity participation and health in adolescents. *BMC Public Health, 15*(1), 1090. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2427-5>
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Biddle, S. J. H., & Batterham, A. M. (2015). High-intensity interval exercise training for public health: A big HIT or shall we HIT it on the head? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 12*(1), 95. <https://doi.org/10.1186/s12966-015-0254-9>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.

- Chear, S. L. S., Mohd, M. I., & Hamzah, S. H. (2018). Kepentingan aktiviti fizikal dalam membina personaliti dan meningkatkan prestasi akademik. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 7(1), 21–33. <https://doi.org/10.37134/jsspj.vol7.1.3.2018>
- Di Martino, G., Centorbi, M., Buonsenso, A., Fiorilli, G., Della Valle, C., Calcagno, G., Iuliano, E., & di Cagno, A. (2024). Post-traumatic stress disorder four years after the COVID-19 pandemic in adolescents with different levels of physical activity engagement: A repeated cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), 975. <https://doi.org/10.3390/ijerph21080975>
- Gothilander, J., Almqvist, L., Eriksson, C., & Fritz, J. (2024). Trends in patterns of participation in club-organized and self-organized sports in Swedish adolescents in 2013–2019. *European Journal of Public Health*, 34(Suppl 2), ckae114.266. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckae114.266>
- Gregory, K. A., King, K. A., Vidourek, R. A., & Merianos, A. L. (2022). Physical pain and participation in organized activities among U.S. adolescents. *Health Behavior Research*, 5(3), Article 13. <https://doi.org/10.4148/2572-1836.1145>
- Hikihara, Y., Watanabe, M., Kawakatsu, S., & Ishii, K. (2017). Benefits of organized sports participation and voluntary outdoor play in children and adolescents based on evidence-related health outcomes. *Japanese Journal of Physical Fitness and Sports Medicine*, 67(1), 83–98. <https://doi.org/10.7600/jspfsm.67.83>
- Khadir, M. S. A., Tajudin, A. S. A., & Tan, K. (2013). Faktor mempengaruhi tahap kecergasan dalam kalangan remaja dan kanak-kanak di kawasan bandar dan luar bandar: Kajian ulasan. *Jurnal Sains Sukan & Pendidikan Jasmani*, 2(1), 17–23. <https://ojs.upsi.edu.my/index.php/JSSPJ/article/view/590>
- Lubans, D. R., Plotnikoff, R. C., & Lubans, N. J. (2012). A systematic review of the impact of physical activity programmes on social and emotional well-being in at-risk youth. *Child and Adolescent Mental Health*, 17(1), 2–13. <https://doi.org/10.1111/j.1475-3588.2011.00623.x>
- Marker, A. M., Steele, R. G., & Noser, A. E. (2018). Physical activity and health-related quality of life in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Health Psychology*, 37(10), 893–903. <https://doi.org/10.1037/hea0000653>
- Mohd Syukri, Z. A. (2018). *Psikoterapi zikir dalam meningkatkan motivasi kanak-kanak autistik* (Tesis kedoktoran tidak diterbitkan). Universiti Malaya.
- Oganezova, K., Houlihan, N., Maguire, K. J., Lawrence, J. T., Ganley, T. J., & Williams, B. A. (2022). Quantifying the impact of the COVID-19 pandemic on youth sports-related injuries. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 10(5 Suppl 2), 2325967121S00444. <https://doi.org/10.1177/2325967121S00444>
- Okely, A. D., Kontsevaya, A., Ng, J., & Abdeta, C. (2021). 2020 WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *Sports Medicine and Health Science*, 3(2), 115–118. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2021.05.001>
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. International Universities Press.
- Rittsteiger, L., Hinz, T., Oriwol, D., Wäsche, H., Santos-Hövenner, C., & Woll, A. (2021). Sports participation of children and adolescents in Germany: Disentangling the influence of parental socioeconomic status. *BMC Public Health*, 21(1), 1446. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11401-0>
- Rodrigues, D., Padez, C., & Machado-Rodrigues, A. M. (2019). Parental perception of barriers to children's participation in sports: Biological, social, and geographic correlates of Portuguese children. *Journal of Physical Activity and Health*, 16(8), 595–600. <https://doi.org/10.1123/jpah.2018-0477>

- Spruijtenburg, G. E., van Abswoude, F., Platvoet, S., de Niet, M., Bekhuis, H., & Steenbergen, B. (2022). Factors related to adolescents' participation in organized sports. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 15872. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315872>
- Vasconcellos, D., Parker, P. D., Hilland, T., Cinelli, R., Owen, K. B., Kapsal, N., ... Lonsdale, C. (2020). Self-determination theory applied to physical education: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Educational Psychology*, 112(7), 1444–1469. <https://doi.org/10.1037/edu0000420>