

## **Meningkatkan Kemahiran Fizikal Tangan dan Mata Dalam Kalangan Murid Berkeperluan Pendidikan Khas Melalui Program Pembangunan Sukan Stacking**

Jamaliah binti Hassan

Sekolah Kebangsaan Kampong Gelam, Melaka  
*jamaliahhassan72@gmail.com*

### **ABSTRAK**

Sukan Stacking merupakan sukan individu dan berpasukan yang memerlukan pemain menyusun 9 atau 12 cawan secara bertingkat dalam masa terpantas. Program Pembangunan Sukan Stacking telah dilaksanakan di Program Pendidikan Khas Integrasi (PPKI) SK Kampong Gelam Melaka, bagi mencungkil bakat murid dalam sukan stacking untuk di ketengahkan di peringkat sekolah seterusnya ke peringkat yang lebih tinggi. Di samping itu program ini juga untuk meningkatkan kemahiran fizikal Murid Berkeperluan Pendidikan Khas (MBPK) seperti koordinasi mata-tangan, kepantasan dan fokus. Ia juga dapat meningkatkan keyakinan diri, kerja berpasukan dan semangat kesukaran yang baik. Kegagalan menguasai kemahiran-kemahiran tersebut akan menyebabkan murid kurang berkeyakinan dan tidak boleh bermain sukan stacking dengan baik. Tujuan Program Pembangunan Sukan Stacking ini ialah untuk memberi pemahaman dan latihan secara bersistematik kepada MBPK. Fokus Program Pembangunan Sukan Stacking ini ialah untuk melihat bagaimana murid Pendidikan Khas dapat menguasai permainan ini dengan betul dan pantas. Kumpulan sasaran program ini ialah seramai 17 orang MBPK di Sekolah Kebangsaan Kampong Gelam, Melaka pada tahun 2021. Data yang dikumpul dalam pelaksanaan program pembangunan ini adalah melalui keputusan pertandingan yang telah dijalankan. Dapatan data daripada program yang telah dijalankan menunjukkan pelaksanaan program ini telah berjaya meningkatkan keyakinan dan kemahiran MBPK dalam sukan stacking serta dapat melahirkan bakat baharu dalam Sukan Stacking di negeri Melaka dan Malaysia.

**Kata kunci :** Sukan Stacking, Murid Berkeperluan Pendidikan Khas (MBPK), Program Pembangunan

---

### **Pengenalan Amalan Terbaik**

Di sekolah, sama ada sekolah rendah atau sekolah menengah, murid-murid bermasalah pembelajaran perlu mengambil bahagian dalam aktiviti pendidikan jasmani dan kokurikulum di samping belajar di dalam kelas dengan pengajaran bercorak individu. Permainan dan sukan merupakan salah satu bidang utama dalam sukanataan mata pelajaran Pendidikan Jasmani, justeru itu pelajar-pelajar sekolah harus belajar kemahiran asas permainan dan sukan. Memandangkan kemahiran fizikal tangan dan mata sangat penting dalam sukan stacking, satu program bagi meningkatkan kemahiran tersebut telah dilaksanakan iaitu Program Pembangunan Sukan Stacking. Program Pembangunan Sukan Stacking merupakan salah satu program yang telah dirangka secara terancang bertujuan untuk

mencungkil potensi dan bakat, memberi pemahaman dan latihan secara bersistematik kepada MBPK di SK Kampong Gelam. Melalui program ini, latihan intervensi yang bersistematik diberi kepada murid bagi meningkatkan dan mengukuhkan kemahiran fizikal mereka. Sukan ini tidak membakar satu tan kalori tetapi memerlukan pergerakan tangan dan lengan yang sangat cepat. Menurut Tan Teck Bee & Loh Sau Cheong. (2007), matlamat intervensi adalah untuk membantu murid-murid berkeperluan khas memaksimumkan peluang pembelajaran. Oleh itu program intervensi yang dirancang harus berdasarkan kebolehan dan keperluan individu.

### **Justifikasi Amalan Terbaik**

Tercetusnya idea untuk melaksanakan Program Pembangunan Sukan Stacking dalam amalan terbaik ini adalah setelah diteliti sukan stacking sangat sesuai untuk dijadikan sukan dominan bagi MBPK di SK Kampong Gelam. Sukan ini memerlukan kemahiran fizikal tangan dan mata yang tinggi dan cekap. Pergerakan tangan dan mata perlu berlaku seiring semasa permainan ini berlangsung. Oleh itu, semua pemain sukan stacking perlu mempunyai kecekapan dan kemahiran fizikal tangan dan mata sebelum menjadi pemain yang hebat. Bagi melahirkan pemain sukan stacking yang cekap, kemahiran-kemahiran tersebut perlu ada pada setiap pemain, tetapi kemahiran fizikal tangan dan pengamatan mata sangat rendah di kalangan pemain sukan stacking di SK Kampong Gelam.

Memandangkan kelemahan fizikal tangan dan mata dalam kalangan murid pendidikan khas, maka salah satu cara terbaik dan mudah telah difikirkan untuk murid pendidikan khas tersebut untuk menjadi lebih cekap dan mahir semasa bermain sukan stacking iaitu dengan latihan yang bersistematik. Apabila meninjau kekuatan yang ada pada murid yang lemah ini, secara keseluruhannya mereka hanya mampu untuk bermain disiplin 3-3-3 dan 3-6-3 secara berterusan, tetapi agak sukar untuk meneruskan ke disiplin seterusnya kerana lemah dalam kemahiran fizikal tangan dan mata. Mereka akan rasa bosan, malas dan kurang berupaya untuk meneruskan permainan. Kegagalan mereka meneruskan permainan akan memberi impak yang besar sekiranya mereka mewakili sekolah dalam pertandingan sukan stacking.

Oleh demikian dengan menggunakan kekuatan yang mereka ada, usaha mencipta satu kaedah / teknik yang mudah difahami untuk membantu mereka meningkatkan kemahiran fizikal tangan dan mata dalam permainan sukan stacking. Program ini hanyalah melibatkan semua kemahiran dan disiplin sukan stacking melalui kaedah teori dan amali kepada semua murid.

### **Objektif Pelaksanaan**

Objektif pelaksanaan amalan terbaik ini ialah:

1. Mencungkil bakat dalam kalangan murid dalam sukan stacking untuk diketengahkan di peringkat sekolah seterusnya ke peringkat yang lebih tinggi.
2. Mengembangkan kemahiran psikomotor seperti koordinasi mata-tangan.

## Amalan Terbaik yang Dilaksanakan

Sebelum Pembangunan Sukan Stacking ini dijalankan, terlebih dahulu perancangan yang teliti telah dibuat supaya aktiviti yang dirancang dapat dilaksanakan dengan lancar. Dengan itu, matlamat program ini dapat dicapai dengan betul dan tepat. Rentetan daripada itu, rujukan yang berkaitan dengan sukan stacking ini telah dibuat dan juga keberkesanan intervensi-intervensi bagi membolehkan amalan ini dilaksanakan dengan berkesan. Latihan yang bersistematik dijalankan sebagai intervensi amalan dalam mengatasi masalah tersebut. Berikut merupakan perancangan tindakan dalam melaksanakan amalan terbaik ini.

### a. Subjek Amalan Terbaik

Program ini melibatkan 17 orang murid Pendidikan Khas Kelas Pembelajaran, SK Kampong Gelam. Mereka berumur antara 7 hingga 12 tahun yang terdiri daripada 5 orang murid perempuan dan 12 orang murid lalaki. Mereka terdiri daripada murid bermasalah pembelajaran, lewat perkembangan, Austisme dan ADHD. Mereka adalah sihat dari segi fizikal dan tidak menghadapi masalah dalam penglihatan dan pendengaran.

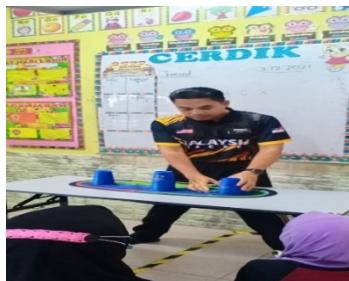
### b. Lokasi dan Masa Latihan.

Program ini dijalankan selama 5 hari waktu persekolahan bermula dari jam 8.00 pagi sehingga 1 petang. Program ini dijalankan di Program Pendidikan Khas Integrasi, SK Kampong Gelam, Melaka. Kelas Pendidikan Khas dipilih kerana mempunyai kemudahan peralatan yang diperlukan untuk menjalankan aktiviti.

### c. Perancangan Tindakan Amalan Terbaik

Sebelum amalanterbaik ini dijalankankan, perancangan telah dibuat dengan supaya tindakan yang perlu dilaksanakan dapat difahami dengan mendalam. Dengan itu, objektif amalan terbaik ini dapat dicapai dengan betul dan tepat. Berikut merupakan perancangan tindakan dalam melaksanakan amalan terbaik ini.

**Jadual 1**  
*Pelaksanaan Program Pembangunan Sukan Stacking*

HARI	MASA	PERKARA
ISNIN	8.30 -10.00 pagi	Tayangan video sukan stacking disiplin 3-3-3 <a href="https://youtu.be/Jv0yBxgplW0">https://youtu.be/Jv0yBxgplW0</a>
	10.30 – 11.00 pagi	Tunjuk cara daripada guru pembimbing 

	11.00 – 1.00 petang	Latihan secara individu disiplin 3-3-3 dipantau oleh guru  
SELASA	8.30 -10.00 pagi	Tayangan video sukan stacking disiplin 3-6.3 <a href="https://youtu.be/Jv0yBxgplW0">https://youtu.be/Jv0yBxgplW0</a>
	10.30 – 11.00 pagi	Tunjuk cara daripada guru pembimbing  
	11.00 – 1.00 petang	Latihan secara individu disiplin 3-6-3 dipantau oleh guru  
RABU	8.30 -10.00 pagi	Tayangan video sukan stacking disiplin cycle <a href="https://youtu.be/Jv0yBxgplW0">https://youtu.be/Jv0yBxgplW0</a>

	10.30 – 11.00 pagi	Tunjuk cara daripada guru pembimbing  
	11.00 – 1.00 petang	Latihan secara individu disiplin cycle dipantau oleh guru  
KHAMIS	8.00- 9.00 pagi	Pertandingan disiplin 3-3-3
	11.00 – 12.00 pagi	Pertandingan disiplin 3-6-3  
	12.00 – 1.00 petang	Pertandingan disipin cycle
JUMAAT	8.30 -9.30 pagi	Pengurusan
	10.00-11.30 pagi	Penyampaian hadiah

### Keberkesaan Amalan Terbaik yang Dilaksanakan

Program Pembangunan Stacking yang telah dijalankan selama seminggu dengan jadual dan aktiviti yang terancang telah berjalan dan mencapai objektif yang disasarkan. Berikut adalah kaedah yang digunakan sebagai bukti keberkesanan program tersebut terhadap MBPK SK Kampong Gelam iaitu melalui kaedah pemerhatian, semakan dokumen dan rakaman video

### Kaedah Pemerhatian

Melalui Program Pembangunan Stacking yang telah dijalankan selama seminggu tersebut telah memberi perkembangan yang baik terhadap pencapaian kedudukan terbaik dalam

kejohanan Stacking Peringkat Negeri 2022. Perkara ini dapat dibuktikan melalui kejayaan seorang MBPK Kampong Gelam mendapat kedudukan 3 terbaik dalam Kejohanan Sukan Stacking Peringkat Negeri Melaka tahun 2022. SK Kampong Gelam telah menghantar tiga orang peserta dalam kejohanan tersebut. Walaupun dua orang peserta tidak berjaya mendapat tempat terbaik dalam kejohanan tersebut, tetapi kedua-dua orang murid tersebut telah mempunyai keyakinan yang tinggi semasa kejohanan berlangsung. Kemahiran fizikal tangan dan mata kedua-dua pemain tersebut lebih baik berbanding dengan sebelum Program Pembangunan Sukan Stacking dijalankan dahulu. Selain dari ketiga-tiga MBPK yang mewakili sekolah dalam kejohanan tersebut didapati hampir keseluruhan MBPK yang terlibat dalam program ini menunjukkan keterujaan untuk bermain stacking. Mereka akan cuba untuk bermain dengan baik setiap kali guru menjalankan latihan di sekolah. Kemahiran fizikal tangan-mata juga lebih baik .

### **Semakan Dokumen**

Berdasarkan semakan dokumen, seorang MBPK SK Kampong Gelam yang mendapat kedudukan 3 terbaik dalam setiap disiplin sukan stacking dalam Kejohanan Sukan Stacking Sekolah-sekolah negeri Melaka 2022 yang telah berakhir pada akhir bulan Mei 2022. Berikut ada keputusan yang diperolehi oleh Muhammad Hairol Irfan bin Razali. Dalam kejohanan ini PPKI Sk Kampong Gelam telah menghantar tiga orang peserta. Walau bagaimanapun hanya seorang peserta yang berjaya mendapat tempat 3 terbaik peringkat negeri. Berikut adalah keputusan Kejohanan Stacking Peringkat Negeri 2022.

### Jadual 2

*Kedudukan Peserta Pembangunan Sukan Stacking SK Kampong Gelam dalam Kejohanan Sukan e-Stacking Pendidikan Khas 2022 Peringkat Negeri Melaka.*

<b>Kategori KHAS RENDAH 333</b>			<b>SCHOOL / ORGANIZATION</b>	<b>1st try</b>	<b>2nd try</b>	<b>3rd try</b>	<b>BEST</b>
<b>OP</b>	<b>ID</b>	<b>NAME</b>					
2	MT 1.182		SK Kem Gerakhas / DNC	2.037	4.320	3.260	2.037
10	MT 1.120		SK Bukit Beruang	999.000	999.000	2.463	2.463
33	MT 1.174	Muhammad Hairol Irfan Razali	SK Kampong Gelam	3.070	2.938	4.188	2.938
65	MT 1.159		SK Dato' Demang Hussin	3.698	4.697	3.485	3.485
72	MT 1.117		SK Bukit Beruang	4.422	3.556	999.000	3.556
74	MT 1.123		SK Bukit Beruang	999.000	999.000	3.587	3.587
79	MT 1.132		SK Bukit Beruang	3.681	999.000	3.621	3.621
81	MT 1.68		SK Alai	999.000	3.634	3.717	3.634
89	MT 1.129		SK Bukit Beruang	999.000	5.636	3.723	3.723
91	MT 1.71		SK Alai	3.760	3.730	4.556	3.730

### **Kategori KHAS RENDAH 363**

<b>OP</b>	<b>ID</b>	<b>NAME</b>	<b>SCHOOL / ORGANIZATION</b>	<b>1st try</b>	<b>2nd try</b>	<b>3rd try</b>	<b>BEST</b>
5	MT 1.182		SK Kem Gerakhas / DNC	6.731	6.600	2.963	2.963
11	MT 1.174	Muhammad Hairol Irfan Razali	SK Kampong Gelam	3.908	3.475	3.505	3.475
71	MT 1.100		SK Ayer Keroh	5.181	8.409	999.000	5.181
73	MT 1.123		SK Bukit Beruang	6.701	5.569	5.256	5.256
77	MT 1.159		SK Dato' Demang Hussin	6.549	6.004	5.309	5.309
81	MT 1.74		SK Alai	5.658	5.366	7.242	5.366
86	MT 1.132		SK Bukit Beruang	5.510	5.573	20.684	5.510
104	MT 1.153		SK Bukit Rambai	999.000	6.315	5.724	5.724
120	MT 1.96		SK Alai	7.602	5.990	11.484	5.990
121	MT 1.129		SK Bukit Beruang	6.012	999.000	999.000	6.012

### **Kategori KHAS RENDAH Cycle**

<b>OP</b>	<b>ID</b>	<b>NAME</b>	<b>SCHOOL / ORGANIZATION</b>	<b>1st try</b>	<b>2nd try</b>	<b>3rd try</b>	<b>BEST</b>
8	MT 1.174	Muhammad Hairol Irfan Razali	SK Kampong Gelam	10.482	10.905	999.000	10.482
10	MT 1.182		SK Kem Gerakhas / DNC	11.960	10.599	11.013	10.599
45	MT 1.159		SK Dato' Demang Hussin	15.147	15.122	14.836	14.836
66	MT 1.153		SK Bukit Rambai	16.126	20.748	999.000	16.126
79	MT 1.92		SK Alai	18.577	17.503	19.994	17.503
82	MT 1.144		SK Bukit Rambai	999.000	21.931	17.805	17.805
83	MT 1.74		SK Alai	17.850	17.946	18.105	17.850
105	MT 1.123		SK Bukit Beruang	24.238	999.000	19.367	19.367
116	MT 1.125		SK Bukit Beruang	20.257	28.038	999.000	20.257
122	MT 1.112		SK Batu Berendam 2	999.000	20.999	999.000	20.999

## Rakaman Video

Melalui rakaman video dalam link di bawah akan menunjukkan peningkatan kemahiran fizikal tangan dan mata MBPK SK Kampong sehingga berjaya bermain dengan baik dengan tempoh masa yang bertambah baik dari semasa ke semasa. Kemahiran yang diberi semasa latihan dalam Program Pembangunan Stacking tersebut telah berjaya memberi impak yang besar semua MBPK SK Kampong Gelam khususnya kepada pemain yang mewakili sekolah dalam pertandingan sukan stacking di peringkat sekolah dan negeri. Berikut adalah link yang menunjukkan salah seorang pemain stacking di Kejohanan Sukan Stacking Peringkat Negeri Melaka 2022.

**Rajah 3**

*Video Pertandingan e-Stacking Pendidikan Khas Negeri Melaka 2022, Disiplin 333 Lelaki Khas Rendah*



**Rajah 4**

*Video Pertandingan e-Stacking Pendidikan Khas Negeri Melaka 2022, Disiplin 363 Lelaki Khas Rendah*



### **Rajah 5**

*Video Pertandingan e-Stacking Pendidikan Khas Negeri Melaka 2022, Disiplin Cycle Lelaki Khas Rendah*



### **Rumusan dan Cadangan**

Rumusan daripada Program Pembangunan Sukan Stacking dapat disimpulkan bahawa program ini berjaya memberikan impak yang besar kepada sekolah, guru-guru, semua MBPK dan ibu bapa. Memandangkan telah banyak perubahan kepada MBPK SK Kampong Gelam, program ini telah diteruskan dan telah dijadikan amalan di PPKI SK Kampong Gelam. akan menjadikan MBPK lebih cemerlang dan mampu berdaya saing dengan pemain-pemain stacking yang lebih hebat di peringkat yang lebih tinggi. Di samping itu, diharapkan supaya MBPK SK Kampong Gelam akan lebih fokus kerana kemahiran fizikal tangan dan mata juga sangat berguna kepada MBPK semasa di dalam bilik darjah terutama aktiviti menulis ,aktiviti motor halus dan motor kasar.

### **Rujukan**

Tan Teck Bee & Loh Sau Cheong, (2007). Program Intervensi Kemahiran Membaling Bola Terhadap Pelajar Austisme Sekolah Menengah: Kajian Kes. Universiti Malaya.

Dokumen Standard Sekolah Rendah Pendidikan Khas (DSKPPK) Pendidikan Jasmani dan Kesihatan Tahun 4. (2018). BPK, Kementerian Pendidikan Malaysia.

Hamiruddin Lasanipa. (2007). Program Intervensi Kemahiran Membaling Bola Terhadap PelajarAutisme Sekolah Menengah. Jurnal Pendidikan Jilid 27(1). Pautan: <http://hamirudinlasanipa.blogspot.com/2016/05/pjm3115-pendidikan-jasmani-suaian.html>

Murai Share. (2015, June 10). Sejarah Perkembangan Pendidikan Jasmani Suaian. Pautan: <https://ppgipgtawaupjk.blogspot.com/2014/04/sejarah-dan-perkembangan-pendidikan.html>

Ahmad Haizan. (2021, Aug 10). Sukan Stacking Toturial dan Demonstrasi Cara Bermain Disiplin 3 3 3, 3 6 3 dan Cycle. Pautan: <https://youtu.be/Jv0yBxgpIW0>