

Pembelajaran Berasaskan Projek dan Kesannya Terhadap Pengetahuan Kesihatan Diri Kanak-Kanak Prasekolah

(Project Based Learning and its Effects on the Personal Health Knowledge of Preschool Children)

Atika Ishak^{1*}, Kamariah Abu Bakar²

¹Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 43600, Bangi, Selangor, Malaysia.

Email: p101304@siswa.ukm.edu.my

²Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM), 43600, Bangi, Selangor, Malaysia.

Email: kamariah_abubakar@ukm.edu.my

CORRESPONDING

AUTHOR (*):

Atika Ishak

(p101304@siswa.ukm.edu.my)

KATA KUNCI:

Pembelajaran Berasaskan
Projek

Tahap pengetahuan

Kesihatan diri

Prasekolah

KEYWORDS:

Project Based Learning

Knowledge

Personal health

Preschool

CITATION:

Atika Ishak & Kamariah Abu Bakar. (2022). Pembelajaran Berasaskan Projek dan Kesannya Terhadap Pengetahuan Kesihatan Diri Kanak-Kanak Prasekolah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(8), e001700.
<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i8.1700>

ABSTRAK

Pengetahuan berkaitan kesihatan diri perlu ditekankan di prasekolah. Hal ini kerana prasekolah mampu menjadi persekitaran yang memberi peluang kepada murid mendapat pengetahuan yang lebih luas tentang realiti kehidupan mereka dan cara menghadapinya. Kajian ini bertujuan untuk melihat kesan kaedah Pembelajaran Berasaskan Projek (PBP) terhadap tahap pengetahuan murid prasekolah berkaitan kesihatan diri. Kajian ini mengaplikasikan reka bentuk kajian tindakan yang melibatkan 3 orang murid lelaki dan 3 orang murid perempuan berusia 5 tahun dari sebuah prasekolah di Kuala Lumpur. Tiga instrumen data yang digunakan ialah pemerhatian, temu bual dan dokumen. Pemerhatian, temu bual dan dokumen-dokumen berkaitan dianalisis secara naratif sebelum dan selepas pelaksanaan PBP. Hasil kajian mendapati tahap pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri meningkat selepas terlibat dalam pelaksanaan projek. Dapatan juga menunjukkan perubahan tingkah laku positif. Dapatan kajian ini memberi implikasi tentang perlunya guru prasekolah didedahkan dengan kemahiran kaedah PBP bagi mewujudkan satu kaedah pengajaran yang lebih berkesan. Oleh itu, kaedah PBP sangat digalakkan.

ABSTRACT

Knowledge related to personal health should be emphasized in preschool. This is because preschool can be an environment that gives children the opportunity to gain a broader knowledge to understand reality of life and how to deal with it. This study aims to look at the effects of Project-Based Learning (PBL) method on the level of knowledge of preschool children related to personal health. This study applied an action research design involving 3 boys and 3 5-year-old girls from a preschool in Kuala Lumpur. The data from observations, interviews and related documents were collected and analyzed narratively

before and after the implementation of PBL. The results of the study found that the level of children's knowledge related to personal health increased after being involved in the implementation of the project. The findings also indicate positive behaviour change. The findings of this study have implications on the need for preschool teachers to be exposed to PBL method skills to create a more effective teaching method. Therefore, the PBL method is highly recommended.

Sumbangan/Keaslian: Kajian ini menyumbang kepada literatur sedia ada yang menyokong keberkesanan Pembelajaran Berasaskan Projek serta menjadi salah satu daripada kajian yang telah menyiasat tentang tahap pengetahuan berkaitan kesihatan diri kanak-kanak.

1. Pengenalan

[Kementerian Pendidikan Malaysia \(2018\)](#) menyatakan bahawa pendidikan prasekolah merupakan salah satu pelan rancangan utama dalam sistem pendidikan di Malaysia. Salah satu isi kandungan penting yang terdapat dalam Garis Panduan Pengurusan Prasekolah (GPPP) adalah keselamatan. Antara aspek keselamatan murid yang ditekankan dalam GPPP adalah guru perlu sentiasa peka dengan perubahan fizikal murid terutamanya yang berkaitan dengan penyakit berjangkit, penderaan, kecederaan dan perubahan tingkah laku serta peka dengan arahan tahap perkembangan kesihatan semasa. Pentingnya menjaga aspek keselamatan di prasekolah adalah kerana selain rumah, sekolah merupakan persekitaran yang mempunyai pengaruh besar terhadap kehidupan murid termasuklah kesihatan mereka. Maka, sekolah seharusnya menjadi persekitaran yang memberi peluang untuk murid mendapat pengetahuan yang lebih luas tentang realiti kehidupan mereka dan cara menghadapinya.

Melalui pelaksanaan Pembelajaran Berasaskan Projek di prasekolah, tahap pengetahuan murid terhadap sesuatu perkara mampu ditingkatkan sekiranya mereka dilibatkan secara aktif. Pembelajaran Berasaskan Projek (PBP) telah diperkenalkan oleh Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM) pada tahun 2006. [Du dan Han \(2016\)](#) mendefinisikan Pembelajaran Berasaskan Projek sebagai satu kaedah pembelajaran sistematik yang memberi peluang kepada murid meningkatkan kemahiran dan memperoleh pengetahuan mendalam melalui pelaksanaan projek, kolaborasi dan teknik '*hands on*'. Pembelajaran Berasaskan Projek bermula dengan persoalan dan masalah yang berlaku dalam dunia sebenar dan melalui pelaksanaannya, murid berpeluang untuk berkolaborasi dengan guru dengan mengaplikasikan apa yang dipelajari bagi menghasilkan produk yang menjawab persoalan yang dikaji atau masalah yang ingin diselesaikan ([Kavanagh & Rainey, 2017](#); [Reisman et al., 2018](#); [Shukri et al., 2019](#)).

Oleh itu, objektif utama kajian ini dijalankan adalah untuk melihat kesan aktiviti-aktiviti Pembelajaran Berasaskan Projek terhadap tahap pengetahuan kesihatan diri murid prasekolah. Hal ini kerana kajian yang berkaitan kesihatan diri dalam kalangan kanak-kanak kurang dijalankan di Malaysia. Bukan itu sahaja, kebanyakan kajian juga hanya tertumpu kepada perspektif ibu bapa. Melalui kajian yang dijalankan ini, pengkaji mengaplikasikan kaedah Pembelajaran Berasaskan Projek yang berfokus kepada masalah yang dihadapi oleh murid dalam dunia sebenar. Melalui proses yang dilalui dan penglibatan dalam aktiviti-aktiviti PBP, pengkaji melihat kesannya terhadap tahap

pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri. Pengetahuan boleh diperolehi daripada pengalaman masa lalu dan pengalaman baru sama ada diketahui sendiri atau melalui sumber lain dan seterusnya digunakan demi mencapai matlamat yang diinginkan (Abdul Hamid, 2004). Maka, pengetahuan tentang kesihatan diri perlu diterapkan pada peringkat awal untuk mengelak daripada berlakunya kejadian yang tidak diinginkan seperti penyakit berjangkit, terutamanya apabila boleh dicegah dan dikurangkan risikonya.

2. Sorotan Literatur

2.1. Kesan Pembelajaran Berasaskan Projek

Kajian oleh Lam, Cheng dan Chan (2008) menyatakan banyak negara telah mengamalkan pendekatan Pembelajaran Berasaskan Projek dari peringkat prasekolah lagi sebagai alternatif kepada pembelajaran secara tradisional. Dapatan daripada kajian Ilanko (2014) pula mendapati aktiviti Pembelajaran Berasaskan Projek yang dijalankan berkesan dalam menyemai dan meningkatkan kemahiran berfikir secara kreatif dalam penulisan karangan deskriptif dan karangan imaginatif. Hasil kajiannya mendapati terdapat peningkatan terhadap penglibatan murid dalam pembelajaran kerana aktiviti yang dijalankan disambut baik dan pengkaji berjaya melihat kemampuan murid untuk berfikir secara kritis sekaligus menunjukkan minat murid yang tinggi kepada tugas projek yang diberi dan dilaksanakan.

Kajian Bell (2015) juga menunjukkan kesan positif kaedah Pembelajaran Berasaskan Projek dimana murid dikatakan lebih bermotivasi kerana didorong dengan sifat ingin tahu. Dapatan ini disokong oleh Monica dan Zamri (2020) dimana apabila aktiviti-aktiviti tindakan pendekatan Pembelajaran Berasaskan Projek dilaksanakan, murid menjadi lebih fokus, bermotivasi tinggi serta didorong dengan sifat ingin tahu. Hasil kajian Lou et al. (2017) dan Susanti et al. (2019) juga mendapati murid yang menjalani PBP menunjukkan kesan yang lebih baik terhadap pengetahuan, sikap dan tingkah laku berbanding dengan murid yang menggunakan kaedah konvensional. Malah tingkah laku murid kumpulan yang menjalani PBP ketika membuat persembahan hasil projek juga dilihat lebih baik di mana mereka lebih kreatif.

Selain itu, menurut Faizah (2007) dan Shui-fong et al. (2008), Pembelajaran Berasaskan Projek berserta penggunaan teknologi menunjukkan peningkatan motivasi dan fokus pelajar terhadap aktiviti pembelajaran yang dilaksanakan. Roslina dan Zanaton (2017) turut menyatakan bahawa PBP menjadi lebih berkesan apabila diintegrasikan dengan teknologi bersama-sama pembelajaran koperatif dengan rakan. Kaedah Pembelajaran Berasaskan Projek turut diiktiraf sebagai salah satu kaedah terbaik dan inovatif dalam proses Pengajaran dan Pembelajaran abad ke-21 (Kokotsaki et al., 2016; Mohammed, 2020).

2.2. Kesihatan diri kanak-kanak

Pada tahun 2018, Malaysia telah dikejutkan dengan peningkatan jumlah kes Penyakit Tangan, Kaki dan Mulut atau *Hands, Feet and Mouth Disease* (HFMD). Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia (2018), jumlah keseluruhan kes HFMD dari 1 Januari 2018 sehingga 6 September 2018 adalah 58,693 kes keseluruhannya. Umum mengetahui bahawa HFMD merupakan salah satu penyakit berjangkit yang mudah menjangkiti murid. Selain HFMD, penyakit lain yang mudah diperolehi oleh murid adalah cirit - birit. Salah satu punca utama yang telah dikenal pasti yang menyumbang kepada risiko

mendapat HFMD dan cirit-birit adalah disebabkan kurangnya kebersihan diri. Pada akhir tahun 2019, Malaysia dikejutkan pula dengan kemunculan virus COVID - 19. Melalui laporan media massa dan sosial, masyarakat telah dimaklumkan bahawa warga emas, kanak-kanak dan bayi merupakan kumpulan yang paling berisiko tinggi untuk dijangkiti virus ini.

Dalam kajian yang dilakukan oleh [Nurul et al. \(2016\)](#) untuk mengkaji pengetahuan, sikap dan amalan ibu bapa mengenai kebersihan tangan daripada 240 orang ibu bapa, hasil kajian mereka menunjukkan min skor pengetahuan, sikap dan amalan kebersihan tangan yang baik. Namun, 76% daripada jumlah ibu bapa yang terlibat turut menunjukkan kurangnya kesedaran tentang teknik membasuh tangan yang betul. Manakala, melalui kajian yang dijalankan oleh [Fathen dan Zaharah \(2020\)](#), mereka mendapati bahawa tahap pengetahuan dan amalan kebersihan diri dalam kalangan murid-murid prasekolah mengikut perspektif ibu bapa ialah baik, manakala sikap terhadap kebersihan diri dalam kalangan murid-murid prasekolah mengikut perspektif ibu bapa terletak pada tahap sederhana.

Menurut [Lasemang \(2017\)](#), kesihatan fizikal dan mental merupakan faktor terbesar yang mempengaruhi kesihatan diri. Kesihatan fizikal berkait rapat dengan keadaan badan, bentuk badan serta kebolehan seseorang individu untuk melakukan perbuatan tertentu. Kenyataan ini memberi gambaran tentang kesihatan fizikal yang merujuk kepada sesuatu keadaan dimana seseorang bebas daripada kesakitan, ketidakupayaan fizikal, penyakit dan ketidakselesaan tubuh badan yang memerlukan perhatian dan rawatan daripada pakar perubatan. Menurut laporan [Thapa et al. \(2015\)](#), kerosakan gigi (*dental caries*) dihadapi oleh hampir 60-90% kanak-kanak di seluruh dunia. Kesedaran tentang kepentingan kebersihan diri yang rendah terutamanya dalam amalan memberus gigi mengakibatkan perebutan gigi yang mampu mengganggu perkembangan kanak-kanak yang sewajarnya. Bukan itu sahaja, masalah kerosakan gigi juga boleh memberi pengaruh buruk kepada keyakinan, penampilan dan kemahiran murid seperti kemahiran komunikasi.

3. Metod Kajian

Reka bentuk kajian adalah kajian tindakan. Kebanyakan murid mempunyai pengetahuan asas tentang kesihatan diri kerana telah diberikan pengetahuan tentangnya dalam pembelajaran di bilik darjah. Namun, sebahagian daripada mereka masih tidak mengambil berat tentang kesihatan diri. Terdapat juga murid yang tidak menjaga amalan kebersihan diri. Hal ini terjadi kerana pembelajaran berkaitan kesihatan diri hanya berlaku di dalam bilik darjah dan maklumat hanya diperolehi daripada guru. Oleh yang demikian, kajian tindakan dengan kaedah PBP dilaksanakan untuk meningkatkan tahap pengetahuan murid yang terlibat.

Sebuah projek yang bertajuk 'Saya yang Sihat' telah dirancang, bermula dengan soalan dorongan; 'Kenapa penting untuk menjaga kesihatan diri?' Pelaksanaan projek ini berlangsung dalam tempoh 12 minggu dimana guru merancang aktiviti-aktiviti tindakan berkaitan kesihatan oral, kebersihan tangan, pemakanan sihat, kesihatan fizikal dan mental serta amalan kebersihan diri. Melalui aktiviti-aktiviti tindakan, murid menghasilkan produk, persembahan serta refleksi secara individu dan berkumpulan. Objektif projek ini juga adalah untuk melibatkan murid dalam aktiviti-aktiviti kesihatan dan kebersihan yang dapat membantu mereka memahami amalan dan pengetahuan berkaitan kesihatan diri yang lebih baik. Penglibatan, perbuatan dan refleksi murid

diperhatikan, direkod dan dinilai untuk melihat kesannya terhadap tahap pengetahuan murid-murid yang terlibat. Pada akhir projek, murid-murid berkongsi hasil kerja mereka secara terbuka dengan ibu bapa dan guru.

3.1. Sampel Kajian

Pemilihan peserta kajian adalah secara bertujuan, terdiri daripada murid yang kurang menjaga kesihatan diri. Hal ini telah dikenal pasti melalui pelaksanaan pemerhatian terhadap tingkah laku murid dan melalui perbualan tentang kesihatan diri. Pemerhatian dan perbualan tersebut telah dijalankan setiap hari selama seminggu. Kriteria kurang menjaga kesihatan diri ditetapkan agar pengkaji dapat melihat perubahan tahap pengetahuan murid terhadap kesihatan diri. Dengan itu, peserta kajian ini dipilih agar dapat membekalkan data yang boleh digunakan dan bermakna bagi mencapai tujuan kajian. Daripada hasil pemerhatian dan perbualan yang dilakukan pengkaji, seramai tiga orang murid lelaki dan tiga orang murid perempuan yang berusia lima tahun dari sebuah prasekolah di Kuala Lumpur telah dipilih sebagai peserta kajian.

3.2. Instrumen Kajian

Pemerhatian, temu bual dan dokumen-dokumen berkaitan telah digunakan untuk menilai keberkesanan Pembelajaran Berasaskan Projek terhadap tahap pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri.

Prosedur Pengumpulan Data

Melalui pemerhatian yang dijalankan sebelum dan sepanjang pelaksanaan aktiviti-aktiviti tindakan PBP, pengkaji memperoleh data secara langsung daripada murid. Pemerhatian dilaksanakan agar perubahan tingkah laku murid dapat ditemui dan direkodkan. Rakaman video dilaksanakan semasa pemerhatian di dalam dan luar kelas.

Temu bual pula dilakukan untuk membantu pengkaji mengetahui pengetahuan, kelakuan, perasaan, kemahiran dan bagaimana murid menginterpretasikan apa yang mereka pelajari sebelum dan sepanjang pelaksanaan aktiviti-aktiviti tindakan PBP. Temu bual juga dilakukan untuk membantu murid menghasilkan refleksi tentang pemahaman dan pengalaman yang telah dilalui melalui maklumat yang diperolehi. Dapatan temu bual juga menjelaskan dan menyokong data yang ditemui daripada pemerhatian atau dokumen-dokumen murid. Hal ini kerana, murid merasa lebih mudah untuk bercakap, berbual dan memberi maklumat berbanding dengan memberikan maklumat yang lebih mendalam secara bertulis menjadikannya kaedah pengumpulan data yang sangat sesuai bagi murid prasekolah. Setiap temu bual mengambil masa selama 15 minit hingga 30 minit. Temu bual dilakukan selepas aktiviti dilaksanakan. Rakaman audio juga dijalankan semasa temu bual.

Buku skrap dan lembaran kertas kerja disediakan dan dilakukan sepanjang pelaksanaan aktiviti-aktiviti tindakan PBP untuk melihat tahap pengetahuan murid. Fokus projek adalah kesihatan diri. Kesihatan diri yang dialami sepanjang pelaksanaan projek adalah kesihatan oral, kebersihan tangan, pemakanan sihat, kesihatan fizikal dan mental serta amalan kebersihan diri. Buku skrap dan lembaran kertas kerja yang dihasilkan dan dijawab menjadi data untuk menilai tahap pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri. Hal ini kerana, data yang tidak dapat diterokai melalui pemerhatian dan temu bual, mungkin boleh dijumpai melalui analisis dokumen. Murid diminta untuk menulis catatan

penemuan mereka di dalam buku skrap demi melihat pemahaman dan refleksi mereka terhadap topik yang dipelajari. Buku skrap murid juga terhasil daripada interaksi sesama mereka dan pelaksanaan aktiviti kolaborasi bersama-sama murid lain, ibu bapa dan juga individu-individu lain yang mereka rasakan mempunyai kepakaran dan pengetahuan yang baik tentang kesihatan diri yang mampu meningkatkan pengetahuan, amalan dan kemahiran. Penulisan dan ilustrasi dalam buku skrap dilakukan di sekolah dan di rumah.

3.3. Kaedah Analisis Data

Analisis data dijalankan semasa data pertama diperolehi. Proses analisis data juga dijalankan berterusan sepanjang masa pelaksanaan aktiviti tindakan PBP. Analisis pemerhatian ke atas tingkahlaku kanak-kanak juga dilakukan untuk mengenal pasti keberkesanan pelaksanaan aktiviti-aktiviti tindakan Pembelajaran Berasaskan Projek terhadap kesihatan diri. Sepanjang pelaksanaan projek juga, murid digalakkan untuk berinteraksi dengan rakan sebaya mereka dalam menyiapkan tugas dan aktiviti sehingga selesai. Data pemerhatian direkodkan dan dianalisis secara naratif.

Setiap temu bual yang dilakukan bersama murid dirakam secara audio dan data-data ditranskripsikan secara verbatim. Selepas itu, data yang ditranskripsikan dibaca berulang kali agar pengkaji dapat memperoleh pemahaman yang mendalam sebelum data diberi makna dan dikategorikan. Temu bual dianalisis untuk melihat penguasaan pengetahuan murid tentang kesihatan diri serta melihat kebolehan mereka dalam memberikan maklumat yang betul dan tepat. Penilaian dibuat berdasarkan ketepatan maklumat, huraian bersama contoh berkaitan topik kesihatan diri yang dipelajari. Sesi persembahan dan soal jawab turut dijalankan agar pengkaji dapat mengetahui tahap pemahaman dan pengetahuan murid tentang apa yang dibentangkan sekaligus turut menilai dapatan-dapatan lain yang berkaitan.

Menggunakan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan kesihatan diri, analisis dokumen dilaksanakan. Buku skrap dan lembaran kertas kerja murid dianalisis. Lembaran kertas kerja diberikan selepas setiap aktiviti dilakukan. Masa selama 30 minit ditetapkan untuk peserta kajian menyelesaikan lembaran kerja yang diberikan. Sepanjang penyelesaian lembaran kertas kerja, tiada bimbingan diberikan. Analisis buku skrap dan hasil lembaran kertas kerja selepas pelaksanaan aktiviti-aktiviti PBP dilakukan untuk melihat tahap pemahaman dan pengetahuan murid. Hasil kerja, perbincangan pendapat dan dapatan melalui carian internet juga digunakan untuk mengenal pasti kesan keberkesanan sesi tindakan PBP terhadap tahap pengetahuan murid.

4. Hasil Kajian

Hasil dapatan kajian mendapati bahawa pendekatan Pembelajaran Berasaskan Projek memberi kesan positif terhadap tahap pengetahuan murid. Murid menunjukkan pengetahuan yang baik tentang apa yang telah dipelajari dan dilaksanakan. Empat pengetahuan berkaitan kesihatan diri yang ditunjukkan murid melalui hasil pemerhatian, temu bual dan analisis dokumen.

4.1. Amalan Kebersihan Diri

Melalui pemerhatian yang dijalankan sebelum aktiviti-aktiviti tindakan PBP, murid yang terlibat dalam kajian ini didapati tidak mencuci tangan dengan betul dan tidak menjaga

adab kebersihan diri. Selepas aktiviti-aktiviti tindakan PBP, kesemua murid menunjukkan pengetahuan dan kefahaman yang baik tentang maksud kebersihan diri. Dapatan ini ditunjuk dalam hasil temu bual yang dapat dilihat seperti di bawah,

"Kebersihan diri bermaksud...saya menjaga badan saya supaya bersih."
(Murid 1)

"Kebersihan diri bermaksud bersih, tidak kotor." (Murid 5)

Selain itu, murid juga dapat menyatakan amalan kebersihan diri yang dilakukan melalui respons temu bual. Antara amalan kebersihan diri yang dinyatakan adalah mandi, mencuci muka, memberus gigi, mencuci tangan dan memakai pakaian yang bersih.

"Ada banyak perkara yang boleh saya lakukan untuk memastikan badan saya bersih. Mandi, basuh muka, gosok gigi dan basuh tangan." (Murid 1)

"Saya mandi menggunakan sabun, syampu dan air untuk menjaga kebersihan diri." (Murid 3)

"Saya selalu cuci muka. Lepas tu saya gosok gigi. Kadang-kadang, saya juga flos gigi untuk menjaga kebersihan mulut." (Murid 5)

"Menggosok gigi dan mencuci tangan adalah kebersihan diri yang baik."
(Murid 6)

Murid juga didapati mengetahui teknik dan waktu yang sesuai untuk menggosok gigi dan mencuci tangan.

"Saya menggosok gigi dua kali sehari, pada waktu pagi dan sebelum tidur." (Murid 1)

"Saya menggosok gigi dua kali sehari. Apabila saya bangun pada waktu pagi dan sebelum saya tidur." (Murid 2)

"Kita perlu menggosok gigi selama 2 minit setiap kali." (Murid 5)

"Saya mencuci tangan sebelum dan selepas makan, selepas menggunakan tandas dan selepas bersin." (Murid 4)

"Saya membasuh tangan saya sebelum dan selepas makan, selepas menggunakan tandas, selepas bermain dengan anak anjing dan selepas bermain dengan mainan." (Murid 6)

Murid juga menerangkan pengetahuan mereka tentang teknik dan amalan mencuci tangan.

"Saya membasuh tangan dengan sabun dan air sebelum dan selepas makan." (Murid 3)

"Setiap kali saya mencuci tangan, saya akan menggunakan sabun dan kemudian mengeringkan tangan dengan tisu yang bersih." (Murid 6)

"Basuh tangan dengan sabun dan air. Basuh tangan selama 20 saat."
(Murid 5)

"Jika tiada air, kita boleh menggunakan hand sanitizer. Saya mempunyai sanitizer saya sendiri dalam beg saya." (Murid 1)

4.2. Amalan Kesihatan Diri

Murid yang sentiasa membawa makanan ringan pula dilihat membawa buah-buahan sebagai bekalan ke sekolah selepas menjalani aktiviti tindakan PBP. Manakala, antara amalan kesihatan diri yang dinyatakan oleh murid adalah pengambilan makanan sihat, senaman dan pengurusan emosi. Berikut adalah beberapa pernyataan oleh murid mengenai perkara di atas.

"Pinggan sihat saya ada nasi, anggur, lobak merah, tomato dan ayam. Semua ni bagus untuk badan kita." (Murid 1)

"Kita perlu makan lebih banyak buah-buahan dan sayur-sayuran untuk sihat." (Murid 2)

"Kita boleh berjoging, berlari dan bermain bola untuk menjadi sihat."
(Murid 4)

"Tak baik marah. Jika rasa marah, tarik nafas dalam-dalam." (Murid 3)

"Apabila marah, tarik nafas. Bila sedih, menangis saja." (Murid 6)

Rajah 1 menunjukkan contoh jawapan murid yang menunjukkan murid dapat membezakan antara perkara-perkara yang perlu dilakukan dan yang perlu dihindari dengan betul demi kesihatan diri.

Rajah 1: Contoh Jawapan Murid



4.4. Kepentingan Menjaga Kesihatan

Murid juga mengetahui kepentingan menjaga kesihatan. Antara kepentingan yang mereka nyatakan adalah supaya kekal sihat dan memudahkan pergerakan.

"Makan banyak buah-buahan dan sayur-sayuran untuk kekal sihat."
(Murid 4)

"Jika sakit, kita tidak boleh pergi ke mana-mana, perlu tinggal di rumah."
(Murid 2)

"Jika kita sakit, kita tidak boleh pergi ke sekolah." (Murid 6)

Melalui pemerhatian tingkah laku, hasil temu bual dan hasil dokumen murid, dapatan kajian jelas menunjukkan bahawa tahap pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri adalah baik sekaligus menyokong keberkesanan Pembelajaran Berasaskan Projek.

5. Perbincangan Kajian

Dapatan yang menunjukkan tahap pengetahuan berkaitan kesihatan diri yang baik ini disokong dengan keputusan kajian [Rajbhandari et al. \(2018\)](#) yang melaporkan 88.5% pelajar mempunyai pengetahuan kebersihan diri yang bagus selepas didedahkan dengan pendekatan PBP. Hal ini kerana, melalui pelaksanaan PBP di prasekolah, tahap pengetahuan murid terhadap sesuatu perkara mampu ditingkatkan sekiranya mereka dilibatkan secara aktif. Dapatan kajian juga selari dengan hasil kajian [Fathen dan Zaharah \(2020\)](#), dimana murid berjaya menunjukkan cara, langkah-langkah dan etika kebersihan diri selepas diajar dan dipupuk minat mereka untuk memahami pengetahuan kebersihan diri yang betul. [Kamtini et al. \(2020\)](#) turut menegaskan bahawa murid cenderung untuk berfikir dan bertindak laku mengikut sikap dan pengetahuan yang diajar dan diterapkan mengikut kemampuan mereka.

Dapatan juga menunjukkan murid lebih fokus dan bermotivasi apabila mengikuti sesi tindakan aktiviti PBP. Ini bertepatan dengan dapatan [Mohd Razak dan Masitah \(2016\)](#) yang mendapati murid dapat memberi tumpuan sepenuhnya terhadap pelajaran apabila pendekatan PBP dipraktikkan. PBP juga menekankan pembelajaran koperatif bersama-sama rakan. Guru dan ibu bapa perlu saling bekerjasama dan menyokong aktiviti-aktiviti tindakan yang dapat dilakukan di rumah seperti mencari maklumat melalui internet. Melalui pencarian maklumat, murid digalakkan menggunakan teknologi demi pemahaman yang mendalam sekaligus mengetahui isu-isu kesihatan yang mempengaruhi realiti kehidupan mereka. [Roslina dan Zanaton \(2017\)](#) menyatakan bahawa Pembelajaran Berasaskan Projek menjadi lebih berkesan apabila diintegrasikan dengan teknologi dan digabungkan dengan pembelajaran koperatif.

Tingkah laku kesihatan yang positif dan kemampuan murid dalam menjawab kebanyakan soalan yang ditanya adalah selari dengan dapatan kajian ([Hastie et al., 2017](#); [Mekonnen, 2020](#)) yang mendapati bahawa proses pembelajaran menjadi lebih baik dan berkesan. Hal ini sekaligus memberi impak positif untuk pembelajaran secara keseluruhan yang terbukti melibatkan perasaan, tingkah laku serta proses kognitif. Sifat ingin tahu, kemahiran komunikasi dan pemikiran kritikal adalah fokus pendekatan PBP. Maka, murid diberi bimbingan dan galakan yang sewajarnya untuk mencapai standard PBP. Aktiviti-aktiviti PBP perlulah bermakna dan berkaitan dengan masalah yang

dihadapi dalam dunia sebenar. Isu kesihatan diri dalam kalangan murid berlaku di dunia nyata dan tidak harus dipandang ringan. Kesihatan diri sangat penting dan mempunyai pengaruh besar terhadap perkembangan murid. Maka melalui PBP, murid diberi peluang untuk mengenali diri sendiri dan mengamalkan penjagaan kesihatan diri mengikut kemampuan mereka.

6. Kesimpulan

Kajian tindakan ini telah menunjukkan kesan Pembelajaran Berasaskan Projek (PBP) ke atas tahap pengetahuan murid berkaitan kesihatan diri. Dapatan menunjukkan tahap pengetahuan murid prasekolah berkaitan kesihatan diri adalah positif dan memuaskan selepas terlibat dalam pelaksanaan projek. Murid – murid menunjukkan pengetahuan yang baik berkaitan amalan kebersihan diri, amalan kesihatan diri, kepentingan menjaga kebersihan dan kepentingan menjaga kesihatan. Pada masa yang sama, murid juga menunjukkan perubahan tingkah laku yang positif dalam melaksanakan amalan-amalan kebersihan dan kesihatan diri. Oleh itu, Pembelajaran Berasaskan Projek amat penting untuk dilaksanakan di prasekolah, demi membekalkan pengetahuan dan kemahiran mencukupi kepada murid. Hal ini kerana, sebagai generasi yang bakal menjadi pemimpin pada masa hadapan, adalah amat penting untuk memastikan murid memiliki pengetahuan dan berubah ke arah tingkah laku yang lebih baik.

Kelulusan Etika dan Persetujuan untuk Menyertai Kajian (*Ethics Approval and Consent to Participate*)

Para penyelidik menggunakan garis panduan etika penyelidikan yang disediakan oleh Jawatankuasa Etika Penyelidikan Universiti Kebangsaan Malaysia (RECUKM). Semua prosedur yang dilakukan dalam kajian ini yang melibatkan subjek manusia telah dijalankan mengikut piawaian etika jawatankuasa penyelidikan institusi. Kebenaran dan persetujuan mengikuti kajian turut diperoleh daripada semua penjaga peserta kajian.

Penghargaan (*Acknowledgement*)

Penulis merakamkan ucapan ribuan terima kasih kepada semua responden yang terlibat dalam kajian ini.

Kewangan (*Funding*)

Kajian dan penerbitan ini tidak menerima sebarang tajaan atau bantuan kewangan.

Konflik Kepentingan (*Conflict of Interests*)

Penulis tidak mempunyai sebarang konflik kepentingan berkenaan penyelidikan, pengarang atau penerbitan kajian ini.

Rujukan

- Abdul Hamid, M.A. (2004). *Andargogi: Mengajar orang dewasa*. Pahang: PTS Publication and Distributors Sdn.Bhd.
- Bell, S. (2015). Project-Based Learning for the 21st Century: Skills for the future. The clearing house: *A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 83(2), 39-43.
- Du, X. & Han, J. (2016) A Literature Review on the definition and process of Project-Based Learning and other relative studies. *Creative Education*, 7, 1079-1083.
- Faizah Mohamad. (2007). Motivating learners through Project-Based Learning. *International Conference on Teaching and Learning 2017, Putrajaya*.
- Fathen Aishah Mohd Moktar & Zaharah Osman. (2020). Tahap pengetahuan, sikap dan amalan kebersihan diri dalam kalangan murid prasekolah mengikut perspektif ibu bapa. *Jurnal Pendidikan Awal Murid Kebangsaan*, 9(2), 1-11.
- Hastie, P. A., Senlin, C. & Guarino, A. J. (2017). Health-related fitness knowledge development through Project-Based Learning. *Journal of Teaching in Physical Education*, 36(1), 119 – 125.
- Ilangko, S. (2014). *Kesan pendekatan penyebatian kemahiran berfikir kreatif dalam pengajaran karangan deskriptif dan karangan imaginatif dalam kalangan murid tingkatan lima*. [Tesis Doktor Falsafah Pusat Pengajian dan Ilmu Pendidikan, Universiti Sains Malaysia].
- Kamtini, Damaiwaty Ray, Dorlince Simatupang, Salsabila Hasiana Tanjung & Husni Wardi Tanjung. (2020). Project based self-regulated learning as a parenting model to increase the attitude of responsibility of children age 5-6 years. *Budapest International Research and Critics in Linguistics and Education (BirLE) Journal*, 3(1), 61 – 70.
- Kavanagh, S. S., & Rainey, E. (2017). Learning to support adolescent literacy: Teacher educator pedagogy and novice teacher take up in secondary English language arts teacher preparation. *American Educational Research Journal*, 54(5), 904–937.
- Kementerian Pendidikan Malaysia. (2018). *Garis Panduan Pengurusan Prasekolah*. Kementerian Pendidikan Malaysia
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2018). Situasi semasa kejadian penyakit tangan, kaki dan mulut (HFMD) di Malaysia. <https://kpkkesihatan.com/2018/07/19/kenyataan-akhbar-kpk-19-julai-2018-situasi-semasa-kejadian-penyakit-tangan-kaki-dan-mulut-hfmd-di-malaysia/>
- Kokotsaki, D., Menzies, V. & Wiggins, A. (2016). Project-based learning: A review of the literature. *Improving Schools*, 19(3), 267-277.
- Lam, S. F., Cheng, R. W. & Chan, J. C. (2008). When high achievers and low achievers work in the same group: The roles of group heterogeneity and processes in project based learning. *British Journal of Educational Psychology*, 78, 205-221.
- Lasemang, N. (2017). *Kesihatan Fizikal dan Mental*. Universiti Malaysia Sabah (UMS).
- Lou, S. J., Chou, Y. C., Shih, R. C. & Chung, C. C. (2017). A Study of Creativity in CaC2 steamship-derived STEM Project-based Learning. *EURASIA Journal of Mathematics Science and Technology Education*, 13(6), 2387-2404.
- Mekonnen, F. D. (2020). Evaluating the effectiveness of 'learning by doing'teaching strategy in a research methodology course, Hargeisa, Somaliland. *African Educational Research Journal*, 8(1), 13-19.
- Mohd Razak Mohd Nordin & Masitah Ahmad. (2016). Penggunaan teknik permainan bahasa dan main peranan dalam kalangan murid Orang Asli: Satu tinjauan. *Jurnal Penyelidikan Dedikasi*, 11,161-174.

- Mohammed Abdullatif Almulla. (2020). The effectiveness of the Project-Based Learning (PBL) approach as a way to engage students in learning. *SAGE Open*, 1-15. <https://doi.org/10.1177/2158244020938702>
- Monica, L.T & Zamri. M. (2020). Kesan Pembelajaran Berasaskan Projek terhadap kemahiran menulis karangan murid sekolah rendah. *Jurnal Pendidikan Malaysia* 45(1), 12-20.
- Nurul A. Mohamed, Nur N. Zulkifli Amin, Shalinawati Ramli, Ilina Isahak & Nooriah Mohamed Salleh. (2016). Knowledge, attitudes and practices of hand hygiene among parents of preschool children. *Journal of Scientific and Innovative Research* 5(1), 1-6.
- Rajbhandari, A. K., Dhaubanjari, R., G. C, K. B., & Dahal, M. (2018). Knowledge and practice of personal hygiene among secondary school students of grade nine and ten. *Journal of Patan Academy of Health Sciences*, 5(2), 107-113.
- Reisman, A., Kavanagh, S. S., Monte-Sano, C., Fogo, B., Simmons, E., & Cipparone, P. (2018). Facilitating whole-class discussions in history: A framework for preparing teacher candidates. *Journal of Teacher Education*, 69(3), 278-293.
- Roslina Abd Karim & Zanaton Iksan. (2017). Keberkesanan Pembelajaran Berasaskan Projek ke atas tahap pengetahuan, sikap dan tingkah laku murid tahun 5 terhadap tajuk tenaga. *Prosiding Pendidikan 2017*.
- Shui-fong Lam, Rebecca Wing-yi Cheng & William Y. K. Ma. (2008). Teacher and student intrinsic motivation in project-based learning. *Journal Instructional Science* 3(6), 565-578.
- Shukri, A. A. M., Che Ahmad, C. N., & Daud, N. (2019). Pelaksanaan modul celik stem bagi memperkasakan pemikiran kreatif murid tingkatan satu. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 4(32), 219-237. <https://doi:10.35631/IJEPC.4320021>
- Susanti, Joni Susilowibowo & Han Tantri Hardini. (2019). Effectiveness of Project-based Learning Models to improve learning outcomes and learning activities of students in innovative learning. *International Conference on Economics, Education, Business and Accounting KnE Social Sciences*, 82-95. <https://doi.10.18502/kss.v3i11.4000>.
- Thapa, P., Aryal, K., Dhimal, M., Mehata, S, Pokhrel, A. et al. (2015). Oral health condition of school children in Nawalparasi district, Nepal. *Journal of Nepal Health Research Council* 13(29), 7-13.