

# PEMBANGUNAN SEKOLAH WARGA EMAS DENGAN PENGAJARAN BAHASA MELAYU MELALUI AKTIVITI KESIHATAN DI SONGKHLA THAILAND

Solahuddin Samaun, Hasnida Samaun

Fakulti Kemanusiaan dan Sain Sosial, Universiti Rajabhat Songkhla

Email: solahuddin.sa@skru.ac.th

[hasnida.sa@skru.ac.th](mailto:hasnida.sa@skru.ac.th)

## ABSTRAK

Kertas kerja ini membincangkan tentang perancangan, pelaksanaan dan impak pembangunan Sekolah Warga Emas yang mengintegrasikan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan di Songkhla, Thailand. Kajian ini direka khusus untuk warga emas di kawasan tersebut. Objektif utama kajian ini adalah untuk meningkatkan tahap kesihatan warga emas dan membangunkan pengetahuan dalam bahasa Melayu. Melalui pendekatan pembelajaran berasaskan aktiviti kesihatan, kajian ini menggabungkan latihan fizikal, bersenaman dan aktiviti sosial dengan pembelajaran bahasa Melayu. Dapatan awal menunjukkan peningkatan dalam kesihatan fizikal, kesejahteraan mental, dan penguasaan bahasa Melayu dalam kalangan peserta.

**Kata Kunci :** Sekolah warga emas, pembelajaran Bahasa Melayu, aktiviti kesihatan.

### 1. Pengenalan

Thailand sedang menghadapi peningkatan penduduk warga emas bagitu meningkat, dan telah menjadi masyarakat warga emas sejak tahun 2005, iaitu mempunyai bahagian penduduk berumur 60 tahun ke atas setinggi 10 peratus, yang mana kadar peningkatannya sangat cepat iaitu lebih daripada 4 peratus setahun, sementara jumlah penduduk meningkat hanya pada kadar 0.5 peratus sahaja. Ini adalah hasil daripada kadar kelahiran yang menurun, serta kerajaan telah menetapkan dasar untuk mengurangkan kadar kelahiran penduduk dalam Rancangan Pembangunan ke-3 (1929-1933) dengan bertujuan mengurangkan kadar kelahiran penduduk secara berterusan sehingga Rancangan Pembangunan ke-7 (1992-1996). Selain itu, faktor sosial dan ekonomi lain seperti peningkatan kadar penyertaan tenaga buruh wanita turut memainkan peranan penting dalam menurunkan kadar kesuburan secara berterusan, yang memberi kesan kepada penurunan kadar kelahiran di Thailand. Pada tahun 2010, kadar kesuburan negara menurun pada tahap 1.6, yang berada di bawah tahap penggantian (Replacement Level) dan terus menurun. Mengikut angka daripada Tinjauan Situasi Kanak-kanak dan Wanita di Thailand tahun 2019 yang dijalankan oleh Pejabat Perangkaan Kebangsaan (NSO) dengan kerjasama UNICEF Thailand, didapati kadar kesuburan menurun kepada 1.44, manakala statistik kesihatan awam tahun 2019 menunjukkan kadar kesuburan pada tahap 1.29. Penurunan kadar kesuburan yang cepat dan berterusan, serta peralihan ke masyarakat warga emas selanjutnya (Institut Siswazah Sains Pentadbiran Perniagaan Universiti Chulalongkorn, 2020).

Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla, adalah sebuah organisasi pemerintahan tempatan yang mempunyai ciri-ciri bandar yang sangat tinggi, menyebabkan berlakunya aktiviti perkhidmatan awam kepada penduduk dalam bentuk masyarakat bandar yang sangat meluas, baik dari segi infrastruktur, penciptaan pendapatan, serta memberi perhatian kepada warga emas. Ini dapat dilihat dari dasar dan projek yang dijalankan oleh pejabat perbandaran, yang mempunyai peranan dalam menyokong kakitangan untuk mentadbir bidang kesihatan awam, seperti Pengurus Penjagaan (Care Manager) dan Pemberi Penjagaan (Care Giver), iaitu perkhidmatan yang berkaitan dengan penjagaan dan bantuan kepada warga emas, untuk mengakses

perkhidmatan kesihatan awam dengan lebih mudah, pantas, dan menyeluruh. Selain itu, terdapat penubuhan sekolah warga emas di bawah pengawasan Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, yang telah menyediakan penduduk untuk memasuki warga emas dari empat aspek iaitu, 1. aspek fizikal: termasuk penjagaan kesihatan fizikal, pemakanan, senaman, pemeriksaan kesihatan tahunan, pengaturan persekitaran, pencegahan penyakit, dan mencari penyelesaian masalah kesihatan. 2. aspek Psikologi: termasuk pembelajaran, penyesuaian diri, penyesuaian pemikiran, perasaan, dan tingkah laku untuk persediaan warga emas, membolehkan mereka menjalani kehidupan dalam masyarakat dengan gembira. Fokus kepada penjagaan sosial dan mental melalui latihan minda dan emosi, menjadi ahli kumpulan atau kelab, penyertaan sosial, dan ketenteraman hidup. 3. aspek ekonomi: termasuk pendidikan dan pengetahuan, tingkah laku simpanan, pelaburan, pengurusan kewangan. 4. aspek sosial: termasuk aktiviti yang berstruktur dan tidak berstruktur, serta aktiviti rekreasi dan hobi (Kanokwan Rueangsri dan rakan-rakan, 2021)

Universiti Rajabhat Songkhla, yang merupakan institusi pendidikan tinggi untuk pembangun tempatan, dan mempunyai misi penyelidikan dan penciptaan inovasi, perkhidmatan akademik, dan pemindahan pengetahuan serta teknologi untuk pembangun tempatan, Fakulti Kemanusiaan dan Sains Sosial, Universiti Rajabhat Songkhla telah memberikan pelbagai pengetahuan yang ada dalam institusi tersebut kepada warga emas di Sekolah Warga Emas Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang. Ini termasuk pengetahuan dalam bidang sosial, undang-undang, cara hidup, serta pengetahuan bahasa seperti bahasa Thai, bahasa Inggeris, bahasa Cina, dan bahasa Melayu. Bahasa Melayu sendiri mempunyai peranan penting di kawasan ini, sama ada dari segi ekonomi mahupun pelancongan. Biasanya terdapat tetamu dari jiran seperti Malaysia yang melancong kawasan Wilayah Songkhla pada hujung minggu. Ini juga memberikan peluang kepada warga emas untuk mengembangkan bahasa dan budaya dengan lebih mendalam, serta membuka peluang baru untuk pengalaman bahasa mereka. Dengan sebab itu pengkaji ingin mengkaji aktiviti pembelajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan.

Dalam pembelajaran Bahasa Melayu untuk warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla. Pengkaji cuba mengguna pendekatan 2 teknik seperti berikut:

## **2. Teknik pembelajaran Bahasa Melayu melalui TPR**

Bahasa Melayu di kawasan bandar Songkhla dianggap sebagai salah satu bahasa asing yang sangat penting bagi penduduk tempatan. Oleh itu, mempelajari bahasa Melayu adalah sebagai Bahasa yang kedua, tidak berbeza dengan bahasa Inggeris. Cara mengajar bahasa asing, teknik pengajaran mestilah menarik dan seronok. Aktiviti yang dilakukan mesti sesuai dengan usia. Teknik Maklum Balas Fizikal Menyeluruh (Total Physical Response Technique: TPR) adalah salah satu kaedah pengajaran yang popular dalam kalangan guru bahasa asing atau bahasa kedua untuk pemula, kerana ia mempunyai kaedah pengajaran yang tidak rumit (Sireen Chumworataye, 2014). Bermula dengan pendengaran dan peniruan, ia membolehkan pelajar memberikan maklum balas menggunakan badan, objek, atau imej (Sireen Chumworataye, 2014). Total Physical Response (TPR) diperkenalkan oleh Dr. James J. Asher, seorang profesor psikologi di San Jose State Universiti pada tahun 1960-an. Beliau menyarankan penggabungan bahasa dan pergerakan, iaitu mengajar bahasa asing atau bahasa kedua dengan menggunakan pergerakan badan (Asher, 2009, ms.3-4). Tujuan kaedah pengajaran TPR adalah untuk mengajar pelajar kemahiran asas bahasa pada peringkat permulaan. Ia bertujuan untuk membantu pelajar memperoleh bahasa kedua sama seperti perolehan bahasa pertama mereka (Richards & Rodgers 2001, ms.76).

## **3. Integrasi pengajaran bahasa Melayu dengan Manivej**

Manivej adalah pengetahuan untuk menyusun struktur tulang yang telah ditemui dan disebar oleh Tuan guru Prasit Manichira. Asal usul perkataan "Manivej" berasal daripada kumpulan murid Tuan guru Prasit yang berkumpul dan menamakan kumpulan mereka. "Persatuan Prasit Manivej". Kemudian, mereka mula memanggil disiplin ini "Manivej", di mana perkataan "Mani" berasal daripada nama keluarga Tuan guru Prasit. Sebelum menggunakan istilah "Manivej", mereka pernah menggunakan persatuan "Menyeimbangkan struktur tubuh" sebagai pengetahuan untuk menyeimbangkan struktur seluruh tubuh badan. Oleh itu, penggunaan pengetahuan Manivej, yang merupakan ilmu yang menggabungkan perubatan tradisional Thai, China, dan India, untuk digunakan dalam kalangan orang Thai adalah aplikasi yang tepat untuk menjawab perubahan dalam anatomi dan fisiologi warga emas. Aktiviti bersenam adalah aktiviti yang mengguna gerakan badan supaya menghilangkan

perasaan mengantuk dan menghilangkan perasaan lenguh badan (Solahuddin Samaun, 2021). Ia juga dapat dilakukan dengan mudah tanpa menggunakan sebarang peralatan. Pengurusan tubuh menggunakan pengetahuan Manivej yang digunakan untuk warga emas terdiri daripada latihan bahagian atas badan yang mengandungi 5 gerakan.

Gerakan Salam, Gerakan Mengisar Tepung, Gerakan Menanggalkan Baju, Gerakan Mendayung, dan Gerakan Melepaskan Tenaga Chi. Bermula dari gerakan pertama iaitu Gerakan Salam, ini adalah latihan bahagian atas badan yang melibatkan lengan, tangan, bahu, dan bahagian atas badan. Langkah-langkahnya adalah: mengangkat tangan dalam kedudukan salam, menghimpit kedua-dua tapak tangan di bahagian tengah dada dengan tekanan sederhana, cuba untuk membengkokkan pergelangan tangan pada sudut 90 darjah dengan lengan. Pada peringkat awal, sesetengah warga emas mungkin tidak dapat membengkokkan pergelangan tangan tepat pada sudut 90 darjah tidak perlu memaksa. Semasa bernafas perlahan-lahan, sambungkan jari-jari kedua-dua tangan dan tolak tangan ke hadapan dengan tekanan sederhana, pastikan kedua-dua siku lurus. Bernafas keluar perlahan-lahan, turunkan tangan yang bersimpuh ke tahap lengan yang lurus. Bernafas masuk perlahan-lahan, angkat tangan yang bersimpuh ke atas kepala setinggi mungkin tanpa membengkokkan siku, sambil bernafas sedalam mungkin. Pisahkan kedua-dua tangan, tegangkan pergelangan tangan pada sudut 90 darjah, tolak kedua-dua tangan ke belakang sejauh yang boleh, sambil bernafas keluar perlahan-lahan. Perlahan-lahan turunkan lengan ke sisi badan tanpa membengkokkan siku.

Gerakan kedua, Gerakan Mengisar Tepung, adalah latihan bahagian atas badan yang melibatkan jari-jari, pergelangan tangan, siku, bahu, dan bahagian atas badan. Langkah-langkahnya adalah : mengepal kedua-dua tangan dengan ibu jari lurus, angkat tangan setinggi bahu dengan jarak antara kedua-dua tangan kira-kira satu tapak tangan. Bernafas masuk dan keluar perlahan-lahan. Tolak kedua-dua tangan ke hadapan dengan lurus sehingga hujung lengan, sambil bernafas keluar perlahan. Pisahkan kedua-dua tangan seperti membuka tirai, regangkan lengan sepenuhnya dengan siku dalam keadaan lurus, sambil bernafas masuk perlahan-lahan. Apabila lengan diregangkan sepenuhnya, bengkokkan siku dan tarik balik, cuba mengekalkan bahagian lengan pada paras bahu. Semasa menarik balik, tarik perlahan-lahan sambil bernafas keluar perlahan. Tarik semula tangan dan lengan kembali ke kedudukan awal.

Gerakan ketiga, Gerakan Menanggalkan Baju, adalah latihan bahagian atas badan yang melibatkan tangan, lengan, bahu, dada, dan bahagian atas badan. Langkah-langkahnya adalah seperti berikut : mengepal kedua-dua tangan dengan sederhana, angkat lengan ke bahagian dada dengan siku membengkok 90 darjah. Pastikan kedua-dua lengan selari dan pada tahap yang sama tanpa bertindih. Boleh memilih lengan mana yang ingin diletakkan di hadapan terlebih dahulu, sambil bernafas masuk perlahan-lahan. Angkat kedua-dua lengan perlahan-lahan ke atas kepala, pastikan kedua-dua lengan pada tahap yang sama tanpa bertindih atau berpisah, sehingga mencapai tengah-tengah kepala, sambil bernafas keluar perlahan-lahan. Angkat tangan ke atas kepala sehingga hujung lengan, buka tangan yang sebelum ini menggenggam, bengkokkan pergelangan tangan 90 darjah. Angkat tangan setinggi mungkin, dekatkan lengan ke telinga, dan satukan belakang tangan sambil bernafas masuk perlahan-lahan. Perlahan-lahan pisahkan lengan sambil menurunkan tahap lengan ke paras bahu, sambil bernafas keluar perlahan-lahan. Gerakkan kedua-dua lengan ke belakang, dengan hujung jari menyentuh lantai (bertentangan dengan gerakan salam di mana hujung jari menunjuk ke atas), sambil bernafas keluar perlahan-lahan.

Gerakan keempat, Gerakan Mendayung, adalah latihan bahagian atas badan yang melibatkan tangan, lengan, bahu, dada, dan bahagian atas badan. Langkah-langkahnya adalah : berdiri tegak dengan lengan tergantung secara normal, tapak tangan menghadap ke belakang. Angkat salah satu lengan ke hadapan pada paras bahu, kemudian perlahan-lahan angkat lengan ke atas kepala. Pusing lengan ke belakang 180 darjah seperti gerakan mendayung dalam renang, sambil bernafas masuk perlahan-lahan semasa mengangkat lengan dan bernafas keluar perlahan-lahan semasa lengan turun. Semasa memusing lengan, kepala tidak perlu bergerak terus pandang ke hadapan. Apabila lengan memusing sepenuhnya, ia akan kembali ke sisi badan dengan tapak tangan menghadap ke hadapan. Dengan tapak tangan menghadap ke hadapan, pusing tapak tangan sebelum meneruskan pusing lengan. Lakukan gerakan ini secara bergantian untuk setiap lengan, 3 kali untuk setiap sisi.

Gerakan kelima, Gerakan Melepaskan Tenaga Chi, adalah latihan bahagian atas badan yang melibatkan tangan, lengan, bahu, dada, dan bahagian atas badan. Langkah-langkahnya adalah : berdiri tegak dengan kaki membentuk angka 11, biarkan lengan dan tangan di sisi badan. Angkat lengan lurus ke atas kepala, meregangkan lengan sepenuhnya, siku lurus, tapak tangan menghadap ke hadapan, sambil bernafas masuk perlahan-lahan dan dalam. Bengkokkan siku ke sisi luar, gerakkan tapak tangan turun lurus ke tahap bahu, seperti mengusap cermin, kemudian tolak kedua-dua tapak tangan ke hadapan dengan cepat, sambil bernafas keluar melalui mulut. Ini adalah gerakan melepaskan tenaga Chi. Lakukan gerakan ini secara perlahan sebanyak 3 kali. Gerakan melepaskan

tenaga Chi (berdiri tegak, angkat lengan di atas kepala, buka bahu, tolak tapak tangan ke hadapan) ini merupakan latihan bahagian atas badan untuk warga emas menggunakan pengetahuan Manivej. Semua 5 gerakan ini, warga emas disarankan melakukannya dua kali sehari - pagi dan petang, dengan setiap gerakan dilakukan 3 kali. Tujuannya adalah untuk meningkatkan sistem peredaran darah bahagian atas badan dan dapat membantu mengurangkan gejala penyakit yang disebabkan oleh ketidak seimbangan badan dan amalan hidup yang tidak betul dalam kalangan warga emas. Gerakan-gerakan ini juga boleh digunakan sebagai arahan dalam bahasa Melayu sambil melakukan latihan badan (Navarat Waichomphoo, 2021).

#### 4. Objektif kajian

- 4.1 Untuk meningkatkan tahap kesihatan fizikal dan mental warga emas melalui aktiviti kesihatan
- 4.2 Untuk membangunkan pengetahuan dan kemahiran berbahasa Melayu

#### 5. Metodologi kajian

Dalam melaksanakan metodologi untuk mendapatkan penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan di Songkhla Thailand ada beberapa cara yang dilakukan oleh pengkaji seperti berikut:

Tahap pertama : pengkaji membina borang penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan. Dengan mengguna Skala Penilaian, 5 tahap untuk mendapatkan penilaian kepuasan warga emas terhadap aktiviti pengajaran Bahasa Melayu melalui kesihatan mengikut Likert 1980 yang mempunyai 5 tahap kriteria penilaian seperti berikut, iaitu 5 = sangat baik, 4 = baik, 3 = sederhana, 2 = lemah dan 1 = sangat lemah. Isi kandungan yang ditanya terbagi kepada 3 aspek iaitu aspek kesihatan, bahasa dan Interaksi sosial.

Langkah 2 borang penilaian tersebut diserahkan kepada pakar. Untuk menentukan kesesuaian mengikut (IOC:Index of item objective congruence) IOC dan memperbaiki semula mengikut pakar.

Langkah 3 menggunakan borang tersebut menguji kumpulan sampel yang ditentukan.

Langkah 4: Menganalisis penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan melalui jadual kriteria untuk membahagikan skor purata dibawah.

**Jadual 1: Kriteria untuk membahagikan skor purata**

Kriteria untuk membahagikan skor purata adalah seperti berikut:	
Purata 4.51 – 5.00	Tahap kepuasan/pengetahuan dan pemahaman yang sangat baik.
Purata 3.51 – 4.50	Tahap kepuasan/pengetahuan dan pemahaman yang baik.
Purata 2.51 – 3.50	Tahap kepuasan/pengetahuan dan pemahaman yang sederhana.
Purata 1.51 – 2.50	Tahap kepuasan/pengetahuan dan pemahaman yang rendah.
Purata 1.00 – 1.50	Tahap kepuasan/pengetahuan yang paling rendah.

Langkah 5: membuat kesimpulan dapatan hasil kajian tersebut.

#### 6. Peserta kajian

Berjumlah 23 orang warga emas di Sekolah Warga Emas Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Mueang, Wilayah Songkhla

## 7. Instrumen kajian

Instrumen kajian yang diguna pakai ialah borang penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan.

## 8. Statistik yang digunakan dalam analisis data

Dalam kajian ini pengkaji mengguna statistik untuk menganalisis data seperti berikut.

1. Penentuan kesesuaian kandungan dari pakar (*Validity*) (Somnuk Phatthani. 2005: 166-167).

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

$$\sum R = \text{Jumlah skor pendapat pakar.}$$

$$N = \text{Jumlah pakar}$$

2. Purata

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$$\bar{X} = \text{Purata skor}$$

$$\sum X = \text{Jumlah keseluruhan skor}$$

$$N = \text{Jumlah}$$

## 9. Hasil kajian

### 9.1 Dapatan kesesuaian kandungan borang penilaian oleh pakar

Penentuan kesahan kandungan instrumen kesediaan diukur dengan merujuk kepada nilai IOC . Kesahan kandungan bagi instrumen ini telah disemak oleh 3 orang pakar. Dapatan nilai IOC ialah 0.67-1.00.

### 9.2 Dapatan kajian dan perbincangan

Dapatan kajian ini untuk menjawab soalan kajian, penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan. Dianalisis untuk mendapat data meningkatkan tahap kesihatan fizikal dan mental warga emas melalui aktiviti kesihatan dan membangunkan pengetahuan dan kemahiran berbahasa. Dalam 3 aspek, iaitu kesihatan , bahasa dan dan interaksi sosial.

### 9.2.1 Dapatan pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan.

Bahagian ini akan menjawab soalan objektif kajian 1 dan 2 berdasarkan borang soal selidik yang dibahagikan 2 bahagian iaitu bahagian pertama maklumat profil responden yang menjawab soalan kajian, yang kedua ialah penilaian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan, 3 aspek iaitu kesihatan, bahasa dan Interaksi sosial. Bahagian pertama: maklumat profil responden yang menjawab soalan kajian seperti jantina, umur, tahap pendidikan, pengalaman berbahasa Melayu dan status kesihatan keseluruhan.

### 9.2.2 Maklumat profil responden

Kajian ini akan melibatkan 23 orang berwarga emas yang mempunyai penduduk di perbandaran bandar Khao Roop Chang di Songkhla.

**Jadual 2 : Maklumat Profil Responden**

profil	Kategori	Peratus (%)
Jantina	Perempuan	100
Umur	58	8.7
	60-70	56.52
	71-80	34.78
Tahap pendidikan	Pendidikan rendah	17.4
	Pendidikan menengah	30.4
	Pendidikan tinggi	34.8
	Lain-lain	17.4
Pengalaman berbahasa Melayu	Ada	17.4
	Tidak	82.6
Status kesihatan keseluruhan.	Mempunyai penyakit	30.4
	Tidak mempunyai penyakit	69.6

Berdasarkan jadual 2 di atas. Responden berjantina perempuan 100 peratus dan mempunyai usia 58 tahun 8.7 peratus, usia 60-70 tahun 56.52 peratus dan usia 71-80 tahun 34.78 peratus dan mempunyai tahap pendidikan 4 peringkat iaitu tahap pendidikan rendah 17.4 peratus, tahap pendidikan menengah 30.4 peratus, tahap pendidikan tinggi 34.8 peratus dan lain-lain 17.4 peratus. Manakala pengalaman berbahasa Melayu bagi warga emas di perbandaran bandar Songkhla mempunyai pengalaman berbahasa Melayu 17.4 peratus dan 82.6 peratus tidak berpengalaman berbahasa Melayu. Dari segi Status kesihatan keseluruhan 30.4 peratus mempunyai penyakit dan 69.6 peratus tidak mempunyai penyakit.

### 9.2.3 Dapatan pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan

Bahagian ini akan membincangkan mengenai dapatan kajian pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan. Dalam 3 aspek, iaitu aspek kesihatan, bahasa dan interaksi sosial seperti jadual di bawah.

*Jadual 3 : Dapatan pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan*

<b>komponen</b>	<b>Min</b>	<b>Tahap</b>
Aspek : kesihatan		
Adakah aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu anda berasa lebih ceria?	3.90	Baik
Adakah aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu anda untuk mengurangkan tekanan?	3.90	Baik
Adakah aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan meningkatkan kesihatan fizikal anda?	3.80	Baik
Adakah pembelajaran Bahasa Melayu untuk kesihatan membantu anda berasa lebih bertenaga dan bermotivasi?	3.78	Baik
Adakah aktiviti pembelajaran bahasa Melayu untuk kesihatan membolehkan anda mengguna pakai kaedah bersenam dengan mudah untuk kehidupan seharian anda.	3.86	Baik
keseluruhan	3.84	Baik

Berdasarkan Jadual 3 di atas, bahawa warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla. mempunyai dapatan penilaian terhadap pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan dari aspek kesihatan keseluruhan berjumlah min keseluruhan 3.84 pada tahap baik, 2 min yang paling tertinggi 2 komponen iaitu aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu anda berasa lebih ceria dan aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu anda untuk mengurangkan tekanan, pada min 3.90 tahap baik, manakala aktiviti pembelajaran bahasa Melayu untuk kesihatan membolehkan mengguna pakai kaedah bersenam dengan mudah untuk kehidupan seharian mereka mempunyai min 3.86 tahap baik dan komponen aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan, meningkatkan kesihatan fizikal pada min 3.80 tahap baik dan pembelajaran Bahasa Melayu untuk kesihatan, membantu berasa lebih bertenaga dan bermotivasi pada min 3.78 tahap baik.

Hasil penilaian tersebut menunjukkan bahawa warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla telah mencapainya matlamat yang di tentukan oleh pihak Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, yang mana telah mewujudkan garis panduan untuk mengurus warga emas Khao Roop Chang dari 4 aspek mengikut (Kanokwan Ruangsri dan rakan -rakan, 2021) iaitu aspek kesihatan badan , aspek kesihatan psikologi , aspek ekonomi dan aspek sosial, Dengan mempunyai min keseluruhan 3.84 pada tahap baik. Selain daripada kesihatan badan kajian ini juga membuktikan bahawa warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla juga mempunyai kesihatan psikologi pada tahap baik pada min 3.90 dari soalan kajian mengenai aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu warga emas berasa lebih ceria dan mengurangkan tekanan. Serta warga emas dapat mengguna pakai kaedah bersenam dengan mudah untuk kehidupan seharian dengan min 3.86 tahap baik. Supaya meningkat kesitan fizikal dengan min 3.80 tahap baik juga. Manakala pembelajaran Bahasa Melayu untuk kesihatan dapat membantu warga emas berasa lebih bertenaga dan bermotivasi pada min 3.78 pada tahap baik.

#### Jadual 4: Dapatan pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa

##### Melayu melalui aktiviti kesihatan

Komponen	Min	Tahap
Aspek Bahasa		
Adakah anda berpuas hati dengan peluang mempelajari aktiviti Bahasa Melayu untuk kesihatan?	3.70	Baik
Adakah aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan membantu anda mempelajari kosa kata asas dalam kehidupan seharian dengan mudah?	3.60	Baik
Adakah kosa kata yang disediakan dalam aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan berkaitan dengan kosa kata kesihatan dan arahan	2.86	Sederhana
Adakah anda berasa lebih yakin untuk berkomunikasi apabila anda dapat berlatih melalui aktiviti kemahiran mendengar dan bertutur dalam bahasa Melayu untuk kesihatan	3.70	Baik
Adakah anda dapat mempelajari kosa kata asas tentang bilangan dan bahagian badan melalui aktiviti senaman kesihatan	3.60	Baik
keseluruhan	3.50	Baik

Berdasarkan jadual 4 di atas, warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla. Membuat penilaian terhadap pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan dari aspek bahasa dengan keseluruhan pada min 3.50 pada tahap baik. Maka 2 min yang paling tertinggi ialah dari komponen berpuas hati dengan peluang mempelajari aktiviti Bahasa Melayu untuk kesihatan dan berasa lebih yakin untuk berkomunikasi apabila dapat berlatih melalui aktiviti kemahiran mendengar dan bertutur dalam bahasa Melayu untuk kesihatan pada min 3.70 pada tahap baik, 2 komponen yang mempunyai min yang sama iaitu pada min 3.60 pada tahap baik iaitu komponen aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan membantu mempelajari kosa kata asas dalam kehidupan seharian dengan mudah dan dapat mempelajari kosa kata asas tentang bilangan dan bahagian badan melalui aktiviti senaman kesihatan dan pada tahap min yang paling rendah sekali ialah komponen kosa kata yang disediakan dalam aktiviti bahasa Melayu untuk kesihatan berkaitan dengan kosa kata kesihatan mempunyai min 2.86 pada tahap yang sederhana.

Hasil penilaian tersebut menunjukkan bahawa warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla. Mendapati bahawa Khusus Bahasa Melayu untuk warga emas berpuas hati dengan peluang mempelajari aktiviti Bahasa Melayu dan membantu dalam mempelajari kosa kata asas seperti nombor angkota badan serta perkataan kehidupan seharian dengan mudah. Serta berasa lebih yakin untuk berkomunikasi dengan dapat berlatih melalui aktiviti kemahiran mendengar dan bertutur secara teknik TPR dalam bahasa Melayu.

#### Jadual 5: Dapatan pembangunan sekolah warga emas dengan pengajaran bahasa

##### Melayu melalui aktiviti kesihatan: Interaksi sosial

Komponen	Min	Tahap
Aspek : Interaksi sosial		
Adakah anda merasakan bahawa mempelajari bahasa Melayu untuk kesihatan membantu anda membina hubungan yang lebih baik diantara warga emas yang lain?	3.80	Baik

<b>Komponen</b>	<b>Min</b>	<b>Tahap</b>
Adakah aktiviti pembelajaran bahasa Melayu untuk kesihatan mewujudkan perasaan anda sebahagian daripada pembangunan komuniti anda?	3.70	Baik
Adakah aktiviti pembelajaran bahasa Melayu untuk kesihatan membolehkan anda memahami persamaan dan perbezaan budaya negara jiran atau tidak?	3.70	Baik
Adakah pembelajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan dapat membantu warga emas berkomunikasi lebih baik dengan komuniti berbahasa Melayu?	3.80	Baik
Adakah anda merasakan bahawa aktiviti bahasa Melayu kesihatan dapat memberi anda memahami bahasa, budaya dan tradisi negara jiran?	3.90	Baik
keseluruhan	3.78	Baik

Berdasarkan jadual 5 di atas, warga emas di Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roop Chang, Daerah Bandar Songkhla, Wilayah Songkhla. Membuat penilaian terhadap pengajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan dari aspek interaksi sosial dengan min keseluruhan 3.78 pada tahap baik, dan mempunyai komponen yang mempunyai penilain yang paling tertinggi ialah Merasakan bahawa aktiviti bahasa Melayu kesihatan dapat memahami bahasa, budaya dan tradisi negara jiran pada min 3.90 pada tahap baik. 2 komponen yang mempunyai min pada 3.80 pada tahap baik iaitu komponen merasakan bahawa mempelajari bahasa Melayu untuk kesihatan membantu dan membina hubungan yang lebih baik diantara warga emas yang lain dan pembelajaran bahasa Melayu melalui aktiviti kesihatan dapat membantu warga emas berkomunikasi lebih baik dengan komuniti berbahasa Melayu, dan 2 komponen yang mempunyai min 3.70 pada tahap baik iaitu aktiviti pembelajaran bahasa Melayu untuk kesihatan mewujudkan perasaan mereka sebahagian daripada pembangunan komuniti dan memahami persamaan dan perbezaan budaya negara jiran. Soalan ini juga menggambarkan bahawa warga emas akan membina hubungan yang lebih baik diantara sama lain, lagi mewujudkan perasaan mereka sebahagian daripada pembangunan komuniti . Juga memahami persamaan dan perbezaan budaya bahasa negara jiran.

## **10.Kesimpulan**

Pembangunan sekolah warga emas melalui pengajaran bahasa Melayu dengan aktiviti kesihatan di Sekolah Warga Emas, Pejabat Perbandaran Bandar Khao Roob Chang, Daerah Bandar, Wilayah Songkhla adalah satu pendekatan inovatif untuk mengatasi cabaran yang berkaitan dengan penambahan penduduk warga emas di Thailand. Ini termasuk penjagaan kesihatan, pemberian pengetahuan, dan pemuliharaan warisan budaya. Kajian ini mempunyai potensi untuk meningkatkan kualiti hidup warga emas sambil mengekalkan identiti multi-budaya di selatan Thailand melalui integrasi aktiviti kesihatan dan pembelajaran bahasa kedua untuk warga emas. Dengan menggunakan teknik pengajaran bahasa TPR yang disokong oleh aktiviti kesihatan Manivej, kajian ini juga dapat diintegrasikan dengan cara yang sesuai dan menyeronokkan, menambah kebahagiaan warga emas. Hal ini membawa konsep pembangunan warga emas yang berdaya maju dalam konteks budaya yang pelbagai. Pendekatan holistik ini tidak hanya memberi manfaat kepada setiap peserta tetapi juga kepada masyarakat yang lebih luas, dengan mengukuhkan hubungan sosial dan memelihara warisan budaya yang telah lama wujud. Melalui perancangan yang teliti, pelaksanaan yang berkesan, dan sokongan daripada pelbagai pihak yang berkaitan, sekolah warga emas ini mempunyai potensi untuk menjadi model yang boleh direplikasi untuk komuniti lain yang menghadapi cabaran yang sama dalam mengatasi isu penambahan penduduk warga emas di Thailand pada masa hadapan.

## ***Rujukan***

- Asher, J.J. (2009). *Learning Another Language Through Actions* (7th edition). Los Gatos, CA: Sky Oaks Productions.
- Institut Siswazah Sains Pentadbiran Perniagaan Universiti Chulalongkorn. (2020). *Masa Depan Penduduk Thai: Apabila Kematian Melebihi Kelahiran*.  
[Online]:<https://www.chula.ac.th/highlight/79067/>(akses pada 24 Mac, 2025)
- Navarat Waichomphoo. (2021). Menggalakan kesihatan warga emas dengan pengetahuan Mani Vej,Universiti Rajabhat Yala, *Jurnal Kesihatan Awam dan Sains Kesihatan*. Diterbitkan: 5 Julai 2021.
- Pramote Prasatkul, Jongjit Ritthirong, Sutthida Chuanwan, Napaphat Satchanawakul, Suphon Charasit, Kanchana Tianlai, editor. *Situasi warga emas Thai 2021* [Internet]. Bangkok: YayasanInstitut Penyelidikan dan Pembangunan Warga Emas Thai Institut Penduduk dan Penyelidikan Sosial Universiti Mahidol; 2022  
[Online]:[https://ipsr.mahidol.ac.th/post\\_research/situation-of-thethai-older-persons-2021/](https://ipsr.mahidol.ac.th/post_research/situation-of-thethai-older-persons-2021/)(akses pada 20 Mac, 2025)
- Perbandaran Khao Rup Chang. (2020). *Bilangan Penduduk di Perbandaran Khao Rup Chang*.  
[Online]:<http://www.krc.go.th/frontpage>.(akses pada 22 Mac, 2025)
- Richards, J. C. and Rodgers, T. S. (2001). *Approaches and Methods in Language Teaching*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Smart Aging Songkhla Teamwork.
- Sireen Chumworataye. (2014). *Keberkesanan Pengajaran Maklum Balas Fizikal Menyeluruh terhadap Pembelajaran Kosa Kata dan Kekal Ingatan Murid Tahun 1*. (Tesis Sarjana Sastera) Universiti Prince of Songkla, Songkhla.
- Solahuddin Samaun. (2021).*Cara Pembelajaran Bahasa Melayu Era Covid-19*Kajian Kes Pembelajaran BahasaMelayu Untuk Pelancongan Secara Atas Talian (Online) Dan Luar Talian (Offline) Di Universiti Rajabhat Songkhla. *Buku Pengajaran dan pembelajaran Bahasa Melayu sebagai Bahasa Antarabangsa Fenomena dalam Isu* Diterbitkan 2021 muka 221-240.
- Somnuk Phatthani (2005) *Foundations of educational research*. Kalasin: Coordinate the printing.
- Kanitha Limsap. (2014). *Kesedaran Diri Optimisme Kepuasan Hidup dan Kesejahteraan Rohani Warga Emas di Pusat Khidmat Warga Emas Din Daeng, Daerah Din Daeng, Bangkok*.  
[Online]:[https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve\\_Doi=10.14457/KU.the.2014.87/](https://doi.nrct.go.th/ListDoi/listDetail?Resolve_Doi=10.14457/KU.the.2014.87/)(akses pada 21 Mac, 2025)
- Kanokwan Ruangsri dan rakan-rakan. (2021). *The Operation of Khaoroochang Municipality Muang District Songkhla Province to Prepare for The Aging Society*. *Governance Journal* 10 (2), 90.