

UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA

**TRANSKRIP TEMUBUAL BERSAMA
CIK NORASEELA MOHD KHALID
ATLET OLAHRAGA LARI BERPAGAR
ACARA 400 METER**

MUHAMMAD SAIFUL ANUAR BIN MAT SALLEH

(2019336651)

AMIRUL ARIFF BIN MOHAMMADEN

(2019717707)

SEMESTER MAC 2020 – JULAI 2020

ISI KANDUNGAN

ABSTRAK.....	i
PENGHARGAAN.....	ii
SENARAI ABREVIASI.....	iii
SENARAI SINGKATAN.....	iv
RUJUKAN KATA.....	v
1.0 BIODATA PENEMUBUAL	
1.1 BIODATA PERTAMA.....	2
1.2 PENEMUBUAL KEDUA.....	3
2.0 BIODATA TOKOH	
2.1 BIODATA TOKOH.....	5
2.2 PENGENALAN BIODATA TOKOH.....	6
3.0 SEJARAH LISAN	
3.1 PENGENALAN.....	8
3.2 OBJEKTIF SEJARAH LISAN.....	9
3.3 KEPENTINGAN SEJARAH LISAN.....	10
4.0 KAJIAN LITERATUR	
4.1 KAJIAN LITERATUR SUKAN.....	12
4.2 KAJIAN LITERATUR SUKAN OLAHRAGA LARI BERPAGAR.....	13
4.2.1 KATEGORI LARI BERPAGAR.....	14
4.2.2 JARAK DAN UKUR PAGAR.....	14
4.2.3 KEMAHIRAN ASAS.....	15 - 19
4.2.4 FASA LARI BERPAGAR.....	20 - 22
4.2.5 JENIS LATIHAN.....	23 - 27
5.0 TRANSKRIP	
5.1 SESI PERTAMA.....	29 - 64
5.2 SESI KEDUA.....	66 - 88

**PENGALAMAN CIK NORASEELA BINTI MOHD KHALID SEBAGAI
ATLET SUKAN OLAHRAGA LARI BERPAGAR ACARA 400 METER**

Muhammad Saiful Anuar bin Mat Salleh (2019336651)

Amirul Ariff bin Mohammeden (2019717707)

**Fakulti Pengurusan Maklumat,
UiTM Johor Kampus Segamat,
KM 12, Jalan Muar, 85000 Segamat, Johor**

ABSTRAK

Transkrip ini membincangkan tentang pengalaman dan kisah hidup seorang tokoh atau atlet iaitu Cik Noraseela binti Mohd Khalid yang pernah berkhidmat dan mengharumkan nama negara dalam bidang sukan olahraga 400 meter lari berpagar. Menyentuh sedikit tentang latar belakang atlet ini, beliau telah memenangi pingat emas dalam pertandingan Sukan Sea tahun 1999, 2003, 2009 dan 2011. Beliau juga pernah mewakili dalam Sukan Olimpik. Tujuan projek sejarah lisan ini ialah cubaan untuk merekod dan merakam kisah hidup dan pengalaman bekas atlet negara ini. Proses merekod dan mencatat rentetan kehidupan beliau dijalankan melalui wawancara yang dijalankan dan bermula dari latar belakang dan sejarah atlet, kajian ini turut memberi fokus yang menyeluruh tentang isu-isu yang berkaitan tentang sukan di negara Malaysia. Kajian ini juga bagi mengesahkan kebenaran tentang pencapaian sukan terutamanya dalam bidang sukan lari berpagar ini. Melalui temubual ini kami bisa mengupas dengan lebih lanjut tentang informasi-informasi penting berkaitan sukan ini. Diharap juga melalui dapatan kajian lisan ini masyarakat luar terutamanya generasi akan datang akan mengenali dengan lebih lanjut dan mempunyai minat yang mendalam untuk mengetahui lebih lanjut tentang atlet-atlet yang pernah mengharumkan nama negara Malaysia. Kajian ini membuktikan besarnya sejarah negara berkaitan sukan dan bagaimana ianya boleh mencorak sejarah Malaysia secara langsung atau tidak langsung.

Kata kunci: Cik Noraseela binti Mohd Khalid, Sukan Sea, Sukan Olimpik, Malaysia, Sejarah lisan.

PENGHARGAAN

Pertama sekali, kami ingin mengucapkan ribuan terima kasih tidak terhingga kepada pihak-pihak yang terlibat dalam menjayakan tugas ini hingga ke akhir tugas ini. Dengan izin kurniaan Tuhan yang Maha Kuasa, kami dengan jayanya dapat menyelesaikan tugas kami dengan baik.

Kami dengan rendah diri ingin merakamkan sejuta penghargaan kepada pensyarah kami bagi subjek *Oral Documentation*, kod subjek IMR604 iaitu Puan Siti Noorsiah Binti Jamaludin kerana telah memberikan tunjuk ajar dan bimbingan terhadap tugas ini. Melalui dorangan tersebut, kami berjaya menyiapkan tugas ini walaupun di saat akhir.

Tidak dilupakan juga, kami ingin titipkan penghargaan buat Cik Noraseela Binti Mohd Khalid yang sudi menerima pelawaan kami untuk menjadi rujukan tokoh dalam tugas yang diberikan ini. Tanpa bantuan daripada beliau kami tidak mampu untuk melaksanakan tugas ini dengan baik.

Di samping itu, penghargaan kepada juga kepada rakan-rakan, keluarga, kedua ibu-bapa di mana telah membantu kami dalam menyelesaikan tugas ini.

Akhir kata, terima kasih sekali lagi kepada pihak-pihak yang terlibat dalam menjayakan tugas yang penuh cabaran ini.

Sekian, terima kasih.

SENARAI ABREVIASI

Singkatan	Maksud
SMK	Sekolah Menengah Kebangsaan
SK	Sekolah Kebangsaan
UPM	Universiti Putra Malaysia
PMR	Penilaian Menengah Rendah
SPM	Sijil Pelajaran Malaysia
Dr.	Doctor
Oly	Olympian
PT3	Penilaian Tingkatan 3
CGPA	Cumulative Grade Point Average
KBS	Kementerian Belia dan Sukan
BMI	Body Mass Index
YAKEB	Yayasan Kebajikan Atlet Bersara