



PEMBINAAN MODUL BOLA SEPAK SMALL SIDED GAME DAN KESANNYA KE ATAS PRINSIP MENYERANG DAN BERTAHAN UNTUK MURID BAWAH 16 TAHUN



AHMAD NAJIB BIN ABD RAZAK

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2023



**PEMBINAAN MODUL BOLA SEPAK SMALL SIDED GAME DAN KESANNYA
KE ATAS PRINSIP MENYERANG DAN BERTAHAN UNTUK MURID BAWAH
16 TAHUN**

AHMAD NAJIB BIN ABD RAZAK

**TESIS DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK MEMPEROLEH
IJAZAH DOKTOR FALSAFAH**

**FAKULTI SAINS SUKAN DAN KEJURULATIHAN
UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS**

2023



Sila tanda (✓)
Kertas Projek
Sarjana Penyelidikan
Sarjana Penyelidikan dan Kerja Kursus
Doktor Falsafah

✓

INSTITUT PENGAJIAN SISWAZAH

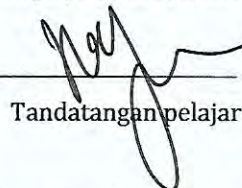
PERAKUAN KEASLIAN PENULISAN

Perakuan ini telah dibuat pada(hari bulan)..... (bulan) 20.....

i. Perakuan pelajar :

Saya, AHMAD NAJIB B. ABD RAZAK P20181001697 FSSKT (SILA NYATAKAN NAMA PELAJAR, NO. MATRIK DAN FAKULTI) dengan ini mengaku bahawa disertasi/tesis yang bertajuk PEMBINAAN MODUL BOLA SEPAK SMALL SIDED GAME DAN KESANNYA KEATAS PRINSIP MENYERANG DAN BERTAHAN UNTUK MURID BAWAH 16 TAHUN

adalah hasil kerja saya sendiri. Saya tidak memplagiat dan apa-apa penggunaan mana-mana hasil kerja yang mengandungi hak cipta telah dilakukan secara urusan yang wajar dan bagi maksud yang dibenarkan dan apa-apa petikan, ekstrak, rujukan atau pengeluaran semula daripada atau kepada mana-mana hasil kerja yang mengandungi hak cipta telah dinyatakan dengan sejelasnya dan secukupnya

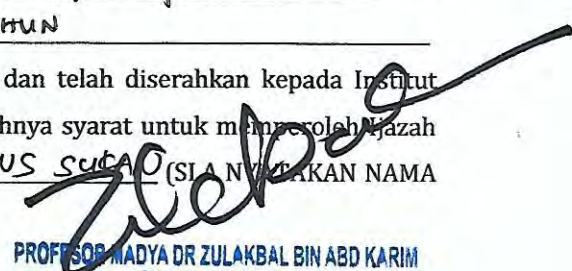

Tandatangan pelajar

ii. Perakuan Penelia:

Saya, ZULAKBAL BIN ABD KARIM (NAMA PENYELIA) dengan ini mengesahkan bahawa hasil kerja pelajar yang bertajuk PEMBINAAN MODUL BOLA SEPAK SMALL SIDED GAME DAN KESANNYA KEATAS PRINSIP MENYERANG DAN BERTAHAN UNTUK MURID BAWAH 16 TAHUN

(TAJUK) dihasilkan oleh pelajar seperti nama di atas, dan telah diserahkan kepada Institut Pengajian Siswazah bagi memenuhi sebahagian/sepenuhnya syarat untuk memperoleh Ijazah DOKTOR FALSAFAH PENDIDIKAN SAWS SUKAO (SILA NYATAKAN NAMA IJAZAH).

Tarikh


PROFESOR MADYA DR ZULAKBAL BIN ABD KARIM
Pensyarah Kanan
Fakulti Sains Sukan & Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tanjung Malim,
Tandatangan Penelia
(P): 015-4817 7250 H/P 018-399 6943
Email: zulakbal@fsski.upsi.edu.my



**INSTITUT PENGAJIAN SISWAZAH /
INSTITUTE OF GRADUATE STUDIES**

**BORANG PENGESAHAN PENYERAHAN TESIS/DISERTASI/LAPORAN KERTAS PROJEK
DECLARATION OF THESIS/DISSERTATION/PROJECT PAPER FORM**

Tajuk / Title: PEMBINAAN MODUL BOLA SEPAK SMALL-SIDED GAME
DAN KESANNYA KEATAS PRINSIP MENYERANG DAN BERTAHAN
UNTUK MURID BAWAH 16 TAHUN.

No. Matrik / Matric's No.: P 20181001697

Saya / I: AHMAD WAJIB B. ABD RAZAK

(Nama pelajar / Student's Name)

mengaku membenarkan Tesis/Disertasi/Laporan Kertas Projek (Kedoktoran/Sarjana)* ini disimpan di Universiti Pendidikan Sultan Idris (Perpustakaan Tuanku Bainun) dengan syarat-syarat kegunaan seperti berikut:-

acknowledged that Universiti Pendidikan Sultan Idris (Tuanku Bainun Library) reserves the right as follows:-

1. Tesis/Disertasi/Laporan Kertas Projek ini adalah hak milik UPSI.
The thesis is the property of Universiti Pendidikan Sultan Idris
2. Perpustakaan Tuanku Bainun dibenarkan membuat salinan untuk tujuan rujukan dan penyelidikan.
Tuanku Bainun Library has the right to make copies for the purpose of reference and research.
3. Perpustakaan dibenarkan membuat salinan Tesis/Disertasi ini sebagai bahan pertukaran antara Institusi Pengajian Tinggi.
The Library has the right to make copies of the thesis for academic exchange.
4. Sila tandakan (✓) bagi pilihan kategori di bawah / Please tick (✓) for category below:-

☐ **SULIT/CONFIDENTIAL**

Mengandungi maklumat yang berdarjah keselamatan atau kepentingan Malaysia seperti yang termaktub dalam Akta Rahsia Rasmi 1972. / Contains confidential information under the Official Secret Act 1972

☐ **TERHAD/RESTRICTED**

Mengandungi maklumat terhad yang telah ditentukan oleh organisasi/badan di mana penyelidikan ini dijalankan. / Contains restricted information as specified by the organization where research was done.

☐ **TIDAK TERHAD / OPEN ACCESS**

[Signature]
(Tandatangan Pelajar/ Signature)

Tarikh: _____

[Signature]
(Tandatangan Penyelia / Signature of Supervisor)
& (Nama & Copi Rasmi / Name & Official Stamp)

Pensyarah Kanan
Fakulti Sains Sukan & Kejurulatihan
Universiti Pendidikan Sultan Idris
35900 Tanjung Malim,
Perak Darul Ridzuan
(P): 015-4811 7250 H/P 018-399 6943
Email: zulakbal@fsski.upsi.edu.my

Catatan: Jika Tesis/Disertasi ini **SULIT @ TERHAD**, sila lampirkan surat daripada pihak berkuasa/organisasi berkenaan dengan menyatakan sekali sebab dan tempoh laporan ini perlu dikelaskan sebagai **SULIT** dan **TERHAD**.

Notes: If the thesis is **CONFIDENTIAL** or **RESTRICTED**, please attach with the letter from the organization with period and reasons for confidentiality or restriction.

PENGHARGAAN

“Dukacita dimaklumkan bahawa, keputusan viva En Ahmad Najib ialah **PEMBETULAN SELAMA 12 BULAN dan PERLU MENJALANI SEMULA VIVA**”

Inilah kata-kata yang tidak boleh aku lupakan dari mulut pengerusi viva pada 16 Disember 2020 dan ianya menghantui aku.

PhD. Aku mendaftar pengajian pada tahun 2018 dan aku viva pada Disember 2020. Namun pengajianku tamat pada tahun 2023. PhD memberikan aku ‘pengajaran’ selepas viva dan bukannya sebelum viva.

Pengalaman viva aku amatlah perit. 4 jam. Apa yang aku dapat dari pengalaman viva aku adalah betapa pentingnya istilah **‘bersetuju untuk tidak bersetuju’** dan **pentingnya menerima perbezaan pendapat**. Kita mungkin berbeza pendapat, tetapi apa salahnya menerima pendapat aku. Pada pendapat aku, setiap usaha haruslah dihargai dan kita semua datang dari *different school of thought*. Seperkara lagi, intonasi teguran dan cara menegur haruslah diberi perhatian. Adakah kerana aku perlu lulus, aku ditegur dan dilayan dengan teruk? Meskipun mereka berkuasa meluluskan aku, itu bukan lesen untuk menegur dengan cara yang tidak berhemah.

Viva adalah majlis ilmu. Majlis di mana aku membawa satu cahaya lampu, dan tetamu yang hadir juga membawa cahaya lampu masing-masing. Seharusnya apabila majlis selesai, kita keluar daripada bilik viva dengan kekayaan ilmu. Bukan memadamkan cahaya lampu ilmu yang aku bawa.

Perjalanan PhD juga memberitahu bahawasanya, siapa kawan aku ketika aku susah dia ada, dan siapa kawan aku ketika aku susah, dia TIADA.

Kekecewaan dalam diriku tidak dapat aku sembunyikan apatah lagi ia menghampiri tarikh perkahwinanku. Namun begitu, abah; Abd Razak bin Yaakop (nama pertama dalam penghargaan ini) lah yang banyak memberikan kata-kata semangat padaku sehingga aku ‘melupakan’ seketika kekecewaan viva ku pada hari perkahwinan. Tidak dapat aku lupakan betapa aku telah mengecewakan abah dengan keputusan viva ku dimana pada hari itu, abah datang dari Gebok untuk memberikan sokongan padaku. Namun abah tetap memberikan sokongan, *follow up* dan yang paling utama DOA padaku tentang pembetulan pengajian (dan dalam kehidupan seharianku). Terima kasih abah.

Selepas viva (dan selepas bernikah), aku banyak mendengar *podcast* Garasi TV yang di hos oleh tuan Zainal Rashid Ahmad. Dari *podcast-podcast* yang aku dengar, kata-kata dari tuan Zainal Rashid sangat membantu aku dari segi emosi dan menjadikan aku lebih bermentaliti ‘pemberontak’ berbanding diriku sebelum ini iaitu ‘mematuhi’ apa sahaja arahan dari penyeliaku. Aku ‘memberontak’.



Pemberontakan aku ‘disokong’ oleh Abang Adib Jusoh. Beliau merupakan seorang abang, cikgu dan kawan aku sepanjang pengajian (ketika master lagi). Beliaulah yang menolong aku sepanjang pengajian dan beliau juga salah seorang yang bertungkus lumus membantu aku sehari semalam mempersiapkan aku untuk viva di bilik hotel ‘Scholar Suite’. Dan selepas viva, beliau ‘mengajar’ aku erti ‘pemberontakan’. Terima kasih abang Adib.

Bersama-sama dengan abang Adib ialah abang Shamsul Kamar yang meskipun beliau tidak gemar jika aku ‘memberontak’, beliau banyak membantu aku dari segi membuat pembetulan viva ku. Beliau sanggup meninggalkan anak dan isteri semata-mata untuk tidur dirumahku bagi memastikan aku tidak hanyut dan tidak terus meninggalkan pengajianku. Sepanjang tempoh pembetulan, beliau sanggup berulang alik menjemputku dari rumah dan pergi ke sekolah beliau membantu aku menyiapkan pembetulan. Terima kasih abang Shamsul Kamar.

Seterusnya, perjumpaan aku dengan kawan lamaku, Saiful Rahman bin Zana Abidin. Setelah aku mengalami hari-hari mengecewakan selepas viva, perjumpaan aku dengan Saiful Rahman mengubah segala-galanya. Saiful Rahman menunjukkan aku jalan ‘keluar’ dari kekecewaan dan aku mengikut ‘jalan’ itu sehingga sekarang. Begitu juga perkenalanku dengan Syazwan Ismail yang membawa aku ke ‘jalan’ yang sama. Terima kasih Saiful Rahman dan Syazwan Ismail.

Tempoh pembetulan yang perlu aku siapkan adalah selama setahun (16 Disember 2020-16 Disember 2021). Namun, aku TIDAK HANTAR (malah tidak peduli) pembetulan tersebut dan aku memang menunggu surat gagal dikeluarkan oleh universiti. Pada awal tahun 2022, tiba-tiba aku mendapat panggilan telefon dari Dr Haziyanti (timbalan dekan Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan, UPSI) dan Dr Jaffry Zakaria (Dekan Fakulti Sains Sukan dan Kejurulatihan, UPSI). Mereka bertanya padaku tentang status terkini pengajian, pembetulan dan aku luahkan segala isi hatiku pada mereka. Mereka memahami apa yang ingin aku sampaikan dan aku memberikan kata dua kepada mereka jika ingin menghantar pembetulanku. Mereka menerima syarat-syaratku dan akhirnya aku menghantar pembetulan.

Emak angkatku di UPSI iaitu Dr Suriani Mohamed (Fakulti Teknikal dan Vokasional) juga tidak jemu memberi nasihat supaya terus bertabah, sabar dan jangan putus asa. Tidak pernah dia meninggalkan ‘anak lelakinya’ ini terkapai-kapai selepas viva. Terima kasih Dr Suriani.

Miza Fadhlina bt Zainal Abidin. Ketua Panitia Bahasa Inggeris SMK Puteri Ampang. Satu nama yang tidak boleh aku tinggalkan dalam penghargaan ini. Kak Miza memudahkan urusanku dengan memberikan aku ruang dan masa untuk menyiapkan pembetulanku dan pada masa yang sama, beliau membantu menyiapkan kerja-kerja aku di sekolah. Jika tiada kak Miza, mungkin aku tak hantar pembetulan aku. Begitu juga dengan Ustazah Arbaayah binti Sulaiman dan Lau Bee Tieng yang sentiasa menanyakan khabar tentang pengajianku dan memberikan kata-kata semangat padaku. Terima kasih kak Miza, Ustazah Abby dan Lau.





Cik Kamisah bt Abu Bakar (mantan Pengetua, SMK Puteri Ampang dan Pn Ros Abza (mantan Penolong Kanan Pentadbiran, SMK Puteri Ampang) juga sentiasa menyokong, mendoakan dan selalu memberikan kerjamas padaku bila mana aku memerlukan samada cuti di waktu persekolahan untuk menguruskan pengajianku dan kedua-dua pentadbir ini memahami perjalanan pengajianku, Mereka juga sentiasa memudahkan urusan pengajianku. Terima kasih Miss K dan Pn Ros.

Selain daripada itu, jutaan terima kasih juga aku berikan kepada Cikgu Faiz (SMK Seksyen 2), Cikgu Amier (SMK Taman Setiawangsa) cikgu Vekram (SMK Wangsa Melawati), cikgu Mujid dan cikgu Nasa (Kolej Vokasional ERT Setapak) kerana membantu aku dalam pengutipan data intervensi latihan *small sided game* bola sepak dalam kajianku ini.

Tidak lupa juga kepada En Saharuddin bin Abd Ghani (Ketua Jabatan Seni Kulinari) dari Kolej Vokasional ERT Setapak, kerana memberikan aku ruang dan masa untuk aku menyambung pengajianku ini. Selain itu, Pn Shafinaz binti Bahari dan Cik Norlina Ayob (kedua-duanya juga dari Kolej Vokasional ERT Setapak) yang sentiasa menyokong, mendoakan, memberikan kata-kata semangat dan tidak sesekali mahu melihat aku jatuh. Terima kasih Kak Shafinaz dan Norlina Ayob.

Sokongan moral juga aku peroleh daripada sahabat-sahabat dari UPSI seperti Khairi Mat Yaman, Pok Jat, Badol, Yusri Yahya, Hafiq Apek, Epul Sajos, Botak, Akim, Alvin Raj dan Kumaran G. Selain daripada sokongan moral dan kata-kata semangat, mereka juga memahami 'perjuangan' ku dan menyokong segala perbuatanku. Terima kasih kawan-kawan semua. Dan tidak lupa juga pada sepupu (dan kawan baik) yang membesar bersama-samaku. Fauzan. Terima kasih sebab mendoakan dan menyokong 'perjuangan' dan 'pemberontakan' ku.

Kepada anak-anak murid dari Kolej Vokasional ERT Setapak dan anak-anak murid dari SMK Puteri Ampang khususnya dari 3 Anggerik 2023, 3 Cempaka 2023, 3 Dahlia 2023, 3 Kekwa 2023 dan 3 Mawar 2023 kerana mendoakan cikgu Najib selesai dan tamat pengajian. Terima kasih juga kepada murid-murid SMK Puteri Ampang yang lain kerana mendoakan.

Seperkara lagi, entah datang dari mana, tiba-tiba Profesor Dr. Raja Nor Safinas binti Raja Harun (Dekan, Institut Pengajian Siswazah, UPSI) menguruskan hal-hal berkenaan dengan pembetulan tesis pengajianku. Dari hampir gagal, aku lulus.

Dan alhamdulillah, pada 29 Mei 2023 (sama tarikh dengan hari pemergian P.Ramlee), setelah 'memberontak', aku berjaya menghantar pembetulan thesisku dan aku menerima surat tamat pengajian (berjaya menamatkan pengajian dan boleh berkonvo pada penghujung tahun 2023). Syukur ya Allah.

Kepada ibu mertuaku (kesayangan), Pn Marhaizan binti Mohamad dan ayah mertuaku, Mohd Pauzi; terima kasih kerana DOA-DOA ummie dan abah, alhamdulillah mudah dan selesai urusan pengajianku. Terima kasih ummie dan abah.





Dan dalam diam, kejayaan aku ini mungkin adalah doa dari arwah emakku (Rasimah binti Mariman) yang tak sempat melihat aku berjaya. Aku berjaya menjadi seorang guru (pekerjaan yang emak ingin aku capai), emak tak dapat melihatnya. Aku peroleh PhD (yang pertama dalam keluarga besarku), emak juga tak dapat melihatnya. Ini semua doa dari emak.

Akhir sekali, individu yang aku wajib hargai ialah Nur Athirah binti Mohd Pauzi. Isteri. sahabat, kawan baik dan mangsa buli yang sentiasa MENDOAKAN aku, menyokongku, mendorongku, memahamiku, memberiku ruang, masa, harapan dalam menyelesaikan pengajianku ini. Seorang isteri yang sangat hebat. Terima kasih Baby.

Setelah tamat pengajian, ramai yang menyatakan bahawa aku pelajar yang 'hebat'. Jarang mereka mendengar cerita seperti aku. Namun, 'kehebatan' ini bukan dari ku tetapi dari semua orang yang mendoakanku. Doa yang aku terima samada secara terang atau tersembunyi. Doa-doa mungkin dari pertolongan abah kepada orang lain, emak kepada orang lain, ibu mertua dan bapa mertua kepada orang lain, doa anak-anak murid dan doa orang-orang lain dan orang lain itu lah yang mendoakan, akhirnya aku dapat tempias. Aku tidak hebat. Ini semua doa orang lain.

Kisah kehebatan dan kejayaan seorang lelaki yang membesar di Setiawangsa, membesar dengan bola sepak, seorang murid yang berada di kelas hujung (di SMK Taman Setiawangsa), dilihat sebagai seorang manusia yang tiada masa depan, akhirnya aku berjaya menamatkan pengajian PhD ku. Semua ini hanyalah dengan izin yang Maha Esa, Maha Kaya, Maha Berkuasa, Allah S.W.T. Terima kasih ya Allah.



Saya yang hina,

.....
Najib Razak,
(P20181001697)





ABSTRAK

Guru perlu memiliki sumber kejurulatihan yang tersendiri untuk melatih pasukan bola sepak sekolah. Melatih pasukan bola sepak tanpa modul latihan atau bahan pengajaran spesifik sebagai panduan, ia akan membuang masa guru, objektif kategori umur pemain tidak tercapai, pemain tidak mencapai prestasi yang sepatutnya dan tidak dapat menyumbang kepada pembangunan bola sepak sekolah. Tujuan utama kajian ini dijalankan adalah untuk melihat keberkesanan penggunaan modul *Small Sided Game* untuk prinsip menyerang dan bertahan antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan. Analisis keperluan yang dilakukan oleh penyelidik mendapati bahawa 88.9% guru di zon Keramat memerlukan modul latihan bola sepak untuk kategori bawah 18 tahun yang merangkumi keperluan prinsip menyerang dan prinsip bertahan. Kajian ini menggunakan reka bentuk *pre and post control group design*. Seramai 64 orang pelajar lelaki berumur 16 tahun yang bersekolah di daerah zon Keramat telah dipilih secara rawak. Instrumen kajian ialah *Small Sided Game* (4 lawan 4). Analisis ANCOVA menunjukkan terdapat perbezaan min skor pasca prinsip menyerang yang signifikan, $F(1,61) = 451.103$, $MSE = .958$, $p = .000$, partial $\eta^2 = .88$ selepas diberi intervensi. Untuk prinsip bertahan, analisis ANCOVA menunjukkan terdapat perbezaan min skor pasca prinsip bertahan yang signifikan $F(1,61) = 443.792$, $MSE = .942$, $p = .000$, partial $\eta^2 = .879$ selepas diberi intervensi. Analisis MANOVA pula menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan ke atas skor prinsip menyerang (*support, width, mobility, penetration* dan *creativity*), $F(5,58) = 109.276b$, $p < .05$, Wilk's Lambda = .096 partial eta squared = .904 adalah signifikan. Analisis MANOVA juga menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan ke atas skor prinsip bertahan (*delay, depth, balance, patience* dan *compactness*), $F(5,58) = 119.727b$, $p < .05$, Wilk's Lambda = .088 partial eta squared = .912 adalah signifikan. Kesimpulannya, kajian menunjukkan bahawa modul *Small Sided Game* yang melibatkan prinsip menyerang dan bertahan untuk bermain sebagai satu pasukan boleh dijadikan sebagai sumber rujukan rasmi buat guru untuk melatih pasukan bola sepak sekolah. Adalah dicadangkan bahawa pembinaan modul latihan bola sepak mengikut kategori umur yang berbeza harus dibangunkan untuk dijadikan sebagai sumber rujukan buat guru bola sepak sekolah.





THE DEVELOPMENT OF FOOTBALL SMALL SIDED GAME TRAINING MODULE AND ITS EFFECTS IN THE PRINCIPLES OF ATTACKING AND DEFENDING FOR FOOTBALL UNDER 16

ABSTRACT

Teachers need to have their own coaching resources to coach their school football team. Training a football team without specific training modules or teaching materials as a guide, it will waste the teacher's time, the objectives of the age category of the players are not achieved, the players do not achieve the performance they should and cannot contribute to the development of school football team. The main purpose of this study is to see the effectiveness of using the Small Sided Game module for attacking and defending principles between the treatment group and the control group. The needs analysis done by the researchers found that 88.9% of teachers in the Keramat zone need a football training module for the under 18 category that includes the needs of attacking principles and defensive principles. This study uses a pre and post control group design. A total of 64 male students aged 16 who attend school in the Keramat zone district were randomly selected. The research instrument is Small Sided Game (4 versus 4). ANCOVA analysis showed that there was a significant difference in mean score post - principal attack, $F(1,61) = 451.103$, $MSE = .958$, $p = .000$, partial $\eta^2 = .88$ after being given the intervention. For the defensive principle, ANCOVA analysis showed that there was a significant difference in the mean score after the defensive principal $F(1,61) = 443.792$, $MSE = .942$, $p = .000$, partial $\eta^2 = .879$ after the intervention. MANOVA analysis showed that there was a significant difference between the treatment group and the control group on the attack principal score (support, width, mobility, penetration and creativity), $F(5,58) = 109.276b$, $p < .05$, Wilk's Lambda = .096 partial eta squared = .904 is significant. MANOVA analysis also showed that there was a significant difference between the treatment group and the control group on the defensive principal score (delay, depth, balance, patience and compactness), $F(5,58) = 119.727b$, $p < .05$, Wilk's Lambda = .088 partial eta squared = .912 is significant. In a nutshell, the study shows that the Small Sided Game module which involves the principles of attacking and defending to play as a team can be used as an official reference source for teachers to train their school football teams. It is suggested that the development of football training modules according to different age categories should be developed to be used as a reference source for school football teachers.



KANDUNGAN

Muka Surat

PERAKUAN KEASLIAN PENULISAN	ii
PENGESAHAN PENYERAHAN TESIS	iii
PERHARGAAN	iv
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KANDUNGAN	x
SENARAI JADUAL	xx
SENARAI RAJAH	xxv

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1	Pengenalan	1
1.2	Latar Belakang Kajian	4
1.3	Penyataan Masalah	9
1.4	Objektif Kajian	13
1.5	Persoalan Kajian	16
1.6	Kepentingan Kajian	18
1.7	Limitasi Kajian	19
1.8	Definisi Operasional	22
1.8.1	Modul Bola Sepak ‘ <i>Small Sided Game</i> ’	22
1.8.2	Prinsip Menyerang	23
1.8.3	Prinsip Bertahan	24
1.8.4	Pemain Berumur 16 Tahun	25

1.9	Kesimpulan	25
BAB 2	TINJAUAN LITERATUR	
2.1	Pengenalan	27
2.2	Teori Bola Sepak (<i>Football Theory</i>)	28
2.2.1	Bahasa Bola Sepak (<i>Football Language</i>)	28
2.2.2	<i>Four Main Moments in Football</i>	31
2.2.2.1	Menyerang (<i>Attacking</i>)	33
2.2.2.2	Bertahan (<i>Defending</i>)	35
2.2.2.3	Transisi (<i>Transition</i>)	37
2.2.3	Prinsip Permainan (<i>Principles of Play</i>)	38
2.2.4	Kejurulatihan	40
2.2.4.1	Peranan Guru atau Jurulatih Bola Sepak	49
2.2.4.2	Metodologi Latihan Bola Sepak oleh Guru atau Jurulatih	51
2.3	Trend Terkini Permainan Bola Sepak Bawah 17 Tahun	53
2.3.1	Pergerakan Pemain dengan Bola (<i>On the Ball Movement</i>)	54
2.3.2	Pergerakan Pemain Tanpa Bola (<i>Off the Ball Movement</i>)	57
2.3.3	Aspek Taktikal	59

2.3.4	Trend Terkini Prinsip Bertahan dalam Permainan Bola Sepak Bawah 17 Tahun	62
2.3.4.1	Tekanan di Bahagian Tengah Padang	63
2.3.4.2	Tekanan di <i>Attacking Third</i>	64
2.3.5	Trend Terkini Prinsip Menyerang dalam Permainan Bola Sepak Bawah 17 Tahun	65
2.3.6	Trend Terkini Prinsip Transisi dalam Permainan Bola Sepak Bawah 17 Tahun	68
2.3.7	Memanfaatkan Penggunaan Pemain Sayap (<i>Winger</i>)	71
2.3.8	Aspek Hantaran	73
2.4	Model (<i>Teaching Games for Understanding</i>)	77
2.5	Periodisasi Bola Sepak (<i>Football Periodization</i>)	81
2.5.1	Periodisasi: Tradisional dan Blok Periodisasi	82
2.5.2	<i>Age Related Training</i>	98
2.5.3	Model Periodisasi Latihan	105
2.6	<i>Small Sided Game</i>	106
2.6.1	Format Permainan <i>Small Sided Game</i>	108
2.6.2	Saiz Padang <i>Small Sided Game</i>	115

2.6.3	Undang-Undang Permainan <i>Small Sided Game</i>	121
2.6.4	Kategori Umur dalam <i>Small Sided Game</i>	125
2.6.5	Program Latihan <i>Small Sided Game</i>	126
2.6.6	Kesimpulan <i>Small Sided Game</i>	129
2.7	Aplikasi <i>Small Sided Game</i> untuk Modul <i>Small Sided Game</i> Kajian	133
2.8	Kaedah Penilaian Pemain (Borang Skor)	133
2.8.1	<i>The Game Performance Assessment Instrument</i> (GPAI)	134
2.8.2	<i>Game Performance Evaluation Tool</i> (GPET)	138
2.8.3	<i>System of Tactical Assessment in Soccer</i> (FUT-SAT)	146
2.9	Program Pembangunan Bola Sepak Seluruh Dunia	150
2.9.1	Program Pembangunan Bola Sepak di Malaysia	150
2.9.2	Program Pembangunan Bola Sepak di Jerman	159
2.9.3	Program Pembangunan Bola Sepak Barcelona	165
2.10	Pembinaan Modul <i>Small Sided Game</i>	182
2.11	Kesimpulan	186

BAB 3

KAJIAN 1: *MINI REVIEW SMALL SIDED GAME*

3.1	Pengenalan	187
3.2	Objektif Kajian	190
3.3	Persoalan Kajian	191
3.4	Metodologi Kajian	191
3.4.1	Instrumen Kajian	192
3.5	Dapatan Kajian	194
3.6	Perbincangan	203
3.7	Limitasi Kajian	207
3.8	Kesimpulan	207

BAB 4

E-SURVEY

4.1	Pengenalan	208
4.2	Objektif Kajian	209
4.3	Persoalan Kajian	210
4.4	Reka Bentuk Kajian	211
4.5	Sampel Kajian	211
4.6	Instrumen Kajian	211
4.7	Hasil Dapatan <i>E-Survey</i>	212
4.7.1	Persoalan Kajian 1	216
4.7.2	Persoalan Kajian 2	217
4.7.3	Persoalan Kajian 3	218
4.7.4	Persoalan Kajian 4	219
4.7.5	Persoalan Kajian 5	220
4.7.6	Persoalan Kajian 6	221

4.7.7	Persoalan Kajian 7	222
4.8	Perbincangan	223
4.9	Limitasi Kajian	226
4.10	Kesimpulan	227

BAB 5

KAJIAN 3: KAJIAN RINTIS PEMBINAAN MODUL *SMALL SIDED GAME*

5.1	Pengenalan	228
5.2	Kerangka Konseptual Kajian	229
5.3	Reka Bentuk Kajian Rintis	233
5.3.1	Sampel Kajian	234
5.4	Instrumen Kajian	234
5.4.1	Ujian <i>Small Sided Game</i> (4 vs 4)	235
5.4.2	Justifikasi Pemilihan Instrumen	244
5.4.2.1	Bilangan Pemain	245
5.4.2.2	Tidak Menggunakan Penjaga Gol	246
5.4.2.3	Saiz Padang	247
5.4.2.4	Pemilihan Kaedah Penilaian Pemain (Borang Skor)	248
5.5	Pentadbiran Kajian Rintis	249
5.5.1	Dapatan Kajian Rintis	249
5.5.2	Kriteria Pemilihan Pakar Kesahan	251
5.5.3	Pentadbiran Mendapatkan Kesahan Ujian	252
5.5.3.1	Kesahan Muka	253

5.5.3.2	Kesahan Kandungan	255
5.5.4	Pentadbiran Mendapatkan Objektiviti Pembantu Penguji	258
5.5.5	Pentadbiran Mendapatkan Nilai Kebolehpercayaan	263
5.5.5.1	Prosedur Menjalankan Kaedah Uji dan Ulang Uji	263
5.6	Perbincangan Kajian Rintis	268
5.7	Limitasi Kajian	269
5.8	Kesimpulan	271

BAB 6 KAJIAN 4: KESAN INTERVENSI *SMALL SIDED GAME*

6.1	Pengenalan	272
6.2	Objektif Kajian	273
6.3	Persoalan Kajian	273
6.4	Reka Bentuk Kajian	274
6.5	Populasi Kajian	275
6.6	Sampel Kajian	276
6.6.1	Kriteria Pemilihan Sampel	280
6.7	Strategi Persampelan	281
6.8	Instrumen Kajian	284
6.8.1	Justifikasi Pemilihan Instrumen	294
6.8.1.1	Bilangan Pemain	294
6.8.1.2	Tidak Menggunakan Penjaga Gol	295
6.8.1.3	Saiz Padang	296

6.8.1.4	Pemilihan Kaedah Penilaian Pemain (Borang Skor)	297
6.9	Intervensi <i>Small Sided Game</i> ke atas Sampel Kajian 4 (Kajian Sebenar)	298
6.9.1	Ujian Pra (Pentadbiran Kajian Sebenar)	300
6.9.1.1	Prosedur Pentadbiran Ujian Pra	302
6.9.2	Minggu Intervensi	305
6.9.3	Ujian Pasca (Pentadbiran Kajian Sebenar)	312
6.10	Prosedur Pengumpulan Data	314
6.11	Kaedah Analisis Data	315
6.12	Analisis Statistik	315
6.13	Dapatan Kajian	316
6.13.1	Persoalan Kajian 1	322
6.13.2	Persoalan Kajian 2	323
6.13.3	Persoalan Kajian 3	324
6.13.4	Persoalan Kajian 4	325
6.14	Perbincangan Intervensi <i>Small Sided Game</i>	327
6.15	Limitasi Kajian	330
6.16	Kesimpulan	331

BAB 7 PERBINCANGAN, CADANGAN DAN KESIMPULAN

7.1	Pengenalan	333
7.2	<i>Mini Review Small Sided Game</i>	334
7.3	<i>E-Survey</i>	336

7.4	Kajian Rintis Pembinaan Modul <i>Small Sided Game</i>	337
7.5	Pengaruh Intervensi Modul <i>Small Sided Game</i> terhadap Prinsip Menyerang	339
7.6	Pengaruh Intervensi Modul <i>Small Sided Game</i> Terhadap Prinsip Bertahan	345
7.7	Pengaruh <i>Small Sided Game</i> Terhadap Modul <i>Small Sided Game</i>	353
7.8	Pengaruh Kejurulatihan Terhadap Modul <i>Small Sided Game</i>	363
7.9	Pengaruh Teori Bola Sepak terhadap Modul <i>Small Sided Game</i>	373
7.9.1	Pengaruh <i>Teaching Game for Understanding</i> (TGfU) dalam Penggunaan Modul <i>Small Sided Game</i>	407
7.9.2	Pengaruh Periodisasi Latihan dalam Penggunaan Modul <i>Small Sided Game</i>	423
7.9.2.1	Hari Perlawanan Sebagai Permulaan	431
7.9.2.2	Waktu Pemulihan	433
7.9.2.3	Situasi Perlawanan Sebenar	433
7.9.2.4	Berlatih dengan Bola	435
7.9.2.5	Cadangan Periodisasi Latihan untuk Guru	436
7.9.2.5.1	Tiga Hari Latihan Seminggu	436
7.10	Kesimpulan	441
7.10.1	Pendapat/Teori Latihan Modul <i>Small Sided Game</i>	442
7.10.1.1	Adakah Bola Sepak Dimainkan?	447

7.10.1.2	Adakah Bola Sepak Dipelajari?	448
7.10.1.3	Ada Gol untuk Dijaringkan	450
7.10.2	Model Struktur Latihan Modul <i>Small Sided Game</i>	452
7.10.2.1	Fasa Pemanas Badan	454
7.10.2.2	Fasa Stail Permainan (<i>Style of Play</i>)	455
7.10.2.3	Fasa <i>Group Play</i>	456
7.11	Cadangan	457
7.12	Implikasi Praktikal	460
7.13	Penutup	461
RUJUKAN		462

LAMPIRAN

SENARAI JADUAL

No. Jadual		Muka Surat
1.1	Peratus Bahan Rujukan Rasmi yang Disediakan oleh Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), Persatuan Bola Sepak Negeri dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) untuk Menyertai Kejohanan	10
1.2	Keperluan Membina Modul Latihan Bola Sepak Mengikut Kategori Umur	11
1.3	Isi Kandungan Modul Yang Diinginkan Oleh Guru Bola Sepak Sekolah	12
1.4	Definisi Prinsip Menyerang	23
1.5	Definisi Prinsip Bertahan	24
2.1	Prinsip Menyerang dan Bertahan	39
2.2	Fokus Utama Setiap Kategori Kejurulatihan	42
2.3	Perbezaan antara Kategori Jurulatih	43
2.4	Aspek Utama Dalam Model TGfU	79
2.5	Perbezaan <i>Traditional Periodization</i> dan <i>Block Periodization</i>	90
2.6	Objektif Kategori Umur	102
2.7	Objektif Kategori Umur Bawah 16 Tahun (Bermain Sebagai Satu Pasukan)	103
2.8	Ringkasan Informasi Berkaitan Kesan Periodisasi dan <i>Small Sided Game</i>	128

2.9	<i>Small Sided Game</i>	131
2.10	Komponen dalam <i>The Game Performance Assessment Instrument</i> (GPAI)	135
2.11	Skor Penilaian dalam <i>The Game Performance Assessment Instrument</i> (GPAI)	137
2.12	Borang Skor <i>Game Performance Evaluation Tool</i> (GPET)	142
2.13	Rubrik Pemarkahan <i>GPET On the Ball Attacker</i>	143
2.14	Rubrik Pemarkahan <i>GPET Off the Ball Attacker</i>	145
2.15	Penilaian dalam <i>Instrument System of Tactical Assessment in Soccer</i> (FUT-SAT)	147
2.16	Keperluan Sesi Latihan untuk Akademi Tunas (AT) dan Pusat Latihan Daerah (PLD)	154
2.17	Format Pertandingan Program Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN)	156
3.1	Kriteria Kemasukan dan Pengecualian Proses Pemilihan Artikel	193
3.2	Hasil Dapatan dari Tujuh Artikel yang Diulas	196
4.1	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Bangsar	212
4.2	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Pudu	213
4.3	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Sentul	214
4.4	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Keramat	215

4.5	Peratus bahan rujukan rasmi yang disediakan oleh Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), persatuan bola sepak negeri dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) untuk menyertai kejohanan	216
4.6	Keperluan Membina Modul Latihan Bola Sepak Mengikut Kategori Umur	217
4.7	Keperluan Prinsip Menyerang Dalam Pembinaan Modul Latihan Bola Sepak	218
4.8	Keperluan Prinsip Bertahan Dalam Pembinaan Modul Latihan Bola Sepak	219
4.9	Keperluan Prinsip Transisi Menyerang kepada Bertahan Dalam Pembinaan Modul Latihan Bola Sepak	220
4.10	Keperluan Prinsip Transisi Bertahan kepada Menyerang Dalam Pembinaan Modul Latihan Bola Sepak	221
4.11	Isi Kandungan Modul yang Diinginkan oleh Guru Bola Sepak Sekolah	222
5.1	Reka Bentuk ' <i>Pre and Post Control Group Design</i> '	233
5.2	Skor Kesahan Kandungan Pakar Bidang Bahasa Melayu	253
5.3	Skor Kesahan Kandungan Pakar Bidang Bahasa Inggeris	254
5.4	Skor Kesahan Kandungan Pakar Bidang	255
5.5	Skor Kesahan Instrumen <i>Small Sided Game</i>	256
5.6	Skor Kesahan Modul <i>Small Sided Game</i>	257
5.7	Jadual Pentadbiran Kajian Rintis Bagi Mendapatkan Nilai Objektiviti Pembantu Penguji Satu Hingga Lapan.	259

5.8	Pasukan Kajian Rintis	260
5.9	Nilai Pekali Korelasi antara Penyelidik dan Pembantu Penguji terhadap Ujian <i>Small Sided Game</i>	261
5.10	Jadual Pentadbiran Kajian Rintis (Kebolehpercayaan)	264
5.11	Nilai Kebolehpercayaan Ujian <i>Small Sided Game</i> (Prinsip Menyerang dan Bertahan)	267
5.12	Nilai Kebolehpercayaan Ujian <i>Small Sided Game</i>	267
6.1	Reka Bentuk ' <i>Pre and Post Control Group Design</i> '	275
6.2	Saiz Sampel Berdasarkan Kepada Kuasa dan Saiz Kesan	277
6.3	Jumlah Bilangan Murid Lelaki di Setiap Sekolah yang Dipilih Secara Rawak	278
6.4	Senarai Sekolah, Nama Kelas dan Bilangan Murid Yang Terpilih Dalam Kajian Ini	283
6.5	Instrumen <i>Small Sided Game</i>	285
6.6	Pentadbiran Kajian Sebenar	298
6.7	Jadual Pentadbiran Ujian Pra	301
6.8	Jadual Intervensi (Minggu Pertama)	305
6.9	Jadual Intervensi (Minggu Kedua)	306
6.10	Jadual Intervensi (Minggu Ketiga)	308
6.11	Jadual Intervensi (Minggu Keempat)	309

6.12	Jadual Intervensi (Minggu Kelima)	310
6.13	Jadual Intervensi (Minggu Keenam)	311
6.14	Jadual Pentadbiran Ujian Pasca	313
6.15	Pemilihan Analisis Statistik	316
6.16	Demografi Sampel	317
6.17	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Bangsar	318
6.18	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Pudu	319
6.19	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Sentul	320
6.20	Demografi Guru Bola Sepak Sekolah Zon Keramat	321
6.21	Perbezaan Skor Min Prinsip Menyerang Antara Kumpulan Rawatan Dan Kumpulan Kawalan	325
6.22	Perbezaan Skor Min Prinsip Bertahan Antara Kumpulan Rawatan Dan Kumpulan Kawalan	326
7.1	Periodisasi Latihan Tiga Hari Seminggu <i>Small Sided Game</i>	437

**SENARAI RAJAH**

No. Rajah		Muka Surat
2.1	Bahasa Bola Sepak	31
2.2	Fasa Menyerang	35
2.3	Fasa Bertahan	36
2.4	Fasa Transisi	38
2.5	Kerangka Teoritikal Kajian	49
2.6	Trend Terkini Pergerakan Dengan Bola Kategori Bawah 17 Tahun	57
2.7	Trend Terkini Pergerakan Tanpa Bola Kategori Bawah 17 Tahun	59
2.8	Trend Terkini Aspek Taktikal Kategori Bawah 17 Tahun	61
2.9	Trend Terkini Aspek Bertahan Kategori Bawah 17 Tahun	65
2.10	Trend Terkini Aspek Menyerang Kategori Bawah 17 Tahun	68
2.11	Trend Terkini Aspek Transisi Kategori Bawah 17 Tahun	71
2.12	Trend Terkini Aspek Hantaran Kategori Bawah 17 Tahun	75
2.13	Trend Terkini Permainan Bola Sepak Kategori Bawah 17 Tahun	76
2.14	Model <i>Teaching Games for Understanding</i> (TGfU)	80



2.15	Piramid latihan <i>Traditional Periodization</i> (Komponen Latihan Bompa)	83
2.16	Perbandingan Beberapa Kaedah Penilaian Pemain	149
2.17	Struktur Kejurulatihan Bola Sepak Malaysia	152
2.18	Struktur Bola Sepak Negara	158
2.19	Struktur Pembangunan Bola Sepak Jerman	163
2.20	Stail Permainan Barcelona (2006/2007 dan 2010/2011)	174
2.21	Struktur Pembangunan Bola Sepak di Barcelona	181
2.22	Carta Aliran Pembinaan Ujian Kecergasan Fizikal	183
3.1	Carta Alir <i>PRISMA Proses Mini Review Small Sided Game</i>	194
5.1	Kerangka Konseptual Kajian	232
5.2	Instrumen <i>Small Sided Game</i> (4 lawan 4)	244
5.3	Justifikasi Pemilihan Instrumen	248
5.4	Carta Aliran Pembinaan Ujian Kecergasan Fizikal	250
6.1	Kaedah Persampelan	281
6.2	Instrumen <i>Small Sided Game</i> (4 lawan 4)	293
6.3	Justifikasi Pemilihan Instrumen	297
6.4	Analisis Prinsip Menyerang Antara Kumpulan Rawatan dan Kawalan	322



6.5	Analisis Prinsip Bertahan Antara Kumpulan Rawatan dan Kawalan	323
6.6	Analisis Prinsip Menyerang (<i>width, support, mobility, penetration dan creativity</i>) Antara Kumpulan Rawatan dan Kawalan	324
6.7	Analisis Prinsip Bertahan (<i>compactness, delay, depth, balance dan patience</i>) Antara Kumpulan Rawatan dan Kawalan	326
7.1	Faktor yang Mempengaruhi Intensiti Latihan Bola Sepak	428
7.2	Prinsip Periodisasi Latihan Bola Sepak	440
7.3	Pendapat/Teori Latihan Modul <i>Small Sided Game</i>	446
7.4	Model Struktur Latihan Modul <i>Small Sided Game</i>	453



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Pengenalan

Bola sepak merupakan sukan paling popular di dunia (Kuzuhara, Shibata & Uchida, 2017; Lastella, Lovell & Rampinini, 2017; Zarei, Namazi, Abbasi, Noruzyan, Mahmoodzade & Seifbaghi, 2018) dan sukan paling popular di Malaysia (Zulakbal & Ali, 2017). Di Malaysia, bola sepak dimainkan pada pelbagai peringkat bermula dari akar umbi, remaja, belia dan pasukan dewasa. Sehingga tahun 2016, pembangunan bola sepak negara iaitu Pelan Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN) pula mempunyai tiga kategori iaitu Pusat Latihan Daerah yang mempunyai 1800 pemain, Sekolah Sukan Negeri mempunyai 700 pemain dan Sekolah sukan Malaysia pula mempunyai seramai 155 pemain. Bilangan tersebut bertambah dari tahun ke tahun (Kementerian Belia dan Sukan, 2014). Bagaimana sepatutnya pasukan bola sepak



Malaysia bermain bola sepak? Apakah keperluan dan corak permainan bola sepak yang paling sesuai untuk bola sepak Malaysia? Bagaimanakah kurikulum bola sepak dapat diseragamkan dan diaplikasikan ke seluruh negara? Ini adalah persoalan asas yang harus bermain difikiran mereka yang terlibat dalam sukan bola sepak samada di peringkat kebangsaan mahupun peringkat akar umbi di sekolah (Berger, 2017).

Walaupun terdapat banyak perkembangan positif terhadap kejayaan bola sepak negara seperti di kejohanan Piala AFC, kefahaman dan keseragaman dalam melatih pasukan bola sepak masih boleh dipertingkatkan terutamanya pada peringkat akar umbi. Kegagalan pasukan bawah 16 tahun negara melayakkan diri dalam saingan Piala Dunia Remaja 2019 bawah 20 tahun kendalian jurulatih Lim Teong Kim telah menunjukkan bahawa pentingnya sistem latihan yang berkesan, bersepadu dan dapat diseragamkan ke seluruh negara.

Elemen yang penting dalam proses pembelajaran bola sepak peringkat akar umbi adalah kefahaman yang menyeluruh tentang ciri-ciri perkembangan remaja (Berger, 2017; O'Regan & Kelly, 2018). Ciri-ciri inilah yang menentukan bagaimana mereka akan merasai pengalaman bermain bola sepak dan bagaimana mereka seharusnya belajar untuk bermain bola sepak (Almeida, Duarte, Volossovitch & Ferreira, 2016). Pengetahuan dan kefahaman yang mendalam terhadap ciri-ciri perkembangan mereka ini membolehkan pihak berwajib untuk menentukan objektif yang sesuai dengan mereka serta membantu mereka dalam proses pembelajaran bola sepak (Bert Van Lingen, 2016).





Di Malaysia terdapat beberapa pihak yang telah mengambil inisiatif untuk membantu dan memberi kerjasama dalam pembangunan bola sepak. Antara kementerian yang terlibat adalah Kementerian Belia dan Sukan (KBS) serta Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM). Langkah yang diambil oleh Kementerian Belia dan Sukan (KBS) adalah merangka dan melaksanakan Pelan Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN) dengan kerjasama oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM).

Untuk merealisasikan pembangunan bola sepak di peringkat akar umbi, mana-mana pihak berwajib perlu menyediakan peluang penglibatan dalam bidang sukan seluas-luasnya kepada golongan muda atau akar umbi yang bakal menjadi pemacu kepimpinan negara pada masa hadapan. Dapat dilihat di sini bahawa, kejayaan bola sepak negara seperti yang diinginkan haruslah peranannya dimainkan di peringkat akar umbi oleh setiap pihak berkepentingan. Ini kerana sistem pembangunan bakat-bakat peringkat akar umbi adalah bermula dari sekolah yang merupakan landasan terbaik untuk menghasilkan generasi pemain bola sepak yang berkualiti kelak selari dengan peranan dan matlamat mereka di peringkat kementerian (Kementerian Pendidikan Malaysia, 2011).

Oleh itu, guru memainkan peranan penting dalam ekosistem pembangunan bola sepak negara di peringkat akar umbi dalam melatih pasukan bola sepak. Meskipun begitu, terdapat banyak kaedah latihan yang diamalkan namun ianya bersifat subjektif oleh kerana ia adalah dari pendapat, amalan turun temurun dan pengalaman lepas yang dialami oleh jurulatih (Verheijen, 2014). Jadi, adakah terdapat panduan yang holistik atau rujukan rasmi yang boleh digunakan oleh guru atau





jurulatih sekolah untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka dari aspek prinsip permainan untuk menghadapi kejohanan yang dianjurkan sendiri oleh KPM? (Zulakbal, Najib & Ali, 2018).

1.2 Latar Belakang Kajian

Di Kuala Lumpur, terdapat empat buah zon pendidikan yang terlibat dalam pertandingan bola sepak iaitu zon Bangsar, zon Pudu, zon Keramat dan zon Sentul. Setiap zon pendidikan pula mempunyai antara 15 hingga 16 buah sekolah yang akan menyertai kejohanan ini. Kejohanan ini merupakan kejohanan yang ditunggu-tunggu oleh setiap murid dan guru. Setiap murid akan berusaha bersungguh-sungguh untuk menempatkan diri mereka dalam pasukan bola sepak sekolah. Begitu juga dengan guru-guru sekolah di mana kejohanan ini merupakan kejohanan yang boleh membuktikan kredibiliti mereka sebagai jurulatih. Maka, persiapan dan perancangan yang rapi akan dilakukan oleh guru-guru ini.

Dalam permainan bola sepak, prinsip menyerang dan bertahan adalah satu keperluan bagi sesebuah pasukan semasa bermain. Bert Van Lingen, (2016) menyatakan bahawa objektif untuk kategori bawah 18 tahun adalah 'bermain sebagai satu pasukan' di mana prinsip menyerang dan bertahan adalah amat ditekankan bagi peringkat umur ini. Begitu juga dengan prinsip transisi menyerang kepada bertahan dan transisi bertahan kepada menyerang dimana keempat-empat prinsip ini terdapat dalam *four main moments* dalam permainan bola sepak.





KPM dalam dasar 1 Murid 1 Sukan ada menyediakan Modul Latihan Sukan untuk Guru Penasihat Kelab Sukan Sekolah. Namun begitu, adakah modul tersebut sesuai digunakan sebagai persiapan rapi oleh guru sekolah untuk menyertai kejohanan bola sepak yang dianjurkan oleh KPM? Kementerian Pendidikan Malaysia, (2011) menyatakan bahawa keutamaan dasar ini adalah untuk memberi perhatian yang utama kepada murid yang kurang aktif supaya mereka dapat melibatkan diri dalam aktiviti sukan. Bermakna, modul tersebut lebih mengutamakan penglibatan murid yang aktif dalam sukan berbanding persediaan menghadapi kejohanan seperti yang guru perlukan.

Sebagai persiapan untuk menghadapi kejohanan tahunan ini, terdapat sebilangan guru yang mengambil inisiatif mereka sendiri. Antara inisiatif yang diambil adalah dengan menyertai kursus-kursus kejurulatihan, menonton dan menganalisis perlawanan bola sepak (Stoszkowski & Collins, 2016), menonton sesi latihan dan mendapatkan sumber atau bahan rujukan lain di internet (Koh, Lee & Lim, 2018). Namun begitu, apakah sebenarnya sumber pengetahuan (*sources of knowledge*) rasmi guru-guru sekolah untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka? (Zulakbal & Ali, 2017).

Prestasi pasukan dan pemain (secara individu) di dalam sukan kebiasaannya ditentukan oleh aspek teknikal, taktikal, fisiologikal dan psikologikal yang mana setiap aspek ini hanya dapat dilihat keberkesanannya apabila persiapan yang rapi dilakukan dan pemain melalui sistem latihan yang efisien (Bangsbo, 2015). Bola sepak merupakan sukan yang amat kompleks di mana ia merangkumi pergerakan di luar jangkaan sepanjang perlawanan dilangsungkan (Di Mascio, Ade & Bradley,





2015). Maka guru atau jurulatih akan berhadapan dengan situasi yang sukar semasa persiapan musim pertandingan bola sepak sekiranya tidak ada sumber rujukan rasmi yang disediakan oleh pihak berwajib kepada mereka.

Adalah satu kelebihan jika guru atau jurulatih tersebut memiliki pengalaman bermain bola sepak di peringkat tertinggi di mana pengalaman tersebut boleh diaplikasikan semasa mengendalikan pasukan bola sepak sekolah mereka (Gonzalez-Rivera, Campos-Izquierdo, Villabla & Hall, 2017; He, Trudel & Calver, 2018). Namun, bagaimana pula dengan guru atau jurulatih yang memiliki pengalaman dan pengetahuan yang terhad sebagai persiapan untuk mengendalikan sesi latihan pasukan mereka? Secara asasnya, tugas jurulatih adalah untuk meningkatkan keupayaan teknikal, taktikal, kecergasan fizikal dan psikologi atlet supaya pemain dapat beraksi dengan baik dalam situasi yang kompetitif. Maka, kaedah pengajaran dan pemilihan aktiviti latihan memainkan peranan yang dapat mempengaruhi pemain untuk mendengar, menyerap idea dan mematuhi arahan jurulatih (Romar, Saren & Hastie, 2016).

Guru atau jurulatih yang terlibat dalam kejurulatihan bola sepak memperoleh pengalaman mereka melalui pelbagai sumber pengetahuan (*sources of knowledge*) samada dari pendidikan secara rasmi, tidak rasmi dan pembelajaran secara tidak formal (Rocchi & Couture, 2018). Terdapat pelbagai sumber yang boleh diperoleh oleh guru atau jurulatih bola sepak yang terlibat di peringkat sekolah ini. Correia dan Bertram, (2018) menyatakan bahawa internet merupakan salah satu sumber pengetahuan (*sources of knowledge*) buat guru atau jurulatih. Laman web seperti *YouTube*, *Facebook*, *Twitter*, *Keepitonthedeck* dan *Training Ground Guru* boleh





dilayari untuk mendapatkan info mengenai latihan dan trend bola sepak terkini. Selain daripada internet, bahan bacaan lain seperti buku, majalah, kursus-kursus kejurulatihan dan interaksi dengan rakan sekerja juga merupakan sumber pengetahuan (*sources of knowledge*) buat guru-guru atau jurulatih ini (Mesquita & Ribeiro, 2014; Zulakbal, Najib, et al., 2018; Zulakbal & Ali, 2017).

Di Malaysia, bola sepak merupakan sukan yang penting dalam agenda pembangunan sukan di peringkat Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM). Satu usahasama telah dijalinkan bersama-sama dengan Kementerian Belia dan Sukan (KBS) dan satu langkah yang holistik dan komprehensif telah diambil untuk memartabatkan kembali sukan bola sepak negara. Langkah yang diambil adalah dengan melaksanakan Pelan Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN) dimana program ini berada di bawah penyeliaan dan tanggungjawab KPM termasuk pelajar dan guru yang bertugas sebagai jurulatih (Kementerian Belia dan Sukan, 2014).

Selain daripada melibatkan diri sebagai jurulatih bola sepak peringkat sekolah, terdapat juga sebilangan guru yang menjadi jurulatih separuh masa di bawah program Pelan Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN). Pelan program ini memberi penekanan kepada individu yang paling penting dalam sukan bola sepak iaitu jurulatih. Di bawah pelan ini, pendidikan sepanjang masa di peringkat kejurulatihan akan dititikberatkan di mana setiap jurulatih perlu diberi pendedahan kepada aspek latihan terkini dan kaedah pengajaran masa kini yang sentiasa berubah dari masa ke semasa bergantung kepada corak permainan bola sepak moden kini (Kementerian Belia dan Sukan, 2014).





Jika diamati kepada program-program yang disediakan kepada para jurulatih program Pelan Pembangunan Bola Sepak Negara (PPBN), adalah tidak mustahil jurulatih yang terlibat tidak memiliki modul latihan tertentu. Program pembangunan ini ada menyediakan modul latihan untuk panduan jurulatih yang terlibat di bawahnya namun terhad kepada jurulatih dalam kalangan mereka sahaja. Adakah modul tersebut dapat diakses oleh jurulatih-jurulatih yang bukan dari kalangan program mereka? Ini bermakna, masih terdapat guru yang sekiranya tidak menyertai program ini sebagai jurulatih, mereka tidak mempunyai modul latihan rasmi untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka (Zulakbal, Najib, et al., 2018).

Tidak dinafikan bahawa terdapat guru atau jurulatih bola sepak sekolah yang mempunyai latar belakang pendidikan Sains Sukan atau Pendidikan Jasmani.

Pengetahuan sedia ada mereka untuk melatih aspek fizikal menggunakan komponen kecergasan fizikal amatlah mantap namun berkemungkinan latihan yang mereka lakukan adalah secara berasingan (*isolated training*), umum dan tidak spesifik kepada sukan bola sepak dan tidak spesifik mengikut kategori umur tertentu. Mereka perlu menyesuaikan pengetahuan sedia ada mereka untuk diadaptasi selari dengan ciri-ciri permainan bola sepak semasa merancang sesi latihan pasukan mereka (Serra-Olivares, Clemente & Gonzalez-Villora, 2016; Verheijen, 2014).

Dalam era bola sepak moden kini, latihan berasingan (*isolated training*) adalah tidak relevan lagi (Zulakbal, Hanis & Ali, 2018). Pemain lebih bermotivasi semasa menjalani sesi latihan apabila guru atau jurulatih melakukan aktiviti permainan kecil (*small sided game*) dan tidak perlu lagi untuk melakukan latihan bercorak larian untuk meningkatkan tahap kecergasan daya tahan kardiovaskular





mereka (Borges, Cumming, Ronque, Cardoso, Avelar, Rechenchosky, Costa, Da & Rinaldi, 2018); Giménez, Liu, Lipińska, Szwarc, Rompa & Gómez, 2018b; Özcan, Eniseler & Şahan, 2018; Sanchez-Sanchez, Ramirez-Campillo, Carretero, Martín, Hernández, & Nakamura, 2018).

1.3 Penyataan Masalah

Menurut Zulakbal & Ali (2017), terdapat pelbagai cabaran yang dihadapi oleh jurulatih-jurulatih di Malaysia antaranya ialah perkembangan hala tuju kejurulatihan yang tidak jelas dan tiada kurikulum pendidikan untuk jurulatih untuk dijadikan panduan rasmi. Kajian ini lebih tertumpu kepada pembinaan modul latihan bola sepak untuk jurulatih. Bert Van Lingen, (2016) menyatakan bahawa setiap kategori umur memerlukan pendekatan dan kaedah latihan yang berbeza oleh jurulatih antara satu dengan yang lain. Adalah menjadi keutamaan buat guru atau jurulatih untuk menjelaskan objektif yang harus dicapai oleh pasukan, menerangkan mengenai pelan pembangunan jangka masa pendek dan panjang serta memilih aktiviti latihan bola sepak yang bersesuaian mengikut kategori umur yang berbeza ini (Berger, 2017; Bert Van Lingen, 2016; Kolfshootten & Verheijen, 2015; Verheijen, 2014).

Oleh itu, penyelidik telah melakukan analisis keperluan untuk mengetahui adakah terdapat bahan rujukan yang disediakan oleh pihak berwajib seperti Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) atau persatuan bola sepak negeri untuk membantu guru bola sepak sekolah menghadapi kejohanan yang dianjurkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM).



Penyelidik telah melakukan analisis keperluan tersebut di keempat-empat buah zon pendidikan yang terdapat di Kuala Lumpur iaitu zon Bangsar, zon Pudu, zon Sentul dan zon Keramat. Jadual 1.1 menunjukkan hasil analisis statistik tersebut.

Jadual 1.1

Peratus bahan rujukan rasmi yang disediakan oleh Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), persatuan bola sepak negeri dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) untuk menyertai kejohanan

Bil	Zon	Tiada bahan (%)	Ada bahan (%)	Jenis bahan
1	Bangsar	94.4 %	5.6%	Kursus NFDK
2	Pudu	100 %	0%	-
3	Sentul	94.4 %	5.6%	Kursus NFDK
4	Keramat	94.4 %	5.6%	Kursus NFDK

Hasil dapatan dari analisis keperluan yang dilakukan oleh penyelidik mendapati bahawa zon Pudu menyatakan 100% tiada bahan rujukan rasmi yang disediakan oleh pihak berwajib manakala zon Bangsar, zon Sentul dan zon Keramat pula melaporkan hanya 5.6 % terdapat bahan rujukan yang disediakan oleh pihak berwajib untuk membantu mereka. Bahan rujukan tersebut ialah bahan-bahan dari kursus-kursus kejurulatihan yang mereka sertai oleh kerana mereka ialah guru bola sepak yang menyertai program Pembangunan Bola Sepak Negara tersebut secara rasmi. Maka tidak hairanlah mereka memiliki bahan pengajaran tersebut namun peratus tersebut adalah sedikit berbanding rakan-rakan mereka dari sekolah lain sebanyak 94.4 % yang tidak memiliki bahan rujukan rasmi.

Penyelidik juga melakukan analisis keperluan untuk mengenal pasti adakah terdapat keperluan untuk membina modul latihan bola sepak yang spesifik mengikut kategori umur bagi membantu guru-guru bola sepak sekolah sebagai persediaan

menghadapi kejohanan bola sepak yang mereka sertai. Jadual 1.2 menunjukkan keputusan analisis keperluan tersebut.

Jadual 1.2

Kepeluan Membina Modul Latihan Bola Sepak Mengikut Kategori Umur

Bil	Zon	Bawah 15 tahun (%)	Bawah 18 tahun (%)	Tidak perlu modul (%)
1	Bangsar	16.7%	83.3%	-
2	Pudu	33.3%	66.7%	-
3	Sentul	-	72.2%	27.8%
4	Keramat	-	88.9%	11.1%

Zon Bangsar mencatat 16.7% guru yang memerlukan modul latihan bola sepak untuk kategori umur bawah 15 manakala 83.3% guru memerlukan modul untuk bawah 18 tahun. Sebanyak 33.3% guru dari zon Pudu memerlukan modul latihan bola sepak untuk kategori umur bawah 15 tahun manakala selebihnya 66.7% guru zon Pudu memerlukan modul untuk bawah 18 tahun. Sebanyak 72,2% guru memerlukan modul untuk kategori umur bawah 18 tahun di zon Sentul manakala selebihnya tidak memerlukan modul. Zon Keramat pula mencatat keperluan paling tinggi untuk membina modul bola sepak untuk kategori umur bawah 18 tahun iaitu sebanyak 88.9% dan selebihnya tidak memerlukan modul latihan bola sepak.

Dapat dilihat di sini bahawa dalam keempat-empat zon di atas, kesemua zon memerlukan satu modul latihan mengikut kategori umur iaitu bawah 15 dan bawah 18 tahun. Namun begitu, penyelidik memilih untuk membina modul latihan bola sepak di zon Keramat kerana zon tersebut mencatat peratusan keperluan membina modul untuk kategori umur bawah 18 tahun yang paling tinggi antara keempat-empat zon yang

terlibat. Oleh itu, adalah perlu untuk membina modul latihan bola sepak untuk kategori umur bawah 18 tahun dari zon Keramat dalam kajian ini.

Menurut Zulakbal, Najib, & Ali, (2018) guru atau jurulatih perlu memiliki sumber ilmu pengetahuan kejurulatihan yang tersendiri di mana ia dapat membantu meningkatkan kemahiran kejurulatihan mereka. Melatih pasukan bola sepak tanpa modul latihan atau bahan pengajaran spesifik sebagai panduan, ia akan membuang masa guru dan jurulatih, objektif kategori umur pemain tidak tercapai, pemain tidak mencapai prestasi yang sepatutnya dan tidak dapat menyumbang kepada pembangunan bola sepak sesuatu pasukan (Bert Van Lingen, 2016).

Bagi membantu guru bola sepak sekolah untuk persediaan menghadapi kejohanan yang dianjurkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), penyelidik telah mengenal pasti apakah isi kandungan yang perlu dilatih di dalam modul latihan bola sepak tersebut. Jadual 1.3 menunjukkan isi kandungan yang perlu dilatih dalam modul tersebut.

Jadual 1.3

Isi Kandungan Modul Yang Diinginkan Oleh Guru Bola Sepak Sekolah

Bil	Zon	Prinsip Menyerang (%)	Prinsip Bertahan (%)	<i>Small Sided Game (%)</i>	<i>Teaching Games for Understanding (%)</i>
1	Bangsar	100%	100%	83.3%	88.9%
2	Pudu	100%	100%	88.9%	94.4%
3	Sentul	94.4%	100%	61.1%	94.4%
4	Keramat	100%	100%	100%	100%

Sekiranya tidak ada modul latihan yang merangkumi aspek prinsip permainan yang disesuaikan dengan kategori umur tertentu, maka sukarlah buat guru untuk melatih pasukan bola sepak mereka. Jika ini berlaku, kemungkinan jumlah sesi latihan yang dikendalikan oleh guru dalam seminggu adalah melebihi jumlah yang sepatutnya dilalui oleh pemain dan ia boleh membawa kepada kelesuan terkumpul (*accumulation of fatigue*). Menurut Kolfshootten & Verheijen, (2015) kelesuan merupakan musuh utama pemain bola sepak kerana ia mampu membawa kepada kecederaan.

Hasil daripada analisis keperluan yang dilakukan, penyelidik telah mengenal pasti beberapa kaedah saintifik (kepakaran) dan komprehensif yang bersifat *football game based model* yang boleh memberi sumbangan kepada pembangunan dalam sukan bola sepak peringkat akar umbi. Satu modul latihan bola sepak spesifik diberi nama *Small Sided Game* yang dibina oleh penyelidik memberi penekanan kepada beberapa prinsip permainan iaitu pertama; bermain sebagai satu pasukan (menyerang dan bertahan) dan kedua; kefahaman taktikal spesifik kepada kategori umur tertentu perlu dihasilkan sebagai rujukan rasmi buat guru sekolah untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka untuk menghadapi kejohanan.

1.4 Objektif Kajian

Secara umumnya, kajian ini bertujuan untuk membina modul latihan bola sepak yang spesifik yang diberi nama *Small Sided Game* untuk kategori umur bawah 16 tahun yang melibatkan prinsip menyerang dan bertahan untuk bermain sebagai satu pasukan yang boleh dijadikan sebagai sumber rujukan rasmi buat guru untuk melatih pasukan



bola sepak sekolah mereka. Untuk membina modul tersebut, terdapat empat kajian yang telah dilakukan oleh penyelidik iaitu (i) Kajian 1 (*Mini Review Small Sided Game*), (ii) Kajian 2 (*E-Survey* Keperluan Elemen Latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah), (iii) Kajian 3 (Kajian rintis pembinaan modul ssg terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun) dan (iv) Kajian 4: (Intervensi modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun).

Berikut merupakan objektif kajian pada setiap kajian yang dilakukan secara terperinci:

Objektif Kajian 1 (*Mini review Small Sided Game*):



1. Untuk mengenal pasti kelebihan latihan berbentuk *small sided game* berdasarkan dapatan dari *review* kajian saintifik.
2. Untuk mengenal pasti kelebihan prinsip menyerang dalam latihan berbentuk *small sided game* berdasarkan dapatan dari *review* kajian saintifik..
3. Untuk mengenal pasti kelebihan prinsip bertahan dalam latihan berbentuk *small sided game* berdasarkan dapatan dari *review* kajian saintifik..

Objektif Kajian 2 (*E-Survey* Keperluan Elemen Latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah):

1. Untuk mengetahui apakah bahan rujukan rasmi yang disediakan oleh Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), persatuan bola sepak negeri dan



Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) untuk menyertai kejohanan bola sepak yang dianjurkan oleh pejabat pelajaran daerah

2. Untuk mengenal pasti zon (Pendidikan pelajaran Daerah) manakah yang memerlukan modul latihan bola sepak.
3. Untuk mengenal pasti apakah elemen latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah.

Objektif Kajian 3 (Kajian rintis pembinaan modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun):

1. Pembinaan modul latihan bola sepak *small sided game*
2. Pembinaan latihan *small sided game*
3. Mendapatkan kesahan modul latihan bola sepak *small sided game*
4. Mendapatkan nilai kebolehpercayaan modul latihan bola sepak *small sided game*

Objektif kajian 4 (Intervensi modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun):

1. Adakah terdapat perbezaan dalam keseluruhan prinsip menyerang di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan.
2. Adakah terdapat perbezaan dalam keseluruhan prinsip bertahan di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan.

3. Adakah terdapat perbezaan dalam prinsip menyerang iaitu *width*, *support*, *mobility*, *penetration* dan *creativity* di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan.
4. Adakah terdapat perbezaan dalam prinsip bertahan iaitu *compactness*, *delay*, *depth*, *balance* dan *patience* di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan.

1.5 Persoalan Kajian

Berikut merupakan persoalan kajian pada setiap kajian yang dilakukan secara terperinci:

Kajian 1 (*Mini review Small Sided Game*):

1. Apakah kelebihan latihan berbentuk *small sided game* berdasarkan dapatan dari review kajian saintifik?
2. Apakah kelebihan prinsip menyerang dalam latihan berbentuk *small sided game* dari review kajian saintifik?
3. Apakah kelebihan prinsip bertahan dalam latihan berbentuk *small sided game* dari review kajian saintifik?.

Kajian 2 (*E-Survey* Keperluan Elemen Latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah):

1. Untuk mengetahui apakah bahan rujukan rasmi yang disediakan oleh Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM), persatuan bola sepak negeri dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) untuk menyertai kejohanan bola sepak yang dianjurkan oleh pejabat pelajaran daerah
2. Untuk mengenal pasti zon (Pendidikan pelajaran Daerah) manakah yang memerlukan modul latihan bola sepak.
3. Untuk mengenal pasti apakah elemen latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah.

Kajian 3 (Kajian rintis pembinaan modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun):

1. Pembinaan modul latihan bola sepak *small sided game*
2. Pembinaan latihan *small sided game*
3. Mendapatkan kesahan modul latihan bola sepak *small sided game*
4. Mendapatkan nilai kebolehpercayaan modul latihan bola sepak *small sided game*



Kajian 4 (Intervensi modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun):

1. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dalam keseluruhan prinsip menyerang di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan?
2. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dalam keseluruhan prinsip bertahan di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan?
3. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dalam prinsip menyerang iaitu *width, support, mobility, penetration* dan *creativity* di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan?
4. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan dalam prinsip bertahan iaitu *compactness, delay, depth, balance* dan *patience* di antara kumpulan rawatan dan kumpulan kawalan?



1.6 Kepentingan Kajian

Hasil dapatan dari kajian ini menunjukkan tentang keberkesanan modul latihan bola sepak terhadap pemain bola sepak kategori bawah 16 tahun. Sehubungan dengan itu, kajian ini dapat memberi sumbangan kepada beberapa pihak. Antara kepentingan kajian ini ialah:

1. Memberi sumbangan kepada badan ilmu (*body of the knowledge*) untuk bola sepak, kejurulatihan, Sains Sukan dan Pendidikan Jasmani dengan penghasilan modul latihan bola sepak spesifik kepada kategori umur bawah 16 tahun.



2. Memberi sumber rujukan buat guru dan jurulatih yang terlibat semasa melatih pasukan bola sepak sekolah mereka. Modul ini menerangkan cara untuk melatih pasukan bola sepak dari sudut prinsip permainan (menyerang dan bertahan) dan kefahaman taktikal yang melibatkan kecergasan fizikal.
3. Modul latihan '*Small Sided Game*' yang mempunyai pendekatan yang baru ini boleh digunakan oleh guru atau jurulatih bola sepak bawah 16 tahun di daerah zon Keramat.

1.7 Limitasi Kajian

Dalam menjalankan kajian ini, beberapa limitasi kajian telah ditetapkan oleh penyelidik. Berikut merupakan limitasi dalam kajian ini:

Limitasi dalam Kajian 1 (*Mini review Small Sided Game*):

1. Penyelidik hanya memilih artikel *small sided game* yang berkaitan dengan sukan bola sepak sahaja. Artikel-artikel tersebut juga mestilah merangkumi prinsip menyerang, prinsip bertahan, prinsip transisi menyerang kepada bertahan dan prinsip transisi bertahan kepada menyerang sahaja.
2. Pemilihan artikel *small sided game* juga adalah kepada pemain berumur bawah 18 tahun sahaja. Pemain-pemain elit, profesional dan jantina perempuan tidak termasuk dalam ulasan yang dilakukan oleh penyelidik.

Limitasi dalam Kajian 2 (*E-Survey* Keperluan Elemen Latihan yang diperlukan oleh guru bola sepak sekolah):

1. Hasil dapatan yang dilakukan melalui medium *google form* ini hanya diberikan dan hanya boleh dijawab oleh guru bola sepak sekolah di Kuala Lumpur sahaja.
2. Jurulatih (luar) yang dilantik atau tidak dilantik oleh pihak sekolah tidak dibenarkan untuk menjawab *google form (e-survey)* yang dilakukan oleh penyelidik.

Limitasi dalam Kajian 3: (Kajian rintis pembinaan modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun) dan kajian 4 (Intervensi modul *small sided game* terhadap prinsip menyerang dan bertahan untuk murid bawah 16 tahun):

1. Sampel kajian ini hanya melibatkan murid lelaki sekolah menengah berumur 16 tahun (tingkatan empat) sahaja bagi mewakili kategori umur bawah 18 tahun. Antara syarat yang telah ditetapkan oleh Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan adalah tidak membenarkan kajian dilakukan ke atas murid yang berada pada tahun peperiksaan (UPSR, PT3 dan SPM). Penyelidik juga menghasilkan modul latihan berdasarkan kepada objektif yang dicadangkan oleh Bert Van Lingen, (2016) yang menyatakan bahawa objektif untuk kategori bawah 18 tahun adalah 'bermain sebagai satu pasukan'. Objektif ini adalah selari dengan hasrat penyelidik untuk membangunkan pengetahuan yang lebih baik tentang modul latihan 'bermain sebagai satu

pasukan' supaya modul yang lebih baik dalam latihan bola sepak dapat diperolehi. Maka murid-murid lelaki berumur 16 tahun sahaja terlibat dalam kajian ini.

2. Terdapat empat buah daerah pendidikan yang terdapat di sekitar Kuala Lumpur. Daerah pendidikan tersebut ialah zon Bangsar, zon Sentul, zon Keramat dan zon Pudu. Kaedah rawak mudah telah dilakukan bagi memilih salah satu zon pendidikan untuk kajian ini dijalankan. Daripada keempat-empat zon tersebut, zon Keramat telah dipilih secara rawak dalam kajian ini. Maka, murid-murid lelaki sekolah menengah tingkatan empat (16 tahun) yang berada di zon Keramat sahaja terlibat dalam kajian ini.
3. Hanya posisi *outfield player* sahaja terlibat dalam kajian ini manakala posisi penjaga gol hanya terlibat sebagai rakan sepasukan yang membantu semasa sesi latihan dan tidak dinilai prestasinya semasa pentadbiran kajian sebenar dijalankan.
4. Kajian ini hanya menilai keberkesanan aspek menyerang (*support, width, mobility, penetration* dan *creativity*) dan aspek bertahan (*compactness, depth, balance, patience* dan *delay*) sahaja selari dengan objektif kajian penyelidik iaitu membina modul latihan bola sepak. Keberkesanan aspek-aspek tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor kecergasan fizikal, faktor persekitaran (kualiti padang latihan sekolah dan sebagainya), faktor periodisasi latihan, faktor fisiologi murid dan faktor kejurulatihan (guru yang melatih). Aspek-aspek lain seperti kiraan kadar nadi, *volume* latihan yang tidak setara, tempoh waktu rehat semasa latihan, jenis recovery, keberkesanan galakan guru/jurulatih juga mempengaruhi keberkesanan aspek menyerang dan bertahan. Namun begitu, faktor-faktor yang mempengaruhi keberkesanan

aspek menyerang dan aspek bertahan seperti yang dinyatakan oleh penyelidik tidak dinilai dalam kajian ini meskipun faktor-faktor tersebut mempengaruhi keputusan/hasil dapatan kajian ini.

1.8 Definisi Operasional

Penyelidik telah mengenal pasti beberapa definisi operasional sebagai pemandu arah kajian. Berikut merupakan beberapa definisi operasional dalam kajian ini:

1.8.1 Modul Bola Sepak '*Small Sided Game*'

'*Small Sided Game*' merujuk kepada '*Modul Najib for Football*' yang dihasilkan oleh penyelidik. Dalam kajian ini, modul latihan bola sepak ini adalah panduan praktikal yang boleh digunakan oleh guru atau jurulatih untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka. Modul ini merangkumi aspek kefahaman taktikal dan kemahiran bola sepak yang selari dengan objektif permainan untuk kategori umur pemain bola sepak berumur 16 tahun. *Small sided game* merupakan satu bentuk permainan atau latihan dalam bentuk yang lebih kecil dari format permainan sebenar dan penggunaannya dalam sesi latihan bola sepak juga sudah lama digunakan dan semakin mendapat perhatian guru, jurulatih, pengamal Sains Sukan mahupun penyelidik-penyelidik lepas (Clemente, Lourenco Martins & Mendes, 2014; Sarmento, Clemente, Harper, Costa, Da, Owen & Figueiredo, 2018). *Small sided game* mewakili format permainan sebenar di mana format ini tidak mengabaikan ciri-ciri permainan sebenar yang

dinamik dan kompleks. Dalam kajian ini, *small sided game* digunakan oleh penyelidik di dalam modulnya di mana kesemua aspek bermula dari pemanas badan, stail permainan dan *group play* dilatih menggunakan *small sided game*.

1.8.2 Prinsip Menyerang

Apabila salah satu pasukan memiliki penguasaan bola (Mota, Da, Thiengo, Gimenes & Bradley, 2016) dan bertujuan untuk menjaringkan gol walau apa pun keputusan semasa yang diperoleh oleh mereka dengan tujuan mencapai matlamat permainan bola sepak iaitu memenangi perlawanan tersebut, ianya dikenali sebagai menyerang. Prinsip menyerang dalam kajian ini adalah merujuk kepada skor serangan yang diperoleh melalui instrumen yang dibina sendiri oleh penyelidik dengan menilai prinsip menyerang (*width, support, mobility, penetration* dan *creativity*) berdasarkan daripada tinjauan literatur dan teori serta model berkaitan. Jadual berikut merupakan definisi setiap prinsip menyerang.

Jadual 1.4

Definisi Prinsip Menyerang

Prinsip	Prinsip	Definisi
Menyerang	<i>Width</i>	Pasukan mampu memanfaatkan ruang dan keluasan padang sepenuhnya.
	<i>Support</i>	Pemain yang sedang memiliki bola mempunyai pilihan untuk melakukan hantaran untuk meneruskan penguasaan bola.
	<i>Mobility</i>	Pasukan mampu melakukan serangan dengan lancar meskipun diberi halangan oleh pihak lawan.

(bersambung)

Jadual 1.4 (sambungan)

<i>Prinsip</i>	Prinsip	Definisi
	<i>Penetration</i>	Pasukan mampu untuk menembusi halangan pasukan lawan terutama di bahagian kotak penalti pasukan lawan.
	<i>Creativity</i>	Pasukan mampu untuk melakukan serangan dengan pelbagai cara.

Sumber: Adaptasi dari Strudwick, T. (2016).

1.8.3 Prinsip Bertahan

Apabila sebuah pasukan tidak memiliki penguasaan bola (bertahan), terdapat dua tugas yang mereka perlu lakukan iaitu menghalang *build up play* dan seterusnya menghalang pihak lawan daripada menjaringkan gol (Berger, 2017; Bert Van Lingen, 2016; Kolfshootten & Verheijen, 2015; Tamboer, 2016). Prinsip bertahan dalam kajian ini adalah merujuk kepada skor serangan yang diperoleh melalui instrumen yang dibina sendiri oleh penyelidik dengan menilai prinsip bertahan (*compactness*, *depth*, *balance*, *patience* dan *delay*) berdasarkan daripada tinjauan literatur dan teori serta model berkaitan. Jadual berikut merupakan definisi setiap prinsip menyerang.

Jadual 1.5

Definisi Prinsip Bertahan

<i>Prinsip</i>	Prinsip	Definisi
Bertahan	<i>Compactness</i>	Pasukan mampu untuk mengecilkan ruang permainan pasukan lawan seberapa padat yang boleh.
	<i>Depth</i>	Pasukan mampu untuk meneruskan tekanan kepada pemain yang sedang memiliki penguasaan bola.

(bersambung)

Jadual 1.5 (sambungan)

<i>Prinsip</i>	Prinsip	Definisi
	<i>Balance</i>	Pasukan mampu untuk menjadikan kedudukan barisan pertahanan yang seimbang agar pihak lawan sukar untuk melakukan <i>penetration</i> .
	<i>Patience</i>	Pasukan perlu memastikan tempoh yang terbaik untuk merampas bola dari pihak lawan.
	<i>Delay</i>	Pasukan perlu melengahkan serangan pihak lawan sementara rakan sepasukan yang lain kembali pada posisi untuk membantu merampas bola dari pihak lawan.

Sumber: Adaptasi dari Strudwick, T. (2016).

1.8.4 Pemain Berumur 16 Tahun

Pemain berumur 16 tahun dalam kajian ini adalah merujuk kepada murid tingkatan 4 secara umum. Pada asalnya kajian ini adalah untuk murid bawah 18 tahun (tingkatan empat dan lima). Namun, pihak Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM) tidak membenarkan murid-murid yang menduduki peperiksaan (SPM) untuk terlibat dalam mana-mana kajian yang dilakukan oleh murid. Oleh itu, hanya murid berumur 16 tahun sahaja untuk kategori menengah atas dibenarkan untuk terlibat dalam kajian ini.

1.9 Kesimpulan

Secara keseluruhannya, kajian ini memberi fokus kepada pembinaan modul latihan bola sepak yang diberi nama '*Small Sided Game*' spesifik untuk kategori umur bawah 16 tahun. Penghasilan modul ini adalah berasaskan kepada *Football Theory* (Tamboer, 2016) yang merangkumi aspek asas bola sepak dalam meningkatkan



penguasaan prinsip permainan (menyerang dan bertahan) dan kefahaman taktikal buat murid. Modul ini harus digunakan sebagai sumber pengetahuan (*sources of knowledge*) buat guru atau jurulatih di sekolah sebagai panduan untuk melatih pasukan bola sepak sekolah mereka bagi menghadapi kejohanan. Selain daripada guru, modul ini juga boleh digunakan di akademi-akademi bola sepak yang memiliki pemain kategori bawah 16 tahun yang terdapat di zon Keramat atau Kuala Lumpur.

