



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

HUBUNGAN ANTARA LOKUS KAWALAN DAN KEBIMBANGAN SEKETIKA DALAM KALANGAN ATLET RAGBI

EZANEE BIN MOHAMAD



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

**TESIS DIKEMUKAKAN BAGI MEMENUHI SYARAT UNTUK
MEMPEROLEH IJAZAH SARJANA SAINS (MOD PENYELIDIKAN)**

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

2016



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

ABSTRAK

Penyelidikan ini bertujuan mengenal pasti tahap lokus kawalan, kebimbangan seketika dan keyakinan diri atlet ragbi di Kejohanan Ragbi MSSPk Negeri Perak. Kajian ini juga mengkaji hubungan antara lokus kawalan, kebimbangan seketika dan keyakinan diri dalam kalangan atlet yang berjaya dan tidak berjaya serta mengenal pasti apakah ciri demografi yang mempengaruhi pencapaian pasukan yang berjaya dan tidak berjaya. Kajian ini menggunakan kaedah tinjauan melalui soal selidik. Soal selidik yang digunakan untuk kajian ini ialah *Internal-External Locus of Control Scale*, dan *Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2R* (CSAI-2R). Responden terdiri dari 150 orang atlet sukan ragbi yang telah layak memasuki peringkat pusingan kedua dalam kejohanan berkenaan. Analisis deskriptif min, ujian-t tidak bersandar, korelasi pearson dan regresi digunakan untuk mencapai objektif kajian. Hasil analisis menunjukkan bahawa pasukan yang berjaya dan tidak berjaya mempunyai kebimbangan kognitif dan somatik yang rendah. Dapatan kajian menunjukkan tidak terdapat perbezaan signifikan antara kebimbangan kognitif, somatik dan keyakinan diri bagi pasukan berjaya dan tidak berjaya. Selain itu, terdapat hubungan di antara kebimbangan somatik dengan keyakinan diri pasukan yang berjaya dan tidak berjaya. Ini bermakna semakin meningkat kebimbangan somatik, maka semakin rendah tahap keyakinan diri dalam kalangan atlet. Dapatan kajian juga menunjukkan umur dan pengalaman bermain mempengaruhi pencapaian atlet dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak. Atlet yang berpengalaman dan berkeyakinan tinggi dapat meyumbang kepada pencapaian pasukan, sementara atlet yang mempunyai kebimbangan kognitif dan lokus kawalan luaran yang tinggi akan memberi kesan negatif kepada pencapaian. Kajian ini boleh dijadikan panduan untuk mengenal pasti aspek kognitif sebagai satu aspek yang mempengaruhi persembahan atlet. Jurulatih perlu merangka modul latihan psikologi yang bersesuaian bagi memastikan atlet dapat menyediakan diri mengatasi kebimbangan semasa situasi pertandingan dan mempunyai lokus kawalan yang bersesuaian.

THE RELATION BETWEEN LOCUS OF CONTROL AND STATE ANXIETY AMONG RUGBY ATHLETES

ABSTRACT

The purpose of this study was to identify level of locus control, state anxiety and self confidence among rugby athlete in Perak MSSPk Rugby Championship. This research also studies the relationship between locus of control, state anxiety and self confidence among the athletes who succeed and those who do not succeed as well as identifies the demographic features that influence the achievement of the successful and unsuccessful team. This study used a survey method through questionnaires.

Questionnaires used in this study were *Internal-External Locus of Control Scale*, and *Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2R (CSAI-2R)*. The respondents of this research consist of 150 rugby athletes who have successfully qualified to the second level of the competition. Analysis of the mean, independent t-test, regression and pearson correlation were used to achieve the objective of this study. The result shows that the team who succeeds and who do not succeed possess low level of cognitive anxiety and somatic. The study also reveals that there is no significant difference between cognitive anxiety, somatic and self confidence among those teams. Additionally, there is a relation between somatic anxiety and self confidence of the team who succeeded or who did not succeed. This means that the higher the somatic anxiety, the lower the level of self confidence among the athletes. Results shows that age and experience in sport influence the athletes' achievement in Perak MSSPk Championship. Experienced and highly confident athletes can possibly contribute to team's accomplishment, while athletes who possess high level of cognitive anxiety and external locus of control can give negative impacts to team's achievement. This research can be used as a guide to identify the cognitive aspect as one of the criteria that affects the performance of an athlete. The coach has to plan psychological training module that is suitable to ensure that the athlete can prepare themselves to overcome anxiety that might occur during competition and has a suitable locus of control.

KANDUNGAN

Muka Surat

PENGAKUAN	ii
PENGHARGAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KANDUNGAN	vi
SENARAI JADUAL	xv
SENARAI RAJAH	xviii
SENARAI SINGKATAN	xvii

Bab 1 PENGENALAN

1.1	Pengenalan	1
1.2	Latar belakang kajian	2
1.3	Pernyataan masalah	3
1.4	Kerangka konsep	7
1.5	Objektif kajian	12
1.6	Persoalan Kajian	12
1.7	Kepentingan kajian	14
1.8	Batasan Kajian	15

1.9	Definisi Pembolehubah Kajian	16
1.10	Rumusan Bab	21

Bab 2 TINJAUAN LITERATUR

2.1	Pengenalan	22
2.2	Pendekatan Teori	23
2.2.1	Teori Lokus Kawalan	23
2.2.2	Teori Atribusi	24
2.2.2.1	Model Atribusi Heider	24
2.2.2.2	Model Atribusi Weiner	25
2.2.3	Teori Kebimbangan Seketika	27
2.2.3.1	Teori Desakan/Dorongan:	
	Spence (1956)	28
2.2.3.2	Perhubungan antara kebangkitan dan prestasi	
	Dan teori U-Terbalik	29
2.2.3.3	Teori Kebangkitan Multidimensional	31
2.3	Kajian Lampau Berkait Lokus Kawalan	33
2.4	Kajian Lampau Berkait Kebimbangan, Persediaan Mental dan Keyakinan Diri	37

Bab 3 METODOLOGI

3.1	Pengenalan	43
3.2	Rekabentuk Kajian	44
3.3	Subjek Kajian	44
3.4	Instrumen Kajian	45
3.4.1	Bahagian A: Maklumat Demografi	45
3.4.2	Bahagian B: <i>Internal-External Locus of Control Scale</i>	46
3.4.3	Bahagian C: <i>Revised Competitive Anxiety Inventory</i> (CSAI-2R)	48
3.5	Kesahandan kebolehpercayaan instrumen	50
3.5.1	<i>Internal-External Locus of Control Scale</i>	50
3.5.2	<i>Revised Competitive Anxiety Inventory</i> (CSAI-2R)	51
3.5.3	Julat skor melihat kekuatan hubungan pembolehubah	52
3.6	Pentadbiran Instrumen Kajian	52
3.7	Penganalisaan Data	53
3.8	Rumusan Bab	55



BAB 4 KEPUTUSAN DAN DAPATAN KAJIAN

4.1	Pengenalan	56
4.2	Profil Demografi Responden	57
4.3	Analisis tahap lokus kawalan, kebimbangan seketika dan keyakinan diri antara pasukan berjaya dan tidak berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk Negeri Perak	59
4.3.1	Apakah tahap lokus kawalan bagi pasukan yang berjaya dan tidak berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk Negeri Perak	60
4.3.2	Apakah tahap kebimbangan seketika dalam Kejohanan Ragbi MSSPk Negeri Perak	63
4.3.3	Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dan kebimbangan seketika bagi pasukan ragbi sekolah yang berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk Negeri Perak	63
4.3.4	Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dan kebimbangan dalam kalangan atlet ragbi sekolah yang tidak berjaya dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak?	64





4.3.5 Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dalaman dan
keimbangan kognitif dalam kalangan atlet ragbi sekolah yang
berjaya dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak?

65

4.3.6 Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dalaman dan
keimbangan kognitif dalam kalangan atlet ragbi sekolah yang
tidak berjaya dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak?

66

4.3.7 Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dalaman dan
keimbangan somatik dalam kalangan atlet ragbi sekolah yang
berjaya dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak?

66

4.3.8 Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan dalaman dan
keimbangan somatic dalam kalangan atlet ragbi sekolah yang
tidak berjaya dalam Kejohanan MSSPk negeri Perak?

67

4.3.9 Adakah terdapat hubungan antara lokus kawalan luaran dan
keimbangan kognitif pasukan yang berjaya dalam Kejohanan
Ragbi MSSPk negeri Perak?

68

4.3.9.1 Hubungan lokus kawalan dan keimbangan kognitif

68

4.3.9.2 Hubungan lokus kawalan luaran dan
keimbangan somatik

68



4.3.9.3 Hubungan locus kawalan dalaman dan keyakinan diri	69
---	----

4.3.9.4 Hubungan locus kawalan luaran dan keyakinan diri	69
--	----

4.3.10 Adakah terdapat hubungan antara locus kawalan luaran dan kebimbangan kognitif pasukan yang tidak berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	70
---	----

4.3.10.1 Hubungan antara locus kawalan luaran dan kebimbangan kognitif	70
--	----

4.3.10.2 Hubungan antara locus kawalan luaran dan Kebimbangsomatik	70
--	----

4.3.10.3 Hubungan antara locus kawalan dalaman dan keyakinan diri	71
---	----

4.3.10.4 Hubungan antara locus kawalan luaran dan keyakinan diri	71
--	----

4.3.11 Adakah terdapat hubungan antara kebimbangan kognitif dan keyakinan diri pasukan yang berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	72
---	----

4.3.12 Adakah terdapat hubungan antara kebimbangan kognitif dan keyakinan diri pasukan yang tidak berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	72
---	----

4.3.13 Adakah terdapat hubungan antara kebimbangan somatik dan keyakinan diri pasukan yang berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	73
--	----

4.3.14 Adakah terdapat hubungan antara kebimbangan somatik dan keyakinan diri pasukan yang tidak berjaya dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	73
--	----

4.4 Apakah faktor yang mempengaruhi pencapaian pasukan dalam Kejohanan Ragbi MSSPk negeri Perak?	74
--	----

BAB 5 PERBINCANGAN , KESIMPULAN DAN CADANGAN

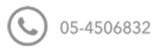
5.1 Pengenalan	77
5.2 Subjek Kajian dan Metodologi Kajian	77
5.3 Perbincangan	79
5.3.1 Perbincangan dapatan kajian dan kesimpulan melihat tahap lokus kawalan dan kebimbangan	79
5.3.2 Perbincangan dapatan kajian dan kesimpulan melihat hubungan lokus kawalan dan kebimbangan	85
5.4 Kesimpulan	96
5.5 Implikasi dapatan kajian	98
5.5.1 Implikasi teoritikul	99

5.5.2	Implikasi praktikal	101
5.5.2.1	Implikasi kepada Kementerian Pelajaran	
	Malaysia dan kementerian yang berkiatan	103
5.5.2.2	Implikasi kepada Jabatan Pelajaran Negeri,	
	Pejabat Pelajaran Daerah dan Sekolah	105
5.5.2.3	Implikasi kepada atlet dan murid sekolah	
		106
5.6	Cadangan kajian lanjutan	107

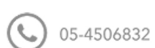
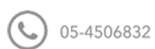
SENARAI JADUAL

No. Jadual	Muka surat
3.0	Skala pemarkatan bagi item soalan lokus kawalan 46
3.1	Jadual jumlah markah bagi lokus kawalan dalaman-luaran 47
3.2	Julat skor tahap bagi lokus kawalan dalaman 47
3.3	Julat skor tahap bagi lokus kawalan luaran 48
3.4	Julat skor tahap bagi keseimbangan 48
3.5	Julat skor bagi mengukur tahap keseimbangan 50
3.6	Nilai kebolehppercayaan soal selidik 51
3.7	Konstruk dan kesahan koefisien CSAI-2R 51
3.8	Jenis analisis data yang digunakan untuk setiap persoalan kajian 53
4.1	Taburan responden berdasarkan umur dan pengalaman bermain 58
4.2	Analisis tahap lokus kawalan berdasarkan pencapaian pasukan 60
4.3	Julat markah bagi lokus kawalan dalaman - luaran 60
4.4	Julat skor tahap bagi lokus kawalan dalaman 61
4.5	Julat skor tahap bagi lokus kawalan luaran 61
4.6	Analisis tahap keseimbangan seketika berdasar pencapaian pasukan 62
4.7	Julat skor bagi mengukur tahap keseimbangan 63

4.8	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dan keseimbangan pasukan yang berjaya	64
4.9	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dalaman dan keseimbangan pasukan yang tidak berjaya	65
4.10	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dalaman dan keseimbangan kognitif pasukan yang berjaya	65
4.11	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dalaman dan keseimbangan kognitif pasukan yang tidak berjaya	66
4.12	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dalaman dan keseimbangan somatik pasukan yang berjaya	67
4.13	Analisis melihat hubungan lokus kawalan dalaman dan keseimbangan somatik pasukan yang tidak berjaya	67
4.14	Analisis melihat hubungan lokus kawalan luaran dan keseimbangan kognitif, somatik dan keyakinan diri pasukan yang berjaya	68
4.15	Analisis melihat hubungan lokus kawalan luaran dan keseimbangan kognitif, somatik dan keyakinan diri pasukan yang tidak berjaya	70
4.16	Analisis hubungan antara keseimbangan kognitif dan keyakinan diri pasukan berjaya	72
4.17	Analisis hubungan antara keseimbangan kognitif dan keyakinan diri pasukan tidak berjaya	72
4.18	Analisis hubungan antara keseimbangan somatik dan keyakinan diri pasukan berjaya	73



4.19	Analisis hubungan antara keseimbangan somatik dan keyakinan diri pasukan tidak berjaya	73
4.20	Analisis regresi melihat faktor yang mempengaruhi pencapaian pasukan	74



SENARAI RAJAH

No. Rajah	Muka surat
1.1 Kerangka Konsep	9
2.1 Model Atribusi Heider	24
2.2 Model Atribusi Weiner	26
2.3 Perhubungan antara kebangkitan (arousal) dan prestasi berbentuk garis lurus dan dalam korelasi positif	29
2.4 Teori U Terbalik: Perhubungan antara kebangkitan dan prestasi	30
2.5 Hubungan Multidimensional antara prestasi atlet dengan Kebimbangan <i>state</i>	32

SENARAI SINGKATAN

MSSM	-	Majlis Sukan Sekolah-Sekolah Malaysia
MASUM	-	Majlis Sukan Universiti Malaysia
MSSPk	-	Majlis Sukan Sekolah-sekolah Negeri Perak
CSAI-2R	-	<i>Competitive State Anxiety Inventory-2R</i>
KRM	-	Kesatuan Ragbi Malaysia
SPSS	-	<i>Statistical Package for the Social Science</i>
SD	-	<i>Standard Deviation</i>
M	-	<i>Mean</i>
PST	-	<i>Psychological Skills Training</i>

SENARAI LAMPIRAN

- | | | |
|---|--|-----|
| A | Surat Pengesahan Pelajar Untuk Membuat Penyelidikan | 116 |
| B | Surat Pembentangan Cadangan Penyelidikan Ijazah Sarjana | |
| C | Surat Pengesahan Keputusan Pembentangan Cadangan
Penyelidikan Sarjana | |
| D | Set soal selidik kajian | |
| E | Surat Kelulusan Menjalankan Kajian Dari Bahagian Perancangan
dan Penyelidikan Dasar Pendidikan | |
| F | Surat Kebenaran Menjalankan Kajian Dari Bahagian Pengurusan
Sekolah Berasrama Penuh dan Sekolah Kecemerlangan | |
| G | Surat Kebenaran Menjalankan Kajian Dari Jabatan Pelajaran
Negeri Perak | |
| H | Surat Mesyuarat Jawatankuasa Viva Peringkat Sarjana | |
| I | Surat Keputusan Mesyuarat Jawatankuasa Viva Peringkat
Ijazah Sarjana Sains Sukan (Psikologi Sukan) | |
| J | Surat Pengesahan Pembetulan dan Kelulusan Penjilidan Disertasi/Tesis | |

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pengenalan

Kesedaran masyarakat hari ini berkait dengan kepentingan aspek psikologi dalam sebarang pertandingan sukan semakin bertambah. Meneliti perkembangan dunia sukan negara kini, aspek psikologi mula menjadi antara aspek keperluan dalam persediaan seseorang atlet dalam berbagai disiplin permainan. Semakin ramai dalam kalangan individu dan pihak yang terlibat dalam bidang sukan menggunakan ilmu psikologi sukan sebagai antara intipati atau aspek yang perlu diberi penekanan sekiranya ingin menghasilkan seorang atlet yang begitu optimum dalam pencapaian mereka.

Pelbagai takrifan yang diberi oleh pelbagai pihak telah membuka skop yang lebih luas dalam bidang psikologi sukan. Mengambil kira segala bentuk perubahan yang berlaku kepada atlet, pegawai serta penonton digelanggang atau di padang permainan, semua ini menyumbang dan mempengaruhi kemajuan iklim sukan negara.

Adalah menjadi keperluan untuk jurulatih atau pegawai pasukan melakukan sesuatu

apabila prestasi pasukan tidak menentu setiap kali pertandingan. Antaranya adalah menyemak jadual latihan, mengubah strategi permainan dan corak latihan, malah aspek pemakanan atlet juga patut diberi perhatian. Ini kerana keputusan yang diperolehi semasa pertandingan sebenar tidak sama dengan apa yang di hasilkan semasa peringkat perlawanan persahabatan atau perlawanan ujian yang diadakan sebelum itu.

Kepelbagaian senario sukan kini, kita dapat melihat perkembangan yang positif dalam usaha merangsang pencapaian atlet mahupun pembangunan sukan itu sendiri. Untuk mencapai matlamat yang diharapkan tidaklah semudah yang kita fikirkan. Menurut Cervone (2000), seseorang atlet tidak mungkin dapat beraksi mengawal situasi jika mereka ragu-ragu mengenai keupayaan diri untuk bertindak mengikut kehendak semasa. Kemampuan seseorang atlet menghadapi situasi tekanan dalam pertandingan dan bertindak balas dengan rangsangan tadi bergantung kepada aspek kekuatan mental dan kemampuan kognitif mereka menguruskannya. Atlet kita sebenarnya mampu bersaing pada peringkat yang lebih tinggi sekiranya fenomena psikologi ini dapat ditangani dengan pendekatan yang konsisten (Shaharudin, 2001).

1.2 Latar belakang kajian

Kajian ini akan meneliti aspek mental dari sudut lokus kawalan diri atlet dan kebimbangan yang boleh mempengaruhi prestasi semasa pertandingan. Fokus kajian tertumpu kepada tindak balas atlet apabila berada dalam situasi pertandingan di mana tahap tekanan yang diterima oleh persekitaran adalah semakin tinggi. Jika atlet tersebut mempunyai tahap lokus kawalan dalaman yang tinggi, dia akan mampu mengurus tekanan yang diterima dengan baik tanpa membangkitkan apa-apa tindak

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

balas yang negatif, sebaliknya dia mampu mengawal fikiran agar terus fokus dengan permainan dan mampu mencapai prestasi yang diharapkan. Aspek kedua pula yang ingin dilihat adalah kebimbangan, di mana ianya merupakan satu keadaan emosi yang sukar untuk ditakrifkan dan dikesan dalam diri seseorang. Ia merupakan satu fenomena psikologi yang lahir pada setiap individu pada tahap yang berbeza-beza. Masalah kebimbangan merupakan salah satu fenomena psikologi yang turut mempengaruhi pencapaian atlet. Dalam menghadapi senario pertandingan, masalah kebimbangan ini sering membelenggu mental atlet, tidak kiralah sebelum, semasa dan selepas sesuatu pertandingan.

Kebimbangan berkait rapat dengan konsep gentar dan takut. Perasaan inilah yang dimaksudkan sebagai gemuruh dan seterusnya menghilangkan rasa keyakinan dalam diri untuk atlet beraksi pada tahap sebenar, apatah lagi apabila melibatkan pertandingan peringkat tinggi. (Shaharudin, 2001). Melalui dua pembetulan ini, pengkaji akan menjalankan kajian bagi melihat adakah aspek lokus kawalan dan kebimbangan mempengaruhi tahap pencapaian atlet dalam sesuatu pertandingan.

1.3 Pernyataan Masalah

Kecenderungan dan idea untuk mengkaji aspek lokus kawalan dan kebimbangan dalam kajian ini adalah hasil dari pemerhatian dan pengamatan isu-isu yang timbul kepada atlet negara akhir-akhir ini. Pencapaian atlet negara yang tidak menentu apabila bertanding dengan pasukan yang lebih ternama dan kompetitif mendorong pengkaji untuk melihat kedua aspek ini bagi mengenalpasti kebenaran kedua aspek ini mempengaruhi persembahan atlet.

05-4506832 pustaka.upsi.edu.my Perpustakaan Tuanku Bainun Kampus Sultan Abdul Jalil Shah PustakaTBainun ptbupsi

Berdasarkan laporan dari Persatuan Sepaktakraw Malaysia (PSM) kegagalan mempertahankan pingat yang di menangi di Sukan Sea pada tahun 2011 adalah

disebabkan oleh gangguan penonton. (Aizawati Ahmad, 2011) Alasan tersebut diberi oleh pihak PSM setelah tewas kepada Indonesia dalam perlawanan yang sepatutnya mampu menyumbang pingat kepada kontinjen negara di Sukan Sea XXVI di Jakarta-Palembang di kejohanan dwi tahunan tersebut. Bagi atlet yang mempunyai lokus kawalan luaran yang tinggi, mereka akan gagal mengurus tekanan atau rangsangan persekitaran dengan baik dan hanya mampu berserah (Weiner, 1972). Atlet tersebut sentiasa berfikiran seolah-olah segala apa yang berlaku adalah di luar kawalan diri mereka. Ini bermaksud dalam situasi pertandingan, tekanan dari pihak lawan dan penonton akan menyebabkan atlet hilang tumpuan untuk fokus dan tidak dapat beraksi di tahap yang optimum bagi menguasai perlawanan seterusnya memenangi pertandingan tersebut.

Menurut Allyn dan Bacon (2003), lokus kawalan merujuk kepada jangkaan untuk mengawal persekitaran dan kepercayaan umum terhadap kebolehan sendiri untuk menghadapi desakan persekitaran dan mengatasinya dengan memuaskan. Ini bermaksud seseorang itu akan merujuk kepada diri untuk melihat sama ada dirinya mempunyai kuasa atau tidak ke atas peristiwa yang berlaku ke atas dirinya. Melalui Teori Lokus Kawalan, lokus kawalan dalaman lebih mempercayai kepada kebolehan diri sendiri, manakala lokus kawalan luaran lebih mempercayai nasib ditentukan oleh persekitaran tanpa melihat dirinya mampu mengubah keadaan berkenaan (Rotter, 1971). Kesemua perlakuan ini berlaku akibat terpengaruh dengan persekitaran akibat dari longgarnya lokus kawalan pada diri seseorang atlet berkenaan.

Dalam situasi pertandingan, tekanan dari pihak lawan dan penonton akan menyebabkan atlet hilang fokus dan tidak dapat beraksi di tahap yang optimum bagi menguasai perlawanan, seterusnya memenangi pertandingan tersebut. Menurut Beauchamp et. al 2003, lokus kawalan dan keseimbangan kognitif adalah dua

angkubah penting yang mempengaruhi prestasi. Sementara Butt (2003), aspek psikologi merupakan satu faktor utama selain fizikal, teknikal dan strategi yang diperlukan oleh atlet untuk mencapai kejayaan dalam sukan. Para jurulatih ragbi sering mengaitkan permainan ini sebagai sukan yang memerlukan kekuatan dan ketahanan mental. Kebanyakan jurulatih sering fokus kepada kekuatan fizikal sahaja kerana beranggapan ianya mampu mempengaruhi prestasi, seperti kecergasan, kelajuan dan mengasah kemahiran bermain seperti sepakan dan hantaran. Sementara pemain pula sering mengabaikan aspek kemampuan kognitif mereka, iaitu kemahiran psikologi dan ketahanan mental (Hale & Collins, 2002; Hodge, 1994).

Melihat kepada situasi perlawanan, perasaan gemuruh memberi kesan kepada atlet sehingga gagal bermain dengan baik seperti yang telah dirancang oleh jurulatih. Kesemua aspek yang dikenalpasti ini merupakan kesan yang dialami oleh atlet apabila aspek mental atau kognitif mereka telah gagal untuk mengurus rangsangan atau tekanan yang diterima samada sebelum atau semasa pertandingan. Bukan semua pemain yang mempunyai kelebihan saiz fizikal mempunyai ketahanan mental yang tinggi. Sejauh mana kamu mampu bertindak balas dengan rangsangan permainan dan bersedia untuk segala-galanya bergantung kepada kekuatan mental individu. (Zinza Brooke, 1997 dalam Adam R. N, Callard J. 2012).

Beberapa situasi yang berlaku kepada atlet negara akhir-akhir ini apabila menyertai kejohanan antarabangsa perlu diberi perhatian dan tindakan yang sewajarnya oleh pihak yang berkenaan. Melalui perbelanjaan yang telah dikeluarkan bermula dari proses mengesan bakat, atlet dibentuk dan dibesarkan dalam sistem latihan yang begitu tersusun, namun berakhir dengan kekecewaan. Situasi ini perlu dilihat sebagai sesuatu yang serius, kerana negara kita mempunyai pelbagai kemudahan prasarana dan tenaga pakar yang telah terbukti kebolehannya. Atlet yang

menjadi harapan ini tidak mungkin dapat mencapai sasaran yang diharapkan kepada mereka jika kita meminggirkan aspek psikologi yang menyuburkan lagi potensi mereka. Dalam kajian ini, pengkaji akan melihat aspek psikologi yang difikirkan dapat membantu meningkatkan prestasi atlet, khususnya dalam permainan ragbi. Joaquin Dosil (2006), menyatakan betapa kepentingan kekuatan aspek mental sangat perlu kepada atlet ragbi akibat dari bentuk permainan dan cabaran yang dilalui oleh mereka serta mencadangkan tingkah laku ideal berkait mental untuk menghadapi situasi tersebut, seperti *Psychological Skills Training* (PST).

Sebelum ini setiap kejayaan mana-mana pasukan dalam apa sahaja bidang permainan dilihat dari aspek ketekunan menjalani latihan, jadual latihan yang komprehensif, jurulatih yang berwibawa, pemain yang berkebolehan dan pengurusan pasukan yang baik. Tidak banyak yang membicarakan faktor kejayaan pasukan dilihat dari aspek kekuatan mental atletnya atau kemampuan atletnya mengurus emosi, tekanan dan kebimbangan dengan baik dan berkesan. Persediaan aspek mental atlet juga perlu menjadi keutamaan selain dari persediaan fizikal kerana ketahanan mental dari sudut psikologi seperti mengatasi perasaan bimbang, memiliki keyakinan diri dan kaedah menguruskan tekanan yang diterima amat diperlukan (Abd.Halim Md. Salleh, 2003).

Kebanyakan jurulatih dan atlet ragbi percaya, salah satu kriteria yang menyumbang kepada kejayaan dalam ragbi adalah kekuatan mental. Kekuatan mental sering digunapakai, namun kerap kali disalahtafsir. Mereka yang mempunyai kekuatan mental percaya dengan penuh yakin, mereka berkemampuan dan tidak akan mudah digugat oleh sebarang rangsangan negatif. Mereka yakin untuk mengawal dan menanganinya untuk mencapai sasaran yang ditetapkan tanpa sebarang masalah

(Adam R. N, Callard, J., 2012). Justeru, kajian ini perlu dijalankan untuk menyelami isu yang dialami oleh atlet ini, sebagai sesuatu yang perlu diberi perhatian serius.

1.4 Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep pada Rajah 1.1 di muka surat 9, kita akan dapat memperoleh gambaran hubungan antara pemboleh ubah bebas, iaitu pasukan yang berjaya dan tidak berjaya dengan pemboleh ubah bersandar iaitu lokus kawalan, kebimbangan seketika dan keyakinan diri dalam mempengaruhi atlet ragbi sekolah dalam Kejohanan Ragbi MSSPk peringkat Negeri Perak menggunakan kedua-dua instrumen yang dinyatakan. Keenam-enam pasukan ini telah layak memasuki pusingan XY seterusnya dua pasukan terbaik setiap kumpulan akan beraksi di peringkat separuh akhir bagi menentukan siapa yang akan beraksi di perlawanan akhir. Enam pasukan ini diambil sebagai responden untuk menjawab soal selidik *Internal-External Locus of Control Scale* dan *Competitive State Anxiety Inventory - 2R (CSAI-2R)* bagi mengetahui tahap dan hubungan pemboleh ubah yang di kaji. Pemboleh ubah bersandar pertama yang ingin di kaji adalah lokus kawalan, yang mampu memberi kesan kepada mental atlet menjadi asas kepada pemboleh ubah yang ingin dilihat dengan lebih mendalam dalam hal ini. Rangsangan yang diterima dari penonton semasa perlawanan, gangguan yang timbul dari diri sendiri apabila menerima rangsangan atau persekitaran sebelum, semasa atau selepas perlawanan memberi kesan kepada prestasi atlet sekiranya ia tidak diurus dengan baik.

Frost dan McKelvie (2005) menjelaskan perkaitan antara latihan dan keyakinan diri. Menurut mereka, kepuasan diri meningkat dengan adanya pertambahan latihan fizikal. Tahap keyakinan diri dapat mempengaruhi keupayaan dan penglibatan atlet secara berterusan dalam aktiviti. Ciri-ciri keyakinan seperti tidak