



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

**HUBUNGAN DI ANTARA ORIENTASI MATLAMAT DAN TAHAP
KEBIMBANGAN DI ANTARA ATLIT BOLA SEPAK,
RAGBI DAN BOLA JARING**



05-4506832



FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

UNIVERSITI PENDIDIKAN SULTAN IDRIS

2007



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah



PustakaTBainun



ptbupsi

**HUBUNGAN DI ANTARA OREINTASI MATLAMAT DAN TAHAP
KEBIMBANGAN DI ANTARA ATLET BOLA SEPAK,
RAGBI DAN BOLA JARING**

FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH

**DISERTASI YANG DIKEMUKAKAN INI UNTUK MEMENUHI
SEBAHAGIAN DARIPADA SYARAT MEMPEROLEHI
IJAZAH SARJANA PENDIDIKAN SAINS SUKAN**

2007



PENGAKUAN

Saya mengaku bahawa disertasi ini adalah hasil kerja saya sendiri kecuali nukilan dan ringkasan yang setiap satunya saya jelaskan sumbernya.



05-4506832



pustaka.upsi.edu.my



Perpustakaan Tuanku Bainun



PustakaTBainun



ptbupsi

14.04.2007

(FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH)

M20061000023





Dedikasi

*Buat bonda dan ayahanda, cahaya hidupku
Kedua ibubapa mertua cerminan harmoni bahiteraku
Ahli keluarga hiasan hidupku
Kasih dan hormat nakloda kita*

*Ucapan terima kasih
Tidak terhingga buat kalian
Atas bantuan dan dorongan
Bagiku menuju cita
Dipuncak menara gading*

*Jasa kalian tersemat disanubari
Sehingga terlaksana cita dan harapanku
Tanpa kalian hilang perkasa jiwa kerdil ini
Mengharung gelombang dan badai cabaran*

*Isteriku jantung hatiku,
" Rohazlen Bte Alimat "*
*Engkaulah penawar dikala duka dan pilu
Pengorbananmu tiada tandingnya
Kesabaranmu mengharung onak
Dikala aku sibuk dan tiada disisimu
Mengikat erat kasih kita
Hanya kalimah aku sayang padamu
Ku ungkapkan sebagai tanda terima kasih
Di atas segalanya
Moga bahagia bahitera kita
Di bawah naungan cahaya keimanan*

*Putera-Puteraku buah hatiku
Mohd. Asyraaf dan Mohammad Irfan dan Mohammad Haikhal
Ayah pohon kemaafan
Andai dalam tempoh pengajianku
Kalian tandus dan gersang kasih sayangku
Kerana kesibukan memisahkan belaian kasihku
Semoga anakku soleh dan solehah*

*Pensyarah yang budiman
Engkaulah suluh dalam gelap
Membimbing tanpa jemu
Semoga ALLAH memberkati jasamu*

*Rakan-rakan seperjuangan terima kasih atas segala
Budi baik kukenang selalu ampun dan maaf atas kesilapan
Semoga kita mencapai jaya dunia akhirat*



PENGHARGAAN

Alhamdulillah, syukur ke hadrat ALLAH SWT kerana dengan limpah perkenanNYA, kertas projek ini dapat diselesaikan.

Terlebih dahulu saya ingin merakamkan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Prof. Dr Shaharudin Abd. Aziz di atas segala tunjuk ajar, teguran, nasihat, dan bimbingan beliau. Sesungguhnya dorongan yang diberi amat berharga kepada saya sebagai panduan untuk mengatasi cabaran yang dihadapi. Tanpa tunjuk ajar beliau, saya tidak mampu untuk menyelesaikan tugas ini. Tidak lupa juga, kepada Dr. Ahmad Bin Hashim di atas segala bantuan dan sumbangan beliau dalam proses penulisan kertas projek ini.

Saya juga ingin merakamkan ucapan terima kasih kepada Jabatan Pelajaran Negeri Sabah dan sekolah-sekolah yang terlibat di atas kerjasama yang diberi untuk menjalankan kajian di sekolah berkenaan. Terima kasih juga kepada rakan-rakan seperjuangan yang banyak memberi pandangan, bantuan dan dorongan sehingga saya dapat menyiapkan kertas projek ini. Akhir sekali saya ingin merakamkan ucapan terima kasih kepada orang-perseorangan dan pihak-pihak tertentu yang tidak dapat disebutkan di sini, di atas segala sumbangan dan kerjasama yang telah diberi. Sekian, terima kasih

FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH
M20051000023



ABSTRAK

HUBUNGAN DI ANTARA ORIENTASI MATLAMAT DAN TAHAP KEBIMBANGAN DI ANTARA ATLET BOLA SEPAK, RAGBI DAN BOLA JARING

Oleh

FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH

Tujuan utama kajian ini untuk melihat hubungan orientasi matlamat dan tahap keseimbangan atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring, dalam sukan di Pertandingan MSSM Gabungan Kota Kinabalu, Sabah. Instrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini ialah 'Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire', (TEOSQ) (Duda & Nicholls, 1989) dan 'Competitive State Anxiety Inventory-2'(CSAI-2) yang telah diubahsuai ditadbir ke atas 162 orang responden yang terdiri 48 orang atlet Bola Jaring, 54 orang atlet Ragbi dan 60 orang atlet Bola Sepak. Data dianalisis dengan nilai min, sisihan piawai, kolerasi dan ANOVA sehala dengan menggunakan Program '*Statistical Packages for the Social Science*' (SPSS/PC+). Dapatan kajian menunjukkan bahawa orientasi tugas adalah lebih dominan berbanding dengan orientasi ego. Hasil kajian juga menunjukkan tidak ada hubungan signifikan di antara orientasi matlamat dengan tahap keseimbangan. kajian ini juga mendapati atlet bola jaring mempunyai tahap keseimbangan kognitif yang lebih tinggi manakala atlet bola sepak mempunyai tahap keseimbangan somatik dan tahap keyakinan diri yang tertinggi di antara ketiga-tiga jenis sukan. Di dapati tidak ada perbezaan signifikan tahap keseimbangan di antara kumpulan atlet. Dapatan kajian juga menunjukkan terdapat perbezaan signifikan orientasi ego di antara ketiga-tiga sukan. Manakala tidak terdapat perbezaan signifikan tahap keseimbangan antara atlet lelaki dan perempuan.





ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN ORIENTATION TOWARDS GOAL AND ANXIETY LEVEL BETWEEN ATHLETES IN FOOTBALL, RUGBY AND NETBALL

By

FREDERICK JOSUE @ MOHD FADHIL ABDULLAH

The aim of this study is to identify the relationships of orientation towards goal and anxiety level of athletes in football, rugby and netball in the MSSM tournament, Kota Kinabalu District. The instrument used is Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (Duda & Nicholls, 1989) and Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2). The modified instrument was administered on 162 respondents (48 netballers, 54 rugby players and 60 footballers). The data were analysed for means, standard deviations, correlations and one-way ANOVA using Statistical Packages for the Social Science programme (SPSS/PC+). The finding show that the orientation towards task is dominant compared to orientation towards ego. There is no significant relation between orientation towards goal and anxiety level. This study shows that the level of cognitive anxiety is high in netball playes and presence of somatic anxiety level in the football players. However, there is a high level of self confidence between the three sports. There is no significant level of anxiety between the athletes. All the three sports show a significant difference in the orientation towards ego. It also shows that there is no significant difference in the anxiety level between male and female athletes.





JADUAL KANDUNGAN

Muka Surat

PENGAKUAN	i
DEDIKASI	ii
PENGHARGAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
SENARAI RAJAH	ix
SENARAI JADUAL	x

BAB 1 PENDAHULUAN



1.1	Pengenalan	1
1.2	Penyataan Masalah	10
1.3	Kepentingan Kajian	12
1.4	Objektif Kajian	14
1.5	Persoalan Kajian	15
1.6	Batasan Kajian (Delimitasi dan Limitasi)	16
1.7	Definisi Operasional	19



BAB 2 SOROTON LITERATUR

2.1	Kajian Berkaitan	.	.	.	.	.	.	22
-----	------------------	---	---	---	---	---	---	----

BAB 3 METODOLOGI

3.1	Pengenalan	.	.	.	.	.	.	33
3.2	Reka Bentuk Kajian	.	.	.	.	.	.	34
3.3	Kerangka Konseptual	.	.	.	.	.	.	35
3.4	Tempat Kajian	.	.	.	.	.	.	36
3.5	Subjek Kajian	.	.	.	.	.	.	36
3.6	Pentadbiran Instrumen Kajian	.	.	.	.	.	.	36
3.7	Tatacara Pengumpulan Data	.	.	.	.	.	.	38
3.8	Pembolehubah Kajian	.	.	.	.	.	.	40
3.9	Prosedur Kajian	.	.	.	.	.	.	40
3.9	Penganalisan Data	.	.	.	.	.	.	41

BAB 4 DAPATAN KAJIAN

4.1	Penganalisan Data	.	.	.	.	.	.	42
-----	-------------------	---	---	---	---	---	---	----



4.2	Analisis Demografi Responde	43
4.3	Analisis Min, Sisihan, Korelasi dan Ujian Anova Sehala	49

BAB 5 PERBINCANGAN KESIMPULAN DAN CADANGAN

5.1	Pengenalan	58
5.2	Perbincangan	59
5.3	Rumusan	64
5.4	Cadangan	65

RUJUKAN



LAMPIRAN

A Borang Soal Selidik



SENARAI RAJAH

Rajah

Muka Surat

- | | | |
|---|--|----|
| 1 | Proses Tekanan Dan Bukan Situasi Pertandingan Yang Menentukan
Had Terhadap Tindakbalas Tekanan. | 6 |
| 2 | Perbezaan Kesan Kebimbangan Somantik dan Kebimbangan
Kognitif Ke Atas Prestasi. | 23 |

SENARAI JADUAL

Jadual	Muka Surat
4.1 Taburan min dan sisihan piawai responden mengikut jantina	43
4.2 Taburan min dan sisihan piawai responden mengikut Umur	43
4.3 Taburan min dan sisihan piawai responden mengikut jenis sukan	44
4.4 Taburan min dan sisihan piawai pengalaman responden dalam sukan	45
4.5 Taburan min dan sisihan piawai bagi pihak yang bertanggungjawab memperkenalkan sukan kepada responden	46
4.6 Taburan min dan sisihan piawai responden mengikut penglibatan di peringkat tertinggi	47
4.7 Taburan min dan sisihan piawai responden untuk mengurangkan tahap kebimbangan semasa pertandingan	48
4.8 Analisis Min dan Sisihan Piawai corak orientasi atlet Bola Sepak	49
4.9 Analisis Min dan Sisihan Piawai corak orientasi atlet Ragbi	49
4.10 Analisis Min dan Sisihan Piawai corak orientasi atlet Bola Jaring	50
4.11 Analisis korelasi bagi Orientasi Matlamat dengan tahap kebimbangan atlet Bola Sepak	50
4.12 Analisis korelasi bagi Orientasi Matlamat dengan tahap kebimbangan atlet Ragbi	51



4.13	Analisis korelasi bagi Orientasi Matlamat dengan tahap keseimbangan atlet Bola Sepak	52
4.14	Analisis peratus, min dan sisihan piawai tahap keseimbangan Kognitif, Somatik dan Tahap Keyakinan Diri atlet Bola Sepak	53
4.15	Analisis peratus, min dan sisihan piawai tahap keseimbangan Kognitif, Somatik dan tahap Keyakinan Diri atlet Ragbi	54
4.16	Analisis peratus, min dan sisihan piawai tahap keseimbangan Kognitif, Somatik dan tahap Keyakinan Diri atlet Bola Jaring	55
4.17	Analisis peratus, min dan sisihan piawai keseluruhan tahap keseimbangan Kognitif, Somatik dan Tahap Keyakinan Diri di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring	56
4.18	Analisis perbezaan tahap keseimbangan di antara atlet Lelaki dan atlit Perempuan	60





BAB 1

PENDAHULUAN



1.1 Pengenalan

Sejak kebelakangan ini kita dikejutkan dengan berita mengenai ahli-ahli sukan yang mana mengalami kemerosotan yang teruk dalam permainan mereka, sama ada sukan berpasukan atau sukan individu sehingga boleh menjejaskan prestasi mereka. Masalah ini, turut dialami oleh atlet-atlet negara kita yang mana dapat dilihat dari segi kemerosotan prestasi permainan mereka. Hal ini menyebabkan atlet atau pasukan tersebut sering mengalami kekalahan dalam setiap pertandingan yang disertai mereka. Contohnya, pasukan Bola Sepak Malaysia yang mana mengalami kemerosotan yang ketara sekali. Pada peringkat pertandingan sukan tinggi, seringkali atlet mengalami masalah untuk beraksi dengan cemerlang kerana gangguan faktor ketidakseimbangan. Ramai atlet telah menyuarakan tentang





kegagalan mereka untuk mengawal tahap kebimbangan sewaktu menghadapi pertandingan. Akibatnya, prestasi mereka jatuh mendadak walaupun mereka sebenarnya memiliki kemahiran dan keupayaan fizikal yang baik. Kegagalan melakukan tindakan yang sepatutnya pada saat genting menjadi penyebab utama atlet dan pasukan ternama mengalami kekalahan berpunca dari tekanan, kebangkitan dan peningkatan tahap kebimbangan. (Shaharudin Abd. Aziz, 2001).

Semenjak tahun 1960-an lagi, pengaruh kebimbangan yang terdapat dalam 'stress' pada masyarakat sekarang sudah banyak diperolehi. Berbagai cara digunakan untuk mengukur tahap kebimbangan di kalangan ahli-ahli sukan. Perasaan kebimbangan dilihat dalam berbagai dimensi dalam dua cara iaitu komponen tret dan seketika. Komponen seketika adalah satu rangsangan emosi yang datang secara tiba-tiba disebabkan oleh ketakutan, tekanan dan peningkatan rangsangan psikologi. Komponen tret di dalam kebimbangan ialah proses pra-penyusunan semula dalam merasai situasi tertentu yang menggugat sesebuah persekitaran. Sekiranya seseorang atlet mempunyai komponen kebimbangan tret yang tinggi maka beliau akan menunjukkan kebimbangan seketika sebagai tindakbalas yang tinggi di dalam menghadapi pertandingan.

Kepelbagaian dimensi dalam kebimbangan juga mengandungi :

- a. Kebimbangan kognitif – merupakan kebimbangan mental yang disebabkan oleh takut dengan penilaian negatif sosial, takut gagal dan hilang harga diri.





- b. Kebimbangan somatik –merupakan komponen kebimbangan fizikal yang terhasil kerana sebab-sebab psikologi yang dinyatakan di atas, seperti kelajuan degupan jantung, pernafasan dan ketegangan otot.

Kedua-dua komponen kebimbangan iaitu tret dan seketika mempunyai dimensi somatik dan kognitif. Teori ini yang dinamakan teori kepelbagaian kebimbangan (Martens et. al, 1990).

Endler (1978) menyenaraikan lima faktor yang menyebabkan peningkatan tahap kebimbangan seketika :

- a. Takut gagal dalam persembahan –takut dikalahkan oleh pencabar yang lemah.
- b. Takut penilaian negatif masyarakat –takut penilaian negatif penonton yang boleh menjejaskan harga diri.
- c. Takut ancaman fizikal –takut akan terkena lontaran bola.
- d. Kesamaran situasi –dalam undian giliran, atlit tertanya-tanya adakah dia akan memulakan perlawanan.
- e. Gangguan ke atas rutin yang telah dipelajari –diarahkan agar menukar teknik yang tidak pernah dipelajari.

Menurut Kamus Dwibahasa Oxford (1994) kebimbangan boleh didefinisikan sebagai suatu keadaan yang berkaitan dengan saraf di mana ia melibatkan perasaan resah, gelisah, bimbang, tertekan, khuatir dan gemuruh. Levitt (1980) petikan Cox pula mendefinisikan kebimbangan sebagai satu perasaan takut yang menguasai diri manusia





sehingga memberi kesan terhadap peningkatan kepada fungsi tubuh badan manusia. Ianya berkait rapat dengan konsep gentar.

Jones (1990) petikan Mellaliew, Hanton dan Jones (2003) kebimbangan adalah dirujuk sebagai satu yang negatif, kognitif dan menerima respon fisiologi akibat kebangkitan yang tidak menentu pada pengawalan terhadap situasi yang tertekan contohnya pertandingan. Fossum (1990) mentakrifkan kebimbangan sebagai jumlah keseluruhan tindakbalas psikobiologikal terhadap situasi yang dianggap tidak kebal dan terdedah kepada bahaya serta ancaman.

Hans Selye (1975) petikan dari Me Glynn, telah mendefinisikan “kebimbangan” sebagai satu tindakbalas tidak menentu tubuh badan kita, yang berlaku terhadap diri kita.

Dalam erti kata yang lain, kebimbangan adalah sesuatu perasaan risau yang timbul dalam diri manusia. Sehubungan dengan itu, manusia akan mula mengawal kebimbangan dan bukannya kebimbangan mengawal manusia.

Martens (1977) menyatakan reaksi kebimbangan boleh terhasil daripada keperluan objektif persekitaran yang diinterpretasikan sebagai ancaman. Keadaan ini berkait rapat dengan gangguan daripada aspek psikologikal dan fisiologikal. Keadaan kebimbangan ini biasanya mempengaruhi prestasi atlet di dalam acara yang akan disertainya. Oleh itu kebimbangan dalam menghadapi sesuatu pertandingan boleh dijadikan isu psikologi sukan yang boleh menimbulkan masalah kepada prestasi dan pencapaian atlet.





Kebimbangan seketika ialah kebimbangan sementara yang dialami oleh seseorang individu dan ia tidak kekal. Kesan kebimbangan seperti ini terhadap prestasi motor dapat diklasifikasikan sebagai kesan kognitif dan fisiologi. Kebimbangan seketika ini boleh digolongkan kepada dua iaitu Kebimbangan Kognitif dan Kebimbangan Somatik.

Mengikut Spielberger (1972) kebimbangan tret pula adalah satu sifat kebimbangan semulajadi seseorang dalam menghadapi sesuatu tekanan. Kebimbangan ini merujuk kepada dimensi personaliti atau perubahan personaliti individu terhadap persekitaran tertentu sebagai ancaman dan ini boleh menimbulkan ketegangan. Jika kebimbangan tret bertambah serius, ia akan menjadi kebimbangan state (kebimbangan seketika). Kebimbangan ini merujuk kepada kebimbangan yang kekal dan dialami dalam jangka masa yang agak lama. Kebimbangan tret ini biasanya dihadapi sebelum sesuatu pertandingan itu



berlangsung.



pustaka.upsi.edu.my

Perpustakaan Tuanku Bainun
Kampus Sultan Abdul Jalil Shah

PustakaTBainun

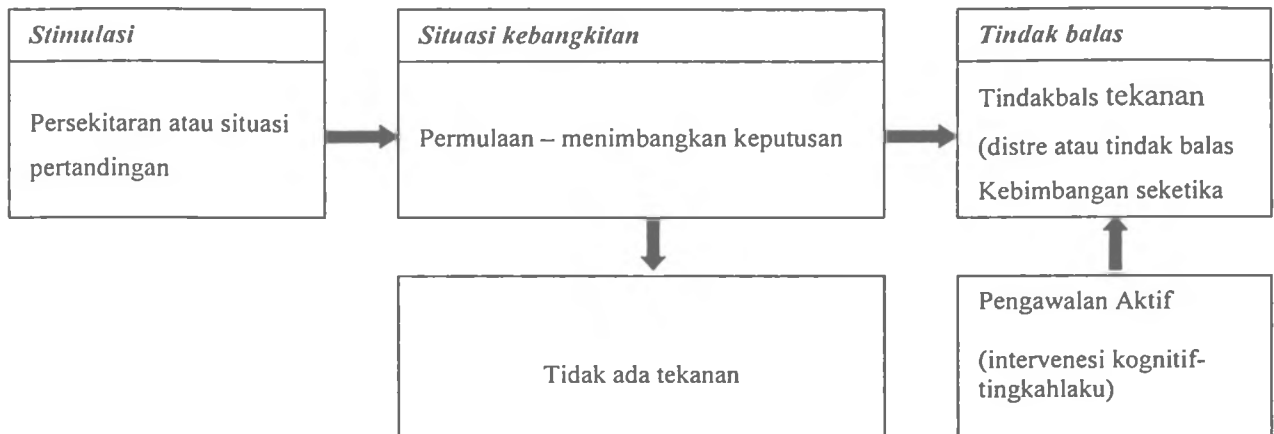


ptbupsi

Sementara Morris (1995) kebimbangan tret adalah dimensi personaliti. Anshel (1991) petikan Morris menjelaskan kebimbangan tret adalah satu personaliti yang kekal pada pra penerimaan sesuatu rangsangan pada situasi atau persekitaran seperti ancaman atau tekanan dan cenderung untuk bertindak dengan meningkatkan kebimbangan seketika. Eysenck (1992) petikan Morris juga menyatakan persamaan pendapat terhadap kebimbangan tret di mana satu keadaan individu yang boleh menjangka sesuatu tindakan seterusnya. Manakala kebimbangan tret menurut Cox (2002) adalah keadaan badan yang terpengaruh dengan suasana persekitaran sama ada mengancam atau bertindak dengan meningkatkan kebimbangan seketika.



Proses kewujudan tekanan dan kebimbangan.



Rajah 1 : Menunjukkan proses tekanan dan bukan situasi pertandingan yang menentukan had terhadap tindakbalas tekanan.

Sumber : Cox, H. R (2002). Sport Psychology Concepts and Applications (5th ed.) New York : Mc Graw Hill.

Mishel dan Freedson (1991) pula menyatakan bahawa kebimbangan Somatik menyebabkan peningkatan kadar nadi, ketegangan dan pengurangan kordinasi otot. Kesan kognitif dan fisiologi yang tidak dapat dikawal akan menyebabkan berlakunya fenomena ketidakupayaan menghasilkan prestasi yang baik. Keadaan ini mengakibatkan ketidakupayaan menghasilkan prestasi mengikut potensi yang sebenar apabila berhadapan dengan situasi tertentu seperti situasi pertandingan.

Shaharudin Abd. Aziz (2001) menyatakan kebimbangan somatik merujuk kepada aspek fisiologikal dan afektif individu tersebut. Lazimnya, kebimbangan somatik seperti perut memulas, berpeluh, peningkatan kadar dengutan jantung, tekak kering dan sebagainya akan berlaku selepas adanya tafsiran dibuat oleh minda terhadap situasi tersebut. Kesan



yang diperolehi akhirnya akan mempengaruhi perasaan sekaligus menurunkan prestasi atlet tersebut.

Kebimbangan dalam pertandingan pula merupakan satu masalah yang kerap dialami oleh pemain dan jurulatih atau guru sukan. Kebiasaannya masalah keseimbangan ini berlaku apabila sesuatu pertandingan semakin hampir atau pertandingan sedang berlangsung. Ramai jurulatih percaya bahawa keseimbangan merupakan faktor utama yang mengganggu prestasi atlet dan menghadkan prestasi sukan.

Cox (1990) menyatakan keseimbangan adalah perasaan subjektif terhadap ketakutan dan keadaan ini boleh meningkatkan kebangkitan fisiologikal terhadap seseorang atlet. Atlet atau pemain yang tinggi tahap keseimbangan sebelum dan semasa pertandingan akan meningkatkan tahap kebangkitan serta akan timbul perasaan tegang dan takut. Di sini boleh dikatakan keseimbangan merupakan satu perasaan yang dihasilkan atas tindakbalas fisiologikal ataupun kebangkitan. Akibat daripada kebangkitan, keseimbangan ditunjukkan melalui perasaan tegang.

Dalam proses pertandingan, keseimbangan tertetap dan seketika berkait rapat dan mempengaruhi tingkah laku sewaktu bertanding. Tahap keseimbangan dipengaruhi oleh tahap kesukaran permainan yang akan dihadapi. Oleh itu, seseorang jurulatih perlu mengenal pasti tahap keseimbangan sama ada lelaki atau perempuan supaya dapat merancang program atau strategi yang bersesuaian dan berkesan bagi mengatasi masalah tersebut.





Cartty (1973) menyatakan individu yang tidak pernah berasa takut atau bimbang dianggap sebagai individu yang mempunyai kecacatan personaliti. Menurut Strub (1980) terdapat pengalaman emosi yang agak kekal kepada atlet akibat dari penyertaan dalam sebarang aktiviti terutamanya semasa dalam pertandingan. Pendapat ini boleh dikuatkan lagi melalui pendapat Mc Garth (1970) menurut beliau, tahap kebimbangan ahli-ahli sukan wujud secara semulajadi.

Secara umumnya, kajian di kalangan atlet yang berusia di bawah 15 tahun menunjukkan kejayaan dalam bidang sukan seringkali dikaitkan dengan motivasi diri yang berorientasikan tugas (Duda & Whitehead, 1998). Sementara itu, atlet yang berorientasikan ego pula seringkali dikaitkan dengan kegagalan serta tindakan menarik diri dari aktiviti sukan (Duda & Whitehead, 1998). Bagi atlet remaja pula, dapatan kajian menunjukkan kejayaan dalam bidang sukan dikaitkan dengan kedua-dua corak orientasi matlamat atlet. Dapatan yang berbeza ini boleh dikaitkan dengan jenis sukan yang diceburi oleh atlet yang dikaji.

Selain itu, perbezaan orientasi matlamat atlet juga boleh dilihat dari segi perbezaan jantina. Kajian dalam konteks ini dilakukan untuk melihat jika terdapat perbezaan dari segi orientasi matlamat atlet lelaki dan wanita dalam menghadapi sesuatu pertandingan. Data yang diperolehi menunjukkan atlet remaja wanita lebih berorientasikan tugas jika dibandingkan dengan atlet lelaki (Duda, 1989).



Duda (1989), menyatakan orientasi tugas berkait rapat dengan usaha untuk meningkatkan kemahiran, sikap bekerjasama, menjalani gaya hidup yang sihat dan ciri-ciri kewarganegaraan yang baik. Sebaliknya, orientasi ego pula seringkali dikaitkan dengan fokus kepada pencapaian (keputusan), usaha untuk mendapatkan penghormatan diri serta status sosial yang tinggi di kalangan atlet. Selain itu, orientasi ego juga seringkali dikaitkan dengan matlamat untuk mengalahkan orang lain apabila melibatkan diri dengan sukan.

Duda (1989) mendapati atlet yang memiliki skor orientasi ego yang tinggi dan skor orientasi tugas yang rendah mengalami tahap kebimbangan paling tinggi sebelum dan semasa sesuatu perlawanan berlangsung. Atlet ini sukar untuk memberikan tumpuan kepada perlawanan dan sekaligus memberikan kesan kepada prestasi keseluruhan. Kenyataan ini disokong oleh Martens (1987) yang mendapati atlet yang terlalu tinggi tahap kebimbangannya tidak akan mencatatkan keputusan yang baik dalam pertandingan. Atlet ini seringkali gagal mencapai kejayaan kerana matlamat yang berorientasikan ego yang dimiliki memberikan tekanan kepada mereka. Ini akan meningkatkan tahap kebimbangan mereka dan sekaligus menyebabkan mereka hilang tumpuan sepanjang perlawanan. Kesannya, pencapaian mereka akan menjunam. Shahrudin (2004), menyatakan atlet muda yang baru menceburi bidang sukan, kayu ukur pencapaian atau kejayaan bergantung kepada corak orientasi matlamat mereka. Manakala atlet yang berorientasikan tugas, kayu ukur pencapaian adalah pencapaian terbaik peribadi (Duda & Whitehead, 1998; Shahrudin, 1998).



Atlet yang berorientasikan ego, seringkali dikaitkan dengan kejayaan mengalahkan orang lain atau memenangi sesuatu pertandingan, walaupun prestasi semasa mencapai kejayaan berada di bawah keupayaan sebenar mereka (Duda & Whitehead, 1998; Shahrudin, 1998). Dalam hal ini, ramai penyelidik mencadangkan supaya pencapaian atau kejayaan dalam sukan dinilai oleh atlet berkenaan berdasarkan kayu ukur mereka sendiri dan bukannya sesuatu yang ditetapkan seperti mendapat tempat pertama, memenangi pingat emas atau kriteria kemenangan yang lain (Duda & Whitehead, 1998) dalam Shahrudin (2004). Ini bertujuan untuk memastikan kita benar-benar dapat mengukur pencapaian dan faktor yang berkaitan dengannya dari sudut pandangan atlet itu sendiri.



1.2 Pernyataan Masalah

Isu orientasi matlamat dan tahap kebimbangan di kalangan atlet peringkat sekolah jarang dibincangkan. Ini mungkin disebabkan anggapan masyarakat mahu pun para guru bahawa isu kebimbangan atlet tidak perlu dipersoalkan dan ianya bukan satu isu yang penting. Namun begitu penyelidik berpendapat bahawa isu ini perlu dikaji memandangkan ramai atlet peringkat sekolah melibatkan diri dalam kegiatan sukan tetapi terlalu kurang penyelidikan yang dibuat mengenai corak orientasi matlamat dan tahap kebimbangan yang mendorong mereka melibatkan diri dalam sukan.





Guru atau jurulatih di sekolah merupakan sumber inspirasi bagi pelajar yang terlibat dalam sukan yang mereka minati. Kegagalan guru atau jurulatih memahami orientasi matlamat dan tahap kebimbangan atlit dalam sukan boleh mengakibatkan kepincangan prestasi pelajar dalam sukan yang disertai. Sehubungan dengan itu, guru atau jurulatih sebagai sumber pendorong dalam merancang dan merekabentuk aktiviti pelajar dalam sukan perlu merancang aktiviti yang boleh meningkatkan motivasi dan prestasi pelajar.

Perancangan aktiviti yang boleh meningkatkan prestasi tidak dapat dibuat dengan tepat jika guru atau jurulatih tidak ada kefahaman yang mendalam tentang orientasi matlamat dan kebimbangan setiap atlet yang dilatihnya. Maka kajian ini diharapkan akan memberi suatu kesedaran kepentingan orientasi matlamat dan kebimbangan dalam sukan yang dimaksudkan dalam usaha memberikan maklum balas mengenai isu peningkatan dan penurunan prestasi atlit dalam sukan.

Fenomena orientasi matlamat dan kebimbangan sering berlaku kepada mana-mana atlet yang menyertai pertandingan dalam sesuatu kejohanan. Masalah ini juga turut berlaku kepada atlet-atlet di sekolah. Dalam proses pertandingan, orientasi matlamat dan kebimbangan berkait rapat dan mempengaruhi tingkah laku sewaktu bertanding. Ini bererti hubungan di antara orientasi matlamat dengan kebimbangan juga memainkan peranan penting untuk memastikan atlet dapat berusaha dengan gigih untuk mencapai matlamat mereka. Peranan orientasi matlamat dan kebimbangan perlu diberi perhatian oleh pihak jurulatih dan pengurus sukan supaya atlet sentiasa dapat mengekalkan motivasi mereka pada tahap yang diperlukan.





Adalah diharapkan, dapatan yang diperolehi dalam kajian ini akan menjelaskan hubungan diantara aspek orientasi matlamat dengan tahap kebimbangan selain membantu memberi maklumat tentang pendekatan yang sesuai kepada atlet dan jurulatih untuk merealisasikan kejayaan dalam sukan khususnya di kalangan atlet muda di peringkat sekolah. Oleh itu, objektif kajian ini adalah untuk mengenalpasti corak orientasi matlamat dan tahap kebimbangan atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring di tiga buah daerah iaitu Penampang, Tuaran dan Kota Kinabalu.

1.3 Kepentingan Kajian

Kajian ini dijalankan untuk mengenalpasti tahap kebimbangan dan orientasi matlamat dikalangan atlet bola sepak, ragbi dan bola jaring. Kajian yang dijalankan dapat memberi maklumbalas betapa pentingnya pengukuran tahap kebimbangan dan orientasi matlamat terhadap prestasi dan penglibatan pelajar dalam sukan bola sepak, ragbi dan bola jaring.

Isu tahap kebimbangan dan orientasi matlamat dikalangan pelajar yang terlibat dalam sukan berpasukan sepatutnya tidak dipandang rendah oleh sekolah mahupun masyarakat. Saharudin (2002), menyatakan bahawa faktor orientasi matlamat dalam sukan memainkan peranan penting dalam menentukan pencapaian atlet. Faktor kebimbangan juga dikaitkan dengan faktor orientasi matlamat. Faktor-faktor yang disebutkan di atas mempunyai peranan penting dalam meningkatkan prestasi dan penglibatan atlet dalam sukan yang diceburi.





Oleh itu guru-guru sukan, pentadbir program sukan, jurulatih dan semua pertubuhan yang terlibat dengan pembangunan sukan perlu menyedari hakikat ini dan merancang program-program latihan yang mengutamakan perkembangan kemahiran yang bersesuaian dengan tahap orientasi matlamat dan tahap kebimbangan pelajar. Sikap sesetengah jurulatih yang hanya mementingkan kemenangan tanpa mengira apa cara sekalipun haruslah dikikis kerana atlet tidak dapat menerima sebarang tindakan yang melanggar peraturan pertandingan semata-mata untuk memenangi pertandingan.

Oleh itu, berdasarkan kenyataan yang dibincangkan di atas orientasi matlamat dan tahap kebimbangan atlet yang terlibat dalam sukan, perlu diberi perhatian supaya atlet dapat menentukan matlamat yang jelas sebagai panduan ke arah kejayaan dalam sukan yang diceburi. Oleh itu pengkaji akan cuba melihat orientasi matlamat dan tahap kebimbangan di kalangan atlet bola sepak, ragbi dan bola jaring di tiga buah daerah iaitu Penampang, Tuaran dan Kota Kinabalu yang terlibat dengan pertandingan MSSM peringkat gabungan Kota Kinabalu, Sabah.





1.4 Objektif Kajian

Objektif kajian ini adalah untuk :-

1.4.1 Mengenalpasti corak orientasi matlamat di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring sebelum pertandingan.

1.4.2 Mengenalpasti hubungan di antara orientasi matlamat dengan tahap keseimbangan di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring.

1.4.3 Mengenalpasti tahap keseimbangan atlet boleh mempengaruhi prestasi atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring semasa menyertai pertandingan MSSM Peringkat Gabungan Kota Kinabalu, Sabah.

1.4.4 Mengenalpasti tahap keseimbangan di kalangan atlet sama ada pada tahap rendah, sederhana atau tinggi.

1.4.5 Mengenalpasti tahap keseimbangan kognitif, kebimbanga somatik dan keyakinan diri atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring semasa menyertai pertandingan MSSM Peringkat Gabungan Kota Kinabalu, Sabah.





1.5 Persoalan Kajian

- 1.5.1 Apakah corak orientasi matlamat atlet Bola Sepak.
- 1.5.2 Apakah corak orientasi matlamat atlet Ragbi.
- 1.5.3 Apakah corak orientasi matlamat atlet Bola Jaring.
- 1.5.4 Adakah terdapat hubungan di antara orientasi matlamat dengan tahap kebimbangan atlet Bola Sepak.
- 1.5.5 Adakah terdapat hubungan di antara orientasi matlamat dengan tahap kebimbangan atlet Ragbi.
- 1.5.6 Adakah terdapat hubungan di antara orientasi matlamat dengan tahap kebimbangan atlet Bola Jaring.
- 1.5.7 Pasukan manakah yang mempunyai tahap kebimbangan kognitif, somatik dan keyakinan diri yang lebih tinggi satu jam sebelum pertandingan.
- 1.5.8 Pasukan manakah yang mempunyai tahap kebimbangan kognitif, somatik dan keyakinan diri yang lebih rendah satu jam sebelum pertandingan.
- 1.5.9 Adakah terdapat perbezaan yang signifikan tahap kebimbangan antara atlet pasukan Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring.
- 1.5.10 Adakah terdapat perbezaan yang signifikan tahap kebimbangan di antara atlet lelaki dan perempuan.



1.6 Batasan Kajian

Kajian ini berkaitan dengan hubungan di antara orientasi matlamat dan tahap keseimbangan di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring. Lokasi kajian akan dijalankan di setiap lokasi pertandingan. Lokasi kajian Bola Sepak dan Bola Jaring telah dijalankan di padang Sekolah Menengah Kebangsaan Likas, Kota Kinabalu, Sabah. Manakala Ragbi telah dijalankan di Padang Sekolah Menengah Maktab Sabah, Kota Kinabalu, Sabah. Sasaran kajian melibatkan semua atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring yang bertanding dalam pertandingan MSSM Peringkat Gabungan bagi acara sukan masing-masing.

Matlamat kajian ini hanya untuk mengetahui hubungan orientasi matlamat di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring yang mewakili setiap daerah sewaktu menyertai pertandingan MSSM Peringkat Gabungan, Kota Kinabalu, Sabah bagi setiap sukan masing-masing. Bagi mengetahui adakah terdapat perbezaan tahap keseimbangan di antara atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring. Seterusnya kajian ini juga untuk membuat perbandingan tahap keseimbangan sebelum pertandingan bagi atlet Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring.

1.7 Delimitasi Kajian

Kajian ini dijalankan ke atas pasukan Bola Sepak, Ragbi dan Bola Jaring di dalam pertandingan MSSM Peringkat Gabungan Kota Kinabalu, Sabah. Kajian ini juga terbatas kepada 162 orang atlet yang terdiri daripada 60 atlet Bola Sepak, 54 atlet Ragbi dan 48 atlet Bola Jaring yang telah mewakili pasukan masing-masing iaitu pasukan daerah Penampang, Tuaran dan Kota Kinabalu. dalam pertandingan MSSM Peringkat Gabungan Kota Kinabalu, Sabah mengikut sukan yang dipertandingkan.

1.8 Limitasi Kajian

Dalam mendapatkan hasil dapatan yang sempurna semasa soal selidik dijalankan, terdapat batasan-batasan yang berkaitan dengan kajian seperti:-

- i. Responden berkemungkinan memberi jawapan yang tidak tepat.
- ii. Berkemungkinan tiada unsur kejujuran oleh responden ketika memberi jawapan semasa soal selidik dijalankan. Keadaan ini berkemungkinan responden bebas untuk memberi jawapan dengan sesuka hati tanpa diketahui oleh pengkaji kerana di dalam borang soal selidik tidak memerlukan identiti responden.



- iii. Sebahagian pernyataan dalam soal selidik yang dikemukakan berkemungkinan tidak difahami oleh responden. Perkara ini berlaku kerana soalan yang dikemukakan tidak jelas dan kurang difahami oleh responden. Terdapat kemungkinan lain responden di dalam lingkungan kajian bukan daripada kalangan pelajar Sains Sukan. Oleh itu, mereka kurang memahami sesuatu konsep dan kehendak soalan.
- iv. Sikap responden semasa menjawab soal selidik adalah di luar kawalan penyelidik. Perkara ini berlaku kerana responden terlalu ramai sehingga pengkaji tidak dapat memerhati ketika responden menjawab soal selidik.
- v. Responden terpaksa memilih jawapan-jawapan yang disediakan oleh penyelidik sahaja dan tidak berpeluang untuk memberi jawapan serta pendapat sendiri yang mempunyai rasional yang konkrit.
- vi. Tempoh masa untuk menjawab soal selidik berkemungkinan mempengaruhi jawapan responden kerana tempoh masa yang dihadkan telah ditetapkan oleh penyelidik.





1.9 Definisi Operasional

Dalam konteks kajian ini, terminologi berikut telah digunakan:-

1.9.1 Kebimbangan

Kebimbangan adalah sesuatu perasaan takut yang menguasai individu sehingga memberi kesan terhadap peningkatan pada fungsi tubuh badan manusia. Kebimbangan ini berkait rapat dengan konsep perasaan gentar dan takut.

(Cox,2002)

1.9.2 Sebelum pertandingan

Istilah ini bermaksud membayangkan tekanan yang dihadapi bagi menaikkan tahap kebimbangan melalui proses untuk membandingkan prestasi individu antara satu sama lain dan kesedaran untuk menilai antara satu sama lain dalam proses perbandingan.

(Gill,1990)

1.9.3 Kebimbangan Tret

Kebimbangan tret adalah keadaan badan yang terpengaruh dengan suasana persekitaran sama ada mengancam atau bertindak dengan meningkatkan kebimbangan seketika.





1.9.4 **Kebimbangan State Pertandingan**

Keadaan emosi yang sementara, satu persepsi perasaan yang subjektif terhadap ketegangan dan ketakutan serta peningkatan aktiviti sistem saraf autonomik.

(Magill,1985)

1.9.5 **Kebimbangan Kognitif**

Kebimbangan kognitif seketika merupakan komponen mental keseimbangan seketika. Ia merujuk kepada proses kognitif iaitu minda yang berlaku akibat tafsiran terhadap situasi semasa.

(Shaharudin,2001)



1.9.6 **Kebimbangan somatik**

Tindakbalas dari kebangkitan autonomik akibat pengalaman yang tertekan.

1.9.7 **Keyakinan diri**

Tahap kepastian yang ditunjukkan oleh para atlet/pemain terhadap kebolehan mereka untuk berjaya dalam lapangan sukan.

(Veeley,1990)

1.9.8 **Kebimbangan Tret pertandingan**

Suatu kecenderungan untuk melihat situasi pertandingan dengan perasaan takut.





1.9.9 MSSM

Merupakan nama singkatan bagi Majlis Sukan Sekolah Malaysia, dimana kesemua atlet yang terlibat adalah pelajar dari berbagai sekolah, daerah, gabungan dan negeri yang menyertai sukan MSSM 2007.

1.9.10 Orientasi Matlamat

Arah aliran yang diikuti atau menjadi landasan.

(Kamus Dewan Edisi Ketiga ; 1994)

1.9.11 Orientasi Ego

Arah aliran yang diikuti atau menjadi landasan berbentuk lebih kepada keutamaan atau kepentingan diri untuk menonjol.



(Kamus Dewan Edisi Ketiga ; 1994)

1.9.12 Orientasi Tugas

Arah aliran yang diikuti atau menjadi landasan berbentuk tanggungjawab yang perlu dilaksanakan mengikut kewajipan dan tanggungjawab.

(Kamus Dewan Edisi Ketiga ; 1994)

