



UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA

**KEBIMBANGAN PRAPERTANDINGAN DAN ORIENTASI MATLAMAT
DALAM KALANGAN PESERTA MERENTAS DESA**

ARIS FAZIL BIN HAJI UJANG.

FPP 2005 7



**KEBIMBANGAN PRAPERTANDINGAN DAN ORIENTASI
MATLAMAT DALAM KALANGAN PESERTA
MERENTAS DESA**

Oleh

ARIS FAZIL BIN HAJI UJANG

**Tesis Ini Dikemukakan Kepada Sekolah Pengajian Siswazah,
Universiti Putra Malaysia, Sebagai Memenuhi
Keperluan Untuk Ijazah Master Sains**

Jun 2005



DEDIKASI

Teristimewa untuk keluarga tercinta,

Hajjah Esah binti Ma`asol
Muslina binti Musa
Aris Luqmanul Hakim
Arina Insyirah
Aris Alang Iskandar
Aris Ghazi Haidhar

Buat ... Arina Marissa

Kau tetap dalam ingatan

Abstrak tesis yang dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia sebagai memenuhi keperluan untuk ijazah Master Sains.

**KEBIMBANGAN PRAPERTANDINGAN DAN ORIENTASI MATLAMAT
DALAM KALANGAN PESERTA MERENTAS DESA**

Oleh

ARIS FAZIL BIN HAJI UJANG

Jun 2005

Pengerusi : Profesor Madya Mohd. Soflan Bin Omar Fauzee, PhD

Fakulti : Pengajian Pendidikan

Tujuan kajian ini adalah untuk melihat hubungan antara kebimbangan prapertandingan dan orientasi matlamat di kalangan peserta merentas desa. Subjek kajian ini terdiri daripada peserta merentas desa (N=464) yang mewakili negeri masing-masing dalam Kejohanan Merentas Desa Majlis Sukan Sekolah Malaysia (MSSM) di Port Dickson, Negeri Sembilan bagi tahun 2003. Peserta-peserta terdiri daripada peserta lelaki (N=237) dan perempuan (N=227) yang berumur antara 13 hingga 18 tahun (min=15.58). Semua subjek memberi maklum balas menggunakan soal selidik *Competitive State Anxiety Inventory-2* (SCAI-2; Martens, et.al. 1990) dan *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (TEOSQ; Duda & Nicholls, 1992).

Hasil analisis min dan sisihan piawai mendapati, keseluruhan peserta merentas desa MSSM menunjukkan tahap kebimbangan prapertandingan ($M=64.32$, $SD=8.31$) yang sederhana. Dapatan kajian juga menunjukkan kebimbangan kognitif, kebimbangan somatik dan keyakinan diri pada tahap yang sederhana. Peserta-peserta merentas desa juga cenderung kepada corak orientasi matlamat yang berorientasikan tugas berbanding orientasi ego.

Dapatan kajian menunjukkan kebimbangan prapertandingan peserta merentas desa bawah 15 tahun ($M=64.45$, $SD=8.30$) dan bawah 18 tahun ($M=64.19$, $SD=8.34$) pada tahap yang sederhana. Dapatan kajian juga menunjukkan ketiga-tiga subskala kebimbangan prapertandingan bagi peserta bawah 15 tahun dan bawah 18 tahun pada tahap yang sederhana. Peserta bagi kedua-dua kategori juga cenderung kepada corak orientasi matlamat yang berorientasikan tugas.

Hasil daripada analisis ujian-t menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan ($p > .05$) bagi subskala kebimbangan prapertandingan bagi peserta bawah 15 tahun dan bawah 18 tahun yang berlainan jantina dan berbeza pengalaman. Dapatan kajian juga menunjukkan tidak terdapat perbezaan yang signifikan ($p > .05$) bagi subskala orientasi matlamat bagi peserta bawah 15 dan 18 tahun yang berlainan jantina dan berbeza pengalaman.

Dapatan kajian ini juga mendapati wujud hubungan yang signifikan antara kebimbangan prapertandingan dan orientasi matlamat bagi peserta bawah 15 tahun ($r=.168$, $p<.05$) dan bawah 18 tahun ($r=.271$, $p<.01$). Bagi peserta bawah 15 tahun dan bawah 18 tahun didapati wujud hubungan yang signifikan antara orientasi tugas dengan kebimbangan prapertandingan, kebimbangan somatik dan keyakinan diri manakala orientasi ego mempunyai hubungan yang signifikan dengan kebimbangan somatik. Orientasi ego bagi peserta merentas desa bawah 15 tahun mempunyai hubungan yang negatif dengan keyakinan diri.

Hasil analisis regrasi berganda *stepwise* menunjukkan orientasi tugas adalah faktor peramal bagi kebimbangan prapertandingan peserta merentas desa bawah 15 tahun dan bawah 18 tahun MSSM.

Kajian ini telah menunjukkan bahawa instrumen kajian SCAI-2 (Martens, et.al. 1990) dan TEOSQ (Duda & Nicholls, 1992) sesuai diaplikasikan dalam mengkaji kebimbangan prapertandingan dan corak orientasi matlamat di kalangan atlet di Malaysia.

Abstract of thesis presented to the Senate of Universiti Putra Malaysia
in fulfilment of the requirement for the degree of Master of Science.

**PRE-COMPETITION ANXIETY AND GOAL ORIENTATION
AMONG CROSS-COUNTRY PARTICIPANTS**

By

ARIS FAZIL BIN HAJI UJANG

June 2005

Chairman : Associate Professor Mohd. Sofian Omar Fauzee, PhD

Faculty : Educational Studies

This study was conducted to identify the relationship between pre-competition anxiety and goal orientation among cross country athletes. The subjects involved in this study consist of cross-country participants (N=464) representing their respective states in the Malaysian Schools Sports Councils (MSSM) Competition 2003 held in Port Dickson, Negeri Sembilan. The participants consist of male (N=237) and female (N=227) participants between the aged of 13 to 18 years (min=15.58). The study was conducted using the Competitive State Anxiety Inventory -2 (SCAI-2; Martens, et.al. 1990) and Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ; Duda & Nicholls, 1992).

The results of the study showed that the overall MSSM cross country participants had a moderate level of pre-competition anxiety ($M=64.32$, $SD=8.31$). It also showed that the cognitive anxiety, somatic anxiety and self confidence of the participants were at moderate level. In addition, it was found that the participants more inclined towards a task-based goal orientation then the ego orientation.

The result of the study also showed that the under 15 ($M=64.45$, $SD=8.30$) and under 18 ($M=64.19$, $SD=8.34$) MSSM cross country participants had a moderate level of pre-competition anxiety. The pre-competition anxiety sub-scale for the under 15s and 18s were at the moderate level. The participants from both categories also showed more inclination towards the task-based goal orientation.

The result of the t-test analysis did not indicate any significant differences ($p>.05$) in the pre-competition anxiety sub-scale among both the under 15 and under 18 participants irrespective of gender and experience. Similarly, the study also indicated that there was no significant difference ($p>.05$) in the goal orientation sub-scale among the under 15 and under 18 participants irrespective of gender and experience.

The results of the study identified a significant relationship between the pre - competition anxiety and goal orientation for under 15 ($r=.168$, $p>.05$) and under 18 ($r=.271$, $p>.01$) participants. Similarly,

significant relationships could be seen between task-based orientation and pre-competition anxiety, somatic anxiety and self-confidence, and between ego orientation and somatic anxiety. There is a negative relationship between ego orientation for the under 15 MSSM cross country participants and their self-confidence.

The stepwise multiple regression analysis applied indicated that task-based orientation was the predicting factor for the pre-competition anxiety for the under 15 and under 18 participants.

In view of the findings, both the instruments, namely the SCAI - 2 (Martens, et. al. 1990) and TEOSQ (Duda & Nicholls, 1992) was found to be suitable to be used in the findings of pre-competition anxiety and goal orientation among the athletes in Malaysia.

PENGHARGAAN

Syukur ke hadrat Allah S.W.T dengan kurnia dan rahmatNya saya dapat melalui suatu proses ilmiah dan menyiapkan tesis ini dengan jayanya. Setinggi penghargaan dan terima kasih diucapkan kepada Profesor Madya Dr. Sofian Omar Fauzee selaku Pengerusi Jawatankuasa Penyeliaan tesis ini di atas bimbingan, tunjuk ajar, dorongan dan motivasi yang diberi dalam menyempurnakan tesis ini. Ucapan penghargaan dan terima kasih juga kepada Dr. Saidon Amri dan Profesor Madya Dr. Aminudin Mohd. Yusof selaku Ahli Jawatankuasa Penyeliaan yang juga banyak memberi tunjuk ajar dan dorongan kepada saya.

Penghargaan dan ucapan terima kasih juga ditujukan kepada saudara Rosli Saadan (KUTKM), rakan-rakan di MPIK dan SMKTP yang membantu dalam menjayakan tesis ini, pengurus-pengurus pasukan, jurulatih dan peserta-peserta merentas desa MSSM tahun 2003 yang telah memberi kerjasama dalam menjayakan penyelidikan ini.

Di samping itu, penghargaan dan ucapan terima kasih juga ditujukan khas kepada ibu yang dikasihi, Hajjah Esah Ma'asol, abang-abang, kakak-kakak dan anak-anak saudara yang banyak memberi dorongan dan bantuan sepanjang pengajian ini. Tidak ketinggalan buat isteri tercinta, Muslina Musa, yang sentiasa memberi semangat

dan menjadi sumber motivasi atas kejayaan ini. Buat anak-anakku, Luq, Arin, Is dan Ghazi terima kasih babah ucapkan. Kalian menjadi sumber inspirasi dan suatu hari nanti kalian akan mengerti erti perjuangan dan pengorbanan. Untuk anakku Marissa, dalam kekalutan babah mengejar cita-cita demi masa depan kita, kau pergi tanpa sempat melihat kejayaan ini. Kejayaan ini menjadi memori ketika membuai dan bersamamu walaupun untuk seketika.

Akhir sekali, jutaan terima kasih kepada sesiapa sahaja yang terlibat secara langsung atau tidak dalam menjayakan tesis ini. Jasa kalian tetap dikenang dan hanya Allah sahaja yang dapat membalas jasa dan sumbangan yang kalian berikan. InsyaAllah.

Saya mengesahkan bahawa Jawatankuasa Pemeriksa bagi Aris Fazil Haji Ujang telah mengadakan peperiksaan akhir pada 24 Jun 2005 untuk menilai tesis Master Sains beliau yang bertajuk “Kebimbangan Prapertandingan dan Orientasi Matlamat dalam Kalangan Peserta Merentas Desa” mengikut Akta Universiti Pertanian Malaysia (Ijazah Lanjutan) 1980 dan Peraturan-peraturan Universiti Pertanian Malaysia (Ijazah Lanjutan) 1981. Jawatankuasa Pemeriksa memperakukan bahawa calon ini layak dianugerahi ijazah tersebut. Anggota Jawatankuasa Pemeriksa adalah seperti berikut:

Tengku Fadilah Tengku Kamalden, PhD

Pensyarah
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Pengerusi)

Rahil Mahyuddin, PhD


Profesor Madya
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Pemeriksa Dalam)

Mohd Khairi Zawi, PhD

Pensyarah
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Pemeriksa Dalam)

Salleh Abd. Rashid, PhD

Profesor Madya
Sekolah Pendidikan dan Pembangunan Sosial
Universiti Malaysia Sabah
(Pemeriksa Luar)



ZAKARIAH ABD. RASHID, Ph.D.
Profesor/Timbangan Dekan
Sekolah Pengajian Siswazah
Universiti Putra Malaysia

Tarikh: 22 NOV 2005

Tesis ini telah diserahkan kepada Senat Universiti Putra Malaysia dan telah di terima sebagai memenuhi keperluan ijazah Master Sains. Anggota Jawatankuasa Penyeliaan adalah seperti berikut :

Mohd. Sofian Omar Fauzee, PhD
Profesor Madya
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Pengerusi)

Saidon Amri, PhD
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Ahli)

Aminuddin Mohd. Yusof, PhD
Profesor Madya
Fakulti Pengajian Pendidikan
Universiti Putra Malaysia
(Ahli)



AINI IDERIS, PhD
Profesor/Dekan
Sekolah Pengajian Siswazah
Universiti Putra Malaysia.

Tarikh : 08 DEC 2005



PERAKUAN

Saya mengaku tesis ini adalah hasil kerja saya yang asli melainkan petikan dan sedutan yang telah dinyatakan rujukannya dengan jelas. Saya juga mengaku bahawa tesis ini tidak pernah dikemukakan sebelum ini atau bersama-sama ini untuk mana-mana ijazah di UPM atau institusi-institusi selain daripada UPM.


ARIS FAZIL BEN HAJI UJANG

Tarikh : 24/03/2008 .

JADUAL KANDUNGAN

| | Muka surat |
|--|-------------------|
| DEDIKASI | ii |
| ABSTRAK | iii |
| ABSTRACT | vi |
| PENGHARGAAN | ix |
| PENGESAHAN | xi |
| PERAKUAN | xiii |
| SENARAI JADUAL | xvii |
| SENARAI RAJAH | xx |
| BAB | |
| I. PENDAHULUAN | 1 |
| Pengenalan | 1 |
| Pernyataan Masalah | 5 |
| Objektif Kajian | 11 |
| Objektif Umum | 11 |
| Objektif Khusus | 12 |
| Persoalan Kajian | 13 |
| Kesignifikanan Kajian | 14 |
| Skop Kajian | 16 |
| Limitasi Kajian | 18 |
| Definisi Operasional | 21 |
| Kebimbangan Prapertandingan | 21 |
| Kebimbangan Kognitif | 21 |
| Kebimbangan Somatik | 22 |
| Keyakinan Diri | 22 |
| Orientasi Matlamat | 23 |
| Orientasi Tugasan | 23 |
| Orientasi Ego | 24 |
| Peserta Merentas Desa | 24 |
| Majlis Sukan Sekolah Malaysia | 25 |
| Rumusan | 26 |
| II. TINJAUAN LITERATUR | 28 |
| Pendahuluan | 28 |
| Kebimbangan | 29 |
| Teori-teori Kebimbangan | 30 |
| Teori Desakan | 31 |
| Teori U-Terbalik | 33 |
| Teori Zon Fungsi Optimum | 36 |
| Teori Pembalikan | 39 |
| Teori Kebimbangan Multidimensi | 40 |
| Kajian-Kajian Kebimbangan Dalam Sukan | 47 |
| Orientasi Matlamat | 67 |
| Teori Perspektif Matlamat | 67 |
| Kajian-Kajian Orientasi Matlamat Dalam Sukan | 69 |

| | |
|--|-----|
| Kajian Kebimbangan Dan Orientasi Matlamat Dalam Sukan | 83 |
| Kerangka Teoritikal | 88 |
| Rumusan | 90 |
| III. METODOLOGI KAJIAN | 91 |
| Pendahuluan | 91 |
| Reka Bentuk Kajian | 91 |
| Tempat Kajian | 93 |
| Populasi Kajian | 94 |
| Subjek Kajian | 98 |
| Instrumen Kajian | 99 |
| Psikometrik Instrumen Kajian | 104 |
| Soal Selidik Kebimbangan Prapertandingan | 104 |
| Soal Selidik Orientasi Matlamat | 106 |
| Kaedah Pemarkatan Instrumen Kajian | 108 |
| <i>Competitive State Anxiety Inventory-2</i> | 108 |
| <i>Task and Ego Orientation In Sport Questionnaire</i> | 110 |
| Kebolehpercayaan Dan Kesahan | 112 |
| Kajian Rintis | 115 |
| Analisis Kebolehpercayaan SCAI-2 dan TEOSQ | 118 |
| Prosedur Kajian | 119 |
| Penganalisan Data | 121 |
| Analisis Min dan Sisihan Piawai | 122 |
| Tahap Kebimbangan Prapertandingan dan orientasi matlamat | 123 |
| Kebimbangan Prapertandingan | 123 |
| Kebimbangan Kognitif | 124 |
| Kebimbangan Somatik | 125 |
| Keyakinan Diri | 126 |
| Orientasi Matlamat | 127 |
| Orientasi Tugas | 128 |
| Orientasi Ego | 129 |
| Ujian-t | 130 |
| Kolerasi Bivariate | 130 |
| Regrasi Berganda | 131 |
| Rumusan | 132 |
| IV. DAPATAN KAJIAN | 133 |
| Pendahuluan | 133 |
| Analisis Demografi Responden | 134 |
| Umur | 135 |
| Jantina | 135 |
| Kategori Penyertaan | 136 |
| Bangsa | 136 |
| Tempat Pertandingan | 137 |
| Pengalaman Bertanding Di Peringkat Kebangsaan | 138 |

| | |
|--|-----|
| Analisis Min Dan Sisihan Piawai Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat | 138 |
| Analisis Tahap Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat | 141 |
| Analisis Tahap Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa | |
| Bawah 15 tahun | 142 |
| Kebimbangan Prapertandingan | 142 |
| Kebimbangan Kognitif | 143 |
| Kebimbangan Somatik | 144 |
| Keyakinan Diri | 145 |
| Orientasi Matlamat Berasaskan Orientasi Tugasan | 147 |
| Orientasi Matlamat Berasaskan Orientasi Ego | 148 |
| Analisis Tahap Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa | |
| Bawah 18 tahun | 149 |
| Kebimbangan Prapertandingan | 149 |
| Kebimbangan Kognitif | 150 |
| Kebimbangan Somatik | 151 |
| Keyakinan Diri | 152 |
| Orientasi Matlamat Berasaskan Orientasi Tugasan | 154 |
| Orientasi Matlamat Berasaskan Orientasi Ego | 155 |
| Analisis Perbandingan Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat | 156 |
| Analisis Perbandingan Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Mengikut Jantina | 156 |
| Analisis Perbandingan Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Mengikut Pengalaman | 159 |
| Analisis Hubungan Antara Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat | 162 |
| Analisis Faktor Peramal Kebimbangan Prapertandingan | 166 |
| Rumusan | 168 |
| V. PERBINCANGAN | 170 |
| Pendahuluan | 170 |
| Perbincangan | 170 |
| Kesimpulan | 191 |
| Implikasi Dan Sumbangan | 193 |
| Cadangan Kajian Masa Depan | 202 |
| Penutup | 204 |
| RUJUKAN | 206 |
| APENDIK | 217 |
| BIODATA PENULIS | 235 |

| | | |
|----|--|-----|
| 17 | Taburan Responden Bawah 15 Tahun Berdasarkan Tahap Kebimbangan Somatik | 145 |
| 18 | Taburan Responden Bawah 15 Tahun Berdasarkan Tahap Keyakinan Diri | 146 |
| 19 | Taburan Responden Bawah 15 Tahun Berdasarkan Kategori Orientasi Tugas | 147 |
| 20 | Taburan Responden Bawah 15 Tahun Berdasarkan Kategori Orientasi Ego | 148 |
| 21 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Tahap Kebimbangan Prapertandingan | 149 |
| 22 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Tahap Kebimbangan Kognitif | 151 |
| 23 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Tahap Kebimbangan Somatik | 152 |
| 24 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Tahap Keyakinan Diri | 153 |
| 25 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Kategori Orientasi Tugas | 154 |
| 26 | Taburan Responden Bawah 18 Tahun Berdasarkan Kategori Orientasi Ego | 155 |
| 27 | Ujian-t bersandar Antara Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 15 Tahun Mengikut Jantina | 157 |
| 28 | Ujian-t bersandar Antara Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 18 Tahun Mengikut Jantina | 158 |
| 29 | Ujian-t bersandar Antara Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 15 Tahun Mengikut Pengalaman | 160 |
| 30 | Ujian-t bersandar Antara Subskala Kebimbangan Prapertandingan Dan Subskala Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 18 Tahun Mengikut Pengalaman | 161 |

| | | |
|----|---|-----|
| 31 | Kolerasi Antara Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 15 Tahun | 163 |
| 32 | Kolerasi Antara Kebimbangan Prapertandingan Dan Orientasi Matlamat Peserta Merentas Desa Bawah 18 Tahun | 165 |
| 33 | Regrasi Berganda <i>Stepwise</i> Bagi Kebimbangan Prapertandingan Peserta Merentas Desa Bawah 15 Tahun | 167 |
| 34 | Regrasi Berganda <i>Stepwise</i> Bagi Kebimbangan Prapertandingan Peserta Merentas Desa Bawah 18 Tahun | 168 |

SENARAI RAJAH

| Rajah | | Halaman |
|--------------|---|----------------|
| 1 | Teori Desakan – Hubungan antara kebangkitan dan prestasi | 32 |
| 2 | Teori U-Terbalik - Hubungan antara kebangkitan dan prestasi | 34 |
| 3 | Zon Fungsi Optimum Individu | 37 |
| 4 | Perubahan Dalam Kebimbangan Suasana Sebelum Pertandingan | 43 |
| 5 | Hubungan Multidimensi Antara Prestasi Atlet Dan Kebimbangan Suasana | 45 |
| 6 | Hubungan Antara Kebimbangan Prapertandingan dan Orientasi Matlamat | 89 |

BAB 1

PENDAHULUAN

Pengenalan

Dalam konteks budaya, sukan dianggap sebagai agen sosialisasi di mana anggota masyarakat saling berkomunikasi dan berinteraksi untuk menentukan peranan masing-masing sebagai ahli masyarakat (Shaharudin, 2001). Sukan yang bersifat universal mampu menyatupadukan manusia tanpa mengira kaum, asal-usul, kepercayaan, nilai, agama dan status ekonomi. Individu yang melibatkan diri dalam sukan atau aktiviti fizikal berpeluang menimba pengalaman yang menyeronokkan di samping mempelajari kaedah kerja berpasukan dan membentuk sikap toleransi (Kofi Anan, 2004). Aktiviti sukan melibatkan penyertaan, penglibatan dan semangat kekitaan yang membawa individu dan komuniti bekerjasama serta menjalinkan hubungan yang erat antara pelbagai etnik dan budaya. Penglibatan dalam sukan dan aktiviti fizikal juga boleh memberi panduan mengenai cara hidup dan kepentingan nilai termasuk keyakinan diri, penglibatan, komunikasi, disiplin dan sikap saling menghormati sesama manusia (Kofi Anan, 2004).

Selain itu, sukan adalah aktiviti yang berkesan dan mempunyai potensi membantu individu memperoleh keseronokkan, kepuasan dan nilai terpuji dalam kehidupan. Sukan juga mampu memenuhi



keperluan asas manusia yang merangkumi keperluan fisiologi dan kepuasan sendiri di samping menggalakkan gaya hidup sihat dan meningkatkan kualiti hidup seseorang individu (Corbin & Lindsey, 1994; Frank & Pangrazi, 2000)

Menurut Corbin, Lindsey dan Welk (2000), penglibatan dalam sukan perlu digalakkan kepada golongan muda tanpa mengira lelaki atau perempuan terutamanya yang masih berada di alam persekolahan supaya menjadikan sukan sebagai amalan harian dan gaya hidup sepanjang hayat. Secara tradisinya penglibatan kaum lelaki atau perempuan dalam sukan telah lama terbentuk (Shaharudin, 2001). Sallis dan Patrick (1994), juga berpendapat sukan perlu dipromosikan di kalangan murid sekolah rendah dan menengah kerana penglibatan dalam sukan akan mendorong mereka mengamalkan gaya hidup yang aktif. Penglibatan dalam sukan perlu dititikberatkan dan dikekalkan kerana aktiviti ini boleh merehatkan badan dan mengawal emosi. (Corbin, Lindsey & Welk, 2000).

Dalam sukan terdapat elemen pertandingan yang membolehkan mereka yang terlibat dalam aktiviti tersebut bersaing antara satu sama lain. Individu yang bertanding akan berusaha mempamerkan kebolehan dan kemampuan untuk memperoleh kejayaan. Walau bagaimanapun, kejayaan tersebut bukan sahaja bergantung kepada kemampuan fizikal tetapi juga kemampuan mereka mengekalkan keupayaan mental yang sesuai untuk beraksi pada tahap potensi

yang optimum. Hal ini kerana aspek mental merupakan bahagian yang bersifat integral yang wujud dalam diri individu yang bersaing (Anshel, 1997).

Kebimbangan adalah antara aspek mental yang perlu diberi perhatian bagi memahami tingkahlaku individu dalam meningkatkan prestasi mereka (Tajul Ariffin, Ruslin Amin & Zamri Mohamad, 2004). Kebimbangan dilihat sebagai suatu keadaan negatif yang boleh memberi kesan kepada prestasi atlet (Cavalke, Kremer, Moran & Williams, 2004). Menurut Wann (1997), kebimbangan akan wujud bila individu mula meragui kemampuannya dalam mengawal situasi yang menyebabkannya merasa tertekan. Kemampuan seseorang atlet mempamerkan prestasi mereka adalah berdasarkan tahap kebimbangan mereka sebelum bertanding. Hal ini disebabkan, para penyelidik berpendapat bahawa tahap kebimbangan yang dialami oleh atlet mempunyai hubungan yang rapat dengan prestasi mereka (Cerin, Szabo, Hunt & Williams, 1999; Craft, Magyar, Becker & Feltz, 2003; Jones, Swain & Cale, 1992; Kirby & Liu, 1999; Kais & Raudsepp, 2004; Kim & Gill, 1995; Krane & Williams, 1994; Martens, et.al., 1990; Mullen & Hardy, 2000; Roberts, Treasure, Kavussanu, 1996; Russel, Rob & Cox, 1998).

Spielberger (1966), mengklasifikasikan kebimbangan kepada kebimbangan suasana (*state anxiety*) dan kebimbangan tret (*trait anxiety*). Kebimbangan suasana adalah suatu keadaan emosi yang

ditonjolkan oleh perasaan secara subjektif, diterima secara sadar mengenai kekhuatiran dan ketegangan serta diikuti dengan keaktifan sistem saraf autonomik. Kebimbangan suasana juga diperjelaskan sebagai suatu kebimbangan yang melibatkan reaksi terhadap situasi tekanan dan cemas yang bersifat sementara (Wann, 1997). Keadaan tersebut berubah-ubah dari masa ke semasa dan berkadar turunkaik terhadap ancaman yang diterima sama ada daripada persekitaran atau suasana. Ancaman yang diterima boleh berbentuk fisiologikal (seperti bimbang terhadap kecederaan pada diri) dan berbentuk psikologikal (seperti bimbang tentang keupayaan beraksi).

Dalam sesuatu pertandingan, perasaan untuk bertanding dilihat sebagai faktor penting bagi melihat pencapaian prestasi dan pengekalan dalam aktiviti sukan (Duda, 1989). Oleh itu, selain daripada faktor kebimbangan, orientasi matlamat individu yang terlibat dalam aktiviti sukan juga perlu diberi perhatian. Orientasi matlamat merujuk kepada situasi pencapaian sebagai objektif dan matlamat utama dalam penyertaan sukan (Williams, 1994). Roberts (1992), melihat situasi pencapaian daripada dua aspek iaitu berorientasi tugas dan berorientasi ego. Menurut Nicholls (1989), orientasi matlamat seseorang itu akan memberi kesan ke atas motivasi dan arah tuju penglibatan seseorang dalam bidang sukan. Burton (1992) mengandaikan atlet yang bermatlamat keputusan pertandingan akan lebih cenderung memberi tumpuan kepada keputusan akhir perlawanan, sering mengalami kebimbangan,

prestasi yang lemah dan penurunan motivasi. Sebaliknya, atlet perlu mempunyai matlamat berdasarkan prestasi dan pemahaman mengenai orientasi matlamat berorientasi tugas atau ego penting bagi mengenal pasti tahap motivasi seseorang melibatkan diri dalam bidang sukan.

Oleh yang demikian, tumpuan kajian ini adalah untuk mengkaji hubungan antara kebimbangan prapertandingan dan orientasi matlamat di kalangan peserta merentas desa Majlis Sukan Sekolah Malaysia (MSSM). Di samping itu, kajian ini juga adalah untuk mengenal pasti tahap kebimbangan prapertandingan dan corak orientasi matlamat peserta merentas desa, melihat pengaruh jantina dan pengalaman terhadap kebimbangan prapertandingan dan orientasi matlamat peserta merentas desa dan mengenal pasti faktor peramal bagi kebimbangan prapertandingan di kalangan peserta merentas desa MSSM. Pengetahuan berkaitan kedua-dua pembolehubah ini akan memberi panduan yang berguna kepada Majlis Sukan Sekolah Malaysia dalam usaha melahirkan atlet olahraga bertaraf dunia.

Pernyataan Masalah

Sukan dan aktiviti fizikal memainkan peranan penting dalam kehidupan masyarakat dalam usaha mengamalkan gaya hidup yang sihat. Penglibatan dalam sukan perlu ditumpukan kepada generasi