



UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA

**KEKUATAN MENTAL PEMAIN BOLA SEPAK PIALA MALAYSIA
MUSIM 2007/2008**

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

FPP 2010 14



**KEKUATAN MENTAL PEMAIN BOLA SEPAK
PIALA MALAYSIA MUSIM 2007/2008**

Oleh

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

MASTER SAINS
UNIVERSITI PUTRA MALAYSIA
2010



**KEKUATAN MENTAL PEMAIN BOLA SEPAK PIALA MALAYSIA MUSIM
2007/2008**

Oleh

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

**Tesis dikemukakan ke Sekolah Pengajian Siswazah, Universiti Putra
Malaysia, untuk memenuhi syarat Ijazah Master Sains**

Jun 2010



DEDIKASI

Dengan nama Allah yang Maha pemurah lagi Maha mengasihani

Syukur kepada Allah s.w.t dan ucapan terima kasih khas buat:

Guru-guruku

Abah dan Mak serta keluarga tersayang

Isteri tercinta Norhafiszah binti Baba yang sabar dan tabah pada setiap detik dan waktu

**Cahaya matakku yang menjadi sumber inspirasi dan pencetus semangat,
Mohamad Alif Akmal**

Rakan-rakan seperjuangan dan semua yang membantu

Segala sokongan dan pengorbanan kalian ku doakan semoga Allah jua yang membalas dengan kurnia rahmat-Nya ke atas kalian.



ABSTRAK

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

KEKUATAN MENTAL PEMAIN BOLA SEPAK PIALA MALAYSIA MUSIM

2007/2008

oleh

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

Jun 2010

Penyelia : Profesor Madya Mohd Sofian Omar Fauzee, PhD

Fakulti : Pengajian Pendidikan

Kajian ini bertujuan untuk meninjau tahap kekuatan mental dan kemahiran mental yang dimiliki oleh pemain bola sepak Malaysia dalam Kejohanan Bola Sepak Piala Malaysia Musim 2007/2008. Sampel terdiri daripada pemain bola sepak Malaysia dari sebelas pasukan yang terlibat dalam kejohanan tersebut (n=165: 15 orang pemain setiap pasukan). Instrumen yang digunakan untuk mengukur kekuatan mental ialah *Psychological Performance Inventory* (PPI) yang dihasilkan oleh Loehr (1986) yang menyenaraikan tujuh faktor kekuatan mental iaitu 1) keyakinan diri; 2) kawalan tenaga negatif; 3) kawalan tumpuan; 4) kawalan visual imageri; 5) motivasi; 6) kawalan tenaga negatif; dan 7) kawalan tingkah laku. Perbezaan tahap kekuatan mental antara pemain dari kumpulan umur yang berbeza, kategori pemain iaitu pemain kebangsaan dan bukan



kebangsaan serta status pemain iaitu pemain profesional dan amatir diukur. Analisis ANOVA sehalu dan perbandingan pelbagai *Pos Hoc Tukey's* digunakan untuk menentukan perbezaan tahap kekuatan mental dengan kumpulan umur pemain. Keputusan analisis diskriptif menunjukkan bahawa tahap kekuatan mental pemain bola sepak Malaysia berada pada tahap sederhana dan lemah. Analisis ANOVA sehalu mendapati perbezaan yang signifikan antara dua dimensi kekuatan mental iaitu faktor kawalan visual imageri $F(3,165)=3.36$, $p<.05$; dan kawalan tenaga positif $F(3,165)=2.76$, $p<.05$ untuk kumpulan umur yang berbeza. Namun begitu perbezaan yang tidak signifikan diperolehi pada faktor keyakinan diri, kawalan tenaga negatif, motivasi dan kawalan tingkah laku ($p>.05$). Hasil analisis ujian-t menunjukkan tidak terdapat perbezaan signifikan kekuatan mental di antara pemain kebangsaan dan bukan kebangsaan ($p>.05$). Manakala bagi status pemain juga menunjukkan tidak terdapat perbezaan signifikan kekuatan mental di antara status pemain profesional dan amatir ($p>.05$). Secara keseluruhannya, keputusan kajian ini menunjukkan bahawa tahap kekuatan mental pemain bola sepak Malaysia adalah pada tahap yang sederhana dan rendah. Ini bermakna kekuatan mental dan kemahiran mental pemain perlu diberikan latihan dengan lebih tersusun dan terancang untuk meningkatkan semula kekuatan mental pemain bagi menghadapi perlawanan.

ABSTRACT

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

MENTAL TOUGHNESS MALAYSIA CUP FOOTBALL PLAYER 2007/2008

SEASON

By

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

Jun 2010

Supervisor : Associate Professor Mohd Sofian Omar Fauzee, PhD.

Faculty : Education Studies

The purpose of this research is to explore the level of Malaysian football players mental toughness and mental skills in the Malaysia Football Cup Championship Season 2007/2008. Samples comprised of eleven Malaysian football team that involved in the championship (n = 165: 15 player for each team). The instrument used in this study was the questionnaires of Psychological Performance Inventory (PPI) by Loehr (1986) that listed seven factors of mental toughness 1) self confidence, 2) negative energy control, 3) attention control, 4) visual imagery control, 5) motivational level, 6) positive energy and 7) attitude control. The different levels of mental toughness among the players based on different categories were measured. These categories



include different age group, national and non national players and status of professional or amateur player. One way ANOVA analysis and multiple comparisons of Pos Hoc Tukey's were used to find out the difference between mental toughness and the age group of the players. The descriptive analysis shows that the mental toughness of Malaysian football players is at a moderate and weak level. The One-way ANOVA analysis shows there is a significant difference between the two dimensions of mental toughness which are visual imagery control $F(3,165)=3.36, p<.05$; and positive energy control $F(3,165)=2.76, p<.05$ under different age group. However, there is an insignificant difference on factors such as self confidence, negative energy control, motivational level and attitude control ($p>.05$). The T-test analysis shows there is no significant difference in the mental toughness between national and non national players ($p>.05$). The player's status, in the other hand, shows no significant difference between professional and amateur players ($p>.05$). Overall, the results of this study shows that the level of Malaysian football players' mental toughness is still at a moderate and low level. This means that their mental toughness and mental skills should be given more trainings. These trainings should be more organized and well planned as to enhance their mental toughness to face the match.



PENGHARGAAN

Dalam proses menyediakan tesis ini, saya ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada semua pihak yang secara langsung mahupun tidak langsung telah membantu saya menyiapkan tesis ini.

Saya ingin merakamkan penghargaan dan terima khasnya kepada Prof. Madya Dr. Mohd. Sofian Omar Fauzee dan Prof. Madya Dr. Bahaman Abu Samah, penyelia tesis yang sentiasa memberikan bantuan dan galakan, malah tidak pernah jemu membantu saya disepanjang proses menyiapkan tesis ini.

Selain daripada itu, saya juga ingin mengucapkan ribuan terima kasih kepada isteri tercinta, Norhafiszah binti Baba yang sentiasa memberikan sokongan moral kepada saya untuk menyiapkan projek ini dan istimewa buat cahaya mataku yang menjadi sumber inspirasi dan kekuatan selama ini, Mohamad Alif Akmal. Tidak lupa juga kepada En. Marjohan bin Jamalis, Dr. Rozita Abdul Latif (mentor), Cik Zarina Mohamed dan semua pihak yang membantu saya dalam usaha menyiapkan projek ini. Jasa anda semua akan saya kenang sepanjang hayat. Semoga Allah akan membalas segala kebaikan yang telah dilakukan dengan ganjaran yang setimpal. Amin.



PENGESAHAN

Saya mengesahkan bahawa Jawatankuasa Pemeriksa bagi Mohamad Nizam Bin Asmuni telah mengadakan pemeriksaan akhir pada untuk menilai tesis Master Sains beliau yang bertajuk “Kekuatan Mental Pemain Bola Sepak Malaysia Dalam Kejohanan Bola Sepak Piala Malaysia Musim 2007/2008.” mengikut Akta Universiti Pertanian Malaysia (Ijazah Lanjutan) 1980 dan Peraturan-peraturan Universiti Pertanian Malaysia (Ijazah Lanjutan) 1981. Jawatankuasa pemeriksa memperakukan bahawa calon ini layak dianugerahkan ijazah tersebut. Ahli Jawatankuasa Pemeriksaan adalah seperti berikut:

Profesor Madya Dr. Hj. Jamaludin Hj. Ahmad.

Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Pengerusi)

Dr. Chee Chen Soon

Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Pemeriksa Dalam 1)

Profesor Madya Dr. Soh Kim Geok.

Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Pemeriksa Dalam 2)

Dr Balbir Singh a/l Bhagwan Singh.

Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Pemeriksa Luar)

Profesor Dr. Shamsuddin Sulaiman

Timbalan Dekan,
Sekolah Pengajian Siswazah,
Universiti Putra Malaysia

Tarikh :



PENGESAHAN

Tesis ini telah dikemukakan kepada Senat Universiti Putra Malaysia dan telah diterima sebagai memenuhi keperluan ijazah sarjana Master Sains.

Jawatankuasa penasihat adalah sebagai berikut:

Mohd Sofian Omar Fauzee, PhD

Profesor Madya
Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Penyelia)

Bahaman Abu Samah, PhD

Profesor Madya
Fakulti Pengajian Pendidikan,
Universiti Putra Malaysia
(Ahli)

HASANAH MOHD. GHAZALI, PhD

Timbalan Dekan,
Sekolah Pengajian Siswazah,
Universiti Putra Malaysia

Tarikh :



PENGAKUAN

Saya memperakui bahawa tesis ini adalah hasil kerja saya yang asli melainkan petikan dan sedutan yang tiap-tiap satunya telah dijelaskan sumbernya. Saya juga memperakui bahawa tesis ini tidak pernah dimajukan sebelum ini, dan tidak dimajukan serentak dengan ini, untuk ijazah lain sama ada di Universiti Putra Malaysia atau di institusi lain.

MOHAMAD NIZAM BIN ASMUNI

Tarikh : 30 Jun 2010



KANDUNGAN

	Muka Surat
DEDIKASI	iii
ABSTRAK	iv
ABSTACT	vi
PENGHARGAAN	viii
PENGESAHAN	ix
PENGAKUAN	xi
SENARAI JADUAL	xiii
SENARAI RAJAH	xiv
SENARAI SINGKATAN	xv
BAB	
1 PENGENALAN	
Latar belakang	1
Pernyataan Masalah	3
Objektif Kajian	8
Persoalan Kajian	8
Kerangka Konseptual Kajian	9
Kepentingan Kajian	11
Delimitasi Kajian	13
Definisi Operasional	13
Definisi Konsep	16
2 ULASAN LITERATUR	
Pengenalan	19
Kekuatan Mental dan Kepentingannya Terhadap Atlet	19
Pendekatan Teori dan Model	26
<i>Athletic Excellence Training Model</i> (Model Kecemerlangan Atlet) oleh Loehr (1986)	31
<i>The Four Pillar of Mental Toughness Model</i> atau Model Empat Tonggak Kekuatan Mental oleh Jones dan Moorhouse (2007)	35
Model Kekuatan Mental oleh Gucciardi, Gordon dan Dimmock (2008)	38
Keyakinan Diri	43
Kawalan Tenaga Negatif	48
Kawalan Tumpuan	51
Kawalan Visual dan Imageri	54
Motivasi	58
Kawalan Tenaga Positif	59
Kawalan Tingkah Laku	61
Kepentingan Kajian Tentang Kekuatan Mental Terhadap Pemain Bola Sepak Malaysia	63
Kajian-kajian Berkaitan	66



3	METODOLOGI KAJIAN	
	Rekabentuk Kajian	84
	Populasi dan Subjek Kajian	85
	Pembolehubah	87
	Alat Kajian	87
	Soal Selidik Kekuatan Mental Pemain Bola Sepak Malaysia	89
	Skala kebolehpercayaan <i>Psychological Performance Inventory</i> (PPI)	92
	Kaedah Pengumpulan Data	93
	Analisis Data	94
4	DAPATAN KAJIAN	
	Latar Belakang Demografi Responden	96
	Umur	96
	Tahap Pendidikan	97
	Kategori Pemain	97
	Status Pemain	98
	Tahap Faktor-faktor Kekuatan Mental Pemain	99
	Tahap Kekuatan Mental Berdasarkan Kumpulan Umur	100
	Perbezaan Kekuatan Mental Berdasarkan Kumpulan Umur	104
	Tahap Kekuatan Mental Berdasarkan Kategori Pemain	105
	Perbezaan Kekuatan Mental Berdasarkan Kategori Pemain	109
	Tahap Kekuatan Mental Berdasarkan Status Pemain	110
	Perbezaan Kekuatan Mental Berdasarkan Status Pemain	113
5	PERBINCANGAN DAN CADANGAN	
	Pengenalan	116
	Perbincangan Kajian	117
	Kesimpulan Dapatan Kajian	129
	Implikasi dan Sumbangan Kajian	130
	Cadangan Kajian Lanjutan	136
	Kesimpulan	138
	RUJUKAN	142
	LAMPIRAN A	157
	LAMPIRAN B	157
	LAMPIRAN C	160
	LAMPIRAN D	164
	LAMPIRAN E	166
	LAMPIRAN F	167

