

MOTIVASI ATLET RAGBI SMK TELOK MAS AKADEMI RAGBI MELAKA: ANALISIS KUALITATIF BERDASARKAN TEORI ATRIBUSI DAN HIERARKI KEPERLUAN MASLOW

MOTIVATION OF SMK TELOK MAS RUGBY ATHLETES AT MELAKA RUGBY ACADEMY: A QUALITATIVE ANALYSIS BASED ON ATTRIBUTION THEORY AND MASLOW'S HIERARCHY OF NEEDS

Mohd Hafiz Husaini ^{1*}
Nur Shakila Mazalan ²
Madiha Rodi-Udin ³

¹ Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, 43600, Selangor, Malaysia
(E-mail: p149136@siswa.ukm.edu.my)

² Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, 43600, Selangor, Malaysia
(E-mail: shakila@ukm.edu.my)

³ Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, Bangi, 43600, Selangor, Malaysia
(E-mail: p153690@siswa.ukm.edu.my)

*Corresponding author: p149136@siswa.ukm.edu.my

Article history

Received date : 20-5-2026
Revised date : 21-5-2026
Accepted date : 6-6-2026
Published date : 11-6-2026

To cite this document:

Husaini, M. H., Mazalan, N. S., & Rodi-Udin, M. (2026). Motivasi atlet ragbi SMK Telok Mas Akademi Ragbi Melaka: Analisis kualitatif berdasarkan teori atribusi dan hierarki keperluan Maslow. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 11 (83), 259 – 271.

Abstrak: *Kajian ini bertujuan untuk meneroka faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi atlet ragbi sekolah serta peranan jurulatih dalam membentuk dan mengekalkan motivasi tersebut. Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kaedah temu bual berstruktur yang melibatkan lima orang atlet ragbi dan seorang jurulatih berpengalaman dari sebuah akademi ragbi di Melaka. Data dianalisis menggunakan analisis tematik bagi mengenal pasti pola dan tema utama berkaitan motivasi sukan. Dapatan kajian menunjukkan bahawa motivasi intrinsik, atribusi dalaman terhadap kejayaan dan kegagalan, serta sokongan sosial merupakan faktor utama yang mempengaruhi tahap motivasi atlet. Selain itu, peranan jurulatih sebagai agen sokongan psikologi dan pembentuk persekitaran latihan yang kondusif turut didapati signifikan dalam memastikan motivasi atlet kekal tinggi. Dapatan kajian ini selari dengan Teori Atribusi oleh Weiner dan Teori Hierarki Keperluan Maslow yang menekankan kepentingan faktor dalaman dan pemenuhan keperluan psikologi dalam membentuk motivasi individu. Kajian ini memberi implikasi kepada amalan kejurulatihan dan pengurusan sukan sekolah dalam membina pendekatan yang lebih holistik terhadap pembangunan atlet.*

Kata Kunci: *motivasi intrinsik, atlet sekolah, kejurulatihan, analisis kualitatif, psikologi sukan*

Abstract: *This study aims to explore the factors that influence the motivation of school rugby athletes and the role of coaches in shaping and maintaining that motivation. This study uses a qualitative approach through structured interviews involving five rugby athletes and an experienced coach from a rugby academy in Melaka. The data is analyzed using thematic analysis to identify key patterns and themes related to sports motivation. The study findings show that intrinsic motivation, internal attributions of success and failure, and social support are the main factors that influence the level of athlete motivation. In addition, the role of coaches as psychological support agents and the creator of a conducive training environment is also found to be significant in ensuring that athlete motivation remains high. The findings of this study are in line with Weiner's Attribution Theory and Maslow's Hierarchy of Needs Theory which emphasize the importance of internal factors and the fulfillment of psychological needs in shaping individual motivation. This study has implications for school sports coaching and management practices in building a more holistic approach to athlete development.*

Keywords: *intrinsic motivation, school athletes, coaching, qualitative analysis, sports psychology*

Pengenalan

Motivasi merupakan salah satu elemen psikologi yang paling penting dalam menentukan kejayaan dan prestasi seseorang atlet dalam bidang sukan. Dalam sukan yang bersifat kompetitif seperti ragbi, motivasi bukan sahaja berfungsi sebagai pendorong untuk mencapai kemenangan, malah membantu atlet mengekalkan komitmen terhadap latihan, meningkatkan ketahanan mental serta membina keupayaan untuk bangkit semula selepas mengalami kegagalan atau kecederaan. Atlet yang mempunyai tahap motivasi yang tinggi lazimnya menunjukkan prestasi yang lebih konsisten, berdaya tahan dan mampu menghadapi cabaran pertandingan dengan lebih berkesan (Weinberg & Gould, 2019).

Dalam bidang psikologi sukan, pelbagai teori telah dikemukakan bagi menjelaskan bagaimana motivasi terbentuk dan dikekalkan dalam diri seseorang atlet. Antaranya ialah Teori Atribusi yang diperkenalkan oleh Weiner (1986), yang menjelaskan bahawa tafsiran individu terhadap punca kejayaan dan kegagalan akan mempengaruhi tahap motivasi, emosi dan tingkah laku mereka. Selain itu, Teori Hierarki Keperluan Maslow (1970) menegaskan bahawa motivasi manusia dipengaruhi oleh pemenuhan keperluan yang tersusun secara hierarki, bermula daripada keperluan asas sehingga kepada pencapaian sendiri. Kedua-dua teori ini menyediakan kerangka yang relevan untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi atlet dalam konteks sukan sekolah.

Beberapa tahun kebelakangan ini, kajian menunjukkan bahawa motivasi atlet remaja dipengaruhi oleh gabungan faktor psikologi, sosial dan persekitaran latihan. Ryan dan Deci (2017) menjelaskan bahawa atlet yang mempunyai autonomi dalam proses latihan cenderung menunjukkan tahap motivasi intrinsik yang lebih tinggi serta komitmen yang lebih berterusan terhadap aktiviti sukan. Selain itu, iklim motivasi yang positif yang diwujudkan oleh jurulatih didapati mampu meningkatkan keseronokan atlet terhadap latihan dan menggalakkan pembangunan psikologi yang sihat (Appleton et al., 2020). Dalam masa yang sama, sokongan daripada keluarga dan rakan sepasukan turut memainkan peranan penting dalam mengekalkan minat dan penglibatan atlet dalam sukan (Teques et al., 2021). Walaupun hubungan antara atribusi, motivasi atlet dan tingkah laku jurulatih telah banyak dibincangkan dalam literatur psikologi sukan (Weiner, 1986; Curran et al., 2021; Vella et al., 2023), kebanyakan kajian

terdahulu lebih menumpukan kepada pengukuran hubungan antara pemboleh ubah psikologi melalui pendekatan kuantitatif. Justeru, masih terdapat keperluan untuk memahami secara lebih mendalam bagaimana atlet sekolah mentafsir pengalaman kejayaan dan kegagalan mereka serta bagaimana sokongan jurulatih mempengaruhi motivasi dalam konteks latihan dan pertandingan. Pemahaman yang lebih mendalam terhadap pengalaman atlet ini penting bagi menjelaskan faktor-faktor yang membentuk dan mengekalkan motivasi mereka dalam persekitaran sukan sekolah.

Di samping itu, peranan jurulatih dalam membentuk dan mengekalkan motivasi atlet turut menjadi aspek yang penting untuk diberi perhatian. Kajian terdahulu menunjukkan bahawa tingkah laku jurulatih yang menyokong autonomi atlet mempunyai hubungan yang positif dengan motivasi intrinsik dan kesejahteraan psikologi atlet (Curran et al., 2021). Begitu juga, kajian longitudinal oleh Vella et al. (2023) mendapati bahawa gaya kepimpinan jurulatih yang positif dapat meningkatkan komitmen atlet terhadap latihan dan mengurangkan kecenderungan untuk meninggalkan sukan. Walau bagaimanapun, pemahaman tentang bagaimana atlet sekolah mentafsir pengalaman kejayaan dan kegagalan mereka serta bagaimana sokongan jurulatih mempengaruhi motivasi masih belum diterokai secara mendalam, khususnya dalam konteks sukan ragbi sekolah di Malaysia. Tambahan pula, kebanyakan kajian terdahulu lebih tertumpu kepada aspek prestasi fizikal dan psikologi atlet menggunakan pendekatan kuantitatif. Walaupun pendekatan tersebut berjaya mengenal pasti hubungan antara pemboleh ubah tertentu, ia masih kurang memberikan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman subjektif atlet dan jurulatih dalam persekitaran latihan sebenar. Oleh itu, masih wujud jurang pengetahuan berkaitan pengalaman sebenar atlet sekolah dalam mentafsir kejayaan dan kegagalan, serta faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi mereka dari perspektif individu yang terlibat secara langsung dalam sukan.

Sehubungan dengan itu, kajian ini dijalankan untuk meneroka secara mendalam faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi atlet ragbi di SMK Telok Mas, Melaka yang merupakan Akademi Ragbi Melaka serta Sekolah Projek Kecemerlangan Sukan Ragbi Majlis Sukan Sekolah Negeri Melaka. Kajian ini turut meneliti peranan jurulatih dalam membentuk dan mengekalkan motivasi atlet serta menghubungkan dapatan empirikal yang diperolehi dengan Teori Atribusi dan Teori Hierarki Keperluan Maslow. Melalui pendekatan kualitatif, kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang dinamika motivasi atlet ragbi sekolah, sekali gus menyumbang kepada pembangunan amalan kejurulatihan dan pengurusan sukan sekolah yang lebih berkesan.

Tinjauan Literatur

Teori Atribusi yang diperkenalkan oleh Weiner (1986) menjelaskan bagaimana seseorang individu mentafsir sebab di sebalik kejayaan dan kegagalan yang dialami. Cara seseorang membuat tafsiran ini sebenarnya memberi kesan yang besar terhadap tahap motivasi, emosi dan juga tingkah laku mereka selepas sesuatu peristiwa berlaku. Dalam teori ini, atribusi dibahagikan kepada tiga dimensi utama, iaitu lokus (sama ada berpunca daripada faktor dalaman atau luaran), kestabilan (stabil atau tidak stabil), serta kebolehkawalan (boleh dikawal atau sebaliknya).

Dalam konteks sukan, cara atlet mentafsir pengalaman mereka memainkan peranan penting dalam mengekalkan motivasi. Atlet yang melihat kejayaan sebagai hasil usaha sendiri, disiplin dan komitmen biasanya lebih bermotivasi dan konsisten dalam prestasi mereka. Sebaliknya, atlet yang sering mengaitkan keputusan kepada faktor luar seperti nasib, pengadil atau keadaan

persekitaran lebih mudah mengalami penurunan motivasi. Menariknya, kegagalan yang dianggap sebagai sesuatu yang boleh diperbaiki melalui latihan dan usaha sering menjadi pendorong kepada atlet untuk terus berusaha dan memperbaiki prestasi mereka dari semasa ke semasa. Selain itu, Teori Hierarki Keperluan oleh Maslow (1970) turut menjadi asas penting dalam memahami motivasi manusia. Teori ini menyatakan bahawa keperluan manusia tersusun secara bertingkat, bermula daripada keperluan paling asas sehingga kepada pencapaian sendiri. Lima tahap keperluan tersebut merangkumi keperluan fisiologi, keselamatan, sosial, penghargaan dan akhirnya pencapaian sendiri.

Dalam dunia sukan, pemenuhan keperluan asas seperti makanan yang mencukupi, rehat yang berkualiti dan keselamatan adalah perkara paling asas sebelum atlet dapat memberi fokus sepenuhnya kepada latihan dan pertandingan. Seterusnya, keperluan sosial seperti sokongan daripada jurulatih dan rakan sepasukan membantu membina rasa kebersamaan serta semangat berpasukan. Apabila atlet menerima penghargaan dan pengiktirafan, keyakinan diri mereka juga akan meningkat. Apabila semua keperluan ini dipenuhi, atlet berpotensi mencapai tahap tertinggi iaitu pencapaian sendiri, di mana mereka mampu merealisasikan potensi sebenar dalam sukan yang diceburi.

Kajian-kajian lepas juga menunjukkan bahawa motivasi merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan prestasi atlet. Kajian-kajian terkini turut menunjukkan bahawa motivasi atlet remaja dipengaruhi oleh persekitaran sosial yang diwujudkan oleh jurulatih, keluarga dan rakan sepasukan. Appleton et al. (2020) mendapati bahawa iklim motivasi yang positif dan menyokong mampu meningkatkan penglibatan atlet dalam latihan serta menggalakkan pembangunan psikologi yang sihat. Selain itu, Teques et al. (2021) melaporkan bahawa penglibatan ibu bapa secara positif mempunyai hubungan yang signifikan dengan motivasi dan keseronokan atlet remaja dalam sukan.

Dari perspektif kejurulatihan, Curran et al. (2021) menunjukkan bahawa tingkah laku jurulatih yang menyokong autonomi atlet berkait rapat dengan peningkatan motivasi intrinsik dan kesejahteraan psikologi atlet. Kajian longitudinal oleh Vella et al. (2023) pula mendapati bahawa gaya kepimpinan jurulatih yang positif mampu meningkatkan komitmen atlet terhadap latihan dan mengurangkan kecenderungan untuk meninggalkan sukan. Dapatan ini menunjukkan bahawa motivasi atlet bukan sahaja dipengaruhi oleh faktor dalaman, malah turut dibentuk oleh persekitaran sosial dan hubungan interpersonal yang wujud dalam konteks sukan.

Gould dan Weinberg (2015) mendapati bahawa motivasi intrinsik memainkan peranan besar dalam meningkatkan prestasi atlet elit. Atlet yang didorong oleh minat dan kepuasan dalaman cenderung untuk lebih komited dalam latihan serta mempunyai daya tahan mental yang lebih kuat ketika berdepan tekanan pertandingan. Di samping itu, sokongan sosial daripada jurulatih dan rakan sepasukan turut dikenal pasti sebagai elemen penting yang membantu mengekalkan kestabilan emosi dan motivasi atlet.

Kajian terkini menunjukkan bahawa motivasi atlet remaja dipengaruhi oleh gabungan faktor psikologi, sosial dan persekitaran latihan. Menurut Ryan dan Deci (2017), atlet yang memperoleh autonomi dalam proses latihan menunjukkan tahap motivasi intrinsik yang lebih tinggi berbanding atlet yang terlalu bergantung kepada ganjaran luaran. Dalam konteks atlet sekolah, sokongan daripada jurulatih dan rakan sepasukan didapati menjadi faktor utama yang mempengaruhi komitmen jangka panjang terhadap sukan.

Selain itu, kajian oleh Appleton et al. (2020) mendapati bahawa iklim motivasi yang positif yang diwujudkan oleh jurulatih dapat meningkatkan keseronokan atlet terhadap latihan dan mengurangkan kecenderungan untuk menarik diri daripada sukan. Dapatan ini menunjukkan bahawa pendekatan kejurulatihan yang menyokong pembangunan psikologi atlet adalah sama penting dengan pembangunan kemahiran teknikal.

Walaupun banyak kajian telah mengesahkan kepentingan motivasi dalam prestasi sukan, kebanyakan penyelidikan terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif yang menumpukan kepada hubungan antara pemboleh ubah psikologi. Oleh itu, masih terdapat keperluan untuk memahami pengalaman subjektif atlet secara lebih mendalam melalui pendekatan kualitatif, khususnya dalam konteks atlet ragbi sekolah di Malaysia. Pendekatan ini dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh tentang bagaimana motivasi dibentuk dan dikekalkan dalam persekitaran latihan sebenar.

Dari sudut metodologi pula, Castleberry dan Nolen (2018) menegaskan bahawa analisis tematik merupakan pendekatan yang sesuai untuk memahami pengalaman subjektif peserta kajian. Kaedah ini membolehkan penyelidik mengenal pasti tema dan pola utama daripada data temu bual, sekali gus memberikan gambaran yang lebih mendalam terhadap fenomena yang dikaji, khususnya dalam bidang pendidikan dan psikologi sukan.

Metodologi

Kajian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan reka bentuk temu bual berstruktur bagi meneroka secara mendalam pengalaman, persepsi dan interpretasi responden berkaitan motivasi dalam sukan ragbi. Pendekatan kualitatif dipilih kerana ia membolehkan penyelidik memahami fenomena sosial secara lebih menyeluruh, khususnya yang melibatkan tingkah laku, emosi dan pengalaman individu yang sukar diukur melalui pendekatan kuantitatif. Dalam konteks kajian ini, temu bual berstruktur digunakan bagi memastikan setiap responden diberikan set soalan yang sama, sekali gus membolehkan data dikumpulkan secara sistematik dan konsisten.

Kajian ini juga berfungsi sebagai kajian asas (*baseline study*) yang bertujuan memperoleh gambaran awal tentang tahap motivasi atlet serta amalan kejurulatihan dalam situasi sebenar. Bagi tujuan tersebut, temu bual dijalankan secara bersemuka bagi membolehkan interaksi yang lebih berkesan antara penyelidik dan responden. Kaedah ini bukan sahaja membolehkan maklumat diperoleh secara langsung, malah memberi peluang kepada penyelidik untuk memerhati komunikasi bukan lisan seperti ekspresi wajah, gerak tubuh dan intonasi suara yang dapat membantu memperkayakan interpretasi data.

Pemilihan sampel kajian dilakukan menggunakan kaedah persampelan bertujuan (*purposive sampling*), iaitu pemilihan responden berdasarkan ciri-ciri tertentu yang bersesuaian dengan objektif kajian. Seramai enam orang responden telah dipilih, terdiri daripada lima orang atlet ragbi sekolah dan seorang jurulatih ragbi dari Akademi Ragbi Melaka. Pemilihan atlet dibuat berdasarkan penglibatan aktif mereka dalam sukan ragbi serta pengalaman yang membolehkan mereka memberikan maklumat yang relevan berkaitan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi atlet. Sementara itu, responden yang mewakili perspektif kejurulatihan ialah seorang jurulatih yang mempunyai pengalaman melebihi 20 tahun dalam bidang kejurulatihan ragbi. Pengalaman tersebut membolehkan beliau memberikan pandangan yang mendalam berkaitan strategi motivasi, pengurusan atlet dan cabaran yang dihadapi sepanjang proses latihan serta

pertandingan. Oleh itu, gabungan perspektif atlet dan jurulatih dapat memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh tentang dinamika motivasi dalam sukan ragbi di peringkat sekolah.

Dari segi instrumen kajian, alat utama yang digunakan ialah set soalan temu bual berstruktur yang dibangunkan berdasarkan objektif kajian serta kerangka teori yang digunakan, iaitu Teori Atribusi dan Teori Hierarki Keperluan Maslow. Instrumen tersebut mengandungi tujuh soalan utama yang merangkumi aspek motivasi, pengalaman latihan, peranan jurulatih serta matlamat jangka pendek dan jangka panjang dalam sukan. Soalan-soalan yang dibina berbentuk terbuka bagi memberi peluang kepada responden untuk berkongsi pandangan dan pengalaman secara lebih mendalam. Atlet ditanya tentang faktor yang mendorong mereka untuk terus aktif dalam sukan, cara mengekalkan motivasi ketika berhadapan dengan kekalahan atau kecederaan serta sumber sokongan yang mempengaruhi mereka. Bagi jurulatih pula, soalan lebih tertumpu kepada pendekatan yang digunakan untuk memotivasikan atlet, peranan ganjaran dan pujian serta strategi mengurus atlet yang mengalami penurunan motivasi. Pembinaan instrumen turut mengambil kira kesesuaian bahasa dan konteks responden bagi memastikan setiap soalan dapat difahami dengan jelas.

Data yang diperoleh daripada temu bual kemudiannya dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik. Kaedah ini dipilih kerana sesuai untuk mengenal pasti, menganalisis dan mentafsir pola atau tema yang muncul daripada data kualitatif. Proses analisis dimulakan dengan transkripsi verbatim bagi memastikan semua maklumat direkodkan dengan tepat. Seterusnya, penyelidik menjalankan proses pengkodan awal dengan mengenal pasti unit-unit makna yang relevan sebelum mengelompokkan kod-kod tersebut kepada kategori yang mempunyai persamaan tema dan makna. Daripada kategori yang terbentuk, beberapa tema utama dikenal pasti, termasuk motivasi intrinsik, atribusi terhadap kejayaan dan kegagalan, sokongan sosial serta peranan jurulatih dalam membentuk motivasi atlet. Tema-tema tersebut kemudiannya ditafsir dengan merujuk kepada Teori Atribusi dan Teori Hierarki Keperluan Maslow bagi menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam terhadap fenomena yang dikaji.

Bagi memastikan kesahan dan kebolehpercayaan data, beberapa langkah telah dilaksanakan sepanjang proses penyelidikan. Antaranya ialah penggunaan set soalan yang seragam bagi semua responden, rakaman dan transkripsi verbatim setiap sesi temu bual serta pelaksanaan analisis tematik secara sistematik. Selain itu, penglibatan dua kumpulan responden yang berbeza, iaitu atlet dan jurulatih, membolehkan penyelidik memperoleh pelbagai perspektif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dalam sukan ragbi. Perbandingan antara kedua-dua perspektif ini membantu menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap fenomena yang dikaji. Keseluruhannya, langkah-langkah tersebut membantu meningkatkan ketekalan analisis dan menyokong kebolehpercayaan dapatan kajian. Pendekatan ini selaras dengan cadangan Braun dan Clarke (2006) serta Creswell dan Poth (2018) yang menekankan kepentingan ketelitian dan sistematik dalam penyelidikan kualitatif.

Dapatan Kajian

Profil Responden Kajian

Kelima-lima atlet yang dipilih terdiri daripada pemain Tingkatan 5 yang aktif mewakili sekolah dan negeri dalam pertandingan ragbi. Mereka mempunyai pengalaman antara empat hingga lima tahun dalam sukan ragbi serta memainkan posisi yang berbeza dalam pasukan. Kepelbagaian pengalaman dan peranan ini membolehkan penyelidik memperoleh perspektif

yang lebih menyeluruh berkaitan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi atlet. Sementara itu, jurulatih yang ditemu bual mempunyai pengalaman lebih 20 tahun dalam bidang kejurulatihan ragbi dan pernah membimbing atlet di pelbagai peringkat pertandingan. Latar belakang peserta kajian, profil responden diringkaskan seperti dalam Jadual 1 bagi gambaran yang lebih jelas.

Jadual 1: Profil Responden Kajian

Kod Responden	Peranan	Umur	Pengalaman	Posisi
A1	Atlet	17	5 tahun	<i>Forward</i>
A2	Atlet	17	4 tahun	<i>Back</i>
A3	Atlet	17	5 tahun	<i>Forward</i>
A4	Atlet	17	4 tahun	<i>Back</i>
A5	Atlet	17	5 tahun	<i>Scrum Half</i>
J1	Jurulatih	53	23 tahun	Jurulatih

Dapatan Temubual

Berdasarkan analisis data temu bual yang dijalankan bersama atlet dan jurulatih, beberapa tema utama telah dikenal pasti berkaitan faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi dalam sukan ragbi. Tema-tema ini bukan sahaja mencerminkan pengalaman sebenar responden, malah turut memberikan gambaran yang lebih jelas tentang bagaimana motivasi terbentuk dan dikekalkan dalam konteks sukan di peringkat sekolah. Secara keseluruhannya, lima tema utama telah dikenal pasti, iaitu motivasi intrinsik, atribusi dalaman terhadap kejayaan dan kegagalan, peranan sokongan sosial, peranan jurulatih sebagai pemangkin motivasi, serta kepentingan penghargaan dan pengiktirafan.

Motivasi Intrinsik sebagai Pendorong Utama

Secara umumnya, dapatan kajian menunjukkan bahawa motivasi intrinsik menjadi pendorong utama kepada penglibatan atlet dalam sukan ragbi. Atlet yang ditemu bual menjelaskan bahawa dorongan dalaman seperti minat yang mendalam, kepuasan diri dan keinginan untuk berjaya merupakan faktor utama yang membuatkan mereka terus komited dalam latihan dan pertandingan. Menariknya, atlet tidak terlalu bergantung kepada ganjaran luaran. Sebaliknya, mereka lebih menghargai kepuasan peribadi yang diperoleh hasil daripada usaha dan pencapaian sendiri. Dalam masa yang sama, atlet juga dilihat mempunyai matlamat yang jelas, contohnya keinginan untuk mewakili negara pada masa hadapan. Penetapan matlamat ini secara tidak langsung membantu mereka kekal fokus dan konsisten dalam menjalani latihan.

Tambahan pula, tahap motivasi intrinsik yang tinggi dapat dilihat apabila atlet sanggup meneruskan latihan walaupun berdepan keletihan fizikal atau tekanan mental. Mereka tidak mudah berputus asa, malah sentiasa berusaha untuk memperbaiki prestasi diri. Keadaan ini jelas menunjukkan bahawa dorongan dalaman memainkan peranan besar dalam membentuk ketahanan mental dan semangat juang atlet.

Atribusi Dalaman Terhadap Kejayaan dan Kegagalan

Selain itu, dapatan kajian juga menunjukkan bahawa atlet cenderung untuk mengaitkan kejayaan dan kegagalan dengan faktor dalaman. Dalam erti kata lain, kejayaan yang dicapai dilihat sebagai hasil usaha, disiplin dan latihan yang konsisten. Sebaliknya, apabila berdepan

dengan kegagalan, atlet tidak mudah menyalahkan faktor luar seperti nasib atau pengadil. Sebaliknya, mereka melihat kegagalan sebagai peluang untuk melakukan refleksi sendiri dan mengenal pasti kelemahan yang perlu diperbaiki. Pendekatan ini menunjukkan bahawa atlet mempunyai tahap kematangan psikologi yang baik serta mampu mengawal emosi dalam situasi yang mencabar. Lebih penting lagi, cara atlet mentafsir kegagalan ini membantu mengekalkan motivasi mereka. Mereka tidak melihat kekalahan sebagai titik akhir, tetapi sebagai sebahagian daripada proses pembelajaran. Oleh itu, atribusi dalaman yang diamalkan ini jelas membantu memastikan motivasi atlet kekal stabil dari semasa ke semasa.

Peranan Sokongan Sosial

Di samping itu, sokongan sosial turut dikenal pasti sebagai faktor penting dalam mempengaruhi motivasi atlet. Sokongan ini datang daripada pelbagai pihak seperti keluarga, jurulatih dan rakan sepasukan. Sebagai contoh, atlet menyatakan bahawa sokongan daripada ibu bapa memberi kekuatan emosi dan menjadi sumber semangat untuk terus aktif dalam sukan. Dalam masa yang sama, hubungan yang baik dengan rakan sepasukan juga membantu mewujudkan suasana yang positif dan menyokong. Interaksi yang baik ini bukan sahaja meningkatkan semangat berpasukan, malah memudahkan kerjasama dalam mencapai matlamat bersama. Selain itu, kata-kata semangat dan galakan yang diberikan semasa latihan dan pertandingan turut memberi kesan yang besar terhadap keyakinan diri atlet. Tidak dapat dinafikan, jurulatih juga memainkan peranan sebagai sumber sokongan sosial yang penting. Mereka bukan sahaja mengajar teknik, tetapi juga memberi dorongan emosi dan motivasi. Gabungan sokongan daripada pelbagai pihak ini akhirnya membantu atlet mengekalkan semangat dan keyakinan dalam menghadapi cabaran.

Peranan Jurulatih sebagai Pemangkin Motivasi

Seterusnya, dapatan kajian menonjolkan peranan jurulatih sebagai pemangkin utama dalam membentuk motivasi atlet. Jurulatih bukan sahaja membimbing dari segi kemahiran teknikal, tetapi juga membantu atlet dari aspek psikologi, terutamanya dalam mengurus tekanan dan kegagalan. Sebagai contoh, jurulatih menggalakkan atlet untuk melakukan refleksi sendiri agar mereka dapat menilai prestasi masing-masing dan mengenal pasti ruang penambahbaikan. Pendekatan ini secara tidak langsung membantu meningkatkan kesedaran sendiri dan rasa tanggungjawab dalam kalangan atlet. Di samping itu, jurulatih juga berusaha membentuk pemikiran yang lebih positif. Dalam situasi kekalahan, atlet digalakkan untuk melihatnya sebagai peluang pembelajaran dan bukannya kegagalan mutlak. Pendekatan sebegini membantu mengurangkan tekanan emosi serta meningkatkan daya tahan mental. Tambahan pula, jurulatih turut memastikan persekitaran latihan yang selamat dan kondusif. Keprihatinan terhadap kebajikan atlet, sama ada dari segi fizikal mahupun emosi, secara tidak langsung menyumbang kepada peningkatan motivasi dan prestasi mereka.

Kepentingan Penghargaan dan Pengiktirafan

Akhir sekali, dapatan kajian menunjukkan bahawa penghargaan dan pengiktirafan juga memainkan peranan penting dalam meningkatkan motivasi atlet. Walaupun motivasi intrinsik menjadi faktor utama, elemen luaran seperti pujian dan ganjaran tetap memberi kesan yang signifikan. Sebagai contoh, jurulatih menggunakan pujian sebagai satu bentuk pengukuhan positif untuk menghargai usaha atlet. Pujian ini bukan sahaja meningkatkan keyakinan individu, malah turut memberi inspirasi kepada rakan sepasukan yang lain. Selain itu, penghargaan dalam bentuk pengiktirafan rasmi atau majlis apresiasi juga dilihat mampu meningkatkan semangat atlet. Apabila usaha mereka dihargai, atlet akan berasa lebih dihormati dan dihargai, sekali gus meningkatkan rasa kepunyaan terhadap pasukan.

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan bahawa motivasi atlet bukanlah dipengaruhi oleh satu faktor sahaja, tetapi merupakan hasil gabungan pelbagai elemen. Dalam hal ini, motivasi intrinsik, atribusi dalaman, sokongan sosial, peranan jurulatih serta penghargaan saling melengkapi antara satu sama lain dalam membentuk satu persekitaran yang menyokong perkembangan atlet secara menyeluruh.

Perbincangan

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan bahawa motivasi atlet ragbi sekolah banyak dipengaruhi oleh cara mereka mentafsir kejayaan dan kegagalan yang dialami. Hal ini jelas selari dengan Teori Atribusi oleh Weiner (1986), di mana atlet dalam kajian ini cenderung mengaitkan kejayaan mereka dengan faktor dalaman seperti usaha, disiplin dan komitmen terhadap latihan. Apabila atlet melihat kejayaan sebagai hasil daripada usaha sendiri, mereka lebih terdorong untuk terus berusaha secara konsisten. Dalam masa yang sama, pendekatan atribusi ini juga membantu atlet mengurus kegagalan dengan lebih positif. Daripada melihat kegagalan sebagai sesuatu yang melemahkan semangat, mereka menganggapnya sebagai peluang untuk memperbaiki diri. Secara tidak langsung, cara berfikir seperti ini membantu mengekalkan motivasi dan mengelakkan atlet daripada mudah berputus asa.

Dapatan ini juga seiring dengan kajian-kajian lepas yang menunjukkan bahawa atribusi dalaman mempunyai hubungan yang kuat dengan motivasi intrinsik serta ketahanan mental atlet. Atlet yang mengamalkan pendekatan ini bukan sahaja lebih bermotivasi, malah lebih mampu menghadapi tekanan pertandingan dan cabaran semasa latihan. Tambahan pula, kecenderungan atlet untuk tidak menyalahkan faktor luaran seperti nasib atau pengadil menggambarkan tahap kematangan emosi yang baik serta keupayaan mengawal diri dalam situasi kompetitif. Di samping itu, dapatan kajian ini turut menyokong Teori Hierarki Keperluan Maslow (1970), khususnya dari aspek keperluan sosial dan penghargaan. Sokongan yang diterima daripada keluarga, jurulatih dan rakan sepasukan didapati memainkan peranan penting dalam membentuk persekitaran yang positif. Dalam hal ini, apabila atlet berasa dihargai, disokong dan diterima, keyakinan diri mereka akan meningkat dan seterusnya menyumbang kepada semangat berpasukan yang lebih kuat.

Seterusnya, keperluan penghargaan juga jelas memberi kesan terhadap motivasi atlet. Pujian, pengiktirafan dan ganjaran yang diberikan bukan sahaja meningkatkan keyakinan diri, malah menjadi dorongan tambahan untuk mereka terus berusaha. Walaupun motivasi intrinsik merupakan faktor utama, elemen luaran seperti penghargaan tetap penting sebagai pelengkap. Gabungan kedua-dua faktor ini akhirnya membantu mewujudkan motivasi yang lebih stabil dan berterusan.

Dalam pada itu, peranan jurulatih juga tidak boleh diketepikan. Jurulatih bukan sekadar menyampaikan ilmu teknikal, tetapi turut bertindak sebagai pembimbing dari segi psikologi. Dalam kajian ini, jurulatih dilihat menggunakan pendekatan refleksi sendiri untuk membantu atlet memahami kekuatan dan kelemahan mereka. Pendekatan ini secara tidak langsung menggalakkan atlet mengambil tanggungjawab terhadap prestasi masing-masing. Dapatan ini selari dengan kajian Appleton et al. (2020), Curran et al. (2021) dan Vella et al. (2023) yang menunjukkan bahawa pendekatan kejurulatihan yang menyokong autonomi, komunikasi positif dan pembangunan psikologi atlet mampu meningkatkan motivasi intrinsik serta komitmen atlet terhadap latihan. Dalam konteks kajian ini, jurulatih bukan sahaja berfungsi sebagai penyampai kemahiran teknikal, malah turut memainkan peranan sebagai pembimbing psikologi yang membantu atlet membina keyakinan diri, mengurus tekanan dan mengekalkan motivasi dalam

menghadapi cabaran latihan serta pertandingan. Keadaan ini menunjukkan bahawa keberkesanan kejurulatihan bukan hanya bergantung kepada aspek teknikal semata-mata, tetapi turut dipengaruhi oleh keupayaan jurulatih mewujudkan persekitaran yang menyokong perkembangan psikologi atlet.

Selain itu, jurulatih juga memainkan peranan penting dalam mewujudkan persekitaran latihan yang kondusif. Persekitaran ini bukan sahaja melibatkan aspek fizikal seperti kemudahan dan keselamatan, tetapi juga aspek psikologi seperti sokongan emosi dan komunikasi yang positif. Apabila kedua-dua aspek ini seimbang, atlet lebih mudah berkembang secara menyeluruh, sama ada dari segi fizikal, mental mahupun emosi. Lebih menarik lagi, pendekatan kejurulatihan yang menekankan sokongan, komunikasi terbuka dan penghargaan dilihat mampu mengeratkan hubungan antara jurulatih dan atlet. Hubungan yang positif ini seterusnya memberi kesan langsung kepada tahap motivasi dan komitmen atlet terhadap latihan dan pertandingan. Dalam erti kata lain, jurulatih memainkan peranan penting sebagai individu yang mampu mempengaruhi sikap dan tingkah laku atlet secara berterusan.

Akhirnya, dapat disimpulkan bahawa motivasi atlet bukanlah dipengaruhi oleh satu faktor sahaja, tetapi terbentuk melalui gabungan pelbagai elemen, sama ada dalaman mahupun luaran. Teori Atribusi dan Teori Hierarki Keperluan Maslow membantu menjelaskan bagaimana faktor-faktor ini saling berkait dalam membentuk motivasi atlet. Oleh itu, pendekatan yang mengambil kira kedua-dua aspek ini amat penting bagi memastikan atlet bukan sahaja mencapai prestasi yang baik, tetapi juga berkembang secara seimbang dalam konteks sukan sekolah.

Kesimpulan

Secara keseluruhannya, kajian ini berjaya mencapai objektif yang telah ditetapkan dengan mengenal pasti faktor-faktor utama yang mempengaruhi motivasi atlet ragbi sekolah serta menganalisis peranan jurulatih dalam mengekalkan motivasi tersebut. Dapatan kajian menunjukkan bahawa motivasi atlet tidak terbentuk secara tunggal, sebaliknya merupakan hasil interaksi kompleks antara faktor dalaman dan luaran. Antara faktor dalaman yang signifikan ialah atribusi terhadap kejayaan dan kegagalan, khususnya kecenderungan atlet untuk mengaitkan pencapaian mereka dengan usaha, disiplin dan komitmen diri. Faktor ini didapati memainkan peranan penting dalam membentuk motivasi intrinsik yang stabil dan berterusan.

Selain itu, faktor luaran seperti sokongan sosial daripada keluarga, rakan sepasukan dan jurulatih turut memberikan impak yang besar terhadap tahap motivasi atlet. Sokongan ini bukan sahaja membantu meningkatkan keyakinan diri, malah turut membentuk persekitaran yang kondusif untuk perkembangan psikologi dan emosi atlet. Dalam konteks ini, peranan jurulatih didapati amat signifikan sebagai agen pemangkin motivasi, bukan sahaja dari aspek teknikal tetapi juga dari sudut sokongan psikologi dan pembangunan sahsiah atlet.

Dapatan kajian ini juga mengesahkan kerelevanan Teori Atribusi dan Teori Hierarki Keperluan Maslow dalam menjelaskan fenomena motivasi dalam sukan. Teori Atribusi membantu memahami bagaimana tafsiran atlet terhadap kejayaan dan kegagalan mempengaruhi tahap motivasi mereka, manakala Teori Maslow pula menjelaskan kepentingan pemenuhan keperluan asas, sosial dan penghargaan dalam mencapai tahap motivasi yang optimum. Integrasi kedua-dua teori ini memberikan kerangka konseptual yang kukuh dalam memahami dinamika motivasi atlet secara menyeluruh.

Berdasarkan dapatan kajian, beberapa implikasi praktikal dapat diketengahkan. Pertama, jurulatih disarankan untuk menekankan pembentukan atribusi positif dalam kalangan atlet, khususnya dengan menggalakkan mereka mengaitkan kejayaan dan kegagalan dengan faktor yang boleh dikawal seperti usaha dan strategi latihan. Pendekatan ini dapat membantu meningkatkan rasa tanggungjawab dan keyakinan diri atlet, sekali gus mengekalkan motivasi dalam jangka masa panjang. Kedua, persekitaran sokongan yang melibatkan keluarga, rakan sepasukan dan pihak pengurusan sukan perlu diperkukuh bagi memastikan keperluan sosial dan emosi atlet sentiasa dipenuhi. Sokongan yang berterusan ini penting dalam membantu atlet menghadapi tekanan serta cabaran dalam latihan dan pertandingan. Ketiga, pendekatan psikologi dalam kejurulatihan perlu diintegrasikan secara lebih sistematik dalam program latihan sukan. Jurulatih perlu dilengkapi dengan kemahiran asas dalam psikologi sukan bagi membolehkan mereka memahami keperluan individu atlet dan seterusnya merancang strategi motivasi yang lebih berkesan.

Walaupun kajian ini memberikan sumbangan yang signifikan dalam memahami motivasi atlet di peringkat sekolah, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diambil kira. Antaranya ialah saiz sampel yang kecil dan skop kajian yang terhad kepada satu jenis sukan dan satu lokasi sahaja. Oleh itu, kajian lanjutan disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar serta merangkumi pelbagai jenis sukan dan latar belakang atlet bagi meningkatkan kebolehgunaan dapatan kajian. Kesimpulannya, motivasi atlet merupakan aspek yang kompleks dan memerlukan pendekatan yang holistik dalam usaha untuk memupuk dan mengekalkannya. Gabungan antara faktor dalaman, sokongan sosial dan peranan jurulatih perlu diberi perhatian serius dalam pembangunan atlet, khususnya di peringkat sekolah. Dengan pendekatan yang sistematik dan berasaskan teori, pembangunan atlet yang seimbang dari segi fizikal dan psikologi dapat direalisasikan dengan lebih berkesan.

Penghargaan

Setinggi-tinggi penghargaan kepada Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia serta SMK Telok Mas Melaka atas sokongan dalam pelaksanaan kajian ini. Penghargaan turut diberikan kepada semua responden atas kerjasama yang diberikan.

Rujukan

- Amorose, A. J., & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determined motivation in high school athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 654–670. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.003>
- Appleton, P. R., Ntoumanis, N., Quested, E., Viladrich, C., & Duda, J. L. (2020). Initial validation of the coach-created empowering and disempowering motivational climate questionnaire. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 15(3), 1–14.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brown, H. D. (2007). *Principles of language learning and teaching*. Pearson Education.
- Castleberry, A., & Nolen, A. (2018). Thematic analysis of qualitative research data. *Currents in Pharmacy Teaching and Learning*, 10(6), 807–815. <https://doi.org/10.1016/j.cptl.2018.03.019>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Curran, T., Hill, A. P., Hall, H. K., & Jowett, G. E. (2021). Relationships between coach behaviours and athlete motivation: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 51(8), 1633–1652. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01462-7>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dweck, C. S. (2006). *Mindset: The new psychology of success*. Random House.
- Gledhill, A., Harwood, C., & Forsdyke, D. (2023). Psychological factors influencing talent development in adolescent athletes: A qualitative investigation. *Psychology of Sport and Exercise*, 65, 102353. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102353>
- Gould, D., & Weinberg, R. S. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology* (6th ed.). Human Kinetics.
- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2007). *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport*. Human Kinetics.
- Jasmi, K. A. (2012). *Metodologi pengumpulan data dalam penyelidikan kualitatif*. Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.
- Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., & Lavalley, D. (2014). A qualitative investigation of the motivational climate in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 97–107. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.10.003>
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883–904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). Harper & Row.
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4th ed.). SAGE Publications.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25(4), 279–306. <https://doi.org/10.1023/A:1014805132406>
- Roberts, G. C. (2012). *Advances in motivation in sport and exercise* (3rd ed.). Human Kinetics.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.
- Teques, P., Serpa, S., Rosado, A., Silva, C., & Calmeiro, L. (2021). Parental involvement, motivation, and enjoyment in youth sports: A systematic review. *Frontiers in Psychology, 12*, 631204. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.631204>
- UNESCO. (2018). *Education and literacy baseline study*. UNESCO Publishing.
- Vallerand, R. J. (2007). *Intrinsic and extrinsic motivation in sport and physical activity*. Human Kinetics.
- Vella, S. A., Swann, C., Allen, M. S., Schweickle, M. J., & Magee, C. A. (2023). Coach leadership, athlete motivation, and well-being in youth sport: A longitudinal study. *Journal of Sports Sciences, 41*(5), 487–497. <https://doi.org/10.1080/02640414.2022.2158743>
- Weiner, B. (1986). *An attributional theory of motivation and emotion*. Springer.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.