

Kesejahteraan psikologi dalam kalangan atlet sukan di Institusi Pengajian Tinggi

ABSTRACT

Kajian ini dijalankan bertujuan untuk melihat kesejahteraan psikologi dalam kalangan atlet sukan di Institusi Pengajian Tinggi di Malaysia. Seramai 113 responden terlibat dalam kajian ini dengan menggunakan instrumen Motivated Strategies for Learning Questionnaire (MSLQ), Depression, Anxiety and Stress Scale-21 (DASS-21), Brief Resilient Coping Scale (BRCS) dan Ryff's Psychological Well-Being Scale (RPWS). Kajian mendapati bahawa stres dan motivasi mempengaruhi kesejahteraan psikologi para atlet. Selain itu, dapatan kajian mendapati bahawa terdapat hubungan antara stres dan daya tahan dalam menangani permasalahan yang berkaitan dengan psikologi dalam kalangan atlet. Dapatan kajian juga mendapati bahawa daya tahan berperanan sebagai moderator di antara stres dan kesejahteraan psikologi dalam kalangan atlet sukan di Institusi Pengajian Tinggi di Malaysia. Dapatan kajian ini penting untuk pihak Pengurusan Institusi Pengajian Tinggi agar memfokuskan kepada faktor psikologi untuk mengetahui tahap kesejahteraan psikologi para atlet dan juga punca stres serta tahap motivasi mereka agar mereka dapat berjaya dalam sukan dan juga pelajaran mereka.