Penilaian psikologi profiling di antara penglibatan belia lelaki dan wanita dalam sukan taekwondo di Kota Kinabalu

Abstract

Tujuan kajian ini adalah untuk mengkaji penilaian psikologi profiling dari segi perkembangan kemahiran-kemahiran mental (kemahiran asas, kemahiran psiko-somatik dan kemahiran kognitif) ke atas para atlet belia lelaki dan wanita yang menyertai sukan taekwondo. Seramai 43 atlet belia yang menyertai sukan taekwondo dalam 3rd Asian University Malaysia Championship dijadikan sebagai responden. Alat kajian yang digunakan untuk mengukur kemahiran-kemahiran mental adalah Ottawa Mental Skills Assessment Tool-3 (OMSAT-3). Alat kajian ini mengukur kemahiran-kemahiran mental dalam tiga kategori iaitu kemahiran asas, kemahiran psiko-somatik dan kemahiran kognitif. Hasil kajian menunjukkan peserta wanita cenderung mempunyai kemahiran psikosomatik dari segi kawalan ketakutan, manakala atlet lelaki cenderung dalam kemahiran asas. Ini bermakna, sukan taekwondo membantu dalam meningkatkan kemahiran-kemahiran mental terutama belia wanita dalam pembentukan kemahiran psiko-somatik iaitu pengawalan dari segi ketakutan dan tekanan. Penglibatan dalam sukan taekwondo juga membantu dalam pembentukan kemahiran kognitif para belia wanita dalam membuat perancangan dan lebih fokus dalam menghadapi situasi yang mencabar