

Sokongan sosial, kekuatan dalaman dan ketahanan diri pelajar berbakat sukan semasa pandemik COVID-19: Suatu kajian tinjauan di Malaysia

by Tuan Zahrah Tuan Mat

Submission date: 05-Jan-2023 02:23PM (UTC+0800)

Submission ID: 1988753735

File name: semasa_pandemik_COVID-19-_Suatu_kajian_tinjauan_di_Malaysia.docx (104.84K)

Word count: 4175

Character count: 27512

Ulasan Artikel

Sokongan sosial, kekuatan dalaman dan ketahanan diri pelajar berbakat sukan semasa pandemik COVID-19: Suatu kajian tinjauan di Malaysia

Tuan Zahrah Tuan Mat ^{1*}, Aliza Alias ², Manisah Mohd. Ali ³, Khairul Farhah Khairuddin ⁴

^{1,2,3,4} Pusat Kajian Pendidikan dan Kesejahteraan Komuniti, Fakulti Pendidikan, Universiti Kebangsaan Malaysia, 43600 Bangi, Selangor, Malaysia

*Pengarang Koresponden: tuanzahrah@gmail.com

Abstrak: Ketahanan diri seseorang pelajar berbakat sukan boleh dikaitkan dengan peranan persekitaran terhadap dirinya serta keupayaan dalam diri. Dalam konteks situasi semasa seperti pandemik COVID-19, ketahanan diri menjadi semakin penting dan bertindak sebagai faktor pelindung daripada risiko kegagalan pengembangan bakat. Namun, ketahanan diri tidak wujud dengan sendiri dan perlu kepada sumbangan pelbagai faktor. Sehingga kini, kajian terhadap faktor yang menyumbang kepada ketahanan diri yang kukuh terutama semasa menghadapi pandemik COVID-19 masih menjadi topik utama penyelidikan. Justeru, artikel ini bertujuan untuk meninjau impak sokongan sosial dan kekuatan dalaman terhadap ketahanan diri pelajar berbakat sukan di Malaysia semasa penularan wabak COVID-19. Kajian ini melibatkan pengumpulan data sekunder dan analisis kandungan. Hasil kajian mendapati bahawa terdapat dua faktor utama yang menyumbang kepada ketahanan diri pelajar berbakat sukan semasa pandemik COVID-19 iaitu faktor sokongan sosial di persekitaran seperti keluarga, rakan-rakan dan jurulatih, serta faktor kekuatan dalaman seperti kemahiran menyelesaikan masalah, kesedaran sendiri dan efikasi sendiri. Kajian ini dirujuk penting dalam memberi gambaran berkenaan isu ketahanan diri yang berlaku dalam situasi semasa seperti pandemik COVID-19 yang boleh menjejaskan pengembangan bakat sukan khususnya di Malaysia.

Kata kunci: Ketahanan diri, sokongan sosial, kekuatan dalaman, peranan persekitaran, faktor pelindung, pelajar berbakat sukan

Abstract: The resilience of a talented sports student can be linked to the role of environment towards him as well as inner abilities. In the context of current situations such as the COVID-19 pandemic, resilience becomes increasingly important and acts as a protective factor against the risk of talent development failure. Nonetheless, resilience does not exist on its own and needs the contribution of various factors. Till date, research on contributing factors of resilience including during the COVID-19 pandemic are still explored. Thus, this paper aims to review the impact of resilience during COVID-19 pandemic in terms of contributing factors. The study involved secondary data collection and content analysis. This study found that there are two main factors that contribute to talented sports student resilience, namely social support (family, friends and coaches), as well as

internal strength (problem solving skills, self-awareness and self-efficacy). This study is important in providing an overview of the issue of resilience that occurs in current situations such as the COVID-19 pandemic that can affect the development of sports talent, especially in Malaysia.

Keywords: Resilience, social support, internal strength, environment roles, protective factors, sports talented student's

Pendahuluan

Virus SARS-CoV-2 atau *Coronavirus* 2019 (COVID-19) menjadi isu kesihatan global bagi virus pernafasan paling serius selepas pandemik influenza H1N1 1918 (Casadevall & Pirofski 2020). *World Health Organization* (WHO) telah mewartakan penyakit respiratori ini sebagai wabak dan pandemik yang berisiko tinggi pada 11 Mac 2020. Ini kerana lebih daripada 118,000 kes positif telah dicatatkan di seluruh dunia, dengan angka kematian melebihi 4,291 orang serta melibatkan keseluruhan 114 buah negara dalam masa yang pantas dan keluasan yang berkembang (WHO 2020).

Penularan wabak COVID-19 telah menyebabkan populasi sekolah dan institusi pendidikan terjejas. *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO 2020) menganggarkan lebih daripada 82% populasi sekolah mendapat kesan secara langsung akibat daripada pandemik COVID-19. Ini menyebabkan penutupan sekolah berlaku secara mendadak melibatkan kelompok pelajar di seluruh dunia dengan lebih daripada 151 negara terkesan dengan wabak COVID-19. Individu berbakat sukan merupakan antara populasi yang terjejas dan menerima kesan daripada penyebaran virus COVID-19. Ini kerana rutin latihan sukan secara fizikal bagi individu berbakat sukan berubah secara drastik semenjak pandemik ini menular di seluruh dunia (Habe et al. 2021; Pillay et al. 2020), termasuk Malaysia.

Ketahanan diri yang kukuh sangat diperlukan oleh individu berbakat sukan semasa menghadapi tekanan yang tinggi ini agar berupaya untuk bangkit semula dan mudah melakukan penyesuaian dengan keadaan. Apabila pandemik COVID-19 melanda seluruh dunia pada awal tahun 2020 dengan keluasan yang berkembang dan sukar dikawal (WHO 2020; Willingham 2020; Chen 2021), serta jangkaan tempoh berakhir yang masih tidak pasti (Vaishnav et al. 2020) keperluan terhadap ketahanan diri ini dilihat makin ketara. Banyak kajian lepas di luar negara mengkaji isu ini dalam kalangan individu berbakat sukan. Sebagai contoh, Rasmussen & Ydesen (2019) menyatakan kesan akibat peristiwa negatif atau fenomena seperti pandemik COVID-19 membebankan individu berbakat kerana desakan pengembangan bakat masih perlu dipenuhi. Gonzales-Hernandez et al. (2021) seterusnya mencadangkan faktor sokongan sosial dan kekuatan dalaman yang boleh mempengaruhi kemampuan individu berbakat sukan dalam berdaya tahan semasa pandemik COVID-19 perlu diberi perhatian. Justeru, melalui kelompangan, saranan dan cadangan tersebut, kajian ini bertujuan untuk mengkaji impak pandemik COVID-19 terhadap isu ketahanan diri pelajar berbakat sukan yang berlaku di Malaysia dari sudut faktor sokongan sosial dan kekuatan dalaman dalam menangani isu ini.

Kajian Literatur

Daya tahan atau ketahanan diri seseorang individu adalah berbeza antara satu sama lain. Hal ini diumpamakan seperti dua orang individu mempunyai penerimaan yang berbeza terhadap situasi yang sama seperti menghadapi sesuatu cabaran dengan tabah hati dan sabar, atau sebaliknya menghadapi cabaran dengan penyesalan, tekanan dan tindakan yang boleh mencederakan diri sendiri (Rutter 2012; Wang et al. 2015).

Begitu juga dalam aspek mendapatkan kualiti hidup yang tinggi dan berkualiti (Atkinson & Martin 2019; Christmas 2019) dengan mengambil kira pelbagai faktor termasuklah menitikberatkan ketahanan diri. Oleh itu konsep ketahanan diri sangat wajar ditekankan dalam kehidupan seseorang kerana tanpa ketahanan diri yang kukuh, seseorang individu tidak mampu memiliki kualiti hidup yang baik dan menghadapi cabaran kehidupan dengan rasional.

Konsep ketahanan diri dalam meningkatkan tingkah laku penyesuaian diri individu telah menjadi topik penting sejak empat dekad yang lalu. Rutter (1979), Garmezy (1987) dan Richardson et al. (1990) menyatakan bahawa konsep ketahanan diri mempunyai perkaitan dengan proses mengatasi peristiwa kehidupan yang mengganggu melalui perlindungan tertentu sebelum gangguan terjadi. Sebaliknya, apabila gangguan berkenaan telah pun berlaku samada melalui cabaran pengembangan bakat dan pengalaman baharu seperti pandemik COVID-19, seseorang individu yang berdaya tahan dipercayai mungkin mengalami perubahan sementara seperti merasakan keraguan peribadi dan mengalami ketidakteraturan. Bagaimanapun, individu ini dipercayai mampu menggunakan kemahiran integratif semula dan bertindak untuk belajar, mengembangkan kemahiran baharu dan menangani cabaran dalam kehidupan dengan berkesan.

Pembentukan ketahanan diri merupakan proses interaksi yang sistematik antara seseorang individu dengan persekitarannya. Ketahanan diri yang kukuh merupakan integrasi pelbagai faktor pelindung yang menyebabkan berlakunya penyesuaian yang positif terhadap diri seseorang individu (Richardson et al. 1990). Interaksi yang positif menyebabkan seseorang individu mampu bertahan, kompeten dan berfungsi dengan sempurna walaupun dilanda ancaman serta tekanan dalam hidup. Malah dalam konteks pandemik COVID-19 yang masih menunjukkan peningkatan angka jangkitan yang tinggi, ketahanan diri secara spesifik dilihat sebagai proses dan kejayaan mengharungi kehidupan walaupun menghadapi cabaran dan pelbagai bebanan (Prime et al. 2020; Killgore et al. 2020). Penyelidikan dalam ketahanan diri seterusnya memberikan maklumat yang berpotensi untuk meningkatkan psikologi, sosial dan emosi secara signifikan terutama terhadap golongan muda seperti pelajar berbakat sukan. Ini kerana kesan ketahanan diri yang menyebabkan perubahan positif terhadap seseorang individu yang diterima seawal mungkin bukan sahaja mempengaruhi ketahanan diri semasa, malah mempengaruhi fungsi mereka sehingga dewasa.

Ketahanan Diri Pelajar Berbakat Sukan

Sarjana seperti Richardson (1990, 2002), Garmezy (1991a, 1991b), Masten (2001, 2014), Rutter (1979, 1985, 2006) dan Werner (1982) telah mengkaji mengenai ketahanan diri lebih empat dekad yang lalu. Bagaimanapun kajian ini lebih berfokuskan populasi kanak-kanak dan remaja bermasalah melibatkan bidang sosiologi, psikologi dan perubatan. Kajian yang melibatkan individu berbakat dengan mengambil kira aspek teori pintar dan berbakat, terutamanya bakat sukan masih kurang. Kajian melibatkan ketahanan diri pelajar pintar dan berbakat yang sedia ada lebih berfokus kepada bakat akademik (Alexopoulou et al. 2019; Kim 2015).

Menurut Hill & Curran (2016), Neihart et al. (2016), Rees et al. (2016) dan Simonton (2019), kajian melibatkan pelajar berbakat dalam pelbagai domain dan aspek adalah perlu. Ini kerana terdapat perbezaan ciri-ciri tertentu dan interaksi yang kompleks antara setiap domain bakat yang terangkum di bawah pendidikan berbakat. Sebagai contoh, pelajar berbakat akademik berbeza dengan pelajar berbakat sukan atas kapasiti kognitif dan fizikal. Pengkaji seperti Worrell et al. (2018) menyatakan antara ciri pelajar berbakat ialah mempunyai prestasi yang lebih unggul berbanding rakan sebaya mereka dalam domain tertentu, samada dalam akademik atau bukan akademik. Hal ini menunjukkan wujudnya domain yang berbeza dalam kalangan individu

berbakat, dengan ciri-ciri yang spesifik. Begitupun, Hill et al. (2016) berpendapat pencapaian cemerlang individu berbakat dalam mana-mana domain adalah tidak linear dan mengalami naik turun. Maka kemampuan untuk berdaya tahan merupakan antara ciri yang perlu dimiliki pelajar berbakat agar golongan ini berupaya untuk mengawal diri sehingga berjaya.

Pengkaji dan sarjana dalam pendidikan berbakat seperti Gagne (2004, 2008) dan Piirto (1999, 2019) turut menyenaraikan keperluan ketahanan diri dalam kalangan individu berbakat. Menurut pengkaji ini, kekuatan faktor ketahanan diri boleh meningkatkan keupayaan prestasi pencapaian individu berbakat. Sebaliknya, ketidakupayaan dalam berdaya tahan semasa mengembangkan bakat semulajadi kepada kemahiran dan kepintaran boleh menyebabkan bakat mereka berakhir dengan sia-sia termasuklah semasa berhadapan dengan pandemik COVID-19. Hal ini disebabkan sejak dahulu lagi telah diketahui pelbagai cabaran perlu dilalui oleh individu berbakat semasa proses pengembangan bakat (Kitano & Lewis 2005; McCoach & Siegle 2003; Buletin Mutiara 2020). Justeru, pengetahuan tentang ketahanan diri perlu diketahui dan dipelajari oleh golongan ini seawal yang mungkin apatah lagi dalam konteks kajian di Malaysia, dan spesifik dalam bakat sukan.

Individu berbakat sukan perlu lebih berprestasi tinggi berbanding rakan-rakan normal mereka yang lain semasa peringkat umur kanak-kanak, remaja maupun dewasa. Desakan atau keperluan terhadap perkara ini memberi tekanan terhadap mereka (Pfeiffer & Stocking 2000; BERNAMA 2017, 2021; Utusan Borneo 2021). Sebagai contoh, individu berbakat sukan kerap kali diharapkan dapat memenangi pertandingan yang disertai (Rasmussen & Ydesen 2019; Qasim et al. 2020; The Malaysian Insight 2021) sehingga kayu ukur pencapaian mereka adalah berdasarkan bilangan emas yang diperolehi. Pengharapan yang diletakkan oleh pihak sekolah, jurulatih dan ibu bapa ini memberi kesan terhadap psikologi mereka. Perasaan tertekan wujud kerana mereka bimbang tidak dapat memenuhi permintaan dan harapan oleh individu di persekitaran (Eun et al. 2017; Yup & Jorm 2015).

Kemampuan untuk menguruskan tekanan merupakan asas untuk kecemerlangan dalam domain sukan. Selain keupayaan untuk menghadapi tekanan seperti dilalui mereka semasa pandemik COVID-19, pembinaan ketahanan psikologi positif secara sistematik bagi meningkatkan prestasi individu berbakat sukan adalah penting (Atkinson & Martin 2019; Beable et al. 2017; Fletcher & Sarkar 2012, 2016). Melalui ketahanan diri yang kukuh, individu berbakat ini dapat menyeimbangkan perasaan mereka secara neutral dan berusaha sebaik mungkin dalam memenuhi harapan dan masa depan.

Kajian Ketahanan Diri di Malaysia

Kajian yang melibatkan ketahanan diri individu berbakat kebanyakannya dilihat dari konteks dapatan negara barat seperti Amerika Syarikat dan Eropah. Menurut Rasmussen & Ydesen (2019), kajian daripada persekitaran yang berbeza dikatakan memberi implikasi yang turut berbeza terhadap individu berbakat. Ini kerana setiap negara mempunyai persekitaran budaya dan sosial yang berbeza. Sebagai contoh, kajian Harkness & Super (2012), Masten (2014) dan Ungar (2015) mendapati persekitaran negara barat lebih berorientasikan individu berbanding benua lain di dunia yang berorientasikan kolektif. Oleh itu, kajian ketahanan diri individu berbakat sukan yang dilihat dalam konteks Malaysia yang disifatkan *collectivistic cultures* mampu menyumbang kepada merapatkan jurang pengetahuan.

Kajian ketahanan diri yang melibatkan pelajar berbakat sukan di persekitaran Malaysia secara khususnya masih kurang. Kajian sedia ada kebanyakannya berfokuskan pelajar berbakat akademik dalam isu sosial dan emosi (Abu Yazid & Zulkarnain 2018; Noriah & Abu Yazid 2014), isu keinginsempurnaan (Zainon

et al. 2014), isu kepimpinan (Abu Yazid & Noriah 2018; Rorlinda et al. 2019) dan isu personaliti terhadap pembinaan karier (Mohd Hakimie et al. 2018; Rorlinda et al. 2020). Kajian berfokuskan kepada pelajar berbakat sukan tidak dinyatakan secara spesifik. Kajian Deen et al. (2017) hanya menyebut tentang terapi emosi melalui lima sesi kaunseling melibatkan lima orang pemain elit squasy Institut Sukan Negara Malaysia, dan kajian Gucciardi et al. (2016) menyatakan kepentingan kekuatan mental dalam prestasi sukan melibatkan silang budaya yang berbeza.

Hanizah & Mohd Sofian (2003) menyatakan secara umum penyelesaian masalah, kawalan perasaan dan cabaran dilalui atlet remaja wajar dilakukan melalui pendekatan psikologi. Individu berbakat sukan seperti atlet remaja cenderung mengalami pelbagai isu psikologi seperti tekanan dan kebimbangan. Salah tafsir dan sikap sambil lewa terhadap isu sebegini boleh memberi kesan terhadap pengembangan bakat dan pembinaan karier di masa hadapan. Zulfaizan et al. (2018) melaporkan terdapat individu berbakat sukan yang mengakhiri bakat dan karier sukan mereka menjadi nelayan, juruwang, operator kilang, pemandu lori dan anggota badan beruniform disebabkan pelbagai faktor. Laporan Firdaus et al. (2018) turut menyatakan terdapat pelajar sukan yang gagal mengembangkan bakat dan potensi mereka dalam domain sukan. Hal ini menunjukkan pembinaan karier dan pengembangan bakat golongan ini bukanlah mudah, dan perlu dari peringkat akar umbi (BERNAMA 2021; Shahrizal 2021). Pada akhirnya menunjukkan perkaitannya dengan konsep ketahanan diri yang kukuh. Interaksi antara faktor yang menyumbang kepada ketahanan diri ini juga perlu difahami kerana konsep ketahanan diri yang kompleks tidak berdiri dengan sendiri.

Ketahanan Diri semasa Pandemik COVID-19

Kesukaran dan cabaran semasa berhadapan dengan pandemik COVID-19 menyebabkan keperluan berdaya tahan menjadi lebih penting dalam kalangan individu berbakat. Ini selaras dengan teori ketahanan yang menyatakan ketahanan diri merupakan faktor penting yang perlu dikukuhkan sebelum seseorang individu berjaya mengharungi sesuatu cabaran dan mencapai kejayaan. Mengatasi ketidakupayaan diri dan kekangan persekitaran juga merupakan kejayaan bagi individu berbakat dalam pelbagai domain (Pfeiffer & Shaughnessy 2020; Pfeiffer 2020). Hal ini kerana pandemik COVID-19 menyebabkan pelbagai kekangan persekitaran berlaku terhadap individu berbakat sukan, seperti rutin latihan sukan yang berubah secara total.

Selain itu, pelbagai prosedur operasi standard atau SOP perlu dipatuhi oleh golongan ini (MalayMail 2020). Banyak pertandingan yang dijadualkan untuk mereka turut dibatalkan (Samuel et al. 2020), atau ditangguhkan tanpa tarikh yang pasti (The Guardian 2021; Caldwell 2021). Malah pada individu yang dijangkiti dan positif COVID-19, gangguan emosi dan tekanan lebih dirasai (Petzold et al. 2020). Terdapat juga kes jangkitan yang memberi kesan terhadap paru-paru dan pernafasan bagi kes yang lebih serius sehingga menjejaskan keupayaan fizikal dan membawa maut (Synowiec et al. 2021). Secara keseluruhannya pandemik COVID-19 membebankan individu berbakat kerana keperluan untuk pengembangan bakat dan desakan untuk berjaya dalam domain masing-masing termasuk sukan, masih perlu dipenuhi (Ajitpal 2021; Garcia-Hodges 2020; Rasmussen & Ydesen 2019). Justeru, implementasi konsep ketahanan diri pada dasarnya boleh membantu individu berbakat untuk lebih bersikap rasional dan tabah dalam konteks penularan virus COVID-19 yang tidak terkawal.

Clemente-Suarez et al. (2021) turut melaporkan individu berbakat sukan yang terjejas di sebabkan oleh pandemik ini makin bertambah. Keadaan ini lebih kritikal kerana penutupan sekolah yang tidak menentu dan pembatalan aktiviti sukan serta pelbagai pertandingan. Individu yang lebih terkesan adalah dalam kalangan perempuan, peserta sukan berpasukan dan atlet dari status sosio-ekonomi (SES) yang rendah. Keadaan yang

memerlukan kawalan pergerakan di rumah, dan faktor SES menyebabkan penurunan aktiviti fizikal yang tidak teratur. Dalam masa yang sama, jenis sukan berpasukan yang memerlukan kerjasama antara seseorang ahli kumpulan dengan ahli kumpulan yang lain menyebabkan atlet berputus asa untuk terus berlatih. Oleh itu, tanpa ketahanan diri yang kukuh semasa pandemik COVID-19 boleh menyebabkan peningkatan gejala kesihatan mental seperti kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan individu berbakat sukan.

Menurut Prime et al. (2020) dan Walsh (2020) bukan sahaja seseorang individu secara tunggal perlu berdaya tahan, malah keluarga juga perlu berdaya tahan semasa penularan wabak COVID-19. Semua struktur dalam ahli keluarga perlu berfungsi dan saling menyokong antara satu sama lain agar kesejahteraan dan ketahanan seisi keluarga dapat dicapai dalam pelbagai keadaan, dan bagi mengelakkan faktor risiko (Benzies & Mychasiuk 2009; Masten & Monn 2015; Renati et al. 2016; Weisholtz 2020). Ini kerana banyak aspek akan terjejas bukan sahaja dalam pelbagai keadaan mencabar yang lain, malah semasa berlakunya penularan virus COVID-19 yang teruk. Antaranya ialah aspek gangguan emosi dan sosial, bebanan kewangan serta perasaan tidak selamat (*insecure*). Justeru, tanpa peranan pelbagai pihak terutamanya ahli keluarga boleh menyebabkan gejala kesihatan mental sukar dikawal.

Pengkaji seperti Kegelaers et al. (2020) dan Kegelaers & Wylleman (2019) telah melihat perkaitan antara ketahanan diri dan kesejahteraan dalaman, iaitu samada sedar atau tidak kekuatan dalaman memainkan peranan yang sangat penting terhadap seseorang individu termasuklah individu berbakat sukan. Ketahanan diri adalah proses yang kompleks dan banyak pemboleh ubah yang perlu mendasari kewujudan ketahanan diri dalam diri seseorang individu seperti atlet (Hill et al. 2018). Sokongan di persekitaran dan kekuatan dalaman antara pemboleh ubah yang mampu mendorong sifat ketahanan diri yang kukuh dalam kalangan individu berbakat sukan ini.

1 Metodologi Kajian

Kajian ini melibatkan kaedah pengumpulan data sekunder dengan menggunakan artikel-artikel akademik, akhbar-akhbar tempatan dan luar negara dalam talian, dan dokumen-dokumen dari laman sesawang rasmi pertubuhan kerajaan, pertubuhan bukan kerajaan (NGO) dan lain-lain organisasi. Pangkalan data seperti Google, Google Scholar, Researchgate, MyCite, Web of Science (Wos) dan SCOPUS digunakan untuk mendapatkan artikel-artikel, akhbar-akhbar, dan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan konteks kajian ini. Kata kunci seperti “ketahanan diri” / “resilience”, “sokongan sosial” / “social support”, “kekuatan dalaman” / “internal strength”, “COVID-19”, dan “pelajar berbakat sukan” / “sports talented student” / “atlet” / “athlete” digunakan sepanjang proses pencarian dan pengumpulan data sekunder. Akhbar-akhbar dan dokumen-dokumen dalam talian yang digunakan adalah ditapis dari tahun 2017 hingga 2021. Berita-berita tempatan dalam talian yang digunakan adalah melalui sumber seperti New Straits Times, BERNAMA, Astro Awani, Utusan Borneo, Buletin Mutiara, MalayMail, myMetro, Berita Harian, Sinar Harian dan The Malaysian Insight. Manakala akhbar-akhbar luar negara dalam talian yang digunakan pula adalah seperti CBS News, CNN International, NBC News, The Guardian dan Today.com. Selain itu, dokumen-dokumen rasmi daripada organisasi kerajaan yang digunakan adalah seperti Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), Majlis Keselamatan negara (MKN) dan Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM). Manakala dokumen atau kenyataan rasmi daripada NGO yang digunakan adalah seperti daripada laman sesawang dan Facebook Majlis Belia Malaysia, Persatuan Badminton Malaysia dan Persatuan Bola Sepak Malaysia (FAM). Begitu juga dengan dokumen-dokumen daripada lain-lain organisasi yang digunakan seperti United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization dan World Health Organization. Analisis kandungan diaplikasikan dalam kajian

ini dan huraian data dilakukan secara deskriptif berdasarkan tema-tema yang telah dikenal pasti melalui tinjauan data-data sekunder yang diperolehi.

Dapatan Kajian

Faktor penyumbang sokongan sosial terhadap ketahanan diri individu berbakat sukan semasa pandemik COVID-19

a. Sokongan keluarga

Seperti yang dilaporkan dalam New Straits Times dan Harian Metro, apabila pandemik COVID-19 mula melanda Asia dan seluruh dunia, pelbagai isu melibatkan individu berbakat sukan di Malaysia turut dilihat semakin memuncak. Kemelut seperti kurangnya sokongan di persekitaran memberi kesan terhadap perkembangan bakat individu sukan serta menyumbang kepada daya tahan yang maladaptif. Prime, Browne dan Wade (2020) dan Masten (2021) menyatakan sokongan sosial dalam persekitaran tidak dapat diberikan apabila persekitaran itu sendiri tidak berdaya tahan semasa pandemik COVID-19, terutama persekitaran keluarga. Kajian mereka mendapati banyak keluarga yang terjejas disebabkan oleh penularan wabak COVID-19 sehingga menyebabkan keluarga, terutama ibu bapa tidak mampu memberi sokongan dan pertolongan. Penularan virus COVID-19 bukan sahaja menyebabkan gangguan psikologi kepada individu yang terlibat, malah keluarga dan masyarakat keseluruhannya berada dalam suasana yang berubah secara total dengan pelbagai ancaman (Usher, Bhullar, Durkin, Gyamfi & Jackson 2020; Xie, Xue, Zhou, Zhu, Liu, Zhang & Song 2020).

b. Sokongan rakan-rakan

Bermula dengan perintah berkurung pada Mac 2020, pelbagai fasa demi fasa pelaksanaan perintah kawalan pergerakan (PKP) telah dilaksanakan. Rutin harian individu berbakat sukan turut berubah (Pillay et al. 2020). Selain itu, SOP makin diperketatkan dan pelbagai pertandingan dibatalkan yang menyebabkan pelbagai isu kesihatan mental dan gangguan psikologi berlaku dalam kalangan mereka (Samuel et al. 2020; Xie et al. 2020). Keadaan pandemik sebegini yang tidak pernah berlaku dalam kalangan atlet muda menyebabkan sokongan sosial sangat kritikal (Graupensperger, Benson, Kilmer & Evans 2020; Masten 2020; Reverberi et al. 2020). Atlet yang mendapat lebih banyak sokongan sosial dan lebih banyak hubungan dengan rakan sepasukan dilaporkan lebih berupaya mengekalkan identiti atlet. Sebaliknya pelajar berbakat sukan atau atlet murid yang terjejas dengan penularan virus COVID-19 dan tanpa sokongan sosial, telah menyebabkan perasaan terasing wujud dalam diri mereka, terhenti penglibatan dalam aktiviti sukan serta hilang identiti sebagai atlet.

c. Sokongan jurulatih

Pengaruh dan sokongan jurulatih juga dilihat menjadi faktor penyumbang kepada ketahanan diri dalam kalangan individu berbakat sukan ketika pandemik COVID-19. Menurut Reverberi et al. (2020), terdapat bukti yang menunjukkan sistem sokongan sosial dan perhubungan yang kukuh daripada persekitaran seperti jurulatih sangat penting dalam memberi galakan, motivasi dan solusi dalam pelbagai cabaran. Semakin tinggi tahap hubungan individu berbakat sukan dengan persekitarannya, semakin baik kesejahteraan psikologi individu berbakat sukan. Seterusnya melalui kesejahteraan psikologi yang seimbang akan menyebabkan golongan ini tetap bertabah dalam meneruskan usaha pengembangan bakat sukan walaupun menghadapi pelbagai cabaran kesan penularan wabak COVID-19. Ini kerana walaupun pembatalan atau penangguhan acara sukan merupakan usaha untuk menjaga kesihatan atlet sebagai ahli komuniti dalam jaringan sosial yang kompleks dan

bukan sekadar menjadi komoditi, tetapi beberapa perkara turut berubah secara langsung. Antaranya harapan, perpaduan dan penjarakan sosial yang sukar dilaksanakan dalam aktiviti sukan (Mann et al. 2020). Malah selepas berakhirnya wabak berjangkit yang mengancam nyawa ini keadaan yang berbeza dijangkakan akan berlaku, iaitu halangan dalam mencapai kecemerlangan prestasi disebabkan oleh latihan yang tidak dilakukan dalam jangkamasa yang lama. Justeru, sokongan jurulatih dan pemantauan latihan secara berterusan melalui pelbagai kaedah oleh jurulatih adalah perlu dalam memastikan usaha pengembangan bakat sukan dapat diteruskan dengan jayanya.

Faktor penyumbang kekuatan dalaman terhadap ketahanan diri individu berbakat sukan semasa pandemik COVID-19

a. Kemahiran menyelesaikan masalah

Keupayaan seseorang individu berbakat sukan dalam berdaya tahan sangat berkait rapat dengan kualiti kekuatan dalaman yang dimilikinya. Kekuatan dalaman dipercayai mampu menjadikan seseorang individu bersikap positif terhadap pelbagai isu dan cabaran dalam kehidupan (Banos, Etchemendy, Mira, Riva, Gaggioli & Botella 2017; Lopez, Pedrotti & Synder 2019). Pandangan individu terhadap keupayaan diri juga memberi kesan dalam pembentukan sikap dan tindakan. Seterusnya, proses ini akan menjadikan seseorang individu berbakat sukan berupaya untuk mengembangkan bakat dengan baik, atau sebaliknya (Dai, 2021). Laporan daripada Mohar Kassim (2021) menyatakan bahawa cabaran menonjolkan bakat golongan ini makin ketara apabila pelbagai pertandingan dan temasya sukan di peringkat yang lebih tinggi seperti *Kejohanan Majlis Sukan Sekolah-sekolah Malaysia (MSSM) dan Sukan Malaysia (SUKMA)* terpaksa dibatalkan, dan gangguan ini berlaku dalam jangka masa yang lama. Fasa latihan juga terjejas dan tidak boleh dilaksanakan, sedangkan pembabitian dan tahap pencapaian dalam sukan sangat penting buat golongan ini. Permasalahan yang berpanjangan ini boleh menyebabkan timbulnya isu tidak mencapai tahap, keciciran dalam sukan dan karier yang terjejas pada masa hadapan. Begitupun, kekuatan peribadi seseorang individu melalui kemahiran menyelesaikan masalah dilihat memainkan peranan yang penting dan kritikal dalam berdaya tahan. Kekuatan dalaman dan peribadi akan menyebabkan seseorang individu terus berusaha mencari pelbagai solusi bagi mengatasi keadaan pandemik COVID-19 yang berisiko.

b. Kesedaran sendiri

Kajian Samuel et al. (2020) yang dijalankan secara tiga peringkat *timeline* mendapati bahawa pandangan individu berbakat sukan terhadap cabaran pengembangan bakat sukan semasa pandemik COVID-19 ditentukan oleh kekuatan dalaman dan psikologi positif yang dimilikinya. Individu berbakat sukan yang mempunyai kekuatan dalaman yang tinggi berupaya untuk berdaya tahan melalui usaha mengatasi akibat. Antara usaha mengatasi akibat adalah melalui penyesuaian terhadap diet, rutin tidur dan rutin latihan. Bagaimanapun, usaha tersebut dibentuk oleh pelbagai perkara, antaranya karekter diri, identiti atlet dan respond emosi samada positif atau negatif. Kesemua faktor ini pada akhirnya akan menjadi indikator terhadap keupayaan individu berbakat sukan menghadapi cabaran kehidupan, dan menjadi penilaian terhadap kesedaran yang dimiliki diri sendiri apatah lagi semasa berhadapan dengan penularan wabak COVID-19 yang mencabar.

c. Efikasi sendiri

Seperti yang dilaporkan dalam kajian Pillay et al. (2020), terdapat bukti yang menunjukkan, atlet yang lemah pengaturan ketahanan diri adalah disebabkan oleh kualiti personaliti dan sifat. Akibatnya, sebahagian besar atlet ini didapati mengambil karbohidrat dengan jumlah yang berlebihan, mengambil pendekatan yang sederhana dalam berlatih sendiri, mengalami tekanan, dan terpaksa berusaha gigih menjaga motivasi untuk bersenam yang dikatakan sangat mencabar. Kajian yang sama juga melaporkan 31% daripada kalangan atlet tidak yakin untuk kembali beraksi dalam sukan kompetitif. Jelas, perkaitan ini menunjukkan kekuatan dalaman secara signifikan mempengaruhi dan menyumbang proses ketahanan diri seseorang individu berbakat sukan dalam kajian barat.

Kesimpulan

Pembatalan pelbagai jenis pertandingan dalam mengawal penularan wabak COVID-19 memberi impak terhadap rutin latihan dan pengembangan bakat sukan. Tiga faktor penyumbang dalam sokongan sosial, dan tiga faktor penyumbang dalam kekuatan dalaman didapati mempengaruhi ketahanan diri individu berbakat sukan semasa berhadapan dengan situasi mencabar yang boleh menjejaskan pengembangan bakat sukan seperti seperti pandemik COVID-19. Beberapa strategi bagi membendung isu kegagalan kemampuan berdaya tahan semasa situasi yang mencabar ini perlu dilaksanakan. Strategi yang pertama adalah melibatkan pengukuhan sokongan di persekitaran individu berbakat sukan. Sokongan di persekitaran memainkan peranan yang penting sepanjang PKP dan tempoh berakhirnya pandemik COVID-19 yang sukar dijangka. Sokongan di persekitaran boleh menjadi faktor pelindung daripada kemampuan berdaya tahan yang maladaptif melalui; (i) peranan keluarga dalam memberikan motivasi, galakan dan bersama-sama berdaya tahan dalam menghadapi situasi mencabar seperti pandemik COVID-19, (ii) peranan rakan-rakan dalam saling menyokong, dan (iii) peranan jurulatih dalam terus memantau aktiviti sukan, pembangunan stamina dan kemahiran serta memberikan motivasi berterusan. Strategi yang kedua adalah melibatkan pengukuhan kekuatan dalaman individu berbakat sukan. Strategi ini menuntut individu berbakat sukan itu sendiri memiliki kemahiran tertentu daripada dalaman mereka seperti kemampuan menyelesaikan sesuatu masalah termasuk melibatkan emosi, dan keupayaan memandang tinggi terhadap diri sendiri yang boleh membantu keyakinan diri dan kesedaran sendiri. Begitupun strategi ini perlu melibatkan pihak tertentu seperti pihak sekolah, Kementerian Pendidikan Malaysia (KPM), Kementerian Belia dan Sukan, jabatan dan agensi sukan, serta pertubuhan bukan kerajaan (NGO). Ini kerana individu berbakat sukan tidak mampu mewujudkan strategi ini tanpa peranan penting yang dimainkan oleh pihak berwajib. Secara tidak langsung, kemungkinan kegagalan pengembangan bakat sukan yang boleh menyebabkan pembaziran duit kerajaan yang telah diperuntukkan, berlakunya isu tidak mencapai tahap, keciciran dalam sukan dan karier yang terjejas pada masa hadapan dapat dielakkan.

Konflik Kepentingan: Pengkaji tidak mempunyai konflik kepentingan dalam kajian ini.

Sokongan sosial, kekuatan dalaman dan ketahanan diri pelajar berbakat sukan semasa pandemik COVID-19: Suatu kajian tinjauan di Malaysia

ORIGINALITY REPORT

10%

SIMILARITY INDEX

10%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

0%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	www.coursehero.com Internet Source	6%
2	bilge.isikun.edu.tr Internet Source	1%
3	ums.edu.my Internet Source	<1%
4	inba.info Internet Source	<1%
5	psasir.upm.edu.my Internet Source	<1%
6	bm.cari.com.my Internet Source	<1%
7	ojs.upsi.edu.my Internet Source	<1%
8	www.scirp.org Internet Source	<1%

9

Internet Source

<1 %

10

efyc.fahce.unlp.edu.ar

Internet Source

<1 %

11

johorsoutherntigers.my

Internet Source

<1 %

12

portal.utfpr.edu.br

Internet Source

<1 %

13

revistabionatura.com

Internet Source

<1 %

14

skpeserian3.blogspot.com

Internet Source

<1 %

15

www.researchsquare.com

Internet Source

<1 %

16

www.sinarharian.com.my

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off